



## **Pendidikan Kristiani tentang Pengampunan sebagai Salah Satu Keterampilan dalam Membangun Pernikahan yang Sehat**

**Author:**  
**Yakub Hendrawan**  
**Perangin Angin<sup>1</sup>,**  
**Tri Astuti**  
**Yeniretnowati<sup>2</sup>,**  
**Ria Pagalung<sup>3</sup>**

**Affiliation:**  
STT Bethel The  
Way, Jakarta<sup>1</sup>,  
STT Ekumene,  
Jakarta<sup>2</sup>, STT  
Yerusalem Baru<sup>3</sup>

**Corresponding  
Email:**  
yakub.hendrwan@st  
tbetheltheway.ac.id

**Article History:**  
**Submitted:**  
20 Februari 2022  
**Revised:**  
05 Maret 2022  
**Accepted:**  
11 Maret 2022



**Licensee:**  
**MANTHANO.**  
This work is  
licensed under a  
creative Commons  
Attribution –  
ShareAlike 4.0  
International License

**Abstract:** Nowadays, many Christian marriages are not prosperous and some of them end in separation. One of the causes of prolonged separation and contention in Christian marriages is a lack of forgiving skills. Apologies and forgiveness which are core elements in a healthy relationship are rarely practiced and possessed by married couples. This study uses a literature review method, namely by analyzing the concept of forgiveness according to Christianity in the life of a husband and wife. The results of this study indicate several important efforts that must be developed by Christian husbands and wives so that their marriages are characterized by forgiveness skills, namely: First, Teaching the Meaning of Forgiveness. Second, Apologize to Your Partner. Third, Continue Deliberately Towards Reconciliation. Fourth, Cultivate the Spirit of Forgiveness. Fifth, Cultivate the Art of Apologizing as a Lifestyle. Sixth, Other Practical Actions in Marriage.

**Keywords:** Marriage Skills, Forgiveness, Reconciliation, Sorry Language, Forgiving Others.

**Abstrak:** Dewasa ini banyak pernikahan Kristen yang berjalan dengan kurang sejahtera bahkan beberapa diantaranya berakhir dengan perpisahan. Salah satu penyebab perpisahan dan pertengkaran yang berkepanjangan di dalam pernikahan Kristen adalah karena kurangnya memiliki keterampilan mengampuni. Permintaan maaf dan pengampunan yang merupakan elemen inti dalam hubungan yang sehat sudah jarang sekali dipraktikkan dan dimiliki oleh pasangan suami istri. Penelitian ini menggunakan metode tinjauan pustaka, yaitu dengan cara menganalisis tentang konsep mengampuni menurut Kristen dalam kehidupan suami istri seharusnya. Hasil dari penelitian ini menunjukkan beberapa upaya penting yang harus dikembangkan suami istri Kristen agar pernikahannya diwarnai keterampilan mengampuni, yaitu: *Pertama*, Mengajarkan makna mengampuni. *Kedua*, Meminta maaf pada pasangan. *Ketiga*, Menumbuhkan semangat rekonsiliasi. *Keempat*, Menumbuhkan semangat memaafkan. *Kelima*, Membudayakan seni meminta maaf sebagai gaya hidup. *Keenam*, Tindakan praktis lainnya dalam pernikahan.

**Kata Kunci:** Keterampilan Pernikahan, Pengampunan, Rekonsiliasi, Bahasa Maaf, Memaafkan Orang Lain

## Pendahuluan

Di dunia yang sempurna, permintaan maaf tidaklah diperlukan, tetapi karena dunia ini tidak sempurna, seseorang tidak dapat bertahan tanpanya (Chapman & Thomas, 2009, p. 1) Karena semua manusia tidak sempurna, kadang-kadang seseorang gagal memperlakukan sesama manusia dengan kasih, martabat, dan respek, sehingga permintaan maaf dan pengampunan merupakan elemen inti dalam hubungan yang sehat.(Chapman & Thomas, 2009) Kebutuhan akan kata maaf merembes di seluruh hubungan manusia. Pernikahan, peran sebagai orangtua, berpacaran, dan hubungan di sekolah, semuanya menuntut adanya kata maaf. Tanpa kata maaf, kemarahan terbentuk dan seseorang didorong untuk menuntut keadilan.(Chapman & Thomas, 2009) Dalam pernikahan, kekerasan domestik sering kali berakar pada ketidakmampuan untuk meminta maaf. Karena kurangnya kata maaf, pasangan menyatakan perang, yang kadang-kadang berlangsung selama bertahun-tahun dan sering berakhir dalam perceraian atau kematian.(Chapman & Thomas, 2009)

Memaafkan adalah salah satu tugas terberat yang harus dihadapi keluarga. Ini karena keluargalah yang paling diandalkan sebagai wadah untuk bisa saling mengasihi dan saling merasa diterima, namun seringkali di dalam keluarga juga seseorang merasa paling sering disakiti. Bila tidak diatasi, rasa sakit bahkan luka yang dialami ini dapat mengganggu kesehatan, keharmonisan dan kebahagiaan anggota keluarga.(Fischer, 2012, pp. vii–viii) Karena keluarga garus berfungsi, dan melakukan bagian tanggung jawabnya sebagaimana dikehendaki Allah sebagai keluarga yang saling menghargai menjadi ciri khas kekristenan.(Angin et al., 2020)

Mengampuni dan melepaskan kekecewaan merupakan dua tantangan besar dalam pernikahan sebenarnya dalam setiap hubungan. Dalam relasi yang kurang memiliki semangat pengampunan, perasaan terasing menyelinap ke dalam pernikahan seperti seorang tamu tidak diundang yang terus-menerus mencampuri dan menyebarkan benih-benih keragu-raguan dalam telinga masing-masing pasangan. Meskipun demikian, pengampunan bukanlah sesuatu yang terjadi secara instan dan spontan. Kebanyakan orang harus melakukannya secara sadar dan hati-hati. Tetapi jika ingin pernikahan orang perya berhasil, setiap pasangan harus melakukannya.(Law & Law, 2008, pp. 165–166)

Mengampuni pasangan kadangkala terasa lebih sulit dibandingkan mengampuni orang lain.(Dennis & Rainey, 2006, p. 49) Suami istri sering memasuki pernikahan dengan kobaran emosi cinta, sehingga seorang suami yakin pasangannya adalah sosok yang sempurna, demikian juga sebaliknya. Akan tetapi kebenaran firman Tuhan menegaskan bahwa semua orang berdosa, dan pasti suami istri ada kekurangan dan kelemahan. Namun, bagi setiap orang yang percaya kepada Yesus, dosa, kelemahan dan kekurangan diampuni, dan setiap pasangan suami istri terus diperbarui dan bertumbuh dalam Kristus.(J. L. Parapak & LIFE, 2018)

H. Norman Wright seorang pakar pernikahan menyatakan bahwa banyak pasangan yang bertanya resep khusus yang dapat menolong pasangan suami istri untuk memiliki pernikahan yang konsisten dan bertumbuh dan resepnya adalah pengampunan serta doa bersama.(Wright,

2008) Hal ini dikarenakan banyak pernikahan perlahan-lahan mengalami erosi dan akhirnya hancur karena salah seorang tidak mampu mengampuni. Orang yang terus mengungkit sesuatu yang pernah dilakukan atau dikatakan pasangannya di masa lalu yang sangat menyakitkan dirinya, terus menghukum pasangannya dan mendirikan tembok berupa sikap dingin dan acuh tak acuh.(Wright, 2008).

## **Metode Penelitian**

Analisis dilakukan dengan tinjauan pustaka, yaitu dengan cara menganalisis tentang konsep mengampuni dalam Kristen dan pentingnya pasangan suami istri memiliki keterampilan mengampuni dalam perjalanan bahtera kehidupan pernikahan yang dibangun. Sumber utama dari analisis adalah beberapa sumber relevan, hasil penelitian dan buku-buku yang sesuai dengan pembahasan. Semua sumber selanjutnya dianalisis dengan cara melihat hubungan dan keterkaitan dengan topik penelitian. Hasil analisis kemudian diuraikan secara deskriptif dan sistematis.(Zaluchu, 2020) Tujuan dari penelitian ini untuk memberikan wawasan pemikiran para pasangan suami istri untuk terus mempelajari dan mempraktekkan keterampilan mengampuni dalam kehidupan sehari-hari sebagai keluarga Kristen dalam membangun pernikahan yang sehat.

## **Hasil dan Pembahasan**

### ***Konsep Mengampuni Dalam Keluarga Kristen***

Memaafkan adalah bagian keseharian dari kehidupan berkeluarga, sama seperti makan dan membayar tagihan.(Fischer, 2012) Anggota keluarga adalah orang-orang yang memiliki ikatan terlama dan terdalam dengan setiap individu dalam keluarga tersebut. Setiap individu yang menjadi anggotanya terus menjadi bagian penting dalam kehidupan keluarga, mulai dari lahir sampai mati sebagai orang-orang yang memberikan cinta yang begitu melimpah, atau sebaliknya sangat kurang mengasihi sesama anggota keluarga, sehingga turut menciptakan identitas setiap pribadi di dalamnya. Setiap anggota keluarga tahu dan hafal betul hal-hal terbaik dan terburuk pada setiap diri anggota keluarga dan menanggapinya dengan perhatian serta kritik.(Fischer, 2012)

Jika seseorang mempercayai Alkitab, berarti orang percaya tahu bahwa orang percaya dapat berbuat kesalahan dalam banyak perkara selama usia pernikahannya (Yak. 3:2). Seseorang bisa membuat hati pasangannya patah hati. Seorang suami dapat membuat istrinya kecewa demikian juga sebaliknya. Seorang istri bisa membuat suaminya malu demikian juga sebaliknya. Dosa pasangan akan membuat pasangannya merasa tidak nyaman. Sangat sulit menerima kenyataan bahwa pasangan suami istri mungkin akan saling menyakiti, tetapi faktanya kemungkinan besar itu akan terjadi. Sehingga dalam pernyataan janji pernikahan seringkali dinyatakan akan siap dalam keadaan susah maupun senang. Yang artinya, pengampunan adalah mutlak.(Thomas, 2014)

### *Arti Memaafkan*

Memaafkan dimulai dengan memilih untuk membebaskan diri dari perasaan, pikiran, dan tingkah laku negatif. Seseorang menolak memakai rasa tersinggung sebagai senjata atau memberi alasan demi menutupi sikap negatif dirinya sendiri. Meskipun ini langkah sulit dan sangat penting, melepaskan diri dari kemarahan barulah tahap pertama. Seiring dengan sikap memaafkan yang tumbuh bersama berlalunya waktu, pikiran dan perasaan negatif terhadap orang yang menyakiti akan terus berkurang dan bisa saja berubah menjadi positif. Pikiran, perasaan, dan tindakan seseorang berubah 180 derajat saat memaafkan. Seseorang dapat mengalami perubahan hati sebagaimana diajarkan Yesus.(Fischer, 2012)

Memaafkan tidak berarti seseorang mengabaikan rasa sakit dan berpura-pura tidak pernah tersakiti. Tidak juga berarti mengabaikan atau berusaha mengecilkan apa yang orang lain lakukan pada dirinya.(Fischer, 2012) Memaafkan adalah menggambar ulang lukisan negatif seseorang dengan memasukkan kebajikannya, perasaannya, dan prinsip-prinsipnya yang positif. Torehan warna-warna baru ini memberikan kelegaan dan memungkinkan rasa empati. Semakin banyak emosi dan sikap positif maka secara bertahap akan menggantikan emosi dan sikap negatif.(Fischer, 2012)

Robert Enright, pendiri International Forgiveness Institute di University of Winconsin, menggambarkan mengampuni seperti “melepaskan hak Anda atas kekecewaan dan menawarkan sikap Anda yang lebih ramah kepada orang yang melukai Anda, yang sebenarnya tidak berhak untuk mendapatkannya”.(Law & Law, 2008) Hasil risetnya tentang pengampunan, mendefinisikan pengampunan sebagai masalah moral: Pengampunan “merupakan respons terhadap ketidakadilan (kesalahan moral),” dan “merupakan perubahan menuju yang “baik” di hadapan perbuatan yang salah.” (Chapman & Thomas, 2009)

### *Arti Pengampunan*

Salah satu cara terbaik untuk menemukan arti pengampunan adalah dengan melihat apa yang bukan pengampunan, yaitu: *Pertama*, Pengampunan bukanlah melupakan. *Kedua*, Pengampunan bukanlah berpura-pura. *Ketiga*, Pengampunan bukanlah sebuah perasaan. *Keempat*, Pengampunan bukanlah mengungkit masa lalu. *Kelima*, Pengampunan bukanlah menuntut perubahan sebelum mengampuni.(Wright, 2008) Pengampunan yang sejati sulit didapatkan karena sukar dilakukan. Seseorang harus membayarnya dengan kasih dan harga diri. Mengampuni berarti berhenti membela diri sendiri. Selain itu juga berarti tidak membiarkan pasangannya yang harus membayar harganya. Pengampunan menolak pembalasan dendam dan tidak menuntut hak-haknya. Mungkin dapat dikatakan bahwa dalam pengampunan terkandung penderitaan.(Wright, 2008)

Gary Rosberg yang sudah sangat berpengalaman dalam pelayanan keluarga Kristen mendefinisikan pengampunan merupakan langkah penting untuk memilih mencintai lagi dan menutup lingkaran konflik dari sebuah hubungan. Tanpa pengampunan, seseorang

terperangkap dalam kemarahannya. Tanpa pengampunan, seseorang tidak dapat memulihkan kesatuan dua hati, sekali lagi, untuk saling menerima satu sama lain. (Rosberg, 2011) H. Norman Wright mengartikan pengampunan itu: *Pertama*, Memberi diri. *Kedua*, Mahal dan substitusif. *Ketiga*, Terjadi ketika kasih menerima. *Keempat*, Melemparkan senyum kasih tanpa kata-kata. *Kelima*, Bukanlah penerimaan yang diberikan “dengan syarat”. *Keenam*, Berarti menyatakan kuasa Allah untuk mengampuni dan menerima pasangan tanpa adanya jaminan pengembalian atau ganti rugi. *Ketujuh*, Sebuah hubungan antara dua orang sederajat yang saling mengenal kebutuhannya, serta selalu berbagi dalam segala hal. Yang seorang membutuhkan pengampunan dari yang lain. Yang seorang membutuhkan penerimaan dari yang lain. Yang seorang selalu membutuhkan yang lain. Di hadapan Allah setiap pribadi membatalkan semua tuntutan, menolak segala pembenaran terhadap diri sendiri, dan mengampuni. (Wright, 2008)

Pakar pernikahan dan keluarga Kristen lainnya, yaitu Gary Rosberg menyatakan bahwa pengampunan adalah: *Pertama*, Pilihan untuk membebaskan orang yang berutang. *Kedua*, Pengakuan akan adanya kepahitan. *Ketiga*, Menanggalkan kebencian. *Keempat*, Membebaskan orang yang tertawan. *Kelima*, Tindakan anugerah. *Keenam*, Memberi diri sendiri kesempatan kedua. (Rosberg, 2011) Tiga kata Ibrani dan empat kata Yunani diterjemahkan *forgive* (pengampunan) dalam Alkitab bahasa Inggris. Semuanya saling bersinonim dan memiliki makna yang tidak terlalu berbeda. Gagasan kuncinya adalah “menutupi; menyingkirkan; memaklumi; dan murah hati kepada.” Makna yang paling umum adalah menyingkirkan dosa seseorang (kegagalan-kegagalan). Pengampunan Allah berarti bahwa dosa-dosa manusia tidak lagi berdiri sebagai penghalang antara manusia dan Allah. Pengampunan melenyapkan jarak dan memungkinkan manusia untuk membuka persekutuan dengan Allah. Hal yang sama berlaku dalam pengampunan manusia. Pengampunan berarti seseorang memilih untuk menyingkirkan hukuman, memaklumi orang yang bersalah. Itu berarti melupakan kesalahan dan menyambut kembali orang yang bersalah ke dalam hidupnya. Pengampunan bukanlah perasaan, melainkan keputusan. Itu adalah keputusan untuk terus melanjutkan hubungan dengan cara menyingkirkan rintangan. (Chapman & Thomas, 2009)

Jika orang percaya yang sudah mengenal dan menerima Yesus Kristus sebagai Juruselamat, berarti orang percaya telah mengalami pengampunan dari Allah. Karena orang percaya tinggal di dalam Yesus, orang percaya memiliki kesanggupan untuk mengampuni diri sendiri, dan mengampuni orang lain. Paulus berkata dengan tegas, “Sabarlah kamu seorang terhadap yang lain, dan ampunilah seorang akan yang lain apabila yang seorang menaruh dendam (kemarahan dan atau keluhan) terhadap yang lain, sama seperti Tuhan telah mengampuni kamu, kamu perbuat jugalah demikian” (Kol. 3:13). (Wright, 2008)

#### *Tindakan Memaafkan*

Memaafkan adalah sebuah pilihan, lebih tepatnya, membuat banyak pilihan dan penerimaan karunia secara terus menerus. Pada akhirnya, bagi orang Kristen, memaafkan

bersandar pada kesadaran bahwa seseorang telah diampuni untuk semua tingkah lakunya yang menyakiti orang lain. Seseorang pada dasarnya sama saja dengan orang-orang yang telah menyakiti orang lain. Bermurah hati kepada orang lain menjadi mungkin untuk dilakukan karena setiap orang juga memerlukannya.(Fischer, 2012) Perjalanan untuk memaafkan sering kali terhenti dan tidak sempurna. Perjalanan tiap-tiap individu beragam dan tidak sama, tergantung dari kedekatan hubungan, seberapa serius lukanya, dan ada atau tidaknya penyesalan dari pihak yang menyakiti.(Fischer, 2012)

Biasanya, seseorang memilih untuk memaafkan sebelum dirinya merasa ingin memaafkan. Seseorang memutuskan untuk memaafkan karena itulah hal yang baik untuk dilakukan, tetapi pada titik ini seseorang merasa tidak begitu mengasihi orang yang telah menyakiti dirinya. Namun perlahan-lahan, ketika seseorang berupaya mengatasi rasa marah dan sakit, pengertian dan belas kasih akan bertumbuh.(Fischer, 2012)

Pengampunan merupakan keputusan yang seseorang buat, tidak berhubungan dengan kebajikan orang lain, dan apakah orang lain menyesal. Seorang mengampuni agar dirinya dapat melepaskan kegetiran dan kebencian yang menyakiti jiwanya, dengan demikian menghancurkan perasaan-perasaan negatif ini.(Law & Law, 2008) Bagian lain dari proses pengampunan adalah menahan diri untuk membalas atau menghukum. Membalas akhirnya hanya akan membuat masalah menjadi semakin buruk.(Law & Law, 2008)

Sebuah permintaan maaf menghendaki pengampunan.(Chapman & Thomas, 2009) Langkah penting dalam proses pengampunan adalah membebaskan orang yang telah melukai, menyerahkan hak untuk membalas dendam bahkan membebaskan utang jika mau dan mengizinkan Allah bekerja di dalam hati orang percaya. Pengampunan sungguh membebaskan orang yang terluka, juga diri sendiri.(Rosberg, 2011)

#### *Unsur Memaafkan dan Siklus Pengampunan*

Sekalipun ada berbagai jenis pemberian maaf, ada tiga unsur utama pemberian maaf: *Pertama*, Mengatasi emosi. Bagian penting dari memaafkan adalah belajar cara menurunkan volume emosi dengan mengatasi perasaan-perasaan seperti kemarahan. Seseorang memerlukan penyaluran yang sehat untuk energi fisik yang datang bersama-sama dengan emosi yang kuat. Seseorang juga harus mengubah kekesalan atau kesedihan yang terus memberikan bahan bakar kepada api kemarahan itu. Menghadapi emosi yang dibangkitkan dari rasa sakit hati terletak pada pengakuan jujur mengenai kebenaran tentang apa yang sesungguhnya terjadi. *Kedua*, Mengubah cara pandang terhadap orang yang menyakiti. Agar bisa memaafkan, seseorang harus mengubah cara melihat seseorang yang telah menyakiti dirinya. Menggunakan kacamata baru untuk melihat pelaku kesalahan adalah bagian penting dari proses memaafkan. Seseorang seringkali menyadari bahwa orang yang perlu maafnya tidak benar-benar orang yang jahat, tetapi hanya orang yang terluka, memiliki keterbatasan, dan bergumul sebagai manusia sama seperti diri sendiri. *Ketiga*, Membuka diri pada kemungkinan untuk berdamai. Rekonsiliasi

memperbaiki hubungan antara anggota keluarga. Rekonsiliasi berarti pemulihan bersama-sama. Sementara itu, memaafkan adalah keputusan yang diambil dalam hati seseorang. (Fischer, 2012) Senada dengan pernyataan dari Kathleen Fischer diatas, dinyatakan juga oleh Maureen Rogers Law dan Lanny Law, bahwa: “Mengampuni adalah sesuatu yang dapat seseorang lakukan sendiri; sedangkan berdamai memerlukan komitmen dari kedua belah pihak”. (Law & Law, 2008)

Permintaan maaf adalah bagian penting dari siklus pengampunan. *Pertama*, Kesalahan dilakukan. *Kedua*, Permintaan maaf diajukan. *Ketiga*, Pengampunan diberikan. (Chapman & Thomas, 2009) Ada dua elemen penting di dalam pengampunan, yaitu: *Pertama*, Pengakuan dan pertobatan di pihak pembuat salah. *Kedua*, Pengampunan di pihak orang yang dilanggar. Dalam Alkitab, kedua hal ini tidak pernah terpisah. Oleh karena itu, pada tingkat manusia, permintaan maaf merupakan elemen penting dalam siklus pengampunan. (Chapman & Thomas, 2009) Anne Atkinson Parapak seorang ahli pembinaan pasutri dan konselor pernikahan serta penulis banyak buku terkait keluarga menyatakan bahwa, pengampunan terdiri dari dua bagian, yaitu: *Pertama*, Keputusan untuk menaati Tuhan Yesus dengan berbuat baik kepada orang yang telah melukai hati (meskipun perasaan diri masih bergolak). *Kedua*, Pemulihan luka, yang mungkin membutuhkan waktu yang lama. (A. A. Parapak, 2019a)

#### *Manfaat Memaafkan*

Memaafkan membuat seseorang mengarahkan energi ke jalur positif. Seseorang jadi lebih jernih melihat apa yang sebenarnya diinginkan dari sebuah hubungan dan berupaya untuk mencapainya. Kedamaian datang dari hidup di masa kini, bukan mundur ke masa lalu saat seseorang disakiti ataupun maju ke masa depan menuju pembalasan dendam. Kesadaran akan masa kini meningkatkan rasa syukur manusia terhadap apa yang indah dan yang baik dalam kehidupan, meskipun sedang merasa sakit hati. (Fischer, 2012)

Pasangan yang ada dalam pernikahan yang sehat bersedia untuk meminta maaf. (Chapman & Thomas, 2009) Pengampunan dan rekonsiliasi yang sejati merupakan transaksi dari dua orang yang dimampukan oleh kata maaf. (Chapman & Thomas, 2009) Pengampunan yang sejati menyingkirkan penghalang yang diciptakan oleh kemarahan serta membuka pintu menuju pemulihan kepercayaan. (Chapman & Thomas, 2009) Ketika seseorang minta maaf, maka seseorang itu menerima tanggung jawab atas perilakunya, berusaha membayar kerugian yang dialami orang yang terluka. Permintaan maaf yang tulus akan membuka pintu untuk pengampunan dan rekonsiliasi. Permintaan maaf yang tulus juga memunculkan rasa bersalah dalam hati nurani. (Chapman & Thomas, 2009)

Semua permintaan maaf yang tulus memiliki dua tujuan yang sama: *Pertama*, Orang yang bersalah diampuni dan hubungan dipulihkan. *Kedua*, Ketika pengampunan dan rekonsiliasi terjadi, hubungan dapat terus bertumbuh. (Chapman & Thomas, 2009)

### *Teladan dan Ajaran Dari Yesus Yang Memaafkan*

Cara pandang yang Yesus tunjukkan ketika Yesus mengasihi pendosa dan membenci dosa, ketika Yesus mengutuk kesalahan mereka tetapi minum dan makan bersama pendosa. Yesus membedakan orang dari kelakuan menyakitkan yang mereka lakukan, lalu melihat dengan belas kasihan pada sejarah hidup mereka dan pergumulan mereka di masa kini. (Fischer, 2012) Pengampunan adalah menerima pihak yang menyakiti, hal ini diteladankan Yesus, dengan mengampuni dan menerima kembali orang-orang yang paling menyakiti hati-Nya, Kristus telah memberi teladan tentang pengampunan yang terbaik. (Dennis & Rainey, 2006) Yesus menunjukkan bahwa pengampunan itu bersifat proaktif. Saat berada di atas kayu salib, Yesus berkata, “Ya, Bapa, ampunilah mereka, sebab mereka tidak tahu apa yang mereka perbuat” (Luk. 23:34). (Dennis & Rainey, 2006)

Sangat keterlaluan kalau manusia tidak bertekad mengampuni orang lain. Tidak ada manusia yang telah melukai hati manusia lainnya seperti orang itu telah melukai hati Tuhan dengan sering menganggap enteng perintah-Nya dan memusatkan kehidupan sekitar diri sendiri daripada hidup terpusat pada Pencipta manusia dan Dia yang telah memberi nyawa-Nya bagi manusia. Menurut pesan dalam Matius 18:21-35, dorongan utama yang menolong seseorang untuk berbuat baik kepada orang yang telah melukai hati sesamanya adalah penghayatan akan besarnya hutangnya kepada Kristus. Dalam Matius 18:32b-33 tertulis, “Seluruh hutangmu telah kuhapuskan karena engkau memohonkannya kepadaku. Bukankah engkau pun harus mengasihi kawanmu seperti aku telah mengasihi engkau?”. Manusia telah mengabaikan Dia dan melawan kehendak Allah, namun Tuhan Yesus rela menanggung hukuman yang seharusnya umat manusia tanggung. Sekarang Allah memerintahkan umat manusia untuk mengampuni sebagaimana Dia telah mengampuni orang yang percaya kepada-Nya (Ef. 4:32b). (A. A. Parapak, 2019b, p. 74) Tuhan memberikan contoh yang sangat menyentuh dari perumpamaan hamba yang kejam. Tuhan telah menjawab pertanyaan Petrus tentang berapa kali Petrus harus mengampuni mereka yang bersalah kepada seseorang, “Kukatakan padamu, bukan tujuh kali, tetapi tujuh puluh kali tujuh kali”. Dengan kata lain, berkesinambungan. Jumlah seseorang mengampuni pasangannya tidaklah penting. Tuhan memanggil setiap pasangan suami istri dan semua orang percaya untuk saling mengampuni sesamanya. (Rosberg, 2011) Sebab hal itu merupakan keluarga yang harus menggenapi rancangan Allah bagi sebuah rumah tangga Kristen. (Sibarani & Arifianto, 2020)

Mengikuti pendapat Tuhan kepada Petrus, Tuhan menceritakan sebuah cerita yang menunjukkan arti sesungguhnya dari membatalkan utang. Dia menggambarkan seorang hamba yang berutang “sepuluh ribu talenta” kepada raja. Dalam perhitungan ekonomi masa kini, pinjaman itu berkisar jutaan dolar. Namun, sang raja menghapuskan utang tersebut. Meskipun demikian, hati yang keras dari hamba ini membuatnya tidak dapat menunjukkan pengampunan kepada hamba lainnya yang meminjam darinya sekitar beberapa dolar. Hamba itu melempar pria itu ke penjara sampai bisa membayar utang itu. Saat sang raja mendengar hal yang terjadi,

raja menjadi marah dan menangkap hamba tersebut serta melemparkannya ke dalam penjara. Kesimpulan dari perumpamaan ini adalah, “Inilah apa yang Bapaku di Surga akan lakukan kepadamu kecuali kamu mengampuni saudaramu dari hatimu”.(Rosberg, 2011)

Tuhan Yesus mengajarkan untuk mengasihi musuh, berbuat baik bagi orang yang membenci, berdoa untuk orang yang sudah menyakiti, semuanya adalah wujud kasih Kristus dalam dan melalui orang percaya. Oleh karena itu pasangan suami istri yang banyak kekurangan harus saling mengasihi dengan tulus, mendoakan, dan mengampuni, agar karya pengampunan Kristus berlaku dalam diri suami maupun diri istri. Dalam Doa Bapa Kami yang diajarkan Tuhan Yesus, orang percaya mohon pengampunan, tetapi pada waktu yang sama orang percaya mengutarakan pengampunan yang diberikannya. Saling mendoakan dan saling mengampuni adalah bagian penting supaya keluarga dapat menikmati damai sejahtera Tuhan.(J. L. Parapak & LIFE, 2018)

Dalam doa yang diajarkan Tuhan Yesus, pengampunan menjadi bagian penting. Orang percaya diajarkan untuk mengampuni sesama. Salah satu tanda manusia yang sudah dibarui adalah saling mengampuni.(J. L. Parapak & LIFE, 2017) Erastus Sabdono menyatakan bahwa pengampunan adalah bagian dari Doa Bapa Kami yang diajarkan Tuhan Yesus kepada murid-murid-Nya. Kebenarannya adalah seseorang tidak akan mendapat pengampunan dari Tuhan kalau orang itu tidak mengampuni orang lain. Hal ini tidak dapat ditawar. Orang percaya harus terlebih dahulu mengampuni, baru dirinya dapat diampuni (Mat. 6:12-15).(Sabdono, 2016, p. 123) Lebih jauh dikatakan bahwa dasar dari pengampunan yang diberikan orang percaya kepada orang lain adalah karena Yesus Kristus telah mati untuk semua orang. Karena Yesus Kristus sudah mati untuk semua manusia, maka orang percaya harus mengampuni sesama manusia karena sudah tidak ada alasan lagi bagi orang percaya untuk tidak memberi pengampunan. Orang percaya tidak memiliki hak untuk menjatuhkan penghukuman kepada sesama, sebab yang menyelesaikan kesalahan itu adalah Tuhan Yesus sendiri.(Sabdono, 2016)

Petrus bertanya kepada Tuhan Yesus berapa kali orang percaya harus mengampuni sesamanya yang bersalah kepadanya (Mat. 18:21-35). Tuhan Yesus mengajarkan Petrus untuk mengampuni 70 kali 7 kali. Maksudnya bukan harus dihitung sampai 490 kali, melainkan tidak ada alasan untuk tidak mengampuni orang lain. Pada kesempatan ini juga Tuhan Yesus mengajarkan bagaimana cara mengampuni kesalahan orang harus sama seperti Allah sudah mengampuni seseorang. Seperti Allah sudah mengampuni manusia tanpa memedulikan berapa pun besarnya dosa dan kesalahan manusia, demikian pula orang percaya harus berbuat demikian terhadap sesamanya. Kesalahan orang percaya terhadap Tuhan jauh lebih besar daripada kesalahan orang lain kepada diri orang percaya. Sebagaimana dinyatakan dalam perumpamaan yang dikisahkan oleh Tuhan Yesus dalam Matius 18:21-35, bahwa utang manusia kepada Tuhan adalah 10.000 talenta, sementara utang sesama manusia adalah 100 dinar. Dibanding 10.000 talenta utang orang lain kepada diri sendiri tidak ada artinya. Kalau utang yang dimiliki seseorang yang tidak mungkin dapat dibayar pun sudah dihapuskan oleh

Allah, maka utang orang lain kepada sesamanya pun menjadi tidak berarti, karena itu tidak ada alasan bagi orang percaya untuk tidak menghapuskannya. Berarti setelah orang percaya memahami karya keselamatan Kristus, tidak mungkin orang percaya tidak bisa mengampuni, karena orang percaya sadar bahwa dirinya telah menerima pengampunan itu. Sebagaimana Allah telah menunjuk salib, orang percaya pun wajib menunjuk salib. Orang percaya tidak dapat mengampuni orang lain karena dirinya sendiri. (Sabdon, 2016)

Paulus dalam surat Efesus menyatakan di atas segalanya, yang harus ditiru dan diteladan oleh setiap orang Kristen ialah kasih dan pengampunan Allah. Orang Kristen hanya bisa melakukan hal itu dengan jalan mengasihi sesama manusia dengan kasih yang penuh pengorbanan seperti yang pernah dilimpahkan Yesus kepada manusia, dan dengan pengampunan sebagaimana Allah mengampuni orang percaya. (Barclay, 1996) Berkaitan dengan Efesus 4:32 ditegaskan juga oleh Warren W. Wiersbe, bahwa dengan kebaikan yang penuh kasih Allah telah mengampuni manusia, dan orang percaya harus mengampuni orang lain. Orang percaya mengampuni orang lain bukan demi dirinya, walaupun orang percaya memang menerima berkat daripadanya, bahkan bukan pula demi kepentingan orang yang diberi pengampunan, melainkan demi Kristus. Belajar mengampuni dan melupakan adalah salah satu rahasia kehidupan Kristen yang bahagia. (Wiersbe, 1996)

#### *Alasan Memaafkan dan Tidak Meminta Maaf*

Seseorang merasa sulit mengampuni orang lain karena telah dilukai. Unsur gengsi atau harga diri juga mempengaruhi. Kadang-kadang ada kesan bahwa membalas dendam lebih jantan dan mengampuni adalah tanda kelemahan. (A. A. Parapak, 2019b) Kathleen Fischer menyatakan beberapa alasan mengapa seseorang harus memaafkan, yaitu: *Pertama*, Allah mengampuni manusia. *Kedua*, Teladan yang diberikan Yesus menggugah manusia. *Ketiga*, Ketidak inginan menjadi orang yang seperti sekarang ini. *Keempat*, Menyimpan dendam dapat menghancurkan hidup. *Kelima*, Tidak memaafkan akan menghancurkan keluarga. *Keenam*, Rasa sayang kepada orang lain dan saling memerlukan satu sama lain. *Ketujuh*, Keinginan menghentikan luka pada generasinya. *Kedelapan*, Kesadaran bahwa hidup sangat singkat. *Kesembilan*, Damai yang didambakan terjadi di dunia dimulai dari diri sendiri. (Fischer, 2012)

Gary Chapman dan Jennifer Thomas menyatakan beberapa alasan mengapa orang tidak meminta maaf, yaitu: *Pertama*, Itu upaya yang tidak pantas. Kadang-kadang seseorang tidak menghargai hubungan yang terjalin. Mungkin seseorang sering mengalami pertengkaran di masa lalu, dan begitu banyak kemarahan yang terkubur di bawah sadar. *Kedua*, Itu adalah kesalahannya. Seseorang merasa perbuatannya benar, orang lain yang salah. Hati nurani manusia telah terlatih untuk menimpakan kesalahan pada orang lain. Itu karena seseorang memiliki hati nurani yang tidak peka, tidak mampu melihat bahwa yang salah adalah dirinya sendiri. *Ketiga*, Harga diri yang rendah. Hati nurani yang tidak peka sering diikuti dengan harga diri yang rendah. Kedua hal ini tampaknya diajarkan oleh orangtua yang menganggap

permintaan maaf mengindikasikan kelemahan. Orangtua yang mencontohkan filosofi ini biasanya memiliki harga diri yang rendah. Orangtua yang sering menyalahkan anak-anak atas masalah apa pun yang muncul dalam keluarga. Akibatnya, anak-anak mengembangkan harga diri yang rendah dan membawanya ke generasi selanjutnya.(Chapman & Thomas, 2009)

### ***Upaya Pendidikan dalam keluarga Sebagai Ketrampilan Mengampuni***

#### ***Mengajarkan Makna Mengampuni***

Pasangan suami istri perlu membimbing perkembangan pemikiran pasangan dan anaknya mengenai memaafkan dengan membantu setiap pribadi memahaminya dan mengajarkan cara mengendalikan emosi.(Fischer, 2012) Pengampunan juga adalah menyerahkan hak untuk membalas dendam. Esensi dari pengampunan dalam pernikahan adalah membuang hak untuk menghukum orang lain dan melihat keadilan ditegakkan. Pengampunan akan terbukti tatkala salah satu dari pasangan suami istri berhenti menuntut ganti rugi untuk perasaannya dan harga dirinya yang terluka.(Dennis & Rainey, 2006)

Standar orang beriman yang ditentukan oleh Tuhan Yesus adalah: “Ampunilah kami akan kesalahan kami, seperti kami juga mengampuni orang yang bersalah kepada kami”. Berarti orang percaya harus melakukannya, walaupun tidak langsung sempurna. Tidak ada alasan untuk tidak mengampuni. Dengan pengajaran pengampunan ini, suami istri Kristen diajar untuk mengampuni seperti Allah Bapa. Jika orang percaya mau berdoa, Tuhan Yesus juga mengajar agar orang percaya membereskan dahulu masalah dengan sesama, barulah doanya didengar. Dengan mengatakan “Dan ampunilah kami akan kesalahan kami, seperti kami juga mengampuni orang yang bersalah kepada kami” orang percaya diajar untuk menjadi saluran berkat bagi sesama manusia.(Sabdon, 2016)

#### ***Meminta Maaf Pada Pasangan***

Hubungan pernikahan adalah inti dari hubungan di dalam keluarga. Di dalam pernikahan yang sehat, suami istri yang belajar meminta maaf ketika keduanya saling menyakiti. Belajar mengucapkan bahasa permintaan maaf utama pasangan dapat membuat permintaan maaf di dalam pernikahan menjadi lebih efektif dalam memulihkan hubungan.(Chapman & Thomas, 2009) Hubungan keluarga yang sehat menghendaki adanya permintaan maaf yang tulus karena satu alasan: Semua manusia gagal dari waktu ke waktu. Tak satu pun dari manusia yang sempurna dalam berhubungan dengan anggota keluarga. Hubungan keluarga yang sehat tidak menuntut kesempurnaan, melainkan penanganan atas kegagalan manusia dalam cara yang positif. Permintaan maaf yang tulus merupakan langkah terpenting dalam menyembuhkan luka hati dan membangun kembali hubungan.(Chapman & Thomas, 2009)

Yohanes menyatakan dalam 1 Yohanes 1:5-10 bahwa tidak ada seorangpun yang tidak berdosa. Kalau orang percaya mengaku dosa, mohon pengampunan maka orang percaya akan menikmati kedamaian. Suami istri harus mengakui bahwa dalam keluarga, antara suami istri

pasti terjadi dosa: dalam pikiran, perkataan, dan perbuatan. Oleh karena itu, untuk menikmati damai sejahtera dalam keluarga, pasangan suami istri harus saling mengampuni. Ada juga yang mengatakan, *forgive and forget*.(J. L. Parapak & LIFE, 2017)

#### *Menumbuhkan Semangat Rekonsiliasi*

Ketika memaafkan semakin mendalam, hal itu tercermin dari ekspresi yang keluar dari diri seseorang terhadap orang yang menyakitinya. Meskipun demikian, seseorang dapat memaafkan dan, karena berbagai alasan, memilih untuk tidak rujuk. Orang yang menyakiti mungkin tetap tidak menyesal dan tidak tertarik untuk memulihkan hubungan, sehingga rujuk kembali mungkin bukan pilihan yang bijaksana ataupun aman. Di satu sisi, seseorang mendapat bagian untuk perlu tetap terbuka terhadap kemungkinan rujuk bila situasi menuntut hal itu, khususnya bila orang yang menyakiti adalah seorang anggota keluarga. Hakikat kehidupan berkeluarga memang menuntut seseorang berupaya keras untuk berhubungan baik dengan semua anggotanya. Membuka diri terhadap kemungkinan rekonsiliasi juga menyiapkan seseorang menerima berkat kapan pun waktunya datang.(Fischer, 2012) Pengampunan menghasilkan rekonsiliasi. Rekonsiliasi berarti kedua belah pihak sudah meletakkan masalah di belakang dan sekarang kedua belah pihak sama-sama menghadapi masa depan bersama.(Chapman & Thomas, 2009)

Alkitab dengan tegas menyatakan pentingnya rekonsiliasi dalam kehidupan Kristen. Injil Yohanes memberikan orang percaya visi akan hidup baru yang bisa diraih pengikut Yesus. Prinsip ideal dalam Injil mengenai kehidupan dalam satu masyarakat adalah seorang individu memperoleh kemajuan bila dapat menyadari hubungan timbal baliknya dengan Yesus dan sesama. Cerita mengenai pokok anggur dan rantingnya menggambarkan ikatan dalam kehidupan keluarga.(Fischer, 2012) Tidak seorangpun dapat hidup sendiri. Sebagaimana halnya ranting yang terhubung pada pokok anggur, seseorang dapat berbuah hanya jika tinggal dalam suatu komunitas, yakni komunitas yang berdasarkan pada Tuhan. Jika memungkinkan, memaafkan seharusnya dapat menghasilkan buah rekonsiliasi.(Fischer, 2012)

#### *Menumbuhkan Semangat Memaafkan*

Memaafkan merupakan bagian dari sebuah cara hidup. Keluarga yang kokoh memberikan setiap anggota keluarga sekumpulan orang-orang yang bisa ditiru, serta nilai dan tradisi yang bisa dijadikan milik keluarga, maupun suatu jaringan dukungan di mana setiap anggota keluarga dapat saling bergantung ketika memerlukannya. Selalu ada berbagai cara dalam menciptakan suatu situasi agar memaafkan berkembang dengan subur.(Fischer, 2012) Beberapa langkah praktis yang dapat dikembangkan, adalah: *Pertama*, Memaksimalkan energi positif. *Kedua*, Belajar menghargai perbedaan. *Ketiga*, Berlatih memaafkan secara rutin. *Keempat*, Singkirkan gambaran keluarga yang ideal.(Fischer, 2012)

### *Membudayakan Seni Meminta Maaf Sebagai Gaya Hidup*

Seni meminta maaf dapat dipelajari. Kunci menuju hubungan yang baik adalah mempelajari bahasa maaf orang lain dan bersedia mengucapkannya. Dengan kata lain memahami dan menerapkan lima bahasa maaf akan meningkatkan semua hubungan seseorang. *Love Story*, sebuah film yang populer di era tujuh puluhan, memiliki sebuah pernyataan yang terkenal, “Cinta berarti tidak perlu mengatakan kau menyesal”. Tidak, justru sebaliknya. Cinta sering kali berarti mengatakan seseorang menyesal, dan cinta sejati mengandung permintaan maaf yang dilakukan oleh orang yang bersalah dan pengampunan yang diberikan oleh orang yang terluka. Ini adalah jalan menuju hubungan yang dipulihkan serta dipenuhi dengan kasih. Semua dimulai dengan belajar mengucapkan bahasa permintaan maaf yang benar ketika seseorang melukai orang lain. (Chapman & Thomas, 2009)

Kelima bahasa permintaan maaf yang dipopulerkan oleh Gary Chapman dan Jennifer Thomas adalah: *Pertama*, Mengekspresikan penyesalan “Saya menyesal”. *Kedua*, Menerima tanggung jawab “Saya memang bersalah”. *Ketiga*, Memberi tebusan “Apa yang harus saya lakukan untuk memperbaikinya”. *Keempat*, Dengan tulus bertobat “Saya akan berusaha untuk tidak melakukannya lagi”. *Kelima*, Memohon pengampunan “Maukah engkau memaafkan saya?”. (Chapman & Thomas, 2009)

Seni meminta maaf tidaklah mudah, tetapi dapat dipelajari dan pantas diupayakan. Permintaan maaf akan membuka sebuah dunia emosional yang baru serta dunia spiritual yang sehat. Jika permintaan maaf merupakan gaya hidup, tak ada tembok yang akan terbentuk. Hubungan-hubungan akan menjadi otentik. Penyesalan akan diekspresikan, tanggungjawab akan diterima, dan tebusan akan diberikan. Pertobatan yang tulus akan menjadi niat setiap pribadi. Bila permintaan maaf menjadi gaya hidup, hubungan-hubungan akan tetap sehat. Orang-orang akan menemukan penerimaan, dukungan, dan dorongan semangat yang diperlukan. (Chapman & Thomas, 2009)

### *Tindakan Praktis lainnya dalam Pernikahan*

Kebanyakan gesekan dalam pernikahan dapat diselesaikan melalui pengampunan. Yang harus dilakukan pasangan hanyalah membiarkan beberapa kemarahan pergi dengan menggelengkan kepala dan menggumamkan kata-kata pengampunan, mencatatnya sebagai ciri khas dari pasangan. (Law & Law, 2008) Pernikahan dapat bertahan dengan pengampunan. Inilah merupakan anugerah besar yang dapat ditawarkan kepada pasangan. Cinta berarti bahwa setiap pasangan mestinya sering mengatakan “aku minta maaf”. Ketika sebuah hubungan tidak menyatu lagi, setiap pasangan tetap membutuhkan pengampunan dan harapan untuk berdamai. (Law & Law, 2008)

Berdoa bersama setiap hari memberikan kesempatan kepada pasangan suami istri untuk mengucapkan dua kalimat yang paling manjur dalam memulihkan hubungan: “Memaafkan aku ya?” dan “Ya aku memaafkanmu”. (Dennis & Rainey, 2006) Setiap pernikahan pasti melewati

masa-masa penuh amarah dan seskali kegagalan. Namun, pasangan suami istri harus menetapkan tujuan. Apa yang terpenting: memenangkan pertengkaran atau menyerupai Kristus. Di tengah sengitnya pertengkaran pun seharusnya pasangan suami istri orang percaya merenungkan apakah pasangan suami istri bertindak sebagaimana Yesus sudah teladankan.(Chan & Chan, 2015)

## Kesimpulan

Manusia pada dasarnya tidak memiliki kemampuan guna memaafkan dan rekonsiliasi. Pengampunan yang sejati hanya ada dan berasal dari Tuhan. Suami istri dan anggota keluarga yang sudah menerima Kristus sebagai Tuhan dan Juru Selamat akan mampu mengampuni diri sendiri, pasangan dan orang lain. Roh Kudus sajalah yang memampukan setiap orang percaya untuk mampu mengampuni dengan tulus. Pernikahan dan keluarga tidak akan mengalami kebahagiaan dan kedamaian disepanjang kehidupan jika tidak diwarnai pengampunan. Sikap dan gaya hidup mengampuni yang benar dan penuh kasih tentunya menjadi syarat yang penting guna mewujudkan keluarga yang sehat dan kuat.

Kemampuan keterampilan ini perlu dilatih dan perlu proses waktu guna mewujudkannya, caranya adalah dengan beberapa langkah berikut, yaitu: *Pertama*, Mengajarkan makna mengampuni. *Kedua*, Meminta maaf pada pasangan. *Ketiga*, Menumbuhkan semangat rekonsiliasi. *Keempat*, Menumbuhkan semangat memaafkan. *Kelima*, Membudayakan seni meminta maaf sebagai gaya hidup. *Keenam*, Tindakan praktis lainnya dalam pernikahan.

## Referensi

- Angin, Y. H. P., Yeniretnowati, T. A., & Arifianto, Y. A. (2020). Peran Keluarga Kristen untuk Bertahan dan Bertumbuh dalam Menghadapi Tantangan di Era Disrupsi dan Pandemi Covid-19. *JURNAL TEOLOGI RAHMAT*, 6(2), 128–141.
- Barclay, W. (1996). *Pemahaman Alkitab Setiap Hari Galatia Efesus* (4th ed.). BPK Gunung Mulia.
- Chan, F., & Chan, L. (2015). *You and Me Forever* (1st ed.). Yayasan Gloria.
- Chapman, G., & Thomas, J. (2009). *The Five Languages of Apology* (1st ed.). Metanoia.
- Dennis, & Rainey, B. (2006). *Dua Hati Bersatu Dalam Doa* (1st ed.). Kairos.
- Fischer, K. (2012). *Memaafkan Keluarga Anda* (1st ed.). BPK Gunung Mulia.
- Law, M. R., & Law, L. (2008). *God Knows Marriage Isn't Always Easy* (1st ed.). Dioma.
- Parapak, A. A. (2019a). *Hidup Bahagia Selama-Lamanya? Bahan Pembinaan Pranikah* (1st ed.). Scripture Union Indonesia.
- Parapak, A. A. (2019b). *Hidup Bahagia Selama-Lamanya? Bahan Pernikahan Pranikah (Buku Pemandu)* (1st ed.). Scripture Union Indonesia.
- Parapak, J. L., & LIFE, T. (2017). *Growing Together: Membangun dan Memperkaya Keluarga Dalam Tuhan* (1st ed.). Literatur Perkantas.

- Parapak, J. L., & LIFE, T. (2018). *Growing Together 3: Memperkuat dan Memperkaya Hidup Perkawinan* (1st ed.). Literatur Perkantas.
- Rosberg, G. (2011). *Choosing To Love Again* (1st ed.). Andi Offset.
- Sabdon, E. (2016). *Doa Bapa Kami Formula Kehidupan Orang Percaya* (10th ed.). Rehobot Literature.
- Sibarani, Y., & Arifianto, Y. A. (2020). Studi Analisis Makna Kata “Berahi” dan “Berkuasa” dalam Kejadian 3:16 dan Implikasinya bagi Rumah Tangga Kristen Masa Kini. *Sola Scriptura: Jurnal Teologi*, 1(2), 118–134.
- Thomas, G. (2014). *The Sacred Search* (3rd ed.). Literatur Perkantas Jawa Timur.
- Wiersbe, W. W. (1996). *Kaya Di Dalam Kristus* (3rd ed.). Yayasan Kalam Hidup.
- Wright, H. N. (2008). *So You’re Getting Married* (4th ed.). Gloria Graffa.
- Zaluchu, S. E. (2020). Struktur Artikel untuk Jurnal Ilmiah dan Teknik Penulisannya. In S. E. Zaluchu (Ed.), *Strategi Menulis Jurnal Untuk Ilmu Teologi* (1st ed., pp. 1–21). Golden Gate Publishing Semarang.