



## Kajian Teologis tentang Gaya Hidup Yesus untuk Memintas Rantai Hedonisme: Menurut Aristippus

**Rannu Sanderan<sup>1\*</sup>, Naomi Sampe<sup>2</sup>**

Institut Agama Kristen Negeri Toraja, Indonesia<sup>1,2</sup>

*rannusun@gmail.com\**

**Abstract:** This research aims to explore the image the concept of God in the context of human life immersed in the vortex of hedonism. The research will combine the approaches from philosophy and theology to uncover the secrets of the grandeur of God's image and how a deeper understanding of His presence can bring salvation and happiness to human life. The study will examine the values and essence of the lifestyle of Jesus Christ, which can serve as the center of spirituality for Christians, using qualitative research methods and a phenomenological perspective to understand the subjectivity of the human beings involved. The research presents the concepts of wisdom contained within the genuine concept of human beings as the image and likeness of God and how these concepts can be applied in the lives of people faced with temptation and greed. It is hoped that the results of this research will make a significant contribution to our understanding of the spirituality of Jesus Christ and lead us to a more accurate and proper understanding of the essence of life. Furthermore, it is expected that this research will provide inspiration and guidance for readers to achieve righteousness, wisdom, and greatness in their lives by fully referring to the divinity of Jesus.

**Keywords:** Christ, contextual theology, hedonism, live style, simplicity

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep citra Allah dalam konteks kehidupan manusia yang terperosok dalam pusaran hedonisme. Penelitian ini akan menggabungkan pendekatan filsafat dan teologi, untuk mengungkap rahasia keagungan citra Allah dan bagaimana pengenalan yang lebih dalam tentang kehadiran-Nya dapat membawa keselamatan dan kebahagiaan dalam hidup manusia. Penelitian ini akan mengkaji nilai dan hakikat gaya hidup Yesus Kristus yang dapat dijadikan pusat spiritualitas hidup orang Kristen, dengan menggunakan pendekatan penelitian kualitatif dan perspektif fenomenologi untuk memahami subyektifitas manusia yang terlibat. Penelitian ini menyajikan konsep-konsep kebijaksanaan yang terkandung dalam konsep hakiki manusia sebagai gambar dan rupa Allah dan bagaimana konsep-konsep ini dapat diterapkan dalam kehidupan manusia yang dihadapkan dengan godaan dan keserakahan. Diharapkan hasil penelitian ini akan memberikan kontribusi penting dalam pemahaman kita tentang spiritualitas Yesus Kristus dan membawa kita pada pemahaman yang lebih benar dan tepat tentang hakikat kehidupan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan inspirasi dan arahan bagi pembaca untuk mencapai kesalehan, kearifan, dan kemegahan dalam hidup mereka dengan merujuk penuh pada keugaharian Yesus.

**Kata Kunci:** gaya hidup, hedonisme, kesederhanaan, Kristus, teologi kontekstual

## 1. Pendahuluan

Pamer status dan kekayaan di beberapa media sosial mulai marak sehingga berdampak sosial pada para penyimak atau pembaca. Ada yang merasa inferior, *insecure* atau takut tertinggal sehingga berkeinginan ikut-ikutan latah tanpa perhitungan. Lahirlah perilaku konsumtif yang mana semangat hidupnya membuat segelintir orang terus mengejar kesenangan tanpa pertimbangan matang. Belum lagi, tawaran produk di berbagai media dikejar demi sekedar merasakan kepuasan. Tampaknya perilaku ini adalah upaya manusia untuk mencapai kepuasan. Namun, sikap konsumtif yang berlebihan ini bisa membuat manusia mengabaikan nilai-nilai keagamaan dan kemanusiaan yang seharusnya dipegang teguh. Tak jarang, kecenderungan untuk memburu kepuasan ini bisa menimbulkan tindakan yang tidak etis dan bertentangan dengan ajaran agama. Sejauh mana ideologi, budaya dan gaya hidup manusia tetap bisa menjalankan kehidupannya dengan mengutamakan nilai-nilai yang sesuai keyakinannya, gagasan ini hendak ditemukan dalam tulisan ini.

Tidak terkecuali, segelintir pemimpin Kristen dan umatnya pada setiap lapisan, konsumerisme merebak dan berdampak pada keinginan manusia untuk memperoleh kesenangan<sup>1</sup>. Sejatinya, kesenangan tersebut merupakan naluri bawaan manusia yang mendorongnya untuk bertahan hidup dan memiliki semangat juang. Energi fisiologis yang diperoleh dari pemenuhan kesenangan ini menjadi sumber daya penting untuk keberlangsungan hidup manusia. Namun, konsumerisme yang dipromosikan dunia saat ini terkadang membuat kehadiran Tuhan diabaikan. Keserakahan akan kenikmatan yang dihasilkan dari konsumerisme bisa menjadi noda dalam kehidupan persekutuan orang percaya. Oleh karena itu, sikap dan perilaku orang Kristen seharusnya mencerminkan kemuliaan gambar Allah yang teguh kebenaran Kristen dengan relevansi dan kesetiaan kepada berita Injil.<sup>2</sup>

Penelitian Ghulam Falakh dalam tesisnya, menyatakan bahwa konsumerisme telah merambah seluruh lapisan masyarakat. Hal ini tidak terlepas oleh perkembangan teknologi informasi dan komunikasi serta budaya globalisasi yang meluas.<sup>3</sup> Dalam era modern, pertumbuhan populasi manusia meningkat, namun kemampuan untuk mengendalikan diri dan menghadapi tantangan menurun.

---

<sup>1</sup> Naomi Sampe and Simon Petrus, "Realita Kompleks Pemimpin Kristen: Hikmat Dan Integritas Pemimpin Kristen Menghadapi Laju Perubahan Dunia Sebagai Dampak Globalisme Dan Postmodernisme," *KINAA: Jurnal Kepemimpinan Kristen Dan Pemberdayaan Jemaat* 2, no. 2 (December 29, 2021): 133–46, <https://doi.org/10.34307/kinaa.v2i2.35>.

<sup>2</sup> Rusli Rusli, "HEDONISME KRISTEN JOHN PIPER SEBAGAI SEBUAH KONTEKSTUALISASI DI DALAM IMAN KRISTEN," *VERBUM CHRISTI JURNAL TEOLOGI REFORMED INJILI* 2, no. 2 (2015): 254–88, <https://doi.org/10.51688/vc2.2.2015.art3>.

<sup>3</sup> GHULAM FALACH, "KONSUMERISME MANUSIA SATU DIMENSI" (Thesis, Yogyakarta, UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKA, 2018), 4, 102–105.

Selanjutnya, penelitian Yuhanes Kristi Andayanto Fenomena menggagas bahwa mentalitas instan turut mendorong situasi seperti ini, memengaruhi kemampuan manusia dalam mengatasi tekanan hidup dan mempertahankan kebahagiaan di tengah kesulitan. Mentalitas instan telah menjadi ciri perilaku manusia modern, mendorong tindakan cepat dan kadang-kadang tidak etis dalam mencapai tujuan, termasuk dalam konteks konsumerisme.<sup>4</sup>

Ade Irma dan kawan-kawan mengamati pola kehidupan modern saat ini, bahwa masyarakat cenderung semakin terjerumus dalam gaya hidup hedonis yang berpusat pada kepuasan diri sendiri. Mereka cenderung memprioritaskan kesenangan dan memuaskan kebutuhan mereka sendiri, bahkan jika itu merugikan orang lain atau lingkungan. Ini terjadi karena pengaruh teknologi dan media sosial yang semakin mempengaruhi cara pandang dan perilaku manusia.<sup>5</sup> Selain itu, ada masalah dengan pengembangan pendidikan dan pendekatan psikologis yang tepat. Sebagaimana dalam tulisan JD. Engel bahwa upaya terstruktur diperlukan untuk membantu orang-orang belajar mengendalikan diri dan hidup secara seimbang dan bertanggung jawab untuk membangun sebuah masyarakat yang sehat dan berkelanjutan yang menghargai nilai-nilai kemanusiaan yang tinggi.<sup>6</sup>

Trend ikut-ikutan gaya hidup dalam hal ini adalah cenderung penyebab utama dari fenomena ini. Meskipun perubahan selalu terjadi sepanjang sejarah, namun perbedaan pada masa sekarang sangat berbeda dari perubahan pada masa lalu. Perkembangan teknologi dan internet yang semakin maju dan mudah diakses telah mempercepat perubahan gaya hidup dan budaya, dan inilah yang kita sebut sebagai trend. Keterlibatan semua pihak sangat penting dalam menangani fenomena ini karena adanya dampak perubahan lingkungan terhadap gaya hidup umat Kristen dan pemimpin Kristen. Oleh karena itu, diperlukan keseriusan secara terus-menerus dari semua pihak khususnya untuk menghadapi fenomena revolusi industri 4.0 dan mencari solusi yang tepat untuk mengatasinya.

Multimedia kini merupakan salah satu gejala mutakhir dan menjadi pendekatan paling populer di dunia sekarang ini. Teknologi ini memiliki beragam kemampuan, kemudahan dan banyak fitur yang gampang dimanfaatkan, sehingga menimbulkan ketertarikan manusia untuk menggunakannya. Karena itu, orang-orang kini jadi cepat berubah dan mau ngikutin trend. Akibatknya, jika seseorang tidak ikut trend, orang tersebut karna dianggap ketinggalan jaman. Tapi sebaliknya, jikalau mau ikuti trend, maka konsekuensinya seseorang harus mengeluarkan banyak biaya untuk terus mengikuti perubahan tersebut yang terjadi sangat cepat.

<sup>4</sup> Yuhanes Kristi Andayanto, "Christus Vivit: Menggagas Peran Orang Muda Yang Transformatif," *Media: Jurnal Filsafat Dan Teologi* 3, no. 2 (2022): 194-211, <https://doi.org/10.53396/media.v3i2.106>.

<sup>5</sup> Ade Irma et al., *Post Modern Dalam Pemikiran Anak Muda* (Malang: Media Nusa Creative (MNC Publishing), 2016) 213, 217.

<sup>6</sup> Jacob Daan Engel, *Konseling Masalah Masyarakat* (Yogyakarta: PT Kanisius, 2020), 60-68.

Transisi trend yang cepat di sekitar lingkungan manusia menimbulkan kompleksitas problem yang signifikan bagi umat Kristen dan pemimpin Kristen dalam menjalankan kehidupan sehari-hari mereka. Persoalan seperti ini tidak terlepas dari pemahaman yang terkait implikasi transisi trend yang mempengaruhi perilaku umat Kristen dan pemimpin Kristen. Pada konteks ini, upaya untuk menganalisis dan memahami pengaruh transisi trend terhadap gaya hidup umat Kristen dan pemimpin Kristen dalam konteks globalisasi adalah suatu keharusan. Hal ini penting untuk memastikan bahwa kebutuhan dan kepentingan mereka tetap terakomodasi dan terpenuhi di tengah perubahan trend yang begitu cepat. Oleh karena itu, para pemimpin Kristen harus memiliki pemahaman yang holistik dan mendalam mengenai faktor-faktor sosial, psikologis, dan budaya yang mempengaruhi perilaku umat Kristen dalam menghadapi perubahan trend.

Demikian juga pandangan Daniel Ronda, bahwa para pemimpin Kristen harus bisa memanfaatkan teknologi dan informasi secara bijak untuk mengoptimalkan pemenuhan kebutuhan dan kepentingan umat Kristen di tengah perubahan trend yang begitu cepat. Permasalahannya adalah apakah umat Kristen dan pemimpin Kristen sanggup adaptif dan bisa menghadapi tantangan dari perubahan trend yang terus berlangsung, semetara disrupsi teknologi berlangsung cepat.<sup>7</sup>

Gaya hidup yang terlihat semakin mudah dan modis saat ini menyiratkan beberapa persoalan yang kompleks dan membingungkan, termasuk di antaranya adalah kesenjangan sosial yang makin melebar antara kelompok yang berada di kelas atas dan kelompok masyarakat yang kurang mampu secara ekonomi. Selain itu, ada pula permasalahan yang terkait dengan perilaku konsumtif yang diikuti oleh kelompok masyarakat miskin yang terjerumus ke dalam pola konsumtif yang dipelopori oleh pemilik modal elit. Meskipun demikian, masih ada sekelompok kecil individu yang mampu mempertahankan identitas mereka sendiri dalam konteks globalisasi yang terus berlangsung.

Di sisi lain, dalam era modern yang semakin maju, pertumbuhan pasokan barang dan jasa mendorong munculnya keinginan yang semakin besar untuk berbelanja. Banyak *franchise market* yang buka selama 24 jam, menjadi pemicu utama dalam memperkuat mentalitas konsumerisme. Hal ini berdampak pada menurunnya minat konsumen untuk membeli di pasar tradisional atau usaha konvensional yang masih bertahan di sekitarnya. Selain itu, *e-commerce* semakin merajalela dan memasuki kehidupan pribadi seseorang, sehingga waktu yang seharusnya digunakan untuk bersosialisasi dengan keluarga dan lingkungan, terpaksa digunakan untuk berbelanja *online*. Dampak dari hal ini adalah menurunnya interaksi sosial dan mengancam keharmonisan hubungan dalam keluarga dan masyarakat.

<sup>7</sup> Daniel Ronda, "KEPEMIMPINAN KRISTEN DI ERA DISRUPSI TEKNOLOGI," *Evangelikal*, Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat, Volume 3, (January 2019): 1-8, <https://doi.org/10.46445/ejti.v3i1.125>.

Jika diletakkan secara lateral, maka tonjolan dari penelitian ini berfokus pada gaya hidup Kristus sebagai paradigma alternatif mengupayakan memutuskan jebakan rantai hedonisme. Uraian penelitian-penelitian di atas selanjutnya mengkristalisasi persoalan kompleks dari jebakan gaya hidup hedonis. Perilaku awam turut dipengaruhi oleh keteladanan sikap pemimpin Kristen. Studi ini dibutuhkan sebab permasalahannya tidak hanya dimensi pengaruh saja, namun juga gaya hidup hedon seorang pemimpin Kristen terindikasi memerosotkan karakter dan gaya hidup umat.

## 2. Metode Penelitian

Metode penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan filosofis dan teologis. Pemahaman tentang fenomena dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan tinjauan literatur, yang selanjutnya dianalisis secara deskriptif. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan kajian literatur untuk mengumpulkan berbagai literatur yang telah mengkaji tentang topik spiritualitas kesederhanaan Yesus sebagai gaya hidup bagi orang Kristen. Relevansi data dijembatani dengan melakukan observasi terhadap praktik kehidupan Kristen dalam masyarakat dan melakukan studi literatur yang terkait dengan topik kekristenan, gaya hidup Yesus, hedonisme, dan spiritualitas kesederhanaan. Selanjutnya, data yang dikumpulkan akan dianalisis secara deskriptif dan dibahas untuk mencapai kesimpulan yang sesuai dengan tujuan penelitian. Metode teologi-filosofi digunakan untuk menganalisis gagasan tentang gaya hidup Kristus sebagai jalan keluar dari rantai hedonisme. Analisis data ini menghasilkan pemahaman tentang gaya hidup sederhana Yesus sebagai solusi untuk hedonisme di masyarakat modern.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### Sederhana sebagai Spiritualitas dan Gaya Hidup Kristen

Fenomena meningkatnya gaya hidup konsumtif pada masyarakat modern menunjukkan buruknya kesenjangan sosial dan ekonomi antara kelompok yang kaya dan yang miskin.<sup>8</sup> Para individu dengan kemampuan finansial yang lebih tinggi cenderung tergoda untuk membeli produk-produk mewah yang dipromosikan melalui media, sementara masyarakat miskin seringkali terpaksa memenuhi kebutuhan dasar mereka dengan cara yang kurang efisien dan tidak perlu. Hal ini

<sup>8</sup> Christian Kurniawan and Junius Najoan, "Sedekah Melalui Perspektif Teologi Kontekstual Joseph Harrod Dalam Merespons Kesenjangan Sosial Ekonomi," *Vox Dei: Jurnal Teologi dan Pastoral* 3, no. 2 (December 28, 2022): 214–23, <https://doi.org/10.46408/vxd.v3i2.186>; Ignatius S. Pambudi, "Resensi Buku: Teologi Jalan Tengah: Refleksi Tentang Gaya Hidup Sederhana Yesus Di Tengah-Tengah Gaya Hidup Modern Saat Ini," *Gema Teologi* 39, no. 2 (2015): 249-68, <https://journal-theo.ukdw.ac.id/index.php/gema/article/view/206>; Chandra Kurniawan, "ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU KONSUMTIF EKONOMI PADA MAHASISWA," *Jurnal Media Wahana Ekonomika* 13, no. 4 (2017): 107-18, <https://doi.org/10.31851/jmwe.v13i4.2709>.

menyebabkan ketidakseimbangan yang semakin meningkat dalam distribusi sumber daya dan akses terhadap barang dan jasa yang berkualitas, yang pada akhirnya memperparah ketimpangan sosial dan ekonomi di masyarakat. Selain itu, dalam lingkup komunitas Kristen, trend yang semakin cepat dan kompleks juga membawa dampak negatif pada kehidupan keluarga. Keluarga harus memenuhi berbagai kebutuhan gaya hidup modern dan menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan dalam masyarakat, seperti teknologi dan perilaku konsumtif, yang seringkali membutuhkan waktu dan uang.<sup>9</sup>

Namun demikian, perlu diakui bahwa masih ada kelompok-kelompok kecil yang berhasil mempertahankan jati diri dan nilai-nilai keagamaan di tengah-tengah pusaran trend global. Mereka menunjukkan keberanian dan keteguhan dalam mempertahankan identitas mereka di tengah arus globalisasi yang makin mengaburkan batas-batas antara budaya dan nilai-nilai yang berbeda.

Dalam kehidupan orang Kristen, terjadi lompatan budaya yang signifikan sebagai dampak dari globalisasi dan kemajuan teknologi. Nilai-nilai etik dalam Kekristenan sebenarnya bertentangan dengan semangat konsumerisme dan hedonisme yang semakin kuat. Meskipun demikian, ada sejumlah pemimpin Kristen yang mampu mempertahankan integritas dan menghindari godaan konsumerisme dalam gaya hidup mereka.

Untuk tetap relevan di era modern ini, para pemimpin Kristen perlu memahami nilai-nilai Kristen yang sejati dan memberikan arahan yang bermakna bagi jemaat mereka di tengah arus perubahan yang terus bergerak maju. Hal ini menjadi tantangan yang harus dihadapi oleh para pemimpin Kristen untuk menjaga keharmonisan hubungan dalam keluarga dan masyarakat serta memberikan kontribusi yang berarti bagi lingkungan sekitar.

Sebuah upaya yang diperlukan untuk mempertahankan esensi Spiritualitas Kesederhanaan Yesus dalam menghadapi dampak negatif dari budaya hedonis adalah melalui pengendalian diri dalam menghadapi godaan konsumtif. Pada intinya, konsep penguasaan diri atau pengendalian hasrat kedagingan dapat diwujudkan melalui kerendahan hati dan kasih kepada Allah serta sesama manusia. Dengan demikian, penting bagi umat Kristen dan pemimpin Kristen untuk memahami bahwa nilai-nilai spiritualitas dapat membimbing mereka dalam hidup dan menjaga diri mereka dari terjebak dalam pusaran budaya konsumtif dan hedonis yang makin kuat dan meresahkan. Upaya untuk mempertahankan esensi spiritualitas kesederhanaan Yesus dapat dilakukan melalui pengembangan disiplin diri dan pemantapan nilai-nilai Kristen yang berlandaskan pada kasih, ketulusan, kejujuran, dan tanggung jawab

---

<sup>9</sup> Dionius Bismoko Mahamboro, "IDENTITAS KELUARGA KRISTIANI DI HADAPAN BUDAYA KONSUMERISME," *Jurnal Orientasi Baru* 25, no. 1 (2016): 75-92. <https://ejournal.usd.ac.id/index.php/job/article/view/1102>.

sosial. Pemimpin Kristen dapat menjadi contoh dan memimpin umatnya dalam mempraktikkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Adapun, dalam rangka berupaya memitigasi dan melawan dampak negatif dari gaya hidup konsumtif dan hedonis umat Kristen, diperlukan pula penyediaan pendidikan dan pengajaran yang holistik. Upaya ini tidak mudah, namun setidaknya kemajuan teknologi yang ada sekarang ini bisa menolong, misalnya melalui berbagai media seperti khutbah, seminar, info multimedia, buku, radio dan media sosial. Pemberian pemahaman yang lebih baik mengenai permasalahan gaya hidup konsumtif dan hedonis diharapkan dapat membantu umat Kristen dalam mengambil langkah-langkah konkret dalam meminimalisir dampak negatif tersebut dan memperoleh hidup yang lebih sederhana dan penuh berkat. Maka kolaborasi ekumenikal dan komunitas-komunitas sosial menjadi urgen demi mendorong perubahan perilaku konsumtif menjadi karakter yang bertanggung jawab terhadap lingkungan dan masyarakat.

Praktis, para pemimpin gereja patut menunjukkan contoh konkret dalam kehidupan sehari-hari yang merefleksikan esensi Spiritualitas Kesederhanaan Yesus. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan menunjukkan kendali diri dalam penggunaan barang dan pemanfaatan jasa, serta mengembangkan solidaritas sosial di antara jemaat dan masyarakat sekitar. Tindakan ini juga memungkinkan para pemimpin gereja untuk membangun keterikatan yang kuat dengan jemaat dan mempromosikan praktik-praktik spiritualitas ugahari yang relevan dan berkelanjutan. Urgensi lebih lanjut, para pemimpin gereja perlu terus menggali pemahaman yang mendalam tentang esensi spiritualitas kesederhanaan dan memikirkan cara-cara praktis mengaplikasikannya dalam hidup umat Kristen.<sup>10</sup>

Secara teologis, upaya untuk mengembalikan esensi Spiritualitas Kesederhanaan Yesus, memerlukan iktiar serius sebagai bentuk respons terhadap kondisi kehidupan yang semakin konsumtif dan hedonis. Pengendalian diri yang dilandasi oleh kerendahan hati dan kasih kepada Allah serta sesama manusia menjadi tuntutan moral bagi umat Kristen, terutama para pemimpin gereja yang diharapkan menjadi contoh dan teladan bagi jemaatnya.

Pada kondisi ini, perlu disadari bahwa kesederhanaan bukan berarti menolak kemajuan teknologi atau kemajuan sosial-ekonomi secara umum, namun justru menjadi pangkal bagi umat Kristen untuk memanfaatkan kemajuan tersebut secara bijak dan bertanggung jawab. Dalam kerangka inilah, pengertian tentang

---

<sup>10</sup> Rannu Sanderan, "Dilema Kepemimpinan Kristen, Tuhan Atau Atasan?: Unsur-Unsur Fundamental Bagi Pemimpin Kristen Demi Mengejawantahkan Imannya Dalam Profesi Dan Pengabdian," *SOPHIA: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen* 2, no. 2 (December 2, 2021): 1-15, <https://doi.org/10.34307/sophia.v2i2.40>; Yudhi Kawangung, "Teologika Kepemimpinan Pelayanan Konstruktif," *Danum Pambelum: Jurnal Teologi Dan Musik Gereja* 1, no. 1 (2021): 132-43, <https://doi.org/10.54170/dp.v1i1.46>; Sampe and Petrus, "Realita Kompleks Pemimpin Kristen."

kemakmuran juga perlu diredefinisi sebagai kecukupan dalam hidup, bukan semata-mata kekayaan materi.

Tanggung jawab untuk mengungkapkan esensi Spiritualitas Kesederhanaan Yesus mengharuskan para pemimpin gereja untuk menunjukkan teladan konkret dalam kehidupan sehari-hari. Contohnya, para pemimpin gereja dapat menunjukkan pengendalian diri dalam konsumsi barang dan jasa, serta membangun solidaritas sosial di antara jemaat dan masyarakat sekitar. Dengan cara ini, praktik spiritualitas kesederhanaan secara sinergis mesti diaplikasikan dan diperkuat dalam kehidupan umat Kristen. Selain itu, hal ini juga memungkinkan para pemimpin gereja untuk membangun keterikatan yang kuat dengan jemaat dan mempromosikan praktik-praktik spiritualitas yang relevan dan berkelanjutan. Oleh karena itu, para pemimpin gereja perlu memiliki pemahaman yang mendalam tentang esensi spiritualitas kesederhanaan dan mencari cara-cara praktis untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari umat Kristen.

Kini, pada abad ke-21, hedonisme terus mengalami perubahan dan perkembangan yang signifikan dalam budaya manusia. Hedonisme muncul dalam berbagai bentuk dan memerlukan kehati-hatian dalam memilih kenikmatan atau kesenangan yang sesuai dengan kehendak Tuhan, serta mampu menolak yang bertentangan dengan kehendak-Nya. Oleh karena itu, penting bagi anak-anak Kristen untuk diajarkan sejak dini tentang kemampuan memilih dan menolak. Edukasi berkelanjutan juga sangat diperlukan bagi mereka agar mampu mengatur kehidupan mereka dengan bijak, tenang, berpikir matang, dan sabar.

### **Hedonisme: Memahami Sifat Bawaan Manusia**

Fenomena kenikmatan sebagai salah satu naluri primitif manusia telah lama dipelajari dan dibicarakan dalam berbagai bidang ilmu sepanjang sejarah manusia. Terdapat berbagai teori dan pandangan yang membahas mengenai kenikmatan. Dalam dunia filsafat, terdapat aliran filsafat yang secara menarik membahas tentang kenikmatan dan aturan-aturannya, misalnya epikurisme. Ajaran Epikuros memang tepat disebut sebagai hedonisme.<sup>11</sup>

Penjelasan mengenai terma hedonisme dapat diawali dengan asal usulnya dari bahasa Yunani yaitu kata "*hedone*" yang secara etimologis berarti kesenangan atau kenikmatan. Aristippus adalah seorang filsuf Yunani yang dikenal sebagai pendiri aliran Hedonisme. Menurut Aristippus, kebahagiaan dan kesenangan adalah tujuan utama dalam hidup. Ia memandang bahwa manusia harus mengejar kesenangan yang dapat memberikan kebahagiaan dalam hidupnya.

---

<sup>11</sup> Suseno Franz Magnis, "Eudemonisme: Epikuros dan Aristoteles," in *Makalah Kuliah Umum* (Jakarta: Komunitas Salihara, 2013).

Studi filsafat menjelaskan bahwa ajaran Aristippus berbeda dengan aliran Hedonisme lainnya seperti Epikurisme yang lebih menekankan pada kesenangan yang sederhana dan tidak berlebihan. Ajaran Aristippus tentang Hedonisme<sup>12</sup> adalah bahwa kesenangan atau kenikmatan adalah hal yang paling penting dalam hidup dan kita harus selalu berusaha untuk meraihnya. Namun, Aristippus juga mengajarkan bahwa kesenangan harus diimbangi dengan kebijaksanaan dan kecerdasan, sehingga kita tidak terjebak dalam perilaku yang merugikan diri sendiri dalam jangka panjang. Dalam pandangan Aristippus, hedonisme bukanlah hanya tentang memuaskan keinginan atau nafsu belaka, tetapi juga tentang menjaga keseimbangan dan kebijaksanaan dalam meraih kesenangan dalam hidup..

Aristippus juga menekankan pada konsep "keterbatasan diri" (*self-control*) dan pandai menyesuaikan diri (*adaptability*) agar dapat menikmati kesenangan yang sehat dan tidak merugikan. Dalam pandangan Aristippus, seseorang harus memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri dan tidak tergoda untuk mengejar kesenangan yang berlebihan dan dapat membahayakan dirinya dan orang lain.

Dalam pandangan Aristippus, hedonisme bukanlah tentang mengejar kesenangan semata, melainkan juga tentang cara mengejar kesenangan tersebut. Ia menekankan pentingnya keseimbangan antara kesenangan dan keterbatasan diri serta pandai menyesuaikan diri agar hidup dapat membawa kebahagiaan.

Pandangan hedonis mengajarkan bahwa kesenangan atau kenikmatan harus dijadikan tujuan hidup dan tindakan manusia. Konsep ini menekankan bahwa nilai tertinggi dalam kehidupan manusia adalah kesenangan, dan penderitaan seharusnya dihindari.<sup>13</sup>

Sejarah konsep hedonisme telah dikenal sejak zaman purba manusia. Manusia dapat dianggap sebagai makhluk yang secara naluriah mencari kesenangan dalam hidupnya. Sebagai makhluk yang diciptakan, manusia memiliki naluri yang mendorongnya untuk memenuhi kebutuhan yang diperlukan demi memperoleh kebahagiaan.

Dalam rangka memenuhi kebutuhan tersebut, manusia secara berkesinambungan melakukan berbagai upaya. Hal ini dikarenakan kebahagiaan yang dihasilkan dari pemenuhan kebutuhan tersebut dianggap sebagai tujuan akhir dalam hidup manusia. Oleh karena itu, manusia selalu berupaya untuk mencapai kebahagiaan melalui berbagai cara dan upaya yang dilakukan.

Filsuf Aristippus telah dipandang sebagai tokoh yang menggambarkan sifat naluriah manusia terhadap keinginan untuk meraih kesenangan secara berlebihan.

---

<sup>12</sup> Kurt Lampe, *The Birth of Hedonism: The Cyrenaic Philosophers and Pleasure as a Way of Life, The Birth of Hedonism* (New Jersey: Princeton University Press, 2014), <https://doi.org/10.1515/9781400852499>.

<sup>13</sup> Jostein Gaarder, *Dunia Sophie: Sebuah Novel Filsafat* (Bandung: Mizan Pustaka, 2006), 153.

Lahir pada tahun 435 SM di Cyrene, Libya dan wafat pada tahun 366 SM di Athena.<sup>14</sup> Menurut Aristippus, tujuan utama hidup manusia adalah mengejar kenikmatan inderawi sebanyak mungkin,<sup>15</sup> sedangkan penderitaan merupakan musuh yang harus dihindari dengan segala cara.

Selaras dengan kepentingannya terhadap etika praktis, Aristippus menekankan bahwa manusia seharusnya mengejar kesenangan dan kenikmatan dalam hidupnya, namun tetap menunjukkan pandangan yang baik dan menguasai kendali diri dalam membentuk kekuatan watak keinginan manusia. Aristippus menjelaskan bahwa manusia seharusnya memandang dirinya sebagai pemilik, bukan sebagai benda yang dimiliki. Moto yang diusung oleh Aristippus adalah “saya adalah pemilik, saya tidak dimiliki” (*I possess, I am not possessed*), yang menggambarkan konsep kepemilikan diri yang dianut olehnya.

Konsep yang diurai di atas, menjadi dasar prinsipil untuk mengatakan bahwa terdapat konsep yang berkaitan dengan pencapaian kebahagiaan dalam hidup, yaitu kemampuan untuk menghitung kenikmatan yang bisa diraih. Namun, dalam konteks ini, perlu ditekankan bahwa kenikmatan yang tepat harus dijaga agar tidak melampaui batas. Artinya, walaupun kenikmatan diperlukan, tetapi harus diimbangi dengan rasa bijaksana dan tidak berlebihan. Konsep ini penting untuk dipahami dalam konteks keseimbangan hidup dan pencapaian kebahagiaan yang sehat dan berkelanjutan.

Untuk mencapai kebahagiaan dalam hidup, seseorang harus memiliki kemampuan untuk menghitung kenikmatan yang dapat dicapai. Pada konteks ini, sejatinya “kenikmatan yang tepat adalah baik”, artinya bahwa seseorang harus merasakan kenikmatan tetapi tidak boleh berlebihan. Penyalahgunaan kenikmatan dapat menyebabkan ketergantungan dan ketidakpuasan. Manusia umumnya tidak akan pernah merasa bahwa semua keinginannya terpenuhi. Jika seseorang terus menerus mencari kesenangan tanpa batas, maka kesenanganlah yang mengendalikan manusia, bukan sebaliknya. Dengan kata lain, manusia menjadi terjajah oleh kesenangan. Dalam rangka mencapai kesenangan hidup yang optimal, dibutuhkan kemampuan untuk mengendalikan diri. Kesenangan yang terjadi dalam waktu singkat harus ditahan untuk mendapatkan kemungkinan munculnya kesenangan yang lebih besar, lebih tahan lama, atau lebih intens dalam jangka waktu yang lebih panjang.

### **Tanggung Jawab Orang Kristen Menghadapi Budaya Hedonisme**

Gaya hidup yang sederhana dan pertarakan jauh lebih sejalan dengan ajaran Kristen Protestan daripada gaya hidup konsumeristik yang mewah. Secara umum,

---

<sup>14</sup> Encyclopaedia Britannica Deluxe Edition 2004, CD-ROM

<sup>15</sup> Alice Mutiara Tasti, “RELEVANSI KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI DAN ARISTOTELES DI ERA MODERN” (bachelorThesis, 2021), <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/57417>.

manusia cenderung mencari kesenangan dan menghindari penderitaan. Di dalam lingkup gereja, para rahib melaksanakan asketisme dan atau pertarakan. Sehubungan dengan filsafat yang bertema Stoa, maka tampak bahwa asketisme dapat diartikan sebagai prinsip perilaku yang mengharuskan manusia menahan keinginan dunia demi mencapai kebahagiaan, moralitas yang baik, dan idealisme dalam kehidupan agama. Ada yang menolak semua keinginan tanpa terkecuali, sementara ada yang hanya menolak keinginan-keinginan yang bersifat dunia seperti nafsu birahi, keinginan untuk memiliki harta, ketenaran, dan prestasi. Kedua pengertian ini sering disamakan dengan kerahiban, ketat, sederhana, taat, miskin, puasa, disiplin, penebusan dosa, penghancuran tubuh, hingga hidup sendiri dan kontemplatif.

Dalam Alkitab, disiplin diartikan sebagai wujud kasih orangtua terhadap anak-anaknya. Seperti yang tertulis, *“Siapa yang menahan tongkat, membenci anaknya, tetapi siapa yang mengasihi anaknya, disiplinlah ia tepat pada waktunya”* (Ams. 13:24). Dalam konteks Gereja dan pendidikan Kristen, pentingnya menanamkan gaya hidup sederhana dan Kristiani telah diakui.<sup>16</sup> Sejarah awal Calvinisme dan Lutheran menunjukkan bahwa mereka berusaha membuktikan sebagai Gambar Allah yang terpilih dengan hidup sederhana dan menyukai kerja keras. Mereka menghindari perilaku berlebihan dan dianggap dosa, serta menerapkan gaya hidup asketis dalam kehidupan sehari-hari. Dalam bukunya *“Etika Kristen dan Roh Kapitalisme”*, Max Weber mengungkapkan bahwa *“inner worldly ascetics”* adalah sebuah bentuk etos kerja Kristen yang sangat memengaruhi perubahan masyarakat Barat dan mengakibatkan kemajuan pesat di dunia Barat.<sup>17</sup>

Dalam menghadapi godaan hedonisme yang datang setiap saat, setiap orang Kristen perlu memegang teguh etika Kristen atau nilai-nilai kristiani. Allah telah menanamkan pengetahuan tentang diri-Nya dan kehendak-Nya dalam hati setiap manusia, namun sebagian besar manusia tampaknya mengabaikan keberadaan-Nya dalam tindakan mereka (band. Rom. 1:21). Nilai dan tindakan saling terkait erat, di mana sebuah keputusan atau tindakan dianggap etis apabila sesuai dengan hubungan yang seharusnya antara seseorang dengan dirinya sendiri, sesama, lingkungan, dan Tuhan yang disembahnya. Nilai etis Kristen mencerminkan manusia sebagai gambar Allah yang telah diselamatkan dari dosa oleh Yesus Kristus, dan mengandung kebenaran universal yang dapat dipahami secara rasional oleh semua orang. Oleh karena itu, nilai-nilai etis Kristen tidak dapat dipisahkan dari praktik hidup Kristen yang sejati.<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup> Rannu Sanderan, “EXEMPLARY MENEMUKNALI KUNCI PENDIDIKAN IMAN BAGI ANAK DALAM KELUARGA DAN PEMBELAJARAN AGAMA DI SEKOLAH,” 2016.

<sup>17</sup> Eka Darmaputera, *Pergulatan kehadiran Kristen di Indonesia: teks-teks terpilih Eka Darmaputera* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001), 829.

<sup>18</sup> Eka Darmaputera, *Etika Sederhana Untuk Semua, Perkenalan Pertama* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1992), 98.

Menurut pandangan Kristiani, kebahagiaan atau syalom merupakan tujuan akhir manusia yang dikehendaki oleh Tuhan. Namun, kebahagiaan yang sejati tidak tergantung pada faktor-faktor eksternal seperti kekayaan, kekuasaan, atau prestasi, melainkan terdapat di dalam diri manusia itu sendiri. Menurut ajaran Yesus, kebahagiaan sejati berasal dari hubungan yang erat dengan Allah dan kesetiaan dalam mengikuti kehendak-Nya. Yesus menjamin bahwa "*tidak ada seorang pun yang dapat merampas kegembiraanmu itu dari padamu*" (Yoh.16:22).

Dalam konteks kristiani, kebahagiaan yang sejati dapat ditemukan melalui perjuangan setia pada Yesus, bahkan di tengah-tengah budaya konsumerisme dan hedonisme yang kuat. Kebahagiaan yang tergantung pada orang lain atau keuntungan materi dapat diperoleh dengan mudah, tetapi rentan terhadap pengaruh negatif atau kerusakan yang tidak terduga. Sebaliknya, kebahagiaan seorang Kristen berasal dari keterpaduan iman dan jiwa, dan tidak bisa dicabut oleh siapapun atau bahkan kehidupan itu sendiri.

#### 4. Kesimpulan

Totalitas hidup manusia sebagai gambar Allah terdiri dari iman, mental, perilaku, dan gaya hidup yang harus tercermin dalam hidup orang Kristen. Untuk menghadapi budaya hedonis, orang Kristen harus mengikuti teladan hidup sederhana Yesus Kristus. Gaya hidup sederhana tersebut harus menjadi pusat dan tujuan hidup orang Kristen dalam melaksanakan kehendak Tuhan.

Dalam konteks kehidupan Kristen, prinsip dasar yang penting adalah bahwa pengendalian diri diperlukan untuk mencapai kebahagiaan yang sejati. Hal ini berarti bahwa kepuasan jangka pendek harus dikendalikan untuk mencapai kenikmatan yang lebih besar, lebih kekal, dan lebih hebat dalam jangka panjang. Oleh karena itu, perjuangan atau perjuangan adalah metode yang efektif dalam menanamkan prinsip-prinsip dasar Kristen.

Kristus mengajarkan bahwa kebahagiaan yang sejati terletak dalam keselamatan dan kemuliaan surga. Hingga saat ini, Kristus masih mencari saksi-saksi yang rela hidup dalam kudus, meskipun mereka harus hidup berbeda dan tidak terbawa arus budaya dunia yang bertentangan dengan kehendak Tuhan. Bagi mereka yang setia dalam segala situasi, kehidupan sorgawi yang mulia menanti. Kenikmatan duniawi hanya dapat memberikan kenikmatan sementara (fana) dan selalu memiliki batas. Namun, kenikmatan yang sempurna dan abadi akan diperoleh di kehidupan sorgawi nanti.

Mengembangkan tanggung jawab sebagai gambar Allah untuk merefleksikan citra-Nya di dunia yang selalu berubah merupakan suatu bentuk ibadah yang harus dilakukan oleh setiap orang Kristen. Ibadah yang benar bagi orang Kristen, bukanlah hanya terbatas pada kegiatan liturgis, melainkan melibatkan dedikasi dalam

mempersempahkan kehidupan sehari-hari kepada Tuhan (Rom. 12:1). Gaya hidup seorang Kristen yang sederhana seharusnya mencerminkan kesadaran akan kehadiran Tuhan di setiap aspek kehidupan, di mana tidak ada yang tersembunyi dari pandangan-Nya. Oleh karena itu, setiap pemikiran, kata, dan tindakan manusia sehari-hari adalah ejawantah spiritualitas atau bagian dari persembahan ibadah sejati kepada Tuhan.

## Referensi

- Andayanto, Yuhanes Kristi. "Christus Vivit: Menggagas Peran Orang Muda Yang Transformatif." *Media: Jurnal Filsafat Dan Teologi* 3, no. 2 (2022): 194–211. <https://doi.org/10.53396/media.v3i2.106>.
- Darmaputra, Eka. *Etika Sederhana Untuk Semua, Perkenalan Pertama*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1992.
- . *Pergulatan kehadiran Kristen di Indonesia: teks-teks terpilih Eka Darmaputra*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001.
- Engel, Jacob Daan. *Konseling Masalah Masyarakat*. Yogyakarta: PT Kanisius, 2020.
- FALACH, GHULAM. "KONSUMERISME MANUSIA SATU DIMENSI." Thesis, UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKA, 2018.
- Franz Magnis, Suseno. "Eudemonisme: Epikuros dan Aristoteles." In *Makalah Kuliah Umum*. Jakarta: Komunitas Salihara, 2013.
- Gaarder, Jostein. *Dunia Sophie: Sebuah Novel Filsafat*. Bandung: Mizan Pustaka, 2006.
- Irma, Ade, Febrian, Ani, Lifa, Astriadi, Cenedya, Aslikhatum, and Dana. *Post Modern Dalam Pemikiran Anak Muda*. Malang: Media Nusa Creative (MNC Publishing), 2016.
- Kawangung, Yudhi. "Teologika Kepemimpinan Pelayanan Konstrutif." *Danum Pambelum: Jurnal Teologi Dan Musik Gereja* 1, no. 1 (2021): 132–43. <https://doi.org/10.54170/dp.v1i1.46>.
- Kurniawan, Chandra. "ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU KONSUMTIF EKONOMI PADA MAHASISWA." *Jurnal Media Wahana Ekonomika* 13, no. 4 (2017): 107-18. <https://doi.org/10.31851/jmwe.v13i4.2709>.
- Kurniawan, Christian, and Junius Najoan. "Sedekah Melalui Perspektif Teologi Kontekstual Joseph Harrod Dalam Merespons Kesenjangan Sosial Ekonomi." *Vox Dei: Jurnal Teologi dan Pastoral* 3, no. 2 (December 28, 2022): 214–23. <https://doi.org/10.46408/vxd.v3i2.186>.
- Lampe, Kurt. *The Birth of Hedonism: The Cyrenaic Philosophers and Pleasure as a Way of Life. The Birth of Hedonism*. New Jersey: Princeton University Press, 2014. <https://doi.org/10.1515/9781400852499>.

- Mahamboro, Dionius Bismoko. "IDENTITAS KELUARGA KRISTIANI DI HADAPAN BUDAYA KONSUMERISME." *Jurnal Orientasi Baru* 25, no. 1 (2016): 75-92. <https://e-journal.usd.ac.id/index.php/job/article/view/1102>.
- Pambudi, Ignatius S. "Resensi Buku: Teologi Jalan Tengah: Refleksi Tentang Gaya Hidup Sederhana Yesus Di Tengah-Tengah Gaya Hidup Modern Saat Ini." *Gema Teologi* 39, no. 2 (2015): 249-68. <https://journal-theo.ukdw.ac.id/index.php/gema/article/view/206>.
- Ronda, Daniel. "KEPEMIMPINAN KRISTEN DI ERA DISRUPSI TEKNOLOGI." *Evangelikal*, Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat, Volume 3, (January 2019): 1-8. <https://doi.org/10.46445/ejti.v3i1.125>.
- Rusli, Rusli. "HEDONISME KRISTEN JOHN PIPER SEBAGAI SEBUAH KONTEKSTUALISASI DI DALAM IMAN KRISTEN." *VERBUM CHRISTI JURNAL TEOLOGI REFORMED INJILI* 2, no. 2 (2015): 254-88. <https://doi.org/10.51688/vc2.2.2015.art3>.
- Sampe, Naomi, and Simon Petrus. "Realita Kompleks Pemimpin Kristen : Hikmat Dan Integritas Pemimpin Kristen Menghadapi Laju Perubahan Dunia Sebagai Dampak Globalisme Dan Postmodernisme." *KINAA: Jurnal Kepemimpinan Kristen Dan Pemberdayaan Jemaat* 2, no. 2 (December 29, 2021): 133-46. <https://doi.org/10.34307/kinaa.v2i2.35>.
- Sanderan, Rannu. "Dilema Kepemimpinan Kristen, Tuhan Atau Atasan? : Unsur-Unsur Fundamental Bagi Pemimpin Kristen Demi Mengejawantahkan Imannya Dalam Profesi Dan Pengabdian." *SOPHIA: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen* 2, no. 2 (December 2, 2021): 1-15. <https://doi.org/10.34307/sophia.v2i2.40>.
- . "EXEMPLARY MENEMUKNALI KUNCI PENDIDIKAN IMAN BAGI ANAK DALAM KELUARGA DAN PEMBELAJARAN AGAMA DI SEKOLAH," 2016.
- Tasti, Alice Mutiara. "RELEVANSI KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI DAN ARISTOTELES DI ERA MODERN," 2021. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/57417>.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (CC BY SA).