

**SPIRITUALITAS KEUGAHARIAN MENURUT JOAS ADIPRASETYA SEBAGAI STRATEGI
DALAM MEMBENTUK KARAKTER GENERASI Z DI ERA DIGITAL**

Eunike Goni¹, Helen G. Masambe², I Ketut Suwetja³
Fakultas Teologi, Universitas Kristen Indonesia Tomohon¹
Fakultas Teologi, Universitas Kristen Indonesia Tomohon²
Fakultas Teologi, Universitas Kristen Indonesia Tomohon³

E-mail: 1eunikejosephingonii5@gmail.com, 2masambehg@gmail.com,
3i.k.suwetja@gmail.com

ABSTRACT

Growing Keugaharian Spirituality in the lives of generation Z is one of the Church's efforts to answer the challenges and struggles in the postmodern era with the belief and hope that Keugaharian Spirituality taught and demonstrated by the Lord Jesus in His life and ministry can provide solutions to the lifestyle of materialism, consumerism and hedonism that is affecting the life of this world. From the research conducted, we found the fact that generation Z has not applied the Keugaharian Spirituality because the Church has not taught it massively and systematically. Therefore, the Church as an institution and as an individual needs to pay attention to efforts to foster Keugaharian Spirituality to generation Z through education programs, teaching, coaching and living examples in Keugaharian Spirituality. The urgency of fostering a Keugaharian Spirituality must be endeavored by the church to equip the saints including generation Z so that they can continue the task and calling of the Church to fellowship, witness and serve, to be light and salt in the midst of this world. Soli Deo Gloria

Keywords: Spirituality, Keugaharian, Generation Z, Church

ABSTRAK

Menumbuhkan Spiritualitas Keugaharian dalam kehidupan generasi Z sebagai salah satu upaya Gereja untuk menjawab tantangan dan pergumulan di zaman postmodern dengan keyakinan dan harapan bahwa Spiritualitas Keugaharian yang diajarkan serta ditunjukkan oleh Tuhan Yesus dalam hidup dan pelayanannya dapat memberikan solusi atas gaya hidup materialisme, konsumerisme dan hedonisme yang sedang mempengaruhi kehidupan dunia ini. Dari research yang lakukan menemukan fakta bahwa generasi Z belum menerapkan Spiritualitas Keugaharian karena Gereja belum mengajarkannya secara masif dan sistematis. Karena itu, Gereja sebagai institusi maupun sebagai individu perlu memperhatikan kembali usaha untuk menumbuhkan Spiritualitas Keugaharian kepada generasi Z melalui program pendidikan, pengajaran, pembinaan serta teladan hidup dalam Spiritualitas Keugaharian. Urgensi menumbuhkan Spiritualitas Keugaharian wajib diusahakan oleh gereja untuk memperlengkapi orang-orang kudus termasuk didalamnya generasi Z agar mereka dapat melanjutkan tugas dan panggilan Gereja bersekutu, bersaksi dan melayani, menjadi terang dan garam di tengah dunia ini. Soli Deo Gloria

Kata Kunci: Spiritualitas, Keugaharian, Generasi Z, Gereja.

PENDAHULUAN

Spiritualitas Keugaharian atau spirit hidup dalam kesederhanaan atau hidup bersahaja merupakan salah satu perilaku umat Kristiani yaitu umat percaya kepada Yesus sebagai Allah yang telah menjadi manusia sejati. Dalam kemanusiaan-Nya, Dia telah menjalankan Spiritualitas Keugaharian yang seharusnya diteladani dan ikuti oleh umatNya. Sebagaimana dikatakan oleh Yohanes Calvin bahwa di dalam Kristus telah ditentukannya gambar kita yang dikehendaki-Nya menjadi teladan yang harus kita ikuti.¹ Tuntutan ini berlaku bagi seluruh umat yang mengaku percaya kepada Yesus Kristus. Termasuk di dalamnya adalah umat generasi Z yaitu umat dari generasi yang hidup di zaman kemajuan internet. Generasi ini, seperti generasi yang lain baik sebelum maupun sesudah generasi Z di panggil untuk menjalani hidup dalam kehendak Tuhan. Hal ini menunjukkan bahwa kehidupan umat yang percaya kepada Yesus Kristus harus memiliki ketaatan pada ajaran dan teladan yang telah ditunjukkan-Nya.

Generasi Z merupakan generasi yang hidup di zaman kemajuan internet. Generasi ini, seperti generasi yang lain baik sebelum maupun sesudah generasi Z di panggil untuk menjalani hidup dalam kehendak Tuhan seperti dikatakan antara lain dalam surat-surat 1 Petrus 1 :14-16. Kehidupan yang kudus bukan hanya pada waktu-waktu tertentu saja atau hanya di tempat-tempat tertentu saja, tetapi kudus dalam keseluruhan hidup. Bahkan tuntutan Tuhan Yesus bagi pengikutnya adalah kesempurnaan. Menurut Eka Darmaputera, Allah menetapkan standar amat tinggi kepada orang-orang Kristen karena Tuhan menghargai umat-Nya agar supaya orang lain dan masyarakat luas juga menghargai dan tidak melecehkan umat Tuhan.² Salah satu ajaran Tuhan Yesus untuk hidup dalam kesederhanaan terungkap dalam doa ini Tuhan Yesus hendak mengajarkan pola hidup yang sederhana agar umat selalu bersyukur dalam keadaan yang cukup dan tidak bernafsu untuk meraup lebih banyak dengan serakah. Bila orang hidup dalam Spiritualitas Keugaharian yang diajarkan dan dicontohkan oleh Tuhan Yesus maka orang akan hidup dengan rasa cukup dan tidak terjebak ke dalam masalah korupsi, judi online, ketidakadilan, pengrusakan lingkungan karena eksplorasi tanpa batas yang terjadi dari waktu ke waktu.

¹ Yohanes Calvin, *Institutio Pengajaran Agama Kristen*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2003), 148.

² Eka Darmaputera, *Spiritualitas Siap Juang*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2004), 72.

Secara umum spritualitas merupakan suatu istilah yang memiliki kaitannya dengan kehidupan kejiwaan seseorang bahkan kerohanian seseorang itu sendiri. Dalam Kamus Oxford, *spiritualitas* atau *spirituality* didefinisikan sebagai "*the quality of being concerned with religion or the human spirit*" (kualitas yang terkait dengan agama atau jiwa manusia).³ Bahkan rumusan yang lebih spesifik lagi diberikan oleh Martasudjita bahwa Spiritualitas adalah pola atau gaya hidup yang dipengaruhi dan dipimpin oleh Roh Kudus.⁴ Doni Koesoema mengatakan bahwa sikap hidup Keugaharian adalah suatu bentuk kapabilitas untuk mengaplikasikan dan mendorong untuk memuaskan keinginan dalam diri serta tuntutan insting secara seimbang melalui cara-cara yang tepat.⁵ Spiritualitas Keugaharian telah menjadi perhatian dari Persekutuan Gereja di Indonesia (PGI) bahkan telah menjadi salah satu pokok yang dibahas dalam sidang raya PGI ke XVI di Gunung Sitoli Nias sejak tahun 2014 Namun menurut Ketua Umum PGI periode tahun 2019-2024, Gomar Gultom mengatakan Roh kerakusan masih mendominasi dari pada Spiritualitas Keugaharian.⁶ Pada tahun 2015 ditindak lanjuti lagi dalam sidang MPL PGI di Malinau-Kaltara tanggal 6 sampai 9 maret pokok pikiran tentang Spiritualitas Keugaharian menjadi pokok pikiran tahunan dari PGI.⁷

Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman tentang Spiritualitas Keugaharian belum menyentuh sampai pada seluruh warga Gereja sehingga Spiritualitas Keugaharian harus mendapat perhatian yang serius untuk diwujudkan dalam kehidupan Gereja di tengah dunia ini. Apalagi dunia sekarang ini sedang mengalami perubahan yang cepat dan mendasar oleh kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi terutama teknologi informasi dan komunikasi yang berbasis digital yang dengan mudah dan cepat menyebarkan gaya hidup postmodern sebagaimana dikatakan oleh Stanley J. Grenz bahwa munculnya masyarakat informasi memberikan dasar berpijak bagi etos postmodern yang membuat hidup dalam suatu

³ A.S Hornby, *Oxford Advanced Learner's Dictionary: International Student's Edition* (New York: Oxford University, 2010), 1435.

⁴ E Martasudjita, *Spiritualitas Liturgi* (Yogyakarta: Kanisius, 2002), 11.

⁵ Doni A Koesoema, *Pendidikan Karakter* (Jakarta: PT Gramedia Indonesia, 2007), 150.

⁶ PGI Admin, "Ketum PGI:Roh Kerasukan Masih Mendominasi dari pada Spiritualitas Keugaharian," t.t., diakses 7 November 2024, 20.15 Wita, <https://pgi.or.id/ketum-pgi-roh-kerakusan-masih-mendominasi-daripada-spiritualitas-keugaharian/>.

⁷ BPMS Sinode Sinode, *Bertumbuh dalam Kristus* (Tomohon: BPMS, 2017), 83.

desa global yang menyadarkan penduduknya mengenai keanekaragaman budaya di bumi ini.⁸ Manusia di era digital ini dapat disebut homo digitalis sebagaimana dikatakan F. Budi Hardiman bahwa eksistensi manusia bereksistensi ditentukan oleh tindakan digital yaitu yakni *uploading, chatting, posting*, dan tentu saja *selfie*. Dengan ponsel ia dapat berbagi atau pamer untuk kebutuhan akan pengakuan. Homo digitalis juga dapat dipikirkan sebagai terlempar ke dalam dunia digital. Gawai telah menjadi cara dia memandang diri, orang lain dan dunia. Sejak semula, ia memproyeksikan diri melalui media digital.⁹

Sebab itu menurut peneliti, Spiritualitas Keugharian sangat penting dalam membangun masa depan kehidupan umat manusia yang harus dimulai atau dipelopori oleh umat Tuhan dalam hal ini warga Gereja untuk mempromosikan Spiritualitas Keugharian maka generasi Z seharusnya lebih dahulu menjalani hidup dalam Spiritualitas Keugharian. Generasi Z harus berani hidup dalam kesederhanaan sebagaimana yang dicontohkan oleh Tuhan Yesus, dimana gaya hidup keugharian terintegrasi atau menyatu dalam diri dan menjadi jiwa atau roh (spirit) yang mewarnai pola hidup. Namun dalam pengamatan peneliti, Spiritualitas Keugharian dalam kehidupan generasi Z di jemaat GMIM Schwarz Sentrum Langowan belum terlihat dengan jelas, justru fenomena gaya hidup hedonis yang peneliti temukan. Gaya hidup hedonis itu antara lain terlihat dalam kecenderungan generasi Z yang suka berkawan dan saling mengajak untuk pergi ke tempat hiburan atau tempat santai seperti di kafe, menikmati aneka makanan dan minuman di kafe. Bahkan menurut pengamatan peneliti kunjungan generasi Z ke kafe terjadi sesudah ibadah remaja dan pemuda bahkan ada yang mendapat giliran menerima ibadah pernah melaksanakan ibadah di kafe dengan alasan agar tidak sibuk mengatur konsumsi di rumah.

Hal ini merupakan salah satu ciri khas gaya hidup generasi Z yang menyukai budaya instan. Gereja sebagai institusi harus menaruh perhatian untuk menindak-lanjuti pokok pembahasan tentang Spiritualitas Keugharian dimana Gereja berperan dalam mensosialisasikan Spiritualitas Keugharian

⁸ Stanley J Grenz, *A primer on postmodernism, pengantar untuk memahami posmodernisme & peluang penginjilan atasnya* (Yogyakarta: PBM ANDI, 2001), 35.

⁹ Budi F Hardiman, *Aku Klik Maka Aku Ada* (Yogyakarta: Kanisius, 2021), 39–40.

melalui khotbah-khotbah dalam mimbar pemberitaan firman, pembinaan warga Gereja, pengajaran, katekisasi, penggembalaan, serta berbagai bentuk pelayanan lainnya. Namun kenyataannya peneliti mendapati bahwa Spiritualitas Keugaharian belum dihayati oleh generasi Z, karena mereka kurang paham tentang Spiritualitas Keugaharian. Di samping itu, pelayan yang melayani generasi Z dalam hal ini Penatua Anak, Penatua Remaja dan Penatua Pemuda bersama beberapa anggota Komisi, juga kurang memahami tentang Spiritualitas Keugaharian maupun keberadaan generasi Z itu sendiri.

Kajian tentang Spiritualitas dan generasi Z banyak ditemui atau sudah ada beberapa artikel yang telah membahas, namun sangat sedikit artikel yang membahas tentang keugaharian terkait dengan Spiritualitas generasi Z. Keadaan tersebut di atas merupakan fenomena yang perlu diantisipasi demi masa depan Gereja. Karena itu peneliti mempunyai tanggung jawab sebagai akademisi Kristen untuk meneliti fenomena ini dengan harapan akan menemukan solusi yang tepat serta bermanfaat dalam memperlengkapi warga Gereja khususnya generasi Z agar mereka memiliki Spiritualitas Keugaharian dalam menjalani hidup di zaman postmodern.

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif. Penelitian kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif ini digunakan oleh peneliti dengan tujuan utama yakni untuk memahami berbagai hal melalui cara memberikan penjelasan berupa gambaran yang jelas dan mendalam tentang fenomena dalam bentuk rangkaian kata.¹⁰ Penelitian ini berfokus pada tanggung jawab Gereja dalam menumbuhkan Spiritualitas Keugaharian generasi Z dan menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi kepada informan sehingga memperoleh informasi yang dibutuhkan. Kemudian data yang diperoleh di reduksi peneliti memilih yang relevan dan memilah yang tidak berhubungan dengan penelitian kemudian disajikan dan di uji keabsahan data sehingga diperoleh kesimpulan akhir yang di butuhkan dari penelitian.

¹⁰ Rukin, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia, 2019), 6.

Spiritualitas Generasi Z di Jemaat GMIM Schwarz Sentrum Langowan

Pengetahuan tentang Spiritualitas Keugharian dan tentang generasi Z yang terhimpun melalui observasi dan wawancara kepada Pelayan Khusus (Pendeta dan Penatua Pemuda, Penatua Remaja, Penatua Anak sekolah minggu serta beberapa anggota komisi pelayanan kategorial) tersebut ternyata ada yang belum mengetahui istilah atau definisi tentang Spiritualitas Keugharian dan tentang generasi Z karena istilah tersebut belum familiar atau tidak sering mereka dengar.¹¹ Namun ada pula yang telah mengetahui kedua istilah tersebut tetapi mereka belum dapat mewujudkan Spiritualitas Keugharian itu secara konkrit dalam kehidupan mereka. Urgensi dari spiritualitas keugharian dalam kehidupan generasi Z bagi Pelsus dan komisi Anak, Remaja dan Pemuda umumnya menganggap sangat penting dalam mengimbangi gaya hidup konsumtif dan hedonistik. Dan melalui pengamatan penulis di lapangan, Spiritualitas Keugharian dalam kehidupan generasi Z di jemaat Schwarz Sentrum Langowan belum terlihat dengan jelas, justru fenomena gaya hidup hedonis yang penulis temukan di lapangan. Gaya hidup hedonis yang berkembang di kalangan generasi Z dapat terlihat jelas dari pola interaksi sosial dan pilihan aktivitas keseharian mereka yang sangat dipengaruhi oleh dorongan untuk mencari kesenangan, kenyamanan, dan kepuasan pribadi. Salah satu contoh nyata dari kecenderungan ini adalah kebiasaan mereka dalam membangun pergaulan yang erat dengan teman-teman sebaya, di mana ajakan untuk berkumpul dan bersenang-senang di tempat-tempat hiburan atau lokasi santai menjadi hal yang lumrah dan sering dilakukan. Tempat-tempat seperti kafe, restoran modern, atau ruang publik dengan suasana nyaman dan estetik menjadi pilihan utama, bukan hanya karena menyediakan makanan dan minuman, tetapi juga karena menawarkan pengalaman sosial yang menyenangkan dan dianggap bergengsi. Dalam praktiknya, generasi Z sering kali menjadikan aktivitas berkumpul di kafe sebagai bagian dari rutinitas sosial mereka. Mereka saling mengajak untuk nongkrong bersama, menikmati berbagai menu makanan

¹¹ Lampiran Penelitian, Wawancara dengan TM, MM, GW, AM, AF, KW (05 Februari 2025)

dan minuman yang kekinian, sambil berbincang, bercanda, atau sekadar menghabiskan waktu dengan berselancar di media sosial. Lebih dari sekadar kebutuhan fisik untuk makan atau minum, kegiatan ini dilakukan sebagai bentuk relaksasi, aktualisasi diri, serta simbol gaya hidup yang modern dan mengikuti tren. Bagi banyak dari mereka, kafe bukan hanya tempat untuk makan, tetapi juga menjadi latar untuk menciptakan konten media sosial, seperti foto atau video yang mencerminkan citra diri yang ingin ditampilkan kepada publik.

Dorongan untuk menikmati hidup secara instan dan menyenangkan ini memperkuat karakteristik hedonistik dalam gaya hidup mereka. Mereka lebih memprioritaskan pengalaman yang memberi kepuasan emosional sesaat, dibandingkan dengan pertimbangan jangka panjang seperti pengelolaan keuangan yang bijak atau penghematan. Gaya hidup seperti ini sangat dipengaruhi oleh perkembangan teknologi, kemudahan akses informasi, dan budaya populer yang menyebar luas melalui media sosial, sehingga nilai-nilai kesederhanaan atau hidup secukupnya sering kali tersisih. Dengan demikian, kecenderungan generasi Z untuk menghabiskan waktu di tempat-tempat santai seperti kafe, menikmati berbagai hidangan menarik, dan menjadikan momen tersebut sebagai bagian dari gaya hidup, menunjukkan bahwa hedonisme telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari cara mereka memandang kebahagiaan dan eksistensi sosial di era modern ini. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh penulis, terlihat adanya kecenderungan yang cukup menarik dalam perilaku generasi Z, khususnya terkait aktivitas sosial keagamaan mereka. Salah satu fenomena yang mencolok adalah kebiasaan mereka untuk mengunjungi kafe setelah mengikuti kegiatan ibadah remaja dan pemuda. Tidak sedikit dari mereka yang secara rutin menjadikan kafe sebagai tempat berkumpul atau melanjutkan pertemuan setelah kegiatan rohani selesai. Bahkan, dalam beberapa kesempatan, penulis mendapati bahwa ada individu yang mendapat tanggung jawab untuk memimpin ibadah justru memilih untuk mengadakan ibadah tersebut langsung di kafe. Alasan yang sering dikemukakan adalah demi kepraktisan, yaitu agar tidak perlu repot menyiapkan konsumsi dan perlengkapan lain di rumah. Dengan mengadakan ibadah di tempat umum seperti kafe, mereka merasa lebih ringan secara beban persiapan dan dapat langsung menikmati suasana

yang santai serta makanan atau minuman yang tersedia tanpa perlu repot memasak atau membersihkan. Fenomena ini menggambarkan dengan jelas bagaimana gaya hidup generasi Z sangat dipengaruhi oleh kemudahan, efisiensi, dan kenyamanan. Mereka cenderung menghindari hal-hal yang dianggap merepotkan atau membutuhkan banyak waktu dan tenaga, dan lebih menyukai alternatif yang cepat dan instan. Gaya hidup yang seperti ini dapat dilihat sebagai salah satu bentuk dari budaya instan yang saat ini semakin mengakar di kalangan generasi muda. Generasi Z tumbuh di era digital yang serba cepat dan serba praktis, sehingga cara pandang mereka terhadap aktivitas sehari-hari, termasuk aktivitas rohani sekalipun, sangat dipengaruhi oleh nilai-nilai kepraktisan tersebut. Kecenderungan ini menjadi salah satu ciri khas dari generasi Z yang menuntut adanya efisiensi dalam setiap aspek kehidupan, termasuk dalam hal ibadah, pertemuan sosial, dan interaksi komunitas keagamaan. Bagi para penganut paham ini, bersenang-senang, berpesta-pora, pelesiran merupakan tujuan utama hidup entah itu menyenangkan bagi orang lain atau tidak¹² Dari hasil wawancara ditemukan bahwa menumbuhkan Spiritualitas membutuhkan pendekatan yang komprehensif dengan membangun komunitas, memanfaatkan teknologi digital serta pembinaan, pendampingan orang tua, pembina dan pelayan khusus yang dapat memberi contoh hidup dalam Spiritualitas Keagamaan. Adapun tantangan yang dihadapi dalam menumbuhkan Spiritualitas Keagamaan bagi generasi Z yaitu pengaruh lingkungan sekitar termasuk media sosial serta “warisan” gaya hidup konsumtif dan hedonis dari generasi sebelumnya. Bagi pelsus dan komisi Anak, Remaja, Pemuda maupun BPMJ telah mengambil langkah berupa pembinaan dan pengajaran namun hanya bersifat insidental dan sifatnya umum. Dalam arti belum secara spesifik diprogramkan untuk menumbuhkan Spiritualitas Keagamaan itu dalam kehidupan generasi Z.

Spiritualitas keagamaan menurut Joas Adiprasetya

Keagamaan dalam bahasa Yunani yaitu : Sophrosune, dengan akar kata ughari, dalam KBBI diartikan dengan kesahajaan, kesederhanaan.¹³ Sophrosune diartikan dari kata Sunphronesis yaitu dengan

¹² Ade Irma, *Post Modern dalam pemikiran anak muda* (Bukit Cemara Tidar malang: Media Nusa Creative, 2016), 213.

¹³ M.A Hoetomo, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia* (Surabaya: Mitra Pelajar, 2005), 507.

hikmat. Oleh karena itu orang yang hidup dengan Sophrosune ialah orang hidup dengan hikmat. Dalam pengertian lain juga bisa dikatakan bahwa kesederhanaan itu sama dengan situasi dimana seseorang tidak berkekurangan dan tidak berlebihan. Menurut Joas Adiprasetya ugahari adalah bersikap sederhana, bersahaja dan hidup sedang-sedang saja. Pemahaman yang lebih dalam ialah tidak berlebihan dan tidak berkekurangan.¹⁴ Joas Adiprasetya, seorang teolog dari Indonesia yang mendalami bidang spiritualitas, dalam bukunya *Labirin Kehidupan* edisi I dan II, menjelaskan bahwa sekurang-kurangnya untuk mencapai spiritualitas keugaharian sebagai model karakter kristiani maka diperlukan disiplin-disiplin tertentu. Oleh karena itu, penulis akan meminjam pemikiran Joas Adiprasetya untuk membentuk strategi keugaharian yang dapat diterapkan ke dalam kegiatan sehari-hari bagi kaum muda dalam meminimalisir gaya hidup *shopaholic*, yaitu:

A. Melatih Pola Hidup Sederhana.

Melatih pola hidup sederhana ialah suatu bentuk upaya dalam menata kebiasaan untuk menapaki kehidupan secara wajar, tanpa adanya hal yang berlebihan serta lebih berfokus pada hal-hal yang esensial. Gaya hidup ini bukan berarti hidup dalam suatu bentuk kekurangan melainkan guna untuk memanfaatkan waktu, uang dan energi dengan bijak dan presisi. Tujuannya untuk melahirkan suatu kehidupan yang baru, yaitu yang damai, bermakna, dan seimbang, dengan menanamkan sikap tanggung jawab, kesadaran dan rasa bersyukur dalam berbagai aspek kehidupan.

B. Mengembangkan Pola Hidup Secukupnya.

Pola hidup secukupnya merupakan suatu bentuk kebiasaan hidup yang sederhana dengan mencukupkan diri dengan apa yang ada dan pastinya terdapat beberapa pertimbangan yang signifikan dalam menentukan setiap kebutuhan yang berlebihan. Ciri khas dari gaya hidup ini ialah dengan memberikan penekanan terhadap keseimbangan antara apa yang kita peroleh dan apa yang benar-benar kita inginkan, serta menumbuhkan sikap sadar, bertanggung jawab, dan penuh dengan rasa syukur dalam setiap aspek kehidupan, seperti mengatur keuangan, pola konsumsi, cara hidup disetiap hari sampai dengan menata

¹⁴ Joas Adiprasetya, *Labirin Kehidupan 2 Berjumpa dengan Allah dalam peziarahan sehari-hari* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2020), 22.

hubungan sosial di kehidupan lingkungan sekitar.

C. Membangun Spiritualitas Keugaharian.¹⁵

Kehidupan orang Kristen yang mempraktekkan spiritualitas keugaharian akan memberikan dampak yang besar bagi kehidupan berjemaat. Tidak hanya dalam pemberitaan Firman tetapi perlu ditegaskan baik secara formal (pelayanan dalam gedung gereja) maupun non formal (pendidikan dalam keluarga). Jika penghayatan hidup sederhana dan berkecukupan ini telah dilakukan oleh sebagian besar dari anggota jemaat maka gereja kini dapat menjadi komunitas moral yang dapat mempengaruhi gaya dan pola hidup masyarakat secara luas.

Relevansi Spiritualitas Keugaharian menurut joas adiprasetya bagi kehidupan Generasi Z

Menumbuhkan Kesadaran Diri dan Refleksi dalam Menghadapi sikap hidup hedonisme

Beberapa tantangan utama dalam menjalankan spiritualitas keugaharian meliputi Pengaruh Budaya Konsumtif: Generasi Z hidup di era di mana gaya hidup konsumtif sangat didorong oleh media sosial, iklan digital, dan tren global. Konsumsi telah menjadi kegiatan dan identitas masyarakat postmodern. Individu memaknai semakin pentingnya aktivitas konsumsi baik dalam pengalaman personal maupun pergaulan sosial.¹⁶ Dalam dunia yang serba cepat dan penuh tekanan untuk memiliki serta menunjukkan status sosial, terutama melalui barang konsumsi dan pencapaian material, banyak individu, termasuk Generasi Z, terjebak dalam pola pikir yang mengutamakan "lebih banyak" sebagai simbol keberhasilan dan kebahagiaan. Inilah akar dari masalah hedonisme dan konsumerisme yang berkembang dalam kehidupan sehari-hari. Spiritualitas keugaharian mengajak untuk kembali kepada esensi hidup yang lebih mendalam, yaitu dengan mengembangkan kesadaran diri. Kesadaran diri ini mengarahkan seseorang untuk merenungkan tujuan hidup yang sesungguhnya dan mengevaluasi apakah kebahagiaan yang dicapai melalui konsumsi materi benar-benar memberikan kedamaian batin. Joas Adi Prasetya menekankan pentingnya refleksi pribadi dalam proses ini, di mana individu diajak untuk tidak hanya berpikir tentang

¹⁵ Adiprasetya, 14–21.

¹⁶ Indra Setia Bakti, Nirzalin Nirzalin, dan Alwi Alwi, "Konsumerisme dalam Perspektif Jean Baudrillard," *Jurnal Sosiologi USK (Media Pemikiran & Aplikasi)* 13, no. 2 (17 Desember 2019): 158, <https://doi.org/10.24815/jsu.v13i2.15925>.

diri sendiri, tetapi juga melihat hubungan mereka dengan dunia, sesama, dan lingkungan. Dalam dunia yang penuh gangguan dan godaan untuk mengikuti arus, kesadaran diri menjadi penuntun untuk menilai kembali apa yang benar-benar penting dalam hidup dan bagaimana hidup dapat dijalani dengan lebih penuh makna.

Kesadaran diri yang dipupuk melalui refleksi berfungsi sebagai perlawanan terhadap budaya konsumtif yang sering kali membutakan individu terhadap nilai-nilai sejati. Melalui praktik refleksi, seseorang bisa lebih peka terhadap dampak konsumsi berlebihan terhadap lingkungan, serta menyadari bahwa kebahagiaan yang dicari melalui barang dan status sosial sering kali hanya sementara. Refleksi ini memungkinkan Generasi Z untuk bertanya pada diri mereka sendiri tentang motivasi di balik keinginan untuk memiliki dan konsumsi, serta mengajak mereka untuk melihat kehidupan melalui lensa yang lebih luas dan lebih berbobot secara spiritual. Dengan kesadaran diri yang lebih tinggi, individu dapat memutuskan untuk hidup lebih autentik dan tidak terjebak dalam siklus konsumsi yang tak berujung. Ini memberi ruang untuk membuat pilihan yang lebih bijak, tidak hanya dalam konteks material, tetapi juga dalam hubungan sosial dan keputusan hidup secara keseluruhan. Dengan demikian, refleksi diri menjadi kunci untuk menciptakan pola hidup yang lebih seimbang dan tidak didikte oleh tren atau standar sosial yang dangkal. Gereja memiliki peran penting dalam menanggapi arus hedonisme yang semakin mengakar di masyarakat modern, khususnya di kalangan generasi muda. Untuk menumbuhkan kesadaran diri dan refleksi sebagai bentuk perlawanan terhadap gaya hidup hedonistik, gereja dapat melakukan beberapa pendekatan.

Pertama, melalui pendidikan iman yang kontekstual, gereja dapat memberikan pemahaman teologis tentang makna hidup, nilai kesederhanaan, dan pentingnya mengendalikan keinginan.

Kedua, gereja dapat mendorong praktik retreat, doa, dan meditasi yang membuka ruang refleksi batin dan perjumpaan personal dengan Tuhan, sehingga jemaat diajak untuk mengenali motivasi terdalam dalam hidup mereka.

Ketiga, melalui khotbah dan liturgi yang membumi, gereja dapat menyampaikan pesan-pesan profetik yang menantang budaya konsumtif dan mengarahkan pada hidup yang lebih autentik dan penuh syukur. Terakhir, gereja juga perlu menghadirkan komunitas yang hidup dalam nilai-nilai keugaharian, menjadi teladan hidup cukup dan berbagi, sehingga menumbuhkan solidaritas sosial dan menolak gaya hidup individualistik yang menjadi ciri hedonisme. Melalui pendekatan-pendekatan ini, gereja dapat menolong jemaat untuk lebih sadar diri, hidup dalam keseimbangan, dan menemukan makna yang lebih dalam di luar kenikmatan duniawi.

Menumbuhkan Gaya Hidup Sederhana sebagai Respon terhadap Kehidupan Konsumtif

Beberapa tantangan utama dalam menjalankan Spiritualitas Keugaharian meliputi pengaruh budaya Konsumtif yang menekankan mengenai kenikmatan materi. Generasi Z hidup di era di mana gaya hidup konsumtif sangat didorong oleh media sosial, iklan digital, dan tren global. Dalam dunia yang sering kali menilai keberhasilan melalui kepemilikan materi atau status sosial, gaya hidup sederhana yang diajarkan oleh Joas Adi Prasetya memberikan solusi untuk keluar dari perangkap konsumtif yang memenjarkan individu dalam kebahagiaan palsu. Gaya hidup sederhana bukan berarti hidup miskin atau kekurangan, tetapi lebih pada memilih untuk tidak terjebak dalam kecenderungan berlebihan dan mencari kepuasan dalam hal-hal yang esensial dan bermakna. Dengan tingginya paparan media sosial dan iklan digital, Generasi Z sering kali terdorong untuk mengadopsi gaya hidup konsumtif. Baudrillard menyatakan bahwa para kaum konsumerisme tidak membeli barang untuk mengekspresikan perasaan yang sudah ada tentang siapa mereka. Melainkan, konsumerisme menciptakan suatu bentuk perasaan tentang siapa mereka melalui apa yang mereka beli.¹⁷ Oleh karena itu Spiritualitas Keugaharian dapat membantu mereka mengembangkan pola pikir yang lebih sadar terhadap konsumsi dan tidak terjebak dalam budaya materialisme. Melalui gaya hidup sederhana, seseorang mengurangi ketergantungan pada barang-barang material dan belajar untuk menikmati kebahagiaan yang tidak bergantung pada konsumsi. Hal ini menjadi

¹⁷ Bakti, Nirzalin, dan Alwi, "Konsumerisme dalam Perspektif Jean Baudrillard."

penting dalam menanggapi konsumerisme yang menganggap bahwa lebih banyak barang dan lebih banyak pengalaman dapat memberikan lebih banyak kebahagiaan. Dalam konsep keugaharian, kebahagiaan sejati ditemukan dalam hidup yang lebih minim namun lebih bermakna. Gaya hidup sederhana melibatkan pergeseran dari "memiliki" ke "menjadi", dari berfokus pada akumulasi barang menjadi fokus pada kualitas hidup dan relasi yang lebih bermakna.

Di tingkat sosial, gaya hidup sederhana juga mengurangi tekanan sosial yang ada dalam masyarakat yang terus mengedepankan standar kehidupan mewah. Generasi Z, yang sering kali dihadapkan pada ekspektasi sosial untuk mengikuti tren dan memiliki barang-barang terbaru, bisa merasa lebih bebas dan terlepas dari pengaruh negatif tersebut dengan memilih untuk hidup sederhana. Hal ini tidak hanya memberi kebebasan finansial, tetapi juga membebaskan mereka dari rasa kekosongan yang timbul akibat pengejaran materialistis yang tidak pernah berujung. Hidup yang bercukupan adalah sebuah gaya hidup yang harus dimiliki dan dikembangkan oleh orang-orang percaya karena hidup yang berlandaskan Alkitab. Orang Kristen dituntut untuk hidup serba berkecukupan supaya mampu bertahan menghadapi persoalan-persoalan hidup, serta bagaimana berfikir jernih dan bertindak secara bijak di dalam menghadapi permasalahan hidupnya.¹⁸ Gaya hidup sederhana yang dimaksud dalam spiritualitas keugaharian juga mengajarkan pentingnya menjaga keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan pribadi dan tanggung jawab terhadap lingkungan dan masyarakat. Dalam konteks ini, memilih gaya hidup sederhana berarti berkomitmen untuk mengurangi dampak lingkungan yang ditimbulkan oleh konsumsi berlebihan, seperti penggunaan plastik sekali pakai, pemborosan sumber daya, dan kerusakan ekosistem. Melalui gaya hidup yang lebih minimalis, individu, khususnya generasi Z, dapat menjadi bagian dari gerakan global yang lebih sadar terhadap pentingnya keberlanjutan dan kesadaran ekologis. Kesadaran diri dan refleksi adalah dasar penting yang memungkinkan seseorang untuk menilai ulang hidup mereka di tengah arus konsumerisme yang kuat. Dengan mengembangkan kesadaran ini, generasi Z dapat memutuskan untuk

¹⁸ Eikel Ginting, "Keugaharian: Memaknai Konsep Kesederhanaan dalam Ajaran Yesus dan Ajaran Buddha terhadap Konteks FOMO Syndrome," *Jurnal Agama Buddha dan Ilmu Pengetahuan* 8, no. 2 (31 Desember 2022): 126–36, <https://doi.org/10.53565/abip.v8i2.672>.

keluar dari siklus konsumsi dan menemukan makna yang lebih mendalam dalam hidup mereka. Kehidupan konsumtif yang mewarnai masyarakat modern tidak hanya menciptakan pola hidup boros dan tidak berkelanjutan, tetapi juga menggeser nilai-nilai spiritual ke arah materialisme. Dalam konteks ini, gereja memiliki posisi strategis sebagai agen transformasi kultural dan spiritual yang mampu membentuk ulang orientasi hidup umat. Gaya hidup sederhana yang ditawarkan gereja bukan semata-mata bentuk penghematan, tetapi sebagai ekspresi iman yang sadar akan makna hidup, ketergantungan pada Tuhan, serta kepedulian terhadap sesama dan lingkungan. Salah satu cara gereja menumbuhkan gaya hidup sederhana adalah dengan mereformasi cara pandang terhadap berkat dan kesuksesan. Di tengah narasi umum bahwa berkat identik dengan kekayaan dan kemakmuran, gereja perlu menegaskan bahwa berkat sejati adalah hidup yang bermakna, cukup, dan berdampak. Khotbah, pengajaran, dan kesaksian hidup yang mencerminkan nilai ini akan menjadi kekuatan yang melawan narasi konsumtif dunia.

Selain itu, gereja dapat berperan dengan mendorong spiritualitas ekologis dan keberlanjutan. Konsumerisme tidak hanya berdampak sosial, tetapi juga ekologis. Maka, dengan mengintegrasikan ajaran tanggung jawab atas ciptaan dalam liturgi, pelayanan, dan kegiatan komunitas, gereja dapat mengajarkan pentingnya konsumsi bijak dan hidup yang berkelanjutan sebagai bagian dari ibadah kepada Allah. Selanjutnya, penting pula bagi gereja untuk mendorong praktik hidup komunitas yang egaliter. Dalam dunia yang memuja status dan kepemilikan, gereja perlu membentuk ruang di mana semua orang diterima tanpa melihat latar belakang ekonomi atau tampilan materi. Komunitas yang menghidupi kesetaraan dan keterbukaan akan mendorong gaya hidup yang lebih rendah hati dan tidak berpura-pura.

Akhirnya, gereja harus menghidupi nilai keugaharian secara kontekstual dan kreatif, khususnya bagi generasi muda. Melalui kampanye digital, konten kreatif, dan ruang diskusi terbuka, nilai kesederhanaan bisa ditanamkan secara relevan dalam bahasa dan gaya hidup Generasi Z. Gereja bukan hanya mengajak untuk tidak konsumtif, tetapi menginspirasi bahwa hidup sederhana itu keren, membebaskan, dan selaras dengan identitas Kristiani.

Dengan pendekatan ini, gereja dapat menanggapi konsumerisme bukan sekadar dengan larangan atau kritik, tetapi dengan membentuk imajinasi baru tentang hidup yang cukup, bermakna, dan terarah kepada kasih Allah. Pelayan khusus dalam gereja, seperti komisi pelayanan pemuda dan remaja, memiliki peran strategis dalam membentuk nilai-nilai spiritualitas keugaharian di kalangan Generasi Z.

Beberapa upaya yang dapat dilakukan antara lain: Pendidikan dan Pembinaan Rohani, Katekisasi dan Pendalaman Iman, Mengajarkan nilai-nilai Alkitabiah tentang hidup sederhana, pengelolaan berkat, serta pentingnya mengutamakan nilai-nilai rohani dibandingkan dengan kekayaan duniawi. Retret dan Persekutuan Pemuda mengadakan kegiatan yang berfokus pada refleksi spiritual, pembelajaran tentang keugaharian, dan diskusi tentang makna hidup yang sejati.

Penguatan komunitas yang mendukung keugaharian, membangun kelompok kecil atau mentoring, mengadakan kelompok belajar atau mentoring dengan melibatkan tokoh rohani yang dapat menjadi panutan bagi generasi muda dalam menjalankan gaya hidup ugahari. memfasilitasi diskusi dan sharing, memberikan ruang bagi pemuda untuk berbagi pengalaman dan tantangan dalam menerapkan hidup sederhana di era digital.

Menedukasi tentang gaya hidup minimalis dan bertanggung jawab, kampanye kesederhanaan, seminar atau workshop tentang gaya hidup minimalis, pengelolaan keuangan yang sehat, dan pentingnya menghindari gaya hidup konsumtif. pelatihan pengelolaan keuangan berbasis iman mengajarkan pemuda tentang bagaimana mengelola keuangan secara bijak dan sesuai dengan prinsip-prinsip kristen.

Mendorong aksi nyata dalam kehidupan sehari-hari, pelayanan sosial dan misi melibatkan pemuda dalam kegiatan pelayanan sosial, seperti berbagi dengan kaum miskin, misi ke daerah terpencil, atau aksi lingkungan hidup untuk mengajarkan nilai berbagi dan tidak hidup berlebihan. Gerakan beli seperlunya, gunakan secukupnya, mengajak pemuda untuk mengurangi konsumsi barang yang tidak perlu dan lebih sadar terhadap dampak sosial serta lingkungan dari gaya hidup mereka.

Beberapa kebijakan yang dapat diterapkan antara lain:

Pendidikan dan Formasi Spiritualitas Keugharian, Menjadikan Keugharian sebagai Bagian dari Kurikulum Pembinaan Iman, Memasukkan ajaran tentang kesederhanaan dan tanggung jawab sosial dalam materi pembinaan iman bagi pemuda dan remaja. Menyelenggarakan seminar dan pelatihan terkait spiritualitas keugharian, baik dalam lingkup internal gereja maupun bekerja sama dengan institusi Kristen lainnya.

Mendorong pola konsumsi yang bertanggung jawab, mengajarkan tentang pengelolaan keuangan yang baik dan bagaimana menerapkan prinsip-prinsip keugharian dalam kehidupan sehari-hari. Membantu pemuda memahami perbedaan antara kebutuhan dan keinginan dalam gaya hidup modern. Membangun budaya Gereja yang menunjukkan teladan Keugharian, menjadi teladan dalam hidup sederhana, Para pemimpin gereja harus menunjukkan contoh hidup sederhana, tidak berlebihan dalam konsumsi, dan fokus pada pelayanan. Mengurangi penggunaan fasilitas gereja yang berlebihan serta mengalokasikan dana untuk kegiatan sosial yang lebih bermanfaat. Meningkatkan kesadaran sosial dan lingkungan, mengadakan program pengabdian masyarakat, Gereja dapat membangun program berkelanjutan yang melibatkan pemuda dalam pelayanan sosial, seperti bantuan kepada kaum miskin, program pendidikan bagi anak-anak kurang mampu, serta proyek lingkungan. Menyediakan program beasiswa atau bantuan pendidikan bagi jemaat muda yang membutuhkan. Mempromosikan gaya hidup ramah lingkungan, Mengajarkan pentingnya menjaga lingkungan sebagai bagian dari hidup ugahari, seperti dengan mengurangi limbah plastik, menghemat energi, dan mendukung produk lokal yang berkelanjutan. Mengadakan kegiatan gereja yang ramah lingkungan, seperti ibadah tanpa penggunaan kertas dan program penanaman pohon. Memanfaatkan teknologi secara bijak untuk menyebarkan nilai-nilai Keugharian. Menggunakan media digital untuk pendidikan dan inspirasi, memanfaatkan media sosial, podcast, dan video edukatif untuk menyebarkan pesan tentang spiritualitas keugharian kepada generasi muda. Menyediakan konten rohani yang menginspirasi pemuda untuk hidup lebih sederhana dan bermakna. Mengembangkan aplikasi atau platform pembelajaran digital dimana gereja dapat bekerja sama dengan komunitas Kristen untuk mengembangkan aplikasi atau platform digital yang memberikan

materi tentang kehidupan spiritual yang sederhana dan bertanggung jawab.

Spiritualitas Keugharian merupakan konsep penting yang dapat memberikan manfaat besar bagi Generasi Z dalam menghadapi tantangan zaman modern. Dengan memahami dan mengadopsi prinsip hidup sederhana, sadar, dan seimbang, generasi ini dapat mengembangkan pola hidup yang lebih sehat, bermakna, serta selaras dengan nilai-nilai sosial dan lingkungan. Namun, penerapan nilai ini menghadapi tantangan besar, terutama dari budaya konsumtif dan tekanan sosial. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang sistematis dan berbasis edukasi untuk membantu Generasi Z menjalankan prinsip keugharian dalam kehidupan mereka.

Komisi Pembina Remaja Pemuda dan pimpinan gereja memiliki peran kunci dalam menumbuhkan Spiritualitas Keugharian dalam kehidupan Generasi Z disamping dasar yang sudah ditanamkan dalam keluarga. Upaya tersebut harus dilakukan melalui pendidikan iman, komunitas yang mendukung, aksi sosial, serta kebijakan gereja yang mencerminkan nilai kesederhanaan dan kepedulian sosial. Dengan langkah-langkah strategis ini, diharapkan Generasi Z dapat menjalani kehidupan yang lebih bermakna, tidak terjebak dalam budaya konsumtif, serta memiliki kesadaran spiritual yang lebih mendalam.

KESIMPULAN

Spiritualitas Keugharian merupakan konsep penting yang dapat memberikan manfaat besar bagi Generasi Z dalam menghadapi tantangan zaman modern. Dengan memahami dan mengadopsi prinsip hidup sederhana, sadar, dan seimbang, generasi ini dapat mengembangkan pola hidup yang lebih sehat, bermakna, serta selaras dengan nilai-nilai yang diajarkan serta ditunjukkan oleh Tuhan Yesus dalam hidup dan pelayanannya. Namun, penerapan nilai ini menghadapi tantangan besar di zaman post modern ini terutama dari gaya hidup materialisme, konsumerisme dan hedonisme. Gereja dalam hal ini Badan Pekerja Majelis Jemaat GMIM Schwarz Sentrum Langowan serta Pelayan Khusus yang berkaitan dengan pelayanan kepada generasi Z harus melakukan usaha yang lebih serius, terencana secara sistematis dengan berbasis edukasi Gerejawi yaitu pendidikan dan pengajaran yang disertai dengan contoh atau keteladanan hidup dalam Spiritualitas Keugharian untuk membantu generasi Z menerapkan prinsip hidup

dalam Spiritualitas Keugaharian dalam kehidupan mereka. Komisi pelayanan Pemuda dan komisi pelayanan Remaja beserta pembina Remaja dan pimpinan Gereja memiliki tanggung jawab dan peran kunci dalam menumbuhkan Spiritualitas Keugaharian. dalam kehidupan generasi Z terutama dalam hal keteladanan pelayan khusus dan pembina Remaja di dalam menerapkan Spiritualitas Keugaharian. Peran Keluarga atau orang tua sangat penting dalam meletakkan dasar untuk menumbuhkan Spiritualitas Keugaharian dalam kehidupan generasi Z di jemaat GMIM Schwarz Langowan. Dari hasil penelitian didapatkan temuan baru atau novelti yaitu kurangnya sosialisasi tentang Spiritualitas Keugaharian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiprasetya, Joas. *Labirin Kehidupan 2 Berjumpa dengan Allah dalam peziarahan sehari-hari*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2020.
- Admin, PGI. "Ketum PGI:Roh Kerasukan Masih Mendominasi dari pada Spiritualitas Keugaharian," t.t. <https://pgi.or.id/ketum-pgi-roh-kerakusan-masih-mendominasi-daripada-spiritualitas-keugaharian/>.
- Bakti, Indra Setia, Nirzalin Nirzalin, dan Alwi Alwi. "Konsumerisme dalam Perspektif Jean Baudrillard." *Jurnal Sosiologi USK (Media Pemikiran & Aplikasi)* 13, no. 2 (17 Desember 2019): 147–66. <https://doi.org/10.24815/jsu.v13i2.15925>.
- Calvin, Yohanes. *Institutio Pengajaran Agama Kristen*,. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2003.
- Darmaputera, Eka. *Spiritualitas Siap Juang*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2004.
- Ginting, Eikel. "Keugaharian: Memaknai Konsep Kesederhanaan dalam Ajaran Yesus dan Ajaran Buddha terhadap Konteks FOMO Syndrome." *Jurnal Agama Buddha dan Ilmu Pengetahuan* 8, no. 2 (31 Desember 2022): 126–36. <https://doi.org/10.53565/abip.v8i2.672>.
- Grenz, Stanley J. *A primer on postmodernism, pengantar untuk memahami posmodernisme & peluang penginjilan atasnya*. Yogyakarta: PBMR ANDI, 2001.
- Hardiman, Budi F. *Aku Klik Maka Aku Ada*. Yogyakarta: Kanisius, 2021.
- Hoetomo, M.A. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Mitra Pelajar, 2005.
- Hornby, A.S. *Oxford Advanced Learner's Dictionary: International Student's Edition*. New York: Oxford University, 2010.
- Irma, Ade. *Post Modern dalam pemikiran anak muda*. Bukit Cemara Tidar malang: Media Nusa Creative, 2016.
- Koesoema, Doni A. *Pendidikan Karakter*. Jakarta: PT Gramedia Indonesia, 2007.
- Martasudjita, E. *Spiritualitas Liturgi*. Yogyakarta: Kanisius, 2002.
- Rukin. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia, 2019.
- Sinode, BPMS Sinode. *Bertumbuh dalam Kristus*. Tomohon: BPMS, 2017.