

Pembiasaan Perilaku Berdoa Dan Pendalaman Alkitab Pada Remaja Dalam Kelas Real Time Faith Di GMAHK Bintaro

Hamsinah

Universitas Prof. Dr. Moestopo (Beragama), Jakarta
Jl. Hang Lekir I No. 8 Gelora, Tanah Abang, Jakarta Pusat 10270.

*Email Korespondensi: panggilsayaina@gmail.com

Abstract – *Habits are activities that carried out continuously in daily life. In educating young children, this habituation includes aspects of moral development, religious values, morals, social, emotional development and independence. One example of habituation is the habituation of prayer behaviour and Bible study in teenagers. Socialization of prayer behavior habits and Bible study among teenagers in the Real Time Faith class at GMAHK Bintaro. In the first stage : Research was carried out at GMAHK Bintaro, South Jakarta. Second : Socialization through collaboration with the GMAHK Bintaro Children's Sabbath School Department. Third : Make a teaching schedule for the Real Time Faith class. To carry out this socialization, lecture and practice methods were used. Socialization is carried out by providing teenagers with an understanding of the concept of prayer and Bible study. To find out whether teenagers' habit of praying and studying the Bible continues or not, parents need to play a role in guiding and supervising their teenagers in praying and studying the Bible individually or with their families. Meanwhile, Sabbath School teachers will familiarize children by giving them assignments for prayer and Bible study at church services and at home, both individually and with their families.*

Keywords: *habituation, prayer behavior, Bible study*

Abstrak – Pembiasaan merupakan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus dalam kehidupan sehari-hari. Dalam mendidik anak usia dini pembiasaan ini meliputi aspek perkembangan moral, nilai-nilai agama, akhlak, pengembangan sosial, emosional dan kemandirian. Salah satu contoh pembiasaan adalah pembiasaan perilaku berdoa dan pendalaman Alkitab pada remaja. Sosialisasi pembiasaan perilaku berdoa dan pendalaman Alkitab pada remaja dalam kelas Real Time Faith di GMAHK Bintaro. Pada tahapan, pertama: Riset dilakukan di GMAHK Bintaro, Jakarta Selatan. Kedua : Sosialisasi melalui kerjasama dengan Departemen Sekolah Sabat Anak-anak GMAHK Bintaro. Ketiga : Membuat jadwal mengajar di kelas *Real Time Faith*. Untuk menjalankan sosialisasi ini digunakan metode ceramah dan praktek. Sosialisasi dilakukan dengan memberikan pemahaman kepada remaja tentang konsep berdoa dan pendalaman Alkitab. Untuk mengetahui apakah pembiasaan perilaku remaja berdoa dan pendalaman Alkitab berlanjut atau tidak, dibutuhkan peranan para orang tua untuk membimbing dan mengawasi anak remaja mereka untuk berdoa dan pendalaman Alkitab secara pribadi ataupun bersama keluarga mereka. Sedangkan untuk para guru-guru Sekolah Sabat akan membiasakan anak-anak dengan memberikan tugas untuk berdoa dan pendalaman Alkitab di ibadah gereja dan di rumah mereka baik secara pribadi maupun bersama keluarga.

Kata Kunci :pembiasaan, perilaku berdoa, pendalaman Alkitab.

PENDAHULUAN

Maraknya kasus degradasi moral yang terjadi pada remaja di negara kita seperti halnya berbicara kotor, tawuran antar pelajar, minum-minuman keras, narkoba, tindak kekerasan (bullying), geng motor, pelecehan seksual, dan lain sebagainya adalah dampak negatif dari

kemajuan teknologi informasi yang tidak diimbangi dengan penanaman keimanan dan nilai-nilai agama dalam diri remaja.

Pembiasaan merupakan cara yang efektif dalam menambahkan nilai-nilai yang positif ke dalam diri remaja, baik dari aspek kognitif, afektif maupun psikomotorik. Selain itu pembiasaan juga dinilai sebagai cara yang efisien dalam mengubah kebiasaan negatif menjadi kebiasaan positif. Jadi dengan pembiasaan perilaku keberagamaan terhadap remaja sangat baik untuk pembentukan kepribadian, moral, dan akhlak anak. Kebiasaan tersebut nantinya akan sangat melekat pada dirinya sepanjang hidup.

Pada kehidupan umat kristiani doa merupakan nafas hidup bagi orang yang percaya. Jika kita tidak berdoa, maka kerohanian kita akan mati. Doa adalah komunikasi dua arah antara kita dengan Tuhan. Dengan demikian sangatlah penting untuk mendidik dan membiasakan anak-anak kita untuk berdoa agar iman dan kerohaniannya kuat dan berakar pada Tuhan.

Di dalam Alkitab (2002), Ulangan 6:6-7, “Apa yang kuperintahkan kepadamu pada hari ini haruslah engkau perhatikan, haruslah engkau mengajarkannya berulang-ulang kepada anak-anakmu dan membicarakannya apabila engkau duduk di rumahmu, apabila engkau sedang dalam perjalanan, apabila engkau berbaring dan apabila engkau bangun.” Ayat tersebut merupakan dasar bahwa orang tua kristiani harus mendidik dan membiasakan anak-anak mereka berdoa kepada Tuhan dan pendalaman Alkitab.

Dan Amsal 22:6, “Didiklah orang muda menurut jalan yang patut baginya, maka pada masa tuanya pun ia tidak akan menyimpang dari pada jalan itu.”

Pembiasaan merupakan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus dalam kegiatan sehari-hari dan dilakukan secara berulang-ulang supaya menjadi terbiasa. Menurut Abu Bakar Zikri (dalam Zubaedi 2011: 179) menyatakan, “Perbuatan manusia, apabila dikerjakan secara berulang-ulang sehingga mudah untuk melakukannya, itu dinamakan kebiasaan.” Pembiasaan ini dapat terlihat dari kegiatan remaja sehari-hari baik dari perilaku dalam berdoa dan pendalaman Alkitab pada saat sebelum dan sesudah melakukan kegiatan.

Untuk pembiasaan perilaku berdoa dan pendalaman Alkitab bagi remaja, dibutuhkan kerjasama antara orang tua dalam keluarga dan guru di sekolah, serta guru rohani di tempat ibadah. Menurut Smith dan Denton (2005), kerjasama antara keluarga dan institusi pendidikan agama sangat penting dalam pembentukan perilaku religius pada remaja. Orang tua memainkan peran utama dalam memberikan contoh dan mendukung praktik keagamaan di rumah, yang menurut Regnerus (2010), dapat memperkuat komitmen religius remaja. Di sisi lain, guru di sekolah memiliki tanggung jawab untuk mengintegrasikan nilai-nilai keagamaan dalam kurikulum dan kegiatan ekstrakurikuler, yang dapat membantu remaja dalam memahami dan menghayati ajaran agama mereka secara lebih mendalam (Christian Smith & Snell, 2009). Selain itu, guru rohani di tempat ibadah berperan dalam memberikan bimbingan spiritual dan pendalaman materi keagamaan, yang menurut Kinnaman dan Lyons (2016), sangat penting dalam pembentukan identitas religius remaja.

Tujuan dilakukannya pembiasaan kepada remaja ini adalah untuk melatih serta membiasakan diri dengan satu tujuan, sehingga benar-benar tertanam pada diri sampai beranjak dewasa dan akhirnya menjadi kebiasaan yang sulit ditinggalkan di kemudian hari. Menurut Bandura (1977), pembiasaan melalui pengulangan dan penguatan positif adalah kunci dalam pembentukan kebiasaan jangka panjang. Hal ini penting karena, sebagaimana dijelaskan oleh Desmond, Morgan, dan Kikuchi (2010), kebiasaan religius yang terbentuk sejak dini memiliki

potensi besar untuk bertahan hingga dewasa, berkontribusi pada kesejahteraan psikologis dan moral individu.

Berdasarkan penjelasan tersebut di atas, pengabdian masyarakat yang penulis laksanakan ini dititik beratkan pada pelatihan pembiasaan perilaku berdoa dan pendalaman Alkitab bagi remaja pada kelas *Real Time Faith* GMAHK Bintaro. Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat ini GMAHK Bintaro yang beralamat jalan Taman Makam Bahagia, Parigi, Kec. Pondok Aren, kota Tangerang Selatan, Banten. Tujuannya untuk melatih pembiasaan perilaku berdoa dan pendalaman Alkitab bagi remaja dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Pembiasaan perilaku berdoa dan pendalaman Alkitab diharapkan bisa meningkatkan kehidupan rohani pada remaja, sebagai pondasi mental yang kuat hingga mereka dewasa nantinya. Juga untuk melatih serta membiasakan remaja konsisten dengan sebuah tujuan, sehingga benar-benar tertanam pada dirinya dan akhirnya menjadi kebiasaan yang sulit ditinggalkan dikemudian hari.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada setiap hari Sabtu, dari tanggal 6 Januari 2024 sampai dengan tanggal 6 Juli 2024. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan cara pemberian materi pembelajaran. Pemberian materi pembelajaran adalah salah satu pendekatan yang efektif dalam program pengabdian masyarakat, karena memungkinkan peserta untuk mendapatkan pengetahuan yang terstruktur dan sistematis (Kolb, 2014). Materi yang disampaikan terkait dengan cara berdoa dan pendalaman Alkitab yang benar. Menurut Richards dan Bredfeldt (2020), pemahaman yang benar tentang doa dan pendalaman Alkitab sangat penting untuk perkembangan spiritual seseorang.

Hal-hal yang perlu dipersiapkan sebelum berdoa dan pendalaman Alkitab termasuk menciptakan lingkungan yang kondusif dan menenangkan, yang dapat membantu dalam memusatkan pikiran dan hati kepada Tuhan (Foster, 2018). Membuat poin dari setiap doa dan bacaan pendalaman Alkitab dapat membantu peserta untuk lebih fokus dan terstruktur dalam kegiatan spiritual mereka. Seperti yang diungkapkan oleh Whitney (2014), pencatatan poin-poin penting dalam doa dan bacaan Alkitab dapat meningkatkan pemahaman dan aplikasi praktis dari ajaran tersebut.

Mempraktekkan kebiasaan perilaku berdoa dan pendalaman Alkitab dalam kehidupan sehari-hari adalah langkah kunci untuk menginternalisasi kebiasaan spiritual ini. Pembiasaan melalui praktik sehari-hari sangat penting dalam membentuk kebiasaan jangka panjang yang berkelanjutan (James, 2020). Menurut Smith dan Denton (2014), integrasi praktik spiritual dalam kehidupan sehari-hari dapat memperkuat iman dan komitmen religius seseorang. Dalam kegiatan ini penulis atau narasumber merupakan dosen di Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Prof. Dr. Meostopo (Beragama) mengajar mata kuliah Ilmu Komunikasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Sependi (2015), pembiasaan merupakan suatu kegiatan untuk melakukan hal-hal yang sama, berulang-ulang secara sungguh-sungguh dengan tujuan memperkuat atau menyempurnakan suatu keterampilan agar menjadi terbiasa. Dengan kata lain pembiasaan merupakan cara mendidik anak dengan penanaman proses kebiasaan.

Bentuk-bentuk pembiasaan menurut Muhammad Noer Cholifudin Zuhri (2013), antara lain

- a. Kegiatan rutin, kegiatan yang dilakukan oleh sekolah setiap hari, misalnya berbaris, berdoa, dan sebagainya
- b. Kegiatan spontan, kegiatan yang dilakukan secara spontan, misalnya meminta tolong dengan baik, menawarkan bantuan dengan baik, menjenguk teman yang sedang sakit.
- c. Pemberian teladan, kegiatan yang dilakukan dengan memberi teladan/ccontoh yang baik kepada peserta didik, misalnya budaya hidup bersih, disiplin, sopan santun dalam berperilaku dan berkata.
- d. Kegiatan terprogram, yaitu kegiatan yang dilaksanakan secara bertahap sesuai jadwal yang telah ditentukan. Kegiatan ini meliputi kegiatan yang terprogram dalam kegiatan pembelajaran

Terbentuknya perilaku pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik itu faktor dari dalam maupun luar. Faktor luar seperti dari lingkungan keluarga, masyarakat dan sekolah selain itu faktor dari dalam bisa dari fisik remaja, kecerdasan serta emosionalnya. Kita bisa menstimulasi remaja sesuai dengan faktor yang mempengaruhi tersebut. Ketika remaja mulai melakukan perilaku yang positif pada saat berdoa dan pendalaman Alkitab atau sesuai kita bisa memberikan perhatian, pujian serta hadiah. Jika perilaku remaja tidak sesuai maka bisa diberikan hukuman dengan cara mengajak untuk bernyanyi, bercerita, serta menasehatinya sambil mengajaknya melakukan sesuatu permainan. Hadiah yang diberikan kepada pada saat berperilaku berdoa yang baik dan benar, serta hadiah yang diberikan tidak selamanya dalam bentuk materi, dapat diberikan dalam bentuk pujian atau kata-kata.



Foto 1: Kegiatan berdoa dan pendalaman Alkitab kelas *Real Time Faith* GMAHK Bintaro (Sumber: Dokumentasi Penulis, 2024)

Kelas *Real Time Faith* adalah merupakan kegiatan belajar mengajar yang dilakukan Departemen Sekolah Sabat Anak GMAHK Bintaro dengan tema pembelajaran yang berbeda-beda pertiga bulan, yang bertujuan untuk mengajarkan anak remaja untuk rajin berdoa dan pendalaman Alkitab secara pribadi kepada Tuhan dan bersama keluarga serta jemaat.

Untuk judul materi pembelajaran *Real Time Faith* di GMAHK Bintaro untuk bulan Juli sampai September 2024 yang bersumber dari Alkitab dengan judul :

1. Menjadi sempurna
2. Menangani emosi
3. Mengatasi rasa bersalah dan ketakutan
4. Misi Tuhan dan doa: bagian kedua
5. Diciptakan dalam gambar Tuhan
6. Kebenaran Tuhan
7. Bagaimana dunia bermula
8. Berubah melalui baptisan
9. Gosip dan kasih karunia
10. Ibadah yang autentik
11. Tindakan Kebaikan tanpa disengaja
12. Bakat dan orang Kristen
13. Berpikir benar di dunia yang salah

Untuk setiap materi pembelajaran *Real Time Faith* dipelajari setiap harinya dan mengerjakan tugas secara individu. Kemudian pada saat di kelas akan dievaluasi siapa saja yang telah berdoa dan melakukan pendalaman Alkitab selama seminggu, dengan cara diskusi dan tanya jawab.

Sedangkan urutan kegiatan dalam pembelajaran pada kelas *Real Time Faith* di GMAHK Bintaro adalah sebagai berikut :

1. Lagu buka
2. Doa buka
3. Cerita mision
4. Kesaksian
5. Pembahasan oleh guru
6. Diskusi
7. Tanya jawab atau quis
8. Kesimpulan oleh guru
9. Lagu tutup
10. Doa tutup



Foto 1: Kegiatan berdoa dan pendalaman Alkitab kelas *Real Time Faith* GMAHK Bintaro (Sumber: Dokumentasi Penulis, 2024)

Pada akhir pembelajaran pertiga bulan kelas *Real Time Faith* GMAHK Bintaro, bagi remaja yang selalu mengikuti kelas tersebut, rajin berdoa, mengerjakan tugas dan menjawab quis dengan benar akan mendapatkan hadiah. Sedangkan yang tidak mendapatkan hadiah diberikan bingkisan snack sebagai apresiasi kepada mereka karena sudah mengikuti kegiatan kelas tersebut.

Setelah pembelajaran kelas *Real Time Faith* GMAHK Bintaro, untuk mengetahui apakah pembiasaan perilaku remaja berdoa dan pendalaman Alkitab berlanjut atau tidak, dibutuhkan peranan para orang tua untuk membimbing dan mengawasi anak remaja mereka untuk membaca Alkitab dan berdoa secara pribadi ataupun bersama keluarga mereka. Sedangkan untuk para guru Sekolah Sabat akan membiasakan mereka dengan memberikan tugas untuk berdoa dan pendalaman Alkitab di ibadah gereja dan di rumah mereka baik secara pribadi maupun bersama keluarga.

SIMPULAN

Sosialisasi pembiasaan perilaku berdoa dan pendalaman Alkitab pada remaja sangatlah penting bagi remaja. Karna secara umum remaja memiliki sifat dan karakter yang berbeda antara satu dengan yang lainnya, maka dari itu untuk mempersiapkan mereka supaya mempunyai karakter yang baik. Remaja perlu diberikan didikan yang berkarakter agar ketika beranjak dewasa akan menjadi terbiasa untuk melakukan perilaku berdoa dan pendalaman Alkitab secara individu dalam kesehariannya. Untuk itu peranan pendidik sangat penting dalam mendidik remaja untuk dapat berdoa dan pendalaman Alkitab, yakni peran orang tua, keluarga, gereja, dan guru di dalam lembaga pendidikan serta masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Lembaga Alkitab Indonesia. (2002). Alkitab. Lembaga Alkitab Indonesia. Jakarta.
- Zubaedi. 2011. Desain Pendidikan Karakter: Konsepsi dan Aplikasinya Dalam Lembaga Pendidikan. Kencana Prenada Media Group. Jakarta.
- Muhammad Noer Cholifudin Zuhri (2013). Studi Tentang Efektivitas Tadarus Al-Qur'an dalam Pembinaan Akhlak di SMPN 8 Yogyakarta. Cendekia, Vol 11 NO 1 Juni, 118.

- Sapendi. (2015) Internalisasi Nilai-nilai Moral Agama Pada Anak Usia Dini. *At-Turats*. Vol 9 No 2, Desember, 27.
<https://www.realtimefaith.net/page2566>
- Smith, C., & Denton, M. L. (2005). *Soul Searching: The Religious and Spiritual Lives of American Teenagers*. Oxford University Press.
- Regnerus, M. D. (2010). *Religion and Family in a Changing Society*. Routledge.
- Smith, C., & Snell, P. (2009). *Souls in Transition: The Religious and Spiritual Lives of Emerging Adults*. Oxford University Press.
- Kinnaman, D., & Lyons, G. (2016). *Good Faith: Being a Christian When Society Thinks You're Irrelevant and Extreme*. Baker Books.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.
- Desmond, S. A., Morgan, K. H., & Kikuchi, G. (2010). *Religion and Family Life: How Faith Shapes Our Lives and Relationships*. Routledge.
- Kolb, D. A. (2014). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. 2nd Edition. Pearson FT Press.
- Richards, L. O., & Bredfeldt, G. J. (2020). *Creative Bible Teaching*. Moody Publishers.
- Foster, R. J. (2018). *Celebration of Discipline: The Path to Spiritual Growth*. HarperOne.
- Whitney, D. S. (2014). *Spiritual Disciplines for the Christian Life*. NavPress.
- James, W. (2020). *Habit: The Foundation of Success*. Routledge.
- Smith, C., & Denton, M. L. (2014). *Soul Searching: The Religious and Spiritual Lives of American Teenagers*. Oxford University Press.