

Pembentukan Perilaku Hidup tentang Penguasaan Diri Melalui Ibadah Tengah Minggu

Charissa Christiasari
Sekolah Tinggi Teologi Intheos, Solo
Correspondence: charissa.zakhe@gmail.com

Abstract: This research is qualitative research for the pattern of formation of self-control behavior through the effectiveness of midweek worship of Bethel Gospel Church Gumantar Sragen in 2021. Today, there are not a few people who do not have good self-control behavior in their daily lives. Many cases occur in the community due to weak self-control behavior. If the Holy Spirit leads the believer's whole life, then the believer will do everything as a form of worship based on the love of Christ. People with a good relationship with God will be led by the Holy Spirit and show the fruit of the Spirit in their daily lives because the Holy Spirit does something good for the lives of believers bringing forth the fruit of the Spirit.

Keywords: life attitude; midweek worship; self-control

Abstrak: Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif untuk pola pembentukan perilaku hidup penguasaan diri melalui efektivitas ibadah tengah minggu Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar Sragen tahun 2021. Dewasa ini tidak sedikit orang yang belum memiliki perilaku penguasaan diri yang baik di dalam kehidupannya sehari-hari. Banyak kasus yang terjadi di lingkungan masyarakat akibat lemahnya perilaku penguasaan diri yang dimiliki. Jika dalam keseluruhan hidup orang percaya dipimpin oleh Roh Kudus, maka orang percaya akan melakukan segala sesuatu sebagai bentuk ibadah yang didasarkan pada kasih Kristus. Orang yang memiliki hubungan yang baik dengan Tuhan akan dipimpin oleh Roh Kudus dan akan menampakkan buah Roh dalam kehidupan sehari-hari, karena Roh Kudus mengerjakan sesuatu yang baik bagi hidup orang percaya dengan menghadirkan buah Roh.

Kata kunci: ibadah tengah minggu; penguasaan diri; perilaku hidup

PENDAHULUAN

Baru-baru ini publik dihebohkan dengan peristiwa besar yakni kasus Polisi tembak Polisi, yang ternyata kasus sebenarnya adalah kasus pembunuhan Polisi dengan tokoh utama pembunuhan adalah seorang Perwira Tinggi Polisi. Dalam sebuah situs internet bertajuk "Motif Ferdy Sambo Bunuh Brigadir J" dimana Pakar psikologi forensik, Reza Indragiri menduga adanya dua motif yang mendasari Irjen Ferdy Sambo membunuh Brigadir Yosua Hutabarat atau Brigadir J. Pihaknya mengataskan setidaknya dugaan ada dua motif, kalau tidak motif emosional, yakni motif instrumental.¹ Tingkat emosional seseorang sangat memiliki peran penting dalam perilaku hidup sehari-hari, sehingga seseorang dengan tingkat emosional rendah dan tidak terkontrol dalam melakukan tindakan menghi-

¹ <https://www.tribunnews.com/nasional/2022/08/20/motif-ferdy-sambo-bunuh-brigadir-j-pengamat-diduga-motif-instrumental-terwakili-konsorsium-303>, Garudea Prabawati, Editor Siti Nurjanah Wulandari, Sabtu, 20 Agustus 2022 22:04 WIB

langkan nyawa seseorang. Untuk dapat mengelola tingkat emosional seseorang maka diperlukan perilaku penguasaan diri.

Dalam berani berkata jujur, akhir-akhir ini seringkali ditemukan individu-individu yang belum memiliki perilaku penguasaan diri yang baik di dalam kehidupannya sehari-hari. Istilah penguasaan diri berdasarkan istilah Yunani dari kata "ἐπιθυμία" (epithumia) secara literal diartikan "hasrat yang menggebu-gebu."² Dari berbagai kasus kekesaran terhadap sesama yang terjadi, seringkali dilatarbelakangi dengan kasus kurangnya penguasaan diri. Paramitha dan kawan-kawan mengatakan Banyak kasus yang terjadi di lingkungan masyarakat akibat lemahnya perilaku penguasaan diri yang dimiliki.³ Perilaku kurangnya penguasaan diri ditandai dengan perkataan yang tidak baik, misalnya membicarakan kejelekan antara satu dengan yang lainnya, orang tua memarahi anaknya hingga berlebihan, beberapa jemaat usia remaja suka berbicara yang tidak pantas sebagai orang percaya. Dalam hal perbuatan juga demikian, istri tidak tunduk pada suami serta anak berlaku tidak sopan kepada orang tua.

Irene Intan Permatasari menuliskan temuannya bahwa salah satu dampak yang ditimbulkan jika orang percaya tidak memiliki perilaku penguasaan diri yakni "tidak adanya keselarasan, saling menghormati, dan menghargai perbedaan antar anggota jemaat yang ada dalam gereja".⁴ Apabila memperhatikan perilaku buruk yang diakibatkan oleh tidak dimiliki penguasaan diri baik untuk diri sendiri maupun untuk orang-orang yang ada di sekitar kita. Kehidupan orang percaya diharapkan dapat membangun perilaku hidup penguasaan diri secara pribadi.

Perilaku penguasaan diri yang dimiliki oleh setiap individu dapat menuntun orang percaya pada kehidupan serupa dengan Yesus Kristus. Antonio Gilberto menjelaskan bahwa penguasaan diri merupakan sikap dimana seseorang mampu mengendalikan diri di tengah keinginannya yang kuat, atau penyangkalan diri terhadap keinginan atau kesenangan yang jahat.⁵ Dalam pembentukan perilaku penguasaan diri didukung beberapa faktor berikut kerajinan dalam berdoa, membaca Firman Tuhan, memiliki waktu saat teduh, kerajinan ibadah dan lain sebagainya. Dalam hal beribadah Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar berupaya memberikan bimbingan kepada sidang jemaat dalam pembentukan perilaku penguasaan diri melalui kegiatan ibadah tengah minggu.

Seperti yang dikatakan Timotius Kristianto dalam sebuah wawancara bahwa tujuan utama diadakan ibadah tengah minggu supaya jemaat di GBIS Gumantar mendapatkan bimbingan khusus di tengah minggu dalam perilaku penguasaan diri.⁶ Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya efektivitas pelaksanaan ibadah tengah minggu, diharapkan jemaat GBIS Gumantar dapat semakin bertumbuh kerohaniannya, salah satunya memiliki perilaku hidup penguasaan diri dalam kehidupannya sehari-hari.

Berdasarkan latar belakang yang disajikan penelitian ini berupaya menemukan pola pembentukan perilaku hidup penguasaan diri yang dilakukan GBIS Gumantar melalui ibadah tengah minggu. Diharapkan melalui hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai

² Alexander Souter, *A Pocket Lexicon to the Greek New Testament* (Oxford: Clarendon Press, 1917), 92-93.

³ Paramitha, Gita Kanya, and Stephani Raihana Hamdan. "Pengaruh Self-Control terhadap Perilaku Merokok Mahasiswa selama Pandemi COVID-19." *Jurnal Riset Psikologi* 1.2 (2021): 132-139.

⁴ Irene Intan Permatasari, "Pengaruh Pemahaman Kesatuan Tubuh Kristus Berdasarkan 1 Korintus 12:12-31 Terhadap Kesatuan Jemaat Di Dalam Melayani Tuhan di Gereja Sidang Jemaat Allah Batu Karang Surakarta Tahun 2020/2021", (Skripsi S1, Pendidikan Agama Kristen, Sekolah Tinggi Teologi Intheos, 2020), 4.

⁵ Antonio Gilberto, *Hidup Yang Berkelimpahan*, (Malang: Gandum Mas, 1989), 206.

⁶ Timotius Kristianto, wawancara dengan penulis, Pembela sidang Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar, Sragen, Jawa Tengah. (Jumat, 7 Januari 2022, pukul 15.15).

rujukan dalam pembentukan perilaku penguasaan diri bagi kehidupan jemaat yang dilayaninya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengambil lokasi penelitian di Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif dilakukan untuk mendapatkan makna mendalam mengenai topik yang sedang peneliti bahas.⁷ Pemilihan metode kualitatif akan lebih memudahkan peneliti memberikan gambaran pola pembentukan perilaku hidup penguasaan diri melalui ibadah tengah minggu. Dalam penelitian kualitatif ini dengan menggunakan pendekatan deskriptif, wawancara dan kajian.

Teknik pengumpulan data digunakan dalam penelitian ini adalah metode angket, observasi dan wawancara. Teknik wawancara untuk mendapatkan gambaran terkait pelaksanaan ibadah tengah minggu serta pembentukan perilaku hidup penguasaan diri, dan informan dalam wawancara ini adalah pelayan Tuhan serta jemaat di Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar. Bungin menjelaskan metode angket merupakan serangkaian pertanyaan yang disusun secara sistematis untuk diisi oleh responden.⁸ Teknik pengumpulan data selanjutnya metode observasi dilaksanakan guna mengamati perubahan fenomena sosial yang tumbuh dan berkembang yang kemudian dapat dilakukan penilaian atas perubahan tersebut.⁹

Kajian literatur digunakan untuk menambah wawasan peneliti, selain itu juga untuk menguatkan dan melandaskan penelitian ini pada dasar akademik yang kuat.¹⁰ Kajian literatur yang dipakai bersumber dari Alkitab sebagai pedoman hidup gereja Tuhan dan orang percaya, buku-buku sesuai topik pembahasan, dan artikel jurnal yang relevan. Teknik analisis data menggunakan analisis isi (*content analysis*). Teknik analisis isi merupakan suatu Teknik penelitian ilmiah yang ditujukan untuk mengetahui gambaran karakteristik isi dan menarik inferensi dari isi.

PEMBAHASAN

Ibadah Tengah Minggu

Setiap agama yang berkembang memiliki religositas yang diformulasikan dalam 4 unsur yakni dogma (ajaran), ibadat (liturgi), moral (etika) dan Lembaga (organisasi). Charles Emanuel DM dikutip oleh Yanuarius Seran menjelaskan bahwa hakikat Allah dikenal melalui dogma yang diajarkan, sedangkan relasi Allah dengan umat-Nya diatur dalam ibadat. Pedoman berperilaku dan bersikap baik dihadapan manusia terlebih Allah diatur menurut etika sedangkan hubungan antar pemeluk dengan pemimpinnya diatur dalam lembaga.¹¹ Merujuk pada keempat unsur yang berhubungan dengan religositas sebuah agama, khususnya peribadatan di Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar memiliki ibadah tengah minggu.

Dalam Alkitab menjelaskan secara lengkap mengenai ibadah, yang dapat dilihat dari kehidupan bangsa Israel. Seperti yang dikatakan oleh Baker bahwa "Dalam Perjanjian Lama

⁷ Manurung, Kosma. "Mencermati Arti Penting Penggunaan Bahasa Cinta Anak dalam Keluarga Kristen di Era 5.0." *EDULEAD: Journal of Christian Education and Leadership* 2.1 (2021): 53-70.

⁸ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Komunikasi, Ekonomi, Dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya)* (Jakarta: Kencana, 2017), 133.

⁹ Joko Subagyo, *Metode Penelitian dari Teori dan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), p. 63.

¹⁰ Samosir, Almeida. "Kajian Kekinian Peran Penatua Terhadap Kedisiplinan Jemaat." *Jurnal Antusias* 7.1 (2021): 32-45.

¹¹ Yanuarius Seran, *Kebertahanan Peran Agama Di Abad Ke 21 Dalam Gempuran Arus Globalisasi*, Jurnal Kateketik dan Pastoral, P-ISSN: 2503-5150, 171

Tuhan memerintahkan kepada bangsa Israel untuk menjalankan hari Sabat sebagai hari yang kudus.¹² Dalam kekristenan ibadah adalah panggilan Allah.¹³ Dengan demikian, ibadah yang sebenarnya adalah suatu pelayanan yang dipersembahkan kepada Allah, tidak hanya dalam arti ibadah di bait suci, tetapi juga dalam arti pelayanan kepada sesama, dan dalam kehidupan sehari-hari. Secara khusus yang dimaksudkan dengan ibadah tengah minggu di GBIS Gumantar yakni ibadah yang dilakukan pada hari pertengahan dalam sepekan yang bertujuan memberikan pendalaman firman Tuhan yang telah disampaikan pada ibadah.

Clinton mengungkapkan melalui peribadatan Allah senantiasa memperbaharui kerohanian kita, di mana orang percaya dikembalikan pada jalan kebenaran yakni Alkitab Firman Tuhan dan kepada rencana-Nya yang agung.¹⁴ Dalam ibadah tengah minggu orang percaya berkumpul dengan keluarga Kerajaan Allah. Sehingga, orang percaya dapat saling mengasihi, mendukung dan melengkapi satu sama lain. Dapat dikatakan bahwa manfaat diadakannya ibadah tengah minggu adalah untuk menjalin hubungan dengan Tuhan serta mengenal Tuhan lebih lagi melalui Firman yang disampaikan, menguatkan keimanan kepada Yesus, dan dikuatkan saat mengalami kelemahan. Karena dengan diadakannya ibadah tengah minggu, orang percaya satu dengan yang lain dapat saling membangun dan menguatkan melalui persekutuan bersama ditengah aktivitas yang sudah dijalani.

Perilaku Hidup Penguasaan Diri

Istilah penguasaan diri dikutip untuk pertama kalinya dalam kitab Amsal 25:28 dengan menggunakan kata "לֹא מְעַצֵּר אֵין" (le mā'·šār' 'ên') secara literal diartikan "tidak menyimpang dari aturan". Makna yang dapat dipahami dari istilah "לֹא מְעַצֵּר אֵין" (le mā'·šār' 'ên') yakni seseorang yang memiliki aturan atau penguasaan terhadap roh, jiwa dan tubuhnya. Seseorang yang memiliki perilaku hidup penguasaan diri akan tetap tenang meskipun godaan-godaan muncul dan ia tidak dapat menahan diri dan ketika dipancing, amarahnya meledak melampaui batas kewajaran.

Sedangkan dalam kitab Galatia 5:22 menggunakan kata "ἐγκράτεια" ¹⁶ (enkrateia) secara literal kata ini merujuk pada istilah temperamen, penguasaan diri. Penguasaan ini merupakan salah satu dari buah-buah roh yang wajib dimiliki oleh orang percaya dalam membangun kehidupan rohaninya. Kata penguasaan diri dalam Galatia 5:22-23 merupakan terjemahan dari istilah Yunani ἐγκράτεια (enkrateia) yang secara konseptual bermakna "mempunyai kuasa atas" atau "otoritas" untuk mengarahkan, memerintah atau melarang diri sendiri terhadap nafsu, keinginan besar, amarah, hasrat, emosi, kecanduan, dan lain-lain.¹⁷ Penguasaan diri dapat diterjemahkan menjadi "mengetahui cara mengendalikan diri, mampu menolak keinginan diri, atau mampu mengendalikan diri, artinya pengendalian diri adalah mengendalikan diri agar tidak berbuat jahat."¹⁸ Maksudnya orang yang memiliki

¹² Baker, David L, *Mari Mengenal Perjanjian Lama*, (BPK Gunung Mulia, 2002), 39.

¹³ Tobing, Mintoni Asmo. "Studi Historis Ibadah Orang Yahudi pada Masa Intertestamental." *Jurnal Teologi Berita Hidup* 3.1 (2020): 96-109.

¹⁴ J. Robert Clinton, *Pembentukan Pemimpin Sejati*, Jakarta: Metanoia, 2004. 57.

¹⁵ *The Holy Bible: King James Version*, Electronic Edition of the 1900 Authorized Version. (Bellingham, WA: Logos Research Systems, Inc., 2009), Pr 25:28.

¹⁶ *The Holy Bible: King James Version*, Electronic Edition of the 1900 Authorized Version. (Bellingham, WA: Logos Research Systems, Inc., 2009), Ga 5:23.

¹⁷ Pattinama, Yenny Anita. "Korelasi Buah Roh Dan Ibadah." *SCRIPTA: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kontekstual* 1.1 (2016): 84-93.

¹⁸ Kurniadi, Trisno. "Penguasaan Diri Hamba Tuhan Dalam Pelayanan Kajian Eksegetikal 2 Timotius 4: 1-8." *Manna Rafflesia* 3.2 (2017): 131-156.

hubungan yang baik dengan Tuhan akan dipimpin oleh Roh Kudus dan akan menampakkan buah Roh dalam kehidupan sehari-hari. Karena Roh Kudus mengerjakan sesuatu yang baik bagi hidup orang percaya dengan menghadirkan buah Roh.

Orang dengan perilaku hidup penguasaan diri rendah tidak dapat menyesuaikan atau mengontrol arah tindakan mereka, sehingga orang dengan perilaku hidup penguasaan diri rendah lebih sensitif dan melakukan apa pun yang mereka anggap menyenangkan.¹⁹ Hal ini sejalan dengan teori perilaku hidup penguasaan diri dari Tangney, et al yang mengatakan bahwa perilaku hidup penguasaan diri adalah kemampuan individu agar bisa melebihi atau menggantikan respon yang terdapat pada diri agar menghadang sifat-sifat yang tidak diharapkan timbul sebagai wujud respon dari suatu keadaan.²⁰ Lebih lanjut Tangney et al menjelaskan bahwa karakteristik perilaku hidup penguasaan diri adalah dapat mengendalikan pikiran, emosi, dorongan, dan mengatur performa serta dapat menghentikan kebiasaan.

Pembentukan Perilaku Penguasaan Diri melalui Ibadah Tengah Minggu

Ibadah tengah minggu yang dilaksanakan di GBIS Gumantar untuk pertama kalinya dengan tujuan menyasiasi kondisi jemaat yang telah lama tidak beribadah secara onsite akibat adanya pembatasan kegiatan masyarakat termasuk ibadah didalamnya. Ibadah tengah minggu GBIS Gumantar dilaksanakan pada hari Rabu dengan pertimbangan pertengahan pekan sehingga kehidupan jemaat bisa dibangun dengan baik. Secara statistik jemaat yang berkomitmen untuk hadir dalam ibadah tengah minggu 68,1% tiap minggunya. Ini menunjukkan kondisi jemaat yang sedang mengalami kerinduan untuk mendalami kebenaran firman Tuhan.

Statistik kehadiran jemaat dalam ibadah pada prosentase 68,1% dilatarbelakangi tata peribadatan atau liturgi dalam ibadah tengah minggu disusun dengan konteks hubungan antar sesama jemaat. Henny Verra Fonataba menjelaskan bahwa model tata ibadah keluarga terlalu formal, perlu memberi ruang kepada keluarga untuk berkreasi sesuai dengan konteks, dan memasukan beberapa faktor tersebut supaya ibadah lebih hidup, fleksibel, dan menjawab apa yang keluarga gumuli dan butuhkan.²¹ Dengan tata peribadatan demikian menjadikan jemaat memiliki rasa nyaman untuk hadir secara onsite beribadah.

Dalam ibadah tengah minggu di Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar Tahun 2021 ditunjukkan melalui upaya gereja mengembangkan ibadah tengah minggu dengan memberikan pengumuman di ibadah raya dan mengajak jemaat datang dalam ibadah tengah minggu. Hal tersebut sedikit berpengaruh pada peningkatan jumlah kehadiran jemaat dalam ibadah tengah minggu. Hal ini ditunjukkan dari rata-rata tingkat kehadiran jemaat sepanjang tahun 2021 secara statistik sebanyak 87,9%. Selain itu dari hasil observasi 89,8% jemaat yang hadir merasakan bahwa ibadah tengah minggu bersifat lebih variatif. Artinya didalam tata laksana ibadah tengah minggu, Gereja senantiasa mengembangkan pola pelayanan liturgi yang bersifat normatif disaat ibadah raya menjadi liturgis yang variatif

¹⁹ Angelina, Dika Yuniar. "Pola asuh otoriter, kontrol diri dan perilaku seks bebas remaja SMK." *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 2.2 (2013).

²⁰ Tangney, J. P., R. F. Baumeister, and A. L. Boone. "High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. Job and home life responsibilities." *Family Relations* 36 (2004): 37-43.

²¹ Henny Verra Fonataba, *Analisis Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Keaktifan Keluarga Dalam Melaksanakan Ibadah Keluarga Di Jemaat GKI Solafide Tasangkapura Jayapura*, Tesis. (Yogyakarta: Universitas Kristen Duta Wacana, 2015), 104

dalam ibadah tengah minggu. Gereja bahkan masih akan menindaklanjuti supaya pelaksanaan ibadah tengah minggu terus berkembang dan berjalan efektif. Hal ini disampaikan oleh bapak Timotius, bahwa "...saya pikir itu belum ada keinginan bersama untuk meningkatkan ibadah tengah minggu."

Kondisi nyata dilapangan bahwa kehadiran jemaat yang jarak yang jarak tempat tinggalnya jauh dengan tempat ibadah. Dikarenakan jarak yang dekat tidak membutuhkan waktu tempuh yang lama dan dapat ditempuh dengan jalan kaki atau sepeda mini. Selain pada jarak, kendala yang lain adalah kesibukan jam kerja yang tidak dapat dibatasi. Hari Rabu merupakan hari dimana sebagian orang bekerja secara efektif baik di dalam maupun di luar kota. Kehadiran jemaat yang bekerja di dalam kota lebih banyak daripada yang bekerja di luar kota.

Pola pembentukan perilaku hidup penguasaan diri melalui ibadah tengah minggu sangat efektif dilaksanakan dengan bentuk ibadah pendalaman Firman Tuhan. Secara statistik ditunjukkan bahwa 93% jemaat menyatakan sangat setuju dan efektif sekali apabila ibadah tengah minggu diformat dalam ibadah pendalaman firman Tuhan. Firman Tuhan yang disampaikan dalam ibadah tengah minggu membuat jemaat mengerti dan memahami akan kebenaran Firman dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini ditunjukkan melalui hasil wawancara dengan Bapak Tri Joko dan saudari Daniella bahwa "penyampaian firman Tuhan dalam ibadah raya secara pasti dan mendalam akan dijelaskan disaat ibadah tengah minggu." Penyegaran rohani merupakan memperbaharui kerohanian kita, kembali kepada hidup yang bersemangat. Kita kembali kepada Alkitab, kepada kekuatan Allah, kepada rencana-Nya, kepada jalan-Nya²². Jadi pendalaman Alkitab yang dilakukan dalam ibadah tengah minggu berdampak untuk menyegarkan kehidupan rohani jemaat Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar Sragen dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Pola pembentukan perilaku hidup penguasaan diri melalui ibadah tengah minggu dengan cara menyusun kerangka pendalaman firman Tuhan secara tematik fokus penguasaan diri. Perilaku hidup penguasaan diri dalam kehidupan sehari-hari bagi orang percaya merupakan suatu kemampuan untuk tidak terpengaruh dengan keinginan daging, ajaran yang sesat ataupun godaan-godaan yang dipengaruhi oleh diri sendiri maupun lingkungan. Salah satu Firman yang disampaikan tentang perilaku hidup penguasaan diri adalah Hidup yang Diubahkan Menghasilkan Buah (Filipi 1:11). Dijelaskan bahwa "hidup manusia adalah sebuah perjalanan yang telah dirancang oleh Tuhan. Tuhan Sang pencipta dan sumber kehidupan mengharapkan untuk kembali kepada Tuhan. Allah memberikan wewenang bagi setiap orang menjalani hidupnya dengan sebuah pilihan, dan akhirnya setiap orang percaya yang sudah ditebus harus memberikan pertanggungjawaban kepada Tuhan lewat kehidupannya yang menghasilkan buah." Jemaat yang hadir dalam ibadah tengah minggu cenderung menghasilkan buah dengan memiliki perilaku hidup penguasaan diri dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku hidup penguasaan diri jemaat GBIS Gumantar dilihat dari kerinduan jemaat untuk bersekutu kepada Tuhan, saling menguatkan dan mendoakan jemaat yang lain dalam ibadah tengah minggu. Hal ini diakui oleh saudari Meyvita dalam sebuah wawancara, bahwa "...kita lebih bisa mengenal satu sama lain, saling mendukung, saling mendoakan pergumulan-pergumulan jemaat lain juga."

Selain itu dalam pendalaman firman Tuhan selama diadakan ibadah tengah minggu, jemaat ditanamkan untuk memupuk kesadaran membangun hubungan yang baik dengan Tuhan. Pola pembentukan perilaku hidup penguasaan diri jemaat Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar tahun 2021 melalui efektivitas ibadah tengah minggu terbagi menjadi

²² Robert Clinton, *Pembentukan Pemimpin Sejati*, Jakarta: Metanoia, 2004, 57.

dua, dari dalam diri dan dari gereja. Yang pertama dari dalam diri, adalah memiliki kesadaran untuk membangun hubungan yang baik dengan Tuhan. Membangun hubungan yang baik dengan Tuhan dapat dilakukan dengan berdoa, menyembah Tuhan, membaca dan merenungkan Firman Tuhan. Memiliki hubungan yang baik dengan Tuhan berpengaruh terhadap pembentukan perilaku hidup penguasaan diri. Griffith Thomas menuliskan dalam bukunya bahwa, "Bukan dengan usaha sendiri, tetapi oleh kuasa Roh Kudus, kita dimampukan untuk mengalahkan kekuatan dosa asal yang melekat."²³ Hal tersebut juga diakui oleh Bapak Timotius, bahwa "...orang yang hidup dekat dengan Tuhan akan bisa menguasai hidupnya karena Roh Kudus yang bekerja dalam hidupnya." Pembentukan perilaku hidup penguasaan diri dapat dilakukan bersama kelompok ibadah dalam gereja. Kelompok ibadah yang diikuti oleh jemaat menentukan pertumbuhan karakter dan kebiasaan orang percaya. Dalam kelompok ibadah jemaat akan saling mendoakan dan saling mendukung. Dalam pertemuan kelompok ibadah, jemaat juga akan saling mengingatkan untuk memiliki perilaku hidup penguasaan diri melalui penyampaian Firman Tuhan maupun pribadi ke pribadi.

Pola pembentukan perilaku hidup penguasaan diri jemaat Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar tahun 2021 melalui efektivitas ibadah tengah minggu, ditunjukkan dengan adanya tata rencana tindakan gereja dalam menindaklanjuti jemaat yang melakukan penyimpangan perilaku hidup penguasaan diri dalam bentuk pendekatan, memberikan nasehat-nasehat dan pembinaan, seperti yang diungkapkan oleh bapak Tri Joko Haryono "...gereja akan mencoba melakukan pendekatan, memberikan suatu pengertian-pengertian dan nasehat-nasehat."²⁴ Tata rencana gereja yang masih akan terealisasi, membuat jemaat yang menyimpang dari perilaku hidup penguasaan diri belum mendapat tindak lanjut secara khusus.

KESIMPULAN

Kehidupan religious seseorang tidak dapat dilepaskan dari 4 unsur religisitas sebuah agama. Salah satu unsur tersebut yakni ibadah (liturgi), dimana seorang penganut menjalani ibadat sesuai dengan keyakinan yang dipeluknya. Dalam menjalani ibadat tersebut seorang umat beragama akan diberikan penanaman nilai-nilai moral kehidupan melalui pemberitaan firman Tuhan. Salah satu contoh yang dilakukan oleh GBIS Gumantar memiliki pola pembentukan hidup penguasaan diri melalui ibadah tengah minggu sebagai berikut:

Pertama, pola pembentukan hidup penguasaan diri melalui penanaman komitmen kehadiran dalam ibadah tengah minggu. Secara statistik jemaat yang berkomitmen untuk hadir dalam ibadah tengah minggu 68,1% tiap minggunya. Komitmen jemaat dalam mengikuti ibadah tengah minggu salah satu indikator yang menunjukkan kondisi jemaat yang sedang mengalami kerinduan untuk mendalami kebenaran firman Tuhan. Kedua, pola pembentukan perilaku penguasaan diri dengan cara menyusun pola liturgis dengan konteks hubungan antar sesama jemaat. Melalui pola liturgis ibadah keluarga yang memberi ruang kepada keluarga untuk berkreasi sesuai dengan konteks, dan memasukan beberapa faktor tersebut supaya ibadah lebih hidup, fleksibel, dan menjawab apa yang keluarga gumuli dan butuhkan. Ketiga, pola pembentukan perilaku hidup tengah minggu melalui ibadah tengah minggu dengan cara melakukan transformasi liturgis yang bersifat normatif menjadi liturgis yang bersifat variatif. Gereja bahkan masih akan menindaklanjuti

²³ Griffith Thomas, *The Holy Spirit of God*, English: Wipf and stock, 2001, 143.

²⁴ Joko Haryono. Tri, wawancara dengan penulis, pelayan Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar, Sragen, Jawa Tengah. (Jumat, 9 Januari 2022, pukul 19.05 WIB).

supaya pelaksanaan ibadah tengah minggu terus berkembang dan berjalan efektif. Keempat, pola pembentukan perilaku hidup penguasaan diri melalui ibadah tengah minggu sangat efektif dilaksanakan dengan bentuk ibadah pendalaman Firman Tuhan. Firman Tuhan yang disampaikan dalam ibadah tengah minggu membuat jemaat mengerti dan memahami akan kebenaran Firman dalam kehidupan sehari-hari. GBIS Gumantar melalui ibadah tengah minggu dengan cara menyusun kerangka pendalaman firman Tuhan secara tematik fokus penguasaan diri. Perilaku hidup penguasaan diri dalam kehidupan sehari-hari bagi orang percaya merupakan suatu kemampuan untuk tidak terpengaruh dengan keinginan daging, ajaran yang sesat ataupun godaan-godaan yang dipengaruhi oleh diri sendiri maupun lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelina, Dika Yuniar. "Pola asuh otoriter, kontrol diri dan perilaku seks bebas remaja SMK." *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 2.2, 2013.
- Baker, David L, *Mari Mengenal Perjanjian Lama*, BPK Gunung Mulia, 2002.
- Bungin, Burhan. *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Komunikasi, Ekonomi, Dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya)*. Jakarta: Kencana, 2017.
- Clinton, J. Robert. *Pembentukan Pemimpin Sejati*, Jakarta: Metanoia, 2004.
- Fonataba, Henny Verra. *Analisis Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Keaktifan Keluarga Dalam Melaksanakan Ibadah Keluarga Di Jemaat GKI Solafide Tasangkapura Jayapura*, Tesis. Yogyakarta: Universitas Kristen Duta Wacana, 2015.
- Gilberto, Antonio. *Hidup Yang Berkelimpahan*, Malang: Gandum Mas, 1989.
- Joko Haryono. Tri, wawancara dengan penulis, pelayan Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar, Sragen, Jawa Tengah. Jumat, 9 Januari 2022, pukul 19.05 WIB.
- Kristianto, Timotius. wawancara dengan penulis, Pembela sidang Gereja Bethel Injil Sepenuh Gumantar, Sragen, Jawa Tengah. Jumat, 7 Januari 2022, pukul 15.15.
- Kurniadi, Trisno. "Penguasaan Diri Hamba Tuhan Dalam Pelayanan Kajian Eksegetikal 2 Timotius 4: 1-8." *Manna Rafflesia* 3.2, 2017.
- Manurung, Kosma. "Mencermati Arti Penting Penggunaan Bahasa Cinta Anak dalam Keluarga Kristen di Era 5.0." *EDULEAD: Journal of Christian Education and Leadership* 2.1, 2021.
- Pattinama, Yenny Anita. "Korelasi Buah Roh Dan Ibadah." *SCRIPTA: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kontekstual* 1.1, 2016.
- Paramitha, Kanya, Gita., dan Hamdan, Stephani Raihana. "Pengaruh Self-Control terhadap Perilaku Merokok Mahasiswa selama Pandemi COVID-19." *Jurnal Riset Psikologi* 1.2. 2021.
- Permatasari, Irene Intan. "Pengaruh Pemahaman Kesatuan Tubuh Kristus Berdasarkan 1 Korintus 12:12-31 Terhadap Kesatuan Jemaat Di Dalam Melayani Tuhan di Gereja Sidang Jemaat Allah Batu Karang Surakarta Tahun 2020/2021", Skripsi S1, Pendidikan Agama Kristen, Sekolah Tinggi Teologi Intheos, 2020.
- Samosir, Almeida. "Kajian Kekinian Peran Penatua Terhadap Kedisiplinan Jemaat." *Jurnal Antusias* 7.1, 2021.
- Seran, Yanuarius. *Kebertahanan Peran Agama Di Abad Ke 21 Dalam Gempuran Arus Globalisasi*, Jurnal Kateketik dan Pastoral, P-ISSN: 2503-5150.
- Subagyo, Joko. *Metode Penelitian dari Teori dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Souter, Alexander. *A Pocket Lexicon to the Greek New Testament*. Oxford: Clarendon Press, 1917.

- Tangney, J. P., R. F. Baumeister, and A. L. Boone. "High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, And Interpersonal Success. Job And Home Life Responsibilities." *Family Relations* 36, 2004.
- The Holy Bible: King James Version*, Electronic Edition of the 1900 Authorized Version. Bellingham, WA: Logos Research Systems, Inc., 2009.
- Thomas, Griffith. *The Holy Spirit of God*, English: Wipf and stock, 2001.
- Tobing, Mintoni Asmo. "Studi Historis Ibadah Orang Yahudi pada Masa Intertestamental." *Jurnal Teologi Berita Hidup* 3.1, 2020.
- <https://www.tribunnews.com/nasional/2022/08/20/motif-ferdy-sambo-bunuh-brigadir-j-pengamat-diduga-motif-instrumental-terwakili-konsorsium-303>, Garudea Prabawati, Editor Siti Nurjanah Wulandari, Sabtu, 20 Agustus 2022 22:04 WIB