

OKTOBER-NOVEMBER 2025

EDISI 210

Euangelion

BULETIN DWIBULANAN

GII HOK IM TONG BANDUNG

TUA ITU

Indah



Image Generated by AI

• UNTUK KALANGAN SENDIRI •





Kalau doa orangtua
begitu dalam, bolehkah
dikecewakan?

Manoah dan istrinya
kelimpungan
saat anak mereka
jatuh cinta pada gadis desa
tetangga.
Ia dibesarkan dengan doa
dan harapan untuk berjalan
dalam panggilan Tuhan
dan menjadi terang bagi
bangsanya.

Namun ia memilih
jalan yang berbeda.

BADAI JANGAN JATUH CINTA,
lakon terbaru persembahan Teater Coram Deo
akan membawa kita merenungkan tentang
ketaatan yang diuji dan harapan yang dipertaruhkan,
sambil tertawa, terharu dan berdendang.

Sabtu, 25 Oktober 2025
Pk. 16.00 dan 19.00
Di Cornerstone Auditorium
Paskal Hypersquare

Kejar tiket onlinenya hanya di:
www.ibudibjo.com/events/131-pagelaran-teater-badai-jangan-jatuh-cinta

Narahubung: 0895-0237-4331 Grace • 0878-2444-4996 Nanda

TUA ITU INDAH. Kebanyakan orang takut tua. Mengapa? Karena tua itu identik dengan badan yang bungkuk, muka yang keriput, gigi yang ompong, rambut yang putih dan menipis, tangan dan kaki yang gemetaran, pokoknya tidak indah dipandang. Di samping itu, banyak terjadi pengurangan: tenaga hampir tak ada, daya ingat minim, harta pun berkurang karena tidak dapat lagi menghasilkan uang, tetapi pengeluarannya jauh berlipat-lipat, untuk obat-obatan, vitamin, pemeriksaan dokter dan sebagainya. Dan yang lebih menyedihkan lagi, orang-orang di sekitarnya mulai pergi satu-persatu, anak pergi untuk membangun keluarga sendiri, pasangan hidup meninggal dunia terlebih dahulu, dan teman satu persatu meninggalkan dunia ini, menyisakan kesepian. Jadi, apakah betul tua itu indah?

Namun sebagai orang beriman, kita harus yakin bahwa Tuhan menciptakan manusia bukan untuk menderita, melainkan untuk memuliakan Dia yang sempurna adanya. Namun dosa yang diperbuat manusia ciptaan-Nya telah merusak gambar dirinya sendiri. Tetapi kasih-Nya tetap memberikan kita hikmat untuk membuat tua itu indah. Edisi ini kami susun khusus membicarakan tentang menjadi tua: bagaimana orang yang sudah lanjut usia dapat menjadikan masa tuanya itu indah; bagaimana generasi yang lebih muda dapat membuat generasi yang lebih tua menjalani masa tua yang indah; dan bagaimana orang muda mempersiapkan diri untuk menghadapi masa tua mereka kelak.

Kiranya artikel-artikel di dalam edisi ini dapat menguatkan mereka yang sudah lanjut dan mengingatkan mereka yang masih muda untuk mempersiapkan diri menghadapi hari tua, dan bagaimana mereka harus memperlakukan orang yang telah lanjut usia. SELAMAT MEMBUAT HARI TUA ANDA INDAH.

Redaksi

Pemimpin Umum: Wisesa • Pemimpin Pelaksana: Juliawati Kartajodjaja • Pemimpin Redaksi: Pdt. Santobi Ong • Anggota Redaksi: Cynthia Radiman, Tjje Tjing Thomas • Pra-cetak: Aming • Alamat Redaksi: GII HOK IM TONG, Jl. Gardujati 51 Bandung 40181 Tel. 022-6016455 Fax. 6015275 e-mail: gii@hokimtung.org • www.hokimtung.org • Rekening Bank: CIMB NIAGA 205.01.00018.00.1 a.n. GII Hok Im Tong • Bank Central Asia 514.003.0700 a.n. GII Gardujati

Buletin Euangelion menerima karangan (baik terjemahan, saduran dan asli). Redaksi berhak mengubah isi karangan yang akan dimuat. Karangan yang tidak dimuat hanya dikembalikan kepada pengirim apabila disertai sampul yang sudah diberi alamat lengkap dan perangko secukupnya • Buletin Euangelion juga menerima persembahan saudara yang terbebani. Semua persembahan dapat diserahkan melalui kantor gereja atau ke rekening bank tercantum di atas.

**DAFTAR
ISI**



Rev. Chandra Gunawan	5	Menjadi Tua dalam Iman: Hikmat, Peran, dan Harapan Kristen
Suryadi W., M.A.T.S.	10	Masa Tua
Ellen Theresia	16	Mengenal Perubahan Sejalan dengan Usia
Lie Fun Fun	19	Post-Power Syndrome, Am I?
M. Yuni Megarini C.	24	Lupa Pada Manusia
dr. Yohanes Robertus, SpPD	29	Keunikan Masalah Kesehatan Pada Lansia
dr. Vivv Bagia Pradja, Sp.KJ	33	Lansia Sehat Jiwa, Lansia Bahagia
Teduh Primandaru	38	Sudah Lanjut Usiakah Saya?
Sarinah Lo	42	Belajar Sepanjang Hayat: Mengapa Lansia Perlu Terus Belajar dan Berkembang?
Pdt. Santobi Ong	48	Panggilan Melayani Usinda
Noertjahja Nugraha	51	Bersiap Menghadapi Kekekalan
Grace Emilia	60	Tuhan Belum Selesai dengan Saya: Beberapa Gagasan untuk Formasi Spiritual Lansia
Pdt. Budiyanto Santosa	64	Grandparenting Kristen di Era Digital: Pilar Iman Keluarga Modern
Sadana Eka	71	Dipanggil di Usia Senja: Ketika Tuhan Memulai Lagi Melalui Abraham
Pdt. Yeremia Christofen Tang	77	Kisah Kaleb: Iman di Usia Senja, Akan Buram atau Benderang?
Devina Benlin Oswan, M.Th	82	"Kebanggaannya Adalah Kesukaran dan Penderitaan..."
Meilania Chen	93	Merawat Orang Tua: Tanggung Jawab Siapa?
Desiana Nainggolan	100	Misi dan Usia Indah: "Menua Bukan Berhenti, Tapi Berkarya"
Donny A. Wiguna	105	Musim Dingin
Pdt. Philip Djung	113	Doa Bapa Kami: Makna dan Pentingnya (Bagian 2)
Iratius Radiman	121	Bumi Sudah Menua?
	126	Meditasi
Pdt. Togardo Siburian	134	Menghargai Usia Indah
Wilton Djaya	141	Usia Indah Sebagai Sebuah Refleksi
Shirley Du	145	Oma, Opa, dan Robot Pintar
		Sudut Refleksi
Sandra Lilyana	148	Pikun
		Review Film
Mulyadi Chandra	151	Menjadi Terang dan Garam Dunia di Masa Senja

Menjadi Tua dalam Iman: Hikmat, Peran, dan Harapan Kristen

Pendahuluan

Robert Neil Butler (1927-2010) adalah seorang psikiater dan gerontolog (peneliti usia lanjut) asal Amerika Serikat yang dikenal luas sebagai pencetus istilah *ageism* pada tahun 1968 untuk menggambarkan diskriminasi dan prasangka terhadap orang lanjut usia. Sepanjang karirnya, Butler menekankan bahwa penuaan bukan sekadar proses kemunduran fisik, melainkan tahap kehidupan yang memiliki potensi, hikmat dan nilai sosial yang penting. Ia menolak stereotipe bahwa orang tua identik dengan kelemahan atau ketidakmampuan. Ia mengeritik keras cara masyarakat modern meminggirkan orang lanjut usia. Dalam pandangannya, usia tua seharusnya menjadi masa produktif, bermakna dan penuh kontribusi apabila masyarakat menanggalkan prasangka serta memberi penghargaan yang layak bagi mereka.

Dalam realita masa kini, masih ada banyak orang tua yang mengalami perlakuan tidak tepat, khususnya terkait dampak sosial dari proses menua. Banyak masyarakat yang cenderung mengurangi penghargaan terhadap kontribusi orang lanjut usia, seolah-olah mereka sudah tidak lagi mampu memberikan sesuatu yang berharga. Akibatnya, martabat usia tua seringkali direndahkan, dan orang tua dipandang berbeda atau

bahkan inferior dibandingkan generasi muda. Perbedaan perlakuan ini menciptakan jurang sosial antara yang muda dan yang tua, di mana orang lanjut usia kerap terpinggirkan dari ruang-ruang interaksi sosial yang seharusnya inklusif. Contoh yang nyata terlihat ketika seseorang memasuki usia pensiun, lalu memilih untuk menarik diri dari berbagai kegiatan, termasuk dalam pelayanan gereja, karena merasa dirinya tidak lagi dibutuhkan atau dianggap kurang mampu. Bahkan dalam realitas kehidupan bergereja, tidak jarang orang-orang tua justru dipandang sebagai penghalang bagi kemajuan, dianggap lambat dalam mengikuti perkembangan atau terlalu berpegang pada cara lama. Situasi ini semakin memperparah hilangnya identifikasi generasi muda dengan orang tua, sehingga hubungan antargenerasi menjadi renggang dan nilai kebersamaan dalam komunitas, bahkan dalam lingkup rohani, perlahan-lahan luntur.

Dalam tulisan ini, pembahasan akan dibagi ke dalam beberapa bagian utama. Bagian pertama menyoroti perspektif Alkitab tentang usia tua, menekankan peran orang tua sebagai sumber hikmat, pengalaman dan teladan bagi generasi muda, sekaligus menekankan prinsip menegur dengan kasih dan hormat. Bagian kedua membahas harapan Kristen

di usia tua, termasuk penerimaan realitas penuaan, pertumbuhan iman dan janji kebangkitan serta tubuh yang diperbarui dalam Kristus. Terakhir, tulisan ini menutup dengan penekanan pada peran gereja dalam memberdayakan orang tua, membangun hubungan lintas generasi dan menegakkan penghormatan terhadap usia tua sebagai bagian penting dari kehidupan jemaat yang sehat dan inklusif.

Perspektif Alkitab tentang Usia Tua

Dalam Ulangan 32:7, Alkitab menekankan pentingnya peran ingatan dan pengalaman masa lalu yang dijaga serta diteruskan oleh para tua-tua. Mereka dianggap sebagai penjaga memori kolektif, yang melalui pengalaman hidup dan pengetahuan mereka menolong generasi berikutnya memahami karya Allah. Musa sendiri dipandang sebagai teladan tertinggi seorang tua-tua yang berperan sebagai pengingat umat akan hukum dan kasih setia Tuhan. Dalam konteks gereja, orang tua dan para penatua memiliki tanggung jawab besar untuk menjadi penghubung antar generasi, agar anak-anak rohani tidak jatuh ke dalam ketidaktahuan yang sama seperti pendahulu mereka. Dengan demikian, pengalaman dan hikmat orang tua bukanlah penghalang, melainkan sarana penting yang dipakai Roh Kudus untuk meneguhkan iman generasi muda (bdk. Telford Work, *Deuteronomy*, Grand Rapids: Brazos, 2009).

Kemudian dalam Ayub 12:12, Alkitab memperlihatkan ada kaitan yang erat antara hikmat dengan usia tua. Karena pengalaman panjang membuat orang tua dipandang sebagai penjaga tradisi dan rujukan moral bagi generasi berikutnya. Mereka adalah saksi hidup dari generasi sebelumnya dan pengalaman mereka dapat menjadi sumber pelajaran berharga. Ayub melihat usia tua bukan sebagai hal yang negatif, itulah sebabnya Ayub bahkan menyebut Allah dengan gelar "Yang Tua" dan "Yang Panjang Umur." Jika semakin panjang umur berarti semakin bijaksana, maka Allah, yang kekal, adalah sumber hikmat yang tiada banding. Hal ini menegaskan bahwa orang tua memiliki peran penting dalam menyalurkan pengalaman dan pengetahuan, mereka memiliki peran mengarahkan generasi berikutnya kepada hikmat Allah sebagai sumber utama (bdk. David J.A. Clines, *Job 1-20*, Grand Rapids: Zondervan, 1989; John E. Hartley, *Job*, Grand Rapids: Eerdmans, 1988).

Dalam Perjanjian Baru, orang tua juga memiliki peran penting. Dalam Ibrani 13:7, Alkitab memberikan nasehat untuk menghormati para pemimpin jemaat. Nasihat ini diberikan kepada generasi yang lebih muda untuk menghormati generasi yang lebih tua. Para pemimpin tersebut sebagian besar sudah wafat, namun mereka tetap menjadi teladan bagi generasi berikutnya karena telah menyerahkan "firman Allah" kepada jemaat, baik

melalui pengajaran berdasarkan Kitab Suci Ibrani maupun tradisi Kristen awal. Jemaat yang masih hidup diingatkan untuk mengamati hasil hidup pemimpin-pemimpin tersebut, bagaimana mereka hidup dan mati dalam iman, dan kemudian meneladani iman mereka. Pemimpin yang wafat ini dianggap telah "mati dalam iman," serupa dengan mereka yang disebut dalam Ibrani 11, sehingga generasi sekarang dapat mencontoh keteguhan iman mereka. Penghormatan terhadap pemimpin yang sudah wafat bukan hanya soal kenangan, tetapi juga soal meneladani iman mereka yang berfokus pada Kristus, Sang Pemimpin sejati (bdk. Robert P. Gordon, *Hebrews*, Sheffield: Sheffield Phoenix, 2008).

Walaupun orang-orang tua memiliki peran penting, tidak berarti mereka sempurna. Mereka juga bisa jatuh dalam kesalahan. Itulah sebabnya Alkitab juga mengajar jemaat untuk tetap berani menegur mereka tetapi dengan rasa hormat dan kasih. Dalam 1 Timotius 5:1, Alkitab menegaskan bahwa seorang pemimpin jemaat, seperti Timotius, perlu menghormati orang-orang tua seperti ayahnya dan wanita-wanita tua seperti ibunya, dan menegur mereka dengan rasa hormat jika mereka melakukan kesalahan. Kata "menegur" dalam ayat ini diterjemahkan dari kata Yunani *epiplēssō*, yang secara harfiah berarti "memukul" atau "menyerang", tetapi dalam konteks figuratif dipakai untuk mengekspresikan ketidaksetujuan yang kuat sebagai bentuk hukuman. De-

ngan kata lain, menegur di sini bukan sekadar memberi nasihat ringan, tetapi menunjukkan peringatan atau kecaman secara tegas, sering diterjemahkan sebagai "membentak," "menegur keras," "menyalahkan" atau "mendiskreditkan". Rasul Paulus menekankan agar orang muda tidak bersikap kasar atau menghakimi dengan keras terhadap orang tua, melainkan menghadapinya dengan sikap hormat, lembut dan penuh kasih, seolah berbicara kepada seorang ayah.

Alkitab memandang usia tua sebagai sumber hikmat, pengalaman, dan teladan bagi generasi berikutnya. Orang tua dan pemimpin jemaat berperan penting dalam menyalurkan pengetahuan, mengajarkan kebenaran, serta menjadi penghubung antar generasi, sambil menuntun yang lebih muda kepada hikmat Allah. Meskipun demikian, mereka tetap manusiawi dan dapat berbuat salah, sehingga jemaat diajarkan untuk menegur mereka dengan hormat, kasih dan kelembutan, bukan dengan sikap kasar atau menghina. Dengan demikian, penghormatan, peneladanan dan teguran yang penuh kasih menjadi prinsip utama dalam hubungan antargenerasi menurut Alkitab.

Harapan Kristen di Usia Tua

Menjadi tua adalah realitas yang seringkali sulit diterima dan dihadapi. Saat seseorang memasuki usia lanjut, berbagai kelemahan dan keterbatasan mulai muncul, baik secara fisik maupun sosial. Perubahan hidup,

seperti harus pensiun dari pekerjaan karena usia, sering membawa dampak emosional dan psikologis yang tidak mudah diatasi. Hal ini dapat menimbulkan tekanan dan kesulitan dalam menerima kenyataan penuaan. Penyangkalan terhadap kondisi yang dialami justru tidak membantu dan bahkan dapat menimbulkan masalah tambahan. Oleh karena itu, menerima dan mensyukuri usia yang Tuhan berikan serta menghargai perjalanan panjang yang telah dilalui menjadi bagian penting dari proses penerimaan penuaan secara positif. Dalam Alkitab kita menemukan orang-orang yang dipakai Tuhan walaupun mereka sudah tua, beberapa di antaranya adalah Yitro, ayah mertua Musa (Kel 18), Simeon dan Hana (Luk 2). Perspektif kita perlu bergeser, dari memandang usia tua sebagai akhir, menjadi melihatnya sebagai awal dari babak baru yang penuh makna.

Di sisi lain, Alkitab memberikan harapan akan kebangkitan melalui Yesus Kristus. Kebangkitan Kristus menjadi bukti bahwa pembaruan akan dialami oleh semua orang yang percaya kepada-Nya. Memang tubuh kita akan melemah dan akhirnya meninggalkan dunia ini, tetapi pada saat yang ditentukan, Tuhan akan membangkitkan kita dan memberikan tubuh yang baru. Tubuh ini disebut tubuh kebangkitan, tubuh fisik yang diperbarui, dimuliakan, dan akan diterima oleh orang percaya, sama seperti tubuh Yesus yang dibangkitkan (Rm 8:11; 1 Kor 6:14). Tubuh kebangkitan bersifat abadi,

tidak dapat binasa dan penuh kemuliaan, berbeda dengan tubuh kita sekarang yang fana, lemah, dan mudah rusak (1 Kor 15:42-43). Meskipun wujud pastinya belum sepenuhnya diketahui, tubuh kebangkitan akan lebih nyata, substansial dan sempurna daripada tubuh saat ini, menunjukkan bahwa tubuh kebangkitan bukan hanya fisik, tetapi juga mulia dan sempurna (bdk. Michael F. Bird, *What Christians Ought to Believe*, Grand Rapids: Zondervan, 2016).

Selain itu, Alkitab mengajarkan bahwa bertambahnya usia dan perjalanan hidup dalam mengikut Tuhan membawa pada pembaruan batiniah yang terus berlangsung (2 Kor 4:16-18). Rasul Paulus menyebutkan bahwa manusia secara lahiriah semakin merosot. Gambaran ini bukan hanya mengenai kondisi fisik, tetapi juga dapat diterapkan pada proses menjadi tua. Sama seperti Paulus mengalami peningkatan kualitas iman meskipun tubuhnya melemah, orang tua Kristen juga dapat mengalami hal serupa. Sementara tubuh mereka semakin lemah, iman mereka semakin kuat. Pengalaman menjalani hidup bersama Tuhan menjadi sumber kekuatan dan keteguhan iman yang berharga bagi mereka di usia tua.

Secara ringkas, usia tua membawa tantangan fisik dan sosial, tetapi juga kesempatan untuk pertumbuhan iman dan kedewasaan batin. Menerima penuaan dengan syukur dan menaruh pengharapan pada kebangkitan Kristus menjadikan ke-

lemahan fisik bersifat sementara, sementara iman dan pengalaman hidup menjadi sumber kekuatan dan teladan bagi diri sendiri maupun generasi muda. Dengan demikian, usia tua bukanlah akhir, melainkan babak baru yang penuh makna dan pengharapan dalam Kristus.

Penutup

Menjadi tua bukanlah sekadar proses fisik atau tanda kemunduran, melainkan sebuah tahap kehidupan yang kaya akan pengalaman, hikmat, dan potensi untuk terus memberikan kontribusi. Dalam konteks gereja, orang tua bukanlah penghambat atau beban, melainkan karunia Tuhan yang membawa perspektif, pengalaman, dan teladan iman yang berharga bagi generasi muda. Mereka adalah saksi hidup perjalanan iman, penjaga tradisi rohani, dan penghubung antar generasi yang dapat menolong jemaat memahami karya Allah dalam kehidupan sehari-hari.

Gereja memiliki tanggung jawab melawan diskriminasi usia dengan menempatkan orang tua sebagai sumber hikmat dan bukan sebagai pihak yang dikucilkan. Pengalaman mereka, meskipun berbeda dari kondisi zaman sekarang, dapat menjadi pedoman yang berharga bagi generasi muda untuk menghadapi tantangan rohani dan sosial. Selain itu, sikap saling menghargai dan menghormati

antar generasi perlu terus dibangun, sehingga hubungan antargenerasi dalam komunitas gereja menjadi harmonis dan produktif.

Lebih dari sekadar menghormati pengalaman, Alkitab mengajarkan bahwa usia tua adalah waktu untuk terus bertumbuh dalam iman, meneguhkan iman orang lain dan meneladani Kristus dalam setiap tindakan. Sementara tubuh semakin melemah, iman dapat semakin kuat; sementara pengalaman semakin panjang, hikmat semakin mendalam. Harapan Kristen menegaskan bahwa usia tua hanyalah salah satu babak dalam perjalanan hidup yang lebih besar - sebuah perjalanan menuju kebangkitan dan pembaruan total dalam Kristus.

Dengan demikian, orang tua dalam gereja bukan hanya patut dihormati, tetapi juga seharusnya diberdayakan sebagai pemimpin rohani, teladan dan pendorong bagi generasi muda. Gereja yang mampu menegakkan prinsip ini akan menjadi komunitas yang inklusif, penuh kasih, dan mampu menampilkan kemuliaan Allah melalui setiap anggotanya, tanpa memandang usia. Akhirnya, menghargai dan memberdayakan orang tua bukan sekadar tindakan sosial, tetapi perwujudan iman yang hidup, mengakui bahwa setiap usia memiliki nilai, tujuan dan peran ilahi dalam rencana Allah.

Rev. Chandra Gunawan

MASA TUA

*"Kertas tua dapat didaur ulang,
besi tua dapat didaur ulang, tetapi
manusia tua, dapatkah didaur
ulang?"*

-NN-

Pengantar

Setiap orang akan memasuki masa tua, yang biasa kita sebut "lanjut usia" (lansia). Akan tetapi, tidak setiap orang siap dan bersedia dipanggil lansia. Mengapa? Apa yang salah dengan menjadi lansia? Apakah menjadi lansia hal yang memalukan?

Seorang filsuf Perancis, Simone de Beauvoir, menyatakan bahwa kebanyakan orang memandang kedatangan umur tua dengan kesedihan dan pemberontakan. Mereka tidak menyukainya melebihi kematian. Hal ini sebetulnya dialami juga oleh pemazmur seperti dapat kita lihat dalam Mazmur 31:9-12.

Ucapan di bawah judul artikel ini keluar dari mulut seorang lansia yang tinggal di sebuah Panti Wreda. Apa yang diungkapkannya itu merupakan isi hati dari banyak lansia lainnya. Banyak lansia yang merasa dilupakan dan dianggap 'barang yang dibuang.' Banyak orang merasa lansia tidak berguna, lemah, tidak punya semangat hidup, penyakitan, pelupa, pikun setelah pensiun, dikucilkan dari dunia kerja yang produktif, menjadi beban orang lain, dan sebagainya. Karena itu, tidaklah sedikit orang yang

merasa takut memasuki masa tua. Artikel ini ditulis untuk memberikan penjelasan mengenai lansia serta menyiapkan orang memasuki masa tua. Bersama Henry Nouwen dan Walter J. Gaffney kita dapat bertanya, "Apakah masa tua suatu jalan masuk ke dalam kegelapan atautkah suatu jalan menuju terang?"

Pembahasan

Umumnya lansia digambarkan sebagai sosok dengan rambut beruban, kulit yang berkerut, jalan tertatih-tatih, tangan gemeteran dan penyakitan. Di sini penulis ingatkan kaum lansia untuk tidak terbawa arus dengan stereotype tersebut. Kita tidak dapat menyangkal bahwa kebanyakan orang akan memasuki masa tua dimana tanda yang paling kelihatan adalah penurunan dan ketidakberdayaan fungsi tubuh, seperti timbulnya berbagai macam penyakit, mulai banyak pantangan makanan yang tidak boleh dimakan, cepat merasa lelah dan mulai sulit untuk mengingat jangka panjang dan lainnya, yang sering kita sebut dengan istilah "pikun". Ada orang mendefinisikan umur manusia sebagai berikut:

- Umur 20-30: manusia benar-benar menjadi manusia. Rentang usia ini dikatakan sebagai usia emas, karena pada rentang usia ini manusia hidup dengan gagah, senang, bebas bergaul.
- Umur 30-50: manusia menjadi kuda, kerja keras cari uang.
- Umur 50-60: manusia seperti monyet. Pada rentang usia ini bisa jadi

tempat tinggalnya berpindah-pindah dari anak yang satu ke anak yang lain. Pindah sana, pindah sini, persis seperti monyet yang lompat sana, lompat sini.

- Umur 60-70: manusia seperti anjing, karena ada kesan kerjanya hanya jaga rumah, jaga cucu, antar jemput cucu dari sekolah, dititipi kunci, disuruh jaga ini dan itu.

Karena itu tidaklah sedikit orang yang merasa takut memasuki masa tua, karena mereka sering mempunyai kesan negatif atas orang lanjut usia.

Usia berapa dikategorikan lansia? Ada beberapa pendapat mengenai ini. Ada yang menetapkan antara umur 60-70 tahun. Namun ini tidaklah mutlak, karena di dalam dunia medis proses penuaan dapat dibagi dua, yaitu primer dan sekunder. Proses penuaan primer merupakan proses yang terjadi secara alamiah (endogen), sedangkan proses penuaan sekunder merupakan proses yang terjadi karena lingkungan, sosial budaya dan gaya hidup (eksogen).

Pandangan Allah terhadap lansia

Di dalam Kekristenan, lansia dipandang sebagai sosok yang berharga dan dihormati. Kebijaksanaan dan pengalaman hidup mereka menghasilkan suatu penghargaan yang besar nilainya yang sulit untuk ditukar dengan apapun. Billy Graham berkata: "Memasuki usia lanjut menjadi kejutan terbesar yang pernah saya alami dalam hidup... Sekarang saya sudah berusia lanjut, dan percayalah, menjalaninya tidaklah mudah... Meski Alkitab tidak

menutupi masalah-masalah yang kita hadapi dengan bertambahnya usia, Alkitab juga tidak menggambarkan usia lanjut sebagai suatu masa yang penuh kehinaan atau suatu beban yang harus ditanggung dengan rasa sesal."

Bagaimana caranya agar kita tidak saja belajar mengatasi semua ketakutan, pergumulan, dan bertambahnya keterbatasan yang kita hadapi, tetapi juga benar-benar menguatkan iman kita di tengah segala kesulitan itu? Ulangan 34:7 mencatat bahwa Musa (dan hanya terjadi pada Musa) pada umur 120 tahun "*matanya belum kabur dan kekuatannya belum hilang*". Bersama Samuel, pada suatu hari kita harus mengatakan, "*Aku ini telah menjadi tua dan beruban*" (1 Sam 12:2). Bersama pemazmur, kita hendaknya berdoa, "*Sampai masa tuaku dan putih rambutku, ya Allah, janganlah meninggalkan aku*" (Mzm 71:18). Melalui kitab Amsal, Allah berbisik kepada kita, "*Rambut putih adalah mahkota kemuliaan*" (Ams 16:31).

Alkitab juga menulis mengenai keberhargaan dari orang-orang yang lanjut usia sebagai berikut:

- Imamat 19:32, "*Kita harus berdiri menghormati orang yang tua dan ubanan*". Manusia lanjut usia layak untuk dihormati.
- Ayub 12:12, "*Hikmat bijaksana ada pada manusia lanjut usia*". Manusia lanjut usia adalah manusia bijaksana.
- Amsal 16:31, "*Rambut putih adalah mahkota...*". Usia lanjut adalah penghargaan dan berkat dari Tuhan.

- Amsal 20:29, "*Hiasan orang muda ialah kekuatannya, dan keindahan orang tua ialah uban.*"
 - Yesaya 46:4, "*Sampai masa tuamu, Aku tetap Dia. Sampai masa putih rambutmu, Aku menggendong kamu...*" Allah tetap mengasihi dan menghormati manusia lanjut usia.
- Alkitab dengan jelas memberitahu kita bahwa di mata Allah tidak pernah satu masa usia manusia adalah masa yang percuma, tidak berguna!

Lansia yang berkarya

Bagi kaum lansia, kelemahan fisik dapat dijadikan tantangan untuk membangkitkan kekuatan batin dan daya kreasinya. Walaupun secara fisik dan umur sudah lanjut, hendaknya jiwa tetap muda. Kekuatan dan potensi dalam diri seseorang dapat muncul justru ketika ia memasuki masa lansia. Berikut ini contoh dari karya-karya besar yang merupakan karya dari lansia.

- Sophocles menulis drama "*Oedipus Tyrannus*" pada usia 80 tahun.
- Daniel Defoe menulis novel "*Robinson Crusoe*" pada usia 59 tahun.
- Michelangelo menyelesaikan karya seninya di gereja St. Peter's pada usia 70 tahun.
- Verdi, Hayden, dan Handel menciptakan masterpiece musiknya setelah usia 70 tahun.
- Rembrand dan Monet menyelesaikan karya lukisannya yang agung menjelang akhir hidupnya.
- Albert Einstein menemukan berbagai penemuan penting pada masa lanjut usia.

- Gladstone menjadi perdana menteri pada usia 84 tahun.
- Harland Sanders telah berusia 75 tahun saat mencapai kesuksesan KFC.

Alkitab juga mencatat Allah memaknai orang-orang lanjut usia dalam Perjanjian Lama untuk menyatakan kehendak-Nya dan melakukan tugas-tugas khusus, seperti:

- Abraham. Pada usia 75 tahun ia dipanggil Allah meninggalkan negeri dan keluarganya untuk pergi ke tempat yang tidak ia ketahui.
- Musa. Pada usia 80 tahun ia diutus Allah membebaskan bangsa Israel dari penindasan Firaun di Mesir.
- Yosua. Pada usia 70 tahun ia dipilih Allah menggantikan Musa memimpin bangsa Israel merebut tanah Kanaan.
- Elia. Menjelang akhir hidupnya ia diutus Allah menegur raja Ahab.
- Yesaya. Pada saat usia lanjut ia dipanggil Allah menubuatkan kedatangan Sang Juruselamat Dunia.

Begitu pula halnya pada jaman Perjanjian baru, dimana murid-murid Tuhan Yesus setia memberitakan Injil sampai usia tua, bahkan sampai akhir hidupnya, seperti Petrus, Yohanes, Yakobus dan Paulus.

Dengan demikian, siapa bilang lansia tidak berguna? Lansia dapat dianggap sebagai pemimpin di dalam komunitas kecil seperti dalam keluarga, karena mereka diberikan kesempatan oleh Tuhan untuk lahir terlebih dahulu dari kita yang lebih muda, sehingga mereka pulalah yang memimpin kita melalui tugas yang

Tuhan percayakan kepada mereka dalam membesarkan anak-anak mereka. Hal ini sesuai dengan Ibrani 13:7. Balada "Siapa Bilang Lansia Tidak Berguna" (lagu ini dapat dicari di youtube) dengan tepat melukiskan bahwa lansia bukanlah manusia tidak berguna. Lagu ini mengingatkan setiap orang tua untuk tidak menganggap dirinya tidak berguna lagi. Sebaliknya, meski sudah tua, lansia masih tetap dapat berkarya. Salah satunya adalah menjadi berkat bagi kaum muda dengan cara berbagi ilmu dan pengalaman (Tit 2:4-5).

*Siapa bilang lansia tidak berguna.
Bangun pagi berdoa untuk anak cucu.
Siapa bilang lansia hanya hiasan.
Meskipun tua tetap diperlukan.
Banting tulang sudah sejak remaja.
Meski hujan, meski panas tidak masalah.
Siapa bilang lansia hanya meminta.
Jangan percaya orang punya cerita.
Mengapa harus malu, mengapa harus loyo.
Rambut putih, kulit keriput tidak masalah.
Biar umur tinggal bonus, biar lutut harus dibungkus.
Tapi lansia tetap semangat di hari tua.*

Lansia bukan manusia yang cuma menunggu tutup usia. Lansia tetap berpotensi menjadi berkat melalui hikmat, pengalaman hidup, ketekunan doa-doa, dan tentu saja nasehat-nasehat mereka. Katharina Sie berkata: "Di dalam pandangan Kristen, masa lanjut usia

adalah fase kehidupan yang memiliki makna mendalam dan tujuan yang ditentukan oleh Tuhan. Lansia dipanggil untuk menjalani kehidupan yang memuliakan Tuhan, serta menjadi contoh dan sumber inspirasi bagi generasi yang lebih muda." Jangan percaya orang punya cerita! Meski lanjut usia, Tuhan masih berikan tanggung jawab, yaitu mendidik generasi selanjutnya hidup dalam kebenaran Kristus. Tidak pernah ada kata "pensiun" di dalam Tuhan.

Merawat lansia

Alkitab banyak berbicara mengenai merawat orang (baik keluarga maupun bukan) yang telah memasuki usia tua. Sayangnya, orang di jaman ini banyak yang tidak lagi bersedia mengurus orangtuanya sendiri yang sudah lanjut usia dan tidak dapat merawat dirinya sendiri. Lansia dianggap beban, bukan berkat. Dalam budaya Yahudi, keluarga (termasuk lansia) dan anak cucu adalah suatu berkat, bukan hanya karena menjamin kelanjutan keluarga dan warisan mereka, tetapi juga karena mereka membutuhkan perlindungan dan hiburan dalam lingkungan keluarga,



baik untuk sisa hidupnya maupun di saat meninggal. Daripada ikut Daud ke Yerusalem, Barzilai memilih untuk pulang, agar ia dapat mati di kotanya sendiri, dekat kubur ayah dan ibunya (2 Sam 19:37). Daud memahaminya. Ada ikatan keluarga yang timbal-balik: sebagaimana orang tua memelihara anak-anak mereka, demikian pun anak-anak hendaknya menghormati orang tua (Kel 20:12), dan memelihara mereka di hari tua (Ams 23:22).

Sejarah Gereja mencatat bahwa orang Kristen mula-mula bukan hanya melayani lansia dari keluarga sendiri, tetapi juga dari orang percaya lainnya. Selain lansia, Gereja mula-mula juga mengurus orang miskin, orang sakit, para janda, dan yatim piatu yang sudah tidak punya siapa-siapa lagi yang mengurus mereka. Alkitab dalam 1 Timotius 5:3-4, 8 memerintahkan: *"Hormatilah janda-janda yang benar-benar janda. Tetapi jikalau seorang janda mempunyai anak atau cucu, hendaknya mereka itu pertama-tama belajar berbakti kepada kaum keluarganya sendiri dan membalas budi orangtua dan nenek mereka, karena itulah yang berkenan kepada Allah... Tetapi jika ada seorang yang tidak memelihara sanak saudaranya, apalagi seisi rumahnya, orang itu murtad dan lebih buruk dari orang yang tidak beriman"*. Ini merupakan teguran yang sangat keras terhadap orang di jaman sekarang yang banyak tidak lagi bersedia mengurus orang tuanya yang sudah lanjut usia. Bahkan ada keluarga yang memperlakukan anjing mereka lebih layak dari

orang tuanya yang telah renta tidak berdaya.

Bagaimana dengan menitipkan lansia di panti wreda? Karena anak-anak telah menikah dan bekerja semuanya, dan cucu yang masih kecil tidak mungkin dapat merawat kakek-neneknya, bagaimana jika keluarga memberikan perawat "geriatric" (perawat khusus orang tua)? Boleh saja, asalkan memang dapat dipercaya dan dapat merawat dengan baik, karena dalam beberapa kasus banyak terdapat tindak kekerasan yang dilakukan oleh perawat "geriatric", baik di rumah maupun di panti wreda. Memang dilematis di sini. Kita perlu memohon hikmat dari Tuhan.

Orang tua yang telah memasuki usia senja, terlepas dari kelelahannya, dapat dikatakan berhati mulia. Tidak semua orang tua ingin terus-menerus tinggal di rumah anak-anak mereka. Ada yang malah menginginkan agar mereka dikirim ke panti wreda. Jadi, boleh saja menitipkan orang tua ke panti wreda karena kuatir di rumah sendirian tidak ada yang menjaga dan terjadi hal-hal yang tidak diinginkan. Akan tetapi, ini harus dengan catatan bahwa hal itu atas keinginan dari orang tua yang bersangkutan. Jika demikian, maka dapat dinilai sebagai bagian dari penghormatan dan tanggung jawab seorang anak. Anak masih harus secara rutin menyambangi orang tua yang ada di panti bersama cucu-cucu, mengajak jalan-jalan dalam waktu tertentu jika memungkinkan, sehingga orang tua tidak merasa dibuang walaupun berada di panti. Na-

mun sangat disayangkan, yang terjadi pada umumnya, orang tua dititipkan ke panti wreda hanya karena anak tidak mau repot. Ini yang kurang ajar!

Menurut penulis, opsi menempatkan orang tua di panti wreda, walaupun atas keinginan dari orang tua, merupakan opsi terakhir. Penulis mempunyai kenalan di China, di mana penulis melihat ia setiap hari mengantarkan mamanya yang telah lansia ke tempat perkumpulan para lansia. Biasanya dari jam 07.00 sampai jam makan siang. Mereka berkumpul, makan-minum, bercengkerama, main, nonton tv, dan bergosip tentunya. Nanti sekitar siang, ada yang dijemput pulang, ada yang pulang sendiri naik taksi/bis, bahkan bagi yang masih kuat jalan, ada yang pulang jalan kaki. Mama teman itu sering pulangnyanya agak siang sambil sengaja jemput cucu dengan jalan kaki. Di sini penulis melihat memang diperlukan satu komunitas, baik di dalam gereja maupun di luar gereja, agar lansia dapat terus menjaga kebugaran fisik dan mental, karena di dalam komunitas itu banyak terdapat kegiatan, baik kegiatan rohani, kegiatan olah raga, pembinaan-pembinaan, bahkan aksi sosial.

Alkitab memerintahkan kita untuk menghormati ayah dan ibu kita (Mat 19:19a; Ef 6:1; Kel 20:12a; Ul 5:16a) sebagai perintah pertama dengan sebuah janji bagi mereka yang menaatinya akan berbahagia dan panjang umurnya di bumi (Kel 20:12b; Ef 6:2-3).

Penutup

Lansia bukanlah manusia yang cuma menunggu tutup usia. Lansia tetap berpotensi menjadi berkat melalui hikmat mereka, pengalaman hidup mereka, ketekunan doa-doa mereka dan tentu saja nasehat-nasehat mereka. Para lansia harus menghormati kehidupan yang telah Tuhan berikan kepada mereka dengan cara menghargai setiap tahap kehidupan. Yesaya 46:4 berkata: *"Sampai masa tuamu, Aku tetap Dia dan sampai masa putih rambutmu Aku menggendong kamu. Aku telah melakukannya dan mau menanggung kamu terus; Aku mau memikul kamu dan menyelamatkan kamu."* Hal ini merupakan penghiburan yang sejati dari Allah Tuhan kita kepada para lansia di dalam mengisi dan menjalani masa tua. Kiranya melalui pengertian ayat tersebut para lansia dapat semakin terdorong untuk bersyukur dan berterima kasih. Kiranya Mazmur 92:15, *"Pada masa tua pun mereka masih berbuah, menjadi gemuk dan segar"* memotivasi lansia untuk terus berkarya dan berbuah, memberikan arti dan manfaat kepada sesama, menjadi berkat bagi orang lain, semakin bijaksana dan menjadi teladan iman bagi generasi berikutnya sambil mempersiapkan diri untuk suatu kehidupan yang kekal bersama Tuhan kelak. Kiranya Tuhan memberkati para Lansia. Jangan takut memasuki usia lanjut; Allah selalu menyertaimu!

"Tuhan, ajarlah kami menghitung hari-hari kami sedemikian, hingga kami beroleh hati yang bijaksana" - Mazmur 90:12

Suryadi W., M.A.T.S.

Mengenali Perubahan Sejalan dengan Usia

Lansia, senior, sepuh adalah istilah-istilah yang sering didengar untuk menyebutkan individu yang sudah berusia di atas 60 tahun, istilah yang menunjukkan adanya berbagai perubahan fisik dan psikis yang memerlukan penyesuaian. Proses menjadi lanjut usia adalah proses yang tidak dapat dilewatkan dari kehidupan, kecuali individu sudah menutup mata sebelum memasuki usia lanjut. Seorang teman saat menjalani pensiun mengatakan hal yang tidak bisa penulis lupakan: **"It's not easy to be old"**. Kalimat pendek yang bermakna dalam. Sebagai individu yang belum memasuki usia lanjut tapi telah memasuki usia 'middle adulthood', penulis merasakan banyak penyesuaian karena perubahan dibandingkan masa sebelumnya. Hal ini menyadarkan penulis bahwa dalam setiap masa perkembangan yang dilalui, selalu terjadi perubahan dan penyesuaian. Jika individu melakukan penyesuaian dengan berhasil, individu dapat meminimalisir berbagai penghayatan perubahan yang dialami.

Seorang ahli perkembangan bernama Diane Papalia (2020) membuat pembagian usia dewasa yang dialami individu secara universal sebagai berikut:

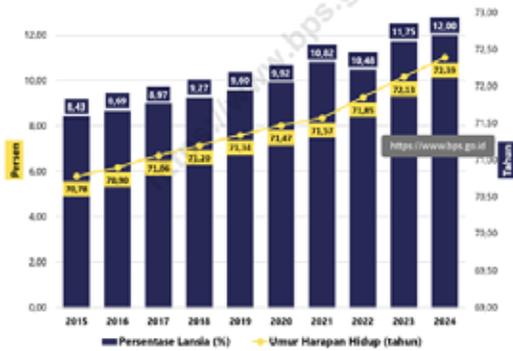
- Usia 20-40 tahun disebut *emerging adulthood* (dewasa muda).

- Usia 40-65 tahun disebut *middle adulthood*.
- Usia 65 tahun ke atas, disebut *late adulthood* atau dewasa akhir.

Terdapat perbedaan batasan usia lanjut yang dimiliki **Indonesia, yaitu di atas 60 tahun** dengan yang ada **dalam konsep Psikologi Perkembangan, yaitu di atas 65 tahun**. Dalam setiap masa yang dilalui, terdapat 3 aspek perkembangan yang mengalami perubahan dan seringkali menjadi ciri khas tahap perkembangan tersebut, yaitu dalam aspek perkembangan fisik, kognitif (kemampuan berpikir) dan psikososial (termasuk di dalamnya aspek relasi sosial dan emosi).

Apa yang dialami kaum lansia?

Indonesia mengalami bonus demografi bukan hanya karena persentase jumlah penduduk generasi Z yang sangat banyak, tapi juga persentase usia lansia yang tinggi. Persentase usia lansia disebut tinggi jika berada di atas 10%. Tahun 2021, 1 dari 10 penduduk Indonesia adalah lansia, dan tahun 2024, 12% penduduk Indonesia berada di usia lansia. Hal ini menunjukkan *aging population* di Indonesia berada dalam persentase tinggi. Dalam gambar 1.1 ditunjukkan persentase lansia Indonesia yang meningkat dari tahun ke tahun dan angka harapan hidup yang juga me-



Sumber: Badan Pusat Statistik, Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susesnas) Maret 2015–2024
Badan Pusat Statistik, IPM metode baru 2015–2024 (bps.go.id)

Gambar 1.1 Persentase Lansia dan Umur Harapan Hidup Penduduk Indonesia, 2015–2024

ningkat. Perkembangan jaman dan inovasi di bidang kesehatan turut memengaruhi meningkatnya angka harapan hidup.

Berdasarkan konsep Psikologi Perkembangan, lansia akan mengalami perubahan dan penurunan fisik terutama dalam hal kesehatan dan kemampuan fisik. Warna rambut, elastisitas kulit, penurunan tinggi badan atau penggunaan alat bantu menjadi hal yang umum terjadi dalam proses *aging*. Terdapat hal yang tidak terlihat namun berdampak dalam fungsionalitas tubuh, misalnya berkurangnya *dopamine neurotransmitter* yang membantu meregulasi perhatian dan konsentrasi. Berkurangnya *dopamine* mengakibatkan reaksi lansia menjadi lebih lambat. Berbagai perubahan yang terjadi di otak dan saraf sejalan dengan usia berakibatkan pada fungsi berpikir. Jadi, diperlukan penyesuaian baik oleh lansia maupun lingkungan di sekitar lansia untuk memahami bahwa diperlukan waktu lebih lama untuk menyimak perkataan ataupun menyimak berbagai hal di lingkungan. Namun hal ini tidak berlaku pada

waktu tidur lansia. Lansia justru cenderung tidur dalam waktu yang lebih singkat.

Selain perubahan dalam fungsi otak, **perubahan fungsi sensori dan psikomotor** turut terjadi. Dalam hal penglihatan dan pendengaran, terjadi kemunduran sehingga ada kalanya diperlukan alat bantu ataupun tindakan medis untuk memperbaiki fungsinya. Hal ini dapat menjadi lebih parah saat terjadi *secondary aging*, yaitu proses penuaan yang terjadi karena penyakit yang sebenarnya dapat dicegah. Dalam konsep *secondary aging*, gaya hidup, pola makan yang masih ada dalam kontrol individu, sebenarnya masih dapat diantisipasi sehingga dapat membantu mengantisipasi hal-hal yang dapat dicegah. **Dalam hal ini diperlukan kebiasaan yang sudah dilakukan sedari muda** sehingga dapat membantu perubahan fisik akibat penuaan menjadi lebih baik.

Dalam aspek kognitif, kemunduran dalam hal kemampuan berpikir, termasuk inteligensi dan memori, dialami sebagian besar lansia. Beberapa kemampuan yang berkaitan dengan waktu reaksi ataupun ke-

mampuan berpikir abstrak dalam tes inteligensi, mengalami penurunan pada lansia. Dalam hal memori, lansia mengalami kesulitan untuk mengolah informasi yang panjang dan kompleks. Untuk itu lingkungan yang berhadapan dengan lansia perlu memberikan kalimat yang jelas dan tidak terlalu panjang sehingga dapat berkomunikasi dengan lebih baik.

Dalam aspek psikososial, lansia mengalami masa pensiun sehingga memerlukan banyak penyesuaian. Kehilangan teman, keluarga karena meninggal, juga dapat dialami lansia. Bagaimana lansia menghadapinya juga dipengaruhi bagaimana aspek psikososial yang dimiliki. Selain relasi sosial sebagai bentuk dukungan bagi lansia ataupun regulasi emosi, aspek psikososial juga bergantung pada kepribadian yang dimiliki. Sebagaimana diketahui, kepribadian manusia sifatnya dinamis sehingga dapat mengalami perubahan sejalan dengan dinamika kehidupan yang dihadapi. Ya, kepribadian dapat berubah. Jika Anda merasa memiliki kepribadian yang sulit dan membuat orang lain tidak nyaman, hal tersebut masih dapat diperbaiki sehingga Anda dapat menjalani kehidupan yang lebih baik dengan lingkungan, asalkan Anda memiliki kemauan untuk berubah dan beradaptasi.

Bahkan berdasarkan penelitian, kepribadian menjadi faktor yang lebih utama dalam memengaruhi emosi dan kesejahteraan psikologis individu (dibandingkan relasi sosial). Semakin tua usia, individu akan mencari aktivitas dan relasi yang dapat memberikan pemenuhan kebutuhan emosi. Jika

hal ini berhasil, dapat membantu regulasi emosi sehingga mereka merasa lebih bahagia. Selanjutnya, kondisi emosi yang lebih bahagia juga membantu pemahaman lansia dalam menghadapi masalah. Bahkan jika dibandingkan dengan individu yang lebih muda, sebuah penelitian mengungkapkan lansia memiliki skor *problem solving* yang mengarah pada kebijaksanaan lebih baik.

Berbagai perubahan yang tertulis dalam paparan di atas merupakan fenomena umum yang terjadi pada individu lansia. Namun hal ini belum dapat dijadikan patokan sepenuhnya. Ada banyak faktor yang dapat memperlambat atau bahkan mempercepat perubahan-perubahan tersebut terjadi. **Yang perlu diperhatikan adalah menemukan cara untuk tetap produktif dan bermakna dalam menjalani hidup.** Bahkan jika memungkinkan, untuk memiliki kebijaksanaan dalam berpikir, dapat menjadi model bagi generasi selanjutnya dalam menjalani masa tuanya kelak. Semoga pemahaman yang lebih baik mengenai lansia, dapat membantu kita semua bersikap lebih baik kepada lansia atau mempersiapkan diri lebih baik dalam menghadapi masa lansia. Tuhan memberkati.

Kebijaksanaan artinya menerima kehidupan yang pernah dijalani, tanpa penyesalan, tanpa terus hidup di masa sebelumnya dan menyesali apa yang tidak dilakukan dan semestinya dilakukan - Erik Erikson

Ellen Theresia

Post-Power Syndrome, Am I?

Pengantar

Bekerja merupakan esensi setiap manusia sebagai makhluk yang diciptakan Tuhan paling mulia dari seluruh ciptaan-Nya. Sejak awal penciptaan, Tuhan memberikan mandat budaya kepada Adam dan Hawa untuk mengusahakan dan memelihara Taman Eden. Mandat ini masih terus dikerjakan manusia sampai sekarang melalui kegiatan bekerja sebagai orang dewasa.

Menurut catatan Kamar Dagang dan Industri (KADIN), pada tahun 2024 jumlah penduduk usia kerja di Indonesia mencapai 214 juta. Angka ini menggambarkan bahwa sebanyak 69,80% dari total jumlah penduduk di Indonesia merupakan usia/angkatan kerja. Masa kerja di Indonesia diatur dalam UU Nomor 13 Tahun 2003 yang menyatakan bahwa batas usia kerja minimal 18 tahun dan berakhir pada rentang usia 56-65 tahun, tergantung dari jenis jabatan. Sensus Penduduk Indonesia yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020 menyatakan bahwa sebanyak 31 juta atau 12% penduduk Indonesia memasuki usia pensiun. Pertambahan jumlah usia pensiun atau dikenal dengan lanjut usia (lansia) diperkirakan akan meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2025, jumlah lansia di Indonesia diprediksi akan mencapai 40 juta

orang, dan tahun 2050, jumlah lansia akan mencapai 71,6 juta orang. Angka ini menunjukkan jumlah lansia di Indonesia lebih besar dibandingkan dengan negara-negara Asia maupun dunia secara keseluruhan.

Pertambahan jumlah lansia menunjukkan bahwa angka usia harapan hidup mereka semakin bertambah. Pada satu sisi, ini menunjukkan keberhasilan pemerintah dalam bidang kesehatan; namun di sisi lainnya, lansia perlu mendapatkan perhatian khusus terkait dengan layanan kesejahteraan psikologis yang memadai. Jika hal ini kurang diperhatikan, akan muncul potensi permasalahan di berbagai aspek kehidupan yang akhirnya berdampak pada kesehatan mental lansia.

Perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia meliputi aspek fisik, kognitif dan psikososial. **Secara fisik**, lansia mengalami penurunan fungsi organ secara drastis karena berkurangnya massa otot, kepadatan tulang, fungsi penglihatan, pendengaran, serta sistem pencernaan dan pernapasan. **Perubahan kognitif** nampak dari penurunan daya ingat dan kecepatan dalam mengolah informasi dari lingkungan. Sedangkan **aspek psikososial** mencakup proses penyesuaian diri menghadapi pensiun, anak-anak yang sudah meninggalkan rumah, kehilangan teman, pasangan dan lain-lain.

Dampak dari perubahan di atas tidak jarang mengakibatkan lansia mengalami kesepian, depresi, dan kecemasan yang tinggi serta gangguan psikologis lainnya. Dalam tulisan ini, penulis memfokuskan pembahasan pada salah satu gejala yang sering muncul pada lansia, yaitu *post-power syndrome*.

Karakteristik tahap perkembangan usia lanjut

Dari sisi kesehatan fisik. Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan ada empat pembagian usia lanjut, yaitu (1) usia pertengahan (*middle age*): 45-59 tahun; (2) lanjut usia (*elderly*): 60-74 tahun; (3) lanjut usia tua (*old*): 75-90 tahun; (4) usia sangat tua (*very old*): di atas 90 tahun.

Dari sisi psikologi, Erikson (1989) menggambarkan perkembangan manusia memiliki delapan tahap, dan usia lanjut berada pada tahap tujuh dan delapan. Setiap individu akan melalui setiap tahap perkembangan yang penuh tekanan, kadang memunculkan 2 dilema yang menuntut kemampuan menyesuaikan diri yang memadai agar tidak menimbulkan penurunan kesehatan mentalnya. Erikson menggambarkan tahap ketujuh ini pada individu dengan usia 40-65 tahun.

Dilema utama pada tahap tujuh adalah generativitas (*generativity*) vs stagnasi (*stagnation*). Pada tahap ini, seseorang menghadapi pilihan antara ingin memberi kontribusi yang berguna bagi banyak orang melalui pekerjaan yang sedang dijalankan dan bermanfaat, atau justru merasa tidak berkembang (stagnan) dan menghayati hidupnya kurang berarti.

Membina keluarga, membesarkan anak, bekerja, dan berkontribusi pada komunitas merupakan contoh bagaimana individu berhasil melewati tahap ini dengan baik.

Pada tahap kedelapan, dilema utama yang dihadapi lansia terkait dengan integritas (*integrity*) vs keputusasaan (*despair*). Lansia akan mengevaluasi seluruh aspek kehidupan dan perubahan yang terjadi (pensiun, kehilangan anak dan pasangan, penyakit, ketidakberdayaan dan lain-lain) yang telah dilalui, apakah mereka puas akan pencapaiannya atau menyesal dan kecewa. Jika lansia merasa puas dengan kehidupan yang telah mereka jalani, mereka akan melihat kembali pengalaman mereka dengan rasa syukur dan penerimaan. Mereka akan mencapai integritas. Sebaliknya, jika lansia merasa banyak hal yang belum tercapai, disertai penyesalan dan tidak puas dengan pilihan hidup mereka, mereka mungkin akan mengalami perasaan putus asa. Penghayatan hidup menjadi sangat negatif.

Post-Power Syndrome dan gejala-gejala yang menyertainya

Post-Power Syndrome merupakan kumpulan gejala dari "purna kekuasaan", istilah yang sering didengungkan masyarakat luas yang menggambarkan kondisi psikologis yang terjadi ketika lansia sulit menerima kenyataan bahwa ada perubahan signifikan dalam bekerja (dari bekerja aktif secara formal menjadi kehilangan pekerjaan). Mereka biasanya hidup dalam bayang-bayang keberhasilan

masa lalu, sehingga sulit menerima realita yang ada saat ini. Dalam bekerja, individu memperoleh pengakuan, penghargaan dalam bentuk gaji maupun kenaikan jenjang karir dan sebagainya. Hal-hal ini sekaligus membentuk identitas dan harga diri dari lingkungan sosial yang memberikan kepuasan dan kebahagiaan tersendiri. Prawitasari (2012) menjelaskan bahwa post-power syndrome umumnya dialami oleh pejabat-pejabat pemerintah yang memiliki kekuasaan tinggi dan terbiasa dipuji oleh bawahan atau orang lain yang mempunyai kepentingan dengannya.

Mengacu pada tahap ketujuh dari Erikson, bekerja juga merupakan pencapaian *generativity* yang menggambarkan kebermaknaan diri yang positif. Jabatan yang diemban, pertemanan yang sudah dibina serta kecintaan pada aktivitas yang dilakukan dalam bekerja membentuk identitas diri yang baru. Pencapaian karir yang mumpuni, diakui oleh masyarakat serta fasilitas yang didapat dalam bentuk materi, tunjangan lain-lain, membuat banyak orang menghayati bekerja merupakan bagian penting dalam hidup, sehingga mereka tidak rela atau mengalami kesulitan ketika harus melepaskan semuanya pada saat pensiun. Hal ini membuat banyak orang menghadapi masa pensiun dengan penghayatan negatif dan mengalami kecemasan terus menerus (*stagnation and despair*).

Kondisi di atas merupakan gambaran stres pada lansia yang menuntut upaya untuk mengatasi situasi secara efektif agar dapat me-

nyesuaikan diri pada realita yang baru. Untuk itu, lansia perlu melibatkan proses berpikir, afektif dan berperilaku yang terarah. Post-power syndrome banyak dialami oleh individu yang baru memasuki masa pensiun (kehilangan kekuasaan, kepopuleran, maupun kelebihan lainnya) terkait dengan usia. Adapun gejala-gejala yang terlihat nyata adalah:

1. Gejala fisik. Lansia yang mengalami post-power syndrome seringkali menunjukkan tanda-tanda penuaan dini secara lebih cepat dari usianya. Hal ini ditandai dengan kulit yang lebih banyak keriput, rambut memutih, serta masalah-masalah kesehatan yang menurun secara umum sehingga mereka lebih rentan terhadap penyakit dan mudah merasa lelah secara fisik dan psikis. Hal ini terkait dengan dampak stres tinggi dan beban psikologis yang dihadapi lansia setelah kehilangan pekerjaan (jabatan).

2. Gejala emosi. Lansia yang mengalami post-power syndrome memperlihatkan kondisi emosi yang tidak stabil, mudah tersinggung, marah, serta sering dalam keadaan gelisah dan cemas (Helmi, Fadhilla, 2000). Mereka tidak jarang mengalami depresi, kecemasan yang tinggi dan sampai pada keputusasaan (*despair*) terhadap hidup yang dijalani. Luapan emosi negatif yang muncul merupakan bentuk dari frustrasi akan kehidupan yang dilalui.

3. Gejala perilaku. Perilaku lansia yang mengalami post-power syndrome nampak berubah drastis. Mereka menghindari pertemuan sosial karena merasa malu atas pe-

nurunan status sosialnya. Di samping itu, mereka juga menghayati ketidakberdayaan secara fisik serta penurunan dalam peran sosial dan tanggung jawab dalam keluarga yang membuat mereka 'bergantung' pada anak, keluarga lain maupun dalam menjalankan aktifitas sehari-hari. Tidak jarang dari lansia akhirnya mengalami keputusan dalam hidup.

Faktor-faktor yang menyebabkan Post-Power Syndrome

Banyak faktor penyebab post-power syndrome, yaitu:

1. Usia dan kesehatan. Tidak dapat dipungkiri, dengan bertambahnya usia, banyak perubahan dalam berbagai aspek kehidupan, seperti fisik dan kognitif. Lansia perlu menyesuaikan diri dengan kondisi fisik yang menurun (kebugaran, kecantikan dan lain-lain), kelambatan dalam gerak dan kemampuan mengingat, mengolah informasi, yang membutuhkan waktu cukup lama.

2. Kepuasan dalam pekerjaan. Individu yang menghabiskan sebagian besar hidupnya untuk bekerja dan memegang jabatan penting, kepuasan dalam pekerjaan menjadi bagian penting dalam pembentukan identitas diri. Kehilangan pengaruh berarti kehilangan sumber pemuas dan kebahagiaan dalam hidup.

3. Status sosial sebelum pensiun. Umumnya, lansia yang menderita gejala post-power syndrome memiliki status sosial yang tinggi dan menjadi sumber pemuas diri, sehingga ketika pensiun dan menjadi orang biasa, kesehatan mental mereka terpengaruhi (Prawitasari, 1989).

Dampak Post-Power Syndrome

Dari gejala-gejala di atas dapat disimpulkan bahwa post-power syndrome memberikan dampak negatif terhadap kesehatan fisik dan kesehatan mental lansia, dan ini mengganggu aktivitas dan kualitas hidup mereka sehari-hari. Shalafina et.al (2023) menunjukkan bahwa sebanyak 38,5% lansia mengalami tingkat kecemasan tergolong sedang, 24,5% berat, 24,5% sangat berat, dan 32,1% berada pada depresi tingkat sedang.

Penutup

"Untuk segala sesuatu ada masanya, untuk apa pun di bawah langit ada waktunya" (Pkh 3:1). Menjadi lansia merupakan proses alami yang tidak dapat dielakkan dan merupakan siklus kehidupan yang diberikan Tuhan. Setiap orang, bila waktunya tiba, akan sampai pada tahap ini. Sebagai umat Kristiani, Alkitab memberikan pengharapan besar kepada kita bahwa Ia akan memelihara umat-Nya sampai masa tuanya dan sampai putih rambutnya (Yes 46:4). Janji penyertaan Tuhan selama-lamanya, dan pengharapan sejati hanya ada di dalam Kristus, tidak ada yang bisa menggantikan dengan apapun di dunia ini. Dengan demikian, post-power syndrome seyogianya tidak lagi menjadi hal menakutkan, karena umat pilihan-Nya menyadari bahwa semua kuasa, kepuasan dalam bekerja diberikan sepenuhnya oleh Tuhan.

Dan yang lebih penting, pengakuan dan keberhargaan diri tidak ditentukan oleh dunia kerja dan lingkungan sosial lainnya, tetapi di-

bangun di dalam Kristus yang sudah sepenuhnya menebus jiwa kita. Maka, hiduplah masa lansia dengan selalu memandang kepada Kristus, sehingga hidup yang dijalani merupakan hidup yang berkelimpahan, yang tidak pernah habis karena di dalam Kristus. Hidup yang tidak takut dibagi dengan orang lain, tetapi menikmati peme-

lihaan dan pembentukan Tuhan dalam situasi sulit serta menikmati kelimpahan berbagi dengan orang lain. "Sebab itu kami tidak tawar hati, tetapi meskipun manusia lahiriah kami semakin merosot, namun manusia batiniah kami dibaharui dari sehari ke sehari" (2 Kor 4:16). Tuhan memberkati.

Lie Fun Fun

Dosen Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha



Sumber:

- Erik H. Erikson. (1989). *Identitas dan Siklus Hidup Manusia*, Jakarta: Gramedia Helmi, Avin Fadilla. (2000)
- *Pengelolaan Stress Pra-Purna Bakti*, Jurnal Psikologika 5(9). [https://kadin.id/data-dan-statistik/ketenagakerjaan/diakses pada tanggal 1 Agustus, pk 21.00](https://kadin.id/data-dan-statistik/ketenagakerjaan/diakses%20pada%20tanggal%201%20Agustus,%20pk%2021.00).
- Shalafina, M., Ibrahim, I., & Hadi, N. (2023). *Gambaran Kesehatan Mental Pada Lanjut Usia*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan, 7(4).
- Prawitasari JE. (1989). *Mengelola Stress pada Masa Pensiun*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.

LUPA PADA MANUSIA

Pendahuluan

Setiap orang pasti pernah mengalami keadaan yang namanya “lupa”. Kita dapat lupa nama orang, nama benda, tugas yang harus dikerjakan, peristiwa yang dialami dan yang paling sering adalah lupa meletakkan barang atau perlu membeli suatu benda. Kalimat seperti ini seringkali kita ucapkan, “Aduh, dimana ya tadi saya letakkan kacamata saya?” Atau kalimat yang diucapkan oleh anak kita yang masih menempuh studi, “Astaga... saya lupa membawa buku catatan pelajaran Bahasa Inggris.” Nah, kejadian lupa apa yang sering Saudara alami?

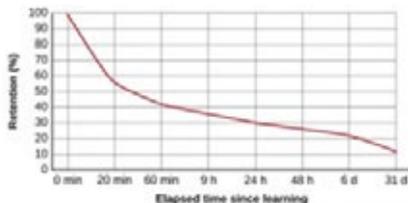
Seiring berjalannya waktu, kita makin banyak melupakan berbagai hal. Apa yang telah kita lihat, dengar, dan alami, tidak semuanya dapat kita ingat kembali. Jika lupa ini dialami oleh orang yang sudah lanjut usia maka biasanya orang akan memakluminya. “Namanya juga sudah Opa atau Oma, biasalah kalau lupa.” Namun jika lupa ini dialami oleh orang muda atau anak-anak, maka komentar yang disampaikan adalah “Kok masih muda sudah pelupa, kayak sudah Opa atau Oma aja.”

Apa Itu Lupa?

Lupa adalah keadaan ketika kita tidak dapat mengingat suatu hal. Menurut seorang ahli psikologi yang bernama Kendra Cherry (2021), lupa merupakan peristiwa hilangnya sebuah informasi yang sebelumnya

telah tersimpan di dalam ingatan jangka pendek (*short-term memory*) maupun jangka panjang (*long-term memory*). Secara psikologis, ketika sebuah informasi tentang masa lalu hilang, itu berarti informasi itu memang benar-benar sudah tidak ada atau masih ada tetapi tidak dapat dimunculkan. Karena informasinya ‘hilang’ itulah kita akan mengalami yang namanya lupa.

Proses lupa dapat terjadi dalam sekejap/cepat atau bertahap. Proses yang berlangsung cepat adalah setelah informasi itu lewat dari panca indera kita, kita sudah tidak dapat lagi mengingatnya. Sedangkan untuk proses yang bertahap dapat dilihat dari ‘Kurva Lupa’ karya Hermann Ebbinghaus (1885), seorang pelopor penelitian tentang ingatan atau memori. Penelitian ini sudah lama dilakukan, tetapi karena disusun dengan sangat teliti, maka masih dianggap relevan untuk digunakan hingga saat ini. Berikut Gambaran kurva lupa Ebbinghaus:



Kurva ini menunjukkan penurunan prosentase ingatan (*retention*) ketika jarak waktunya semakin jauh dari saat pertama seseorang belajar atau mendapatkan suatu informasi. Dari

kurva tersebut, kita dapat mengetahui bahwa setelah 20 menit saja seseorang sudah lupa sekitar 50% informasi yang didapat, 75% setelah 6 hari, dan semakin menurun seiring berjalannya waktu.

Penyebab Lupa Secara Umum

Ada beberapa teori yang menjelaskan tentang penyebab lupa, salah satunya adalah menurut Anderson (2000). Penyebab utama lupa menurutnya ada 3, yaitu:

1. **Decay**, yaitu proses hilangnya sebuah ingatan dari *short-term memory*. Proses ini terjadi ketika seseorang menerima suatu informasi baru dan otak mencoba memberikan ruang dengan cara membuang ingatan-ingatan yang kira-kira tidak akan digunakan lagi. Biasanya informasi-informasi yang terbuang ini bertahan hanya dalam 15 sampai 30 detik saja di otak sebelum digantikan oleh informasi yang baru kalau individu tersebut tidak segera mencoba mengingat informasi tersebut. Jadi, karena informasinya dianggap tidak penting dan tidak ada upaya mengingat dalam waktu dekat, maka informasi baru tersebut akan hilang dari ingatan.

2. **Interference**, yaitu ketika informasi baru yang diterima oleh otak ternyata malah mengganggu atau bersaing dengan informasi lama tentang hal yang sama di *long-term memory*. Individu menjadi 'bingung', mana informasi yang benar, yang lama atautkah yang baru. Contohnya seperti kalau seseorang membeli nomor telepon baru lalu suatu saat

ia menjadi bingung dalam mengidentifikasi nomor telepon mana yang baru dan mana yang lama. Hal seperti itu adalah wajar. Untuk mengatasi hal seperti ini, sebuah hasil penelitian menyarankan agar kita sering mencoba mengingat kembali informasi yang baru tersebut.

3. **No appropriate retrieval cues**, yaitu seseorang tidak dapat mengingat informasi yang telah disimpan dalam memorinya karena tidak ada "isyarat" atau petunjuk yang cukup untuk membantu proses pengambilan informasi tersebut dari memori. Kegagalan mengingat ini terjadi karena isyarat yang digunakan tidak selaras atau efektif untuk memicu ingatan yang tersimpan. Contohnya adalah keadaan "Ujung Lidah" (*Tip-of-the-Tongue Phenomenon*), yaitu saat kita merasa memiliki sebuah kata atau nama di ujung lidah, tetapi tidak bisa mengingatnya. Ini adalah contoh klasik dari "*no appropriate retrieval cues*". Kita memiliki kata tersebut di memori, tetapi tidak ada cukup petunjuk untuk membawanya ke kesadaran.

Cara Untuk Memperlambat Proses Lupa

1. Membuat otak tetap aktif, dapat dilakukan dengan mempelajari keterampilan baru atau melakukan aktivitas yang menantang dan melibatkan pikiran dan tubuh, seperti belajar memainkan alat musik dan yang lainnya.
2. Menghabiskan waktu bersama teman atau keluarga untuk mengendalikan stres yang dirasakan.



3. Menggunakan buku catatan, atau alat lainnya yang dapat membantu mengingatkan hal-hal yang perlu dilakukan.
4. Meletakkan alat-alat kecil dan penting, seperti kunci, dompet, kacamata atau lainnya di tempat yang selalu sama.
5. Berolahraga dengan rutin, seperti aerobik, *jogging*, bersepeda, berenang dan yang lainnya selama 150 menit dalam seminggu. Ini dapat meningkatkan kadar oksigen ke otak dan mengurangi risiko masalah kesehatan, termasuk mudah lupa.
6. Menjaga pola makan yang baik, terutama meningkatkan asupan vitamin B-12 dan asam lemak omega-3, seperti ikan salmon, ikan tuna, sayur-sayuran, buah-buahan, produk susu rendah lemak dan sebagainya, serta membatasi makanan mengandung lemak jenuh.
7. Menghentikan kebiasaan merokok, tidak mengonsumsi obat-obatan terlarang dan membatasi konsumsi alkohol.
8. Memastikan istirahat dan tidur yang cukup, paling tidak sekitar 8 jam dalam semalam per hari (untuk orang dewasa).

Apa yang Dimaksud dengan Pikun?

Pikun adalah sebuah keadaan di mana kemampuan atau kerja otak menurun yang ditandai dengan mu-

dah lupa, kesulitan berbahasa serta lambat dalam berpikir. Biasanya penurunan kemampuan berpikir dan daya ingat ini diderita oleh lansia yang berusia 65 tahun ke atas meskipun tidak menutup kemungkinan orang yang berusia di bawahnya juga mengalami hal serupa.

Gejala Pikun

Pikun bukan hanya sekadar lupa, karena ada beberapa tambahan yang membedakan antara keduanya. Demensia atau pikun sebenarnya bisa dikenali sejak dini melalui beberapa gejala yang sering diperlihatkan. Perhatikan tanda-tanda di bawah ini yang seringkali menjadi gejala utama dari pikun:

- Terbata-bata ketika bicara dan lupa cara menghitung uang.
- Tidak mampu mengenali waktu, tempat, nama dan wajah seseorang.
- Merasa asing meski berada di lingkungannya sendiri.
- Keluar rumah tanpa tujuan jelas.
- Menanyakan pertanyaan yang sama berulang kali dan sulit berkonsentrasi.
- Lupa cara melakukan aktivitas sehari-hari seperti makan dan berbelanja.
- Kesulitan mengingat janji atau jadwal tertentu.
- Memiliki masalah *short-term memory*, yaitu sering kehilangan benda pribadi secara terus-menerus, seperti dompet atau kacamata.
- Melupakan norma sosial yang umumnya berlaku di masyarakat.
- Perubahan suasana hati dan cepat merasa cemas.

- Pada kondisi khusus, penderitanya dapat memiliki halusinasi, gangguan tidur dan yang lainnya.

Faktor Penyebab Pikun

Seiring bertambahnya usia, kemampuan tubuh untuk melakukan berbagai hal akan menurun. Itulah sebabnya orang lanjut usia atau lansia banyak mengalami kondisi kesehatan tertentu termasuk demensia atau pikun. Ada banyak hal yang dapat memicu kondisi ini ketika seseorang memasuki usia senja, di antaranya:

1. Menderita penyakit Alzheimer, yang menyumbang 60-80% penyebab pikun pada lansia.
2. Demensia vaskular, yaitu pendarahan mikroskopis dan penyumbatan pembuluh darah di otak.
3. Penyakit stroke. Stroke dapat menghambat aliran darah dan oksigen ke otak yang mengakibatkan kerusakan dan kematian sel pada otak.
4. Cedera di kepala. Penyebab pikun pada umumnya disebabkan karena masalah pada otak, termasuk cedera kepala. Cedera ini dapat menyebabkan kerusakan pada sel otak hingga kekurangan nutrisi tertentu yang mengakibatkan otak tidak bisa bekerja secara normal.
5. Kekurangan zat besi. Penelitian membuktikan bahwa lansia yang memiliki anemia berisiko 41% lebih tinggi terkena pikun. Anemia seringkali disebabkan oleh kurangnya kadar zat besi yang berperan memproduksi sel darah merah dan menyebarkan oksigen

ke seluruh tubuh termasuk otak yang bertanggung jawab untuk fungsi daya ingat. Itulah alasannya mengapa penting bagi lansia untuk menjaga kecukupan asupan zat besi melalui makanan yang dikonsumsi setiap hari.

Diagnosa Pikun

Ada beberapa tes sederhana yang dilakukan dokter, biasanya meliputi pertanyaan seputar kegiatan sehari-hari, seperti:

- Berapa usia Anda sekarang?
- Kapan tanggal lahir Anda?
- Di mana alamat Anda?
- Tahun berapakah sekarang?
- Jam berapakah sekarang?

Dokter juga dapat melakukan tes yang dikenal sebagai Mini-Cog Test. Tes ini biasanya terdiri dari beberapa langkah berikut:

1. Dokter akan menyebutkan sebuah kalimat utuh dan meminta pasien mengulang hanya beberapa kata yang spesifik, seperti "pisang, matahari, kursi". Pasien akan diberikan kesempatan untuk mencoba sebanyak 3 kali.
2. Jika pasien gagal pada percobaan ini, dokter akan memberikan pasien waktu 3 menit untuk menggambar jam dinding lengkap dengan angkanya.

Sebagai catatan, dokter dapat mendiagnosis pikun berdasarkan riwayat medis yang meliputi pemeriksaan fisik, tes laboratorium, dan perubahan karakteristik dalam berpikir serta berperilaku sehari-hari. Dalam beberapa kasus, dokter dapat mendiagnosis "demensia" secara umum dan tidak menentukan jenisnya lebih lanjut. Lansia dapat berkonsultasi dengan dokter spesialis seperti ahli saraf, psikolog atau psikiater untuk mengetahui jenis pikun yang lebih spesifik.

Penutup

Alkitab tidak membahas kepikunan secara langsung, tetapi ada beberapa ayat yang berkaitan dengan kelemahan tubuh dan pembaharuan diri, seperti yang tertulis di 2 Korintus 4:16, yang menyatakan bahwa tubuh lahiriah memang akan merosot, tetapi manusia batiniah akan terus diperbarui. Selain itu kita dapat mengingat janji Tuhan untuk semua orang percaya seperti yang dituliskan dalam Yesaya 46:4 yaitu "*Sampai masa tuamu Aku tetap Dia dan sampai masa putih rambutmu Aku menggendong kamu. Aku telah melakukannya dan mau menanggung kamu terus; Aku mau memikul kamu dan menyelamatkan kamu.*" Amin.

M. Yuni Megarini C.
(Dari berbagai sumber)

KEUNIKAN MASALAH KESEHATAN PADA LANSIA

Firman Tuhan menjadi pedoman hidup bagi semua umat-Nya, mulai dari anak batita sampai opa-oma yang berusia lanjut. Artikel ini dikhususkan membahas firman Tuhan yang terkait para lansia (lanjut usia) dan menghubungkan dengan berbagai masalah medis yang dijumpainya. Melalui artikel ini diharapkan kita dapat mengenali keunikan lansia (mungkin bagi kita sendiri, keluarga kita, atau orang-orang sekitar kita), mengerti dan melayani mereka. Pada akhirnya, semua ditujukan agar kita dapat memuliakan Tuhan.

Mazmur 90:10 menyatakan, *"Masa hidup kami tujuh puluh tahun dan jika kami kuat, delapan puluh tahun, dan kebanggaannya adalah kesukaran dan penderitaan; sebab berlalunya buru-buru, dan kami melayang lenyap."* Ada dua hal yang disoroti dari ayat tersebut. *Pertama*, kita disadarkan bahwa "masa hidup" manusia itu ada batasnya. Data dari badan kesehatan dunia WHO menunjukkan bahwa harapan hidup manusia secara global di dunia rata-rata sampai usia 71 tahun, mirip dengan apa yang dinyatakan di Alkitab. Dengan berbagai perkembangan ilmu kesehatan, angka harapan hidup tersebut mungkin saja meningkat, tapi tidak bisa dipungkiri bahwa manusia memang tidak didesain Tuhan untuk hidup abadi di dunia yang fana ini.

Kedua, dari ayat di atas kita juga disadarkan bahwa manusia selama masa hidup tersebut tidak lepas dari "kesukaran dan penderitaan". Semakin tua seseorang, seharusnya hal ini semakin disadari. Banyak penyakit bermunculan karena berhubungan dengan penuaan (degeneratif), seperti osteoporosis dan osteoartritis. Tidak ada lansia yang bisa membanggakan dirinya lebih sehat dan kuat di usianya dibandingkan saat dirinya masih muda. Kita sendiri juga tentu tahu banyak opa-oma yang mengalami kesulitan saat berjalan, naik tangga, makan, tidur, atau bahkan buang air besar. Bukan hanya secara fisik, kesukaran dan penderitaan juga pasti pernah dialami dalam berbagai aspek kehidupan lainnya, seperti mental dan spiritual. Oleh karena itu, di dalam masa hidup manusia yang singkat ini, firman Tuhan mengingatkan, *"Ajarlah kami menghitung hari-hari kami sedemikian, hingga kami beroleh hati yang bijaksana"* (Mzm 90:12).

Dalam ranah medis, lansia dikategorikan tersendiri karena membutuhkan penanganan khusus dalam kesehatannya. Definisi lansia di Indonesia menurut Permenkes (Peraturan Menteri Kesehatan) tahun 2014 adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Istilah pasien geriatri ditujukan bagi lansia dengan berbagai penyakit akibat

penurunan fungsi organ, psikologi, sosial, ekonomi dan lingkungan yang membutuhkan pelayanan kesehatan secara terpadu. Pasien geriatri memiliki karakteristik yang berbeda dengan pasien dewasa muda. Ada tiga contoh yang dibagikan dalam artikel ini. *Pertama*, karakteristik **multipatologis** di mana pasien geriatri mengalami lebih dari satu penyakit yang umumnya bersifat kronik degeneratif. *Kedua*, **berkurangnya daya cadangan fisiologis** pada pasien geriatri akibat penurunan fungsi berbagai organ tubuh, sehingga mereka lebih mudah jatuh dalam kondisi gagal pulih apabila mengalami sakit. *Ketiga*, pasien geriatri bisa menunjukkan **penyimpangan gejala dan tanda penyakit dari yang klasik**. Misalnya lansia mengalami infeksi paru (pneumonia) yang tidak menunjukkan gejala jelas seperti demam, batuk, dan sesak nafas, melainkan terdapat gangguan kesadaran atau jatuh.

Dengan berbagai keunikan masalah kesehatan pada lansia, para ahli kesehatan menemukan adanya kumpulan gejala yang sering dijumpai pada pasien geriatri. Hal ini dikenal sebagai sindrom geriatri yang terdiri dari banyak gejala, bahkan bisa sampai 14 hal! Artikel ini tentu bukan bermaksud secara ilmiah menjabarkannya satu per satu, tetapi akan dibagikan tiga saja di antaranya dengan harapan dapat membantu kita lebih mengerti kondisi para lansia ini.

Sindrom geriatri pertama yang sering terjadi adalah "jatuh". Jatuh pada lansia tidak boleh dipandang

sepele. Bagi lansia, kejadian jatuh dapat memiliki konsekuensi yang besar berupa berkurangnya fungsi, menurunnya kualitas hidup, bahkan sampai kematian dalam 1 tahun pertama setelah jatuh. Contoh: lansia yang mengalami jatuh bisa tidak mampu berjalan lagi, sehingga terbaring di tempat tidur saja dan tidak beraktivitas lagi. Karena banyak berbaring, akhirnya mengalami infeksi paru (pneumonia) atau luka di bokongnya (dekubitus). Dengan berbagai penyakit degeneratif dan cadangan fisiologis yang menurun (lihat pembahasan sebelumnya), infeksi itu menjadi sulit sembuh dan mengganggu banyak organ lainnya. Akhirnya lansia tersebut bisa meninggal dunia, yang awalnya dicetuskan oleh kejadian jatuh.

Kebanyakan lansia jatuh disebabkan oleh lebih dari satu faktor risiko. Maka, semua faktor risiko tersebut harus dievaluasi secara detil dan menyeluruh. Faktor risiko jatuh pada lansia bisa ekstrinsik (dari lingkungan), misal: lantai yang terlalu licin atau tidak rata, lampu ruangan yang kurang terang, kamar mandi yang tidak memiliki alat bantu untuk berpegangan, alas kaki yang tidak sesuai, dan sebagainya. Faktor risiko intrinsik (dari kondisi lansia itu sendiri) juga harus dievaluasi, contoh: sakit di sendi lutut, kelemahan otot tungkai, gangguan keseimbangan, atau ada penyakit sistemik seperti stroke, jantung, paru, hipertensi, diabetes melitus, gangguan elektrolit, dan sebagainya. Setiap faktor risiko tersebut harus diperhatikan dan di-

tangani dengan baik. Melihat kompleksnya evaluasi tersebut, maka jelas dibutuhkan kerjasama yang baik antara pasien, keluarganya, perawat, dan dokter untuk membantu seorang lansia yang jatuh. Sasaran yang perlu dicapai bukan hanya mengobati pasien lansia tersebut sehingga, kalau bisa, berjalan lagi, tapi juga sebisa mungkin mencegah jangan sampai kejadian jatuh itu terus berulang.

Sindrom geriatri kedua yang perlu dikenali adalah “demensia”.

Demensia didefinisikan sebagai gangguan fungsi intelektual (seperti berpikir abstrak, penilaian, kepribadian atau bahasa) dan memori yang didapat. Ini disebabkan oleh penyakit otak dan tidak berhubungan dengan gangguan tingkat kesadaran, sehingga mempengaruhi aktivitas kerja dan sosial secara bermakna. Ada berbagai tipe demensia, yang paling sering adalah demensia vaskular dan Alzheimer. Pada kedua tipe ini lazim terdapat faktor risiko dari penyakit yang umum, seperti hipertensi, diabetes melitus dan dislipidemia. Oleh karena itu, penting mengobati penyakit-penyakit tersebut sejak dini untuk mengurangi risiko timbulnya demensia. Demensia perlu dibedakan dengan delirium [gangguan kesadaran yang lebih bersifat akut (jangka pendek) dan fluktuatif (berubah-ubah)]. Delirium sering disebabkan oleh banyak hal yang bisa diatasi dengan segera dan dapat pulih kembali, seperti infeksi atau efek samping obat. Kembali ditekankan bahwa karena evaluasinya kompleks, dibutuhkan kerjasama

tim untuk menangani lansia dengan kasus demensia. Harapannya adalah demensia dapat dicegah, walaupun tidak bisa, setidaknya dideteksi dini dan diobati seawal mungkin guna mengurangi perburukan progresif.

Sindrom geriatri ketiga yang tidak kalah penting itu “inkontinensia urin”.

Apa itu? Inkontinensia urin, yang bahasa awamnya “ngompol”, adalah keluarnya urin dengan tidak terkendali sehingga menimbulkan masalah higiene dan sosial. Inkontinensia urin merupakan masalah yang sering dijumpai pada pasien geriatri dan dapat menimbulkan masalah lainnya seperti dekubitus, depresi, dan isolasi sosial. Inkontinensia urin yang akut dapat sembuh bila penyakit atau masalah yang mendasarinya diatasi seperti infeksi saluran kemih, gangguan kesadaran, atau pengaruh obat-obatan. Bila inkontinensia urin menetap, tetap dapat diperbaiki juga dengan berbagai modalitas terapi. Oleh karena itu, lansia tidak perlu malu mengungkapkan keluhan ini kepada keluarga, perawat, atau dokternya. Banyak usaha yang dapat dilakukan untuk menangani keluhan ini, dengan harapan bisa teratasi atau setidaknya bisa berkurang, sehingga kualitas hidup lansia tersebut menjadi lebih baik.

Membahas berbagai masalah kesehatan yang unik pada lansia tidak akan ada habisnya. Daripada fokus pada banyaknya masalah yang dihadapi pasien lansia dengan segala kerumitannya, saya sering mengingatkan mereka dan



keluarganya agar lebih baik fokus pada banyaknya hal yang bisa disyukuri dan segala hal yang masih bisa dilakukan oleh mereka. Kembali pada kalimat pertama dalam artikel ini, firman Tuhan menjadi pedoman hidup bagi semua umat-Nya. Bukan hanya sebagai pedoman yang mengarahkan apa yang perlu dilakukan umat-Nya, tapi juga sebagai pedoman yang menghiburkan hati umat-Nya. Yesaya 46:4 menyatakan, "Sampai masa tuamu Aku tetap Dia dan sampai masa putih rambutmu Aku

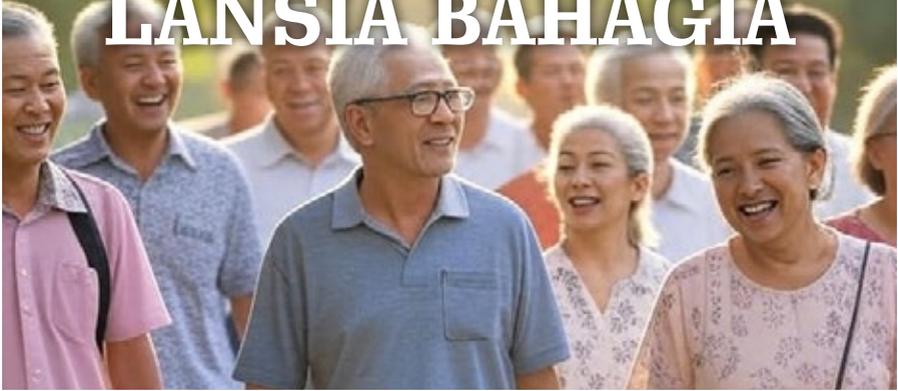
menggendong kamu. Aku telah melakukannya dan mau menanggung kamu terus; Aku mau memikul kamu dan menyelamatkan kamu." Dalam ayat tersebut, Tuhan menyatakan diri-Nya sebagai "Aku tetap Dia" yang tidak berubah dan setia bagi kita. Dalam masa hidup yang terbatas dan tidak lepas dari kesukaran atau penderitaan di dunia ini, ada Tuhan yang tetap aktif menolong kita "sampai masa tua". Terpujilah Tuhan!

dr. Yohanes Robertus, SpPD

Referensi

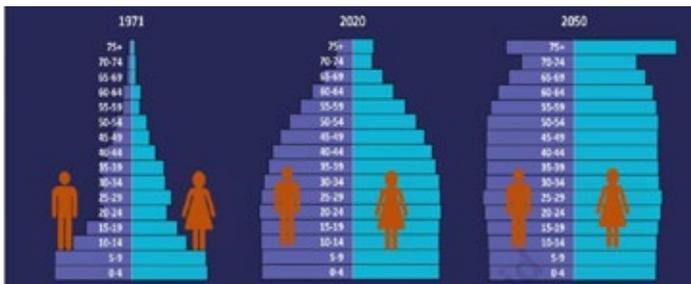
- [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/life-expectancy-at-birth-\(years\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/life-expectancy-at-birth-(years))
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 79 Tahun 2014 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Geriatri Di Rumah Sakit.
- Panduan Praktik Klinis : Penatalaksanaan Di Bidang Ilmu Penyakit Dalam, 2015.
- Harrison's Principles of Internal Medicine, 2018.

LANZIA SEHAT JIWA, LANZIA BAHAGIA



Masa lansia atau lanjut usia ditandai dengan memasuki usia 60 tahun dan disertai serangkaian perubahan kondisi fisik, mental dan psikososial. Badan Pusat Statistik (BPS) menggolongkan lansia menjadi 3 kategori, yakni: lansia muda (usia 60-69 tahun), madya (usia 70-79 tahun), dan tua (usia 80 tahun ke atas). Populasi lansia tahun 2025 di Indonesia diperkirakan mencapai sekitar 33-34 juta jiwa, yang setara dengan 11,8% dari total populasi. Angka ini menunjukkan peningkatan

signifikan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya dan menandakan Indonesia sedang memasuki era *ageing population* atau populasi menua. Pada tahun 2050, estimasi populasi lansia di Indonesia akan meningkat menjadi **19,8% dari jumlah populasi, artinya akan didapati 1 orang lansia dari setiap 5 individu**. Karena itu, sangat penting mempersiapkan diri sendiri dan kondisi pendukung/*support system* yang memadai untuk dapat menjalani masa lansia yang sehat dan bahagia.



Sumber: Badan Pusat Statistik, Sensus Penduduk 1971, Sensus Penduduk 2020, dan Proyeksi Penduduk 2050

Tantangan/kerentanan yang dialami seorang lansia dapat berupa kerentanan secara fisik, mental dan psikososial. Berikut beberapa hal yang mungkin dialami:

Fisik
<ul style="list-style-type: none"> • Penuaan biologis -- terjadi penurunan fungsi panca indra dan organ-organ tertentu (jantung, paru, ginjal, otak) • Keterbatasan mobilitas -- meningkatkan risiko jatuh, nyeri kronis, ketergantungan • Polifarmasi/minum berbagai obat-obatan -- meningkatkan risiko efek samping obat

Mental
<ul style="list-style-type: none"> • Perubahan otak alami -- mempengaruhi memori, konsentrasi, kecepatan berpikir, kemampuan mengikuti/mempelajari hal-hal baru • Demensia dan gangguan tidur sering kejadiannya pada usia lansia • Depresi banyak ditemukan pada lansia, dipicu kesepian, kehilangan pasangan dan penyakit kronis • Gangguan kecemasan meningkat karena kekhawatiran akan kondisi kesehatan, finansial atau kematian

Psikososial
<ul style="list-style-type: none"> • Isolasi sosial karena anak sibuk, pasangan sudah meninggal atau tinggal sendirian • Stigma terhadap gangguan mental -- membuat lansia jarang mencari pertolongan • Ketergantungan kepada keluarga atau caregiver -- menimbulkan rasa tidak berdaya, sedih atau merasa menjadi beban

Bagaimana solusi mengenai hal-hal yang bisa dipersiapkan untuk menghadapi tantangan di masa lansia? Beberapa saran dan tips akan dibahas dalam artikel ini.

Kondisi kesehatan fisik yang disebabkan degenerasi atau penuaan tidak sepenuhnya bisa dihindari, namun menjaga pola hidup sehat sejak muda atau secara dini tentunya akan berpengaruh positif di masa lansia. **Menjaga asupan dengan gizi seimbang** (seimbang karbohidrat, protein, lemak dan serat), **berolah raga secara rutin** (minimal 2-3 kali per minggu), **skrining kesehatan secara berkala** (6-12 bulan sekali) dan **konsultasi dengan dokter yang tepat** untuk penanganan gangguan kesehatan tertentu akan menolong lansia tetap terjaga kondisi kesehatan fisiknya.

Kesehatan mental lansia juga sangatlah penting namun seringkali terabaikan. Lansia dan keluarganya kemungkinan besar lebih berfokus pada penyakit fisiknya, tetapi aspek

psikologis kurang mendapat perhatian. Selain itu, banyak masyarakat, termasuk lansia sendiri, menganggap demensia, gangguan tidur, depresi atau kecemasan sebagai "hal wajar karena usia tua", bahkan menganggapnya "hal tabu untuk dibicarakan" sehingga **tidak segera mencari pertolongan**. Gejala gangguan kesehatan mental lansia juga uniknyanya sering muncul dalam bentuk keluhan fisik, sehingga dokter yang memeriksa lebih fokus pada pengobatan fisik tanpa merujuk ke profesional kesehatan mental.



Mengembangkan keterampilan menjaga kesehatan mental perlu waktu, pengalaman dan pembelajaran yang tidak singkat. Gambar di samping menunjukkan proses menuju masa lansia yang berhasil, khususnya secara mental (psikososial dan emosional), dimulai dari **rangkaian upaya adaptasi positif terhadap tekanan/stressor kehidupan dan kejadian-kejadian yang dirasa buruk/tak diharapkan**. Adaptasi secara menyeluruh ini menghasilkan penerimaan/**acceptance** terhadap kondisi tak diharapkan, berkembang menjadi **resiliensi** atau kemampuan bertahan yang semakin mantap dan berkontribusi terhadap masa lansia yang berhasil.

Psikoanalisis Jerman, Erik Erikson, dalam teorinya mengenai perkembangan psikososial manusia mengatakan bahwa seorang individu di masa lansianya akan merefleksikan perjalanan kehidupannya dan di titik tersebut dapat merasa puas atau merasakan penyesalan. Bila lansia mampu merasa puas/menerima kondisi kehidupannya, di situlah akan muncul **kebijaksanaan/wisdom**. Seringkali lansia melihat kekurangan dan keterbatasan diri secara fisik di masa tua, atau berakhirnya karir/pekerjaan dan kepergian pasangan sebagai suatu kehilangan, namun lansia juga dapat berupaya memandangi hal **yang masih ada, dipunyai, dan masih bisa dilakukan** sebagai tetap adanya **harapan/sense of hope** dalam dirinya.

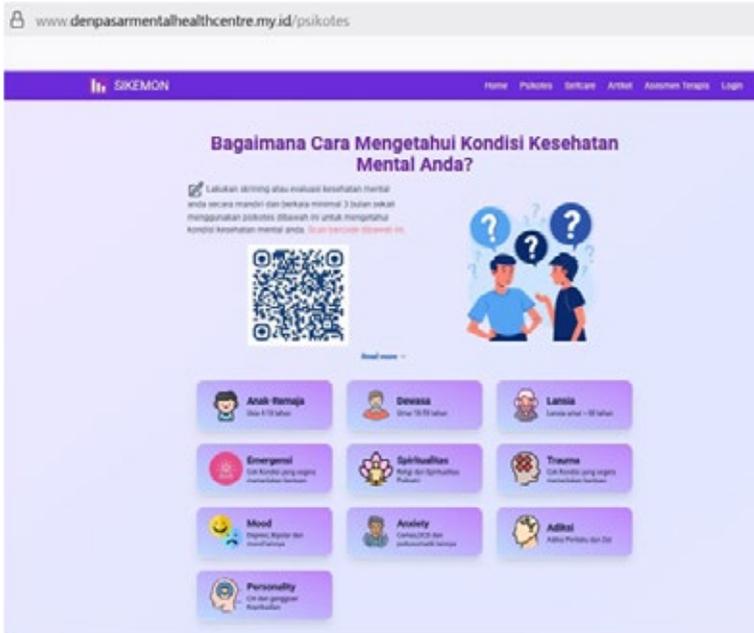
Bila seorang lansia didapati mengalami depresi, kecemasan atau demensia, perlu **kesadaran dari dirinya**

sendiri dan keluarga untuk berkonsultasi ke profesional kesehatan mental, **seraya menyingkirkan stigma buruk/tabu mengenai gangguan kesehatan mental**. Depresi, cemas dan demensia yang **ditangani dengan baik dan tepat** akan membantu memperbaiki kualitas hidup dan meningkatkan kebahagiaan lansia tersebut dan keluarganya.

Terdapat beberapa **asesmen mandiri** yang bisa dilakukan untuk skrining awal kondisi kesehatan mental lansia yang dapat dilakukan lansia didampingi oleh keluarganya. Hasil tes nantinya bersifat rahasia dan hanya dapat diketahui oleh yang diperiksa. Sebaiknya hasil tes tidak diunggah ke media sosial agar menjaga kerahasiaan data pribadi. Tes ini bukan untuk mendiagnosis, tetapi sebagai alat deteksi dini yang dapat dipakai oleh kalangan awam. Jangan ragu bertanya dan berkonsultasi kepada psikiater mengenai hasil tes yang diperoleh atau mengenai keluhan/kesulitan yang dialami (lihat tabel di halaman berikut).

Beberapa **tips mempersiapkan mental dan kondisi psikososial** untuk menjalani masa lansia yang sehat, yakni:

1. **Melatih resiliensi dan pola berpi positif.**
2. **Tetap berupaya aktif dan produktif sesuai kapasitasnya:** usaha/kegiatan aktivitas harian sesuai *passion*, membaca, menulis buku harian/jurnaling, aktif berdiskusi topik-topik yang positif, berolahraga secara rutin (olahraga bukan hanya menyehatkan fisik tapi juga



otak yang merupakan pusat pengatur kesehatan mental).

3. **Terlibat dalam komunitas yang positif**, misalnya: komunitas rohani, komunitas hobi, komunitas seni dan komunitas olahraga untuk tetap memiliki teman-teman di lingkup sosialisasi yang sehat.
4. **Membiasakan diri dalam literasi digital yang positif**, misalnya mempelajari cara mengoperasikan aplikasi digital sederhana yang bermanfaat untuk lansia, membiasakan diri menyaring dulu informasi di media sosial, tidak *oversharing* informasi di media sosial. Hal ini bermanfaat untuk menjawab kebutuhan berpartisipasi/berkontribusi di masa digital ini, meningkatkan pola komunikasi, menjadi stimulus pembelajaran berkelanjutan dan mencegah rasa kesepian.

5. **Menyisihkan sebagian hasil usaha/gaji untuk ditabung dan untuk asuransi kesehatan.**

Selain tantangan, ternyata masih banyak kesempatan yang justru muncul di masa lansia! Lansia dapat mempunyai harapan tetap bisa berkontribusi secara bermakna, memiliki hidup yang bertujuan (*purposeful*) yang pada akhirnya menimbulkan *feedback* perasaan positif/puas pada dirinya.

1. Usia yang panjang memberi **kesempatan mengejar karir baru** atau **mencoba mempelajari hal baru** dan **mendedikasikan waktu pada hobi/pelayanan sosial** yang tidak sempat dilakukan saat masih bekerja/berusaha.
2. Lansia dapat terus berkontribusi terhadap keluarga dan komunitasnya dalam berbagai cara yang bermakna sesuai kapasitasnya. Lan-



- sia dapat **memberi teladan dan arahan terhadap generasi muda sesuai konteks** yang dibutuhkan.
3. Fase akhir kehidupan ini dapat menjadi periode seseorang makin bijaksana, lebih mendalami tujuan hidup dan tetap berupaya terlibat, sehingga meningkatkan kekayaan dan kedalaman pemahaman tentang kehidupan.

Bila Tuhan beranugerah **memberikan Anda memasuki masa lansia**, maka Tuhan pasti memiliki tujuan

yang penting melalui Anda! Tujuan itu tercantum dalam Mazmur 92:14-15 yang mengatakan: "*Pada masa tua pun mereka masih berbuah, menjadi gemuk dan segar, untuk memberitakan, bahwa TUHAN itu benar, bahwa la gunung batuku dan tidak ada kecurangan pada-Nya.*" Tuhan Yesus memberkati dan mengasihi lansia. Soli Deo Gloria!

dr. Vivv Bagia Pradja, Sp.KJ

SUDAH LANJUT USIAKAH SAYA?

PENDAHULUAN

Berapakah usia yang sebenarnya untuk seseorang disebut sudah lanjut usia? Secara legal formal, Undang-Undang RI Nomor 13 Tahun 1998 menyatakan bahwa seseorang dikategorikan lanjut usia ketika ia, baik pria maupun wanita, berusia 60 tahun. Begitu pula standar WHO menyatakan bahwa lanjut usia dimulai saat seseorang berusia 60 tahun. Dalam konteks legal formal ini, konsekuensi perlakuan sosial, formal, dan hukum pun memiliki ketentuan berbeda dengan usia dewasa lain. Beberapa konsekuensi tersebut misalnya: dinyatakan pensiun dari berbagai tanggung jawab kekarayaan (walaupun untuk usia pensiun bervariasi tergantung pada bidang kerjanya). Secara umum, usia 60 tahun tidak lagi dikaryakan secara penuh. Walaupun demikian, dalam konteks kerajaan Allah, adakah usia lanjut usia? Paparan berikut akan menjelaskan konsep dan pemahaman praksis atas lanjut usia.

KRONOS

Adalah sesuatu yang alami, umur semua manusia bertambah. Setiap hari, baik kita sedang susah atau gembira, usia kita bertambah. Karena penggal pertambahan usia adalah dalam rentan tahun, maka kita seolah-olah baru merasakan bertambahnya usia setahun sekali. Relatif lama untuk kita 'sedikit bernafas' dari kejaran pertambahan usia. Seandainya penggal pertambahan usia dihitung bulanan,

maka kesadaran kita bahwa usia kita bertambah seolah-olah muncul sebulan sekali. Semakin kecil rentang waktu yang digunakan sebagai patokan pertambahan usia, semakin terasa cepat waktu berlalu.

Kita tidak bisa menghentikan putaran waktu sekejap pun. Waktu terus berjalan, entahkah kita suka atau tidak. Ketika kita dalam keadaan bahagia, rasanya tidak ingin waktu cepat berlalu, apalagi berganti menjadi kesedihan. Sebaliknya, saat kita ditimpa kemalangan dan kesedihan, kita ingin hal tersebut cepat berlalu, bahkan kalau mungkin, segera berubah menjadi kegembiraan. Namun manusia bukanlah pengendali waktu. Bahkan malaikat pun tidak sanggup menghentikan waktu. Tuhan pun, sekalipun memiliki kedaulatan atas waktu untuk menghentikan waktu, tidak akan melakukannya kecuali memang sudah ingin menghentikan peri kehidupan di alam semesta ini

Inilah yang dimaknai sebagai kronos. Kronologi yang secara harafiah diartikan runtutan waktu atau peristiwa adalah salah satu variasi dari kronos. Kronos (lebih tepatnya ditulis *khronos-chronos*) berasal dari kata Yunani *Χρόνος* (*Khrónos*), yang secara literal berarti "time atau waktu". Dia berjalan sebagaimana putaran matahari. Selama matahari tidak berhenti berputar, khronos pun akan terus berjalan. Setiap makhluk hidup mengalami usia bayi-kecil-remaja-dewasa-lanjut usia dan akhirnya mati.

Ketika perputaran waktu terus berjalan, tanpa bisa dihentikan sekejap pun, kita diperhadapkan pada pilihan-pilihan hidup yang menentukan, bagaimanakah kita menjalani dan mengisi setiap detak waktu dalam hidup kita, baik atau buruk. "*Sekali kelak pekerjaan masing-masing orang akan nampak. Karena hari Tuhan akan menyatakannya, sebab ia akan nampak dengan api dan bagaimana pekerjaan masing-masing orang akan diuji oleh api itu*" (1 Kor 3:13).

KAIROS

Di sisi lain ada kata "kairos" yang berasal dari bahasa Yunani "*καιρός*". Secara harfiah diterjemahkan sebagai kesempatan. Kesempatan adalah sebuah momen yang merupakan bagian dari waktu juga. Perbedaan paling utama antara kairos dan *chronos* adalah dari sisi eksistensinya. *Chronos* tidak akan pernah berhenti, terus berputar, bersifat rutin tanpa memperdulikan keadaan hidup seseorang. Setiap hari kita masih bertemu pagi, siang, dan seterusnya. Kita masih melakukan pekerjaan atau kesibukan yang cenderung sama dari hari ke hari. Sedangkan kairos tidak bersifat rutin, bahkan mungkin saja hanya terjadi sekali seumur hidup kita. Misalnya. momen lahir dan hadir di dalam keluarga si anu tidak terjadi terus-menerus. Seorang ibu melahirkan si A, dan itu tidak akan terulang lagi.

Dalam konteks kairos inilah kita dan semua umat manusia diberikan kesempatan (yang saya yakin) sama secara adil dan merata, walaupun

tentu saja pengalaman dan kesempatan setiap orang tidaklah selalu sama. Maka dalam situasi ini kita pribadilah yang menentukan apakah kita mengambil kesempatan itu atau membuang dan mengabaikannya.

Pada waktu saya masih remaja, seorang teman berkata kepada saya bahwa hidup ini hanya sekali, maka nikmatilah dan habiskan masa remaja dengan bersenang-senang. Masa mudamu akan segera berakhir dan kamu akan menyesal kalau tidak menikmatinya dengan bersenang-senang. Senang-senang yang dimaksud teman saya adalah perbuatan-perbuatan yang cenderung negatif dan melanggar etika kesusilaan, misalnya seks bebas, mabuk dan sebagainya. Saat itu hati nurani saya tidak sejahtera dengan tawaran dan ajakan dia. Maka dalam konteks kairos, saya harus memutuskan apakah saya mengambil tawaran tersebut atau menolaknya.

Bahwasanya hidup hanya sekali adalah benar adanya, tapi apakah kesempatan bersenang-senang dengan perilaku demikian harus saya ambil dan jalani? Hati seorang remaja tidaklah mudah untuk memutuskan dengan tegas karena inilah masa-masa krusial ditambah secara alamiah sedang mengalami akil balig. Menerima tawaran, hati nurani tidak sejahtera; menolak beresiko dijauhi teman dan dianggap kuper (kurang pergaulan), apalagi jika teman remaja-remaja lain mengiyakan dan membenarkan tawaran dan pikiran demikian. Namun akhirnya saya memilih kata hati saya, nurani saya

untuk menolak tawaran teman-teman itu. Saya membuang dan mengabaikan kairos yang demikian. Hingga saat ini, karena saya tidak pernah melabuhkan masa muda saya melakukan hal-hal yang ditawarkan itu, maka masa bersenang-senang sebagaimana pengertian yang teman saya sampaikan tentu hilang dan tidak pernah saya miliki seumur hidup saya.

Ada kairos lain yang saya rasakan kala itu. Tuhan mengasihi saya dan membimbing hati saya untuk berjumpa dengan Yesus secara pribadi. Melalui sebuah *Bible camp* saya dibimbing dan memutuskan untuk menerima Yesus Kristus sebagai Tuhan dan Juruselamat. Inilah kairos yang saya pilih, dan ternyata sekarang saya merasa itu adalah pilihan terpenting dan tepat dalam hidup saya. Saya mengambil kesempatan untuk mengenal Tuhan dan menjawab panggilan-Nya. Jadi, saya memang kehilangan masa bersenang-senang (dalam pengertian teman remaja), tapi saya mendapatkan Tuhan Yesus yang terus bertahta di hati dan hidup saya hingga saat ini. Saya tidak pernah menyesali, bahkan sangat menyukuri keputusan saya tersebut. Ketika masa sekarang saya berkesempatan berjumpa dengan teman-teman tersebut (atau mendengar tentang mereka), saya semakin yakin akan kebenaran pilihan masa remaja saya, sebab mereka yang memilih hidup bersenang-senang ala demikian tidak hidup dalam damai sejahtera.

KESELAMATAN ADALAH KAIROS

Kembali kepada bahasan awal kita tentang usia yang sudah lanjut. Apakah dalam konteks pengalaman hidup saya menerima Tuhan Yesus saat masih remaja dengan orang lain, katakanlah yang baru berjumpa dengan Tuhan Yesus secara pribadi saat usia memasuki lansia (60 tahun), saya dikatakan lebih baik atau lebih beruntung? Saya yakin tidaklah demikian. Kalau demikian, itu adalah konsep *chronos*, bukan kairos. Artinya, secara *chronos* saya berjumpa dengan Tuhan Yesus saat masih remaja, sedangkan orang lain saat lansia. Tapi secara kairos, Tuhan memberikan kesempatan yang sama. Ada seorang bapak (sebutlah bapak A) bercerita kepada saya bahwa dia mempunyai seorang teman (sebutlah bapak B) yang berkali-kali menolak dia saat ingin membagikan jalan keselamatan dalam Tuhan Yesus. Tapi bapak A tidak pernah berhenti berdoa dan mencari kesempatan untuk membagikan kabar keselamatan kepada bapak B. Suatu saat, di usia yang sudah sangat lanjut, 95 tahun, bapak B terbaring sakit. Bapak A merasa waktu hidup bapak B ini tidak lama lagi. Hati bapak A digerakkan untuk mendoakan, mengunjungi dan menghibur bapak B. Pada saat kunjungan itulah bapak B yang sakit ini mengatakan ingin mendengarkan cerita jalan keselamatan yang selalu ditolakinya itu. Tanpa berpikir panjang bapak A menyampaikan jalan keselamatan sekaligus menantang temannya itu untuk menerima Tuhan Yesus sebagai Juruselamatnya. Dia dengan berlinang air mata menerima

ajakan itu. Tidak lama berselang, teman tersebut meninggal dunia. Durasi untuk mengenal dan menerima Tuhan Yesus tidaklah lama, namun ketika Tuhan menjumpainya dan mengundang dia menjadi mempelai-Nya dan dia merespon dengan positif, maka itulah kairós yang menjadi *rhema*. Hanya Tuhanlah yang memiliki kedaulatan menentukan seberapa besar pengenalannya akan Tuhan. Tidak ada satu manusia pun (bahkan malaikat) yang berhak menilai anugerah atasnya hanyalah kecil atau secara kronos, singkat dibandingkan mereka yang sudah mengenal Tuhan bertahun-tahun.

Maka, dalam hal merespon, Tuhan tidak melihat usia ataupun durasi. Tidak masalah apakah seseorang mengenal Dia di masa kanak-kanak, remaja, atau bahkan seperti bapak B tadi di usia 95 tahun. Respon harus datang di waktu kairós yang tepat dan yang paling penting adalah menerima panggilan Tuhan dengan “ya” dan “amin”.

LANJUT USIA YANG DIPAKAI TUHAN

Jika anugerah keselamatan adalah tentang kairós, maka berkarya adalah *chronos*. Kita berkarya dalam kehidupan dimulai saat kita kanak-kanak. Berkarya di sini tidak hanya soal bekerja, melainkan apapun yang kita jalani dan kerjakan, baik untuk diri sendiri maupun untuk orang lain. Untuk diri sendiri, termasuk belajar. Belajar sudah dimulai saat kita lahir hingga dewasa, bahkan lanjut usia. Bekerja dimulai saat berusia dewasa, yakni 18 tahun hingga kita pensiun,

usia berkisar 55 hingga 60 tahun. Bahkan ada beberapa institusi yang mengatur usia pensiun sebelum usia 55 tahun, seperti pramugari yang pensiun di usia 36 tahun.

Usia 60 tahun, yang sudah dikategorikan lanjut usia (lansia) dan memasuki masa pensiun dalam karya adalah tentang *chronos*. Itulah perjalanan usia seseorang yang terjadi secara alami. Namun demikian, seseorang di usia lanjut tidak pernah kehilangan kairósnya, kairós dalam banyak sendi kehidupan. Terpenting adalah kita sudah memiliki Kristus dalam hidup kita. Ketika Kristus sudah menjadi Juruselamat, maka ada banyak kairós yang terus disediakan Tuhan sementara perjalanan waktu hidup kita secara *chronos* terus berjalan. Melayani Tuhan tidak mengenal kata usia lanjut. Memang ada beberapa situasi dan kondisi yang menjadi tolok ukur. Contohnya: *song leader* (pemimpin pujian) memerlukan mereka dengan usia yang masih muda dan lebih enerjik. Juga barangkali demi alasan regenerasi, usia seseorang dengan jabatan pendeta atau gembala sidang perlu dibatasi hingga misalnya 60 tahun (setiap sinode dan organisasi memiliki keputusan berbeda-beda tentang ini).

Namun demikian, karya kita bukanlah melulu tentang jabatan atau gelar, melainkan kerelaan dan kemauan. Sekitar kita, kalau kita memandangnya dengan hati dan mata rohani kita, adalah ladang yang Tuhan sediakan. Apakah kita terus terpaku merasa sudah lanjut usia sehingga tidak bergerak memenangkan, me-

langkah untuk tetap dan terus berkarya bagi Tuhan? Bapak A yang saya sebutkan dalam cerita di atas, yang mendoakan dan membagikan Injil kepada bapak B, bukanlah anak muda atau dewasa muda. Bapak A berusia mendekati 78 tahun saat itu, namun ia tidak merasa sudah tua untuk berbagi kabar keselamatan. Kini beliau sudah berusia 80 tahun tapi tetap memiliki semangat tinggi untuk dipakai Tuhan. Pendeta Stephen Tong yang saya yakin kita semua mengenalnya, saat ini berusia 85 tahun, namun masih sangat antusias dan sibuk berkarya buat Tuhan. Pendeta Caleb Tong di-panggil Tuhan di usia 83 tahun, yang berarti dalam usianya yang lanjut tetap berkarya indah buat Tuhan dan gereja-Nya.

Melayani Tuhan bukanlah karena usia, tapi karena kerinduan hati kita untuk memuliakan dan menyenangkan Tuhan kita. Dalam Alkitab banyak tokoh-tokoh yang tetap giat dan semangat melayani Tuhan di masa tua. Simeon dan Hana (Luk 2:21-40) adalah dua di antaranya. Tentang Simeon dikatakan bahwa ia adalah seorang yang benar dan saleh yang menantikan penghiburan bagi Israel. Hana dikatakan sebagai seseorang yang tidak pernah meninggalkan Bait Allah, siang malam beribadah dengan berpuasa dan berdoa. Keduanya hadir sebagai pengantar dan teladan iman saat Yesus Kristus masih balita. Mereka seperti menjadi simbol kesetiaan dan kasih dari karya Kristus permulaan. Karenanya, mereka diizinkan Tuhan mengalami kairós di usia yang sudah

lanjut. Paulus memberikan nasihat penting kepada Titus tentang mereka yang disebut 'tua' Bahwa bagi pria yang lanjut usia: hendaklah hidup sederhana, terhormat, bijaksana, sehat dalam iman, dalam kasih dan dalam ketekunan (Tit 2:2). Sedangkan bagi wanita lanjut usia hendaklah mereka hidup sebagai orang-orang beribadah, jangan memfitnah, jangan menjadi hamba anggur, tetapi cakap mengajarkan hal-hal yang baik Dalam konteks di Indonesia, istilah "hamba anggur" memang kurang cocok. Ini bisa diganti dengan hal lain sesuai dengan konteks. Rasul Paulus menuliskan surat pengembalaannya kepada Filemon tatkala ia masih di penjara dan sudah lanjut usia (Fil 1:9). Walaupun demikian, ia tidak kehilangan semangat penginjilan sekaligus pengembalaannya.

Umur hanyalah soal angka. Bekerja untuk Tuhan berasal dari hati yang terpanggil. Buat mereka yang belum sungguh mengenal Tuhan, tidak ada kata terlambat meskipun sudah berusia lanjut. Sedangkan yang sudah mengenal Tuhan, jangan lelah bekerja di ladang Tuhan di usia lanjut sekalipun. Kerjakan semaksimal dan sebaik mungkin kairós yang Tuhan sediakan bagi kita di masa lanjut usia. Ketika kelak kita bersama Bapa dalam kekekalan, tidak akan ada lagi *chronos*, yang tinggal hanyalah *kairós*, kesempatan untuk menikmati hadirat Allah yang kudus selama-lamanya.

Teduh Primandaru
Jemaat GII Kebaktian
Kota Baru Parahyangan

Belajar Sepanjang Hayat: Mengapa Lansia Perlu Terus Belajar dan Berkembang?

Bagi banyak orang di Indonesia, masa pensiun sering dipandang sebagai waktunya berhenti dari segala kesibukan: duduk santai di depan televisi, menonton YouTube atau sekadar menghabiskan waktu tanpa beban pekerjaan. Ada anggapan bahwa setelah anak-anak dewasa dan pensiun, tugas orang tua pun berakhir. Namun benarkah demikian? Pandangan ini sebenarnya lebih banyak lahir dari mitos tentang lansia yang identik dengan kelemahan, ketidakberdayaan dan keterasingan. Padahal, dalam terang iman Kristen, masa tua bukanlah masa berhenti, melainkan kesempatan untuk tetap belajar, bertumbuh dan berbuah.

Mitos tentang Lansia

Dalam banyak budaya, lansia sering dipandang sebagai "fase akhir" yang identik dengan istirahat total, keterbatasan, bahkan penurunan fungsi. Akibatnya muncul berbagai mitos tentang lansia dan pembelajaran.

Mitos #1: "Bambu tua tidak bisa dibengkokkan lagi". Ada anggapan bahwa orang tua tidak bisa lagi belajar hal baru. Anggapan ini menutup kemungkinan lansia untuk bertumbuh. Padahal, penelitian menunjukkan bahwa otak manusia

tetap memiliki neuroplastisitas sepanjang hidupnya, sehingga belajar tetap mungkin dilakukan di usia lanjut. Neuroplastisitas menunjukkan kelenturan otak untuk beradaptasi dan belajar, seperti pisau bila dipakai dan diasah terus akan tetap tajam, tetapi bila tidak pernah dipakai akan menjadi tumpul bahkan berkarat.

Mitos #2: "Belajar hanya untuk anak muda". Ada juga pandangan bahwa belajar itu hanya untuk anak muda, atau harus lewat sekolah dan kuliah. Kenyataannya, bagi orang yang sudah lanjut usia, belajar bisa datang dalam bentuk sederhana: membaca buku, ikut kursus, mempelajari teknologi, mencoba hobi baru, bahkan memperdalam Firman Tuhan. Semua ini bisa membawa sukacita dan manfaat besar.

Mitos #3: Lansia tidak bisa mengikuti perkembangan zaman. Ada anggapan bahwa teknologi atau hal-hal baru terlalu sulit untuk orang tua. Akibatnya, mereka dianggap lebih baik tidak usah mencoba. Padahal, banyak orang tua di Indonesia justru belajar menggunakan *smartphone*, WhatsApp, atau media sosial untuk berhubungan dengan anak cucu mereka. Dengan sedikit kesabaran, mereka bisa mengikuti zaman dan tetap merasa dekat dengan keluarga.

Mitos #4: Usia lanjut identik dengan sakit-sakitan. Memang benar, semakin tua tubuh kita makin lemah. Tetapi itu tidak berarti lansia tidak bisa aktif atau produktif. Banyak orang tua tetap sehat karena menjaga pola hidup, berolahraga ringan dan memiliki aktivitas yang bermakna. Justru jika hanya duduk diam, kesehatan bisa lebih cepat menurun.

Perspektif Kristen tentang Belajar di Usia Lanjut

Dalam pandangan Alkitab, usia tua bukanlah masa kemunduran, melainkan musim yang tetap berbuah. Firman Tuhan berkata, "*Mereka masih berbuah pada masa tua, mereka gemuk dan segar*" (Mzm 92:15). Artinya, Tuhan merancang masa lanjut usia bukan untuk berhenti, tetapi tetap menghasilkan buah iman, hikmat, dan kasih. Walaupun tubuh menjadi lemah jiwa dan roh tidak berhenti bertumbuh. Justru di masa tua, seseorang bisa melihat lebih jelas kesetiaan Tuhan dari perjalanan panjang hidupnya.

Belajar di usia senja juga memberi identitas dan martabat, menegaskan bahwa orang tua bukanlah beban, melainkan pribadi yang masih memiliki tujuan dan kontribusi berharga. Dengan terus belajar, mereka dapat menemukan peran baru, sebagai penasihat keluarga, pengajar Firman, atau sahabat bijak yang mendengarkan, sehingga tetap menjadi bagian penting dari komunitas, tetap berkarya dan terus menjadi berkat. Masa tua dengan demikian bukanlah masa menunggu, melainkan masa berbuah, sesuai janji Tuhan bahwa

"Mereka masih berbuah pada masa tua, mereka gemuk dan segar."

Lebih jauh lagi, Alkitab mengingatkan bahwa pertumbuhan adalah panggilan seumur hidup. Yesus berkata, "*Kasihilah Tuhan, Allahmu, dengan segenap hatimu, dengan segenap jiwamu, dan dengan segenap akal budimu*" (Mat 22:37). Mengasihi Allah dengan akal budi berarti kita tidak pernah berhenti belajar dan memperdalam pengenalan kita akan Dia. Begitu juga Rasul Paulus menegaskan bahwa hidup orang percaya adalah perjalanan panjang, bukan garis akhir yang sudah dicapai: "*Aku melupakan apa yang telah di belakangku dan mengarahkan diri kepada apa yang di hadapanku, dan berlari-lari kepada tujuan untuk memperoleh hadiah*" (Flp 3:13-14). Jadi, belajar di usia lanjut bukan sekadar aktivitas tambahan, tetapi bagian dari ketaatan iman.

Mengapa Penting bagi Lansia untuk Terus Belajar?

Mengapa belajar itu penting di masa tua? Berikut beberapa alasannya:

1. Menjaga kesehatan otak.

Otak yang dipakai terus akan tetap kuat. Membaca, memainkan musik, mencoba hobi atau sekadar mengisi teka-teki silang ibarat "senam otak" yang dapat melatih ingatan dan konsentrasi. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas belajar membantu memperlambat penurunan daya pikir (*Koelsch Senior Communities, 2023*).

2. Kesehatan emosional dan kebahagiaan. Belajar hal baru memberikan rasa pencapaian, meningkatkan rasa percaya diri dan rasa puas. Lansia

merasa lebih “hidup” dan memiliki tujuan. Aktivitas ini juga bisa mengurangi stres dan kebosanan sehari-hari. Saat berhasil memahami sesuatu yang baru, orang tua bisa merasa bangga dan bersemangat.

3. Kehidupan sosial dan komunitas. Kegiatan belajar jarang dilakukan sendirian. Ikut kelas kursus, kelompok PA (Penelaahan Alkitab) atau klub olahraga, bisa menjadi sarana untuk menjalin persahabatan baru. Selain belajar, lansia terhubung dengan orang lain, baik sebaya maupun lintas generasi. Hal ini mengurangi rasa kesepian dan membangun persahabatan yang sehat.

4. Membantu adaptasi dan kemandirian. Dunia sekarang serba digital. Dengan terus belajar, lansia bisa lebih mudah menyesuaikan diri dengan teknologi dan layanan modern. Belajar hal-hal praktis seperti menggunakan aplikasi kesehatan atau cara video *call* bisa membuat orang tua lebih mandiri, dan tidak harus selalu bergantung pada orang lain. Keterampilan menggunakan sosial media atau mencari informasi di internet membantu lansia mengikuti isu-isu kontemporer dan perkembangan jaman.

5. Memberi struktur dan makna baru. Setelah pensiun, banyak orang kehilangan struktur harian. Tidak adanya pekerjaan, jadwal, atau kegiatan rutin, membuat lansia kehilangan tujuan. Dengan belajar, hari-hari jadi lebih terarah, ada hal yang ditunggu, ada sesuatu yang memberi semangat.

6. Manfaat Kesehatan Fisik.

Lakukan kegiatan belajar yang melibatkan gerakan tubuh, seperti menari, yoga, atau keterampilan tangan. Aktivitas ini mendukung kesehatan fisik, menjaga mobilitas, dan memperkuat daya tahan tubuh. Fisik yang sehat mendukung pelayanan dan ibadah juga. Jika tubuh lebih kuat dan sehat, bisa lebih aktif dalam komunitas dan pelayanan gereja.

Dengan kata lain, belajar di usia lanjut bukan hanya soal menambah ilmu, itu adalah cara menjaga otak tetap sehat, hati tetap gembira, relasi tetap hidup dan iman tetap bertumbuh.

Apa Saja yang Bisa Dipelajari oleh Lansia?

Pertanyaan yang sering muncul adalah: “Kalau begitu, apa saja yang bisa dipelajari di usia tua?” Jawabannya: banyak sekali! Belajar tidak selalu berarti duduk di kelas atau membaca buku tebal. Belajar bisa sederhana, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan hidup sehari-hari. Berikut beberapa hal yang bisa dipelajari oleh lansia:

1. Belajar Firman Tuhan lebih dalam. Masa tua adalah waktu yang indah untuk memperdalam relasi dengan Tuhan. Ikut kelompok PA, persekutuan usia indah, membaca buku rohani, atau mengikuti seminar rohani bisa menolong iman tetap segar. Selain itu, dengan belajar Firman, lansia juga memberi teladan iman yang hidup bagi anak cucu.

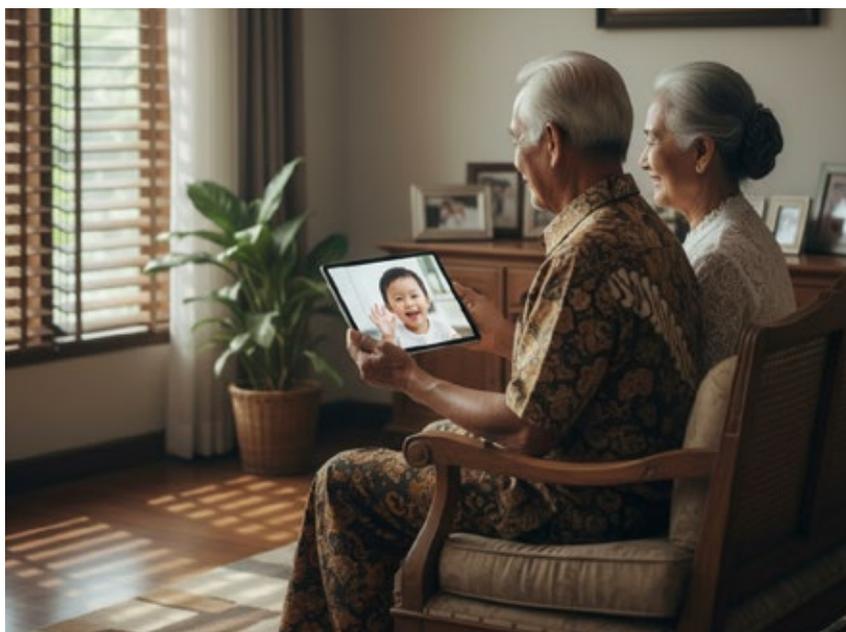
2. Mengasah keterampilan praktis. Belajar hal-hal sederhana seperti mencoba resep masakan baru, membuat hidroponik, merawat tanaman bonsai, membuat keramik/kerajinan tangan lainnya atau mencoba alat teknologi baru bisa memberi kepuasan tersendiri. Hal ini bukan hanya menyenangkan, tetapi juga menjaga pikiran tetap aktif dan kreatif.

3. Mengikuti perkembangan teknologi. Tidak sedikit orang tua yang merasa ketinggalan zaman karena dunia digital bergerak cepat. Tetapi, belajar menggunakan *smartphone*, Whatsapp, Youtube, aplikasi video *call*, atau media sosial bisa membuka pintu untuk tetap terhubung dengan keluarga, terutama anak cucu dan perkembangan dunia. Belajar teknologi bukan soal ikut-ikutan, melainkan cara untuk tetap terhubung.

4. Menjaga kesehatan lewat aktivitas fisik. Belajar gerakan senam ringan, yoga, teknik bernafas, gym untuk lansia, atau tarian tradisional bisa membantu tubuh tetap bugar. Aktivitas semacam ini menyehatkan tubuh sekaligus menyenangkan hati.

5. Menggali seni dan hobi baru. Belajar melukis, memainkan alat musik, menulis cerita, atau bahkan fotografi bisa menjadi cara indah untuk mengekspresikan diri. Seni memberi ruang bagi keindahan, yang juga mencerminkan karya Allah dalam hidup manusia.

6. Belajar bersama komunitas. Tidak ada yang lebih indah daripada belajar bersama-sama. Ikut kelas kelompok, diskusi buku, kursus singkat, atau keluar makan siang bersama teman dan bincang-bincang, akan membuat hati lebih hangat karena





ada kebersamaan. Di situ, belajar bukan hanya soal menambah ilmu, tapi juga memperluas persahabatan.

Dengan kata lain, belajar di usia senior bukanlah beban, melainkan sebuah anugerah. Setiap langkah kecil, entah itu memahami teknologi baru, memperdalam Firman, atau mencoba hobi baru, adalah cara untuk tetap hidup penuh semangat. Tuhan tidak pernah berhenti memakai orang tua untuk menjadi berkat. Maka, belajar di masa tua bukan sekadar menambah pengetahuan, tetapi juga memperkaya hati, memperkuat iman, dan membuat hidup tetap berbuah.

Penutup

Dalam rencana Allah, para lansia bukanlah pribadi yang "selesai," melainkan pribadi yang terus "berbuah." Setiap musim kehidupan adalah kesempatan baru untuk belajar, melayani dan menghadirkan hikmat

yang menjadi berkat bagi orang lain. Alkitab menegaskan, "*Mereka masih berbuah pada masa tua*" (Mzm 92:15). Artinya, masa lanjut usia tetaplah bernilai, penuh potensi, dan dipanggil untuk bertumbuh dalam kasih dan pengenalan akan Tuhan.

Karena itu, gereja, keluarga, dan komunitas dipanggil untuk menciptakan ruang di mana para lansia dapat belajar, berbagi, dan melayani. Dukungan sederhana, mulai dari kelas Alkitab, kelompok diskusi, pelatihan teknologi, hingga ruang untuk kesaksian hidup, dapat menolong mereka menemukan makna dan sukacita di masa tua. Mari kita bersama-sama mendorong para lansia untuk tidak berhenti, tetapi terus belajar dan bertumbuh, sehingga mereka sungguh menjadi teladan bagi generasi berikutnya.

Sarinah Lo

PANGGILAN MELAYANI USINDA

Jika kita melihat semua pelayanan yang ada di gereja, jujur, pelayanan di Usinda tidak terlalu menarik. “Ngapain ngurus opa dan oma, pusing ah...” Membayangkan saja melayani usinda, tidak ada perasaan. Karena itu, sulit mencari orang-orang yang terbebani dan mau melayani mereka. Anggapan sebagian orang, usinda susah diurus, banyak maunya. Belum lagi jika ada yang sakit dan banyak mengeluh sana sini, malas mende-ngarkannya.

Ini realita pelayanan di usinda. Mereka adalah bagian dari domba-domba Allah, tetapi jarang ada orang yang mau mengembalakan mereka. Dalam tulisan ini, penulis mencoba membagikan hal-hal yang penting mengapa kita harus melayani mereka.

Pertama, mereka kesepian dan membutuhkan teman. Kalau kita perhatikan, para usinda, mungkin orang tua kita sendiri atau kakek nenek kita, mereka bersyukur kalau berumur panjang dan sehat selalu. Hanya saja karena kondisi fisik mereka, mereka sebenarnya adalah ‘tahanan rumah.’ Mereka tidak bisa ke mana-mana dan sulit untuk beraktivitas. Kalau yang sehat, bersyukur bisa jalan-jalan, bertemu dengan teman dan sahabat serta berolahraga bersama. Tetapi ada sebagian usinda sudah tidak bisa ke mana-mana atau dilarang oleh keluarganya pergi ke mana-mana. Kalau pergi ke mana-mana harus diantar dan ditemani, tidak boleh sendirian.

Nah, ketika mereka ada di rumah, apakah mereka benar-benar bisa menikmati suasana rumah? Terkadang tidak. Mengapa? Karena seringkali anggota keluarga lain yang tinggal bersama mereka jarang atau bahkan tidak pernah mengajak mereka berbicara dengan terbuka. Yang ada hanyalah basa-basi, dan terkadang karena kesibukan masing-masing, usinda itu terabaikan. Ada, tetapi tiada. Ada fisiknya, tetapi jarang disapa atau diajak bicara. Nah, hal inilah yang mengakibatkan mereka mengalami kesepian. Sebenarnya mereka ingin didengar dan diperhatikan. Usinda memiliki karakter ingin bicara banyak hal, cerita masa lalu mereka, dan ingin didengar, hanya saja jarang ada yang memperhatikan. Akhirnya mereka mengalami kesepian. Walaupun ada orang lain di rumah, usinda bisa merasa asing sendiri. Ada di rumah, tetapi tidak bisa menikmati kebersamaan di dalam rumah.

Kedua, mereka merasa tak berguna. Perasaan tak berguna muncul karena mereka sudah mulai jarang dilibatkan di dalam urusan pekerjaan dan rumah tangga. Karena kondisi fisiknya yang terbatas, tak jarang memang usinda hanya duduk dan diam saja. Sebenarnya mereka juga ingin menjadi orang yang berguna. Karena itu, tatkala mereka jarang dilibatkan di dalam urusan rumah tangga atau pekerjaan, mereka merasa bahwa

hidup mereka sudah hampa dan tak berguna. Ada banyak yang sedih karena akhirnya hanya menjadi beban saja bagi anak dan cucu mereka.

Ketiga, *kuatir dan takut masa depan.* Masa depan yang dimaksud adalah bagaimana hidup mereka kelak? Bagaimana jika semua sibuk dan tidak lagi sempat mengurus mereka? Apakah saya akan ditempatkan di rumah jompo? Apakah anak-anak saya memperhatikan saya? Apakah mereka peduli dan ingat saya? Banyak usinda yang sering menangis, bukan karena urusan sakit, tetapi mereka sedih kalau mereka dilupakan oleh anak-anak mereka. Di satu sisi, mungkin anak-anak tidak sadar kalau mereka sudah mengabaikan orang tua mereka karena kesibukan masing-masing. Mereka sangat sedih kalau akhirnya mereka dilupakan bahkan sampai harus ditempatkan di rumah jompo karena anak dan cucu mereka tidak lagi bisa merawat mereka.

Keempat, *takut mengalami kematian.* Sebenarnya dari usia, mereka seharusnya lebih siap, karena firman Tuhan sendiri mengatakan manusia rata-rata berusia 70 tahun dan kalau kuat 80 tahun. Tetapi, tetap saja mereka takut menghadapi kematian. Sebenarnya bukan mereka saja, semua orang juga takut mengalami kematian. Tetapi bagi para usinda, mereka terkadang takut dan sering gelisah. Walaupun usia mendekati, hati belum siap.

Melihat kondisi di atas, apa yang harus kita lakukan? ***Pertama, *memerhatikan mereka sepenuh hati.**** Gereja

sebagai sarana kasih Allah harus juga menyatakan bahwa mereka adalah bagian dari gereja dan mereka dikasihi dan diperhatikan. Kasih dan perhatian bisa diberikan dengan cara memberikan mereka hadiah Natal dan ulang tahun. Kasih dan perhatian juga bisa dilakukan dengan mendoakan mereka. Bukan masalah besar kecilnya harga hadiah yang diberikan, tetapi perhatian yang diberikan sudah cukup bagi mereka. Jika mereka merasa dikasihi dan diperhatikan, mereka akan memiliki semangat untuk ke gereja dan beribadah. Mereka juga akan menjadi jemaat yang setia kepada Tuhan.

Kedua, *menciptakan persekutuan yang hidup.* Hampir setiap gereja ada persekutuan usinda. Ini sudah hal yang indah karena gereja memperhatikan mereka dengan menyediakan wadah bagi mereka bisa beribadah secara khusus. Hanya saja, persekutuan tersebut jangan terjebak hanya pada rutinitas saja, tetapi benar-benar menjadi persekutuan yang mengikat dan memepererat satu dengan yang lain. Karena kebutuhan usinda adalah komunitas supaya mereka tidak mengalami kesepian, maka persekutuan yang ada biarlah menjadi rumah kedua bagi mereka. Mereka senang jika ada teman bicara dan teman di dalam canda dan tawa. Karena itu, persekutuan harus bervariasi. Alternatif yang bisa dilakukan adalah rekreasi bersama, mengadakan acara-acara khusus seperti olah raga bersama, jalan bersama, atau bahkan belajar masak bersama.

Intinya, mereka merasa ada tempat bagi mereka dan ada sahabat mau mendengarkan mereka.

Ketiga, karyakan apa yang mereka bisa kerjakan. Menjadi tua bukan berarti tidak berguna. Masih ada yang bisa dikerjakan oleh mereka yang sudah memasuki usia pensiun. Saya percaya, sebenarnya mereka sendiri tidak ingin pensiun dan istirahat, hanya saja karena usia dan keterbatasan fisik mereka, mereka akhirnya harus menyingkir dari semua urusan pekerjaan. Nah, gereja bisa memikirkan hal-hal apa saja yang bisa mereka kerjakan bagi gereja. Walaupun tidak semua pelayanan bisa mereka lakukan, mereka mungkin bisa dipercayakan tugas-tugas yang ringan tetapi penting juga, misalnya saja sebagai penyambut tamu, pendoa syafaat dan tugas lainnya yang sederhana dan ringan. Usinda yang dikaryakan pasti akan merasa berharga dan bisa menjadi berkat, terutama bagi anak dan cucu mereka.

Keempat, memastikan keselamatan mereka. Salah satu cara untuk tidak takut menghadapi kematian adalah kepastian akan keselamatan. Kalau mereka sudah tahu jelas ke mana mereka akan pergi setelah meninggalkan dunia ini, mereka bisa merasa tenang dan siap kapan pun Tuhan memanggil mereka. Karena itu, salah satu pelayanan yang bisa dikerjakan di dalam pelayanan usinda adalah memberitakan Injil kepada mereka dan memastikan keselamatan me-

reka. Karena keterbatasan mereka, terkadang mereka belum benar-benar memahami kepastian keselamatan ini. Jangan biarkan mereka meninggalkan dunia ini tanpa Kristus. Pelayanan ini bisa bekerja sama dengan lembaga atau pihak yang kompeten di dalam memberitakan Injil kepada usinda seperti Evangelism Explosion (EE), supaya mereka bisa menerima kepastian keselamatan mereka sendiri.

Nah, jika melihat kebutuhan dan pelayanan yang bisa dikerjakan di kalangan usinda, maka pelayanan ini membutuhkan gembala-gembala untuk menggembalakan mereka. Pada saat Tuhan Yesus melihat begitu banyak orang mengikuti Dia, hatinya tergerak oleh belas kasihan dan merindukan mereka juga dapat dilayani dengan baik. Tuhan Yesus berkata: "*Tuaian memang banyak, tetapi pekerja sedikit*" (Mat 9:37). Para usinda memerlukan pekerja-pekerja (gembala-gembala) untuk membimbing dan membawa mereka lebih mengenal Tuhan dan takut akan Tuhan. Jika saudara terbebani, hubungi pengurus gereja saudara, dan jadilah berkat dengan memperhatikan para usinda. Tidak ada kerugian tatkala melayani usinda, tetapi justru mendapatkan keuntungan karena mendapatkan para orang tua angkat yang sangat bahagia karena mereka sudah mendapatkan perhatian dan kasih sayang.

Pdt. Santobi Ong

BERSIAP MENGHADAPI KEKEKALAN

"Masa hidup kami tujuh puluh tahun dan jika kami kuat, delapan puluh tahun, dan kebanggaannya adalah kesukaran dan penderitaan, sebab berlalunya buru-buru, dan kami melayang lenyap."

Mazmur 90:10

Menurut seorang ahli psikologi perkembangan, Erik Erikson, tugas perkembangan pada tahap akhir kehidupan, yakni orang yang berusia 60 tahun ke atas, adalah menyelesaikan konflik antara Integritas Ego versus Keputusasaan. Keberhasilan dalam tahap ini adalah dengan merenungkan dan menerima kehidupan yang telah dijalani secara utuh, sehingga menghasilkan rasa puas, kebijaksanaan, dan penerimaan terhadap kematian. Sebaliknya, kegagalan akan menyebabkan penyesalan, kepahitan dan ketakutan akan kematian, yang disebut sebagai keputusasaan.

Orang lanjut usia (lansia) merupakan bagian integral dari keluarga dan masyarakat. Apa peranan mereka di situ? Bagaimana masyarakat dan keluarga bereaksi terhadap mereka? Dengan melihat beberapa contoh dalam Alkitab, kita akan menyadari dan belajar peran lansia dalam keluarga dan masyarakat.

Bagi lansia dalam umat Israel, keluarga dan anak cucu adalah suatu berkat, bukan hanya karena menjamin kelanjutan keluarga dan wa-

risan mereka, tetapi juga karena mereka membutuhkan perlindungan dan hiburan dalam lingkungan keluarga, baik untuk sisa hidupnya maupun di saat meninggal. Daripada ikut Daud ke Yerusalem, Barzilai memilih: *"Biarkanlah hambamu ini pulang, sehingga aku dapat mati di kotaku sendiri, dekat kubur ayahku dan ibuku"* (2 Sam 19:37). Daud memahaminya. Ada ikatan keluarga yang timbal-balik: sebagaimana orang tua memelihara anak-anak mereka, demikian pun anak-anak hendaknya menghormati orang tua (Kel 20:12) dan memelihara mereka di hari tua (Ams 23:22).

Kitab Rut menunjukkan dua fungsi utama keluarga: perolehan keturunan dan pemeliharaan terhadap yang lansia. Ketika Obed, anak Rut dan Boas lahir, para ibu di kota mengatakan kepada Naomi, *"Dialah yang akan menyegarkan jiwamu dan memelihara engkau pada waktu rambutmu telah putih"* (Rut 4:15). Di hari tua, jiwa Naomi disegarkan sebab menemukan tujuan hidup yang baru, antara lain dengan membantu Rut mengasuh Obed (ay 16). Selain itu, Naomi, janda yang ditinggalkan suami dan kedua anaknya, menerima kembali perlindungan keluarga. Perlindungan bukan pertama-tama jaminan kebutuhan fisik yang seringkali dirasakan sudah cukup, tetapi yang terutama adalah pergaulan kekeluargaan.

Selain menjadi anggota keluarga, kaum lansia juga tetap mengambil bagian dalam kehidupan bermasyarakat dan memberi sumbangan tersendiri di situ. Para petani dan pelaku wirausaha lain sering bekerja sampai usia lanjut (Hak 19:16), mungkin terlalu lama bagi kesabaran anak-anaknya (Luk 15:12, 29). Masa pensiun di Israel hanya diatur untuk kaum Lewi saja: *"Jika ia berumur lima puluh tahun haruslah ia dibebaskan dari pekerjaan itu,"* tetapi sesudah itu ia masih boleh *"membantu saudara-saudaranya di Kemah Pertemuan dalam menjalankan tugas mereka"* (Bil 8:25-26). Pensiun tidak berarti tidak ada lagi sumbangan ke masyarakat. Kaum tua-tua Israel memainkan peranan penting sebagai institusi yang memecahkan perkara-perkara dalam masyarakat. Kaum lansia berperan sebagai sumber nasihat dan hikmat bagi sesama warga (Mzm 71; juga kitab Pengkhotbah). Nabi Ahia yang pernah menubuatkan perpecahan kerajaan Salomo kepada Yerobeam (1 Raj 11:30-39), di hari tua tampil kembali untuk menyatakan kekecewaannya akan sinkretisme Raja Yerobeam (1 Raj 14:7-10).

Akan tetapi, orang-orang lansia belum tentu selalu diberi tempat dan peran seperti itu dalam masyarakat, sebagaimana tampak dari seruan pemazmur, *"Janganlah membuang aku pada masa tuaku, janganlah meninggalkan aku apabila kekuatanku habis"* (Mzm 71:9, 18). Yesaya menggambarkan kemerosotan masyarakat antara lain dengan kalimat ini, *"Bangsa itu akan desak-mendesak, seorang kepada*

seorang, yang satu kepada yang lain; orang muda akan membentak-bentak terhadap orang tua, orang hina terhadap orang mulia" (Yes 3:5). Karena itu, cukup mengherankan bahwa tidak ada hukum-hukum Israel untuk perlindungan bagi kaum lansia seperti ada bagi janda dan yatim. Agaknya ini karena perlindungan bagi kaum lansia dipandang sepenuhnya sebagai tugas spontan keluarga.

Sementara itu, Nabi Yesaya mengingatkan bahwa kekerasan yang ada dalam masyarakat Yehuda terhadap kaum lansia merupakan tanda bahwa masyarakat itu sakit: *"Engkau tidak menaruh belas kasihan kepada umat-Ku, bahkan sangat memberatkan kukmu kepada orang yang tua"* (Yes 47:6). Kitab Ulangan pun menyatakan gejala seperti itu merupakan ciri bangsa yang tak beradab: *"Tuhan akan mendatangkan kepadamu suatu bangsa dari jauh, dari ujung bumi ... suatu bangsa yang garang mukanya, yang tidak menghiraukan orang tua-tua dan tidak merasa kasihan kepada anak-anak"* (Ul 28:49-50).

Untuk menghadapi kematian/kekekalan secara alkitabiah, para lansia pertama-tama harus percaya kepada Yesus Kristus yang adalah Kebangkitan dan Hidup (Yoh 11:25), dan menyiapkan diri senantiasa dengan Firman Tuhan, menjaga kesetiaan dan melakukan kehendak-Nya setiap hari. Persiapan ini mencakup hidup dalam pengharapan akan kasih karunia Allah dan mempersiapkan diri untuk kedatangan Kristus kembali agar tidak binasa melainkan memperoleh hidup yang kekal bersama-Nya.

1. **Percaya kepada Yesus Kristus**
Pintu Menuju Kekekalan: Alkitab menyatakan bahwa *"Setiap orang yang hidup dan yang percaya kepada-Ku, tidak akan mati selamanya"* (Yoh 11:26). Percaya kepada Yesus Kristus adalah cara memperoleh hidup kekal.
Pengharapan dalam Pendamaian: Pertahankan iman dalam kuasa Pendamaian Yesus Kristus dan jadikan Dia pusat hidup kita seperti yang tertulis dalam Yohanes 3:16.
2. **Mempersiapkan Diri dengan Firman Tuhan**
Membaca dan Merenungkan Firman Tuhan: Luangkan waktu setiap hari untuk mempelajari Firman Tuhan, karena kebenaran dan karakter Allah akan mengubah hidup kita menjadi lebih serupa dengan-Nya.
Tindakan dan Keberanian: Firman Allah menjadi ujian yang ampuh bagi jiwa dan tindakan kita. Membaca dan merenungkan Firman Tuhan akan memberikan keberanian untuk membagikan iman dan bertindak sesuai dengan kehendak Allah.
3. **Mempraktikkan Kehidupan yang Setia dan Bertanggung Jawab**
Hukum Tabur Tuai: Alkitab mengajarkan hukum tabur tuai, di mana apa yang kita tabur, itu yang kita tuai (Gal 6:7). Persiapkan diri dengan menabur perbuatan baik dan setia dalam hidup kita.
Menjalankan Perintah Tuhan:

Berusalah melaksanakan semua yang Allah perintahkan setiap hari, jangan menundanya hingga esok hari, karena penghakiman dan kekekalan adalah kepastian yang tidak dapat dihindari.

4. **Menghidupi Kekekalan dengan Pengharapan dan Keberanian Kasih Karunia dan Kehadiran Tuhan:** Jangan takut karena usia tua, karena kasih karunia dan kuasa Tuhan tersedia dan tidak berubah seiring waktu.
Berjalan dengan Taat: Berjalanlah dalam ketaatan kepada perintah-perintah Tuhan dengan sukacita dan pengharapan. "Masa depan secemerlang iman Anda".

Kematian Fisik Menurut Alkitab

Alkitab memandang kematian fisik sebagai pemisahan jiwa dari tubuh. Ini adalah akibat dari dosa, karena *"upah dosa ialah maut"* (Rm 6:23a). Semua manusia di dunia tunduk pada kematian karena semua orang telah berbuat dosa. Kematian tidak dibuat oleh Allah, karena Ia sendiri tidak berkenan akan kematian. Allah menciptakan manusia untuk hidup, tetapi kedengkian setan yang sudah memasukkan kematian ke dalam dunia dan karena kesalahan pribadi manusia, maka mereka harus bertanggung jawab terhadap kematian. Kematian adalah juga jalan agar kita bisa menuju Allah, tetapi manusia sudah tercemar oleh dosa, maka tidak mudah untuk sampai kepada Allah. Supaya kita dapat bersatu dengan Allah, Ia sendiri yang harus

membuka jalan bagi manusia untuk sampai kepada-Nya. Untuk itu perlu pemurnian hati yang seutuhnya dan kehidupan harus menjadi proses pembersihan.

Kematian bukanlah titik akhir bagi manusia, melainkan awal kehidupan yang kekal. Untuk orang yang tidak merindukan hidup kekal, kematian akan menjadi bencana dalam menjalani kehidupannya. Orang Kristen harus melihat kematian sebagai awal untuk memulai kehidupan yang baru. Kematian fisik menjadi pemisah antara manusia dengan segala hal yang menyenangkan di dunia, tetapi menjadi awal memulai kehidupan yang lebih baik, hidup penuh dengan terang, gembira dan bebas dari dosa. Alkitab menekankan bahwa Kristus telah mati bagi kita dan kita juga turut mati bersama Kristus. Kematian tidak hanya sebagai pengantar menuju sesuatu yang lebih baik, melainkan juga sebagai penyatuan yang lebih khusus dengan Kristus. Kita sebagai pengikut Kristus harus hidup di dalam Kristus sehingga membuat kematian yang kita hadapi sebagai suatu anugerah bahwa Tuhan telah mengasihi kita. Alkitab juga secara jelas mengatakan "*Berharga di mata Tuhan kematian semua orang yang dikasihi-Nya*" (Mzm 116:15).

Kematian merupakan jalan bagi kita untuk masuk tempat kedamaian bersama-sama dengan Kristus. Plato mengatakan memang ada kehidupan setelah kematian fisik, dimana ia mengaitkannya dengan jiwa manusia. Plato memandang jiwa sebagai

sesuatu yang berada di luar entitas tubuh fisik manusia. Tubuh nantinya dibiarkan mati, sedangkan jiwa tetap hidup. Dia percaya bahwa saat tubuh fisik musnah, jiwa terus hidup dengan tubuh baru (metempsikosis) di alam berikutnya. Plato mengajak kita berpikir secara kritis bahwa memang jiwa dan tubuh manusia adalah dua hal yang berbeda namun menjadi satu dalam daging manusia. Pandangan ini diperdebatkan oleh banyak orang. Pandangan setiap orang tentunya berbeda-beda, namun di sisi lain, Plato memiliki landasan tersendiri atas pandangan bahwa ada kehidupan setelah kematian fisik.

Kematian menurut Perjanjian Lama

Alkitab menyatakan kematian sebagai hukuman, akibat dari pelanggaran yang telah dilakukan (Kej 2:16,17). Ketika Adam dan Hawa makan dari pohon yang dilarang, mereka mati. Roh mereka, bagian mereka yang memiliki persekutuan dengan Allah, langsung mati. Kematian rohani mereka tampak jelas dari fakta mereka lari dari Allah ketika Allah datang kepada mereka di taman. Kitab Pengkhotbah 14:9-11, 15-17 dengan jelas mengajarkan bahwa setelah kematian ada kehidupan yang sadar. Dan apa yang tertulis di dalam PL itu kemudian diajarkan dengan jelas dalam Perjanjian Baru oleh Yesus (Mat 22:31, 32), dan dalam kisah orang kaya dan Lazarus (Luk 16:19-31).

Dunia orang mati merupakan tempat yang sunyi, "*Jika bukan Tuhan yang menolong aku, nyaris akan diam di tempat sunyi.*" Pandangan

terhadap kematian dalam PL merupakan terpisahnya tubuh dari roh (jiwa, nyawa) sebagai akibat dari pelanggaran manusia terhadap perintah Allah. Yang masuk dunia orang mati adalah orang fasik dan orang benar sampai mereka menerima penghakiman dari Allah. Ini menunjukkan bahwa dunia orang mati hanya sementara bagi roh-roh manusia dalam menanti penghakiman bagi orang-orang fasik dan orang benar. Orang-orang pada masa PL percaya akan adanya kebangkitan orang mati.

Kebangkitan orang mati dipahami sebagai kebangkitan tubuh jasmani. Hal ini bisa kita temukan dalam Daniel 12:2, "*Dan banyak dari antara orang-orang yang telah tidur di dalam debu tanah akan bangun, sebagian untuk mendapat hidup yang kekal, sebagian untuk mengalami kehinaan dan kengerian yang kekal.*" Bagi orang Yahudi, kebangkitan orang mati adalah kebangkitan tubuh (jasmani). Penghakiman Allah yang dipahami dalam PL adalah bahwa orang akan dihakimi berdasarkan perbuatan mereka atas ketaatannya kepada Kitab Taurat. Orang-orang benar akan berada di tempat keselamatan dan kebahagiaan. Orang-orang fasik yang mati akan dihakimi berdasarkan bukti-bukti dari catatan perbuatan dan dari kitab kehidupan. Orang fasik akan menerima hukuman dalam kebinasaan.

Kematian menurut Perjanjian Baru

Dalam teologi Kristen yang Alkitabiah diyakini bahwa kematian

merupakan akibat dari pelanggaran dosa manusia. Semua manusia sudah tercemarkan oleh dosa manusia pertama dan juga dosa yang dilakukan dalam kehidupan ini. Dosa itu menyebabkan manusia cemar di hadapan Allah. Kemuliaan Allah dalam diri manusia yang adalah gambar dan rupa Allah telah rusak akibat dosa. Allah menegaskan bahwa upah dosa itu maut, dan karena semua manusia berdosa, maka semua manusia pasti mengalami kematian jasmani. Kematian dalam hidup manusia adalah kematian jasmani, di mana tubuh manusia kembali kepada debu dan tanah. Jiwa atau roh manusia tidak mengalami kematian, sebab jiwa dan roh itu sifatnya kekal. Kematian manusia menyebabkan jiwa/roh itu masuk dalam dimensi yang lain, yaitu sorga atau neraka.

Orang yang percaya kepada Kristus dalam hidupnya akan meyakini bahwa jiwa/rohnya akan masuk ke dalam sorga, yaitu suatu tempat yang telah disediakan Allah, yang begitu mulia, karena Allah ada bersamanya. Sebaliknya, bagi manusia yang tidak percaya Kristus ketika ia hidup, maka jiwa/rohnya akan masuk ke neraka, tempat penghukuman yang kekal. Ketika seseorang mati, maka rohnya sudah ada dalam dimensi yang lain, apakah di sorga atau neraka, walaupun masih ada waktu penantian di alam maut untuk menanti masa penghakiman itu. Jadi, jiwa/rohnya tidak mungkin berhubungan dengan orang yang masih hidup, sebab jiwa/roh orang yang sudah mati dengan jiwa/roh orang yang masih hidup tidak

bisa saling berhubungan. Karena itu, praktik pemanggilan roh orang yang sudah mati, yang biasa dilakukan oleh dukun dalam budaya tertentu, tidak sesuai dengan kebenaran firman Tuhan. Alkitab menegaskan bahwa orang yang sudah mati, jiwa/rohnya tidak bisa berhubungan dengan orang yang hidup.

Kematian Adalah Sebuah Pengadilan

Menurut Kristen Protestan, kematian bisa dikatakan sebagai penerimaan atau penolakan rahmat Allah yang telah diberikan kepada kita. Manusia akan mendapatkan ganjaran selama hidup di dunia pada saat kematian. Segala sesuatu dalam dunia ini dalam kuasa dan penyertaan Tuhan sehingga tidak ada yang tersembunyi atau terlupakan dalam pengadilan ini. Seluruh hidup seseorang akan terungkap dengan jelas di hadapan Allah sang pemilik hidup manusia. Allah telah memberikan hukum dan perintah yang jelas kepada manusia melalui Firman-Nya, yaitu Alkitab.

Kematian adalah suatu kondisi yang tidak bisa ditebak atau bahkan diketahui kapan datangnya, karena kematian akan terjadi kapan saja tanpa mengenal usia, dan yang pasti semua manusia akan mengalaminya. Kematian hanyalah rahasia Tuhan atas kehidupan manusia. Alkitab dengan jelas mengatakan bahwa kehidupan manusia itu terbatas, yaitu seperti uap yang sebentar saja kelihatan lalu lenyap (Yak 4:14), sebab apabila orang mengalami kematian, itu berarti kehidupannya di dunia ini

telah berakhir (Pkh 3:2). Jadi, kematian jasmani merupakan akhir dari hidup di dunia ini karena segala aktivitas, hubungan dengan keluarga dan orang-orang akan berakhir. Selain itu, usia menjadi ukuran bagi manusia, sehingga manusia mengalami kematian. Dalam Alkitab, usia manusia sering digunakan saat menyampaikan kematian seseorang, seperti dalam Kejadian 5:5-31. Ayat-ayat tersebut menceritakan tentang kematian para tokoh-tokoh Alkitab dengan batasan-batasan usianya.

Pengajaran Tuhan Yesus tentang konsep kehidupan setelah kematian dengan jelas dipaparkan dalam Alkitab, antara lain: Matius 22:23-33 mencatat pengajaran Tuhan Yesus tentang kehidupan setelah kematian, di mana manusia yang telah mati akan dibangkitkan pada akhir zaman dan hidup seperti malaikat di Sorga, yaitu tidak akan kawin dan tidak dikawinkan. Lukas 19:19-31 mencatat pengajaran Tuhan Yesus tentang orang kaya dan Lazarus yang mati. Orang kaya mengalami kesengsaraan di alam maut, sedangkan Lazarus berada di pangkuan Abraham. Dari ayat tersebut dapat dipahami bahwa Tuhan Yesus mengajarkan adanya kehidupan setelah manusia meninggalkan dunia yang fana ini, baik kehidupan yang menyenangkan maupun yang penuh dengan kesengsaraan.

Selain itu, dari pengajaran ini dapat pula dipahami bahwa: 1) orang-orang yang telah meninggal dunia, baik orang benar maupun orang jahat, masuk ke dalam *intermediate state* dengan kesadaran penuh. Me-

reka dapat berpikir, berbicara, merasa dan saling mengenali; 2) orang jahat akan menerima hukuman dan kesengsaraan di alam maut yang disebut *hades*, sedangkan orang benar yang mendapat anugerah Allah akan mengalami penghiburan di pangkuan Abraham; 3) bagi orang-orang yang telah meninggal dunia tidak ada kemungkinan perpindahan tempat dari *hades* ke pangkuan Abraham, dan sebaliknya.

Jadi, berdasarkan penjelasan dari Tuhan Yesus mengenai dunia orang mati, dapat dipahami bahwa bagi orang yang tidak mengenal Allah, Diri-Nya dan Kitab Suci-Nya, akan mempunyai tempat tersendiri dalam dunia orang mati, yaitu alam maut (*Hades*). Sedangkan orang-orang yang beriman kepada Allah akan berada di satu tempat dimana mereka akan dikumpulkan bersama dengan orang-orang kudus. Penjelasan Tuhan Yesus memberikan pemahaman bahwa arwah orang yang meninggal memiliki tempat masing-masing sehingga tidak ada arwah orang yang bergentayangan seperti mitos-mitos dari orang-orang yang tidak mengenal Allah. Yesus mengatakan bahwa orang yang mati dalam iman kepada-Nya akan masuk ke dalam Firdaus (Luk 23:43).

Dengan demikian dapat dipahami bahwa pengajaran Tuhan Yesus tentang kehidupan setelah kematian sangat berbeda dengan mitos-mitos yang dipercayai oleh beberapa golongan Yahudi pada waktu itu. Perkataan yang paling jelas di dalam Injil tentang konsep kehidupan setelah

kematian ditemukan di dalam ucapan Yesus kepada penjahat yang sedang sekarat di kayu salib. Penjahat itu begitu terkesan dengan sikap Yesus dalam menghadapi kematian di kayu salib dengan memohon pengampunan kepada Bapa bagi orang-orang yang menganiayanya. Akhirnya ia berbalik kepada Yesus dan berdoa, "*Yesus, ingatlah akan aku, apabila Engkau datang sebagai Raja*" (Luk 23:42). Lukas sengaja menonjolkan kehadiran dua orang penjahat yang dieksekusi untuk membuat pemisahan tersebut menjadi lebih dramatis: seorang penjahat bergabung dengan para pemimpin dan tentara memaki Yesus, tetapi seorang lain membuat pengakuan iman dan meminta Yesus mengingatnya dalam kerajaan-Nya. Penjahat yang bertobat itu jelas percaya bahwa kehidupannya tidak akan berakhir setelah kematiannya. Yesus menjawab, "*Aku berkata kepadamu, sesungguhnya hari ini juga engkau akan ada bersama-sama dengan Aku di dalam Firdaus*" (ay. 43).

Penjahat itu tidak mengharapkan diingat segera, namun jawaban Yesus "hari ini" melebihi apa yang ia minta. Yesus mengundangnya untuk menikmati persekutuan dengan-Nya di hadirat Allah "hari ini," yakni segera setelah kematian. "Firdaus" adalah kata Yunani yang berasal dari bahasa Persia yang berarti "taman" atau "kebun." Dalam PL kata ini digunakan dalam Yehezkiel 28:13; 31:8, "taman Eden." Dalam tulisan orang-orang Yahudi yang lebih akhir, kata ini menunjukkan tempat di mana

orang-orang benar diberkati di masa antara kematian dan kebangkitan. Pengajaran Tuhan Yesus tentang kehidupan setelah kematian memberikan sebuah pemahaman baru bagi kehidupan agama Yudaisme pada saat itu dan kekristenan saat sekarang, bahwa kematian bukanlah akhir dari kehidupan manusia, tetapi perpindahan dari kehidupan di dunia yang fana memasuki kehidupan dunia yang abadi bersama dengan Tuhan Yesus (Yoh 14:1-6). Tuhan Yesus menjamin kehidupan dan tempat bagi setiap orang yang mengikut Dia.

Kematian Akibat Dari Dosa

Manusia diberikan Allah tanggung jawab sepenuhnya untuk mengelola seluruh isi taman Eden. Namun ada satu perintah yang Allah sampaikan bahwa jangan sekali-kali memakan buah pohon pengetahuan yang baik dan yang jahat yang berada di tengah-tengah taman itu. Allah berfirman, "Pada waktu engkau memakan buah itu pastilah engkau akan mati." Makna kata "mati" dalam Alkitab awalnya adalah "terpisah", bukan mengacu pada kematian fisik jasmani manusia, melainkan kematian rohani. Kematian rohani menggambarkan hubungan antara Allah dengan manusia telah rusak oleh karena pelanggaran manusia. Kematian pertama terjadi dalam dunia ketika manusia melihat buah pohon itu baik kelihatannya, serta menarik untuk dipandang. Pandangan manusia telah menjadikan mereka tergoda untuk melanggar perintah Allah.

Pentingnya Persiapan Rohani Dalam Menghadapi Kematian

Kematian rohani merupakan dasar atau landasan manusia menuju kematian fisik, sehingga kematian rohani yang berarti terpisah dari Allah, adalah kondisi yang lebih parah dibandingkan dengan penyakit yang mematikan fisik kita. Oleh karena itu, penting untuk mempersiapkan diri secara rohani, artinya memosisikan Kristus sebagai Tuhan atas hidup. Persiapan rohani yang kita kerjakan merupakan wujud dari respon kita atas karya penebusan Kristus di atas kayu salib untuk menebus dosa-dosa manusia.

Gambaran Alkitab Tentang Kematian

1. Masuk ke tempat damai (Yes 57:1-2).
2. Diangkat ke dalam kemuliaan (Mzm 73:24).
3. Dibawa malaikat ke pangkuan Abraham (Luk 16:22).
4. Masuk Firdaus (Luk 23:43).
5. Pergi ke rumah Bapa di mana ada banyak tempat (Yoh 14:2).
6. Keberangkatan berbahagia untuk bersama dengan Kristus (Flp 1:23).
7. Keadaan menetap pada Tuhan (2 Kor 5:8).

Ayat-ayat di atas memberikan kita gambaran akan ke mana manusia setelah kematian, khususnya orang Kristen. Kematian fisik yang kita alami bukanlah akhir dari kehidupan manusia, melainkan awal kita menuju tempat kehidupan yang kekal. Alkitab jelas mengatakan bahwa berharga



di mata Tuhan kematian setiap orang yang dikasihinya. Sebelum kita mengalami kematian fisik, Yesus yang adalah Tuhan telah lebih dahulu mengalami hal demikian, namun kematian Kristus tidak seperti kematian manusia, karena Dia bangkit dari antara orang mati dengan tubuh manusia-Nya yang suci dan sekaligus juga menjadi bukti bagi orang Kristen bahwa Yesus yang kita sembah itu adalah Allah yang hidup, sehingga kepercayaan kita tidak menjadi sia-sia. Kita boleh mati fisik, jasmani, tetapi janganlah kita mati rohani, karena kehidupan rohani adalah bentuk sarana komunikasi kita dengan Allah, yang dulunya telah rusak oleh pelanggaran manusia, dan melalui Yesus Kristus hubungan rohani kita dipulihkan kembali.

Kesimpulan

Kematian fisik dalam iman Kristen bukanlah hal yang asing lagi, karena kematian fisik pasti akan dialami semua orang. Kematian fisik dalam Alkitab merupakan pemisahan antara tubuh jasmani dengan roh/jiwa manusia untuk masuk dalam suatu

tempat yang disebut dunia orang mati/alam maut. Di sanalah roh-roh orang mati akan menantikan masa di mana Yesus Kristus akan datang kembali untuk menghakimi orang yang benar dan yang jahat. Kematian fisik dalam perspektif iman Kristen bukanlah akhir dari seluruh kehidupan manusia, melainkan awal untuk hidup abadi bersama-sama dengan Yesus di Sorga. Setiap roh orang mati tidak akan pernah bisa bersama-sama dengan manusia yang masih hidup karena dunianya sudah berbeda. Untuk itu pemahaman tentang adanya keterlibatan roh-roh orang mati dalam kehidupan manusia merupakan pekerjaan iblis untuk memperdaya manusia. Maka dari itu, persiapan rohani bagi orang Kristen sangatlah penting, bukan sebagai syarat untuk masuk dalam kerajaan sorga, melainkan adalah ucapan syukur kepada Tuhan bahwa kita memiliki jaminan hidup di dalam Dia, dan tubuh jasmani kita setelah mati di dunia akan digantikan dengan tubuh kemuliaan bersama-sama dengan Dia di sorga.

Noertjahja Nugraha

Tuhan Belum Selesai dengan Saya: Beberapa Gagasan untuk Formasi Spiritual Lansia

Secara global, terjadi fenomena populasi yang semakin menua sebagai dampak dari menurunnya tingkat fertilitas dan meningkatnya angka harapan hidup. Ini berarti jumlah penduduk berusia 60 tahun ke atas akan terus meningkat. Secara persentase global, jumlahnya akan meningkat dari 9,3% di tahun 2020 menjadi 16% pada tahun 2050. Asia Timur dan Asia Tenggara (termasuk Indonesia) akan menjadi kawasan dengan jumlah lansia terbesar di dunia (260 juta) diikuti oleh Eropa dan Amerika Utara (lebih dari 200 juta).

Fenomena ini juga menunjukkan bahwa para lansia akan memegang peranan yang semakin penting dalam kehidupan masyarakat. Namun sebenarnya peranan lansia ini bukan hal baru. Di jaman Perjanjian Baru, termasuk dalam budaya Romawi dan Yahudi, para lansia biasanya sangat dihormati. Di Roma kuno, para senator yang sudah lanjut usia memimpin kekaisaran, dan di Yerusalem, Dewan Yahudi (*gerousia*) yang terdiri dari pria lanjut usia membuat keputusan-keputusan penting. Ini menunjukkan bahwa usia seringkali diasosiasikan dengan kebijaksanaan dan otoritas.

Perjanjian Lama dipenuhi dengan tokoh-tokoh saleh yang dipanggil Tuhan dalam usia tua, seperti Abraham dan Musa. Perjanjian Baru

juga memberikan banyak contoh yang menginspirasi. Injil Lukas menceritakan tentang Zakharia dan Elisabet, yang "sudah lanjut umurnya," menjadi orang tua Yohanes Pembaptis. Simeon dan Hana yang lanjut usia juga memainkan peran spiritual penting dalam kehidupan awal Yesus, mengenali-Nya sebagai Mesias yang dinanti-nantikan.

Sementara itu, Rasul Paulus menyebut dirinya sebagai "orang tua" (*presbytes*). Ia mempertahankan vitalitas spiritualnya dan menunjuk penatua, yang secara alami adalah orang-orang yang lebih tua, untuk posisi kepemimpinan di gereja-gereja awal. Paulus bahkan menyatakan bahwa para penatua ini "layak menerima hormat dua kali lipat". Ini menegaskan nilai yang tinggi dan peran yang dihormati dari orang tua dalam komunitas iman.

Sayangnya, masyarakat dan terkadang bahkan gereja seringkali jatuh ke dalam kesalahpahaman bahwa pertumbuhan rohani seseorang berakhir seiring dengan bertambahnya usia. Mereka memandang lansia sebagai orang yang "sudah sampai" atau, lebih buruk lagi, "sudah terlambat" untuk bertumbuh lebih jauh.

Pandangan ini mungkin, disengaja atau pun tidak, disebabkan karena gereja masih menghidupi teori 'di-

sengagement'. Menurut teori ini, mereka yang sudah lansia diharapkan mengundurkan diri dari berbagai peran sosial di komunitas. Alasannya karena mereka perlu memberi kesempatan kepada yang lebih muda untuk berperan, selain juga karena sudah terjadi penurunan vitalitas dan kesehatan fisik. Namun sebagai dampaknya, lansia cenderung tidak bertumbuh secara maksimal karena mereka kini menjadi penonton pasif yang kadang terisolir dan sekedar menjadi target pelayanan dari mereka yang lebih muda.

Namun Alkitab dan penelitian modern menegaskan bahwa formasi spiritual (atau pertumbuhan rohani) adalah proses berkelanjutan yang terjadi seumur hidup, untuk mengenali dan mewujudkan tujuan unik Tuhan dalam hidup seseorang. Rasul Paulus pun mengajarkan bahwa kita perlu terus "berlari menuju tujuan untuk merebut hadiah" dalam Kristus Yesus (Flp 3: 12b–14). Ini berarti formasi spiritual adalah sebuah perlombaan jarak jauh, dan bagian terakhir dari perlombaan ini sangatlah penting sebab menuntut yang terbaik dari pelari hingga ia mencapai garis akhir.

Dari sisi ilmu psikologi, pakar psikologi perkembangan seperti Erik Erikson mencatat bahwa tugas perkembangan orang dewasa yang lebih tua adalah mencapai integritas dan kebijaksanaan, serta menghindari keputusasaan. Formasi spiritual memungkinkan seorang lansia Kristen menggunakan sumber daya iman dalam membangun keterhubungan dengan Tuhan, diri dan sesama, serta menggali makna hidup.

Mengingat formasi spiritual harus dibangun dengan sengaja, berikut ini adalah beberapa gagasan yang dapat menjadi inspirasi untuk membangun formasi spiritual lansia, khususnya dalam konteks gereja.

1. Membangun Relasi Intergenerasional yang Saling Menumbuhkan

Formasi spiritual Kristen menekankan pemulihan hubungan dengan Tuhan dan sesama manusia. Lansia rentan terhadap stres dalam hubungan karena mereka kerap mengalami proses kehilangan teman dan keluarga. Gereja memiliki kesempatan unik untuk memupuk hubungan antargenerasi, memerangi isolasi dan memberikan dukungan yang penting.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ketika relasi intergenerasi dilakukan dengan sengaja (antara lansia dengan remaja atau lansia dengan anak-anak), terjadi dampak positif bagi pihak-pihak yang terlibat. Sebuah studi menunjukkan hasil positif dalam pembelajaran bersama dari 214 orang mahasiswa dengan para lansia melalui program *service-learning* selama satu semester. Sekitar 75% mahasiswa menyatakan mereka menjadi lebih terbuka, peka pada kebutuhan lansia, lebih mampu bekerja-sama dengan lansia, serta dapat menolak *stereotype* dan mitos tentang menjadi tua dari mengikuti program semacam ini.

Sementara itu, sebuah studi lain meneliti dampak dari program intergenerasi antara anak-anak bermasalah di area sosial (usia 5-14

tahun) dengan lansia berkebutuhan khusus di panti (alias mereka yang mengalami kesulitan beraktivitas atau dalam mobilitas). Ternyata relasi unik tersebut berujung pada meningkatnya kesadaran sosial, empati, serta belas kasihan pada anak-anak. Sementara bagi lansia, terjadi peningkatan aktivitas yang bermakna dan perasaan tidak terisolasi.

Gereja mungkin bisa dengan sengaja memfasilitasi relasi antara remaja dengan lansia atau anak-anak dengan lansia sehingga terbangun hubungan intergenerasi yang menjadi aspek penting dari proses formasi spiritual, baik bagi para lansia maupun anak/remaja yang terlibat.

2. Menemukan Tujuan dan Makna Melalui Proses Peninjauan Kembali

Banyak lansia merasa kehilangan tujuan hidup setelah pensiun atau

ketika harus diperhadapkan dengan realita keterbatasan fisik. Namun tujuan Tuhan tidak berhenti pada titik berkurangnya produktivitas, waktu pensiun, atau bahkan saat menghadapi kematian. Peninjauan kehidupan (*life review*) adalah teknik praktis yang dapat membantu para lansia mengenali dan mewujudkan tujuan dengan cara: 1) Mengintegrasikan kepribadian mereka; 2) Mengenali aspek negatif dan positif dalam hidup mereka; 3) Menemukan kembali makna hidup di kondisi saat ini; 4) Menciptakan tujuan untuk masa depan.

Proses ini dapat dilakukan melalui diskusi, refleksi dan doa bersama dalam komunitas kecil (*Care Group*), retreat bagi lansia, atau jika diperlukan, melalui proses konseling. Peninjauan kehidupan semacam ini dapat menolong seorang lansia bersikap otentik, selain juga me-



tingkatkan ketenangan dan kebijaksanaan, menghapus rasa bersalah, merekonsiliasi hubungan, serta menyelesaikan konflik batin.

3. Mengalami Pemulihan Melalui Proses Bercerita

Penderitaan dan luka adalah sesuatu yang tak terhindarkan dari kehidupan. Alkitab mengajarkan bahwa penderitaan tidak perlu dihindari karena melalui penebusan Kristus, penderitaan dapat ditransformasi sebagai sarana untuk menolong seseorang bertumbuh secara rohani.

Di abad ke-21 ada beberapa riset di bidang ilmu sosial yang mendalami tentang kemampuan bertahan dalam menghadapi tantangan dan kesulitan. Di dalam riset-riset itu diteliti antara lain: 3000 orang yang pernah jadi tawanan perang di Korea, 550 orang yang pernah dipenjara dalam perang di Vietnam, dan 52 orang yang pernah disandera selama 14 bulan di Iran.

Ternyata ditemukan kemiripan dari orang-orang ini. Mereka umumnya akan menghidupi salah satu dari dua respon ini ketika menghadapi kesulitan dan penderitaan: 1) Menjadi orang yang kalah, atau 2) Menjadi orang yang tangguh dengan kemampuan yang juga meningkat. Dengan kata lain, jenis kedua ini tidak hanya mampu bertahan, tapi bahkan berhasil berkembang. Untuk bisa menghidupi tipe kedua ini dibutuhkan iman. Jika seseorang mengandalkan kekuatan pikiran semata, realitanya ada banyak hal yang terjadi di luar kemampuan berpikir manusia.

Salah satu cara untuk menolong para anggota di komunitas dapat

saling membangun iman ketika harus melalui tantangan dan penderitaan adalah dengan bercerita dan didengarkan. Bercerita dan didengarkan memiliki sifat yang memulihkan karena keduanya merupakan proses yang saling melengkapi dalam membangun koneksi, memproses emosi, dan mendapatkan perspektif baru. Kedua tindakan ini tidak hanya melibatkan pertukaran informasi, tetapi juga menciptakan ruang aman untuk ekspresi diri dan penerimaan. Gereja dapat memfasilitasi forum untuk lansia bisa saling bercerita, sehingga lansia dapat belajar dari satu sama lain dan lebih bertumbuh secara rohani.

Mengakhiri Perlombaan dengan Baik

Gereja pada abad ke-21 memiliki kesempatan luar biasa untuk melayani dan merayakan generasi lansia. Para pendeta, rohaniwan, dan pelayan awam memiliki peran penting dalam memelihara formasi spiritual: memberikan pendampingan, mendengarkan dan memberdayakan para lansia untuk terus bertumbuh secara rohani. Ada berbagai cara untuk melakukannya. Namun hal terpenting yang perlu menjadi fondasi: lansia harus diintegrasikan sepenuhnya ke dalam kehidupan gereja, dihargai sebagai anggota Tubuh Kristus yang sangat diperlukan dan diberi kesempatan untuk saling berbagi hikmat dan kasih karunia yang mereka peroleh dari pengalaman hidup yang panjang.

Grace Emilia

Grandparenting Kristen di Era Digital: Pilar Iman Keluarga Modern

Keluarga Kristen di era urban menghadapi tantangan yang semakin kompleks. Mobilitas tinggi, jam kerja panjang, derasnya arus digitalisasi, hingga budaya individualis membuat ikatan keluarga sering menjadi sangat terbatas dan melemah. Di kota-kota besar, tidak jarang orang tua menghabiskan sebagian besar waktunya di jalan karena kemacetan atau di kantor karena tuntutan pekerjaan. Akibatnya, interaksi dengan anak-anak menjadi minim.

Sementara itu, generasi muda tumbuh sebagai generasi *digital native*. Mereka lebih akrab dengan gawai daripada dengan keluarga. Pew Research (2024) mencatat bahwa lebih dari separuh remaja di US menghabiskan lebih dari 4 jam per hari di depan layar di luar keperluan sekolah, dan sekitar seperempatnya bahkan lebih dari 8 jam per hari. Temuan ini diperkuat oleh Barna Group (2020), yang melaporkan bahwa 60% Gen Z merasa mereka terlalu banyak menghabiskan waktu di layar, dan sebagian besar mengaku merasa bersalah tentang hal itu.

Data ini menunjukkan bahwa generasi muda hidup dalam dunia digital yang intens, dengan waktu layar yang panjang sekaligus rasa frustrasi karena sulit mengendalikannya. Kondisi ini memperlebar jarak antar

generasi, termasuk dengan kakek dan nenek. Urbanisasi menambah tantangan. Banyak keluarga kini tinggal berjauhan sehingga relasi antargenerasi semakin renggang. Dalam konteks inilah peran kakek dan nenek dalam keluarga Kristen kerap terpinggirkan. Mereka dianggap “generasi lama” yang tidak lagi relevan di tengah hiruk-pikuk modernitas.

Namun firman Tuhan memberi perspektif berbeda. Dalam 2 Timotius 1:5, Rasul Paulus meneguhkan iman Timotius dengan mengingatkan warisan rohani dari neneknya, Lois, dan ibunya, Eunike. Paulus menekankan bahwa iman yang tulus dan otentik itu pertama-tama hidup dalam diri Lois, lalu Eunike, baru kemudian dalam diri Timotius. Artinya, iman Kristen tidak berhenti pada satu generasi, melainkan dirancang Allah untuk diteruskan lintas generasi. John Stott, dalam bukunya *The Contemporary Christian*, berpendapat bahwa iman Kristen bukan sekadar diwariskan melalui institusi, tetapi terutama melalui kehidupan nyata di dalam keluarga. Keluarga adalah arena utama pembentukan iman yang kontekstual, bukan sekadar pewarisan formal. Inilah yang sering diabaikan dalam konteks urban modern: keluarga bukan hanya unit so-

sial, melainkan komunitas iman, dan kakek-nenek adalah salah satu pilar penting di dalamnya. Berikut ini beberapa *peran penting dari kakek dan nenek dalam keluarga Kristen*.

1. Peran Kakek dan Nenek sebagai Saksi Iman

Ketika Rasul Paulus menuliskan suratnya kepada Timotius, ia mengingatkan iman yang mula-mula hidup dalam Lois, neneknya, dan Eunike, ibunya (2 Tim 1:5). Ia menyebutnya *pisteōs anypokritou*, yaitu iman yang tulus, tanpa kemunafikan, dan menekankan bahwa iman itu *enoi-kēsen*, berdiam menetap dalam diri mereka. Artinya, iman bukan hanya kata-kata, tetapi gaya hidup yang nyata. Inilah inti dari peran kakek dan nenek dalam keluarga Kristen: menjadi saksi iman yang hidup.

Memang, Rasul Paulus hanya menyebut nenek dan ibu, tidak menyebut kakek dan ayah. Namun, ini bukan berarti bahwa kakek dan ayah tidak memiliki peran penting. Justru hal ini

menegaskan bahwa pewarisan iman adalah tanggung jawab bersama seluruh keluarga lintas generasi, baik ayah, ibu, kakek, maupun nenek. Kita bisa membayangkan, di balik iman Lois dan Eunike ada figur laki-laki yang juga berpengaruh, entah sebagai ayah, suami, atau kakek. Meski namanya tidak ditulis, prinsip Alkitab tetap jelas: iman harus diteruskan dari satu generasi ke generasi berikutnya (Ul 6:6-9; Mzm 78:4-7). Karena itu, peran kakek pun sama pentingnya dengan peran nenek, meskipun tidak eksplisit disebutkan dalam ayat ini. Dengan kata lain, kesaksian iman tidak berhenti pada perempuan rohani saja. Kakek pun dipanggil untuk menjadi teladan iman.

Peran ini pertama-tama tampak dalam integritas hidup kakek. Figur kakek sering dilihat cucu sebagai simbol keteguhan. Kejujuran dalam pekerjaan, kesetiaan dalam janji, dan ketegasan yang penuh kasih menjadi kesaksian Injil yang kuat. Mazmur 78:4-7 menegaskan panggilan generasi



tua untuk menceritakan perbuatan Tuhan, bukan hanya dengan kata-kata, melainkan dengan kehidupan yang konsisten. Namun kesaksian iman tidak berhenti di sana. Nenek pun memainkan peran penting. Jika kakek meneguhkan nilai dengan ketegasan, nenek menghadirkan kelembutan iman. Nenek yang rajin berdoa pagi, yang mengajarkan doa sederhana sebelum makan, atau yang menyanyikan kidung rohani menjelang tidur, adalah nenek yang sedang menanamkan Injil ke dalam hati cucu dengan cara yang hangat. Rasul Paulus sendiri menyinggung nama Lois, nenek Timotius, karena imannya memberi dampak besar bagi cucunya.

Jadi, keduanya bersama-sama memperlihatkan bahwa kesaksian iman bukanlah teori, melainkan kehidupan sehari-hari. Howard Hendricks menulis: *"The greatest gift you can give to your children and grandchildren is a life well lived"* (Hidup yang dijalani dengan baik adalah hadiah terbesar yang dapat anda berikan kepada anak-anak dan cucu-cucu anda). Kakek dan nenek tidak harus pandai berkhotbah, cukup hidup dalam Kristus dengan jujur, sederhana dan konsisten. Itulah kesaksian yang akan dikenang cucu seumur hidup.

Di era urban, kesaksian ini semakin penting. Anak-cucu lebih banyak melihat figur selebriti digital dibanding orang tua. Namun ketika mereka melihat kakek yang tetap berdoa meski sakit, atau nenek yang tetap setia membaca Alkitab meski usia menua, mereka menyaksikan Injil yang nyata. Kesaksian sederhana

itu sering lebih kuat daripada ratusan nasihat. Dengan demikian, kakek dan nenek dipanggil bukan hanya menjadi "penonton" iman, tetapi saksi Kristus bagi generasi yang akan datang.

2. Peran Kakek dan Nenek sebagai Pendoa Syafaat dan Penopang

Dalam 2 Timotius 1:5, Paulus menekankan bahwa iman Lois dan Eunike "hidup" (*enoikēsen*), artinya berdiam, menetap, konsisten. Salah satu bukti iman yang hidup itu adalah doa syafaat. Kakek dan nenek tidak hanya mewariskan cerita iman, tetapi menghidirkannya dalam doa yang terus-menerus bagi anak-cucu. Richard Foster berpendapat bahwa doa syafaat adalah wujud kasih terdalam, karena kita membawa orang lain ke hadapan Allah. Demikian pula Timothy Keller menegaskan doa sebagai "nafas iman". Maka, peran kakek dan nenek dalam keluarga adalah meniupkan "oksigen rohani" melalui doa-doa mereka.

Di dalam Alkitab, jelas sekali peran dan tugas seorang imam bukan hanya mempersembahkan korban, tetapi juga membawa umat ke hadapan Allah. Demikian pula kakek dipanggil menjadi imam keluarga, memimpin doa berkat bagi anak dan cucu. Seperti Ishak yang memberkati Yakub (Kej 27), doa seorang kakek punya kekuatan spiritual yang membentuk masa depan generasi berikutnya. Juga Yakub menjelang ajalnya memanggil anak-anak dan cucu-cucunya untuk diberkati satu per satu (Kej 48-49). Itu gambaran kuat peran kakek sebagai pendoa syafaat yang mempersiapkan generasi penerus.



Dalam keluarga urban, orang tua sering kelelahan karena pekerjaan. Di sinilah kakek dan nenek menopang melalui doa. Ketika orang tua sibuk, doa kakek dan nenek menutup celah yang ada. Mazmur 92:14 berkata, *"Pada masa tua pun mereka masih berbuah, menjadi gemuk dan segar."* Salah satu "buah" itu adalah doa syafaat bagi keluarga. Seorang kakek bersaksi bahwa ia tidak pernah bisa membantu banyak secara finansial, tetapi setiap malam ia berlutut dan menyebut nama cucu-cucunya satu per satu. Beberapa cucunya kemudian melayani sebagai hamba Tuhan. Ketika ditanya apa rahasia keluarganya, mereka berkata: "Doa opa adalah warisan rohani kami."

Bukan hanya itu saja, doa kakek dan nenek juga sebagai benteng perlindungan. Dalam dunia digital, anak-cucu rentan terpapar pornografi, perundangan *online* atau ideologi sekuler. Doa kakek dan nenek adalah

benteng rohani. Barna Research menunjukkan bahwa lebih dari 80% remaja Kristen yang bertahan dalam iman mengaku dipengaruhi doa dan teladan kakek-nenek. Jadi, di era ketika "serangan rohani" begitu halus, doa kakek dan nenek menjadi perisai yang melindungi cucu. Doa ini bukan sekadar kata-kata, melainkan kesaksian iman yang berakar dalam pengalaman panjang bersama Tuhan.

3. Peran Kakek dan Nenek sebagai Pengikat Generasi dan Pewaris Nilai

Mazmur 145:4 menegaskan: *"Angkatan demi angkatan akan memegahkan pekerjaan-Mu, dan akan memberitakan keperkasaan-Mu."* Paulus melihat pola itu nyata dalam keluarga Timotius: iman Lois -> iman Eunike -> iman Timotius. Di sinilah kita memahami bagaimana peran kakek dan nenek dalam keluarga Kristen menjadi pengikat generasi,

dan memastikan bahwa iman tidak berhenti di satu titik, melainkan diteruskan dengan utuh ke generasi berikutnya.

Peran ini pertama-tama terlihat dalam kakek sebagai penjaga sejarah dan nilai. Kakek sering menjadi "arsip hidup" keluarga, yang membawa kisah perjuangan dan pengalaman iman. Melalui cerita-cerita itu, cucu belajar bahwa hidup mereka bukanlah sesuatu yang berdiri sendiri, melainkan bagian dari rencana Allah yang panjang. Dengan otoritas moralnya, kakek meneguhkan nilai-nilai seperti kejujuran, kerja keras dan takut akan Tuhan. Namun peran itu tidak lengkap tanpa nenek sebagai pengasuh dan pengingat tradisi rohani. Jika kakek menekankan keteguhan, nenek menghadirkan kelembutan. Ia mengajarkan iman dengan cara yang hangat: melalui doa sederhana, nyanyian rohani, atau cerita Alkitab menjelang tidur. Nenek sering menjadi tempat aman emosional bagi cucu, tempat mereka bisa merasakan kasih tanpa syarat yang mencerminkan kasih Kristus.

Ketika keduanya hadir bersama, kakek dan nenek tampil sebagai jembatan antar generasi. Di tengah kesenjangan zaman, entah karena perbedaan teknologi, gaya hidup, atau jarak fisik, mereka menjaga agar nilai iman tetap mengalir. Vern Bengtson menegaskan bahwa kakek-nenek adalah pengaruh spiritual paling konsisten dalam kehidupan anak muda, bahkan lebih dari gereja. Konsistensi itu justru terlihat ketika kakek dan nenek saling melengkapi: kakek

dengan keteguhan dan cerita sejarah, nenek dengan kelembutan dan doa.

Akhirnya, semua itu bermuara pada satu hal: warisan rohani lebih berharga daripada warisan materi. Amsal 13:22 berkata: "*Orang baik meninggalkan warisan bagi anak cucunya.*" Banyak orang menafsirkan ini sebatas harta, tetapi iman yang hidup jauh lebih bernilai. James Dobson menyebut keluarga sebagai "laboratorium iman". Dalam laboratorium itu, kakek dan nenek adalah mentor senior: kakek menunjukkan bagaimana iman bertahan dalam badai hidup, nenek memperlihatkan bagaimana kasih menopang di tengah luka. Bersama-sama, mereka memastikan Injil tetap menjadi warisan yang kokoh. Dengan demikian, kakek dan nenek bukan sekadar "orang tua yang sudah tua," melainkan pilar iman keluarga Kristen yang memastikan setiap generasi tetap berakar dalam Kristus dan tidak kehilangan arah di tengah perubahan zaman.

4. Peran Kakek dan Nenek Menghadapi Tantangan Urban dan Digital

Alvin Toffler menyebut era modern sebagai "perubahan yang dipercepat." Dunia bergerak begitu cepat sehingga banyak kakek dan nenek merasa tertinggal. Namun, justru di tengah percepatan inilah peran kakek dan nenek dalam keluarga Kristen makin dibutuhkan sebagai jangkar rohani yang meneguhkan generasi muda. Perubahan itu terlihat pertama-tama dalam mobilitas tinggi. Banyak anak

bekerja di luar kota, cucu bersekolah di luar negeri, sementara kakek-nenek tetap tinggal di kampung halaman. Jarak fisik ini mudah membuat relasi renggang. Di sini kakek dan nenek perlu belajar memanfaatkan teknologi: *video call*, WhatsApp atau Zoom menjadi alat untuk tetap menghadirkan doa dan cerita iman lintas jarak.

Namun, di sinilah muncul tantangan kedua: kesenjangan digital (*digital gap*). Cucu tumbuh sebagai generasi *digital native*, sedangkan kakek-nenek sering gagap teknologi. Jika tidak hati-hati, jarak komunikasi akan semakin melebar. Tetapi di sisi lain, kesenjangan ini justru dapat menjadi ruang kesaksian iman. Pesan sederhana dari seorang kakek: "Opa/oma doakan kamu hari ini." Ucapan seperti ini bisa menjadi berkat besar yang menembus dunia digital.

Lebih jauh, kehidupan kota yang sibuk juga membentuk budaya individualis. Orang sibuk dengan target kerja, gawai dan aktivitas pribadi. Akibatnya, anak-cucu mudah kehilangan arah iman. Di sinilah kehadiran kakek dan nenek memberi warna berbeda. Mereka mengingatkan nilai kebersamaan yang mulai luntur. Kehadiran mereka membuat keluarga "melambat," berhenti sejenak untuk berdoa bersama, makan malam bersama, atau sekadar mendengar cerita iman dari masa lalu. Tantangan berikutnya datang dari ancaman dunia digital itu sendiri. Anak-cucu menghadapi paparan pornografi, perundungan dan sekularisasi yang terus masuk lewat layar kecil. Kakek dan nenek tidak bisa mengontrol semua itu, tetapi mereka

bisa menjadi benteng doa dan teladan iman. Doa mereka tidak pernah sia-sia.

Selain itu tekanan ekonomi menjadi persoalan tersendiri. Banyak keluarga urban hidup sebagai generasi sandwich: orang tua harus menopang anak sekaligus merawat orang tua lansia. Jika tidak bijak, kakek dan nenek bisa dipandang hanya sebagai beban. Tetapi peran sejati mereka justru sebaliknya: menjadi penopang. Dengan doa, kebijaksanaan, bahkan bantuan praktis (misalnya menjaga cucu), mereka ikut meringankan beban keluarga, menghadirkan Injil dalam bentuk kasih yang nyata.

Semua ini bukan peran yang terpisah-pisah, tetapi satu rangkaian yang saling terkait. Jarak fisik menuntut adaptasi teknologi, kesenjangan digital membuka peluang kesaksian iman, budaya individualis ditantang oleh kebersamaan, bahaya dunia digital dilawan dengan doa, dan tekanan ekonomi dijawab dengan peran penopang. Dengan begitu, kakek dan nenek benar-benar tampil sebagai pilar iman keluarga Kristen di era urban.

5. Solusi Praktis bagi Kakek dan Nenek Urban

Setelah melihat tantangan keluarga urban dengan mobilitas tinggi, kesenjangan digital, budaya individualis, bahaya dunia maya, dan tekanan ekonomi, maka muncul pertanyaan: bagaimana peran kakek dan nenek bisa tetap relevan dan efektif? Jawabannya adalah dengan menghidupi iman secara kreatif dan kontekstual, tanpa kehilangan otentisitas rohani.

Langkah pertama adalah belajar menggunakan teknologi secukupnya. Tidak perlu menjadi ahli, tetapi mau beradaptasi. *Video call* mingguan, *voice note* doa setiap pagi, atau pesan singkat dengan ayat Alkitab dapat menjembatani jarak. Kehadiran rohani tidak harus selalu fisik; di era digital, doa dan firman bisa menembus layar. Dari sana kakek dan nenek dapat melanjutkan dengan *storytelling* rohani yang relevan. Anak-anak dan cucu di kota besar sering dibanjiri informasi digital yang dangkal. Justru cerita iman dari kakek-nenek tentang bagaimana Tuhan menolong di masa sulit, bagaimana doa dijawab, atau bagaimana keluarga bertahan dalam krisis menjadi “narasi tandingan” yang lebih kuat daripada konten media sosial. Selain itu, kualitas waktu yang singkat tetapi bermakna adalah kunci. Kehidupan urban jarang memungkinkan pertemuan lama, tetapi satu makan malam keluarga per minggu, atau doa singkat sebelum cucu tidur, bisa menjadi “ruang sakral” pewarisan iman. Dalam momen itu, kakek dan nenek tidak hanya hadir secara fisik, tetapi juga menanamkan nilai rohani yang bertahan.

Tidak kalah penting, kakek dan nenek dapat memperluas perannya di gereja. Banyak anak muda urban tumbuh tanpa figur kakek-nenek di dekat mereka, entah karena jarak atau karena relasi keluarga yang renggang. Kehadiran kakek dan nenek rohani di gereja bisa menjadi jawaban. David Kinnaman menulis bahwa generasi muda tidak hanya butuh mentor,

tetapi teladan lintas generasi yang menunjukkan iman dalam kehidupan nyata. Dengan menjadi kakek dan nenek rohani, mereka menolong generasi muda merasakan keluarga Allah yang nyata.

Akhirnya, kakek dan nenek perlu menyadari panggilan utama mereka bukan sekadar menjadi penonton, tetapi pelaku pewarisan iman. Tekanan ekonomi dan keterbatasan fisik mungkin membuat mereka merasa kecil, tetapi doa teladan hidup, dan kasih yang konsisten memiliki dampak jauh lebih besar daripada yang mereka bayangkan.

Kesimpulannya, kakek dan nenek bukanlah generasi yang tersisa, melainkan pilar yang menopang keluarga. Melalui teladan hidup, doa yang setia, cerita iman dan kasih yang tak pernah pudar, mereka mengikat generasi dan menolong keluarga bertahan di tengah arus dunia modern. Di tengah kesibukan kota, derasnya arus digital, dan tekanan hidup, doa dan teladan kakek dan nenek sering menjadi jangkar iman yang membuat anak-cucu tidak hanyut. Warisan terbesar yang bisa mereka tinggalkan bukanlah harta, melainkan iman yang hidup dalam Kristus. Kiranya setiap kakek dan nenek menyadari: meski usia bertambah, panggilan dan peran mereka tetap mulia. Lewat kasih, doa, dan kehidupan yang otentik, mereka sedang menulis kisah iman yang akan dibaca oleh generasi setelah mereka. Dan itulah warisan yang tak ternilai.

Pdt. Budiyanto Santosa

Dipanggil di Usia Senja: Ketika Tuhan Memulai Lagi Melalui Abraham

Kapan Panggilan Tuhan Menyapa Umat-Nya?

Kapan Tuhan memanggil seseorang? Jawabannya tidak seragam. Ada yang dipanggil sejak muda, bahkan sejak kanak-kanak dan ada pula yang dipanggil ketika usia sudah menua. Samuel, misalnya, mendengar suara Tuhan pada usia dini, saat masih kecil dan tidur di bait Allah (1 Sam 3). Yeremia sudah ditetapkan sebagai nabi "sejak dalam kandungan" (Yer 1:5). Timotius sejak muda sudah dididik dalam Kitab Suci (2 Tim 3:15). Bahkan Daud diurapi menjadi raja Israel ketika masih remaja, padahal ia hanyalah seorang gembala kecil di padang (1 Sam 16).

Namun bagi sebagian yang lain, panggilan itu datang di usia tua. Musa dipanggil pada usia sekitar 80 tahun, di padang gurun Midian, saat ia mungkin berpikir hidupnya sudah selesai. Di titik itulah ia melihat semak yang terbakar namun tidak hangus (Kel 3). Demikian pula Abraham. Ia dipanggil pada usia 75 tahun (Kej 12:4), usia yang dalam ukuran manusia disebut senja. Justru pada usia inilah Allah memulai karya besar yang tidak pernah pudar pengaruhnya, bahkan sampai hari ini.

Fakta ini penting. Dunia sering memandang usia tua sebagai masa surut, masa pensiun, masa tinggal menunggu akhir, tetapi iman melihat sebaliknya, usia tua bisa menjadi

awal yang baru. Allah tidak pernah mengenal kata "terlambat," bahkan justru ketika manusia berada di titik kelemahan, kasih karunia-Nya bekerja lebih nyata. Paulus berkata, "*ketika aku lemah, maka aku kuat*" (2 Kor 12:10). Jadi, usia tua bukan alasan untuk berhenti, melainkan kesempatan untuk menjadi berkat. Abraham adalah bukti hidup dari kebenaran ini.

Transformasi Abraham: Dari Abram ke Abraham

1. Nama dan Identitas yang Diubah

Kejadian 17:5 mencatat firman Allah kepada Abram: "*Namamu tidak akan lagi disebut Abram, melainkan Abraham, karena engkau telah Kutetapkan menjadi bapa sejumlah besar bangsa.*" Nama Abram (Avram) berarti "bapa yang mulia" atau "*exalted father*", sebuah nama dengan nuansa kehormatan, tetapi terbatas. Lalu Allah menambahkan huruf *he* pada nama itu, menjadi Abraham (Avraham), yang diartikan "bapa banyak bangsa".

Perubahan nama dalam tradisi Ibrani bukan sekadar kosmetik linguistik, melainkan tindakan teologis. Allah memberi identitas baru, tujuan baru, bahkan kehidupan baru. Calvin menulis dalam *Commentary on Genesis* bahwa perubahan nama Abram menjadi Abraham adalah "meterai perjanjian Allah," tanda bahwa Abraham kini

hidup dalam agenda Allah, bukan lagi agenda pribadi. Hal menarik, perubahan itu terjadi di usia 99 tahun (Kej 17:1). Secara manusiawi, Abraham sudah tidak punya harapan. Paulus menulis bahwa tubuh Abraham "sudah sangat lemah" dan Sara "telah mati haid" (Rm 4:19), tetapi di situlah janji diteguhkan. Allah meletakkan harapan yang mustahil di atas kondisi yang mustahil supaya jelas bahwa itu karya-Nya semata.

2. Tantangan dan Kedewasaan Iman

Panggilan Abraham pertama kali muncul dalam Kejadian 12:1-4. Tuhan berfirman: "*Pergilah dari negerimu, dari sanak saudaramu, dan dari rumah ayahmu ini ke negeri yang akan Kutunjukkan kepadamu.*"

Kata "pergilah" dalam bahasa Ibrani berbunyi *lekh-lekha*, yang bisa diterjemahkan "pergilah untuk dirimu" atau "pergilah menuju dirimu sendiri." Banyak penafsir Yahudi menekankan makna reflektif: panggilan ini bukan hanya perpindahan geografis, melainkan perjalanan eksistensial - Abraham menemukan identitas sejatinya di dalam Allah. Tantangan imannya besar. Ia harus:

- Meninggalkan tanah kelahirannya dan segala keamanan yang dikenalnya.
- Menghadapi kelaparan (Kej 12:10).
- Menghadapi konflik keluarga dengan Lot (Kej 13).
- Menunggu janji anak selama puluhan tahun (Kej 15).
- Diuji dengan perintah mempersembahkan Ishak (Kej 22).

Iman Abraham tidak tanpa goyah. Ia pernah takut dan berbohong soal Sara (Kej 12:10-20). Ia juga mencoba mencari solusi sendiri lewat Hagar (Kej 16). Tetapi yang membuat Abraham layak disebut "bapa orang beriman" adalah kesediaannya kembali percaya, kembali taat. Ia jatuh, tetapi bangkit lagi. Itulah iman sejati: bukan tanpa kelemahan, melainkan tetap bertahan di tengah kelemahan. Paulus menegaskan: "*Lalu percayalah Abraham kepada TUHAN, maka TUHAN memperhitungkan hal itu kepadanya sebagai kebenaran.*" (Kej 15:6; Rm 4:3). Inilah inti teologi Reformed tentang *justification by faith alone*. Abraham adalah bukti awal bahwa manusia dibenarkan bukan karena perbuatan, melainkan karena iman kepada janji Allah.

3. Berkat dan Warisan Janji

Janji Allah kepada Abraham mencakup tiga hal besar: (1) Tanah (Kej 12:7; 15:18-21); (2) Keturunan (Kej 15:5; 17:4-6); (3) Berkat bagi segala bangsa (Kej 12:3). R.C. Sproul menulis bahwa perjanjian dengan Abraham adalah "benang merah" yang menghubungkan seluruh Kitab Suci. Paulus menegaskan dalam Galatia 3:16 bahwa janji itu mencapai puncaknya dalam Kristus, benih Abraham yang sejati. Dengan kata lain, panggilan Abraham di usia tua bukan hanya untuk dirinya sendiri, tetapi juga untuk keselamatan bangsa-bangsa.

Lima Dimensi Teologi Reformed dalam Panggilan Abraham

1. Providensi Allah atas Waktu

Manusia. Allah memanggil Abraham di usia 75. Ini menunjukkan Allah berdaulat atas waktu. Herman Bavinck menulis, "Segala sesuatu dalam sejarah, bahkan waktu kelahiran dan panggilan, ada dalam providensi Allah." Allah tidak pernah terlambat, tidak pernah salah momentum. Justru panggilan di usia senja menegaskan bahwa karya Allah tidak ditentukan oleh kalender manusia.

2. Iman sebagai Instrumen, Bukan Prestasi. Dalam Roma 4, Paulus menekankan bahwa iman Abraham adalah dasar pembenaran, tetapi iman itu bukan jasa, melainkan instrumen. John Calvin berkata, "Iman bukan sesuatu yang berharga dalam dirinya, melainkan hanya tangan kosong yang menerima anugerah." Abraham menjadi contoh nyata *sola fide*: dibenarkan karena percaya, bukan karena perbuatan.

3. Perjanjian dan Generasi. Allah menegaskan bahwa Abraham akan menjadi bapa banyak bangsa. Perjanjian ini bukan individualistik, tetapi generasional. Dalam Kejadian 18:19, Allah berkata: "*Sebab Aku telah memilih dia, supaya diperintahkannya kepada anak-anaknya... supaya mereka hidup menurut jalan yang ditunjukkan TUHAN.*" Inilah dasar teologi keluarga dalam tradisi Reformed: iman harus diwariskan lintas generasi.

4. Hidup Coram Deo. Kejadian 17:1 mencatat firman Tuhan: "*Hiduplah di hadapan-Ku dan jadilah tak bercela.*" Kata Ibrani (*hithallek*) berarti "berjalan terus-menerus." Abraham dipanggil untuk hidup di hadapan Allah setiap saat - *coram Deo*. Sproul menyebut ini inti hidup Kristen: segala sesuatu

dilakukan di hadapan Allah, di bawah otoritas-Nya, untuk kemuliaan-Nya.

5. Kristus sebagai Penggenapan. Galatia 3 menegaskan bahwa janji Abraham digenapi dalam Kristus. Abraham melihat jauh ke depan, "*dari jauh ia melihat hari Kristus dan bersukacita*" (Yoh 8:56). Artinya, iman Abraham bukan sekadar iman kepada janji abstrak, melainkan kepada Kristus yang akan datang. Abraham adalah prototipe iman Kristen.

Makna Teologis Panggilan di Usia Tua

1. Kasih karunia tidak mengenal usia. Abraham dipanggil di usia 75, diberi janji anak di usia 99, dan menerima Ishak di usia 100. Ini membongkar paradigma dunia yang menuhankan masa muda.

2. Iman sejati teruji di akhir. Usia senja justru waktu terbaik untuk membuktikan konsistensi iman. Ibrani 11 menegaskan bahwa Abraham hidup dengan iman sampai akhir, meski belum melihat sepenuhnya penggenapan janji Tuhan kepadanya.

3. Warisan iman lebih berharga dari warisan materi. Abraham mewariskan iman kepada Ishak, lalu Yakub, lalu Israel, lalu dunia. Paulus menekankan kepada Timotius untuk meneladani iman Eunike dan Lois (2 Tim 1:5).

4. Usia tua adalah kesempatan untuk memuridkan. Orang muda belajar dari konsistensi orang tua. Kehidupan modern butuh teladan, bukan sekadar kata-kata.

5. Panggilan hidup adalah progresif. Allah tidak berhenti memanggil di satu titik. Abraham dipanggil

keluar (Kej 12), diteguhkan (Kej 15), diberi tanda (Kej 17), dan diuji (Kej 22). Demikian juga dengan orang percaya, panggilan Allah terus berkembang sampai akhir.

Implikasi bagi Kehidupan Modern

1. Tidak ada kata terlambat untuk bertobat

Kisah Abraham adalah bukti paling jelas bahwa Tuhan tidak dibatasi usia ketika memanggil manusia. Abraham dipanggil pada usia 75 tahun, dan baru menerima janji anak pada usia 100 tahun. Secara manusia, semua itu mustahil, tetapi Allah justru menegaskan: "*Bagi Allah tidak ada yang mustahil*" (Luk 1:37).

Banyak orang berpikir bahwa masa muda adalah satu-satunya waktu untuk mengikut Tuhan. "Kalau sudah tua, sudah terlambat," begitu anggapan umum. Namun Alkitab menepis mitos ini. Lihat pencuri di salib (Luk 23:39-43). Ia bertobat pada detik-detik terakhir hidupnya. Dalam pandangan manusia, sudah terlambat. Tetapi Yesus berkata kepadanya, "*Hari ini juga engkau akan bersama-sama dengan Aku di dalam Firdaus.*"

Dalam sejarah gereja pun banyak contoh serupa. Agustinus dari Hippo hidup dalam pencarian panjang. Ia baru bertobat sungguh-sungguh di usia 31, setelah menjalani hidup penuh nafsu dan kebingungan filosofis. Tetapi justru dari "pertobatan yang terlambat" ini lahirlah salah satu bapak gereja terbesar yang teologinya masih menguatkan gereja sampai hari ini.

Pandangan Reformed menegaskan bahwa keselamatan adalah karya anugerah, bukan hasil upaya manusia. Herman Bavinck menulis, "Anugerah Allah tidak pernah terlambat; ia selalu tiba tepat waktu untuk tujuan yang telah Allah tetapkan." Jadi, siapa pun, kapan pun, bisa memulai kembali. Seorang kakek atau nenek yang baru mengenal Kristus di usia 70 tidak lebih rendah nilainya daripada anak muda yang bertumbuh sejak kecil dalam iman. Allah yang memanggil adalah Allah yang sama, yang memberi kehidupan baru kepada semua orang percaya.

2. Usia tua bukan masa pensiun rohani

Di dunia modern, usia pensiun berarti berhenti dari pekerjaan, menikmati masa santai dan melepas beban tanggung jawab, tetapi dalam kerajaan Allah tidak ada konsep "pensiun rohani." Selama masih ada nafas, ada panggilan. Abraham menjadi teladan. Pada usia senja ia tidak diminta beristirahat, tetapi diminta berjalan bersama Tuhan. Musa dipanggil di usia 80 untuk memimpin bangsa Israel keluar dari Mesir. Hana, seorang nabi perempuan berusia lanjut, masih tekun berdoa dan berpuasa di bait Allah hingga ia melihat Mesias (Luk 2:36-38).

Dalam kehidupan modern, kita melihat hal serupa. Billy Graham, di usia tua, sakit dan lemah, masih menggunakan suaranya untuk membertakan Injil melalui tulisan dan wawancara. Corrie ten Boom, yang selamat dari kamp konsentrasi Nazi,

tetap melayani sampai usia tuanya bersaksi tentang pengampunan.

Teologi Reformed menegaskan prinsip *perseverantia sanctorum* - ketekunan orang kudus. Artinya, orang percaya dipelihara Allah untuk tetap beriman sampai akhir. Jadi, masa tua bukanlah masa surut melainkan masa berbuah. Mazmur 92:15 berkata, "*Pada masa tua pun mereka masih berbuah, menjadi gemuk dan segar.*" Janji ini berlaku bagi setiap orang percaya: Tuhan tetap memakai mereka di usia senja, meski tubuh melemah.

3. Jadilah teladan iman dalam keluarga

Panggilan Allah kepada Abraham mencakup keluarga. Kejadian 18:19 menegaskan, "*Sebab Aku telah memilih dia, supaya diperintahkannya kepada anak-anaknya... supaya mereka hidup menurut jalan yang ditunjukkan TUHAN.*" Perjanjian Allah bukan individualistis, melainkan generasional.

Di dalam tradisi Reformed, keluarga adalah "gereja kecil." John Calvin menekankan pentingnya *catechesis*, pengajaran iman dalam rumah tangga. Anak-anak bukan sekadar penonton iman orang tua, melainkan murid pertama dari orang tuanya sendiri. Contoh nyata bisa kita lihat pada keluarga misionaris Hudson Taylor, pendiri China Inland Mission, tidak hanya memberi teladan dalam pelayanan lintas budaya, tetapi juga menanamkan nilai iman yang dalam kepada anak-anaknya. Banyak keturunannya kemudian menjadi misionaris juga.

Teladan bukan hanya soal kata-kata. Orang tua bisa berbicara tentang doa, tetapi anak-anak akan lebih dipengaruhi jika mereka melihat ayah atau ibu sungguh-sungguh berlutut berdoa. Mereka bisa mendengar tentang kasih, tetapi akan lebih menyentuh jika mereka merasakan kasih itu dalam interaksi sehari-hari. Teladan Abraham nyata. Ia mengajarkan Ishak mempercayai Allah, bahkan sampai ke titik pengorbanan di Moria (Kej 22). Meskipun sulit, peristiwa itu menunjukkan bahwa iman bisa diwariskan bukan hanya lewat ajaran, tetapi lewat tindakan konkret.

4. Mewariskan iman lebih penting dari harta

Dunia modern sangat menekankan warisan materi: tanah, rumah, tabungan, investasi. Semua itu penting, tetapi Alkitab menegaskan bahwa iman adalah warisan paling berharga.

Abraham tidak mewariskan kerajaan besar atau harta tak terhitung, ia mewariskan iman. Dari garis keturunannya lahir bangsa Israel, nabi-nabi dan akhirnya Kristus sendiri. Paulus menyebut orang percaya di segala bangsa "anak-anak Abraham" (Gal 3:7). Itu warisan yang melampaui ruang dan waktu.

Contoh nyata bisa kita lihat dalam kehidupan Susanna Wesley, ibu dari John dan Charles Wesley. Ia bukan orang kaya. Tetapi ia tekun mendidik anak-anaknya dalam iman, mengatur waktu doa dan pengajaran Alkitab. Hasilnya? John Wesley menjadi penggerak kebangunan rohani di Inggris, dan Charles Wesley menulis ribuan

himne yang masih dinyanyikan hingga kini. Warisan iman itu jauh lebih berharga daripada warisan harta.

Pandangan Reformed mendukung hal ini melalui teologi perjanjian. Allah bekerja melalui keluarga, generasi demi generasi. Warisan iman bukanlah pekerjaan satu malam, tetapi hasil kesetiaan seumur hidup. Bavinck menulis, "Anak-anak adalah tanah perjanjian yang harus kita taburi dengan benih Injil." Itulah tugas orang tua di segala zaman.

5. Hidup *coram Deo*

Akhirnya, panggilan Abraham menegaskan hidup *coram Deo*, hidup di hadapan Allah. Kejadian 17:1 berbunyi, "*Hiduplah di hadapan-Ku dan jadilah tak bercela.*" Kata "hiduplah" (*hithallek*) menyiratkan berjalan terus-menerus, bukan hanya sesekali. R.C. Sproul mendefinisikan *coram Deo* sebagai hidup sepenuhnya di hadapan Allah, di bawah otoritas Allah, untuk kemuliaan Allah. Bagi orang percaya, inilah panggilan utama, entah muda/tua. Contoh praktis: seorang pengusaha Kristen yang jujur sampai di usia senja, seorang guru yang setia mendidik murid-muridnya sampai pensiun, seorang nenek yang mendoakan cucu-cucunya setiap hari. Semua itu adalah wujud hidup *coram Deo*.

Dalam tradisi Reformed, prinsip *Soli Deo Gloria*, hanya bagi kemuliaan Allah, selalu terkait dengan *coram Deo*. Hidup kita bukan untuk kepentingan pribadi, bukan untuk pujian manusia, melainkan untuk kemuliaan Allah. Abraham, dengan segala kelemahannya, hidup di hadapan Allah dan menjadi teladan. Begitu pula se-

tiap orang percaya dipanggil, sampai akhir hidupnya.

Penutup

Implikasi panggilan Abraham jelas: tidak ada kata terlambat untuk bertobat, usia tua bukan alasan untuk berhenti melayani, teladan iman dalam keluarga lebih penting daripada kata-kata, warisan iman lebih berharga dari harta, dan hidup *coram Deo* adalah panggilan seumur hidup. Sejarah, Alkitab, dan teologi Reformed bersuara seirama: Allah berdaulat atas waktu manusia, iman adalah anugerah, dan hidup orang percaya harus berbuah sampai akhir. Kisah Abraham bukan sekadar catatan kuno, melainkan cermin bagi kita semua.

Mari, entah muda atau tua, kita jalani hidup ini sebagai kesempatan untuk menjadi berkat. Sebab Allah yang memanggil Abraham adalah Allah yang sama, yang memanggil kita hari ini untuk berjalan di hadapan-Nya sampai akhir. Kisah Abraham menegaskan bahwa Allah tidak pernah terlambat. Panggilan-Nya bisa datang di usia senja, dan justru pada saat itulah karya besar-Nya dimulai. Abraham menjadi bapak iman bukan karena kuat, tetapi karena percaya.

Bagi kita, pesan ini jelas: usia tua bukan akhir, melainkan kesempatan baru. Mari hidup *coram Deo*, menjadi teladan dan meninggalkan warisan iman bagi generasi mendatang. Dalam Kristus kita adalah anak-anak Abraham, pewaris janji, dan bagian dari berkat Allah bagi segala bangsa.

Sadana Eka

Kisah Kaleb: Iman di Usia Senja, Akan Buram atau Benderang?

Iman yang buram

Bertambahnya usia menjadi sebuah momok yang mengerikan bagi sebagian orang. Usia yang bertambah pada titik tertentu dianggap bukan lagi suatu *pertumbuhan*, tetapi *penurunan*. Dalam pemikiran psikologis seorang pakar bernama Erikson, usia senja adalah tahap dilematis antara seseorang akan tenggelam dalam keputusasaan (*despair*) atau lebih bergairah dalam menjalani sisa hidup. Seorang filsuf bernama Simone de Beauvoir pun menyingkapkan bahwa dalam persepsi masyarakat pada umumnya, seseorang yang memasuki usia senja sering dianggap sebagai pribadi yang terasing (*alienated being*). Begitulah realitanya. Tidak mudah memang untuk tidak terjebak dan tenggelam dalam tahap keputusasaan, apalagi saat memasuki usia senja. Mereka yang memasuki usia senja lebih rentan mengalami sakit penyakit, rasa kesepian dan kondisi kesendirian, yang pasti akan menambah peluang untuk hidup dalam kondisi keputusasaan.

Bukan hanya dalam konteks biologis, dalam realita biblika pun tidak sedikit orang berpikir bahwa makin berusia, iman seseorang akan semakin pudar dan buram. Kita bisa membaca 1 Raja-raja 11:4 dan menemukan ayat demikian, "*Sebab*

pada waktu Salomo sudah tua... ia tidak dengan sepenuh hati berpaut kepada TUHAN, Allahnya, seperti Daud, ayahnya." Menarik, setelah mencatat bahwa Salomo sudah memasuki usia senja, maka bagian setelahnya mencatat kegagalannya yang begitu dahsyat, di mana ia mulai condong hatinya (karena pengaruh istri-istrinya), dan imannya tidak lagi dalam tingkatan yang sama dengan Daud, ayahnya. Dari cuplikan bagian ayat tersebut terlihat bahwa raja Salomo tidak menunjukkan ia semakin bijaksana saat ia bertambah usia. Malahan sebaliknya, semakin berusia, semakin ia jatuh dan pudar imannya. Apakah ini menjadi bukti nyata bahwa setiap orang yang memasuki usia senja imannya pasti akan buram?

Memang, tidak dapat dipungkiri bahwa dalam proses iman, tidak mudah untuk tetap konsisten dan setia pada ritme dan irama iman yang baik dan progresif sampai akhir. Meskipun demikian, Alkitab juga menunjukkan realita lainnya, bahwa tidak selalu seseorang yang lanjut usia imannya menjadi buram, salah satunya adalah seseorang bernama Kaleb. Alkitab mencatat bahwa Kaleb adalah salah satu pemimpin suku Yehuda dan mata-mata yang diminta mengintai Kanaan (Bil 13). Ia adalah seorang

yang gagah berani, bahkan di usia senja sekalipun. Kitab Yosua mencatat bahwa saat usia Kaleb 85 tahun, ia tetap teguh dalam imannya (Yos 14:10-12). Bahkan ia dengan tegas katakan bahwa kondisinya di usia senja tidak mengalami degradasi. Ia tetap memiliki 'spirit' yang sama seperti waktu muda. Kisah Kaleb adalah contoh bahwa memasuki usia senja, iman dapat tetap bersinar dengan benderang, bukan justru menjadi buram. Apa rahasianya?

Iman yang benderang

Apabila kita membaca novel fiksi historis (*historical fiction*) dari Francine Rivers tentang Kaleb (berjudul *The Warrior: Caleb*), kita akan menemukan bagaimana Rivers dengan imajinasinya menangkap semangat dan sikap pejuang dari Kaleb dan bagaimana hatinya terfokus kepada Tuhan. Ada satu adegan di mana saat Musa turun dari gunung setelah menerima Hukum Taurat, ia marah amat besar melihat umat Allah yang telah menyembah berhala. Ia seketika itu juga membanting loh batu ke tanah sebagai respon atas orang Israel yang berpaling dari Tuhan YHWH. Dalam novel Rivers, Kaleb digambarkan langsung berteriak histeris dan menangis sambil berdoa syafaat dan berseru, "Tuhan ampuni kami, Tuhan ampuni kami. Berbelas kasihanlah, berbelas kasihanlah."

Juga dalam novel Rivers, saat Kaleb melihat orang-orang seperti raksasa di tanah Kanaan, ia tidak kecil hati, tapi berkata dengan lantang, "*Jangan takut dengan mereka! Mari kita*

maju dan menduduki negeri itu, sebab kita pasti akan mengalahkannya." (Bil 13:30). Menanggapi sikap Kaleb yang dengan gagah berani bergerak memasuki Tanah Perjanjian, umat Allah menjadi sangat marah dan melempari Kaleb, Yosua, dan para mata-mata lainnya dengan batu. Dengan kedengkian mereka berteriak, "Kalian sengaja hendak membunuh kami!" Sekalipun demikian kondisinya, Rivers mengimajinasikan bagaimana di tengah lemparan batu yang berterbangan meghujam mereka, Kaleb tenang dan tetap berdoa kepada Tuhan. Dalam doanya ia berkata, "Jika memang karena imanku aku harus melalui ini, aku siap, ya Tuhan."

Kisah dari novel Rivers, sekalipun bersifat historis imajinatif dan menambah ekspresi yang tidak ditulis dalam kitab Suci, sebetulnya secara garis besar Rivers dapat dengan baik menggambarkan roh dan hati (*spirit and heart*) dari Kaleb yang sejalan dan harmoni dengan narasi Alkitab, yaitu bahwa memang Kaleb adalah orang yang selalu berpikiran bagaimana hidupnya dapat menyenangkan Tuhan (*godly man*).

Keberanian Kaleb dan juga imannya yang terpaut pada Tuhan sangat jelas tercatat dalam kitab Bilangan dan kitab Yosua. Dari narasi yang dicatat dalam Kitab Suci, kita dapat simpulkan bahwa *hidup yang berpusat pada Tuhan, hidup yang berserah pada Tuhan, hidup yang bergantung pada Tuhan* adalah rahasia besar Kaleb, rahasia untuk bisa tetap benderang dan bukan buram dalam iman sekalipun usia sudah mema-



Yosua 14:11

suki usia senja. Sedangkan bagi seseorang yang hanya mengandalkan dirinya, suatu waktu mereka pasti akan menemukan hidup ini menjadi semakin berat, tiada maknanya dan 'kosong hampa' adanya. Seseorang yang hatinya terpaut dan hanya bagi Tuhan akan terus disegarkan dan dikuatkan, sehingga dalam memasuki masa senja pun imannya tidak semakin buram, tetapi terus menyala dengan benderang.

Iman yang benderang dibangun dalam Tuhan. Iman yang buram dibangun dalam kesombongan bahwa diri kita mampu menjalani hidup dengan kekuatan diri sendiri. Firman Tuhan dengan jelas mencatat bagaimana iman Kaleb tetap benderang di usia senja seperti yang tercatat

dalam Yosua 14:11, "*Pada waktu ini (85 Tahun) aku masih sama kuat seperti pada waktu aku disuruh Musa; seperti kekuatanku pada waktu itu demikianlah kekuatanku sekarang, baik untuk berperang maupun untuk keluar masuk.*"

Iman yang anti "DP" (half-hearted)

Selain keterpusatan hidup Kaleb kepada Tuhan menjadi rahasia imannya tetap dapat benderang di usia senja, ternyata iman Kaleb anti "DP", dalam artian iman yang langsung dicurahkan/dinyatakan sepenuhnya, dan tidak setengah-setengah. Kaleb tidak berkata, "Tuhan, kuberikan hatiku dan cintaku 80% di awal, DP dulu ya, 20% nya lagi kalau sedang *mood* baik dan kalau tidak ada masalah

dalam hidup, baru aku berikan untuk Engkau pimpin!" Firman Tuhan dalam Yosua 14:8 mencatat iman Kaleb yang sepenuh hati, "*Aku tetap mengikuti TUHAN, Allahku, dengan sepenuh hati.*"

Rupanya inilah rahasia besar bagaimana di segala musim hidup, bahkan usia apapun, iman kita tetap bisa terang benderang, yaitu, saat hati kita diberikan dan dicurahkan "sepenuhnya" buat Tuhan, bukan se-enaknya, bukan sesukanya, bukan se-butuhnya. Sekarang dan bukan nanti. Intinya, iman yang sepenuh hati, bukan iman yang *down-payment* di depan dengan porsi besar di awal, tapi kemudian lupa dan malas dituntaskan dan dinyatakan dengan penuh di hadapan dan kepada Tuhan (karena kenyamanan, kemalasan, keraguan). Iman yang sepenuh hati, sebagaimana dinyatakan Kaleb adalah ekspresi iman yang C.S. Lewis pernah utarakan pada Tuhan, demikian: "Hatiku biarlah berpadanan dengan hatiMu."

Namun pertanyaan realistiknya, bagaimana Kaleb bisa dengan berani menyatakan dan memberikan hatinya buat Tuhan 100% (sesungguhnya dan sepenuhnya)? Bukankah Kaleb belum tahu hasil akhir dari perjalanannya? Bukankah Musa yang diberi mandat untuk membebaskan umat pergi ke Tanah Perjanjian pun telah tiada? Bisa saja setelah menyatakan iman 100% dan yakin pada pimpinan Tuhan, ternyata Tanah Perjanjiannya hanyalah sebuah 'hoaks' dan Tuhan tidak nyata (*real*) atau telah tiada (*God is dead*)! Atau seperti yang sering

dikumandangkan oleh kaum atheis dengan pemikiran Feuerbach yang mengatakan bahwa ujung-ujungnya Tuhan itu hanya proyeksi manusia. Lalu mengapa Kaleb begitu yakin dan tetap percaya pada Tuhan?

Sebetulnya, logika iman yang penuh kegelisahan seperti ini terjadi dalam kehidupan kebanyakan orang, termasuk bagi mereka yang berusia senja, yang kerap bertanya, "Jika aku sudah lanjut usia, ke depan apa yang bisa aku lakukan? Jika aku sudah lanjut usia, apakah masih ada yang memperhatikanku? Adakah yang tetap mengingatku? Apakah aku akan tidak berguna?" dan yang lainnya. Iman yang awalnya bertitik pada pola *faith seeking understanding* (iman yang menuntun akal), sekarang bergeser menjadi *understanding seeking faith* (akal yang menuntun iman) dan berujung pada *understanding without faith* (akal tanpa iman).

Namun kali ini kita sama-sama belajar bahwa postur iman Kaleb sangat berbeda. Iman Kaleb tidak membuka ruang untuk rasa takut menghadapi hari esok, sebab ia sungguh yakin melangkah ke depan dengan keberanian dan iman sekalipun kondisi di depan tidak diketahui (*unknown terrain*). Semua itu dapat terjadi karena Kaleb menyadari bahwa janji Tuhan dapat dipercaya dari awal sampai akhir. Kaleb mengerti bahwa Tuhan yang sudah berjanji kepada Musa untuk membawa umat Allah ke Tanah Perjanjian adalah Tuhan yang tidak pernah ingkar janji. Yosua 14:10 (TB) mencatat: "*Jadi sekarang*

sesungguhnya TUHAN telah memelihara hidupku, seperti yang dijanjikan-Nya. Sudah empat puluh lima tahun lamanya sejak TUHAN mengucapkan firman itu kepada Musa...”

Bagi Kaleb, janji Tuhan dalam Firman-Nya yang telah dinyatakan kepada Musa itu tidak lekang oleh waktu. Janji Tuhan pasti terjadi. Itulah yang menjadi sandaran hidup Kaleb sejak saat ia muda sampai memasuki usia senja. Oleh sebab itu, pada akhirnya bisa dikatakan bahwa hidup yang “berpusat pada Tuhan” tidak dipisahkan dari pengertian dan pengharapan seseorang terhadap “janji Tuhan.” Secara praktis, bagaimana seseorang bisa dikatakan *hidup berpusat pada Tuhan apabila ia tidak mengenal, bahkan meyakini janji Tuhan* dalam hidupnya?

Dari kisah Kaleb kita belajar bahwa hidup berpusat dan berpegang pada janji Tuhan sampai akhir adalah esensial, sebab jelas seseorang yang hidup dengan mengandalkan kekuatan diri dan yang tidak mengenal janji Tuhan, khususnya saat ada di usia senja, pasti akan sangat mudah sekali terjerumus dan tenggelam dalam hidup yang pilu (*despair*). Kaleb membuktikan kepada kita dan menepis segala mitos bahwa bertambah usia, iman seseorang makin menjadi buram! Kehidupan Kaleb menjadi teladan bagi setiap kita. Bahkan dalam perspektif sejarah keselamatan (Heigelche) yang lebih luas, iman yang Kaleb telah nyatakan dengan gemilang semasa hidupnya membuatnya memiliki tanah Hebron

(Yos 14:13) yang di hari mendatang menjadi tempat yang penting di mana Daud diurapi menjadi raja (2 Sam 5:3). Begitulah, iman Kaleb bukanlah iman yang regresif, tetapi iman yang terus berdampak dan membawa signifikansi dari generasi ke generasi sekalipun ia memasuki usia senja. Jejak, sidik jari serta bayang-bayang hidup Kaleb, seorang yang hidup di dalam dan bagi Tuhan, dapat terus bersinar dan disaksikan sepanjang masa. Bukankah hal ini juga kita rindukan?

Seseorang yang memasuki usia senja akan memasuki pergumulan yang tidak mudah. Ini sebuah fakta pelik. Kebanyakan, kelemahan fisik yang menjadi pergumulan, yang pastinya akan mempengaruhi banyak aspek hidup, baik mental maupun rohani. Antara iman menjadi semakin buram, atau semakin benderang, mana yang akan menjadi kondisi kita? Pergumulan memasuki/berada dalam usia senja itu pasti akan hadir melemahkan, tapi dalam kondisi kelemahan tersebutlah seseorang diajak untuk lebih lagi bergantung pada Tuhan seperti Kaleb. J.I Packer pernah mengatakan, “Kelemahan yang dirasakan memperdalam ketergantungan pada Kristus untuk kekuatan setiap hari. Semakin lemah kita merasa, semakin keras kita bersandar. Dan semakin keras kita bersandar, semakin kuat kita tumbuh secara rohani, bahkan saat tubuh kita terbangun.” **Kristus Yesus dimuliakan selalu!**

Pdt. Yeremia Christofen Tang

“Kebanggaannya Adalah Kesukaran dan Penderitaan...”

Jordan Peterson, seorang psikolog klinis dari Kanada, pernah mengungkapkan pandangannya bahwa salah satu kelemahan dari peradaban dunia Barat yang dibangun atas nilai-nilai Yudeo-Kristen adalah kurangnya figur yang dapat menjadi arketipe bagi orang-orang tua. Ini disebabkan karena figur sentral dalam Kekristenan, Yesus Kristus, hidup di dunia hanya sampai usia 33,5 tahun. Hal ini sangat kontras jika dibandingkan dengan peradaban Timur yang figur sentralnya mencapai usia senja, bahkan justru mencapai titik puncak kehidupannya pada masa-masa tuanya, misalnya Siddhartha Buddha Gautama yang mencapai usia 80 tahun, Confucius atau Kong Hu Cu serta Lao Zi yang mencapai usia lebih dari 70 tahun, dan lain-lain. Inilah yang menyebabkan orang-orang berusia lanjut dalam masyarakat Barat seringkali kehilangan fungsi hidup dan peranannya dalam masyarakat, bahkan cenderung menempatkan diri sebagai seteru yang menghambat generasi muda daripada mendukung mereka, demikian ungkap Jordan Peterson.

Bagaimana kita menanggapi pendapat ini? Tentunya kita tidak setuju dengan pendapat ini. *Pertama*, meski Tuhan Yesus tidak mencapai usia tua dalam masa-masa hidupnya di dunia ini, Ia adalah teladan universal bagi seluruh umat manusia, baik

yang muda maupun tua, laki-laki atau perempuan, dari segala macam strata sosial, status ekonomi dan pendidikan. Teladan-Nya yang mengajarkan kasih, kerendahan hati untuk melayani, dan kerelaan memikul salib akan selalu relevan bagi segala usia. Jadi, masalahnya bukan terletak pada Tuhan Yesus yang tidak mencapai usia lanjut selama di bumi, melainkan apakah pengikutnya - dalam hal ini mereka yang lebih senior - masih bersedia untuk tetap meneladani-Nya dan menunjukkan kasih dan kerendahan hati bahkan kepada mereka yang lebih muda.

Sanggahan *kedua* dan yang lebih penting adalah, siapa bilang Alkitab tidak memiliki figur teladan yang berusia lanjut? Ada banyak sekali contoh tokoh-tokoh seperti ini dalam Alkitab, khususnya dalam Perjanjian Lama. Dari antara sekian banyaknya, mungkin yang paling terkenal adalah Musa. Jika figur sentral dalam Kekristenan adalah Yesus Kristus, maka figur sentral dalam Yudaisme tidak lain dan tidak bukan adalah Musa, sang nabi yang dipakai Tuhan membebaskan Israel dari penjajahan Mesir. Ia dianggap sebagai figur sentral oleh orang-orang Yahudi karena melaluinyalah Tuhan memberikan kitab Taurat yang kemudian menjadi fondasi seluruh pengajaran mereka. Kitab Taurat ini juga menjadi 5 kitab pertama dalam

Alkitab kita. Menurut Anda, pada usia berapakah ia dipanggil Tuhan untuk membebaskan bangsa Israel dari perbudakan Mesir? Kalau Anda menjawab 20 atau 30 tahun, Anda salah besar. Musa baru dipanggil untuk menjalankan misi Tuhan pada saat ia berumur 80 tahun! Mencengangkan, bukan? Pada usia ini, kebanyakan orang telah menikmati masa pensiunnya dan menghabiskan waktu bersama cucu bahkan cicitnya. Beberapa bahkan sudah membutuhkan kursi roda, atau malah hanya dapat terbaring di ranjang atau kamar-kamar rumah sakit. Ada pula yang bahkan tidak mencapai usia setinggi itu.

Seringkali kita geli membayangkan Tuhan datang kepada Abraham yang seorang kakek-kakek dan memanggilnya untuk keluar dari "rumah bapakmu ini ke negeri yang akan Kutunjukkan kepadamu" (Kej 12:1). Tetapi jangan salah, Abraham dipanggil saat berusia 75 tahun. Dengan kata lain, ia masih lebih muda 5 tahun daripada Musa ketika dipanggil Tuhan! Pertanyaannya, mengapa Tuhan memanggil Musa di usia setua itu? Kita mungkin mengerutkan dahi sambil bertanya kepada Tuhan, "Tuhan, kenapa kejam sekali memanggil Musa di usia setua itu? Apalagi orang-orang Israel adalah bangsa yang tegar-tengkok. Bagaimana kalau Musa sampai stroke dan jantungan gara-gara stress menghadapi mereka?" Jika kita berada di posisi Tuhan, tentunya kita memilih untuk memanggil Musa saat ia masih muda dan gagah, bukan?

Tetapi bukan itu yang Tuhan lakukan. Mengapa? Inilah yang akan kita jawab dalam artikel ini.

"Masa Hidup Kami Tujuh Puluh...

... dan jika kami kuat, delapan puluh tahun, dan kebanggaannya adalah kesukaran dan penderitaan; sebab berlalunya buru-buru, dan kami melayang lenyap" (Mzm 90:10). Ayat ini adalah salah satu perkataan Musa yang paling terkenal, sampai-sampai hampir selalu dikotbahkan dalam ibadah-ibadah kedukaan. Musa menuliskan Mazmur 90 ketika ia telah mendekati ajalnya. Sekilas pandang, ayat ini terdengar sangat pesimis, bukan? Kesan yang kita dapatkan mengenai Musa dalam ayat ini adalah seorang kakek tua yang telah putus asa menjalani hidup ini, depresi dan merasa tidak berguna, dan ingin segera mati saja. Tetapi, benarkah demikian? Ayat ini sebenarnya adalah ayat yang optimis, yang dapat menjadi penyemangat sekaligus ujaran iman bagi orang muda, dan afirmasi serta pengakuan akan kesetiaan Tuhan bagi orang-orang berusia lanjut. Bagaimana bisa? Kita perlu mengetahui konteks kehidupan Musa dahulu agar dapat memahami ayat ini dengan benar.

Musa adalah anak dari sepasang orang Israel bernama Amram dan Yokhebed (Kej 6:20). Ia dilahirkan pada masa-masa yang penuh kekalutan dan dukacita bagi orang Israel, di mana setiap anak laki-laki yang lahir bagi mereka harus dibunuh, sesuai dengan perintah dari Firaun (Kel 1:16). Tetapi oleh karena kecerdikan

Miryam, kakaknya, ia tidak hanya dapat tetap hidup, putri Firaun bahkan mengambilnya sebagai anak sehingga Musa mendapatkan segala kelimpahan dan pendidikan sebagai pangeran Mesir (Kel 2:1-10). Tak hanya itu, ibunya tetap dapat menjadi inang pengasuhnya, bahkan mendapatkan bayaran untuk itu. Beberapa penafsir mengatakan bahwa pada saat Musa diasuh oleh ibunya, ibunya mengajarkan kepadanya identitasnya yang sebenarnya. Itulah sebabnya di ayat berikutnya, Musa dikisahkan membela seorang budak dari bangsanya sendiri. Ini bukan tindakan sok jago yang dilakukan secara impulsif. Alkitab mencatat bahwa Musa *"menoleh ke sana sini dan ketika dilihatnya tidak ada orang, dibunuhnya orang Mesir itu, dan disembunyikan mayatnya dalam pasir"* (Kel 2:12). Dengan kata lain, berbeda dengan gambaran umum, yang Musa lakukan adalah pembunuhan berencana! Ketika melihat rekan sebangsanya dipukul, segeralah ia berstrategi untuk membunuh orang Mesir itu.

Mengapa Musa melakukannya? Apakah ini sekedar tindakan membalas dendam orang lain? Tidak sederhana itu. Jawabannya dapat kita lihat dalam pengisahan ulang oleh Stefanus dalam Kisah 7:23-25. Musa, yang telah mengetahui identitasnya sejak kecil karena ibu sekaligus inang pengasuhnya, rindu untuk dapat memimpin bangsanya dan membebaskan mereka dari Mesir. Di sisi lain, ini juga menunjukkan bahwa Musa sejak masa muda telah memiliki kepe-

kaan akan rencana dan tujuan Tuhan dalam hidupnya. Anehnya, Tuhan tidak kunjung memanggilnya sampai berusia 40 tahun. Coba bayangkan, menunggu hari demi hari berlalu sambil bertanya-tanya, "Tuhan, kapan waktunya aku maju? Kapan waktunya aku memenuhi tujuan hidupku?" Jadi, ketika Musa melihat seorang Israel dipukul, ia menganggap ini sebagai pertanda dari Tuhan untuk memulai misi hidupnya. Jadi, tujuan Musa yang sesungguhnya adalah supaya *"saudara-saudaranya akan mengerti, bahwa Allah memakai dia untuk menyelamatkan mereka"* (Kis 7:25).

Sayang sekali, bukannya mengangkatnya menjadi pemimpin dan pahlawan mereka, orang-orang Israel "tidak mengerti." Keesokan harinya, Musa meleraikan dua orang yang sedang bertengkar. Bukannya menaati dan mendengarkan, mereka malah "menolak Musa dan berkata: Siapakah yang mengangkat engkau menjadi pemimpin dan hakim atas kami?" Tahulah Musa seketika itu juga bahwa ia tidak diterima oleh bangsanya sendiri. Mereka tidak ingin ia menjadi pahlawan dan pemimpin yang membebaskan mereka. Lebih parah lagi, kini hidupnya pun berada dalam bahaya. Firaun telah mengetahui hal ini. Musa pun memutuskan untuk melarikan diri ke Midian (Kel 2:15). Di sana ia mendapatkan istri bernama Zipora dan bekerja sebagai gembala bagi kambing domba mertuanya (Kel 3:1). Demikianlah 40 tahun kehidupannya sebagai pangeran Mesir berakhir. Bukannya menjadi pemimpin Israel yang

membawa mereka keluar dari Mesir, seperti rencananya, ia malah menjadi pemimpin kambing domba. Sungguh ironis nasibnya.

40 tahun pertama kehidupan Musa sekilas kelihatannya seperti masa-masa paling gilang-gemilang. Tidak heran ia berpikir, "sudah waktunya, Tuhan!" dan bergerak menurut waktunya sendiri. Ketidaksabarannya membuatnya melangkah sebelum Tuhan memerintahkan, sehingga ia harus kehilangan kehidupan mewahnya. Apakah ini berarti rencana Tuhan gagal karena Musa terburu-buru? Tidak! Sebaliknya, Tuhan memakai momen-momen pelarian dan hidup sebagai gembala di Midian selama 40 tahun untuk mendidiknya. Coba bayangkan, jika Musa, si pangeran Mesir yang dengan mudahnya membunuh seorang Mesir, saat itu juga disuruh Tuhan memimpin orang Israel yang begitu bandel dan tegar tengkuk, ia akan dengan mudahnya membunuh siapa saja yang dianggapnya pemberontak! Namun, dengan menjalani hidup sebagai gembala selama 40 tahun, ia belajar memiliki kelembutan dan kesabaran. Seorang gembala tidak bisa bertindak kasar dan keras kepada domba-dombanya, karena domba adalah binatang yang tidak hanya bodoh, tetapi juga bandel, sangat menggambarkan orang-orang Israel yang nantinya akan dipimpin Musa. Pelatihan selama 40 tahun ini membentuk Musa menjadi orang yang *"sangat lembut hatinya, lebih dari setiap manusia yang di atas muka bumi"* (Bil 12:3). Hanya de-

ngan demikianlah Tuhan dapat memakainya menjadi pemimpin umat Israel.

Kadangkala itulah yang terjadi ketika kita masih muda dan berdarah hangat. Pada umumnya, orang muda penuh dengan semangat menggebu-gebu dan ingin segera maju. Ketika muda, kita menghendaki perubahan, dan kalau bisa kitalah yang membawa perubahan tersebut. Tetapi Tuhan berkata, "belum saatnya." Itulah yang Tuhan katakan kepada Musa, dan itu pula yang Tuhan katakan kepada kita. "Belum saatnya," maka bisnis seumur jagung yang baru kita rintis mengalami kebangkrutan. "Belum saatnya," maka Tuhan belum mengaruniakan buah hati tercinta. "Belum saatnya," maka mahakarya yang telah kita garap harus berakhir di gudang dan menjadi sarang debu. "Belum saatnya," maka perubahan yang kita perjuangkan di perusahaan, di gereja, atau organisasi-organisasi lainnya mengalami hambatan, bahkan ditolak oleh mereka yang lebih senior. "Belum saatnya," maka kita mengalami kegagalan seperti Musa. Sebenarnya, tidak masalah jika Tuhan mengatakan "belum saatnya." Yang diperlukan hanyalah bersabar menantikan waktu Tuhan. Masalahnya adalah ketika kita tidak mau bangkit lagi.

"...dan jika kami kuat, delapan puluh tahun..."

Itulah yang terjadi pada Musa yang telah berusia 80 tahun. Sayangnya sekali, justru ketika Musa telah menjadi lembut hati dan siap men-

jalankan panggilan Tuhan, ia malah enggan untuk maju. Ia sudah terlalu nyaman dengan kehidupannya sebagai gembala. Seperti lagu Kunto Aji, "Sudah terlalu lama sendiri... Sudah terlalu asyik dengan duniaku sendiri...", Musa sudah terlalu lama berada di zona nyamannya dan terlalu asyik dengan dunianya sendiri bersama kambing domba mertuanya.

Sesudah meninggalkan Mesir, Musa tidak pernah lagi menoleh ke belakang. Ia tidak lagi menunggunggu kapan waktunya Tuhan memanggilnya kembali ke Mesir dan membebaskan orang-orang sebangsanya. Tak hanya itu, Musa bahkan seperti orang yang telah kehilangan semangat hidupnya. Perhatikan bagaimana Keluaran 3:1 mencatat bahwa Musa bukan mengembalakan kambing dombanya sendiri, melainkan "kambing domba Yitro"! Dengan kata lain, begitu patah semangat dan tidak berambisinya ia, sampai-sampai sesudah 40 tahun, ia masih belum memiliki ternak apapun, hanya menjadi pegawai mertuanya. Bandingkan dirinya dengan Yakub yang hanya dalam waktu 14 tahun bekerja bagi Laban, mertuanya, ia dapat memiliki ternak bagi dirinya sendiri yang jumlahnya melebihi ternak mertuanya, dan kemudian ingin memisahkan diri darinya. Musa tetap saja hanya menjadi pegawai mertuanya sesudah 40 tahun berlalu.

Sebenarnya, manusiawi kalau Musa kehilangan semangat sampai seperti itu. Jika menggunakan gambaran masa kini, apa yang Musa alami mirip dengan seorang muda yang penuh

mimpi dan idealisme, dengan cita-cita yang tinggi ingin membangun bisnisnya sendiri, namun ia mengalami kebangkrutan yang begitu parah. Pada akhirnya, mertuanya bersedia memberikan pekerjaan kepadanya. Coba bayangkan, apa yang terjadi kemudian? Apakah orang muda itu masih tetap menjunjung tinggi idealisme dan cita-citanya sambil menunggu waktu ia dapat mengembangkan sayapnya kembali? Tidak. Yang terjadi sesudah cita-citanya yang kandas adalah perasaan tawar hati dan keengganan untuk maju lagi. Tak heran, kegagalan yang pertama menjadi sebuah pengalaman traumatis yang membuatnya takut bangkit kembali. Itulah yang dialami Musa yang kini adalah seorang kakek-kakek berusia 80 tahun. Ketika Tuhan mengatakan "sudah saatnya," Musa menggeleng dan berpaling. Inilah yang kita saksikan sepanjang satu setengah pasal, dari Keluaran 3:1-4:17. Tuhan memanggil Musa, tetapi Musa menolak. Terjadilah perdebatan yang panjang dimana Musa terus-menerus berdalih, bahkan meskipun Tuhan telah mengadakan mukjizat di depan matanya (Kel 4:4-7). Pada akhirnya, "*bangkitlah murka TUHAN terhadap Musa*" (Kel 4:14). Barulah sesudah itu Musa menurut.

Kadangkala kita terlalu cepat menghakimi Musa yang tidak segera mengatakan "ya" atas panggilan Tuhan. Tetapi coba bayangkan jika kita berada di posisi Musa. Mungkin kita akan mencurigai Tuhan, "Tuhan telah menipu dan mempermainkanku. Untuk apa percaya kepada-Nya se-

karang?" Mungkin kita akan berpikir, "Bagaimana kalau orang-orang Israel menolakku lagi seperti dulu?" Semua pertimbangan ini membuat kita mengatakan "Jangan aku, Tuhan."

Tapi, suka atau tidak suka, rencana Tuhan tetap terlaksana. Musa kembali ke Mesir. Ia berbicara kepada Firaun dan menuntut agar orang-orang Israel diizinkan pergi. Karena Firaun tidak mendengarkannya, Tuhan melalui Musa menulahi Mesir dengan sepuluh tulah, barulah Firaun mengizinkan mereka pergi (Kel 4:18-13:16). Ketika Firaun berubah pikiran dan mengirim pasukan mengejar mereka, sekali lagi Tuhan melalui Musa melakukan keajaiban yang besar, yakni membelah laut Merah (Kel 13:17-15:21). Dimulailah babak ketiga dalam kehidupan Musa: 40 tahun lamanya di padang gurun memimpin bangsa yang tegar tengkok.

"...sebab berlalunya buru-buru..."

Sampai di sini, kita dapat melihat tiga babak besar dalam kehidupan Musa: 40 tahun pertama dilaluinya di Mesir sebagai pangeran, 40 tahun kedua di Midian sebagai gembala, dan 40 tahun terakhir di tengah-tengah padang gurun sebagai pemimpin bangsa Israel. 40 tahun pertama ditandai dengan kemewahan, idealisme, danantisipasi akan panggilan Tuhan. 40 tahun kedua ditandai dengan kenyamanan dan ketenangan yang semu, sebuah kehidupan yang "biasa-biasa saja." 40 tahun terakhir, bagian dimana panggilan Tuhan terjadi, merupakan bagian yang paling penuh dengan tan-

tangan, kekesalan, bahkan dukacita dan airmata.

Musa tidak hanya dipakai Tuhan sebagai pemimpin politik, tetapi juga memimpin spiritual. Meski Harun, kakaknya, ditunjuk menjadi imam besar, Musa masih memiliki peranan khusus sebagai nabi yang melaluinya Tuhan berbicara secara "*terus terang, bukan dengan teka-teki, dan ia memandang rupa TUHAN*" (Bil 12:6-8). Memang, ia mengalami banyak tantangan. Entah berapa kali umat Israel ingin pemberontak, entah berapa kali terjadi pemberontakan, bahkan dilakukan oleh kedua kakaknya sendiri (Bil 12). Namun dalam semua peristiwa ini, Tuhan selalu membela Musa dan menunjukkan kepada seluruh rakyat bahwa Musa-lah pihak yang benar.

Jika dibayangkan dengan gambaran masa kini, Musa itu seperti pengusaha yang telah bangkit dari keterpurukan dan membangun bisnisnya kembali. Di dalam menjalankan bisnisnya, memang ada banyak perkara dan kesulitan yang perlu diatasi. Namun, dengan ketaatannya kepada Tuhan serta hikmat yang Tuhan selalu sediakan baginya, ia berhasil mengatasi kesulitan tersebut. Pada akhirnya, di usia senjanya, ia dapat tersenyum menyaksikan bisnisnya yang makin jaya, namanya yang makin dikenal oleh orang-orang sekitarnya, orang-orang yang dipimpinya mengaguminya. Kelihatannya orang-orang seperti ini akan mengakhiri hidupnya dengan prestasi gilang-gemilang.

Namun, inilah yang terjadi pada Musa? Rupanya ia melakukan sebuah kesalahan yang kelihatannya kecil, tetapi sangat fatal. Begitu fatalnya, sampai-sampai Tuhan mengatakan bahwa ia tidak akan masuk ke Kanaan, tanah perjanjian yang berlimpah-limpah susu madunya, yang merupakan tujuan dari perjalanan bangsa Israel. Bayangkan, Musa-lah yang memimpin bangsa Israel selama 40 tahun ke Kanaan, namun ia sendiri tidak akan menikmatinya. Sungguh menyedihkan, bukan? Sebenarnya, kesalahan apa yang dilakukannya yang membuat Tuhan menghukumnya begitu berat?

Bilangan 20:2-13 mengisahkan bagaimana bangsa Israel menggerutu karena tidak ada air. Lagu lama. Inilah yang seringkali dilakukan bangsa Israel terhadap Musa, dan Musa sendiri sudah terbiasa menghadapinya. Ia memang lemah lembut, tetapi kesabaran orang ada batasnya. Jadi, ketika Tuhan menyuruh Musa memberi orang Israel air dengan cara mengatakan kepada sebuah batu untuk memberi mereka air (Bil 20:8), Musa dalam emosinya malah memukul batu itu. Batu itu mengeluarkan air, tetapi Tuhan mengatakan bahwa Musa "*tidak percaya kepada-Ku dan tidak menghormati kekudusan-Ku di depan mata orang Israel, itulah sebabnya kamu tidak akan membawa jemaah ini masuk ke negeri yang akan Kuberikan kepada mereka*" (Bil 20:12).

Bagian ini memang sangat membingungkan dan melahirkan berbagai macam penafsiran dari berbagai ahli

biblia. Perbuatan apa yang dilakukan Musa yang menunjukkan bahwa ia "tidak percaya" kepada Tuhan dan "tidak menghormati kekudusan" Tuhan? Ada penafsir yang mengatakan bahwa dosa Musa adalah menjadi emosi di hadapan bangsa Israel. Ini adalah sebuah kesalahan fatal yang tidak boleh dilakukan seorang pemimpin, apalagi pemimpin spiritual. Bayangkan jika gembala di gereja Anda marah dan berkata-kata kasar di mimbar kepada jemaat, tentu ini akan menjadi masalah, bukan? Penafsiran yang kedua mengatakan bahwa tindakan Musa memukul batu tersebut dua kali menunjukkan bahwa Musa tidak percaya kepada perkataan Tuhan. Musa tidak percaya bahwa dengan berkata-kata saja, batu itu pasti akan mengeluarkan air baginya. Penafsiran ketiga, yang lebih menekankan Perjanjian Baru, mengatakan bahwa batu karang tersebut adalah Kristofani atau penampakan Pribadi Kedua Allah Tritunggal di Perjanjian Lama, sesuai dengan pernyataan Paulus dalam 1Korintus 10:4. Yang dilakukan Musa dengan memukul batu tersebut tentulah tidak menghormati kekudusan Tuhan.

Selain ketiga penafsiran di atas, ada berbagai penafsiran lain, Namun menurut saya, penafsiran yang paling tepat adalah penafsiran yang jauh lebih sederhana dari ketiga penafsiran tersebut. Dosa Musa bukan terletak pada tindakannya memukul batu tersebut, melainkan di dalam perkataannya, "Dengarlah kepadaku, hai orang-orang durhaka, apakah kami harus mengeluarkan



air bagimu dari bukit batu ini?” Perhatikan bahwa Musa mengatakan, “Apakah **KAMI** harus mengeluarkan air...” Dengan kata lain, dalam kemarahannya Musa melihat bahwa bukan Tuhan melainkan dia serta Harun-lah yang memberikan air kepada orang-orang Israel. Dengan kata lain, Tuhan mengecamnya tidak percaya kepada-Nya bukan karena ia meragukan Tuhan, melainkan karena Musa percaya bahwa dialah yang berjasa memberikan air tersebut. Ia melanggar kekudusan Tuhan bukan dengan cara memukul batu tersebut, tetapi secara implisit membuat orang-orang Israel berpikir bahwa mereka mengandalkan Musa dan bukan Tuhan dengan ujarannya tersebut.

Jika Anda kesulitan mengerti hal ini, coba bayangkan jika Anda menjadi diaken, penatua, atau bahkan gembala dan hamba Tuhan selama bertahun-tahun lamanya di sebuah gereja. Sebagai pemimpin, Tuhan memakai Anda untuk menjalankan

serta mengembangkan gereja-Nya. Setiap masalah dapat Anda tangani dengan hikmat Tuhan. Namun, suatu kali ketika Anda telah menjadi senior dan memegang jabatan sangat tinggi, terjadi sebuah masalah dimana Anda mendapat kritik pedas serta protes yang menyebabkan Anda marah kepada orang-orang yang berkonflik dengan Anda. Dalam kemarahan Anda, Anda mengatakan, “Hei, dengar ya! Kalau tidak ada saya, mau jadi apa gereja ini?!” Kira-kira itulah yang Musa lakukan.

Ya, itu adalah ujaran kemarahan. Musa sedang emosi dan mungkin ia tidak sungguh-sungguh bermaksud demikian. Tetapi sebagai pemimin, khususnya pemimpin spiritual, Tuhan menuntut standar kekudusan yang lebih tinggi dari Musa. Jika seorang diaken atau penatua dalam emosinya mengatakan demikian kepada banyak orang, tidakkah ia akan mendapat teguran bahkan disiplin gereja? Mungkin saja ia akan diminta berhenti

pelayanan sementara waktu. Jika seorang hamba Tuhan atau gembala mengatakan demikian, tidakkah ia menjadi pergunjingan seluruh jemaat dan pengurusnya, yang membuatnya dapat diberhentikan dari posisinya? Ya, kata-kata itu terucap dalam emosi sesaat, tetapi efeknya bisa merusak kerohanian jemaat. Itulah sebabnya Tuhan menghukum Musa dengan begitu berat, meski mungkin sekali Musa mengucapkan kata-kata tersebut tanpa berpikir dan hanya sebagai luapan emosi saja.

Itulah yang seringkali terjadi kepada mereka yang telah mencapai usia lanjut, memiliki banyak pengalaman, sangat berjasa baik dalam perusahaan, gereja, atau organisasi-organisasi lainnya: merasa bahwa semua hal baik yang terjadi adalah jasanya. Padahal, itu semua adalah anugerah Tuhan semata. Jika ia bisa menggiring perusahaan atau ge-rejanya sampai sesukses itu, alasannya adalah karena ada Tuhan yang terus memberinya kekuatan. Namun mudah sekali untuk kita tersandung dan merasa bahwa kitalah yang berjasa, bahwa kitalah yang telah menyelesaikan segala masalah, bahwa kitalah, seperti Musa, yang harus mengeluarkan air dari bukit batu ini.

"...dan kami melayang lenyap."

Kisah Musa adalah kisah yang sekilas mata berakhir tragis. Ia memohon kepada Tuhan agar diperkenan masuk ke Kanaan (Ul 3:23-25). Tuhan langsung menolaknya mentah-mentah dan mengatakan, "*Cu-*

kup! Jangan lagi bicarakan perkara itu dengan Aku" (Ul 3:26). Meski menyedihkan, saya pikir ini adalah akhir yang realistis. Berapa banyak orang-orang tua yang meninggalkan dunia ini dengan senyum lebar, "aku berhasil"? Berapakah dari antara kita yang yakin Tuhan akan menilai kita, "*Baik sekali perbuatanmu itu, hai hambaku yang baik dan setia*" (Mat 25: 23)? Tidak banyak, karena kita tahu bahwa ketaatan kita kepada Tuhan tidaklah sempurna. Selalu saja ada penyesalan yang terlambat. Selalu saja ada, "semestinya dulu aku begini dan begitu." Selalu saja ada ganjalan di hati kita, mungkin mimpi-mimpi yang tidak pernah kesampaian, mungkin orang-orang tercinta yang telah kita abaikan dalam berbagai kesibukan kita dan sebagainya. Hal ini pula yang terjadi dengan Musa.

Tapi, apakah demikian saja akhirnya? Tidak. Di detik-detik terakhir sebelum ajalnya, Tuhan menunjukkan kasih karunia yang sangat indah kepadanya. Ulangan 34 sepertinya adalah bagian yang sangat aneh, misterius, dan penuh teka-teki. Tetapi menurut saya secara pribadi, bagian ini adalah bagian yang paling indah di seluruh Perjanjian Lama. Musa, kakek tua yang kini berusia 120 tahun, naik ke gunung Nebo dimana Tuhan telah menantikannya. Tuhan menunjukkan kepadanya tanah yang dijanjikan-Nya itu, tanah yang berlimpah-limpah susu dan madunya. Tuhan mengingatkan kepada-Nya apa yang pernah dijanjikan-Nya dahulu, "*Inilah negeri yang Kujanjikan*

dengan sumpah kepada Abraham, Ishak dan Yakub; demikian: Kepada keturunanmulah akan Kuberikan negeri itu. Aku mengizinkan engkau melihatnya dengan matamu sendiri, tetapi engkau tidak akan menyeberang ke sana" (Ul 34:4). Sekilas pandang, Tuhan kelihatannya begitu kejam, mengiming-imingi Musa yang akan segera mati dengan sesuatu yang tidak akan pernah ia nikmati, seperti halnya menggelantungkan ikan asin di depan kucing yang sekarat dan akan segera mati. Tetapi bukan itu maksud Tuhan. Ketika mengatakan hal ini, Tuhan secara implisit hendak menunjukkan bahwa misi Musa telah selesai. Ya, ia sendiri tidak akan mencapai tempat itu, tetapi setidak-tidaknya tujuan Tuhan dalam hidupnya selesai.

Ketika seorang yang lanjut usia akan menemui ajalnya, tak jarang pikirannya memutar kembali kilas balik masa lalu. Mungkin ada perasaan bersalah dan penyesalan karena melihat dirinya sebagai kegagalan, "Tuhan, sudahkah aku menjadi ayah yang baik? Jika iya, mengapa anak-anakku menelantarkanku?" "Tuhan, sudahkah aku menjadi aktivis yang baik di gereja? Aku ingat aku pernah bertengkar dengan rekanku si A dan si B karena masalah sepele." Inilah yang dirasakan Musa, "Sudahkah aku memenuhi panggilanmu menjadi pemimpin Israel yang baik? Jika ya, mengapa aku sendiri tidak bisa masuk? Apakah aku gagal?" Melalui perkataan dalam Ulangan 34:4, Tuhan seolah hendak mengatakan,

"Memang kamu tidak boleh masuk. Tetapi sesungguhnya kamu sudah menyelesaikan misimu dengan baik." Ya, ada hal-hal dalam hidup kita yang tidak maksimal. Ada kegagalan di sana-sini, tetapi hal-hal itu tidak membuat Tuhan membuang kita dan menganggap kita sebagai kegagalan. Ia akan tetap berkata, "Baik sekali perbuatanmu itu, hai hambaku yang baik dan setia."

Sesudah itu Musa mati. Tidak ada satupun yang tahu kuburnya, mungkin untuk menghindari pengkultusan akan jenazah Musa. Bagaimanapun, ia adalah nabi terbesar dalam keyakinan Yudaisme. Tetapi ada sebuah detil kecil yang indah, yang mudah sekali terlewatkan. "*Dan dikuburkan-Nyalah dia di suatu lembah di tanah Moab*" (Ul 34:5). Jadi, siapa yang menguburkan Musa? Tidak lain dan tidak bukan adalah Tuhan. Pemandangan terakhir yang dilihat Musa bukan tanah yang berlimpah-limpah susu dan madunya, melainkan wajah Tuhan sendiri. Seumur hidupnya ia telah "*memandang rupa Tuhan*" (Bil 12:8), dan di akhir hayatnya pun, ia mengakhirinya dengan memandang rupa Tuhan. Itu cukup bagi Musa, karena anugerah yang sesungguhnya bukanlah tanah perjanjian, Kanaan, bukanlah puncak karir atau jabatan yang tinggi, bukanlah popularitas yang gilang gemilang atau gelar yang tinggi, bukanlah ibadah kedukaan yang dihadiri ratusan bahkan ribuan orang. Anugerah yang sesungguhnya adalah Tuhan sendiri.

So What?

Jadi, kembali kepada pesan Musa dalam Mazmur 90:10, sebuah pesan yang kelihatannya pesimis. Tentu saja pesimis, Musa kan berakhir tragis!" Jika ini yang Anda pikirkan, baca kembali paragraf sebelum ini. Benarkah Musa berakhir tragis? Ia berjalan seumur hidup dengan Tuhan, bahkan mati di dalam Tuhan. Jika kita melihat bahasa aslinya, Mazmur 90:10 adalah pesan yang sangat indah, bahkan cenderung optimis. Kunci memahami ayat ini adalah imbuhan-nya dalam "sebab berlalunya buru-buru". Apa hal yang dimaksudkan di sini, yang berlalu dengan buru-buru? Kebanyakan kita akan berpikir bahwa yang berlalunya buru-buru adalah "masa hidup", "kami", atau "tahun". Tetapi ini salah. Dalam bahasa Ibraninya, kata "masa hidup" dan "kami" berbentuk jamak, sementara "tahun" berbentuk feminin tunggal. Padahal, imbuhan-imbuhannya dalam "sebab berlalunya buru-buru" berbentuk maskulin tunggal. Kata benda apa yang berbentuk maskulin tunggal? "Kesukaran" dan "penderitaan." Dengan demikian, ayat ini menjadi masuk akal. Mengapa "kesukaran" dan "penderitaan" dapat menjadi kebanggaan kita? Karena "berlalunya buru-buru." Dengan kata lain, kebanggaan dalam hidup kita adalah "kesukaran" dan "penderitaan" yang dapat kita lalui, yang berlalunya bu-

ru-buru, bukan karena kita begitu cerdas atau tangguh oleh kekuatan kita sendiri, tetapi karena Tuhan selalu menyertai kita dan memberikan kekuatan pada kita melalui-Nya.

Saya teringat seorang hamba Tuhan senior yang pernah berpetuah kepada saya, "Kebanggaan orang muda ada di segala pencapaiannya, bisnisnya sebesar apa dan gelarnya sebanyak apa. Tetapi kebanggaan orang tua yang bijak adalah, 'aku bisa melewati penyakit ini dan itu, aku bisa melewati krisis ini dan itu, aku bisa melewati perang, pandemi, kebangkrutan dan kegagalan karena ada Tuhan yang besertaku.'" Ya, memang hidup ini pendek, hanya 70 dan 80 tahun jika kita kuat. Tahu-tahu kita telah melayang lenyap. Tetapi kita dapat bangga, bukan karena kuat dan gagah kita, tetapi berbangga di dalam Tuhan karena Dia-lah yang menyertai kita dalam setiap kesukaran dan penderitaan.

Hidup Musa, khususnya di masa senjanya, menunjukkan hal tersebut. Meski kelihatannya seolah ia tertinggal di belakang sementara generasi di depannya telah bergerak maju menyongsong masa depan di tanah Kanaan, ia sesungguhnya tidak ditinggalkan sendirian. Ada Tuhan yang senantiasa bersama-sama dengan-Nya.

Devina Benlin Oswan, M.Th

Merawat Orang Tua: Tanggung Jawab Siapa?

Pengantar

Merawat orang tua yang sudah lanjut usia selalu menjadi permulaan setiap keluarga. Tak jarang kondisi orang tua yang sudah lanjut usia bisa menimbulkan dilema, keributan, hingga perpecahan dalam keluarga. Bagi pasangan (suami istri) "*sandwich generation*", isu ini bisa menjadi dilema bagai makan buah simalakama. Mana yang harus diprioritaskan, merawat orang tua yang sudah lansia, atau mengurus anak-anak yang masih muda.

Istilah "*sandwich generation*" merujuk pada orang-orang yang terhimpit tanggung jawab dua sisi. Di satu sisi, mereka memiliki orang tua yang sudah lanjut usia yang tidak lagi produktif, sehingga segala kebutuhan hidup harus ditopang atau dipenuhi oleh anak atau menantu. Di sisi lain, pasangan "*sandwich generation*" ini juga memiliki anak-anak yang masih muda dan bergantung sepenuhnya kepada mereka untuk berbagai kebutuhan hidup, mulai dari keperluan sehari-hari hingga biaya studi.

Tidak hanya masalah finansial yang harus dihadapi oleh "*sandwich generation*", mereka juga harus meluangkan waktu dan energi untuk memberi perhatian serta kasih sayang kepada orang tua yang sudah lanjut usia sekaligus kepada anak-anak mereka, sementara mereka sendiri juga

harus bekerja untuk mencari nafkah dan mengurus rumah tangga. Bagi yang permasalahan utamanya kesulitan finansial, untuk memenuhi kebutuhan pribadi atau kebutuhan keluarga sendiri saja masih harus berjuang, bagaimana mungkin dapat mengurus kebutuhan orang tua yang sudah lanjut usia? Ada juga yang berdalih sedang sibuk meniti karir demi masa depan, sehingga tidak memungkinkan dirinya memberi perhatian, waktu dan uang kepada orang tua yang sudah lanjut usia. Bahkan ada yang sengaja melempar tanggung jawab merawat orang tua kepada sanak saudara yang lain.

Sementara itu, ada sebagian yang memutuskan menitipkan orang tua yang sudah lanjut usia di panti jompo, dengan pertimbangan bahwa keputusan tersebut paling praktis dan realistis karena tidak membebani kehidupan mereka sebagai anak atau menantu. Supaya adil, semua anak dan menantu diminta ikut menanggung biaya bersama-sama. Kesepakatan ini dianggap jalan keluar terbaik agar semua anak dan menantu bisa terbebas dari tanggung jawab merawat serta membagi waktu dengan orang tua mereka yang sudah lanjut usia tersebut. Biarlah semua kebutuhan orang tua diurus oleh panti jompo.

Ada juga tipe kelompok lain yang sekilas terlihat 'rohani'. Mereka adalah orang-orang yang begitu aktif dan sibuk pelayanan. Saking sibuknya, mereka berdalih sudah tidak sempat lagi memberi perhatian, apalagi sampai harus merawat orang tua yang sudah lanjut usia. "Bukankah lebih penting melayani Tuhan?" demikian alasan tipe kelompok 'rohani' ini.

Memang tidak mudah untuk berani mengambil komitmen merawat orang tua yang sudah lanjut usia. Akan selalu muncul berbagai pertimbangan, kekuatiran, hingga ketakutan, termasuk terbersitnya alasan-alasan egois agar bisa menghindari tanggung jawab tersebut. Bagaimana seharusnya sikap dan tindakan orang Kristen terhadap masalah ini?

Tradisi "Corban" - Upaya Lari dari Tanggung Jawab

Matius 15:3-6, (3) *Tetapi jawab Yesus kepada mereka: "Mengapa kamu pun melanggar perintah Allah demi adat istiadat nenek moyangmu?"* (4) *Sebab Allah berfirman: Hormatilah ayahmu dan ibumu; dan lagi: Siapa yang mengutuki ayahnya atau ibunya pasti dihukum mati.* (5) *Tetapi kamu berkata: Barangsiapa berkata kepada bapanya atau kepada ibunya: Apa yang ada padaku yang dapat digunakan untuk pemeliharaanmu, sudah digunakan untuk persembahan kepada Allah,* (6) *orang itu tidak wajib lagi menghormati bapanya atau ibunya. Dengan demikian firman Allah kamu nyatakan tidak berlaku demi adat istiadatmu sendiri."* Rupanya, keinginan untuk lari dari tanggung

jawab merawat orang tua yang sudah lanjut usia tidak hanya terjadi di zaman sekarang. Hal ini sudah terjadi juga pada bangsa Israel di era pelayanan Tuhan Yesus. Tradisi yang berlaku pada masa itu adalah:

- Bila seorang mengucapkan sumpah atau janji kepada Allah bahwa ia akan "mempersembahkan" miliknya (bisa berupa uang, tanah, atau barang), maka apapun itu yang sudah ditetapkannya sebagai "persembahan" (disebut: *Corban*) bersifat mengikat dan tidak bisa dibatalkan.
- Dalam prakteknya, sesuatu yang dijadikan "persembahan" tersebut tidak segera diberikan atau diserahkan kepada para imam di Bait Allah. Seluruh harta benda tersebut masih menjadi hak milik serta bisa digunakan oleh mereka yang mengucapkan sumpah tersebut selama masih hidup. Namun demikian, mereka berhak melarang siapa pun (termasuk orang tua yang sudah lanjut usia yang membutuhkan bantuan) memakai, meski hanya sebagian saja, apapun yang sudah mereka ikrarkan sebagai "persembahan".
- Praktek bersumpah memberikan "persembahan" menyampaikan pesan bahwa "Pengabdianku kepada Allah lebih utama daripada segalanya, bahkan keluarga."

Singkatnya, yang sedang terjadi di sini adalah praktek egoisme yang dibungkus kesalehan semu, di mana seorang anak yang seharusnya bertanggung jawab atas kehidupan orang tua mereka di masa tuanya,

justru menghindari tanggung jawab tersebut dengan menyatakan bahwa uang atau harta yang dimilikinya sudah “dipersembahkan” pada Allah sebagai *Corban*. Maksud terselubung dari praktek ini adalah keengganan menolong serta merawat orang tua yang sudah lanjut usia karena dianggap merugikan serta melelahkan.

Itulah sebabnya Tuhan Yesus dengan keras mengecam sikap orang Farisi yang menyuburkan tradisi tersebut, dengan berkedok kesalehan namun sejatinya ingin lari dari tanggung jawab. Tuhan Yesus bahkan menyerang orang Farisi hingga ke inti masalahnya, “Firman Allah kamu nyatakan tidak berlaku demi adat istiadatmu sendiri.” Firman Allah “Hormatilah ayahmu dan ibumu” tidak lagi menjadi sebuah perintah maupun ketetapan bagi bangsa Israel sejak munculnya tradisi bersumpah memberikan *Corban* yang sebetulnya tidak jelas juga kapan sumpah tersebut akan dipenuhi, kapan uang atau harta yang diikrarkan tersebut benar-benar dieksekusi penyerahannya kepada Allah.

Bila kita mau jujur, bukankah sikap dan praktek seperti ini pun kita temui di zaman kita sekarang? Dan bukankah jauh di lubuk hati kita terdalam kita pun kadang ingin lari dari tanggung jawab merawat orang tua kita yang sudah lanjut usia?

Hormatilah Ayahmu dan Ibumu di semua fase hidupmu!

Seperti apa sebenarnya sikap serta tindakan konkret yang menunjukkan seseorang menghormati ayah dan

ibunya? Apakah perintah Tuhan agar seseorang menghormati ayah dan ibunya berlaku hanya ketika ia masih kecil dan hidup dalam pengawasan serta tanggung jawab orang tuanya, atau berlaku seumur hidup selama orang tuanya masih ada? Bagaimana bila kondisi orang tua sudah pikun, suka ngelantur atau perilakunya sudah benar-benar menjengkelkan dan tidak masuk akal, masihkah kita perlu menghormati orang tua yang demikian?

Di zaman Perjanjian Lama, perintah Tuhan agar setiap orang menghormati ayah dan ibunya memiliki makna lebih dari sekadar sikap menunjukkan hormat seperti yang kita pahami hari ini, misalnya: tidak bicara kasar pada orang tua, menunjukkan sikap hormat dengan gestur tubuh yang sopan dan sebagainya. Perintah ini memiliki arti yang lebih esensial, yaitu anak-anak harus bertanggung jawab merawat orang tua mereka seiring dengan bertambahnya usia mereka, bahkan hingga akhir hidupnya (meninggal). Tidak melakukan kewajiban ini akan dianggap pelanggaran yang serius terhadap Tuhan dan masyarakat.

Dalam kehidupan bangsa Israel di era PL, keluarga merupakan hal yang sentral. Orang tua sangat dihargai karena mereka adalah sumber kehidupan, warisan dan berkat. Orang tua juga diberi mandat untuk mengajarkan Hukum Allah (Ul 6:6-9) kepada anak-anak mereka. Para pemimpin (termasuk orang tua) melambangkan hikmat dan otoritas. Jadi, perintah Tuhan agar semua

orang menghormati orang tua bukan sekedar berkata-kata sopan, tetapi sebuah tanggung jawab konkret yang harus dilakukan semua orang dalam berbagai fase hidupnya, yang meliputi: kepatuhan di masa muda, perhatian dan rasa hormat di masa dewasa, hingga memberikan dukungan saat orang tua sudah lanjut usia.

Apa yang akan terjadi bila ada yang melanggar perintah "Hormatilah ayah dan ibumu" ini? Hukum Taurat memberikan konsekuensi serius atas ketidaktaatan atau ketidakhormatan pada orang tua, antara lain:

- orang yang berani mengutuk atau memukul orang tuanya dapat dihukum mati (Kel 21:15, 17; Im 20:9).
- anak yang keras kepala dan memberontak serta tidak mau mendengarkan orang tuanya dapat dibawa ke hadapan para tua-tua kota, dan jika tetap membangkang, dapat dihukum mati (Ul 21:18-21).

Peraturan-peraturan yang tertulis di Hukum Taurat ini menunjukkan betapa seriusnya Allah memandang otoritas orang tua dan keutuhan kehidupan keluarga, dimana seorang anak wajib memberi hormat pada orang tuanya. Meskipun secara eksplisit tidak ada ayat di PL yang menyebutkan seorang anak harus memberi makan orang tuanya di masa lanjut usia atau merawat orang tua yang sudah sepuh, prinsip yang diajarkan sudah sangat jelas. Orang tua adalah bagian dari keluarga. Anak-anak tidak boleh melepaskan dirinya dari orang tua. Dalam konteks bangsa Israel,

hal ini terutama menjadi tanggung jawab anak laki-laki tertua. Secara khusus, merekalah yang diharapkan kelak menafkahi orang tua yang lanjut usia. Karena itu, bisa dimengerti mengapa warisan kepada anak laki-laki tertua lebih besar nilainya dibandingkan anak-anak lainnya. Amsal 23:22 mengatakan: "*Janganlah menghinia ibumu pada waktu ia tua.*" Ayat ini mengingatkan setiap anak untuk tetap menaruh hormat dan penghargaan kepada ibunya meski kondisinya sudah makin lemah dan mungkin sudah tidak bisa lagi ambil bagian dalam urusan rumah tangga.

Hari ini, kita semua tidak hidup di bawah Hukum Taurat. Tentulah ada praktek-pratek yang sudah tidak berlaku lagi di zaman sekarang, misalnya: kewajiban untuk menikahi istri dari saudara laki-laki yang lebih tua yang meninggal; konsep "menebus" seperti yang dilakukan Boas. Boas memberi kesempatan kepada kerabat yang lebih dekat dengan Naomi untuk "menebus" Rut, dan ketika kerabat tersebut menolak, barulah Boas mengajukan diri sebagai "penebus". Aturan ini, meski tertulis di Hukum Taurat, sudah tidak lagi berlaku di zaman sekarang. Namun bukan berarti perintah "Hormatilah Ayah dan Ibumu" menjadi tidak berlaku juga di zaman sekarang. Yang sudah tidak berlaku adalah *juklak* (petunjuk pelaksanaan) yang pada waktu diberikan memang sesuai dengan kondisi zaman bangsa Israel di era PL. Ada *juklak* baru yang Tuhan Yesus berikan di era PB, yaitu Hukum Kasih.

Merawat orang tua adalah wujud Kasih kita pada Allah

Matius 11:28-29, *"Marilah kepada-Ku semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan kepadamu. Pikullah kuk yang Kupasang dan belajarlah pada-Ku, karena Aku lemah lembut dan rendah hati dan jiwamu akan mendapat ketenangan. Sebab kuk yang Kupasang itu enak dan beban-Kupun ringan."* Tuhan Yesus mengundang setiap kita yang merasa terbebani dan letih dalam hidup ini untuk datang kepada-Nya, termasuk bila ada di antara kita yang sedang merasa terjepit dalam posisi *"sandwich generation"* (harus mengurus orang tua lanjut usia sekaligus mengurus anak-anak yang masih kecil). Tuhan Yesus tidak ingin kita hidup dalam kekuatiran atau ketakutan akan masa depan, termasuk ketika kita menjadi lelah dan putus asa memikirkan nasib orang tua kita: mampukah saya merawatnya, bagaimana dengan segala kebutuhan finansial, apakah hidupku hanya dihabiskan untuk merawat orang tua yang lanjut usia?

Ketika Tuhan Yesus menawarkan kita memikul kuk yang Tuhan pasang pada kita, bukan berarti Tuhan memberi tambahan beban dalam hidup kita. Ajakan Tuhan Yesus, *"Pikullah kuk yang Kupasang"* mengandung pengertian yang sangat indah. Kuk adalah sebuah palang kayu yang biasanya dipasang di leher sepasang binatang, seperti lembu, untuk mengikat mereka bersama agar dapat menarik beban atau membajak ladang dalam satu tim. Jadi,

sebenarnya Tuhan Yesus-lah yang menawarkan diri-Nya untuk bersama-sama ikut memikul beban kita.

Merawat orang tua memang tanggung jawab yang berat secara manusia. Namun bersama Tuhan, beban ini akan menjadi ringan dan sanggup kita jalani karena Tuhan menyertai bahkan mencukupkan segala yang kita butuhkan. Rasul Yohanes dengan sederhana menyimpulkan, *"Sebab inilah kasih kepada Allah, yaitu, bahwa kita menuruti perintah-perintah-Nya. Perintah-perintah-Nya itu tidak berat"* (1 Yoh 5:3). Bila kita mengasihi Allah, maka perintah-perintah-Nya tidak akan kita rasakan sebagai beban berat dalam hidup ini.

Merawat orang tua adalah wujud nyata iman kita pada Allah

Yakobus mengingatkan orang percaya agar iman kita pada Allah dinyatakan dalam tindakan nyata (Yak 2:14-26), sebab iman tanpa perbuatan pada hakekatnya adalah mati. Paulus mengingatkan Timotius dalam suratnya, *"Tetapi jika ada seorang yang tidak memelihara sanak saudaranya, apalagi seisi rumahnya, orang itu murtad dan lebih buruk dari orang yang tidak beriman"* (1 Tim 5:8). Ternyata Paulus juga dengan keras mengecam tindakan orang-orang yang mengaku dirinya orang yang percaya kepada Allah namun memiliki kelakuan yang jauh dari apa yang Allah kehendaki, secara khusus dalam tanggung jawab memelihara orang tua (dan bahkan anggota keluarga lainnya yang membutuhkan).

Tentunya hal ini tidak dimaksudkan bahwa kita juga harus menanggung biaya hidup anggota keluarga yang malas-malasan, karena dalam kesempatan yang berbeda Paulus dengan tegas mengingatkan agar setiap orang bekerja dan bertanggung jawab untuk menghidupi diri sendiri (2 Tes 3:10). (Catatan: perintah ini diberikan dalam konteks seorang yang masih sehat dan bisa bekerja, bukan untuk orang tua yang sudah lanjut usia).

Merawat orang tua adalah wujud nyata ketaatan kita pada Allah

Ketika Rut memutuskan untuk meninggalkan Moab, tanah kelahirannya dan mengikut Naomi pergi ke Israel, tidak ada jaminan/kepastian dari Naomi bagaimana mereka berdua nantinya bisa hidup berkecukupan. Pernyataan Rut kepada Naomi, "*Allahmulah Allahku*" (Rut 1:16) diwujudkan nyata dalam ketaatannya kepada Naomi selaku ibu mertuanya. Rut juga rela berada di ladang untuk memungut berkas gandum yang terjatuh/tersisa dari hasil sabitan para pekerja untuk bisa menghidupi ibu mertuanya yang sudah lanjut usia dan sebatang kara.

Mempraktekkan Perintah Tuhan "Hormatilah Ayahmu dan Ibumu" di Zaman Sekarang

Ketika kita merespons ajakan Tuhan Yesus dan bersedia "memikul kuk" bersama-Nya, itu berarti kita menyerahkan sepenuhnya hidup kita kepada Tuhan Yesus agar dipimpin dan diarahkan sesuai dengan kehendak-Nya. Justru ketika kita mau

taat melakukan Firman Tuhan "Hormatilah ayah dan ibumu", di situlah kita akan merasakan sukacita dan damai sejahtera Tuhan yang memelihara hidup kita, melampaui segala akal, di mana:

* Memberi perhatian kepada orang tua yang lanjut usia tidak lagi menjadi beban. Tuhan akan memampukan kita untuk punya emosi yang positif: kita mau menyapa, mendengarkan cerita, bahkan menemani mereka ketika sedang membutuhkan perhatian atau pertolongan.

* Memberi dukungan finansial pun tidak lagi menjadi beban atau kekawatiran, karena Tuhan-lah yang akan memberi kecukupan dalam segala hal yang kita perlukan ketika kita berani mengambil komitmen dan melangkah bersama-Nya. Sama seperti Rut yang melangkah keluar dari Tanah Moab menuju Israel, langkah tersebut adalah langkah iman, karena Rut telah menyatakan komitmennya untuk hidup bagi Allah. Dan kita tahu kisah selanjutnya, Allah memelihara kehidupan Rut.

* Memastikan orang tua kita yang lanjut usia menjalani hidup yang baik/berkualitas kini menjadi tanggung jawab yang dilakukan dengan sukacita, sebuah semangat untuk mengasihi, menghargai, dan menghormati generasi yang lebih tua, yang lebih dulu dipercaya oleh Tuhan memelihara kehidupan kita semua ketika kita masih kecil dan tidak berdaya. Tidak ada orang tua yang sempurna, karena kita semua adalah manusia berdosa. Namun dalam pemeliharaan Tuhan, bukankah hari ini kita bisa ada



juga adalah karena jasa para orang tua yang dalam keterbatasan dan kelemahannya telah berjuang bagi kita semua.

* Bila ada orang tua yang belum mengenal Tuhan, bukankah ini adalah kesempatan indah yang Tuhan percayakan kepada kita supaya lewat kita, anak-anak dan menantu-menantunya, mereka pun boleh mendengar Kabar Baik dan diselamatkan?

Penutup

Dalam Matius 15:3-9 Tuhan Yesus sendiri menegaskan bahwa orang yang mencari-cari alasan untuk menghindari tanggung jawab merawat orang tua yang lanjut usia sesungguhnya sedang menolak perintah Allah sendiri. Sebaliknya, merawat orang tua di masa tuanya,

meski tidak mudah (ada banyak pergumulan yang akan dihadapi, mulai dari waktu, tenaga, uang dan sebagainya) merupakan wujud nyata dari kasih, iman, dan ketaatan kepada Allah, maka Allah sendiri akan memampukan serta mencukupkan segala yang kita butuhkan.

Orang tua adalah anugerah Tuhan dan masa tua mereka adalah kesempatan bagi kita untuk membalas pengorbanan mereka dengan kasih dan kesetiaan. Menghormati orang tua bukan hanya soal kewajiban moral, tetapi adalah cara Allah memberkati umat-Nya. Anak-anak yang belajar menghargai orang tuanya akan mewariskan teladan iman, kasih, serta ketaatan kepada generasi berikutnya sehingga kehidupan dan kesejahteraan dari generasi ke generasi akan terus terpelihara.

Meilania Chen

Misi dan Usia Indah: "Menua Bukan Berhenti, Tapi Berkarya"

Pendahuluan

Amanat Agung diberikan kepada semua orang percaya (Mat 28:19-20). Ini menegaskan bahwa misi Tuhan seyogianya diejawantahkan oleh semua orang percaya, termasuk para usia indah (usinda), supaya Injil diberitakan ke seluruh dunia sampai mencapai suku-suku dan bangsa-bangsa. Perintah Agung merupakan panggilan universal yang melintasi usia, latar belakang, dan kemampuan. Kaitan ini menjadi penting untuk melihat peran dari umat percaya dalam misi-Nya, termasuk para usia indah.

Istilah "Usia Indah" umumnya merujuk pada periode kehidupan yang dipenuhi dengan kebahagiaan, kedewasaan dan keberhasilan dalam menjalani berbagai aspek kehidupan, waktu terbaik dan penuh makna, biasanya disertai dengan pengalaman berharga, hubungan yang harmonis, serta pencapaian pribadi dan sosial yang membuat seseorang merasa puas dan bahagia. Istilah "Usia Indah" disebut juga dengan istilah senior. Di waktu ini umumnya para usinda berada di masa purna waktu bekerja. Waktu ini biasanya dianggap sebagai waktu untuk bersantai, menikmati hidup yang tenang. Di waktu ini mereka juga menghadapi keterbatasan fisik. Namun sebenarnya masa ini menjadi kairós untuk berkarya dalam rencana Agung Tuhan, babak baru

yang penuh dengan peluang untuk terus memberdayakan pengalaman dan kebijaksanaan yang dimiliki untuk dimanfaatkan sepenuhnya bagi kemuliaan Tuhan. Artikel ini akan membahas bagaimana para usinda dapat memainkan peran penting dan unik dalam misi Tuhan, dan bagaimana gereja serta individu dapat memanfaatkan peran ini.

Kajian Alkitab, Usinda: Sebuah Anugerah dan Potensi

Masa usinda merupakan saat di mana para usinda semakin menikmati peran dalam proyek agung Tuhan di tengah dunia dan semakin menikmati anugerah-Nya. Beberapa ayat di bawah ini memberi indikasi jelas indahnya masa usinda dalam anugerah Tuhan untuk tetap produktif di dalam proyek Agung Tuhan (misi-Nya), yakni:

*** Mazmur 92:14,** *"Pada masa tua mereka pun mereka akan berbuah dan tetap subur."* Ayat ini menunjukkan bahwa orang yang telah tua tetap diberkati dan berbuah dalam kehidupan mereka.

*** Mazmur 71:18,** *"Sekalipun aku sudah tua dan beruban, janganlah meninggalkan aku, ya Allah, sehingga aku dapat memberitakan kekuatan-Mu kepada generasi yang akan datang, kekuatan-Mu dan keperkasaan-Mu kepada mereka yang akan datang."* Ini menunjukkan masa tua adalah

kesempatan untuk terus memuliakan Tuhan dan menjadi berkat bagi generasi berikutnya.

*** Amsal 16:31,** *"Uban adalah mahkota yang indah, di jalan kebenaran memberi keberanian."* Rambut putih sebagai simbol masa tua dipandang sebagai mahkota yang indah dan berharga.

*** Yeremia 17:7-8,** *"Diberkatilah orang yang mengandalkan TUHAN, yang menaruh pengharapannya kepada Dia. Ia seperti pohon yang ditanam di tepi air, yang daunnya tetap hijau, dan yang berbuah pada musimnya, dan yang daunnya tidak pernah layu."* Ayat ini menggambarkan orang yang bergantung kepada Tuhan, termasuk mereka yang tua, sebagai berkat dan sumber kehidupan yang berkelimpahan.

*** Ulangan 32:7,** *"Ingatlah dahulu jalan-jalan yang telah dilalui nenek moyangmu, tanyakan kepada mereka, dan perhatikan apa yang mereka ceritakan."* Masa tua adalah waktu untuk berbagi hikmat dan pengalaman kepada generasi muda, sebagai berkat bagi komunitas.

*** Mazmur 103:17-18,** *"Tetapi kasih setia TUHAN tetap selama-lamanya bagi orang yang takut akan Dia, dan keadilan-Nya tetap turun-temurun bagi anak cucu, bagi mereka yang memelihara perjanjian-Nya dan mengingat segala perintah-Nya untuk melakukannya."* Ayat ini menunjukkan bahwa kasih dan keadilan Tuhan berlangsung selama-lamanya, termasuk bagi mereka yang telah tua sebagai bagian dari berkat-Nya.

*** Ulangan 34:7,** *"Musa berumur seratus dua puluh tahun ketika ia mati."*

Matanya tidak pernah menjadi redup dan kekuatannya tidak berkurang." Meskipun ini tentang Musa, ayat ini menunjukkan bahwa masa tua bisa menjadi masa kekuatan dan kesehatan sebagai berkat dari Tuhan.

*** Yesaya 46:4,** *"Sehingga usia tuamu aku sendiri yang akan melakukannya, dan saat rambutmu memutih aku sendiri yang akan menggondongmu. Aku telah melakukan dan aku akan terus melakukannya."* Tuhan sendiri berjanji akan menyertai dan memelihara manusia sampai di masa tua sebagai bentuk kasih dan berkat.

*** Amsal 20:29,** *"Kemuliaan orang muda adalah kekuatannya, tetapi kerendahan hati orang tua adalah mahkota mereka."* Ini menunjukkan penghormatan kepada orang tua dan penghargaan terhadap keberanian dan kebijaksanaan mereka yang diperoleh selama masa muda.

*** 2 Korintus 4:16,** *"Karena itu kami tidak tawar hati; tetapi meskipun tubuh kami merosot, roh kami makin bertambah kuat, karena apa yang nampak adalah sementara, tetapi apa yang tidak nampak adalah kekal."* Ayat ini mengingatkan bahwa meskipun secara fisik menua, roh dan berkat kekal dari Tuhan tetap menyertai.

Beberapa ayat di atas menegaskan bahwa masa yang disebut dengan usinda bukanlah waktu berhenti untuk berkarya bagi misi Tuhan, melainkan menjadi kesempatan untuk terus berkontribusi dalam setiap pekerjaan-Nya agar banyak suku bangsa mengalami rahmat Tuhan. Kaitan ini, berikut beberapa anugerah Tuhan bagi kaum usinda:

Anugerah Waktu dan Pengalamanan. Salah satu aset terbesar yang dimiliki oleh usinda adalah waktu. Setelah purna waktu dari pekerjaan rutin, para usinda memiliki keleluasaan waktu untuk digunakan bagi berbagai kegiatan, termasuk untuk melayani Tuhan. Mereka yang tadinya memiliki profesi seperti guru, tenaga tehnik dan yang lainnya, memiliki kemampuan yang masih bisa dipakai untuk terlibat dalam misi-Nya. Dengan perkataan lain, semua ini adalah "harta karun" yang bisa dipakai untuk misi. Masa ini juga memberi kesempatan lebih untuk refleksi diri dan pertumbuhan spiritual yang lebih dalam, memperkuat hubungan pribadi dengan Kristus yang menjadi dasar dari setiap pelayanan.

Kesehatan dan Kesejahteraan. Hal yang realistis dihadapi para usinda adalah tantangan kesehatan di usia lanjut. Namun hal ini bukan berarti halangan untuk tetap mengfungsikan diri terlibat dalam misi Tuhan. Banyak usinda yang masih sangat aktif dan sehat, bahkan lebih energik daripada kaum muda. Dengan kemajuan medis dan kesadaran akan gaya hidup sehat, usia 60, 70, bahkan 80 tahun bisa menjadi usia yang produktif. Dengan kesehatan fisik yang merupakan anugerah dari Tuhan, mereka dapat berkontribusi dalam misi-Nya.

Realita tentang Usinda dalam Pelayanan. Ada beberapa pandangan yang sering melekat pada para usinda dalam konteks pelayanan: mereka dianggap tidak relevan, terlalu lamban, atau tidak bisa beradaptasi dengan perubahan. Namun realitanya jauh

berbeda. Para usinda seringkali memiliki fleksibilitas waktu yang tidak dimiliki oleh mereka yang masih bekerja penuh waktu. Mereka memiliki kematangan emosional dan perspektif yang luas oleh karena telah melewati banyak pengalaman hidup, baik yang menyenangkan maupun penderitaan. Mereka pun mempunyai relasi sosial yang biasanya sangat luas. Dan ada sebagian usinda yang memiliki kemampuan finansial yang memungkinkan mereka memberikan dukungan yang signifikan tanpa harus khawatir tentang penghasilan.

Pemberdayaan Para Usinda dalam Misi: Aplikatif

Usia indah merupakan kesempatan untuk melayani Tuhan dengan cara-cara yang unik dan berdampak. Peran dan partisipasi dalam gerakan misi-Nya merupakan keniscayaan bagi para usinda. Peran-Peran yang dapat dihadirkan dalam gerakan misi-Nya antara lain:

Sebagai Mentor dan Pembimbing. Salah satu kontribusi terbesar para usinda adalah mereka dapat membagikan pengalaman hidup yang berharga dan iman mereka kepada generasi muda, baik di dalam maupun di luar gereja, seperti para pendeta yang sudah purna waktu, para misionaris yang pernah bekerja di ladang misi. Mereka memiliki kemampuan membimbing misionaris baru atau pemimpin gereja yang lebih muda dengan bijaksana. Mereka berfungsi sebagai jembatan antara generasi, membantu membangun hubungan yang kuat antara gereja

dan masyarakat, memastikan kesinambungan iman dari satu generasi ke generasi berikutnya. Mereka juga menjadi orang-orang yang sangat memobilisasi para kaum muda untuk terlibat dalam misi-Nya.

Sebagai Pendoa dan Pendukung.

Doa adalah inti dari misi. Para usinda seringkali memiliki lebih banyak waktu dan perhatian untuk melakukan doa syafaat secara teratur dan berdedikasi. Para usinda dapat menjadi "pendoa syafaat" yang mendoakan para misionaris di ladang misi, baik di negara-negara yang belum terjangkau maupun di wilayah-wilayah lain yang tetap perlu dukungan doa. Dan sebenarnya para usinda masih memiliki kemampuan memberikan dukungan dana bagi misionaris di ladang misi. Para usinda ini dapat dikatakan sebagai "pasukan pendukung" secara spiritual yang berdampak bagi pekerjaan misi-Nya.

Sebagai Pelayan di Gereja Lokal.

Misi dimulai dari sekitar kita. Para usinda dapat berpartisipasi secara aktif dalam pelayanan di gereja lokal, seperti menjadi pendoa syafaat, tim pelawatan, juga tim diakonia yang memperhatikan jemaat dan lingkungan di sekitar gereja. Mereka dapat menjadi sukarelawan di berbagai lembaga sosial, membantu orang yang membutuhkan atau sekadar membangun hubungan dengan tetangga. Jadi, para usinda memiliki kesempatan emas untuk berbagi kasih Kristus kepada tetangga serta lingkungannya.

Tantangan-Tantangan

Tantangan Fisik dan Kesehatan.

Kesehatan seseorang dapat menurun seiring bertambahnya usia. Mengubah jenis pelayanan sesuai dengan kapasitas fisik adalah penting. Keterbatasan secara fisik tidak memungkinkan ladang misi, tetapi dapat berkontribusi dalam pelayanan doa atau dukungan dana. Menjaga pola hidup sehat dan istirahat yang cukup harus menjadi prioritas utama. Keluarga dan gereja juga memainkan peran penting dalam menyediakan dukungan yang diperlukan.

Tantangan Mental dan Emosional.

Para usinda mungkin mengalami masalah seperti merasa tidak dihargai atau kesepian. Hal penting yang perlu diingat, panggilan Tuhan tidak pernah selesai, sehingga menjadi penting untuk tetap mempunyai komunitas yang saling memberi dukungan untuk tetap terlibat dalam misi Tuhan. Komunitas yang sehat yang dimiliki menjadi bagian penting untuk terus memfungsikan diri dengan potensi yang masih dimiliki untuk mengerjakan misi-Nya.

Tantangan Adaptasi dan Pembelajaran Baru.

Tendensi yang ada, pelayanan mengalami perubahan sesuai dengan perubahan jamannya. Para usinda seyogianya siap untuk mengikuti perubahan yang ada sesuai dengan kapasitas yang masih dimilikinya. Ini dapat membuat para usinda tetap bisa berkarya di tengah perubahan dan upaya mengikuti perubahan dapat berjalan dengan baik.

Strategi Mendorong Keterlibatan Usinda dalam Misi

Berdasarkan setiap potensi dan tantangan yang dihadapi para usinda, menjadi penting untuk membahas strategi yang dapat mendorong usinda untuk tetap hadir mengerjakan misi Tuhan, strategi yang dikaitkan dengan peran gereja lokal, keluarga, juga diri sendiri.

Peran Gereja Lokal. Gereja lokal memainkan peran penting. Para usinda seyogianya diberi pelatihan dan seminar khusus tentang potensi layanan yang dapat mereka lakukan. Diharapkan pelatihan yang diikuti dapat membuat mereka berkontribusi dalam pelayanan misi-Nya melalui gereja lokal.

Peran Keluarga. Keluarga dapat menjadi pendorong utama. Anak-anak dan cucu-cucu harus mendukung dan memfasilitasi keterlibatan orang tua/kakek-nenek dalam pelayanan, bahkan membantu mereka mencari peluang. Keluarga harus melihat mereka sebagai teladan iman dan pelayanan, bukan sebagai beban atau penerima perawatan.

Peran Individu Usinda. Para usinda hendaknya mengerti bahwa ini adalah panggilan untuk bertindak. Mereka harus berusaha memahami karunia yang Tuhan berikan serta arah dan kesempatan pelayanan yang Tuhan sediakan. Mereka pun harus bersedia keluar dari zona nyaman dan mencoba hal baru. Para usinda seyogianya tetap mempunyai semangat, hidup iman yang terus bergerak, serta terus mengerjakan pelayanan dengan penuh kesetiaan.

Usia Indah merupakan masa untuk terus berkarya dalam misi-Nya dengan potensi yang Tuhan berikan. Mereka memiliki peran unik dan tak tergantikan dalam pekerjaan Tuhan, sebuah peran yang seringkali diabaikan namun sangat berharga. Tuhan tidak pernah pensiun dan Ia dapat memakai siapa saja, di usia berapa pun, bagi misi-Nya untuk kemuliaan-Nya. Oleh karena itu, para usinda kiranya tetap berkarya dan tidak membiarkan usia membatasi panggilan Tuhan, berdoa dan kobarkan karunia untuk tetap berpartisipasi dalam pekerjaan misi-Nya, baik di lingkungan terdekat maupun di ujung bumi.

Gereja hendaknya hadirkan dukungan, memfasilitasi, dan memberdayakan para usinda dalam pelayanan misi. Para usinda adalah kelompok yang punya andil tak ternilai, mutiara hikmat yang siap bersinar terang bagi kemuliaan Tuhan. Biarlah komunitas usinda bersama-sama mewujudkan Amanat Agung, memanfaatkan setiap musim kehidupan untuk misi-Nya bagi kemuliaan-Nya sampai kepada suku-suku dan bangsa-bangsa.

Firman Tuhan mengatakan: "*Pada masa tua pun mereka masih berbuah, menjadi gemuk dan segar, untuk memberitakan, bahwa TUHAN itu benar, bahwa Ia gunung batuku dan tidak ada kecurangan pada-Nya*" (Mzm 92:15-16). Biarlah semboyan berikut mengakhiri tulisan ini: "Dengan Hati yang Penuh Iman, Usia Emas Menjadi Berkah dalam Misi Tuhan."

Musim Dingin

Di dalam Perencanaan Keuangan, kita mengenal sebuah konsep tentang perjalanan hidup manusia modern yang disebut **4 Musim Dalam Perencanaan Keuangan**. Ide besarnya adalah terjadinya perubahan kebutuhan dan prioritas keuangan ketika seseorang melalui satu tahap kehidupan ke tahap berikutnya, seperti melalui empat musim di dalam hidupnya. Berikut ini keterangan singkat tentang empat musim kehidupan.

Musim Semi. Ini adalah awal karir dalam kehidupan yang pada umumnya dimulai dari saat kedewasaan. Dalam masyarakat modern, di banyak negara dan hukum, saat itu dimulai pada usia 18 tahun, yaitu saat di mana seseorang secara legal sepenuhnya bertanggung jawab secara hukum atas segala pilihan dan perbuatannya. Musim ini berlangsung selama kurang lebih 15 tahun, sampai kurang lebih usia 33 tahun. Ini adalah saat untuk secara agresif menabung, memaksimalkan investasi jangka panjang, dengan sedikit manajemen risiko melalui asuransi kesehatan, asuransi kendaraan dan aset, serta sedikit asuransi jiwa. Ini juga adalah periode kerja keras dan meningkatkan pendapatan aktif. Musim Semi kehidupan adalah masa di mana seseorang memulai upaya akumulasi aset, baik aset dirinya sendiri maupun aset yang berada di luar diri, baik bersifat nyata/*tangible* seperti rumah dan

kendaraan, maupun bersifat tidak nyata/*intangible* seperti reputasi dan koneksi.

Musim Panas. Ini adalah saat di mana seseorang benar-benar menjadi seorang yang “dewasa” dan berperan di masyarakat, di mana orang-orang di sekelilingnya mengandalkan dirinya. Musim ini berlangsung selama kurang lebih 15 tahun, dari usia 33 sampai 48 tahun. Ini merupakan era hidup di mana seseorang benar-benar merasakan panasnya medan laga kehidupan. Ia harus memanfaatkan segala sesuatu di sekitarnya, aset-aset baik di dalam diri sendiri maupun yang berada di luar diri, untuk berjuang mempertahankan dan merebut posisi-posisi lawan, berkompetisi memperoleh aset terbaik. Kehidupan ini dipenuhi dengan berbagai peristiwa kekalahan dan kemenangan, di mana orang harus menentukan bagaimana ia bertahan dan berjuang. Manajemen risiko menjadi penting. Asuransi jiwa menjadi kebutuhan keuangan dasar di samping usaha untuk meningkatkan kontribusi hasil investasi, mengatur portofolio kekayaan, serta mengatur perpajakan dan memastikan legalitas kepemilikan. Musim Panas kehidupan adalah masa seseorang mempertahankan dan mengembangkan aset.

Musim Gugur. Ini adalah saat di mana seseorang mulai menggugurkan daun-daunnya seperti pohon-pohon di musim gugur, menjadi kehidupan bagi orang banyak di sekitarnya. Masa ini berlangsung selama kurang lebih 15 tahun, dari usia 48 sampai 62 tahun. Ini merupakan saat orang mengalami

masa keemasan dan keindahan hidup, di mana makna kehidupan yang lebih tinggi semakin menjadi aspirasi. Karena pengalaman hidupnya telah banyak, ia lebih banyak membagi dan membangun orang-orang di sekitarnya. Orang di musim gugur tidak lagi mengejar keuntungan secara agresif, mengurangi investasi yang berisiko karena mendekati masa istirahat. Sebaliknya, sebagian investasi dicairkan dan digunakan untuk kegiatan yang lebih bermakna bagi jiwa dan rohani. Ini juga masa di mana seseorang memikirkan bagaimana ia akan menghabiskan masa tuanya sementara melihat orang tuanya sendiri meninggal dunia, kembali ke Rumah Tuhan. Musim Gugur kehidupan adalah masa di mana seseorang mendistribusikan warisan iman, pengetahuan, pengalaman, juga kekayaannya.

Musim Dingin. Ini adalah saat di mana seseorang mulai kehilangan kemampuan produktifnya, menjadi dingin, secara harafiah membutuhkan mantel atau baju panas untuk merasa nyaman. Masa ini berada di antara 62 sampai 77 tahun, atau 80 tahun jika kuat, seperti kata Pemazmur. Ini merupakan saat orang mengalami kondisi "masa lanjut usia", di mana banyak fungsi menurun, termasuk kemampuan kognitif untuk belajar hal baru, kemampuan menyelesaikan masalah, serta kemampuan fisiknya, sehingga membutuhkan bantuan orang lain. Ia tidak lagi dapat berbagi, sebaliknya membutuhkan perhatian dan dukungan dari keluarga

dan masyarakat di sekitarnya. Dalam masa istirahat ini, orang tidak lagi mampu produktif secara penuh, maka kebanyakan investasi perlahan-lahan dicairkan untuk dikonsumsi. Aset-aset menjadi warisan yang direncanakan untuk diserahkan kepada anak. Musim Dingin kehidupan adalah masa di mana seseorang mengupayakan sukse-sesi dari segala hal yang telah dibangun dan bernilai, untuk dilanjutkan oleh keturunan dan masyarakat.

Satu hal yang perlu kita pahami adalah bagaimana kondisi di suatu musim selalu tergantung kepada apa dan bagaimana sikap di musim sebelumnya. Jika di musim semi dan musim panas orang tidak mengumpulkan dan mempertahankan aset, maka tidak ada yang dapat dibagikan dan diteruskan di musim gugur dan musim dingin. Orang yang tidak mempersiapkan minyak untuk jangka panjang, mungkin terpaksa mengalami lampunya padam di saat terpenting ketika Sang Pengantin datang ke dunia. Tuhan mengajari umat-Nya untuk mempersiapkan diri memasuki setiap musim serta bertanggung jawab dalam tingkah laku dan perkataan.

Tulisan kali ini berfokus pada Musim Dingin kehidupan, yaitu masa suksesi dan mengupayakan keberlanjutan dari nilai-nilai yang diturunkan, yang dimulai dari sekitar usia 62-65 tahun dan terus berlangsung sampai saat Tuhan memanggil pulang ke Rumah-Nya di Surga. Ini adalah saat yang penting, di mana ada pergeseran fokus dari

akumulasi hingga distribusi menjadi pewarisan. Ada beberapa pokok pikiran yang perlu dipersiapkan.

Pertama, legalitas dan perpajakan merupakan pokok utama yang seharusnya dipersiapkan sejak awal. Semua harta dan aset perlu dilaporkan kepada Dirjen Pajak di dalam SPT sebelum dapat dikelola sebagai warisan. Harta ini mencakup aset tak bergerak seperti tanah dan bangunan, aset bergerak seperti kendaraan, aset investasi berupa obligasi dan saham, juga aset seperti emas dan perhiasan serta barang-barang koleksi seperti lukisan berharga. Pengurusan legalitas dan perpajakan sebaiknya disiapkan sejak dini, kemudian pada masa awal Musim Dingin secara khusus disiapkan dalam bentuk daftar tertulis. Jika ada aset yang belum memenuhi ketentuan legal perpajakan, manfaatkan fasilitas seperti Tax Amnesty untuk memperoleh keringanan denda. Perhatikan bahwa harta suami dan istri yang masih hidup merupakan satu kesatuan. Walaupun suatu aset dinyatakan atas nama istri saja atau atas nama suami saja, dalam SPT semuanya dilaporkan dalam satu SPT suami, kecuali dari awal ada pemisahan SPT suami dan istri.

Demikian juga di saat sudah lanjut usia, perlu strategi agar pajak penghasilan bisa ditekan karena tidak lagi mendapatkan pendapatan aktif, melainkan pendapatan pasif dari hasil investasi yang sudah dikenakan pajak final yang ringan. Optimisasi Pajak dilakukan dengan kesadaran

bahwa orang yang sudah lanjut usia mulai kehilangan kemampuan produktifnya, maka tidak lagi dapat membayar pajak seperti saat masih aktif bekerja dahulu.

Kedua, seluruh keluarga perlu menyadari fakta mendasar bahwa orang yang sudah memasuki masa Musim Dingin tidak lagi dapat mengandalkan pendapatan aktif. Maka, ini adalah waktunya uang bekerja dan menghasilkan lebih banyak sebagai pendapatan pasif. Bentuknya antara lain pendapatan dari kupon obligasi. Ini adalah manajemen pendapatan di masa pensiun, yang seharusnya dipersiapkan dari sejak seseorang masih aktif bekerja serta punya pendapatan. Di masa lanjut usia, sebaliknya dari di masa usia muda, orang harus mempersiapkan strategi penarikan dana dari investasi. Jika dana investasi dari sejak muda sudah terbentuk hingga mencapai tingkat tertentu, ada strategi seperti **The 4% Rule** (hukum 4%) yang mengatur penarikan 4% dari nilai portofolio di awal masa tua pada setiap awal tahun. Tentunya ini hanya usulan awal dan perlu disesuaikan berdasarkan situasi per individu dan juga kondisi ekonomi yang terjadi.

Dalam situasi yang lebih ideal, seseorang berhasil berinvestasi cukup tinggi sehingga hasil yang diperoleh dari setiap portofolio, antara lain Dividen dari saham dan Kupon dari obligasi per tahun cukup untuk membiayai seluruh kehidupan, dengan syarat tingkat inflasi per tahun tidak tinggi. Dalam keadaan

demikian, tidak dibutuhkan penarikan pokok dana dari investasi, dan keseluruhannya dapat diteruskan sebagai warisan. Hal ini termasuk situasi di mana ada aset yang dapat secara kontinu memberikan pendapatan, misalnya rumah atau bangunan yang terus-menerus disewa. Contoh lain adalah kepemilikan atas tempat kost yang terus-menerus memperoleh penghuni.

Kita perlu menggarisbawahi bahwa **selama seseorang masih hidup, kepemilikan aset sepenuhnya ada di dalam tangannya dan tidak harus dibagikan sebagai warisan.** Karena itu, saat masih hidup tidak perlu membagikan aset kepada anak sebagai warisan. Orang tua bisa memberi pekerjaan kepada anak-anaknya untuk mengelola aset, misalnya mengurus kontrak sewa rumah atau bangunan, di mana pendapatan sewa bisa dibagi antara orang tua dan anak. Namun, di saat orang tua masih hidup, aset-asetnya sebaiknya tetap ada dalam kendalinya.

Ketiga, orang perlu merencanakan pewarisan serta bagaimana kekayaan diserahkan. Ketika seseorang masih hidup, ia memegang kendali atas hartanya, namun saat meninggal kendali itu hilang. Maka, bisa dilakukan pengaturan secara hukum untuk memakai tangan negara untuk mengendalikan harta yang dibagikan. Hal ini dibuat dalam bentuk Surat Wasiat, yang sebaiknya dibuat dalam keadaan sehat dan sadar sepenuhnya di hadapan Notaris yang terpercaya. Surat Wasiat di Indonesia

didefinisikan oleh KUHPerdara Pasal 875, yaitu *"suatu akta yang memuat pernyataan seorang tentang apa yang dikehendakinya akan terjadi setelah ia meninggal dunia, dan yang olehnya dapat dicabut kembali lagi."*

Ada sejumlah kondisi dan ketentuan dalam pembuatan Surat Wasiat yang pada intinya mengharuskan kesadaran dan kerelaan sepenuhnya dari pemilik harta dalam mengatur warisan. Untuk pembagian warisan ini, hukum juga menentukan bahwa setiap anak dengan hubungan darah memperoleh bagian, yaitu yang disebut **Legitime Portie**. Legitime portie, atau bagian mutlak, adalah bagian dari harta warisan yang wajib diberikan kepada ahli waris dalam garis lurus menurut Undang-Undang, dan pewaris tidak boleh mengurangi bagian ini baik melalui hibah maupun wasiat. Jadi, meskipun pewaris membuat surat wasiat yang memberikan harta warisannya kepada orang lain, bagian ahli waris yang berhak atas legitime portie tetap harus dipenuhi.

Dalam pembuatan surat wasiat, daftar kekayaan yang dibuat untuk pajak dan persiapan pensiun menjadi pokok penting. Salah satu kesalahan yang dilakukan orang adalah menganggap semua aset sama saja dalam pewarisan, padahal, pemanfaatan aset dan pewarisan aset adalah dua hal yang terpisah dan berbeda. Ketika masih aktif, pemanfaatan aset menjadi penting, di mana suatu aset digunakan secara aktif dan mendorong pencapaian pendapatan yang diusahakan secara aktif

pula. Ketika sudah usia lanjut, aset mungkin tidak lagi digunakan secara aktif sehingga mengalami penurunan nilai. Aset mungkin dikontrakkan dan tidak dijaga oleh penyewa sehingga mengalami sejumlah kerusakan dan penurunan nilai. Kondisi ekonomi mungkin mengalami resesi sehingga terjadi penurunan nilai dari aset, mengakibatkan pewarisan tidak lagi terjamin sesuai harapan.

Dalam perencanaan pewarisan, aset-aset yang tidak lagi dapat dikelola harus dilihat menjadi sumber liabilitas alias beban biaya, antara lain tiap tahun harus bayar pajak dan bayar pemeliharaan. Di sisi lain, belum tentu terjadi peningkatan nilai aset sepanjang tahun, karena semakin tua usia bangunan, nilainya menurun. Karena harta menjadi sumber liabilitas, bentuknya bisa diubah dengan cara dijual untuk dibentuk menjadi bentuk yang mempunyai nilai lebih tetap. Harta seperti tanah dan bangunan di saat masih tinggi harganya bisa terus dijual, di mana dana hasil penjualan bisa diubah dalam beberapa pilihan:

Pilihan pertama. Dana hasil penjualan aset bisa diubah menjadi obligasi yang berjangka panjang, yang memberikan kupon yang tetap dalam kurun waktu panjang, misalnya 15 tahun. Ada kisah di mana seseorang berhasil memiliki 5 ruko di 5 kota yang berbeda, yang pada masa aktifnya menjadi kantor cabang usaha. Ketika ia sudah lanjut usia, tidak ada anak-anak yang melanjutkan usahanya sehingga seluruh kegiatan usaha dihentikan. Ke-5 ruko itu terus dijual,

masing-masing nilainya kurang lebih Rp 3 Milyar, sehingga menjadi dana senilai Rp 15 Milyar. Dana itu dibelikan obligasi negara berjangka 20 tahun dengan kupon sebesar 8% per tahun. Ini berarti nilai kupon Rp 1,2 Milyar per tahun, yang dikenakan pajak final 15%, memberi dana Rp 1,02 Milyar per tahun untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Ketika orang itu meninggal, obligasi berakhir dan dana pokok Rp 15 Milyar diberikan sebagai warisan.

Pilihan kedua. Dana hasil penjualan aset bisa diubah menjadi asuransi jiwa premi tunggal yang berlaku seumur hidup. Ada juga kisah di mana seorang pengusaha di saat lanjut usia menjual semua tanahnya dan dari sana memperoleh dana Rp 5 Milyar. Ia mengambil Rp 2 Milyar untuk disimpan sebagai obligasi, memberi kupon senilai Rp 160 juta per tahun. Sisanya Rp 3 Milyar dia belikan asuransi jiwa seumur hidup premi tunggal, yang menjadi polis dengan Uang Pertanggungan Rp 5,8 Milyar, yang akan diberikan sebagai manfaat saat ia meninggal dunia.

Perhatikan, bahwa di dalam pilihan-pilihan ini semua aset diubah menjadi sumber yang memberikan pendapatan pasif, sementara warisan tetap diberikan dengan nilai yang tinggi. Aset perlu tetap bekerja dan memberikan hasil di saat pemilik tidak lagi dapat bekerja secara aktif.

Keempat, ingatlah bahwa pewarisan yang paling utama adalah nilai-nilai kehidupan, bukan harta. **Musim dingin adalah saat suksesi,** bukan soal bagi-bagi uang atau aset.

Di dalam prosesnya, yang terpenting adalah nilai-nilai di mana kita harus mengerti bahwa ada bahaya dari uang, yaitu menghancurkan nilai yang kita mau diteruskan oleh keturunan, anak, mantu, dan cucu-cucu. Karena itu, perlu dipahami bahwa ada pemilihan atas profil dari keturunan, di mana anak-anak kita mempunyai 5 C yaitu **Capacity, Competency, Cause, Collateral, dan Character**.

Capacity adalah tentang kesanggupan dan talenta yang dimiliki anak untuk menghadapi situasi dan kondisi. Ada yang sanggup menghadapi situasi yang sukar, ada juga yang tidak dan mudah stress bahkan depresi karena kesulitan.

Competency adalah tentang pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan yang dimiliki anak di dalam kehidupan. Ada anak yang disiplin dan mau belajar, ada juga yang tidak mampu belajar, tidak terampil bekerja.

Cause adalah tentang dorongan yang dimiliki anak untuk mencapai sesuatu, karena ia memiliki suatu 'penyebab' yang membuatnya lebih gigih untuk berusaha. Mungkin anak itu awalnya tidak mempunyai kapasitas besar, mungkin juga tidak mempunyai kompetensi tinggi, namun ia mempunyai alasan untuk terus-menerus bertumbuh dan mencapai tataran yang lebih tinggi.

Collateral adalah tentang hal-hal yang dipertaruhkan oleh anak dan keturunan, yang bisa hilang atau musnah jika ia gagal. Ada anak yang karena mengalami kalah judi menyebabkan orang tuanya menjual harta

mereka demi menebus hutang judi. Orang tua harus mengerti dan mengendalikannya *collateral* yang dipegang anak.

Character adalah tentang kepribadian dan sikap, suatu pemahaman tentang persona dari anak. Ada anak yang mudah bergaul, sanguin; ada yang menjadi pemimpin, kolerik; ada yang perenung dan ekspresif, melankolik; dan juga ada yang sibuk dengan dunianya sendiri, phlegmatik. Ada yang mempunyai keterbukaan sosial tinggi, ekstrovert; ada yang lebih tertutup, introvert. Ini hanya sedikit dari cara-cara kita menggolongkan karakter manusia.

Kelima C ini merupakan salah satu cara manajemen risiko kredit perbankan mengenali dan mengukur debitur peminjam uang. Cara yang sama juga perlu kita pahami untuk mengenali dan mengukur bagaimana kesuksesan dilanjutkan. Ingatlah, walaupun anak-anak itu lahir dari orang tua, namun karakter anak tidak bisa diatur atau ditentukan oleh orang tua. Dengan semakin dewasanya anak, pikirannya berubah dan menjadi orang yang mungkin berbeda dari apa yang kita pikirkan.

Dengan beragamnya anak, dibutuhkan beragam cara untuk meneruskan nilai-nilai. Jika anak mempunyai kompetensi rendah, jika ia mudah menghilangkan kolateral dalam hidup, maka memberikan banyak harta kepada anak itu mungkin tidak tepat. **Sekedar memberikan harta lebih banyak tidak berarti lebih baik dan membangun**. Hal terbaik yang perlu diberikan kepada anak adalah

warisan iman, bukan kekayaan. Iman dihidupi dalam perilaku, dinyatakan dalam perkataan. Tetapi harta harus dikelola dengan kewaspadaan karena seringkali harta dalam jumlah besar justru menjadi penyebab penyimpangan dan kerusakan moral.

Semua suksesi harus dilaksanakan dengan edukasi sebagai pendahuluan: orang tua harus mendidik anak-anak agar memiliki nilai-nilai yang benar. Pengenalan akan Tuhan, mengerti Berita Injil dan tahu betul apa yang dikerjakan oleh Tuhan Yesus Kristus sejak dini, semuanya adalah hal paling utama dan penting di dalam suksesi. Orang tidak dibangun oleh uang, melainkan oleh hikmat di dalam takut akan Allah. Apakah cara mengajar anak selalu sama efektifnya? Tidak, karena anak-anak berbeda, maka cara mereka memahami juga mungkin berbeda.

Kelima, pahamiilah bahwa ada keterbatasan waktu yang dimiliki setiap orang secara berbeda-beda. Ada hal yang disebut **morbidity**, yaitu harapan hidup sehat. Pada suatu titik tertentu, ketika batas morbidity dilalui, tingkat kesehatan menurun dengan drastis dan menyebabkan banyak ketidakmampuan. Pada titik itu, tiba-tiba terjadi peningkatan pengeluaran untuk biaya kesehatan. Jika tidak mempunyai asuransi kesehatan, minimal BPJS Kesehatan, maka kekayaan keluarga dapat terhisap dengan cepat untuk membayar biaya medis. Seringkali terjadi keluarga tidak siap menghadapi situasi penurunan kesehatan ini.

Maka di masa lanjut usia, di mana usia anak-anak sudah dewasa, perlu ada pengertian bersama tentang bagaimana kesehatan orang tua perlu dijaga dan dibutuhkan bantuan untuk pengelolaan kehidupan, misalnya jika muncul kondisi lumpuh karena kena stroke. Hal-hal ini perlu dibicarakan secara dewasa dengan kepala dingin oleh orang tua di saat masih dalam keadaan sehat dan mampu. Kita perlu memahami bahwa mungkin anak-anak berada dalam situasi yang tidak memungkinkan untuk menjaga, misalnya karena karir bekerja di luar pulau, luar negeri atau alasan lain sehingga tidak bisa hidup berdekatan dan memberi pertolongan segera kepada orang tua. Saat ini ada lembaga-lembaga yang memberikan solusi dengan komunitas yang baik dan sehat serta memberikan kepastian penjangaan yang kontinu, yang tidak dapat diberikan oleh anak. Ini adalah pilihan yang baik dan bisa diambil.

Secara perencanaan keuangan, ada beberapa instrumen yang bisa dipertimbangkan untuk dimiliki:

Critical Illness Insurance, atau asuransi penyakit kritis dapat memberikan sejumlah dana Uang Pertanggungan bilamana terjadi kondisi kesehatan yang ambruk secara permanen, sehingga tertanggung tidak lagi mempunyai kemampuan produktif. Ketidakmampuan produktif ini seperti orang yang sudah meninggal dunia walaupun masih tetap hidup. Perhatikan bahwa banyak Critical Illness Insurance hanya menanggung

sampai usia 70 tahun saja. Pilihlah Critical Illness Insurance yang bersedia menanggung sampai usia lebih lanjut.

Long-Term Care Insurance, atau asuransi usia lanjut. Sayangnya, yang belum ada di Indonesia adalah asuransi yang menyediakan pertanggungan atas biaya untuk perawatan di saat muncul ketidakmampuan di saat lanjut usia, seperti menyewa suster ke rumah, yang hanya berlaku bilamana muncul kondisi kesehatan tertentu.

Asuransi Kesehatan yang menanggung hingga usia lanjut. Di Indonesia berlaku antara lain BPJS Kesehatan untuk perawatan primer di Puskesmas, dilanjutkan dengan perawatan rujukan di RS Rujukan. Selain BPJS Kesehatan, juga ada asuransi kesehatan swasta yang menanggung hingga lanjut usia. Asuransi Kesehatan pada umumnya merupakan asuransi yang berlaku tahunan dan diperpanjang setiap tahun, memberikan penggantian biaya rumah sakit rawat inap dan operasi, baik dengan batasan maupun penggantian sesuai tagihan hingga jumlah tertentu.

Obligasi dengan kupon bulanan dapat dipilih untuk memberikan dana secara teratur tiap bulan untuk keperluan pembelian suplemen dan obat-obatan yang dibutuhkan. Tubuh orang tua seringkali telah menurun dalam banyak aspek sehingga mem-

butuhkan lebih banyak suplemen untuk mempertahankan tingkat kesehatan yang menunjang kehidupan nyaman. Suplemen yang berkualitas seringkali berharga cukup tinggi, maka pendapatan dari kupon obligasi secara teratur memastikan ketersediaan kebutuhan suplemen medis, juga pemeriksaan kesehatan secara rutin. Hal-hal seperti ini tidak ditanggung oleh asuransi kesehatan.

Di luar dari Instrumen Keuangan, **perhatian keluarga** tidak dapat digantikan oleh instrumen keuangan apa pun. Ini menjadi hal yang penting dan perlu untuk dilakukan, bukan hanya bagi orang yang tua saja, melainkan juga bagi anak dan keluarga. Ini merupakan kesempatan memberikan penghormatan kepada orang tua sekaligus menyatukan keluarga secara moral dan spiritual.

Ini adalah ringkasan dari hal-hal yang perlu dipersiapkan dalam Musim Dingin kehidupan. Musim dingin dapat terasa menyakitkan, tetapi juga dapat menjadi masa yang indah ketika seluruh keluarga berkumpul dalam rumah yang hangat dan bersama-sama menyembah Tuhan. Di saat tidak ada yang dapat dinikmati di dunia, masa Musim Dingin adalah masa seseorang mendekati kepada Tuhan dan mengalami Roh-Nya menghangatkan jiwa.

Terpujilah TUHAN!

Donny A. Wiguna

Doa Bapa Kami: Makna dan Pentingnya

(Bagian 2)

Pada bagian pertama artikel ini, kita telah melihat bahwa Doa Bapa Kami dimulai dengan fokus kepada Allah, bukan kepada diri kita sendiri. Yesus mengajar murid-murid-Nya untuk terlebih dahulu memanggil Allah dengan sebutan **"Bapa kami yang di surga"**, yang menegaskan hubungan kita dengan Allah sebagai Pencipta, Penebus, dan Bapa dalam perjanjian. Lalu, doa ini berlanjut dengan tiga permohonan yang seluruhnya berpusat pada kemuliaan Allah:

1. **Dikuduskanlah Nama-Mu** - kita berdoa agar nama Allah dihormati, bukan hanya oleh kita, tetapi juga di dalam kita, melalui hidup kudus dan kesaksian yang benar.
2. **Datanglah Kerajaan-Mu** - kita memohon agar Allah memerintah, baik dalam hati kita yang diperbaharui oleh Roh Kudus, maupun dalam dunia melalui pertumbuhan gereja dan pemberitaan Injil, sampai Kerajaan-Nya datang secara penuh pada kedatangan Kristus yang kedua kali.
3. **Jadilah kehendak-Mu di bumi seperti di surga** - kita berdoa supaya hidup kita ditundukkan kepada kehendak Allah yang dinyatakan dalam firman-Nya, dengan ketaatan yang sukarela, seperti para malaikat di surga.

Dengan demikian, bagian pertama doa ini menuntun kita menyalurkan hati kita dengan hati Allah: menguduskan nama-Nya, merindukan pemerintahan-Nya, dan menaati kehendak-Nya. Barulah setelah itu Yesus mengajar kita untuk menyampaikan permohonan yang berkaitan dengan kebutuhan hidup kita sehari-hari.

Poin-poin berikut sebagian besar diambil dari penjelasan Doa Bapa Kami dari dua tokoh Reformed, yakni John Calvin dan Zacharias Ursinus, berdasarkan uraian Calvin dalam *Institutes of the Christian Religion* (Buku III, Bab 20, khususnya bagian 44-47), serta penjelasan Ursinus dalam *The Commentary on the Heidelberg Catechism*, khususnya pada pertanyaan dan jawaban 125-129.

Kebutuhan rohani dan jasmani

Yesus mengajarkan kita untuk memohon bagi kebutuhan-kebutuhan kita, termasuk kebutuhan jasmani kita. Ini menyatakan bahwa Bapa di surga bukan saja peduli akan kemuliaan-Nya, tetapi juga peduli akan kita, bahkan kebutuhan jasmani kita. Bukan saja kebutuhan-kebutuhan rohani adalah esensial, tetapi yang jasmani pun dipandang penting oleh-Nya. Dengan demikian Yesus mengajarkan bahwa tidak ada dikotomi rohani

dan jasmani. Allah ingin kita memperhatikan yang tak kelihatan, juga meminta kita memohon yang kelihatan. Ia yang memandang penting nama dan kerajaan-Nya, juga tidak mengabaikan kebutuhan kita, bahkan tubuh dan makanan kita sehari-hari.

Tidak ada dikotomi antara rohani dan jasmani, akan tetapi kerajaan Allah mendahului kebutuhan kita. Tidak ada pertentangan antara kasih kepada Allah dan kasih kepada sesama, tetapi kasih kepada Allah sebagai hukum pertama mendahului kasih kepada sesama sebagai hukum kedua. Dengan demikian, permohonan untuk kebutuhan manusia tidak akan mendahului permohonan untuk nama dan kerajaan-Nya. Ketika kita memprioritaskan nama, kerajaan dan kehendak-Nya, kebutuhan-kebutuhan kita tidak akan diabaikan-Nya, tetapi justru ditambahkan-Nya. Yesus berjanji: "*Tetapi carilah dahulu Kerajaan Allah dan kebenarannya, maka semuanya itu akan ditambahkan kepadamu*" (Mat 6:33). Itulah sebabnya kita diajarkan untuk memohon terlebih dahulu untuk nama, kerajaan, dan kehendak-Nya, sebelum memohon untuk kebutuhan-kebutuhan kita sendiri.

Berikanlah kami pada hari ini makanan kami yang secukupnya

Pertama, kita memohon agar Bapa di surga mencukupkan kebutuhan kita sehari-hari. Makanan dalam bahasa aslinya adalah *ton arton*, secara literal artinya roti, yakni makanan pokok orang Israel pada waktu itu. Akan tetapi yang dimaksudkan bukan saja untuk ma-

kanan pokok kita, tetapi untuk segala yang kita perlukan untuk hidup hari ini, seperti makanan, minuman, pakaian, kesehatan, pekerjaan dan tempat tinggal. Dalam arti yang lebih luas, juga mencakup kebutuhan akan teman, pasangan, atau anak, bagi mereka yang membutuhkan.

Dengan permohonan ini, kita mengakui bahwa Allah adalah satu-satunya sumber segala yang baik. Orang percaya harus rajin dan bekerja keras untuk mencukupi kebutuhan hidupnya (Ams 6:6-8; 2Tes 3:10; 1Tes 4:11). Akan tetapi, bahwa akhirnya kebutuhan-kebutuhan hidup kita tercukupi, itu bukan semata-mata karena kerja keras dan kecerdasan kita. Ada faktor yang melampaui usaha manusia. Faktor itu bukan karena nasib atau keberuntungan, tetapi campur tangan ilahi. Tanpa berkat Tuhan, segala usaha kita adalah sia-sia, usaha menjaring angin yang tidak akan menghasilkan apa-apa. Namun, jika Allah berkenan, Ia sanggup memberkati anak-anak-Nya pada waktu mereka tidur dan beristirahat (Mzm 127:2).

Frasa "pada hari ini" menyatakan bahwa kita hidup bersandar kepada Allah setiap hari. Pada hari ini berarti doa ini perlu dipanjatkan setiap hari, agar kita bergantung kepada-Nya hari demi hari. Berkat Allah turun kepada kita anak-anak-Nya setiap hari, sebagaimana *manna* turun di sekeliling kemah orang Israel setiap pagi dan burung-burung puyuh di waktu petang (Kel 16:13-14). Orang-orang Israel harus keluar memungut *manna* itu. Jika mereka malas dan terlambat, maka panas matahari

akan melelehlah *manna* itu (Kel 16: 21). Dengan demikian iman dan ketergantungan kepada Allah tidak meniadakan kerja keras dari anak-anak Tuhan.

Bergantung kepada Allah setiap hari adalah penawar racun kekuatiran akan masa depan. Anak-anak Tuhan tidak terlepas dari kekuatiran akan hari esok. Yesus menasihatkan: "*Janganlah kuatir akan hidupmu, akan apa yang hendak kamu makan atau minum, dan janganlah kuatir pula akan tubuhmu, akan apa yang hendak kamu pakai...*" (Mat 6:25). Solusi kekuatiran ini adalah bersandar kepada-Nya di dalam doa. Sebagaimana Firman-Nya berkata: "*Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apapun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur...*" (Flp 4:6-7). Dengan demikian, doa adalah penawar kekuatiran. Setiap hari berdoa, menolong kita untuk mengatasi kekuatiran dengan bergantung kepada Allah. Orang-orang Israel di padang gurun, harus belajar bergantung, bahwa sebagaimana Tuhan menurunkan *manna* bagi mereka hari ini, Tuhan yang sama dan setia juga akan memberikan kepada mereka esok harinya. Demikian hari ini, anak-anak Tuhan belajar mengatasi kekuatiran mereka dengan menggantungkan hidup mereka kepada-Nya di dalam doa setiap harinya.

Frasa "makanan kami hari ini secukupnya" menyatakan iman orang percaya bahwa Allah sanggup mencukupi kebutuhan mereka sehari demi sehari. Maka bergantung kepada

Allah setiap hari adalah juga penawar racun keserakahan. Akar dari keserakahan adalah mengandalkan diri sendiri dan tidak percaya bahwa Allah sanggup mencukupkan kebutuhan mereka. Keserakahan mendorong manusia mengumpulkan harta sebanyak-banyaknya, yang olehnya mereka merasa aman akan masa depan mereka (cf. Luk 12:16-21). Akan tetapi, rasa aman ini palsu. Firman Tuhan mencatat: "*Hai orang bodoh, pada malam ini juga jiwamu akan diambil daripadamu, dan apa yang telah kau sediakan, untuk siapakah itu nanti?*" (Luk 12:20). Apa yang dikumpulkan dengan serakah akan sia-sia. Saat di padang gurun, orang Israel yang serakah mengumpulkan *manna* lebih dari yang dibutuhkan dan menyimpannya sampai esok pagi. *Manna* itu menjadi busuk dan berulat (Kel 16:19-20). Oleh sebab itu, Yesus mengajarkan kita berdoa meminta secukupnya.

Frasa "berikanlah kami" menyatakan bahwa kita tidak meminta hanya untuk diri sendiri. Doa yang egois tidak akan dijawab (Yak 4:3). Agar doa kita tidak egois, maka dalam doa, kita harus mengingat orang-orang lain. Ini disebut doa syafaat, yakni berdoa untuk orang lain. Firman Tuhan berkata: "*Naikkanlah permohonan, doa syafaat...untuk semua orang*" (1 Tim 2:1). Ini termasuk berdoa untuk "segala orang kudus", yakni saudara-saudari seiman (Ef 6:18), untuk para hamba Tuhan (Rm 15:30), untuk anggota keluarga kita (Ayb 1:5), untuk pemerintah (1Tim 2:1-2), dan kota, bangsa, serta negara (Yer 29:7).

Ampunilah kami akan kesalahan kami

Selanjutnya adalah permohonan pengampunan dosa. Kita yang diberi makan oleh Allah harus hidup di dalam Allah. Bukan saja tubuh jasmani kita perlu hidup oleh makanan, roh jiwa kita pun perlu hidup oleh pengampunan dosa. Bukan saja kita memperhatikan hidup sekarang di dunia ini, tetapi juga hidup kekal di dunia sana. Oleh sebab itu Yesus mengajar kita berdoa untuk pengampunan dosa kita.

Frasa "ampunilah kami" menyatakan bahwa dosa tidak bisa diselesaikan, kecuali dengan pengampunan. Diampuni artinya hukuman atas dosa kita tidak lagi ditimpakan ke atas kita. Yesus menggambarkan dosa seperti utang. Dalam bahasa aslinya kata yang dipakai adalah *opheilēma*, yang artinya utang atau kewajiban yang belum dibayar. Jadi, ampunilah kami akan kesalahan kami secara literal adalah ampunilah kami akan utang-utang kami (*forgive us our debts*). Dosa adalah utang kita kepada Allah. Kita berutang ketaatan kepada Allah, dan berutang hukuman atas ketidaktaatan kita kepada Allah. Dosa adalah utang yang tak dibayarkan, seperti gambaran Yesus tentang seseorang yang berutang 10 ribu talenta kepada sang raja. Apapun yang ia lakukan, bahkan jika ia menjual dirinya dan keluarganya, ia tidak akan sanggup melunasi utangnya. Utangnya hanya bisa diselesaikan dengan pengampunan berdasarkan belas kasihan sang raja (Mat18:23-35). Demikian halnya utang-utang dosa kita yang tak ter-

bayarkan hanya bisa diselesaikan dengan pengampunan.

Di satu pihak pengampunan berarti Allah tidak menanggungkan hukuman dosa ke atas diri kita. Di lain pihak juga berarti bahwa Allah telah menanggungkan hukuman itu ke atas diri-Nya, yakni saat Yesus Kristus memikul dosa kita (Yes 53:5). Pengampunan atas dosa tidak bisa diberikan begitu saja tanpa keadilan Allah terlebih dahulu dipuaskan. Oleh sebab itu, utang yang tidak mampu kita bayar harus dibayarkan oleh Yesus Kristus. Dan apa yang telah dibayarkan-Nya diperhitungkan sebagai bagian kita. Ini adalah anugerah terbesar yang diberikan Allah bagi kita.

Sebagaimana setiap hari kita memohon makanan untuk tubuh kita, demikian juga setiap hari kita memohon pengampunan atas dosa kita. Di sini perlu dibedakan antara lahir baru dan pertobatan. Lahir baru adalah karya Roh Kudus dalam hidup manusia berdosa. Sama seperti manusia hanya sekali dilahirkan secara jasmani, maka hanya sekali pula dilahirkan secara rohani. Sedangkan pertobatan adalah perbuatan ketaatan manusia untuk hidup kudus sebagai orang percaya. Sebagaimana tubuh jasmani manusia perlu untuk terus dibersihkan, demikian pertobatan dan pengakuan dosa perlu berkelanjutan di dalam hidup orang percaya.

Seperti kami juga mengampuni orang yang bersalah kepada kami

Sebagaimana Tuhan telah mengampuni kita, kita juga harus mengampuni mereka yang bersalah

kepada kita. *Pertama*, bukan berarti karena kita mengampuni sesama, Allah baru akan mengampuni kita. Pengampunan Allah atas manusia berdosa tidak didasarkan perbuatan ketaatan manusia untuk mengampuni sesamanya. Sebaliknya, pengampunan Allah atas manusia berdosa harus mendahului dan menjadi dasar pengampunan manusia atas kesalahan sesamanya. Dalam perumpamaan Yesus, sang raja terlebih dahulu mengampuni hamba yang berutang sepuluh ribu talenta kepadanya. Pengampunan ini berdasarkan belas kasihannya (Mat 18:24-27). Namun, ketika hamba itu gagal mengampuni utang seratus dinar temannya (Mat 18:28-31), maka sang raja marah dan menegur keras hamba itu dan mengingatkannya akan pengampunan yang telah diulurkan kepadanya (Mat 18:32-34).

Pengampunan kepada sesama bukan dasar, tetapi buah, bahwa seseorang telah menerima pengampunan dari Allah. Ketika hamba itu tidak mengampuni temannya, maka ia membuktikan dirinya sebagai seorang yang tidak menerima kasih karunia Allah. Ia tidak hidup dalam pengampunan Allah. Jadi, sekalipun pengampunan Allah telah ditawarkan kepadanya, ia sesungguhnya tidak pernah menerimanya. Oleh sebab itu, ia ditangkap dan dipenjarakan sampai melunasi utang-utangnya (Mat 18:34).

Kedua, pengampunan kita kepada sesama tidak setara dengan pengampunan Tuhan kepada kita. Tuhan telah dengan sempurna mengampuni kita. Oleh sebab itu, Yesus hanya satu kali mati untuk menanggung segala

dosa kita (Ibr 9:26-28; 10:10; 1 Ptr 3:18). Kita, sebaliknya, tidak pernah dapat dengan sempurna mengampuni sesama kita. Tuhan juga tidak menuntut kita untuk mengampuni sesama kita dengan sempurna, hal mana kita tidak akan mampu melakukannya. Namun, kita perlu mengampuni sesama kita dengan sungguh dan tulus.

Mengampuni sesama kita dengan sungguh dan tulus, tidak berarti melupakan apa yang terjadi. Pengampunan tidak menghapuskan memori akan suatu peristiwa yang menyakitkan. Pengampunan adalah mengatasi efek peristiwa tersebut sehingga tidak lagi menyakitkan. Seperti luka, jika telah sembuh, ketika disentuh tidak lagi menyakitkan.

Mengampuni menyangkut tiga aspek. *Pertama*, mengampuni berarti melepaskan dendam (2Tim 2:4). Pengampunan terjadi ketika kita tidak lagi menyimpan kebencian dan dendam kepada sesama yang melukai kita. *Kedua*, mengampuni berarti melepaskan pembalasan secara pribadi, tetapi menyerahkan pembalasan kepada Tuhan. Tidak boleh secara pribadi melakukan pembalasan, karena pembalasan bukan hak kita, melainkan hak Allah sendiri (Rm 12:19). Sebaliknya, kita harus membalas kejahatan dengan kebaikan (Rm 12:17, 21). Bahkan berdoa untuk mereka yang menganiaya kita (Mat 5:44; Luk 6:27-28). *Ketiga*, pengampunan bukan menghapuskan kejahatan. Apa yang jahat adalah jahat, apa yang tidak adil adalah tidak adil. Pengampunan tidak meniadakan konsekuensi dan

hukuman atas kejahatan. Keadilan tetap harus ditegakkan, baik oleh pemerintah di muka bumi ini, ataupun oleh Tuhan sendiri (Rm 13:4; Gal 6:7).

Dan janganlah membawa kami ke dalam pencobaan

Alkitab membicarakan dua macam pencobaan. *Pertama*, pencobaan yang sifatnya sebagai ujian iman, kesalehan atau ketaatan. Pencobaan macam ini bertujuan memperlihatkan kualitas iman, meneguhkan kasih kepada Allah, seperti api memurnikan emas. Pencobaan macam ini datang dari Tuhan, sebagaimana Ia telah menguji Abraham, Ayub, Daud, dan yang lainnya (Kej 22:1; Ul 13:3; 8:2; 1Ptr 1:7).

Kedua, pencobaan yang sifatnya menjerumuskan ke dalam dosa, entah dalam bentuk merayu atau menggoda (*entice*), ataupun dalam bentuk mendesak dan mendorong (*solicit*). Alkitab menegaskan bahwa pencobaan macam ini tidak datang dari Tuhan (Yak 1:13), sebaliknya datang dari si jahat (Mat 4:1), dunia ini (1Yoh 2:15-16; Yak 4:4), dan kedagingan kita sendiri (Yak 1:14).

Satu pencobaan bisa memiliki dua sisi tujuan sekaligus. Pencobaan itu mungkin diizinkan Allah, tetapi juga dilakukan Iblis, tentu dengan maksud yang berbeda. Sebagai contoh, Roh Kudus menuntun Yesus ke padang gurun untuk dicobai Iblis (Mat 4:1). Iblis mencobai Yesus supaya Ia jatuh dalam dosa (Mat 4:3-11), sedangkan Allah mengizinkannya untuk meneguhkan bahwa Yesus adalah Anak Allah yang taat, Adam kedua yang melalui ketaatan-Nya banyak orang dibenarkan (Rm 5:18-19). Hal serupa

terjadi pada Ayub (Ayb 1:6-22). Allah mengizinkan pencobaan itu untuk membuktikan kemurnian iman Ayub, sedangkan Iblis bermaksud menjatuhkannya.

Setan dapat menggoda manusia dengan menyediakan kesempatan untuk berdosa maupun mendorong dari dalam agar jatuh ke dalam dosa. Contoh kesempatan dari luar: Daud tergoda ketika "pada waktu raja-raja biasanya maju berperang" ia justru tinggal di Yerusalem dan "*berjalan-jalan di atas sotoh istana; dari atas sotoh itu ia melihat seorang perempuan sedang mandi*" (2Sam 11:1-2). Lingkungan dan kelengahan membuka pintu bagi godaan, tetapi Daud tetap bertanggung jawab atas pilihannya. Contoh dorongan langsung: Pada kesempatan lain "*Iblis bangkit melawan Israel dan menghasut Daud untuk menghitung orang Israel*" (1Taw 21:1). Di sini Iblis secara aktif menanamkan godaan kesombongan. Dengan demikian, godaan bisa datang lewat kesempatan atau dorongan batin, atau Iblis yang bermaksud jahat, tetapi Allah tetap berdaulat dan memakai peristiwa itu untuk maksud-Nya yang kudus (Kej 50:20; Rm 8:28).

Ketika kita berdoa, "janganlah membawa kami ke dalam pencobaan," kita sedang mengakui kelemahan diri sendiri. Kita memohon agar Tuhan tidak menempatkan kita dalam ujian; tetapi bila dalam kehendak-Nya Ia mengizinkan ujian itu, kita memohon supaya diberi kekuatan untuk melewatinya. Kita juga meminta agar Ia tidak mengizinkan si Jahat, dunia, dan hawa nafsu kita menggoda ser-

ta mendorong kita jatuh ke dalam dosa; namun jika dalam hikmat-Nya Ia mengizinkan godaan itu datang, kita memohon agar tetap teguh dan tidak terjerumus. Intinya, kita berdoa supaya tidak dicobai melampaui apa yang sanggup kita pikul.

Tetapi lepaskanlah kami dari pada yang jahat

Dengan permohonan ini kita mengakui adanya peperangan rohani yang terus berlangsung. Ada musuh yang tiada henti menyerang kita: si Jahat, dunia ini, dan kedagingan kita sendiri (Ef 6:12; 1Ptr 5:8; 1Yoh 2:16). Selain itu, kita juga dikelilingi oleh berbagai bahaya yang tak terlihat (Mzm 91:5-7). Karena itu, kita sangat membutuhkan Allah Roh Kudus untuk melindungi dan menolong kita (Yoh 14:26).

Ketika kita berdoa, "lepaskanlah kami dari pada yang jahat," kita memohon agar Allah tidak mengizinkan yang jahat menimpa kita, melainkan menjaga dan melepaskan kita dari kejahatan pada hari ini dan di masa yang akan datang (Mat 6:13; 2Tes 3:3). Namun bila Ia, dalam kedaulatan dan hikmat-Nya, mengizinkan penderitaan atau percobaan itu, kita memohon agar Ia membatasinya dan menjadikannya sarana untuk meneguhkan keselamatan kita (1 Kor 10:13; Rm 8:28). Pada akhirnya, kita percaya bahwa Ia sendiri yang akan melepaskan dan menebus kita sepenuhnya di hari kedatangan Kristus, ketika segala air mata akan dihapuskan (Why 21:4).

Permohonan ini mutlak perlu karena kita lemah, sementara musuh

yang kita hadapi banyak dan kuat (Mzm 18:17). Kita juga memohon dilepaskan dari yang jahat, sebab sebagai orang yang telah diampuni, kita berkomitmen untuk hidup setia dalam iman dan pertobatan (Kol 1:13-14). Namun kita sadar, kita tidak akan mampu memegang komitmen itu bila dicobai melampaui kekuatan kita (1 Kor 10:13).

Karena Engkaulah yang empunya Kerajaan dan kuasa dan kemuliaan sampai selama-lamanya. Amin.

Kita berdoa, "Sebab Engkaulah yang empunya Kerajaan dan kuasa dan kemuliaan sampai selama-lamanya," meneguhkan iman kita bahwa Allah mau dan sanggup mengabulkan doa (Ef 3:20-21). "Kerajaan" menegaskan bahwa Allah adalah Raja yang setia menjaga, melindungi, dan memelihara umat-Nya (Mzm 103:19; Dan 4:34-35; Mat 6:33). Ia lebih berkuasa daripada semua musuh, mampu menahan yang jahat dan memberi segala kebaikan sesuai kehendak-Nya (Mzm 121:7-8; 1Yoh 5:18). Karena kita adalah anak-anak-Nya, kita boleh dengan yakin memohon agar Ia hadir, menjaga, dan menyelamatkan kita (Mzm 46:2). "Kuasa" menunjukkan bahwa hanya Allah yang mahakuasa dan penuh kebaikan, sehingga tidak ada permohonan yang terlalu besar bagi-Nya (Yer 32:17; Luk 1:37). "Kemuliaan" menekankan tujuan akhir: segala permohonan kita diarahkan untuk memuliakan Allah, sumber dan pemberi segala kebaikan (1 Kor 10:31; Rm 11:36). Dengan berdoa demikian, kita mengakui bahwa Dialah

sumber segala berkat dan ketika Ia mengabulkan doa kita, kemuliaan-Nya makin nyata (Mzm. 115:1). Jadi, keyakinan kita didasarkan pada fakta bahwa Allah sebagai Raja berkuasa dan rela menjawab doa demi kemuliaan-Nya sendiri (Yoh. 14:13).

“Amin” bukan sekadar penutup doa, tetapi pernyataan iman dan keyakinan. Kata ini mengekspresikan kerinduan tulus agar permohonan kita sungguh dikabulkan, sekaligus pengakuan penuh percaya bahwa Allah pasti mendengar dan menepati janji-Nya (2Kor 1:20; Ibr 10:23). Dengan mengucapkan “Amin,” kita berkata, “Biarlah demikianlah terjadi” (Mzm 41:13; 72:19; 106:48), sambil menegaskan keyakinan bahwa doa kita lebih pasti didengar Allah daripada keinginan kita sendiri yang kita rasakan di hati (Ef 3:20–21; Why 22:20–21).

Penutup

Setelah kita memahami makna dan pentingnya setiap permohonan Doa Bapa Kami, marilah kita tidak berhenti pada pengertian saja, tetapi melangkah kepada praktik yang setia. Doa ini bukan sekadar liturgi yang diulang, melainkan pola hidup doa yang menuntun hati kita setiap hari: menguduskan nama Allah, merindukan kerajaan-Nya, berserah pada kehendak-Nya, bersyukur atas pemeliharaan-Nya, saling mengampuni, dan bergantung pada perlindungan-Nya dari yang jahat. Kiranya kita menjadikan doa ini nafas keseharian kita di tengah pekerjaan, keluarga, dan pelayanan, sehingga hidup kita terus diarahkan kepada Allah Bapa yang memerintah, menopang, dan memelihara, sampai kita melihat kemuliaan-Nya sepenuhnya.

Pdt. Philip Djung



BUMI SUDAH MENUA?



"Engkaulah yang telah mengangkat kami menjadi suatu kerajaan dan imam-imam bagi Allah kita, dan kami akan memerintah di atas bumi."

(Wahyu 5:10)

"...sekarang kamu sudah memperoleh tujuan imanmu, yaitu keselamatan bagi jiwa."

(1 Petrus 1:9)

*"Hai negeri, negeri, negeri!
Dengarlah firman TUHAN!"*

(Yeremia 22:29)

"...berkuasalah... atas ikan-ikan di laut dan burung-burung di udara... dan atas segala binatang."

(Kejadian 1:26)

Bagaimanakah astronomi melihat keadaan Bumi yang sekarang? Apakah Bumi dalam keadaan sekarat, mengingat besarnya kerusakan lingkungan yang dirasakan sekarang ini? Astronomi, sebagai ilmu yang mempelajari benda langit dan posisi Bumi di alam semesta, memberikan perspektif kondisi planet kita saat ini. Meskipun astronomi tidak secara langsung menilai kesehatan lingkungan Bumi, pandangan dari luar angkasa memungkinkan kita melihat dampak aktivitas manusia terhadap planet Bumi secara keseluruhan.

Apakah Bumi Sedang Sekarat?

Secara ilmiah, Bumi belum berada dalam kondisi 'sekarat' secara harfiah. Namun, banyak indikator menunjukkan bahwa planet ini mengalami tekanan lingkungan yang amat serius akibat aktivitas manusia. Lihat dan rasakan keadaan masa kini!

Perubahan iklim: Emisi gas rumah kaca yang terus meningkat menyebabkan pemanasan global yang berkontribusi pada pencairan es kutub, kenaikan permukaan laut dan cuaca ekstrim.

Kehilangan keanekaragaman hayati: Laju kepunahan spesies saat ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat alami dan ini mengancam stabilitas ekosistem.

Degradasi lahan dan deforestasi: Penggundulan hutan dan penggunaan lahan yang tidak berkelanjutan mengurangi kemampuan Bumi untuk menyerap karbon dan mendukung kehidupan.

Pencemaran/polusi: Limbah industri, plastik dan polusi-polusi lainnya mencemari udara, air, dan tanah, membahayakan kesehatan manusia dan makhluk hidup lainnya.

Pandangan Astronomi tentang Bumi

Menurut sumber resmi terbaru, ***Astronomers for Planet Earth*** (di

singkat **A4E**) telah memiliki lebih dari **2.200 anggota** dari **83 negara** pada awal 2025. Angka ini menunjukkan jaringan global para astronom yang amat aktif menyuarakan aksi iklim (baas.aas.org+13en.wikipedia.org+13astronomersforplanet.earth+13). A4E menggaungkan "***There is No Planet B***" ("**Tidak Ada Planet B**") melalui surat terbuka yang telah ditandatangani oleh ribuan astronom dari berpuluh-puluh negara. Mereka mendorong semua departemen, lembaga dan asosiasi astronomi untuk secara aktif dan resmi mengadopsi keberlanjutan kehidupan Bumi sebagai tujuan utama institusi astronomi, menetapkan praktek ramah lingkungan dan transparansi dalam pelaporan-pelaporannya.

Memaknai "Tidak Ada Planet B" dalam Bahasa Awam

Pesan "**Tidak ada Planet B**" bukan hanya peringatan ilmiah. Ini adalah ungkapan keberadaan atau eksistensial yang dalam agar setiap orang ikut merasakan maknanya secara emosional. Bayangkan jika kita berada sendirian di tengah lautan tanpa kapal. Bumi satu-satunya kapal. Kerusakan Bumi berarti hilangnya tempat pulang ke rumah. Bayangkan juga jika kita sendirian berdiri di padang gurun luas di malam hari, melihat langit penuh bintang. Semua sunyi sepi. Ternyata, Bumi satu-satunya yang terang dan hangat. Kosmos langit terhampar tanpa batas. Bila Bumi rusak, tidak ada kapal penyelamat, tidak ada tempat untuk pindah. Kita benar-benar sendirian.

Kesendirian Kosmik di tengah kehampaan harapan

Dalam kesunyian semesta, jauh dari cahaya kota, dari awan dan suara manusia, satu-satunya tempat yang punya oksigen, air dan kehidupan adalah Bumi. Tanpa Bumi, sama dengan:

- **Kegelapan total**, bukan hanya fisik, tapi juga sosial. Tidak ada suara, tidak ada peradaban.
- **Kedinginan akut**, tidak ada rumah, tidak ada sumber panas.
- **Kehampaan harapan**, karena hidup manusia dan makhluk lain dibangun di Bumi.

Pesan "Tidak Ada Planet B" menggarisbawahi **Bumi hanya satu-satunya panggung kehidupan di jagat raya**. Jika kita membiarkan Bumi hancur oleh polusi, iklim ekstrim, atau kehancuran ekosistem, kita akan berakhir tanpa tempat lain untuk berlindung. Jadilah kita bayangan, berdiri seorang diri di ruang hampa, jauh dari apa pun yang menghidupi kita. Tidak ada suara, tidak ada udara, tidak ada harapan. Itulah yang terjadi saat Bumi tidak lagi mampu menopang hidup kita.

Sebab itulah urgensi slogan "Tidak ada Planet B" didengungkan, bukan hanya untuk menyelamatkan lingkungan, tetapi **menyelamatkan reputasi kita di tengah kesunyian semesta**. Tanpa Bumi, kita **benar-benar sendirian dalam kegelapan yang maha luas**.

Dari sudut pandang astronomi, Bumi adalah satu-satunya planet yang mendukung kehidupan. Gambar-gambar dari luar angkasa, seperti

"*Earthrise*" dan "*The Blue Marble*", telah menginspirasi kesadaran global tentang pentingnya menjaga planet Bumi. Organisasi seperti *Astronomers for Planet Earth* berupaya meningkatkan kesadaran akan krisis iklim dengan memanfaatkan perspektif astronomi untuk menekankan berkali-kali betapa berharganya Bumi sebagai rumah satu-satunya bagi umat manusia.

Meskipun Bumi belum 'sekarat', tanda-tanda kerusakan lingkungan yang parah menunjukkan bahwa tindakan segera dan signifikan diperlukan untuk membalikkan kecenderungan itu. Melalui kolaborasi global dan perubahan perilaku, kita masih memiliki kesempatan untuk memulihkan dan melestarikan planet Bumi untuk generasi-generasi mendatang. Beberapa hal utama yang menjadi fokus "*Astronomers for Planet Earth*" (A₄E) adalah: **pengurangan jejak karbon (*carbon footprint*) di bidang astronomi.**

A₄E memperingatkan bahwa praktek astronomi, termasuk penggunaan energi untuk teleskop, superkomputer, dan perjalanan udara, menyumbang emisi CO₂ secara signifikan.

Mereka mendesak penggunaan energi terbaru (misalnya panel surya di observatorium Chile dan Eropa), serta optimalisasi infrastruktur yang sudah ada sebelum membangun yang baru.

Penerbitan pedoman berfokus pada keberlanjutan, inklusi, dan pengurangan sampah, seperti mengurangi *merchandise* plastik, memilih lokasi

strategis, dan memperbanyak opsi virtual. Studi menunjukkan bahwa konferensi virtual secara drastis menurunkan emisi, menambah aksesibilitas, serta menghampirkan kualitas interaksi.

Astronomers for Planet Earth tidak hanya mengadvokasi tempat pertemuan-pertemuan astronomi yang mengurangi dampak terhadap perubahan iklim, tapi juga menggunakan kekuatan astronomi untuk **memberi pemahaman, arahan, dan inspirasi** pada masyarakat luas agar ikut menjaga Bumi sebagai satu-satunya planet layak huni.

Perhatian Akan Urgensi yang Disoroti

A₄E mengutip bukti ilmiah kita sedang menghadapi **darurat iklim**, kenaikan suhu melebihi 1,5 °C, peningkatan keasaman air laut, kerusakan keanekaragaman hayati, dan kerusakan daya saling dukung antar kehidupan satu sama lainnya. Tanpa pengurangan drastis emisi gas rumah kaca, kita akan masuk ke "**zona risiko tinggi**" yang dapat menyebabkan keruntuhan sistem pendukung kehidupan, seperti bencana alam dan kepunahan massa secara total. Pesan mereka sangat tegas: **jadikan keberlanjutan sebagai prioritas utama**, bukan opsi sampingan. A₄E menyerukan agar lembaga-lembaga astronomi menghentikan "*small incremental changes*" (perubahan-perubahan kenaikan/penambahan kecil) dan segera mengambil langkah besar dalam dekarbonisasi segera (astronomersforplanet.earth).

Apakah Bumi Sudah “Menua”?

A4E tidak menyebut Bumi “berusia tua” seperti makhluk hidup, tetapi mereka memperingatkan bahwa banyak sistem pendukung kehidupan manusia (serta biosfer secara keseluruhan) telah melewati batas aman. Menurut konsep **planetary boundaries**, 6 dari 9 parameter sudah dilampaui: iklim, keanekaragaman, asam laut, aliran biogeokimia, sistem air tawar, dan entitas kimia baru, menunjukkan kondisi sekarat, bukan karena usia, tetapi karena tekanan ekstrim dari aktivitas manusia.

Kriteria Menandai “Penuaan” Planet

Dalam konteks astrobiologi dan habitabilitas planet, berbagai jurnalis dan ilmuwan mengemukakan kriteria “usia optimal” bagi planet untuk dapat mendukung kehidupan. **Awal kehidupan sederhana** biasanya terbentuk dalam $\approx 0,8$ miliar tahun. Untuk kompleksitas (seperti oksigen dan organisme multisel), diperlukan waktu 2-4 miliar tahun. Bumi saat ini berusia $\approx 4,5$ miliar tahun, sudah cukup ‘matang’, tetapi belum melewati ambang batas penuaan seperti semakin dinginnya kerak planet, lagi-lagi menurut riset *superhabitable world*.

Namun, planet yang lebih tua bisa menghadapi **penurunan habitabilitas** karena berkurangnya panas internal. Ini mengganggu lempeng tektonik dan siklus-siklus penting utama lainnya.

A4E menekankan bahwa kita sedang dalam keadaan darurat iklim. Risiko besar jika tidak segera bertindak. Bumi belum ‘tua’ secara kro-

nologis, tetapi beberapa sistem kritis sudah melewati batas-batas aman akibat tekanan buatan manusia. Dalam kosmologi, istilah “usia planet” penting untuk habitabilitas, tetapi berbeda dengan istilah “tua” dalam konteks ekologis dan stabilitas daya dukung sistem. Akhirnya, marilah kita berdoa dan berharap pada pertolongan Tuhan Maha Kasih dan Pencipta Bumi.

Berikut, doa dan refleksi agar manusia ingat akan dirinya sebagai pengelola Bumi berlandaskan ayat firman Alkitab:

Doa: *“Ya Tuhan, Engkau memilih kami sebagai ‘kerajaan dan imam’, bukan atas dasar ego, tetapi untuk melayani dan menjaga bumi ini. Pimpinan kami agar setiap tindakan kami mencerminkan keadilan dan tanggung jawab-Mu.”*

Harapan: *“Ampuni kami yang kerap merusak ciptaan-Mu. Berikan harapan dan keberanian untuk bertobat, memperbaiki, dan melindungi bumi sebagai bagian dari keselamatan jiwa dan tubuh yang Kau sediakan.”*

Refleksi: *“Tuhan, biarlah bumi sendiri bersaksi dan mengingatkan kita atas kesalahan kita. Semoga kami memilih hidup sesuai firman-Mu, mengasihi dan melayani sesama serta seluruh ciptaan.”*

Komitmen: *“Kami mengakui: kuasa-Mu menempatkan kami sebagai pengelola bumi. Tolong kami memaknai ‘kuasa’ itu sebagai merawat, bukan mengeksploitasi. Jadikanlah kami penjaga bumi yang bijak.”*

Ayat Alkitab	Fokus Doa/Harapan
Wahyu 5:10	Untuk sadar sebagai imam dan raja yang memelihara, bukan menindas.
1 Petrus 1:9	Meminta kemurahan, harapan, dan kekuatan untuk menyelamatkan bumi dan jiwa.
Yeremia 22:29	Biarkan ciptaan menjadi kesaksian, ajakan bertobat.
Kejadian 1:26	Kuasa sebagai mandat pengelolaan dan pemeliharaan Bumi

Doa Puji dan Seruan

“Allah Bapa kami yang ada di Surga, Tuhan yang menciptakan langit dan bumi, datanglah kerajaanMu, jadilah kehendakMu di Bumi seperti di Surga. Terima kasih, Engkau telah mempercayakan kami menjaga anugerah ciptaan-Mu. Seperti yang diingatkan Wahyu 5:10, kami ingin memerintah bumi dengan kerendahan hati dan penuh cinta kasih. Dan sama seperti 1 Petrus 1:9 yang menguatkan iman dan keselamatan jiwa, biarlah tindakan kami mencerminkan penebusan-Mu. Ingatkan kami melalui Bumi sendiri, seperti seruan Yeremia, agar kami tidak lalai dan terus merawat Bumi. Dan biarlah dengan mandat dari Kejadian 1:26, hati kami dipenuhi untuk menjadi pengelola yang bijaksana bagi semua yang Engkau percayakan: air, tanah, udara, satwa, dan manusia. Kami berdoa semoga slogan *“Tidak ada Planet B”* menjadi keprihatinan dan panggilan bagi setiap orang. Ajar kami untuk menyelamatkan Bumi sebagai

wujud iman dan cinta kasih kami kepadaMu, juga penghormatan atas anugerah-Mu, Bapa. Berdoa, bersyukur, berterima kasih di Dalam nama Tuhan Yesus Kristus, Amin.”

Demikianlah melalui doa penutup tulisan ini, kita mengingat kembali akan panggilan Bapa Surgawi untuk pengakuan dosa, untuk harapan dan keselamatan dan komitmen konkrit untuk menjaga dan memelihara Bumi sebagai wujud nyata akan tanggung jawab kita sebagai pengelola ciptaan Tuhan. Marilah bersama-sama kita menggerakkan semangat dan keyakinan untuk memelihara Bumi sebagai bagian dari misi Tuhan. Berdoalah untuk setiap langkah kita, baik di dalam doa, di dalam tindakan, maupun di berbagai-bagai kegiatan untuk berbagi inspirasi, agar membawa kedamaian bagi planet kita dan memulihkan harmoni ciptaan dari Tuhan Maha Kasih, Yesus Kristus. Amin.

Iratus Radiman

MINGGU KE-1 OKTOBER 2025

SAAT MELIHAT WAJAH-NYA**BACAAN ALKITAB: Amsal 16:15; Matius 25:21**

Mungkin sekarang ini kita tidak akan merasakan hal yang sama tatkala memasuki istana raja-raja seperti yang orang rasakan di zaman purbakala. Karena itu, kita tidak akan mengerti pertanda yang ditunjukkan oleh raut wajah seorang raja ketika ia melihat kita. Di zaman dahulu, sambutan raja dapat berarti hidup atau mati, atau paling sedikitnya, berkat atau penderitaan. Jika wajahnya berseri, para hamba-hambanya akan merasa lega, karena *mood* raja yang sedang baik akan berakhir dengan hal-hal yang menyenangkan bagi mereka, yang membuat mereka bersukacita.

Apakah kaitannya dengan kita? Adalah hal yang langka bagi kita, rakyat biasa, untuk dapat memasuki istana dari kepala negara kita, bukan? Namun, kita diberikan hak istimewa untuk masuk ke ruang singgasana dari Allah yang Maha Tinggi, Raja di atas segala raja, otoritas tertinggi dari seluruh alam semesta, untuk menyuarakan isi hati kita. Kita diizinkan melayani di ladang-Nya. Kita diizinkan meminta nasehat pada Dia yang ber hikmat abadi bahkan untuk segala perkara sehari-hari kita yang kecil.

Dan kita diberkati untuk berbagi kemuliaan-Nya di kerajaan-Nya! Tidak ada sukacita yang lebih besar dari ini.

Tetapi, apa yang akan kita lihat di wajah-Nya saat kita menghadap-Nya? Apakah wajah-Nya berseri karena kehadiran kita? Terus terang, kebanyakan kita merasa pesimis akan hal ini. Banyak dari antara kita merasa melihat Allah yang marah pada kita di tahta-Nya saat kita berdoa. Banyak yang merasakan kekecewaan dari Bapa kita yang kudus dan sempurna. Banyak yang merasa Allah tidak akan pernah mengasihi mereka seperti Ia mengasihi Putra yang Ia hormati, Kristus Yesus. Kita tidak akan tahu kalau Allah menghargai kita sampai kita percaya pada-Nya, sampai kita tahu sukacita-Nya saat kita yakin akan niat baik-Nya pada manusia.

AYAT MAS:

"Wajah raja yang bercahaya memberi hidup dan kebajikannya seperti awan hujan musim semi."

Amsal 16:15

BAGAIMANAKAH DENGAN ANDA? Kita semua suatu saat akan meninggalkan dunia ini, dan kita semua suatu saat akan menghadap tahta pengadilan Allah. Pada saat itu, ketika Allah melihat kita, apakah Ia melihat diri Yesus? Pada saat kita bertobat dan menerima Yesus sebagai Juruselamat kita, kita akan menerima hidup kekal di sorga kelak. Namun sementara kita masih hidup di dunia yang penuh dosa ini, kita dituntut untuk semakin hari hidup semakin serupa Kristus. Allah akan mengisi hidup kita dengan Roh-Nya yang akan memberikan kekuatan pada kita untuk hidup kudus serupa Kristus. Itu bukanlah hal yang terjadi dengan sekejap mata, namun harus melalui proses jatuh bangun sepanjang hidup kita, sampai kita menjadi serupa Kristus, sehingga pada saat kita bertemu muka dengan Tuhan kelak, Ia akan melihat Kristus pada diri kita. Salah satu hal yang dikhawatirkan para lansia adalah saat mereka bertemu Tuhan kelak. Karena itu, hidupilah semakin hari semakin serupa Kristus.

WAJAH ALLAH AKAN BERSERI SAAT IA MELIHAT KITA HIDUP SERUPA KRISTUS

MINGGU KE-2 OKTOBER 2025
IDENTITAS SEBAGAI HADIAH

BACAAN ALKITAB: Galatia 2:19-20

Sangat sulit bagi kita untuk mengerti berkat yang diberikan hidup Yesus di dalam diri kita. Kita tidaklah kudus, tetapi karena Kristus Yesus hidup di dalam kita, kita menjadi kudus dan diri kita tidaklah hidup lagi. Kita tidak dapat menghasilkan buah karena kita adalah cabang-cabang yang mati, tetapi karena Dia adalah Pokok Anggur yang hidup, kita yang hidup di dalam-Nya, meskipun telah mati, akan berbuah. Meski tidak dapat melihat gunung yang menjulang tinggi di siang bolong, kita dapat melihat Allah di tempat yang Maha Tinggi, karena Kristus akan memimpin kita langsung kepada-Nya. Dia memenuhi hukum Taurat untuk kita, Dia membayar harga untuk kita. Dia mati bagi kita. Dan sekarang, Dia bangkit untuk hidup bagi kita, dan bahkan di dalam kita.

Kristus di dalam kita. Ini seperti pencurian identitas diri Sang Ilahi, tetapi sesungguhnya ini diberikan dengan cuma-cuma kepada kita, bukan kita curi. Kita mungkin pernah mendengar tentang orang-orang jahat yang mencuri nomor Identitas Diri, mengisi cek kosong, dan memohon kartu kredit menggunakan nama orang lain. Kita seperti mereka di dalam menggunakan nama Yesus, patut dihukum. Tetapi karena satu tindakan Allah, yaitu membuat Kristus menggantikan diri kita, kita sekarang ada dalam Dia. Kita memiliki nama-Nya. Nomor ID-Nya adalah satu-satunya nomor yang dikenal Allah, dan Dia telah memberikannya kepada kita. Kita kini berada di dalam keluarga Allah, seolah-olah Allah berkata: "Ini, nih, identitas Putra-Ku.

Gunakanlah. Hiduplah di dalam-Nya. Engkau tidak akan pernah dituntut karenanya. Ini adalah hadiah. Belaskasihan mengatakan ini adalah milikmu."

Betapa luar biasanya Allah. Betapa mengagumkannya Juruselamat kita. Betapa menghiburnya janji-Nya. Kita seperti orang yang telah bangkrut, dan nilai kita di hadapan Allah tidaklah baik. Kita mempunyai hutang yang tak mungkin terbayarkan kepada Sang Pemberi Pinjaman yang kekal. Namun demikian, Allah tidak menuntut kita membayar hutang kita yang tak akan pernah dapat terbayarkan. Dia juga tidak menghukum kita atas pelanggaran-pelanggaran kita yang membuat kita sebenarnya tidak akan pernah bertahan hidup. Dia mengampuni kita. Merobek surat hutang kita. Menghapus nama kita di buku pelanggaran-Nya, dan menggantikannya dengan nama Putra-Nya. Kita pasti mengenal Putra-Nya, Dia yang sempurna, tak bercacat cela. Identitas diri-Nya adalah milik kita.

AYAT MAS:

"Namun aku hidup, tetapi bukan lagi aku sendiri yang hidup, melainkan Kristus yang hidup di dalam aku. Dan hidupku yang kuhidupi sekarang di dalam daging, adalah hidup oleh iman dalam Anak Allah yang telah mengasihi aku dan menyerahkan diri-Nya untuk aku."

Galatia 2:20

BAGAIMANAKAH DENGAN ANDA? Banyak orang yang meskipun sudah percaya Kristus masih merasa was-was saat mereka menghadapi ajal. Janganlah kuatir, saat kita menerima keselamatan kita, kita menjadi milik Kristus. Ia hidup di dalam kita. Semua pelanggaran kita Dia tanggung atas Diri-Nya agar kita dapat masuk ke dalam kerajaan-Nya tanpa cacat dan cela. Kita bukan diri kita lagi, tetapi milik Kristus, sepenuhnya di bawah kontrol-Nya.

SEBAGAI MILIK KRISTUS, RUMAH ALLAH BAPA TERBUKA MENYAMBUT KITA PULANG

DIPANGGIL UNTUK MENJADI PENGHIBUR

BACAAN ALKITAB: Pengkhotbah 4:1-3

Hikmat Salomo di dalam Kitab Pengkhotbah merupakan penilaian yang tajam dan pahit akan kehidupan “di bawah matahari” (1:3). Ini tidak memperhitungkan campur tangan Allah yang menyelamatkan, yang memberi tujuan kepada semua hal. Tidak! Ini adalah bentuk kehidupan dengan Allah nun jauh di sana. Di dalam gambaran ini, “semua adalah sia-sia”. Karena itu, ketika sang guru melihat mereka yang tertindas - para janda, anak yatim piatu, dan para tawanan di semua masyarakat dari segala masa - ia tidak melihat seorang penghibur pun. Tidak ada orang yang membela mereka.

Allah juga melihat situasi yang sama. Kita diberi tahu bahwa Ia adalah “Bapa bagi anak yatim dan Pelindung bagi para janda” (Mzm 68:6). Tetapi terlebih dari itu, Dia senantiasa memanggil umat-Nya untuk memperhatikan mereka yang membutuhkan. Umat Allah tidaklah boleh menjadi penindas, tetapi harus senantiasa memihak mereka yang tertindas. Kita harus bekerja untuk keadilan mereka, berkorban untuk kesejahteraan mereka, dan menyediakan apa yang mereka perlukan. Kita mungkin memiliki bermacam-macam filsafat berdasarkan politik, sosial, atau spiritual mengenai bagaimana menyelesaikan hal ini, dan mungkin kita berargumentasi mengenai institusi mana yang paling tepat untuk memenuhi kebu-

tuhan-kebutuhan mereka. Namun ada satu prinsip Alkitab yang tidak dapat kita perdebatkan jika kita percaya pada Firman Allah, yaitu, adalah tugas kita untuk menunjukkan perasaan Allah kepada mereka yang membutuhkan.

Ingatlah akan perintah-perintah Allah. Di dalam Hukum Musa, Allah senantiasa menyediakan kebutuhan para janda, anak yatim, dan orang-orang lainnya yang membutuhkan. Kitab Amsal memberitahukan kita bahwa “siapa yang menindas orang yang lemah, menghina Penciptanya” (14:31), dan Allah tidak akan menjawab doa-doa mereka yang menelantarkan yang miskin/lemah (21:13). Tuhan tidak hanya memperhatikan mereka yang membutuhkan di dalam Perjanjian Lama, Kitab Yakobus pun mengatakan: “*Ibadah yang murni dan yang tak bercacat di hadapan Allah, Bapa kita, ialah mengunjungi yatim piatu dan janda-janda dalam kesusahan mereka*” (1:27).

AYAT MAS:

“Lagi aku melihat segala penindasan yang terjadi di bawah matahari, dan lihatlah, air mata orang-orang yang ditindas dan tak ada yang menghibur mereka.”

Pengkhotbah 4:1

BAGAIMANAKAH DENGAN ANDA? Kebanyakan para lansia merasa hidup mereka tak ada gunanya lagi. Itu adalah pemikiran yang sangat salah. Ada satu tugas yang dapat dilakukan para lansia, yang mungkin enggan dilakukan oleh mereka yang masih ‘segar dan kuat’, yaitu memperhatikan mereka yang membutuhkan perhatian dari sesama manusia, mereka yang ‘dijauhi’ orang, seperti para janda, orang miskin papa, para penyintas penyakit terminal, bahkan para narapidana. Para lansia dapat mengunjungi mereka secara berkala dan mendoakan mereka.

MEMPERHATIKAN MEREKA YANG MEMBUTUHKAN ADALAH IBADAH YANG SEJATI

RASA PUAS

BACAAN ALKITAB: Amsal 27:20; Pengkhotbah 6:7

Kita pasti pernah mendengar seorang anak berjanji demikian kepada orang tuanya: "Belikan saya ini, dan saya janji tidak akan minta yang lainnya." Ini janji kosong belaka, dan setiap orang tua tahu akan hal ini. Dan setiap orang Kristen pernah berdoa demikian kepada Allah: "Kabulkanlah permohonan saya ini, dan saya janji, saya akan merasa puas." Ini juga janji yang kosong. Allah tahu isi hati kita. Selalu menginginkan dan tidak pernah merasa puas adalah natur manusia. Kita semua mempunyai suatu cita-cita di dalam hidup kita, dan berpikir kita akan merasa bahagia jika cita-cita itu tercapai. Namun faktanya tidaklah demikian. Setelah pekerjaan yang kita inginkan kita peroleh, datang keinginan membeli rumah. Setelah itu tercapai, datang keinginan membeli mobil. Setelah ada mobil, datang keinginan untuk berumah tangga. Dan seterusnya. Begitu apa yang kita inginkan tercapai, kita akan mulai memasang target berikutnya.

Apapun alasan dari keinginan kita, kita paling sedikit tahu penyebab dari rasa ketidakpuasan kita: jauh di lubuk hari kita ada sesuatu yang hilang. Kita sangat meng-

inginkan tahu lebih lagi akan makna dan tujuan dari hidup kita, dan juga hasilnya. Kita hendaknya bersyukur kepada Allah karena telah menciptakan kita seperti ini. Ini adalah desain-Nya agar kita menginginkan hidup yang berbuah dan hubungan dengan Allah yang senantiasa bertumbuh. Namun sayang, dosa telah merusak desain ini. Yang malah kita inginkan adalah harta milik, orang-orang, tempat-tempat, dan kepentingan diri sendiri. Bukannya membiarkan rasa ketidakpuasan yang diperkenan Allah mendorong kita mendekati Allah dan Kerajaan-Nya, kita malah membiarkan ketidakpuasan kita yang tiada ujungnya mendorong kita ke arah memenuhi keinginan kita dengan cara-cara yang tidak kudus. Kita mencari kebahagiaan hidup di tempat-tempat yang salah.

AYAT MAS:

"Dunia orang mati dan kebinasaan tak akan puas, demikianlah mata manusia tak akan puas."

Amsal 27:20

BAGAIMANAKAH DENGAN ANDA? Apa yang dikatakan Amsal benar adanya. Mata manusia tidak akan pernah merasa puas, namun hubungan dengan Allah yang semakin hari semakin matang akan memancarkan terang ke atas rasa tidak puas kita, dan juga akan membalikkan kita ke arah hal-hal yang sungguh akan membuat kita puas. Kita akan merasa bahwa sebenarnya kita dapat merasa puas dengan hal-hal dunia dan tetap berkeinginan untuk hidup dekat kepada Tuhan. Semakin suntuk usia kita, semakin kita perlu mendekatkan diri kepada Allah, karena ketika suatu hari kelak kita harus kembali kepada Pencipta kita, apa yang kita peroleh dan capai di dalam hidup kita di dunia ini akan sia-sia adanya, namun hubungan kita yang semakin dekat dengan Tuhan akan membuat kita sangat menginginkan kembali ke rumah-Nya, tinggal bersama-Nya selama-lamanya. Itulah yang perlu kita pupuk di hari tua kita: hubungan kita dengan Pencipta kita. Itu akan membuat kita merasa terpuaskan yang sebenarnya.

HANYA TUHAN YANG DAPAT MEMBERIKAN KITA KEPUASAN

HIKMAT ALLAH

BACAAN ALKITAB: Yakobus 1:2-7

Mengapa untuk memperoleh hikmat kita harus melalui suatu proses? Mengapa Allah tidak memberikannya saja secara langsung? Jawabannya: karena memohon hikmat-Nya dan menerimanya akan membawa kita ke dalam hubungan dengan Dia. Hikmat yang kita terima bukanlah informasi yang dibagikan begitu saja, melainkan karakter yang harus dipelajari. Kita perhatikan dengan seksama siapa Dia dan belajar untuk menjadi seperti Dia. Kita akan mengenal-Nya dengan lebih baik selama proses ini. Hikmat-Nya sudah tersedia, tetapi kita harus memohonnya.

Pernahkah kita mengalami diri kita memerlukan pimpinan di dalam suatu situasi tertentu? Biasanya kecenderungan kita adalah berdoa memohon petunjuk Tuhan. Namun Allah mempunyai cara yang lebih baik. Berdoalah memohon hikmat, dan petunjuk akan menjadi jelas. Jika kita berdoa hanya memohon petunjuk, Allah hanya akan menjawabnya dengan memberikan kita informasi. Tetapi jika kita berdoa memohon hikmat, Allah akan menjawabnya dengan memberikan kita pikiran-Nya.

Kita cenderung memohon Allah memberikan kita hikmat hanya ketika kita menemui kesulitan. Ayat mas kali ini menunjukkan proses yang terus-menerus, bukan sekedar permohonan di saat kita butuh. Janganlah kita memohon hikmat hanya saat kita menemui jalan buntu, melainkan hendaknya kita memohon hikmat setiap hari, karena kita bisa menemui jalan buntu setiap saat. Hikmat Allah seringkali diberikan sebelum kita memohonnya dan itu lebih dari sekedar instruksi untuk jalan yang harus diambil, tetapi itu adalah pelatihan bagaimana kita harus menjalani hidup.

AYAT MAS:

“Tetapi apabila diantara kamu ada yang kekurangan hikmat, hendaklah ia memintakannya kepada Allah, - yang memberikan kepada kepada semua orang dengan murah hati dan dengan tidak membangkit-bangkit - maka hal itu akan diberikan kepadanya.”

Yakobus 1:5

BAGAIMANAKAH DENGAN ANDA? Apakah anda memerlukan arah? Pimpinan? Hikmat dari atas? Langkah yang paling penting, yang seringkali dilupakan orang, adalah memohonnya kepada Allah. Betapa seringnya kita berusaha keras sendiri, mengikhtiarkan berbagai-bagai cara kita sendiri saat kita menemui suatu kesulitan. Betapa seringnya juga kita meminta nasehat dari orang lain sebelum kita bertanya pada Allah. Mintalah hikmat kepada-Nya sekarang. Mintalah sesering mungkin. Buatlah meminta hikmat bagian dari hidup kita. Janganlah menunggu sampai kesulitan datang. Pelajarilah hikmat Allah sekarang. Ia menawarkannya dengan murah hati. Bagi para lansia, janganlah berpikir usia anda telah membuat anda menjadi orang yang berhikmat karena telah banyak ‘makan garam dunia’. Hikmat dunia adalah kebodohan di mata Allah. Mintalah hikmat Allah senantiasa sampai kita menghadap Dia. Itu akan membuat anda menjadi orang tua yang bijak.

**MOHONLAH HIKMAT ALLAH SETIAP SAAT,
KARENA ITU AKAN MEMBUAT KITA MENJADI ORANG YANG BIJAK**

KASIH YANG SINGGUH

BACAAN ALKITAB: Roma 12:9-13

Yesus memerintahkan kita untuk saling mengasih. Kasih adalah karakteristik yang menjadi ciri khas komunitas Kristen. Yesus menyebutnya sebagai "perintah yang baru", dan berkata bahwa ini akan membedakan kita dari orang lain sebagai pengikut-Nya (Yoh 13:34-35). Dia tidak memberikan perintah ini kepada kita sebagai suatu pilihan, tetapi merupakan suatu perintah. Ketaatan menuntut kita untuk mengasih Di dan juga orang lain.

Karena saling mengasih adalah perintah dari Tuhan kita, kita biasaya berusaha menunjukkan kasih, atau sedikitnya kelihatannya seperti mempunyai kasih. Bahkan saat kita merasakan pahit di dalam hati kita terhadap seseorang, kita tetap memaksakan tersenyum dan menunjukkan kehangatan di muka kita. Kata-kata yang keluar dari mulut kita tidak selalu sesuai dengan perasaan hati kita. Kita menunjukkan kasih karena kita tahu kita diharapkan berbuat demikian meskipun kita sendiri tidak merasakan kasih itu. Ini adalah masalah besar.

Yang mana kasih yang sebenarnya? Ketika Rasul Paulus menyuruh kita saling mengasih dengan sungguh hati, apakah dia sungguh mengharapkan perasaan kita sejalan dengan ketaatan kita? Apakah tindakan mengasih sama dengan hidup penuh kasih? Tindakan

mengasih hanyalah awalnya saja, dan kita tidak boleh puas dengan itu. Perasaan kita dapat berubah, khususnya kalau kita tersinggung atau merasa diabaikan. Dalam kasus demikian, kita dapat sedikitnya bertindak seperti apa yang Tuhan inginkan kita lakukan, berusaha menunjukkan kasih. Tetapi kita tidak boleh berhenti di sana. Kita harus senantiasa menjaga hati kita, karena dari sana semua tindakan kita berasal. Pada suatu saat, ketaatan harus menyertai kesungguhan hati. Kalau tidak, kita tidak akan dapat menjadi dekat kepada karakter Allah.

Pikirkanlah, apakah Allah mengasih kita dengan terpaksa? Apakah Dia berkata: "Karena engkau telah melakukan dosa begitu banyak, Aku tidak mempunyai perasaan yang kuat padamu. Tetapi sesuai dengan janji-Ku, Aku akan berusaha memperlakukan kamu dengan kasih"? Tentu saja tidak. Tidak ada kontradiksi pada sikap Allah. Setidaknya, tidak ada kepura-puraan di dalam Diri-Nya. Kasih-Nya adalah sungguh, paling otentik. Kasih kita pun hendaknya seperti itu.

AYAT MAS:

"Hendaklah kasih itu jangan pura-pura! Jauhilah yang jahat dan lakukanlah yang baik."

Roma 12:9

BAGAIMANAKAH DENGAN ANDA? Bagaimanakah kita dapat menjalankan perintah Tuhan kita ini? Sungguh sulit mengasih orang dengan setulus hati, terlebih lagi jika orang itu tidak kita sukai, bahkan adalah seteru kita! Natur manusia yang telah jatuh dalam dosa dan menjadi rusak tidak akan dapat memenuhi perintah Tuhan itu. Hanya kekuatan supranatural yang dapat melaksanakannya. Jika kita memohon Tuhan tinggal di dalam kita, maka Roh-Nya akan memungkinkan kita menjalankan perintah Tuhan ini. Bagi para lansia, untuk menjadi orang tua yang disenangi semua, baik tua maupun muda, hendaklah anda memiliki kasih yang demikian.

HANYA KASIH ALLAH YANG DAPAT MEMAMPUKAN KITA MENGASIH ORANG LAIN

KEBAIKAN

BACAAN ALKITAB: Amsal 11:7; Kosole 3:12

Kebaikan didefinisikan sebagai sikap atau tindakan yang memberikan orang lain keuntungan. Sikap ini ditujukan pada orang lain, dinikmati oleh orang lain, dan membangun orang lain. Kejahatan juga didefinisikan sebagai sesuatu yang ditujukan pada orang lain. Namun ayat mas kali ini tidak fokus pada efek dari kebaikan (atau kekurangan) kita pada orang lain, melainkan hasilnya bagi diri kita sendiri.

Kebaikan akan membangun mereka yang suka membangun orang lain. Orang yang jahat berusaha mengangkat dirinya sendiri dengan menjahati orang lain, tetapi cara mereka malah menjadi bumerang bagi diri mereka sendiri. Menjahati orang lain akan lambat laun menyebabkan masalah bagi orang yang jahat. Demikian juga, kebaikan hati akan lambat laun kembali kepada orang yang baik. Orang yang menolong orang lain akan menolong diri mereka sendiri juga.

Tetapi kita harus berhati-hati dalam mendefinisikan kebaikan hati. Kebaikan yang sejati akan membuat seseorang berkata-kata dengan

benar di dalam kasih (Ef 4:15). Tidak seorangpun akan menanyakan kebaikan hati Yesus, kecuali mereka yang suka memutarbalikkan kebenaran dan keadilan. Orang yang bijak akan menerima apa yang ditulis Daud dalam Mazmur 141:5, *"Biarlah orang benar memalu dan menghukum aku, itulah kasih; tetapi janganlah minyak orang fasik menghiasi kapalaku!"* Kebaikan adalah usaha yang sengaja dilakukan untuk kebaikan orang lain.

AYAT MAS:

"Pengharapan orang fasik gagal pada kematiannya, dan harapan orang jahat menjadi sia-sia."

Amsal 11:7

BAGAIMANAKAH DENGAN ANDA? Apakah orang-orang tidak baik terhadap anda? Jika anda merasakan demikian, ada kemungkinan alasannya ada pada diri anda sendiri. Bukan anda tidak layak akan kebaikan orang lain, melainkan mungkin anda tidak berusaha berbuat baik terhadap orang lain. Orang akan menuai apa yang ia tabur. Jika kita menabur kebaikan, kita pun akan menuai kebaikan. Jika kita tidak menabur kebaikan, pastilah kita pun tidak akan mendapatkan kebaikan dari orang lain. Mungkin juga orang menerima kebaikan kita begitu saja, tanpa rasa terima kasih, tetapi tidak demikian dengan Allah. Ada pepatah mengatakan bahwa Allah menolong mereka yang menolong orang lain. Jika kita berbuat baik kepada orang lain, kita akan mendapatkan keuntungannya, orang pun tidak segan berbuat baik kepada kita. Karena itu, janganlah merasa enggan berbuat baik bagi orang lain. Bagi kaum lansia, janganlah berpikir orang harus berbuat baik kepada anda karena usia anda. Itu tidak ada bedanya dengan mengasihani anda karena ketidakberdayaan anda. Tetapi hendaklah anda disukai dan dikasihani orang karena perbuatan baik anda kepada orang lain.

**BERBUAT BAIK ADALAH PERINTAH TUHAN
YANG MEMBERIKAN KEUNTUNGAN PADA ORANG YANG MELAKUKANNYA**

MINGGU KE-4 NOVEMBER 2025

ALLAH YANG MEMAHAMI

BACAAN ALKITAB: Mazmur 51:1-8

Mazmur pengakuan dosa dari Daud berisi pengakuan akan salah satu keinginan Allah yang terbesar dari manusia: integritas - sifat jujur dan dapat dipercaya. Daud, “orang yang berkenan di hati Allah”, raja Israel yang disukai Allah, yang menulis banyak pujian yang paling indah di dalam Alkitab, sadar akan keinkonsistensian dirinya. Namun demikian, ia dengan segenap hati mencari Allah dan menyatakan ketulusan hatinya dalam kesempatan-kesempatan yang berbeda. Ada jurang pemisah yang besar antara kepercayaan yang dinyatakannya dan kondisi hatinya. Dia telah menemukan di dalam dirinya apa yang kita semua harus temukan: Allah menghendaki kebenaran dan hikmat-Nya mencapai inti hati kita, tidak sekedar menghiasi ekspresi luar kita.

Tuhan menunjukkannya dengan jelas, pertama-tama melalui Hukum-Nya dan para nabi-Nya, kemudian melalui Yesus, bahwa Ia tidak dapat menolerir kemunafikan. Ini adalah salah satu dosa terburuk di dalam Alkitab. Mereka yang mengeluarkan kata-kata saleh di depan umum dan menyembunyikan sifat buruk dirinya ada berada jauh dari Allah.

Dosa Daud tidaklah meniadakan pengabdian dan kesetiannya kepada Tuhan. Demikian juga dosa kita tidak akan menyebabkan pengabdian dan kesetiaan kita tak dipandang Tuhan. Namun ini mencerminkan betapa dalamnya Firman Allah telah menembus hati kita. Sebaliknya, jika hikmat-Nya tidak mencapai bagian terdalam dari hidup kita, Roh Kudus tidak akan mengubah hidup kita, dan kita akan hidup seperti orang Farisi di zaman Yesus: ahli dalam Firman tetapi tidak memiliki kuasa Firman. ini menunjukkan betapa munafiknya kita. Mulut kita berbicara dengan saleh, tetapi hati kita tidak menginginkannya.

AYAT MAS:

“Sesungguhnya, Engkau berkenan akan kebenaran dalam batin, dan dengan diam-diam Engkau memberitahukan hikmat kepadaku.”

Mazmur 51:8

BAGAIMANAKAH DENGAN ANDA? Tidak satupun dari kita sempurna di dalam integritas kita. Kita semua memiliki keinkonsistensian. Namun keinkonsistensian itu dengan perlahan akan hilang jika kita bertumbuh di dalam kekuatan Roh Allah. Ujilah diri anda dengan sering. Apakah apa yang anda katakan mencerminkan isi hati anda? Seperti Daud, kita harus tahu bahwa Allah sangat merindukan kekonsistensian kita. Kita hendaknya merefleksikan Dia dari dalam hati kita. Bagi para lansia, meskipun hidup anda telah sampai ke titik penghujung, anda tetap harus menjaga integritas diri anda. Tidak ada alasan usia suntuk, kelemahan fisik, daya pikir yang berkurang, membuat anda layak dimaafkan jika hidup anda tidak berintegritas. Jika kita hidup dekat kepada-Nya melalui membaca firman dan bersekutu dengan-Nya secara konsisten, niscaya Tuhan melalui Roh Kudus akan memberikan kita kekuatan untuk tetap hidup berintegritas.

ALLAH MELIHAT ISI HATI KITA; DIA TIDAK DAPAT DIBODOHI OLEH EKSPRESI LUAR KITA

MENGHARGAI USIA INDAH

Pendahuluan

Kali ini tema sensitif tentang USINDA (Usia Indah). Ini suatu istilah metafora untuk orang berumur "lansia" atau "manula" atau "senja". Saya merasa bahasan ini sebagai sesuatu yang menyakitkan, bahkan dapat membuat kita sedih, takut dan marah. Fakta menua terkait juga kematian, sehingga budaya kita sering melarang atau pantang atau tabu membicarakannya. Tetapi ini realita yang harus kita hadapi, menerima keputusan Allah di kekekalan yang sempurna. Pengkhotbah pernah mengutarakan tentang "hari meninggal dunia sebagai menuju dunia orang mati". Frasa ini seram dan gelap terdengar bagi kita yang masih hidup, tetapi bagi yang meninggal tidak lagi terasa apa-apa.

Manula, Lansia, Usinda, Usia Senja

Sebenarnya, lanjut usia, usia senja, atau usia indah hanyalah permainan kata-kata saja, seperti pelembutan namun maknanya sangat kuat. Pengaruh psikologi, politik dan sosiologi sangat kental memengaruhinya. Dulu orang tua, kakek nenek atau ibu bapa kita yang sudah di atas 60 tahun disebut orang tua dalam arti yang sesungguhnya, "*the old man*", orang yang tertua, ditua-

kan, manula (manusia usia lanjut), atau lansia (lanjut usia). Namun istilah ini semuanya kini ditolak para penyangkal realita dan sekarang dikatakan sebagai usia senja.

Usia senja adalah penyebutan orang tua yang dianggap sudah redup seperti matahari yang mau tenggelam di ufuk barat menyambut malam. Usia indah adalah konteks penyebutan gerejawi. Kelihatannya orang Kristen lebih memakai istilah usia indah (usinda) berdasarkan pernyataan Alkitab dalam Amsal 20:29, "*Hiasan orang muda adalah kekuatannya, dan keindahan orang tua adalah uban*", juga Amsal 16:31, "*Rambut putih adalah mahkota yang indah...*" Sebutan "keindahan" dalam terjemahan Inggrisnya "*the beauty*" (ASV), dan terjemahan lain yang lebih lama memakai kata "*the glory*" (KJV). Kedua kata ini dalam dunia peradaban manusia menunjukkan sifat yang lebih hikmat, lebih sabar, lebih tenang dan lebih damai walau faktanya terlihat mata lebih lambat bahkan lamban. Ini semua menunjukkan kebajikan imani, bukan sekedar usia.

Kita memberi istilah "usia indah" dengan gambaran di mana seharusnya mereka yang sudah lanjut duduk-duduk bercerita dan membanggakan pengalaman masa

mudanya, bercengkerama dengan orang seusianya, mungkin juga bermain bersama cucu. Namun realitanya banyak dari mereka yang masih harus bekerja menghidupi diri seperti mencari kayu bakar, berjualan, bertani dan sebagainya.

Alkitab berkata, *"Masa hidup kami 70 tahun dan jika kami kuat, 80 tahun, dan kebanggaannya adalah kesukaran dan penderitaan; sebab berlalunya buru-buru dan kami melayang lenyap"* (Mzm 90:10), dan dilanjutkan ayat 12, *"Ajarlah kami menghitung hari-hari kami sedemikian, hingga kami mempunyai hati yang bijaksana."* Di sini, menghitung hari menjadi sangat penting, bukan secara literal, tetapi secara metafora, bahwa kehidupan ini harus diwaspadai.

Merenungi ayat di atas, bahwa usia kita 70 tahun kalau panjang, 80 tahun, dan di dalam khotbah disebutkan sebagai bonus kalau mencapai 85 tahun. Artinya, seolah-olah 5 tahun adalah bonus dari Allah yang menambahkan dari ketetapan awalnya. Ini pendapat yang keliru, karena umur kita dan cara kita matipun Allah sudah tahu, Dia menetapkannya secara pasti dan sempurna.

Dalam kitab Ayub 12:12 dikatakan, *"Konon hikmat ada pada orang yang tua dan pengertian pada yang lanjut umurnya."* Mungkin secara fisik fungsi otak lansia sudah merosot sampai hilang ingatan (hilang akal dalam ay 20). Walau demikian, Yesaya sangat indah menggambarkan kebaikan Allah dalam pemeliharaan-Nya kepada umat-Nya kaum lanjut usia:

"Sampai masa tuamu Aku tetap Dia dan sampai masa putih rambutmu Aku menggendong kamu. Aku telah melakukannya dan mau menanggung kamu terus; Aku mau memikul kamu dan meyelamatkan kamu" (46:4).

Waktu yang berjalan membuat manula semakin bijak, pasrah, dan tidak takut mati lagi. Alangkah baiknya mereka semakin mendekati diri kepada Tuhan Sang Penebus dan Pemeliharanya. Di sinilah berkat usia sisa itu dikatakan "indah".

Fakta Hidup Alamiah

Waktu kecil, saya pernah membaca buku fiksi tentang negeri Shangri-La, suatu daerah antah berantah di wilayah Himalaya yang dapat menahan laju penuaan sampai ratusan tahun. Umur bisa bertambah, namun penuaan tidak terjadi selama berada di daerah tersebut. Konon ada ramuan awet muda yang berfungsi menahan penuaan walau umur tidak bisa ditahan.

Faktanya, segala sesuatu yang hidup (makhluk atau barang) ada masa waktunya, masa selesai dan mati. Penuaan tidak terhindari, bahkan datangnya secepat kilat dan tiba-tiba saja kita sudah tua di atas 60 tahun. Ini peringatan bagi orang muda untuk tidak santai berleha-leha seakan-akan umurnya masih panjang, karena kematian itu dapat datang kapan saja, tergantung keputusan Tuhan.

Waktu anak-anak, umur 60 tahun mungkin kita cap tua, umur 65 tahun dianggap usia pensiun yang baik, tetapi sekarang usia kita mungkin sudah 70 tahun namun masih mau

berkarya walau sudah jauh merosot dan sebenarnya tidak produktif lagi dalam pekerjaan (*job*) selain memberi nasehat profesional sambil menikmati sisa hidup yang diberikan Tuhan.

Sekarang badan dunia WHO menetapkan masa memasuki umur tua adalah 75 tahun, mungkin kalau di negara Barat mereka masih lebih kuat, sementara di negara yang kurang maju, kategorinya mungkin 60 tahun, paling tinggi 65 tahun.

Kita banyak mengalami fenomena dan gejala penuaan yang tak disadari dalam proses normal alamiah, dan juga gejala penuaan yang sering kita vonis sebagai sakit-penyakit. Berikut akan saya bagikan beberapa WA dari grup SMA saya sehubungan dengan usia tua: 1) "Kehilangan ingatan" bukanlah penyakit Alzheimer, melainkan mekanisme pelindung otak saat tua. Otak yang menua, bukan selalu penyakit demensia; 2) "Berjalan lambat dan kaki tidak stabil" bukanlah kelumpuhan, tetapi degradasi otot, jadi tetaplah bergerak; 3) "Tidak bisa tidur" bukanlah insomnia, melainkan penyesuaian ritme otak menyebabkan perubahan "struktur tidur", mulailah berjemur di sinar matahari siang secara teratur; 4) "Sakit di sekujur tubuh" bukanlah rematik, melainkan reaksi normal penuaan saraf, tulang melemah karena menipis. Itu semua hanya sinyal kita memasuki manula, masa usia lanjut saja, namun kita harus memeriksakan medis secara rutin dan berjalan santai di bawah matahari pagi, makan baik dan berbicara dengan keluarga. Jangan merasa takut

akan sakit, tua, dan kematian. Hindari iklan yang menipu, termasuk iklan religius.

Khayalan Seorang Muda

Menjadi tua dan merosot secara fisik lalu meninggal adalah hukum alam, tidak terkecuali di negeri Shangri-La. Jangan toleran dan terjebak dalam harapan dan keinginan yang tidak realistis akan hidup selamanya, seperti yang dilirikkan lagu "Forever Young" yang populer pada masa muda saya dan sampai saat ini masih diperdengarkan di medsos, yang menyatakan keinginan untuk tetap muda selamanya.

Kadang kita tidak sadar mengikuti pola pikir anti realita ini, mengkhayalkan keindahan hidup muda. Imajinasi kita ingin terus hidup dan muda seperti di negeri khayal, padahal kalau umur kita kepanjangan pun akan menyusahkan diri sendiri. Kita harus mempersiapkan diri menghadapi hari tua, bahkan titik terminal setelah tua. Kita tahu umur, hidup, masa lalu, tubuh-j jiwa, sakit-penyakit, keturunan kita ada di tangan Allah Sang Pencipta dan Penyelamat. Kita hendaknya menyambut kematian sebagai hari yang bahagia. Kita tidak usah takut akan kematian karena di dalam Kristus ada hidup, hidup sorgawi yang mengatasi hidup bumiawi dan duniawi kita. Jika kita di dalam Kristus, Ia akan membuka pintu sorga dan tidak akan menutupnya kembali bagi kita.

Kisah Sedih Orang Tua

Kita mungkin pernah menonton video AI mengenai kisah tragis Er-

nesto dalam lagu *I'm Still Waiting At The Door*. Lagu ini mengisahkan dan merefleksikan situasi dan kondisi seorang manusia usia senja yang di akhir hidupnya merasa ditinggal sendirian oleh anak-anak yang sudah dewasa dan menikah. Dia ingin membuat kenangan dalam lagu ini. Di bagian akhir lagu ini dikatakan: "*I don't need much, just one more day, to hear you call, to hear you say...*" (Saya tidak ingin banyak, hanya satu hari lagi saja, mendengar engkau memanggil, mendengar engkau berkata...)

Perjalanan Musafir sampai Finish

Kita hanya pendatang dan perantau di dunia ini, sebagai seorang Kristen yang teraniaya dan tertekan, yang hanya melintas. Kita warga dunia yang ditaruh Allah sebagai surat yang terbaca orang lain dan sebagai utusan Allah akan Injil kebenaran, seperti dicatat dalam Alkitab bahwa kita adalah orang asing dan pendatang di bumi ini (Ibr 11:13), tepatnya musafir yang melintasi perjalanan hidup. Semua akan ditinggalkan di bumi dan tidak dibawa ke Firdaus, di mana kita akan hidup dalam kehidupan baru yang rohani dengan tubuh imaterial. Tidak seperti kehidupan berat di dunia ini yang penuh dengan tuntutan, pamer, kebanggaan, kesusahan, sakit-penyakit, kita akan hidup di alam sorgawi yang disebut "Firdaus" yang setara dengan "pangkuan Abraham". Ini bukan sekadar penghiburan bagi orang yang teraniaya oleh musuh Kristus, tetapi harapan setelah hidup di dunia yang sementara ini dalam menghadapi kematian sebagai orang yang sudah

tua. Ini sesuatu yang indah, bukan saja usianya, terlebih lagi indah harapannya.

Keberanan yang menyedihkan sebagai orang lanjut usia harus kita hadapi. Setelah kita mati dan dikubur dan keluarga mengadakan jamuan makan, selesailah semuanya, dan seminggu kemudian sudah tidak diingat lagi, karena anak-anak punya kehidupannya sendiri yang mungkin tidak kalah getirnya. Hanya saat kematian kita dapat mengumpulkan mereka.

Memang sangat sedih melihat hal ini. Pengkhotbah melihatnya sebagai kesia-siaan hidup, itu kalau kita tidak mengenal Allah. Namun Kristus adalah pengharapan yang setia. Dia tidak mengharapkan kesempurnaan rohani dan kedewasaan iman yang hanya akan menjadi kepongahan manusia.

Keinginan Hidup Abadi Manusia

Saya membaca buku yang sudah lama mengenai sisa hidup dan menghadapi kematian secara bermartabat dalam *Appointment with Death* (1972). Ini adalah buku Kristen tanpa mencantumkan lokasi ayat Alkitab. Pada pasal akhir bukunya si penulis memberi judul "*I Want to live*". Ia mengungkapkan isi hatinya secara puitis, *I want to live, I don't want to die... life is good, even on dark days, life is still good. I do not want to let it go... life is uncertain. I know, but I still want to live* (Saya ingin hidup, saya tidak ingin mati ... hidup itu indah. Bahkan pada hari-hari gelap, hidup tetap indah. Saya tidak ingin melepaskannya ... hidup

itu tidak pasti. Saya tahu, tetapi saya tetap ingin hidup). Di tempat lain, si penulis bersaksi pernah menghadapi 'kematian' beberapa kali lewat serangan jantung dan pada bagian lainnya ia menyatakan bahwa umur melampaui akumulasi tahun dengan ukuran kualitatif bukan kuantitatif.

Memang, ada orang yang ingin muda terus seperti dilantunkan lagu "Forever Young". Jeritan hati demikian harus diprihatinkan karena kontra-realita. Namun masuk hati juga kalau ada orang ingin kembali ke masa mudanya. Ini bukan soal orang muda yang penuh vitalitas dan anak yang penuh dengan pengharapan masa depan. Ini adalah keinginan dan pengharapan orang tua untuk hidup lebih panjang, bahkan abadi. Berbahagialah orang yang siap menghadapi realita kematian di dalam Kristus. Walaupun agak takut, tapi janganlah kecut, karena kita akan berada di rumah Bapa.

Semoga kita tidak pesimis dalam hidup dan tidak juga terlalu optimis untuk tidak takut mati. Ini suatu agoni kehidupan orang yang sudah tua, khususnya orang yang sedang menua namun belum renta, tetap dapat menikmati keindahan hidup hari tua. Makanya gereja berdasarkan Alkitab menyebut usia ini "usia indah", seperti dikatakan Mazmur 92:14, "*Pada masa tua pun mereka masih berbuah menjadi gemuk dan segar.*"

Fakta penuaan tidak perlu selalu dianggap perubahan fisik alamiah sebagai sakit-penyakit, melainkan jalan normal yang harus dilalui. Secara alamiah, mengalami penurunan

fungsi fisik berimplikasi pada masalah mental psikis karena perasaan takut seorang tua sangat dominan, apalagi kalau terpengaruh iklan obat-obatan dan motivasi medsos yang giat melintas, yang ujung-ujungnya jualan obat, jamu, dan ngonten demi kerjaan rupiah. Orang tua yang fisiknya lemah perlu dibantu. Usia indah, atau manula, atau usia senja, sama saja pada realitanya hanya kata-kata penghiburan yang kosong yang cenderung menghindari kenyataan.

Life After Life

Kita mungkin pernah menonton film "*After Death*" atau ada variasinya "*Life after Death*" atau "*Life after Life*". Film ini dibuat berdasarkan penelitian empiris terhadap orang Amerika yang lolos dari saat kristis kematian bahkan dikatakan sudah mati hidup lagi. Orang medik menyebutnya "mati suri" dan kita menyebutnya "mukjizat."

Diceritakan, ribuan orang yang diwawancara menceritakan ada kehidupan lanjutan setelah roh kita terpisah dari tubuh jasmaniah. Ini menyanggah keraguan kita yang diprovokasi sekularisme selama ini, "Apakah ada kehidupan sesudah kematian?" Ternyata jawabannya "Ada!" Ada kehidupan sesudah kematian atau kehidupan setelah kehidupan ini yang diragukan oleh orang ateis. Singkatnya, ternyata ada kehidupan setelah kematian di dunia ini, kehidupan surgawi di Firdaus, di mana kita bersama-sama dengan hadirat Allah dengan kata lain "pangkuan Abraham" (Luk 16:22).

Salah Paham Eskatologis

Menjawab pertanyaan "Ada apa setelah kematian?", kita yang beriman akan hidup kembali di dalam kebangkitan non jasmaniah di alam maut (Why 20) yang disebut Firdaus, di mana kita akan menanti sampai Kristus datang kedua kalinya untuk membawa kita ke "langit baru dan bumi baru yang turun dari sorga" dan hidup sebagai ciptaan baru di hadapan hadirat Allah Bapa kita dan Kristus (Why 21). Di sini kata "baru" memakai *kainos*, artinya baru sama sekali, bukan *naos* yang berarti yang lama diperbaharui secara nampak fisik, seperti yang ditegaskan Paulus dalam I Korintus 15:52, "*Sebab Nafiri akan berbunyi dan orang-orang mati akan dibangkitkan dalam keadaan yang tidak dapat binasa dan kita semua akan diubah.*" Ini yang disebut dalam Matius sebagai *paligenesia* (*pali+genao*), suatu penciptaan kembali (9:28).

Kita memang akan bertemu dalam tubuh rohani dengan saudara-saudara dan teman-teman kita dalam saling mengenal seperti dulu karena tidak ada yang berubah dalam personalitas selain fisik, hanya tubuh imaterial ini tidak lagi berurusan secara sempit ala bumiawi yang terbatas pada hal-hal kategori antropologis, sosiologis, psikologis bahkan teologis. Kita akan saling mengenal pribadi per pribadi tanpa ikatan hubungan bumiawi yang saling berelasi secara sempit dalam panggilan bumiawi "papa!" "mama!" "nenek!" "mantan" dan sebagainya.

Happy D(eath) Day, Christian!

Kita merayakan kematian dalam pemahaman Kristosentris, di mana Dia sudah menebus hidup kita dari dosa ketika kita masih hidup di dunia, menjadikan kita orang Kristen, orang beriman dalam perspektif injili. Faktor lahir baru "dari atas" menjadi tanda penting seorang Kristen sejati. Artinya, bukan hanya keturunan agama nominal, karena keturunan kedua dan ketiga orang beriman bisa jadi hanya tinggal selongsong agama dengan ritualisme formal rutin. Karena itu, perlu adanya kebangkitan rohani secara berkala dalam gereja-gereja tradisional dan warga gereja harus berjumpa dengan Kristus secara pribadi demi pengampunan dosanya.

Penuaan adalah gejala diri yang wajar secara alamiah. Kebanyakan gejala penuaan tampak dalam sakit fisik. Pensiun dari kerja profesional adalah tanda awal masa tua, bukan selalu sakit fisik, karena sakit fisik milik semua orang, tua maupun muda. Waktu dan usia adalah misteri ilahi. Hanya Tuhan yang tahu, walau secara alamiah dikatakan alam punya jalannya sendiri. Kita biasa menghibur seseorang yang berduka dengan berkata, "sudah waktunya", namun waktu siapa? Allah atau alam? Jelasnya, waktu Allah melalui alam. Sayangnya, banyak yang tidak menyadari kedaulatan Allah karena hendak bebasnya sendiri.

Jadi, kematian bukanlah sesuatu yang asing dalam pikiran manusia, apalagi bagi manula. Semua orang akan mengalaminya, entah kapan. Namun yang paling menyedihkan adalah ketika seorang anak muda ma-

ti sebelum tua, yang dianggap belum waktunya. Sebagai orang tuanya, sangat sulit menerima fakta itu kalau tidak tunduk pada kedaulatan anugerah Allah.

Penutup

Selamat berusia indah bagi para manula! Ini suatu penghiburan ilahi. Kita sadar bahwa usia senja bukanlah hal asing dalam kehidupan, termasuk menghadapi kematian. Kematian adalah misteri ilahi, sama

dengan kehidupan juga. Tua atau muda harus mempersiapkan diri di dalam Kristus. Iman Kristen memahami kematian melampaui alam kubur. Ini suatu agoni yang sangat menakjubkan sekaligus mengharukan. Kita hendaknya pasrah pada kehendak-Nya yang berdaulat mutlak sebagai Pemelihara dan Penyelamat kita. Tentu orang beriman bukanlah orang yang berpura-pura tenang, karena roh dan jiwa kita ada di tangan Bapa Sorgawi yang Mahabaik itu.

Pdt. Togardo Sibirian



PENGUMUMAN

- Buletin EUANGELION edisi 211 (Desember'25-Januari'26) akan terbit pada tanggal 7 Desember 2025 dengan tema utama "**Pertobatan**". Yang berminat mengisi, harap memasukkan artikelnya selambat-lambatnya tanggal 10 November 2025.
- Buletin EUANGELION edisi 212 (Februari-Maret 2026) akan terbit pada tanggal 5 Februari 2026 dengan tema utama "**Hidup Baru**".
- Buletin EUANGELION dapat diunggah di website GII Hok Im Tong: www.hokimtong.org
- Bagi mereka yang membutuhkan edisi cetak buletin EUANGELION, silahkan menghubungi kantor GII Hok Im Tong Gardujadi atau Dago, atau memesannya melalui kantor lokasi terkait.

USIA INDAH SEBAGAI SEBUAH REFLEKSI

Saya terbahak ketika suatu kali membaca sebuah terbitan di media sosial yang berbunyi seperti ini: “tua itu pasti, kelihatan tua itu pilihan”. Meskipun sebenarnya kalimat ini diterbitkan sebagai sebuah guyonan, tetapi menyiratkan makna yang membuat pembaca merefleksikan diri bahwa orang pasti akan menjadi tua, tetapi masih ada tersedia berbagai cara agar tidak terlihat tua. Bisa saja hal ini berhubungan dengan kampanye untuk menggunakan produk *skin care anti-aging* yang memang marak di pasaran, atau juga sebagai pengingat bahwa orang dapat menampilkan dirinya dengan lebih ‘muda’ melalui pilihan *fashion* yang dikenakan. Kalimat ini pun bisa menjadi semacam dukungan bagi orang-orang berusia dewasa untuk dapat mengaktualisasikan dirinya sesuai tren terkini.

Akibat interaksi saya dengan postingan tersebut, maka algoritma Instagram ‘menyarankan’ lagi beberapa postingan sejenis yang topiknya berhubungan dengan usia. Salah satu postingan lain yang kemudian muncul di beranda saya adalah informasi tentang pembagian kategori umur. Terbitan tersebut mengklasifikasikan sebutan orang sesuai dengan umur, yaitu 13-19 tahun disebut remaja, 20-30 tahun disebut dewasa muda, 31-40 tahun disebut dewasa awal/usia

produktif, 41-50 tahun disebut paruh baya awal, 51-60 tahun disebut paruh baya akhir, 61-70 tahun disebut lansia awal, dan di atas 70 tahun adalah lansia lanjut. Di kantor, saya kemudian berbagi informasi itu dengan kolega saya dan membicarakan tentang di kategori yang mana kami berada. Dari situ obrolan kami pun dilanjutkan pada tips tentang apa saja yang sebaiknya dikonsumsi, apa yang baik untuk kesehatan, hobi serta aktivitas fisik apa yang perlu dilakukan.

Apa sebenarnya “Usia Indah”?

Selama ini, jika saya mendengar frasa “usia indah”, pikiran saya akan otomatis mengasosiasikan istilah ini dengan orang-orang yang sudah lanjut usia. Misalnya, ketika ada warta gereja dibacakan mengenai persekutuan usia indah, saya akan bergumam dalam hati bahwa istilah yang digunakan ini sangat bijak karena berperan sebagai eufemisme istilah usia lanjut. Sejauh ini, saya belum menemukan kapan tepatnya istilah “usia indah” ini populer digunakan. Dapat dikatakan, inisiatif ini merupakan sebuah upaya untuk mendefinisikan ulang istilah “usia lanjut” agar terdengar lebih positif. Hal ini pun juga dapat dilihat sebagai usaha untuk mengikis *stereotype* negatif tentang usia lanjut.

Pertanyaan yang kemudian timbul adalah apakah penggunaan istilah "usia indah" ini benar-benar menjadi sebuah motivasi atau justru memberi beban? Memang kita tidak pernah benar-benar tahu apa yang ada dalam pikiran orang-orang lanjut usia jika istilah "usia indah" ini disematkan pada mereka.

Jika melihat riuh rendahnya media sosial saat ini, bentuk penerimaan diri dari usia indah ini seringkali diproyeksikan melalui keterangan foto yang bernada positif, seperti frasa "*aging gracefully*". Ungkapan pendek ini mencerminkan sikap optimis dan rasa syukur dalam menerima diri apa adanya, sekaligus menunjukkan upaya untuk tetap menjaga semangat hidup.

Namun di lain pihak, seorang penulis, pembicara TEDtalk dan aktivis berkebangsaan Amerika Serikat, Ashton Applewhite, justru menentang penggunaan istilah *aging gracefully*. Menurutnya istilah ini justru menyiratkan bahwa ada cara tertentu untuk menjadi tua sehingga para orang tua dapat diterima masyarakat. Selain itu, istilah ini malah memperkuat ketakutan orang untuk terlihat tua dan sebagai bentuk dari *ageism* terselubung/diskriminasi berdasarkan usia. Ia malah mempertanyakan mengapa orang harus menua dengan cara tertentu agar dapat diterima? Alih-alih mendukung istilah *aging gracefully*, ia menyarankan agar orang dapat menghadapi proses penuaan dengan jujur dan otentik, sesuai dengan kondisi masing-masing, serta

fokus pada kehidupan yang lebih bermakna daripada menutupi tanda-tanda penuaan.

Dalam perspektif kristiani, Amsal 16:31 memberi penegasan nilai spiritual mengenai usial lanjut. Perikop tersebut berbunyi: "*Rambut putih adalah mahkota yang indah, yang didapat pada jalan kebenaran.*" Kutipan ini dengan jelas menegaskan bahwa rambut putih bukanlah sebuah simbol kemunduran. Ini adalah simbol kehormatan dan kebijaksanaan yang dihasilkan dari hidup pada jalan yang benar. Dalam banyak tradisi, orang tua dihormati karena pengalaman hidupnya, bukan dari penampilan fisik atau produktivitasnya. Oleh sebab itu, perikop ini menegaskan martabat dan nilai spiritual para lansia di tengah kehidupan sosial budaya yang kerap mengabaikan atau meremehkan mereka.

Forever Young (I want to be Forever Young)

Alphaville, sebuah grup *synth-pop* asal Jerman, merilis single yang berjudul *Forever Young* pada tahun 1984. Lagu yang ditulis selama masa perang dingin ini menjadi semacam pelarian emosional bagi anak muda zaman itu, yang hidup dalam ancaman perang nuklir serta ketidakpastian masa depan. Liriknyapun seperti memberi harapan untuk tetap muda dan bebas dari kecuatiran dunia dewasa. Di tahun 1999, lagu ini menjadi lagu latar dari iklan sebuah suplemen vitamin E untuk menutrisi dan menjaga kesehatan kulit. Sebagai

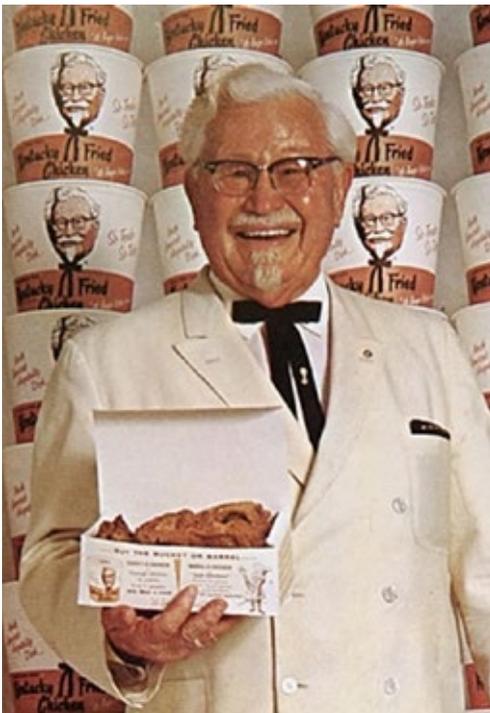
trik marketing, produk suplemen ini secara harfiah mengadopsi frasa *forever young* yang digunakan untuk meraih keterlibatan calon konsumen. Dalam konteks budaya pop, muda selamanya adalah gagasan yang disebarluaskan melalui industri media. Harapannya, pesan yang disampaikan ini dapat mempengaruhi persepsi calon konsumen terhadap penuaan. Kini, pengaruh ideologi tersebut tidak hanya muncul pada iklan televisi, tetapi dihadirkan juga melalui testimoni para influencer dan selebritas. Ketika keuntungan yang dikejar oleh influencer memberikan pemasukan yang besar bagi mereka, maka banyak *brand* yang kemudian

mendekati mereka untuk dapat mengiklankan produk melalui platform digital. Pemasaran secara masif ini kemudian mengakibatkan banjir informasi bagi calon konsumen. Calon konsumen kini disediakan berbagai pilihan dari banyaknya pilihan yang pada akhirnya membingungkan. Kebingungan ini pun lalu menciptakan sebuah kebutuhan semu karena konsumen tidak lagi membeli berdasarkan kebutuhan fungsional, tetapi lebih karena tren, identitas, status dan bahkan tekanan sosial.

Perlu ditekankan bahwa penggunaan produk perawatan kulit tidak salah. Justru, merawat diri, termasuk perawatan kulit, adalah hal yang dianjurkan. Namun kebutuhan akan perawatan ini kemudian didekonstruksi oleh industri. Industri menciptakan ilusi bahwa kebahagiaan dan penerimaan sosial bergantung pada produk yang digunakan. Hal ini kemudian mendorong pembelian secara berlebihan.

Usia dan Aktualisasi Diri

Semua orang pasti tahu siapa Kolonel Sanders. Lahir dengan nama Harland David Sanders, ia memulai usaha KFC (Kentucky Fried Chicken) pada usia 65 tahun. Sebelumnya ia memiliki banyak profesi, seperti petani, tentara, pemadam kebakaran, penjual asuransi, operator kapal feri, hingga petugas pom bensin. Kesuksesannya mengembangkan usaha KFC menjadikannya salah satu tokoh paling ikonik yang memulai *second career* di usia lanjut.



snopes.com

Kisah sukses lainnya adalah dari Susan Boyle yang terkenal melalui kompetisi Britain's Got Talent tahun 2009. Saat mengikuti kompetisi itu, ia berusia 47 tahun. Sebelumnya ia hidup sederhana dan jauh dari sorotan publik.

Dua kisah sukses ini memperlihatkan bahwa kesuksesan tidak dibatasi oleh usia. Tekad dan semangatlah yang menjadi faktor penentu. Kolonel Sanders dan Susan Boyle menjadi contoh nyata bahwa seseorang tetap memiliki nilai kebebasan untuk memilih jalur hidup sendiri tanpa terlalu memikirkan usia.

Di sisi lain, media sosial pun memberi pengaruh positif dalam mendukung proses aktualisasi diri. Saat ini tersedia banyak konten reflektif tentang *self-growth* dan isu kesehatan mental yang dapat diakses oleh siapa saja. Di tengah gempuran beragam jenis konten, pengguna media sosial masih mungkin menemukan sumber inspirasi dan motivasi membangun. Bisa dikatakan bahwa semua ini bisa menjadi bagian dari narasi baru tentang usia indah, bahkan menjadi sebuah pandangan lebih inklusif dan memberdayakan terhadap penuaan dan pertumbuhan pribadi.

Usia Indah adalah Perspektif

Kita tahu bahwa tidak semua orang menjalani kehidupan yang sama. Dan kita pun tahu bahwa terlepas dari angka, usia indah lebih merupakan keberanian yang dimiliki seseorang untuk menjadi versi terbaik dari diri mereka sendiri di usia berapapun. Ini menunjukkan bahwa

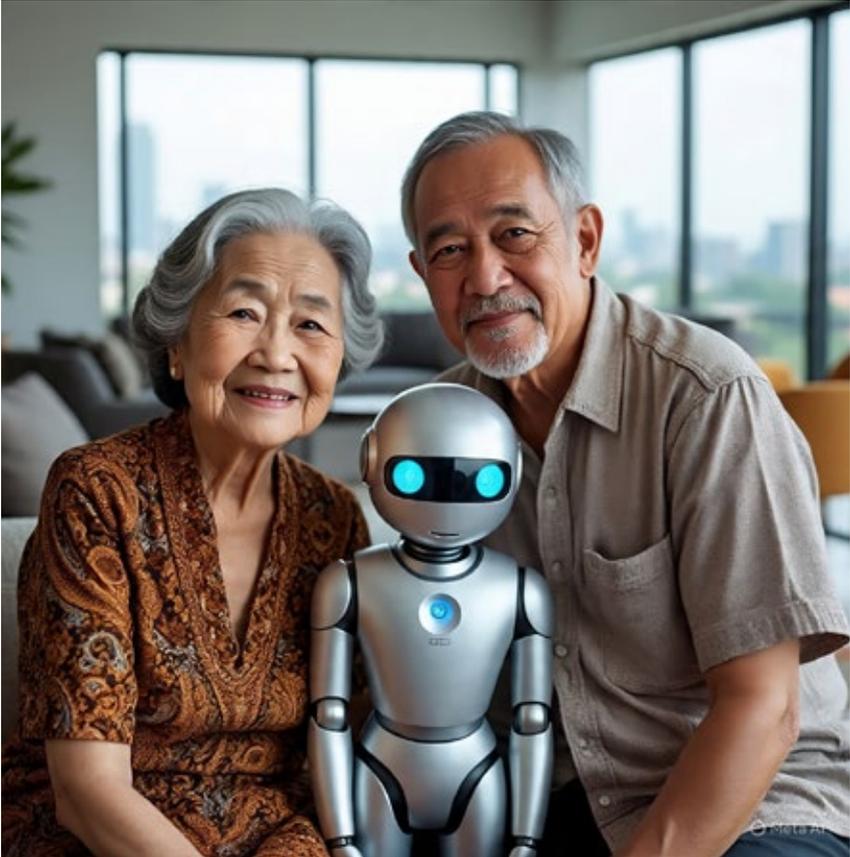


usia indah akhirnya bukan hanya menjadi milik kelompok tertentu saja. Ia hadir ketika seseorang mampu menemukan makna dalam hidupnya di setiap tahap usia yang dijalani.

Sebagian orang mungkin tetap ingin terlihat muda, dan itu tidak salah. Namun, ada juga yang memilih untuk hidup dengan penuh makna di usia berapa pun mereka berada. Bisa jadi, yang membuat usia menjadi indah bukan tampilan kulit yang kencang, melainkan hati yang lapang.

Wilton Djaya

Oma, Opa, dan Robot Pintar



"Jika ingin melihat masa depanmu, duduklah dan dengarkan cerita para orang tua," begitulah kata pepatah.

Saat ini, kita hidup di tengah pesatnya kemajuan teknologi dan hadirnya kecerdasan buatan (AI) di hampir setiap aspek kehidupan. AI

bisa menjawab pertanyaan dalam hitungan detik, menjadi teman bicara, mampu menulis puisi, menulis artikel, memberi ide/masukan, memecahkan masalah, menggambar, bahkan memberi nasihat. Selain itu, beragam informasi juga bisa dengan mudah diakses dari media sosial. Mulai dari

Facebook, Youtube, Tiktok, Instagram dan berbagai media lain yang bebas didapat.

Sayangnya, semakin canggih teknologi, kehadiran para orang tua, terutama mereka yang memasuki usia indah, semakin tergeser dalam kehidupan generasi muda. Terlebih lagi dengan kesenjangan generasi yang cukup jauh. Sebutan Generasi Baby Boomer, Generasi X, Generasi Y yang disebut juga Generasi Milenial, Generasi Z dan terakhir Generasi Alpha, begitu akrab di telinga.

Tentu saja pembagian generasi ini dibuat bukan hanya berdasarkan tahun lahir, tetapi juga karena perbedaan besar dalam pengalaman hidup, baik dalam nilai-nilai, cara berpikir, dan kebiasaan yang terbentuk oleh peristiwa sejarah, perkembangan teknologi, ekonomi, serta perubahan budaya.

Saya dibesarkan oleh Oma dan Opa yang hidup di masa perang. Mereka mengalami masa penjajahan Belanda dan Jepang, perang Permesta di Sulawesi Utara, dan mengalami peristiwa G30S PKI saat pindah ke pulau Jawa. Saya hanya mendengar cerita dan belajar dari kehidupan mereka yang serba sederhana, penuh perjuangan, tetapi selalu bersyukur dan tidak banyak protes. Kasih yang saya rasakan dari mereka begitu jujur dan apa adanya, penuh perhatian dan tulus. Sementara generasi muda masa kini lebih mempercayai teknologi, meski tidak ada satu pun dari kecerdasan teknologi itu yang lahir dari luka, tawa, dan perjuangan seperti yang dialami Oma dan Opa.

Sebenarnya, ada banyak keunggulan para lansia dibandingkan dengan kecerdasan teknologi. Di antaranya:

1. Pengalaman sebagai Guru Terbaik

Meski kalimat ini sudah tua, tetapi masih sering digunakan sampai hari ini. Sementara kecerdasan teknologi belajar dari data, teks dan algoritma tanpa pengalaman pribadi, tidak demikian dengan para orang tua. Banyak hal yang sudah mereka alami lewat perjalanan hidup yang panjang. Dari mereka kita belajar menghadapi kegagalan tanpa putus asa, bertahan dalam situasi sulit, dan bagaimana tetap rendah hati saat sukses datang.

2. Pentingnya Keluarga dan Relasi

Bagi banyak lansia, hal yang paling mereka jaga bukanlah harta benda, melainkan hubungan. Mereka tahu bahwa pada akhirnya, keluarga, persahabatan, dan cinta adalah hal-hal yang paling berharga dalam hidup. Kita bisa belajar bagaimana supaya tidak terjebak dalam ambisi pribadi, hingga melupakan orang-orang terdekat. Sebaliknya, AI tidak punya keluarga. Dia tidak bisa membangun relasi emosional yang tulus karena interaksi dengan AI hanya terjadi karena perintah dan respons, bukan karena cinta atau keterikatan sejati.

3. Kesabaran dan Ketekunan

Generasi lansia dibesarkan dengan kerja keras, tanpa bantuan teknologi seperti sekarang. Mereka tahu arti dari menunggu, berusaha, dan tidak menyerah. Dalam dunia

modern yang instan, nilai-nilai seperti ini sangat penting untuk kita pelajari kembali agar tidak mudah putus asa ketika segalanya tidak berjalan sesuai harapan. Sementara AI didesain untuk kecepatan dan efisiensi. AI tidak tahu arti sabar atau tekun karena selalu menjawab dengan cepat. Akibatnya, generasi yang terbiasa dengan AI bisa kehilangan daya tahan terhadap kegagalan dan proses panjang.

4. Kebijaksanaan

Kebijaksanaan lansia tidak lahir dalam semalam. Itu terbentuk dari serangkaian pengalaman, luka, keberhasilan dan waktu. Mendengarkan nasihat mereka, meskipun terdengar sederhana, seringkali membawa pemahaman baru tentang hidup yang tidak bisa kita temukan di buku atau media sosial. Sementara AI hanya mengandalkan kepintaran, tetapi bukan berarti bijak. AI tahu banyak hal, tetapi tidak bisa membimbing hidup dengan hati. Dalam mesin, hanya ada kecanggihan teknis, tidak ada kedewasaan batin.

5. Menghargai Hal-Hal Sederhana

Para orangtua sering mengajarkan kita untuk menikmati hal-hal kecil dalam hidup, seperti secangkir teh hangat di pagi hari, membuatkan makanan, memeluk saat kita butuh dukungan, sapaan hangat dari tetangga, atau suara anak-anak bermain. Sementara AI tidak punya rasa, kenangan, atau hati untuk memahami makna sederhana. AI bisa meniru kalimat puitis tentang

kebahagiaan, tetapi tidak bisa merasakan kehangatan dari teh yang diseduh, atau tawa cucu di pangkuan.

Kebahagiaan memang tidak harus selalu megah, tetapi bisa ditemukan dalam kesederhanaan dan keikhlasan. Belajar dari para lansia bukan sekadar menghargai atau menghormati mereka, melainkan juga membuka hati untuk memahami kehidupan lebih dalam dan memperkaya hidup kita sendiri.

Meski arus zaman serba cepat dan penuh inovasi, sumber kebijaksanaan yang sangat berharga tetaplah para lansia. Mereka adalah perpustakaan hidup, penuh kisah, nilai, dan pelajaran yang hanya bisa dipetik dari pengalaman panjang. Mereka adalah saksi hidup dari berbagai fase kehidupan, mulai dari masa sulit, hingga masa jaya; dari kesalahan besar hingga kemenangan kecil yang bermakna.

Mari luangkan waktu untuk berbincang, sekedar mendengarkan, dan menyerap hikmah dari mereka, agar ketika suatu hari nanti kita sampai di usia senja, kita telah mewarisi nilai-nilai bijak dari mereka yang lebih dahulu berjalan di depan kita. Bukankah Tuhan juga tetap menjaga mereka seperti menjaga kita?

"Sampai masa tuamu Aku tetap Dia, dan sampai masa putih rambutmu Aku menggendong kamu. Aku telah melakukannya dan mau menanggung kamu terus; Aku mau memikul kamu dan menyelamatkan kamu" - Yesaya 46:4

Shirley Du

Seperti yang pernah saya janjikan, kali ini saya akan bercerita lebih banyak mengenai orang-orang di klub aktivitas tempat saya bekerja. Sudah hampir setengah tahun saya bekerja sebagai pemimpin aktivitas untuk para lansia yang terjangkit penyakit pikun (*dementia*). Kadang kita berpikir, kalau sudah tua pasti pikun. Sebenarnya tidak demikian. Pikun atau *dementia* adalah gejala bahwa ada kerusakan di sel-sel otak akibat penyakit seperti Alzheimer atau Lewy body *dementia*. Tidak semua lansia akan terkena pikun. Jika otak mereka sehat dan tidak terjangkit Alzheimer atau penyakit-penyakit kerusakan otak lain, mereka tidak akan pikun. Wajar jika mereka lupa beberapa hal. Semakin lanjut usia, ada sel-sel otak yang tak lagi aktif. Tapi pikun jauh lebih serius daripada sekedar lupa ini dan itu. Pikun akan mempengaruhi ingatan, cara berpikir, bahasa dan fungsi-fungsi kognitif seseorang.

Klub tempat saya bekerja punya kriteria hanya menerima anggota lansia yang terdiagnosis *dementia* tahap ringan sampai menengah. Anggota kami yang paling muda adalah seorang ibu yang dulunya bekerja sebagai psikiatris, umurnya belum genap 60 tahun. Diagnosisnya adalah *dementia* tahap awal. Kalau mengobrol, ia sama sekali tidak menunjukkan gejala pikun. Hanya sesekali ia lupa nama bumbu dapur yang sedang ia ceritakan atau nama

pohon yang dulu ditanam ayahnya di kebun. Kalau sudah begitu, ia akan mengeluarkan HP dan menggunakan google untuk mencari kata yang ia lupa. Di klub, ia aktif membantu membuatkan teh dan kopi untuk para anggota lain dan membantu menata meja untuk makan siang bersama.

Anggota lain adalah seorang ibu mantan perawat di rumah sakit. Ibu ini orangnya ceria dan aktif. Ia punya tiga anak laki-laki yang sekarang semuanya sudah dewasa dan bekerja. Tapi kadang-kadang saat sang ibu ada di klub lansia kami, ia mendadak panik sekitar pukul setengah tiga sore. "Saya harus pulang sekarang," katanya, "Anak saya pulang sekolah dan saya harus pulang ke rumah untuk membuka pintu. Kalau tidak, anak saya akan berteriak-teriak marah karena tidak dapat masuk ke rumah." Kalau kami mengingatkan bahwa anak-anaknya semua sudah dewasa, ia tidak percaya. Kalau ia semakin panik, kami akan meminta salah satu putranya untuk menelepon dan meyakinkan sang ibu bahwa mereka baik-baik saja dan tidak sedang menunggu di depan pintu rumah. Baru setelah itu sang ibu kembali tenang.

Kalau sedang dalam keadaan tenang, saya suka mengobrol dengan ibu ini mengenai anak-anaknya. Saya belajar bahwa anaknya yang paling besar dan paling dekat dengannya namanya Osi. Satu kali waktu sang ibu mulai panik di sore hari, saya berkata,

“Lho, tadi, kan Osi yang mengantar ibu ke sini? Dia sudah bilang, kok, nanti akan datang menjemput lagi jam tiga sore.” Sang ibu berpikir sejenak, “Oh, tadi Osi, ya yang mengantar ke sini? Baiklah kalau begitu.” Ternyata menyebutkan tentang Osi tadi pagi jauh lebih efektif dibandingkan penjelasan umum bahwa anak-anaknya sekarang semua sudah dewasa.

Ada sekitar tiga anggota yang sudah sulit berinteraksi karena pikun mereka sudah lebih parah. Seorang bapak keturunan Persia berhenti berbicara bahasa Inggris sejak terjangkit *dementia* dan kembali menggunakan bahasa Farsi yang adalah bahasa pertamanya. Jadi, beliau datang ke klub bercerita ini itu tapi tak seorang pun mengerti apa yang ia katakan. Untungnya ia orang yang gembira dan

suka tertawa. Para lansia lain dengan senang hati berinteraksi dengan bapak ini lewat gerak-gerik atau sekadar mendengarkan cerocosannya lalu sama-sama tertawa.

Seorang anggota lain tidak lagi berpartisipasi dalam kegiatan apa pun kecuali musik. Ia melambai-lambaikan tangan dan menari jika kami memainkan musik. Selebihnya, ia hanya mau duduk di sudut atau jalan-jalan sendiri keliling ruangan. Ia juga berhenti menggunakan bahasa Inggris dan kembali berbicara bahasa Itali yang adalah bahasa pertamanya. Kalau sudah masuk ke tahap yang lebih parah seperti ini, dengan berat hati mereka akan diminta untuk keluar dari klub aktivitas kami dan pindah ke klub lain yang lebih cocok untuk kondisi mereka.



Pengalaman saya terbatas hanya pikun tahap awal dan menengah. Jika sudah lebih parah, para lansia ini akan membutuhkan perawatan khusus. Mereka tidak ingat apakah sudah makan atau minum dan bisa kelaparan jika tidak ada yang mengingatkan. Ada yang tidak lagi bisa mengenali keluarga, pasangan hidup atau anak sendiri. Ada yang punya kecenderungan pergi meninggalkan rumah lalu tidak tahu jalan pulang. Orang-orang seperti ini membutuhkan protokol perlindungan khusus. Ada yang tak lagi bisa merasakan panas dan dingin dan perlu dibantu untuk memakai baju hangat di musim dingin. Para penderita *dementia* juga cenderung merasa cemas, panik dan ada yang kemudian menjadi agresif. Banyak di antara mereka akhirnya harus tinggal di rumah jompo khusus *dementia* karena mereka butuh perawatan 24 jam setiap hari.

Pertanyaan semua orang adalah: bagaimana kita bisa tahu apakah kita punya resiko akan menjadi pikun? Jawabannya sampai sejauh ini adalah tidak tahu. Ilmu kedokteran paling canggih pun belum bisa menjelaskan mengapa ada lansia yang menjadi pikun dan ada yang tidak. Bukan faktor keturunan dan bukan karena gaya hidup. Ada hal-hal dapat kita lakukan untuk meminimalkan resiko pikun: hidup sehat, makan yang baik

dan bergizi, olahraga, jangan hidup terisolasi sendirian tanpa interaksi dengan sesama, dan usahakan diagnosis sedini mungkin. Jika terdiagnosis di tahap awal, ada obat-obatan yang dapat dimakan dan ada kegiatan seperti klub aktivitas tempat saya bekerja untuk memperlambat laju *dementia*. Tapi kondisi penderita akhirnya pasti akan menurun dan berita buruknya ini penyakit yang belum ditemukan obatnya sampai sekarang.

Semakin kita tua, rasanya memang semakin banyak ketidakpastian. Apakah kita akan tetap sehat? Akan luput dari pikun dan penyakit-penyakit lain? Tetap bisa mengurus diri sendiri? Tetap bisa mandiri dan independen? Satu hal yang pasti adalah janji Tuhan bagi para lansia dan bagi kita semua yang satu hari pasti akan menjadi lansia juga. Yesaya 46:4 berkata: *"Sampai masa tuamu Aku tetap Dia dan sampai masa putih rambutmu Aku menggendong kamu. Aku telah melakukannya dan mau menanggung kamu terus; Aku mau memikul kamu dan menyelamatkan kamu."* Kita tidak tahu masa depan akan seperti apa, tapi kita tahu Tuhan berjanji akan memelihara anak-anak-Nya dan Tuhan selalu setia. Anugerah-Nya cukup bagiku, sekarang, saat tua nanti dan sampai selama-lamanya.

Sandra Lilyana

MENJADI TERANG DAN GARAM DUNIA DI MASA SENJA

REVIEW
FILM

Judul Film : **How to Make Millions Before Grandma Dies**
Pemeran : **Putthipong Assaratanakul, Usha Seamkhum**
Sutradara : **Pat Boonitipat**
Tahun rilis : **2024**

Sinopsis Singkat

M (diperankan Putthipong Assaratanakul), seorang pemuda yang baru saja keluar dari kuliah, melihat sepupunya yang merawat kakeknya hingga meninggal mendapat warisan jutaan Baht. Terinspirasi oleh hal ini, M berencana melakukan hal yang sama: merawat neneknya, Meng (Usha Seamkhum), yang mengidap kanker stadium akhir, dengan harapan akan menjadi pewaris tunggal harta neneknya. Namun seiring berjalannya waktu, rencana M berubah menjadi perjalanan emosional yang mengajarkannya makna cinta, pengorbanan dan nilai-nilai keluarga yang sesungguhnya.

Kehidupan Lansia sebagai Berkat dari Perspektif Kristiani

Meski film yang bersetting di Desa Talat Phlu, Thailand, ini tidak secara eksplisit mengangkat tema Kekristenan, tapi banyak adegan di dalamnya menampilkan refleksi mendalam yang relevan dengan nilai-nilai Kristiani, terutama bagaimana cara anak muda memandang dan menghormati lansia. Di sisi lain, film ini pun menampilkan peran istimewa dari para lansia untuk menjadi berkat bagi orang di sekeliling dan keluarganya.

Dalam Alkitab, usia lanjut dipandang sebagai mahkota kemuliaan dan sumber kebijaksanaan. Ayub 12: 12 mengatakan, **"Pada orang yang tua ada hikmat, dan pada orang yang lanjut umur ada pengertian."** Nenek Meng, meskipun sederhana dan keras kepala, menunjukkan kebijaksanaan hidup mendalam. Ia tidak hanya berbagi cerita masa lalunya, tetapi juga mengajarkan M tentang kerja keras, ketulusan, dan arti sebuah keluarga.

Tema ini juga tercermin dalam Mazmur 92:14-15, yang menyatakan, **"Pada masa tua pun mereka masih berbuah, menjadi gemuk dan segar, untuk memberitakan, bahwa TUHAN itu benar, bahwa la gunung batu-Ku dan pada-Nya tidak ada kecurangan."** Nenek Meng, di masa senjanya, masih "berbuah" melalui kasihnya yang tulus kepada M dan keluarga. Ia menjadi "gunung batu" tempat M belajar bersandar dan menemukan makna hidup yang baru, jauh melampaui kekayaan materi. Keberadaannya, meskipun terlihat pasif karena sakit, justru menjadi katalisator bagi perubahan besar dalam hidup M.

Menghormati Lansia: Sebuah Perintah Ilahi

Salah satu tema paling kuat dalam film ini adalah menghormati orang tua dan lansia. M awalnya merawat neneknya dengan motif tersembunyi, yaitu uang. Namun seiring waktu, ia mulai melihat neneknya bukan sebagai "target warisan," melainkan sebagai pribadi yang berharga dan layak dicintai. Perintah "**Hormatilah ayahmu dan ibumu, supaya lanjut umurmu di tanah yang diberikan TUHAN, Allahmu, kepadamu**" (Kel 20:12) tidak hanya berlaku pada orang tua, tetapi juga meluas pada para kakek dan nenek kita.

Film ini menunjukkan konsekuensi dari kegagalan M dalam memahami perintah ini pada awalnya dan bagaimana ia akhirnya belajar menghormati dan mencintainya tanpa syarat. Hal ini mengajarkan kita bahwa menghormati lansia bukan hanya kewajiban, tetapi juga jalan untuk mengalami berkat Tuhan dalam hidup kita.

Nenek sebagai Berkat bagi Generasi Muda

Nenek Meng menjadi sosok berkat bukan melalui uang yang ia tinggalkan, tetapi melalui warisan emosional dan spiritual yang ia tanamkan. Dia mengajarkan M bahwa kasih dan waktu yang diberikan kepada keluarga jauh lebih berharga daripada apa pun di dunia. Ini sejalan dengan perkataan Tuhan Yesus dalam Matius 6:19-21, "**Janganlah kamu mengumpulkan harta di bumi... tetapi kumpulkanlah bagimu harta di sorga...**"

Melalui interaksi sehari-hari dengan neneknya, mulai dari memasak makanan kesukaan nenek, mendengarkan ceritanya, hingga menemaninya di saat-saat paling sulit, M akhirnya menemukan "harta" yang sesungguhnya: kenangan, ikatan keluarga dan pemahaman baru tentang arti kehidupan. Film ini dengan indah menggambarkan bagaimana seorang lansia, bahkan dalam kondisi paling lemah, bisa menjadi saluran berkat yang kuat. Kehadiran mereka membawa kita kembali pada esensi kemanusiaan dan mengingatkan kita pada hal-hal yang benar-benar penting.

Refleksi

"How to Make Millions Before Grandma Dies" adalah sebuah pengingat yang sangat berharga bagi kita semua. Film ini mendorong kita untuk melihat orang-orang lansia di sekitar kita, kakek, nenek, atau tetangga yang sudah sepuh, bukan sebagai beban, melainkan sebagai sumber kebijaksanaan dan kasih yang tak ternilai. Momen-momen terakhir yang dihabiskan M bersama neneknya adalah bukti bahwa pengorbanan yang dilakukan dengan cinta akan mendatangkan berkat, baik bagi yang memberi maupun yang menerima.

Sebagai orang percaya, film ini memanggil kita untuk lebih menghargai dan melayani para lansia dengan hati yang tulus, mengingat mereka adalah anugerah dari Tuhan yang bisa menjadi berkat besar bagi kita.

Mulyadi Chandra

sttb



*Terakreditasi BAN PT dan
ATA (Asia Theological Association)*

**TO THE LORD
THE BEST
THE GREATEST**



PENDAFTARAN

MAHASISWA BARU

TAHUN AJARAN 2026/2027



SEKOLAH
TINGGI
TEOLOGI
BANDUNG

EQUIPPING
THE WHOLE CHURCH
WITH THE WHOLE GOSPEL
FOR THE WHOLE WORLD

PROGRAM STUDI

TINGKAT SARJANA (S1)

Teologi (S.Th.)

- Konsentrasi Pemuridan dan Misi
- Konsentrasi Pelayanan Anak Holistik

Pendidikan Kristen (S.Pd.)

TINGKAT MAGISTER (S2)

Teologi (M.Th.)

- Pelayanan Pastoral Gereja Urban
- Transformasi Budaya dan Masyarakat (Misi Holistik)

Pendidikan Kristen (M.Pd.)

- Konsentrasi Desain Kurikulum
- Konsentrasi Kepemimpinan Pendidikan

Ministri (M.Min.)

- Marketplace
- Teologi dan Pelayanan Gerejaawi



Pendaftaran dapat dilakukan setiap waktu dengan batas pengembalian berkas-berkas pendaftaran sebagai berikut:

GELOMBANG 1:

20 OKT
2025

TES MASUK:

Psikotes: 24-25, 27 Okt, 3-4 Nov
Tes Tertulis: 28 Oktober
Wawancara: 20 November

GELOMBANG 2:

02 FEB
2026

TES MASUK:

Psikotes: 4-7, 9, 10-18 Februari
Tes Tertulis: 13 Februari
Wawancara: 3 Maret

GELOMBANG 3:

27 APR
2026

TES MASUK:

Psikotes: 1-2, 4, 31-12 Mei
Tes Tertulis: 5 Mei
Wawancara: 26 & 28 Mei



INFORMASI

☎ 0815 7336 0009

✉ admisi@sttb.ac.id

Djarangan 105, Bandung 40173
Telp. 022-6016454

www.sttb.ac.id

Bandung
Theological Seminary

**TERSEDIA
BEASISWA
S1 & S2:**

Syarat & ketentuan berlaku
(Mulus program studi
M.Min. Marketplace
tidak tersedia beasiswa)

PENDAFTARAN ONLINE:

SIS.STTB.AC.ID/PMB

**Berkas-berkas dapat dikumpulkan dalam softcopy (stus, email/PK) atau bertembak & hardcopy melalui pos/daftar langsung ke kantor STTB



Ada kisah lama yang menceritakan tentang seorang pria mendekati seorang pekerja bangunan yang sedang memasang batu bata dan bertanya padanya: "Kamu sedang apa?" Si pekerja bangunan itu menjawab: "Gak lihat, saya sedang memasang batu bata." Si pria itu kemudian mendekati pekerja bangunan lain yang juga sedang memasang batu bata, dan bertanya: "Sedang apa kamu?" Si pekerja bangunan itu menjawab dengan bangga: "Saya sedang membangun katedral." Kedua pekerja bangunan itu sedang melakukan pekerjaan yang sama, namun pekerja yang pertama hanya memandangi pada tugasnya saat itu, memasang batu bata, sedangkan si pekerja yang kedua memandangi ke hasil akhir dari pekerjaannya: sebuah katedral. Pekerjaan yang sama bila dilihat dari sudut pandang yang berbeda, nilainya pun berbeda.

TUA ITU INDAH. Frasa ini ditujukan pada para senior, mereka yang sudah lanjut usia, namun tanggapannya bisa berbeda. Yang umum, menanggapinya sekedar sebagai sebutan untuk menghibur mereka yang sudah lanjut usia dan merasa tidak berguna lagi. Mereka merasa menjadi tua adalah suatu hal yang menyedihkan, bahkan mungkin memalukan karena sudah tidak dapat berbuat apa-apa, hanya bergantung pada 'belas kasihan' orang lain. Kalau sudah tidak dapat bekerja menghasilkan uang, mereka akan bergantung pada 'belas kasihan' keluarga atau sanak saudara, teman-teman yang kaya, dan bahkan gereja. Kalau fisik sudah tak berdaya, akan bergantung pada anggota keluarga yang serumah, atau pembantu, atau suster dan helper. Sungguh menyedihkan dan menyakitkan. Tua itu indah, terdengar manis dan menyenangkan, tetapi seperti pil pahit terbungkus lapisan gula berwarna-warni, rasanya tetap pahit!

Sebaliknya, mereka yang menerima keadaan tua mereka dengan hati terbuka sebagai pemberian dari Allah, akan menganggap usia tua itu sesuatu yang indah. Mereka tidak usah bekerja lagi, tetapi dapat menghabiskan waktu hidup bersantai bersama teman-teman seusianya, atau anak cucu mereka. Mereka yang keuangannya bergantung pada pemberian orang lain, dapat menghabiskan waktu bersantai dengan kegiatan yang tak usah mengeluarkan uang, seperti berolah raga, jalan-jalan di taman, *window shopping* dan sebagainya. Mereka yang fisiknya masih kuat dan sebenarnya masih dapat bekerja, tapi karena usia dipensiunkan, dapat mencari kegiatan lainnya yang bersangkutan dengan profesi terdahulunya tanpa bayaran alias kerja sosial. Dan mereka sungguh menikmatinya, tidak diburu-buru target, tidak diburu-buru waktu, tidak dituntut pencapaian maksimal. Tetapi hati mereka puas. Itulah keindahannya!

Ilustrasi diambil dari:
Illustrations for Biblical Preaching
Baker Book House - Grand Rapids, Michigan