

Keseimbangan Kerja dan Ibadah, serta Peran Penggembalaan: Studi terhadap Tenaga Kerja Indonesia di Wilayah Osaka-Jepang

Leniwan Darmawati Gea,^a Ayub Abner Martinus Mbuilima,^b Sherly Mudak^c

^aSekolah Tinggi Teologi ATI Anjungan Pontianak

^bGereja Interdenominasi Injili Indonesia (GIII) Jepang

^cSekolah Tinggi Teologi Arrabona Bogor

Email: leniwangea83@gmail.com,^a ayubmbuilima@gmail.com,^b mashe1611@gmail.com^c

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:
 Dikirim 6 April 2023
 Direvisi 4 Juni 2023
 Diterima 6 Juni 2023
 Terbit 11 Juni 2023

Kata kunci:

kerja,
 ibadah,
 penggembalaan,
 Tenaga Kerja
 Indonesia,
 Jepang

Keywords:

work,
 worship,
 shepherding,
 Indonesian Migrant
 Workers,
 Japan

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan terhadap Tenaga Kerja Indonesia (TKI) di Osaka-Jepang dengan pokok masalah yang penting, yaitu mengenai keseimbangan antara kerja dan ibadah yang sering terhambat oleh intensitas kerja yang terlalu tinggi. Mengenai itu, tujuan penelitian ini adalah memberikan pemahaman kepada para TKI tentang pentingnya ibadah serta kerja sesuai porsinya masing-masing, agar keduanya tidak saling mengorbankan. Menurut penelitian, para TKI yang diwawancarai lebih berorientasi pada kerja dan cenderung mengorbankan waktu ibadah, oleh karena itu diperlukan peran penggembalaan untuk mengatasi masalah tersebut. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan paradigma fenomenologi melalui pengamatan dan wawancara secara langsung untuk menemukan pokok masalah yang diteliti. Sesuai dengan hasil penelitian, maka penulis menawarkan beberapa pola penggembalaan, yaitu: memperlengkapi pemahaman para TKI tentang vitalitas ibadah; penjangkauan melalui ibadah online; membimbing para TKI kepada terapi rohani secara mandiri; mengadakan konseling online.

ABSTRACT

This research was conducted on Indonesian Migrant Workers (TKI) in Osaka-Japan with an important subject matter, namely the balance between work and worship which is often hampered by work intensity that is too high. Regarding this, the purpose of this research is to provide understanding to Indonesian migrant workers about the importance of worship and work according to their respective portions, so that the two do not sacrifice each other. According to research, the TKI interviewed were more work oriented and tended to sacrifice their time for worship, therefore a shepherding role was needed to overcome this problem. This study used a qualitative research method with a phenomenological paradigm through direct observation and interviews to find the subject matter under study. In accordance with the results of the research, the authors offer several shepherding patterns, namely: equipping migrant workers with an understanding of the vitality of worship; outreach through online worship; guide TKI to spiritual therapy independently; conduct online counseling.

PENDAHULUAN

Kerja dan ibadah merupakan dua hal yang sama-sama penting bagi manusia dalam keutuhannya sebagai makhluk jasmani dan rohani. Hal tersebut sejak semula ditetapkan oleh Allah bagi manusia, karena itu yang perlu dilakukan adalah menjaga keseimbangannya agar manusia tidak keliru dalam perealisasiannya demi kepentingan tertentu. Pentingnya ibadah dan kerja tersebut dilegitimasi oleh Allah sendiri sebagaimana yang terungkap dalam Kejadian 2:2, bahwa Allah pun berhenti pada hari ketujuh setelah menyelesaikan pekerjaan pada enam hari sebelumnya. Hari ketujuh dikhususkan oleh Allah sebagai hari peristirahatan tetapi di dalamnya terkandung visi Allah tentang keseimbangan dengan hari-hari lainnya.¹

Allah menganugerahi kepada manusia enam hari untuk bekerja, dan Ia menetapkan satu hari khusus menjadi sabat bagi-Nya. Tuntutan Allah bagi umat-Nya terkait hari sabat adalah agar manusia menghormati hari tersebut.² Karena itu sudah sepantasnya umat Allah berhenti dari segala pekerjaan dan mengkhususkan diri untuk hari sabat. Hari tersebut diperuntukkan Allah untuk berhenti dari pekerjaan lain, dan umat Allah diperintahkan untuk kuduskan hari tersebut dengan beribadah kepada Tuhan. Hal tersebut ditekankan dalam 10 Hukum Taurat sebagaimana yang tertera dalam Keluaran 20.³

Ibadah merupakan bagian penting dari hari peristirahatan atau sabat sebab, melaluinya umat Allah menyembah dan menaikkan rasa syukur kepada Allah atas karya-Nya yang ajaib.⁴ Beriringan dengan itu, umat Allah pun mengalami pemulihan, kenyamanan, serta sukacita dalam Tuhan.⁵ Meskipun ketetapan tersebut begitu penting dan amat mendasar, namun ketaatan untuk menjalankannya sering diperhadapkan dengan persoalan yang ditimbulkan oleh kepentingan-kepentingan lain, dan salah satunya adalah terkait dengan prioritas kerja. Hal tersebut berdampak juga pada Tenaga Kerja Indonesia yang bekerja di Jepang.

Jepang termasuk salah satu negara dengan jumlah permintaan tenaga kerja yang meningkat. Hal tersebut disebabkan oleh menurunnya jumlah kelahiran karena tingginya usia pernikahan, serta meningkatnya jumlah lansia yang mengakibatkan kurangnya tenaga kerja di Jepang. Untuk menjawab kebutuhan akan tenaga kerja, maka pemerintah Jepang menerima

¹ Rendy Tirtanadi, "Relasi Perayaan Sabat Dengan Kesucian Hidup Menurut John Calvin," *VERBUM CHRISTI: JURNAL TEOLOGI REFORMED INJILI* 3, no. 1 (2016): 123-154, <https://verbum.sttrii.ac.id/index.php/VC/article/view/35/33>.

² Lindung Hasiholan Zega, Juli Santoso, and Citraningsih Basongan, "Makna Hari Sabat Dalam Keluaran 20:11 Dan Implikasinya Bagi Umat Dan Gereja Masa Sekarang," *Journal of Religious and Socio-Cultural* 2, no. 1 (2021): 31-42, <https://widyagape.ac.id/jurnal/index.php/jrsc/article/view/85>.

³ Kristiana Fitriani, "Ketetapan Tentang Sabat Bagi Umat Israel Dalam 10 Hukum Tuhan Dan Relevansinya Bagi Orang Percaya Masa Kini," *SANCTUM DOMINE: JURNAL TEOLOGI* 9, no. 2 (June 27, 2020): 33-48, <https://journal.sttni.ac.id/index.php/SDJT/article/view/68>.

⁴ Josua Habeahan and Pieter Anggiat Napitupulu, "Hari Dan Ibadah: Suatu Perspektif Etis Teologis Berdasarkan Keluaran 20:9," *Journal of Religious and Socio-Cultural* 1, no. 1 (2020): 47-61, <https://www.jurnal.widyagape.ac.id/index.php/jrsc/article/view/40>.

⁵ Samuel Gerald Pelealu, Sance Mariana Tameon, and Tri Octavia Oematan, "Hubungan Sabat Dan Keselamatan Dalam Perjanjian Lama," *Danum Pabelum: Jurnal Teologi Dan Musik Gereja* 1, no. 2 (2021): 188-198, <https://ejournal.iaknpky.ac.id/index.php/pabelum/article/view/53>.

tenaga kerja asing. Menurut data, jumlah tenaga kerja asing yang menempati posisi teratas adalah China.⁶ Menurut intensitas kerjanya, Jepang terbilang memiliki jam kerja yang tinggi dibandingkan negara-negara lainnya. Menurut data, para pekerja di Jepang bekerja 11-12 jam setiap harinya, serta tingkat jam lembur rata-rata 100 jam/bulan.⁷ Dengan prioritas kerja yang begitu tinggi, maka jelaslah bahwa kepentingan-kepentingan lain pasti tersita dan salah satunya adalah waktu untuk ibadah minggu. Sementara itu, Indonesia secara hukum baru memulai kerja sama dengan Jepang terkait Ketenagakerjaan sejak Desember 1992.⁸ Dengan kerjasama tersebut, maka Indonesia kemudian mengirim tenaga kerja ke Jepang sesuai dengan sektor-sektor kerja yang diperlukan.

Terkait dengan itu, intensitas kerja dan ibadah dalam konteks Tenaga Kerja Indonesia di Jepang, tampak bahwa prioritas kerja yang begitu tinggi memengaruhi kurangnya perhatian pada ibadah, khususnya sabat. Hal tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut pengamatan penulis, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kurangnya prioritas terhadap ibadah minggu, yaitu: adanya jadwal kerja di hari minggu; kelelahan dalam bekerja membuat mereka tidak konsentrasi pada ibadah; adanya libur hari Minggu namun dipakai untuk belanja atau *refreshing* sehingga tidak mengikuti ibadah. Pilihan-pilihan hidup tersebut dimungkinkan juga oleh tingginya tuntutan kerja yang sulit dikompromikan, tetapi juga pada sisi yang lain dapat juga ditunggangi oleh motivasi yang tidak benar.

Di tengah situasi dan kondisi yang rumit inilah peran penggembalaan menjadi penting guna merangkul serta membimbing orang Kristen untuk memahami kebutuhan akan Tuhan sebagai prioritas utama. Menghadapi kerumitan hidup jemaat, seorang gembala haruslah berupaya memahami dan mengenal kondisi jemaatnya agar melaluinya ia memberikan bimbingan yang tepat.⁹ Tanpa pengenalan akan jemaat, gembala akan mengalami kesulitan untuk membimbing jemaatnya. Dalam hubungan dengan konteks Tenaga Kerja Indonesia dengan persoalannya yang sulit dan dilematis, seorang gembala memiliki tanggung jawab yang besar dalam membimbing dan mendidik jemaat mampu menjaga keseimbangan antara kerja dan ibadah. Bersamaan dengan itu, gereja pun harus menjadi rumah bagi para pekerja di mana mereka dapat terpanggil untuk mengecap indahnya persekutuan. Selain itu gereja

⁶ Putri Elsy, "Fenomena Tenaga Kerja Asing Di Jepang Dewasa Ini," *Outlook Japan: Journal of Japanese Area Studies* 6, no. 1 (2018): 1-18, https://www.researchgate.net/profile/Putri-Elsy/publication/348575597_FENOMENA_TENAGA_KERJA_ASING_DI_JEPANG_DEWASA_INI/links/6005a14645851553a05242b4/FENOMENA-TENAGA-KERJA-ASING-DI-JEPANG-DEWASA-INI.pdf.

⁷ Nur Fadillah Tombalisa, Enny Fathurachmi, and Rendy Wirawan, "Kerjasama Jepang Dan Indonesia Di Bidang Ketenagakerjaan Dalam Program Tokutei Ginou Tahun 2019," *Interdependence Journal of International Studies* 3, no. 2 (2022): 76-82, <https://ijis.fisip-unmul.ac.id/site/index.php/ijis/article/view/56>.

⁸ Elsy, "Fenomena Tenaga Kerja Asing Di Jepang Dewasa Ini."

⁹ Indro Puspito, "Yesus Sebagai Model Gembala Sejati Dan Relasinya Terhadap Gembala Sebagai Pendidik," *Excelsis Deo: Jurnal Teologi, Misiologi, dan Pendidikan* 4, no. 2 (2021): 87-107, <https://sttexcelsius.ac.id/e-journal/index.php/excelsisdeo/article/view/56>.

pun haruslah menjadi jawaban bagi kebutuhan hidup mereka, di mana mereka memperoleh makna hidup di tengah kejenuhan rutinitas kerja mereka.

Tenaga kerja di Jepang memang menghadapi masalah yang kompleks sehingga untuk menjaga keseimbangan antara kerja dan ibadah menjadi tantangan yang cukup besar untuk diselesaikan. Dari hasil penelusuran, penulis belum menemukan adanya penelitian yang spesifik terkait masalah tersebut. Penelusuran tersebut dilakukan melalui *google scholar* dan *openknowledge*. Umumnya topik-topik penelitian yang muncul adalah terkait perkembangan teknologi di Jepang yang berpengaruh juga pada gereja, misalnya penelitian yang dilakukan oleh Santoso dan kawan-kawan terkait pelayanan pastoral di era society 5.0.¹⁰ Selain itu juga keterkaitan era society 5.0 yang digagas oleh Jepang dan dampaknya pada pelayanan misi puj mendapat perhatian.¹¹ Sementara itu, perhatian terkait keseimbangan kerja dan ibadah dalam konteks Jepang yang nampaknya menjadi masalah serius belum menjadi fokus penelitian. Sehubungan dengan pokok masalah itulah penelitian ini dilakukan. Harapan penulis, hasil dari penelitian ini dapat menjadi kontribusi penting bagi gereja dan juga para tenaga kerja dalam menjaga keseimbangan kebutuhan kerja dan ibadah.

METODOLOGI

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan paradigma fenomenologi. Melalui paradigma fenomenologi sudut pandang diperoleh dari subjektivitas para informan, tentang apa yang mereka pikirkan, katakan, dan lakukan.¹² Terkait itu, maka penulis berangkat dari pengamatan terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan wawancara guna mendapat informasi dari para informan tentang pokok masalah yang diteliti. Peneliti sendiri telah lama berada di Jepang sehingga cukup memahami situasi Tenaga Kerja Indonesia di Jepang, meskipun demikian wawancara sangat diperlukan untuk memahami lebih jauh kondisi para informan yang sangat kompleks. Penelitian ini dilakukan terhadap Tenaga Kerja Indonesia (TKI) yang bekerja di beberapa perusahaan di wilayah Osaka-Jepang. Wawancara dilakukan pada tanggal 28-29 November 2022 setelah terjadi kesepakatan waktu dengan informan yang umumnya sulit ditemui karena kepadatan waktu kerja. Masalah yang diteliti adalah tentang keseimbangan kerja dan ibadah, sebab diindikasikan bahwa, TKI di Jepang kesulitan mengimbangi kedua hal tersebut berhubung orientasi kerja yang begitu tinggi hingga menyita banyak hal, termasuk di dalamnya adalah ibadah.

¹⁰ Joko Santoso et al., "Transformasi Fondasi Iman Kristen Dalam Pelayanan Pastoral Di Era Society 5.0," *Jurnal Teologi Berita Hidup* 4, no. 1 (September 21, 2021): 19–35, <https://e-journal.sttberitahidup.ac.id/index.php/jbh/article/view/181>.

¹¹ Adrianus Pasasa and Yossua Hartaya, "Perubahan-Perubahan Paradigma Dan Praksis Misi Gereja Di Era Society 5.0," *CARAKA: Jurnal Teologi Biblika dan Praktika* 2, no. 2 (2021): 294–305, <https://ojs.sttbbc.ac.id/index.php/ibc/article/view/76>.

¹² Stevri Indra Lumintang and Danik Astuti Lumintang, *Theologia Penelitian Dan Penelitian Theologis*, ed. Shendy Carolina Lumintang and Sheren Angelina Lumintang, 1st ed. (Jakarta: Geneva Insani Indonesia, 2016), 109.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keseimbangan Kerja dan Ibadah Menurut Iman Kristen

Kerja dan ibadah merupakan dua hal yang sama-sama mendapat penekanan penting dalam iman Kristen, sebab keduanya mencerminkan keutamaan manusia sebagai makhluk jasmani dan rohani. Dalam keterkaitan tersebut, meskipun tampak perbedaan antara kerja dan ibadah, tetapi keduanya saling bersinergi. Alasan untuk mendukung pendapat tersebut adalah bahwa, kerja adalah mandat Allah dan harus dilaksanakan atas dasar pertanggungjawaban kepada Allah. Dalam pertanggungjawaban tersebut, orang Kristen melibatkan iman sebagai jalan berelasi dengan Allah, karena itu tampak sinergitasnya dengan ibadah.¹³ Hubungan kerja dan ibadah secara teologis saling berhubungan secara erat. Para reformator seperti Calvin dan Luther memberikan penekanan demikian dengan pandangan bahwa, kerja mencerminkan karya Allah. Artinya dengan bekerja, manusia menjalankan karya ciptaan Allah sejak semula secara berkelanjutan, yang olehnya kemuliaan Allah dapat disaksikan.¹⁴

Dalam Kejadian 1:28 korelasi kerja dan ibadah tampak melalui mandat budaya yang Allah berikan kepada manusia ciptaan. Pemberian mandat tersebut dilandasi oleh otoritas Allah, karena itu dalam pelaksanaannya, manusia harus mempersembahkan hidup dan kerjanya bagi kemuliaan Allah. Dalam Roma 12:1, ibadah yang sejati dapat dicerminkan melalui persembahan tubuh. Artinya tidak ada dualisme yang tampak di sini, yang hendak menekankan bahwa salah satu lebih penting dari lainnya, sehingga yang satu misalnya ibadah lebih utama dibanding kerja atau sebaliknya, karena itu yang tidak utama bisa diabaikan. Secara teologis, kedua hal tersebut penting, karena itulah saling berkorelasi.

Hubungan yang demikian itulah yang sering tidak disadari dengan baik dan memengaruhi motif kerja. Dalam hal ini, kerja hanya dipahami sebagai suatu upaya untuk memenuhi kebutuhan ekonomi dan kurang dihayati secara rohani. Dalam perspektif yang demikian itu, manusia kemudian dikontrol oleh materialisme. Terkait itu, para TKI sering kali terjebak dalam pemikiran yang demikian, dan hal itulah yang mengekang mereka untuk keluar dari kendalinya, serta menghambat mereka untuk masuk dalam kebutuhan spiritual. Dampaknya adalah bahwa, ibadah pun kemudian terbengkalai oleh alasan-alasan yang meskipun masuk akal, namun sebetulnya tidak diperkenankan oleh Tuhan.

Berkenaan dengan itu, pada sisi yang lain ibadah pun memiliki kekhususan dalam pemberlakuannya, misalnya ibadah Minggu atau ibadah kategorial, di mana orang percaya meninggalkan segala aktivitasnya dan mengkhhususkan diri untuk bersekutu dengan Tuhan. Hal tersebut merupakan ketetapan yang harus ditaati, karena itu tidak ada alasan penting lain

¹³ Aripin Tambunan, "Perspektif Kerja Dalam Dunia Yunani Kuno" (2006): 1-9, <http://id.scribd.com/doc/21197032/Filsafat-kota-Dan-Kerja-Teks>,

¹⁴ Ignatius Bambang Sukarno Hatta and Romi Lie, "Spiritual Entrepreneurship: Memaknai Spiritualitas Kerja Kristen," *HARVESTER: Jurnal Teologi dan Kepemimpinan Kristen* 7, no. 1 (2022): 49-64, <https://e-journal.sttharvestsemarang.ac.id/index.php/harvester/article/view/90>.

yang diperkenankan bagi orang percaya untuk mengaburkan makna dari kekhususan tersebut. Hal yang paling dikhususkan adalah hari sabat yang kini dimaknai sebagai hari Minggu. Pada hari tersebut, perhentian yang dimaksud bersifat sakral sehingga tidak dapat dikompromikan dengan alasan apa pun. Artinya, tidak dapat dikorbankan karena alasan apapun, sebab Allah telah memberikan enam hari lamanya untuk manusia melaksanakan aktivitas-aktivitasnya untuk menunjang kehidupannya, dan hanya mengkhususkan baginya satu hari dimana umat Tuhan berhenti dan beribadah. Hal tersebut sekaligus menyeimbangkan kerja dan tidak kerja sebagai sesuatu hal yang penting juga bagi hidup manusia.¹⁵ Ketetapan-ketetapan tersebut tampaknya dilematis bagi para TKI di Jepang sebab, pada satu sisi ada kerinduan tetapi di sisi yang lain kondisi kerja mereka tidak memungkinkan. Terhadap persoalan-persoalan ini, gereja perlu menemukan solusi yang tepat agar para TKI dibimbing untuk bersinergi dengan hukum Allah.

Intensitas Kerja dan Ibadah Tenaga Kerja Indonesia di Wilayah Osaka-Jepang

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap Tenaga Kerja Indonesia (TKI) di Osaka-Jepang, ditemukan bahwa terdapat ketidakseimbangan antara kerja dan ibadah, karena intensitas kerja yang terlampau padat hingga menyita waktu dan kesempatan untuk beribadah. Beberapa komponen terkait pokok persoalan tersebut akan dijabarkan dalam uraian berikut:

Adanya Jadwal Kerja di Hari Minggu

Konteks penelitian ini adalah di sebuah perusahaan roti di Hirakata-Osaka, Jepang dengan intensitas kerja yang sangat padat sebab, perusahaan ini beroperasi selama 24 jam selama 7 hari penuh (termasuk hari Minggu), oleh sebab itu semua karyawan yang ada harus mendapatkan jadwal bekerja pada hari Minggu. Hal inilah yang menyebabkan sebagian besar pekerja Indonesia di perusahaan ini terpaksa tidak beribadah pada hari Minggu karena tuntutan kerja yang tidak dapat dikompromikan.

Mayoritas Pekerja di perusahaan tersebut adalah orang Indonesia dengan jumlah 36 Orang, dan semuanya beragama Kristen sebab perusahaan roti tersebut memiliki salah satu bahan dasarnya adalah minyak Babi. Terkait itu, maka konsentrasi Tenaga Kerja Indonesia yang direkrut untuk bekerja pada Perusahaan ini dipusatkan pada wilayah-wilayah yang berbasis Kristen seperti Sulawesi Utara, Sumatera Utara, Daerah Jawa yang berbasis Kristen, Timor, Nias dan Papua.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 28 November 2022 terhadap beberapa Tenaga Kerja Indonesia, yaitu Bryan, Arly, Manto, Alvin, Jefry. Mereka mengungkapkan bahwa, "sangat rindu sekali untuk beribadah hari Minggu di gereja, namun terkendala dengan waktu kerja di perusahaan, sebab dijadwalkan juga untuk bekerja pada hari Minggu baik waktu siang maupun di malam hari". Kesulitan mereka dapat dipahami oleh karena

¹⁵ Fitriani, "Ketetapan Tentang Sabat Bagi Umat Israel Dalam 10 Hukum Tuhan Dan Relevansinya Bagi Orang Percaya Masa Kini."

tekanan situasi namun tidak dapat dijadikan alasan untuk mengkompromikan pentingnya ibadah yang mutlak perlu bagi orang percaya. Allah adalah sumber berkat yang dapat memenuhi kebutuhan orang percaya, artinya dengan mengikuti-Nya, orang percaya tidak mungkin dirugikan. Oleh karena itu orang percaya tidak semestinya terjebak dalam rutinitas kerja yang dapat mengorbankan prioritas dalam ibadah. Dalam arah inilah, kerinduan para TKI akan ibadah sebagaimana yang terungkap dapat dibimbing.

Kepadatan Waktu dalam Bekerja Memengaruhi Penurunan Prioritas dan Konsentrasi dalam Ibadah

Selain jadwal kerja yang tidak memungkinkan, ada persoalan lain yang menyebabkan ketidakseimbangan kerja dan ibadah adalah tenaga yang terforsir pada pekerjaan mengganggu konsentrasi dalam beribadah. Mengenai itu, penelitian terhadap beberapa TKI yang beragama Kristen di beberapa perusahaan lainnya, di temukan bahwa, mereka mendapatkan libur di hari Minggu dan mereka dapat hadir dalam ibadah Minggu, tetapi dalam ibadah Minggu mereka tidak memiliki antusias dan konsentrasi untuk mengikuti ibadah dengan baik.

Mengenai itu, pada tanggal 29 November 2022, beberapa informan yang diwawancarai, seperti: Hendra, Grossy, Forgel, Josua Sinaga, Josua Siregar, Edwin, Pakhpahan, Imanuel, Damsyik, menyatakan bahwa mereka bekerja setiap hari Senin-Sabtu sehingga mengalami kelelahan dan tidak bisa berkonsentrasi dalam beribadah.

Selain itu, salah satu kendala dari jam kerja begitu padat mengakibatkan TKI yang beragama Kristen Protestan tidak dapat mengikuti program pelayanan kategorial di gereja seperti: Kelas Pemahaman Alkitab dan Kelompok Sel yang biasanya dilakukan pada hari Kamis, Jumat dan Sabtu, serta Persekutuan Doa pada hari Rabu. Kondisi yang demikian tampaknya dapat dimaklumi, tetapi tidak dapat dibiarkan secara terus-menerus sebagai pola hidup, sebab dapat mengancam kerohanian para TKI. Untuk mengatasinya, gereja perlu mengupayakan alternatif-alternatif yang tepat guna untuk menolong pertumbuhan rohani mereka di tengah-tengah kepadatan waktu kerja.

Kebutuhan akan Hiburan

Kebutuhan akan hiburan yang dimanfaatkan pada hari Minggu disebabkan juga oleh waktu untuk *refreshing* yang terbatas karena tersita oleh padatnya jadwal kerja. Mengenai itu, TKI yang diwawancarai oleh penulis dalam beberapa perusahaan roti, serta beberapa perusahaan yang lain seperti perusahaan sperpart mobil, alat elektronik dan perusahaan plastik mengungkapkan bahwa, karena bekerja dari hari senin sampai dengan Sabtu maka mereka tidak punya waktu berbelanja dan rekreasi (jalan-jalan), maka libur hari Minggu dipergunakan untuk berbelanja dan *refreshing*.

Jawaban para informan seolah mengindikasikan bahwa ibadah menjadi beban sebagaimana halnya kerja. Hal tersebut menunjukkan lemahnya spiritualitas dan kesadaran rohani para TKI yang belum bertumbuh dengan baik. Mereka tidak memahami ibadah

sebagai tempat mereka berjumpa dengan Allah dan memperoleh ketenangan. Menurut iman Kristen, penghiburan yang sejati hanya diperoleh melalui Kristus baik pada hidup masa kini maupun hidup di masa yang akan datang.¹⁶ Bertolak dari itu, maka kelirulah jika orang Kristen mencari penghiburan di luar Kristus.

Tekanan Psikologis

Secara psikologis, para TKI pun mengalami tekanan yang tidak kecil. Kondisi yang sering mengganggu mereka adalah stress yang mereka alami oleh karena beberapa faktor, yaitu: tuntutan jam kerja yang begitu banyak; gesekan dengan pekerja lain yang memiliki latar belakang bangsa, budaya dan bahasa yang berbeda; adanya gaji yang tidak dibayar penuh oleh pihak perusahaan; tuntutan ekonomi dari keluarga di Indonesia. Penyebab stress sebagaimana yang dikemukakan tersebut senada dengan penjelasan Pangumbahas dan Napitupulu bahwa secara psikologis tubuh dan pikiran tidak berfungsi secara normal.¹⁷ Hal tersebut turut memengaruhi spiritualitas para TKI, dan hidup mereka menjadi tidak terfokus dan terarah dengan baik, sebab dikendalikan oleh rumitnya kebutuhan manusiawi yang menghimpit mereka.

Tekanan-tekanan psikologis yang demikian memang masuk akal dan memerlukan perhatian, akan tetapi tidak seharusnya orang percaya terpenjara oleh tekanannya. Seharusnya dalam relasi dengan Allah melalui ibadah, orang percaya dapat terbebas dari beban-beban psikologis, sebab Roh Allah itu membebaskan mereka yang tertekan. Hal tersebut dapat ditempuh melalui konseling yang dibantu oleh seorang konselor maupun terapi mandiri yang mendorong orang percaya terbuka kepada Allah untuk memperoleh kelepasan dari beban psikologis.¹⁸

Peran Penggembalaan dalam Membimbing Keseimbangan Kerja dan Ibadah Bagi TKI di Osaka-Jepang

Memperhatikan masalah para TKI di Osaka-Jepang yang cukup kompleks sehubungan dengan keseimbangan kerja dan ibadah, maka peran gereja melalui penggembalaan sangat penting guna menolong para TKI agar tidak mengabaikan ibadah di tengah-tengah kesibukan mereka.

¹⁶ Musa Sinar Tarigan, "Penghiburan Sejati Orang Percaya Menurut Katekismus Heidelberg," *Diligentia: Journal of Theology and Christian Education* 3, no. 1 (2021): 31-45, <https://ojs.uph.edu/index.php/DIL/article/view/3090>.

¹⁷ Recky Pangumbahas and Pieter Anggiat Napitupulu, "Sabat Dan Bekerja: Suatu Perspektif Teologi Kerja," *RERUM: Journal of Biblical Practice* 1, no. 1 (2021): 47-61, <https://jurnal.moriah.ac.id/index.php/rerum/article/view/1>.

¹⁸ Gunaryo Sudarmanto, "'SELF SPIRITUAL THERAPY' KRISTEN: SUATU KAJIAN INTEGRATIF TEOLOGI SISTEMATIKA, PASTORAL KONSELING DAN EMOTIONAL SPIRITUAL QUOTIENT (ESQ).," *Jurnal Misioner* 2, no. 1 (2022): 20-66, <http://jurnal.sttkibaid.ac.id/index.php/jm/article/view/46>.

Memperlengkapi Pemahaman Para TKI tentang Vitalitas Ibadah

Disepanjang sejarah umat Allah, ketaatan terhadap hukum Allah telah membuahkan berkat. Sebaliknya ketidaktaatan itulah selalu menimbulkan kerugian besar bagi hidup umat Allah. Ibadah merupakan hukum yang harus ditaati, dan umat Allah diperkenankan untuk menyerahkan diri secara total kepada Allah dalam persekutuan dengan-Nya.¹⁹ Kerja untuk memenuhi keperluan hidup itu penting sebab hal itu pun bagian dari amanat Tuhan, tetapi tidak berarti bahwa kerja dijadikan sebagai alasan untuk mengkompromikan ibadah. Sebaliknya yang perlu diutamakan adalah mencari dahulu Kerajaan Allah, maka semua keperluan ditambahkan (Mat. 6:33). Selain itu, Yesus pun menekankan bahwa, manusia bukan hidup dari roti saja, tetapi dari firman Allah (Mat. 4:4). Kebenaran tentang pentingnya ibadah juga terlihat melalui cerita tentang Marta dan Maria dalam Lukas 10:38-42 yang menegaskan tentang kesibukan Marta oleh karena kekuatirannya, sementara Maria mengambil bagian penting dengan duduk untuk mendengarkan ajaran Yesus.

Bagian firman Tuhan tersebut hendak menekankan bahwa, meninggalkan pekerjaan dan mengkhususkan diri untuk bersekutu dan berjumpa dengan Tuhan tidak membawa kerugian material, sebab Allah sanggup memenuhi segala yang diperlukan oleh orang yang menggantungkan hidup sepenuhnya kepada-Nya. Prinsip inilah yang perlu dijadikan sebagai pokok pendidikan bagi orang Kristen, khususnya para TKI, agar mereka memahami konsekuensi dari hukum ibadah, serta tidak keliru memilih prioritas hidup sebagai orang percaya.

Penjangkauan Melalui Ibadah Online

Salah satu upaya lainnya untuk menjawab kebutuhan para TKI akan ibadah adalah dengan mengadakan ibadah *online* yang dapat mereka akses melalui jaringan internet kapan dan di mana saja. Upaya ini tentu saja mengandung sejumlah kelemahan tertentu, karena tidak dijangkau dengan kehadiran secara langsung.²⁰ Meskipun demikian, setidaknya melaluinya para TKI difasilitasi untuk menikmati persekutuan dengan Tuhan, serta tetap mempererat relasi antara mereka dengan gereja.

Ibadah *online* memang telah menjadi trend masa kini di tengah perkembangan teknologi. Dan tidak dapat dipungkiri bahwa, ibadah *online* menjadi cara dan upaya yang berguna untuk menjawab keterbatasan aktivitas fisik dalam beribadah di gereja yang seringkali sulit dijangkau karena kesibukan serta jarak yang menyita ruang dan waktu. Dalam konteks TKI di Jepang, ibadah *online* tampak efektif dan Allah pun dapat hadir bagi jemaat-Nya melalui sarana teknologi.²¹

¹⁹ Erlina Waruwu, "Peranan Hari Sabat Bagi Kehidupan Orang Percaya Masa Kini," *Fidei: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 3, no. 2 (2020): 246-267.

²⁰ Romelus Blegur, "Perspektif Teologis Tentang Makna ' Kehadiran ' Dalam Kultur Digital," *Studia Philosophica et Theologica* 22, no. 2 (2022): 246-261.

²¹ Fernando Tambunan, "Analisis Dasar Teologi Terhadap Pelaksanaan Ibadah Online Pascapandemi Covid-19," *EPIGRAPHE: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kristiani* 4, no. 2 (2020): 154-169, <http://stttorsina.ac.id/jurnal/index.php/epigraphe/article/view/210>.

Membimbing para TKI kepada Terapi Rohani secara Mandiri

Menghadapi kesibukan-kesibukan yang menyita waktu untuk beribadah atau berjumpa dengan pendeta untuk memperoleh bimbingan rohani, para TKI dapat diperlengkapi dengan terapi rohani secara mandiri sebagaimana yang disarankan oleh Sudarmanto bagi orang percaya pada umumnya.²² Hal tersebut berguna bagi para TKI agar spiritualitas mereka tetap terjaga meskipun tidak dibimbing secara langsung oleh gembala atau konselor. Artinya bahwa, perjumpaan secara pribadi dengan Tuhan tanpa bantuan pihak lain secara langsung itu pun memungkinkan pertumbuhan kerohanian hidup bagi seseorang.

Mengenai itu, Alkitab yang ada pada mereka dapat menjadi pembimbing bagi mereka untuk berjumpa dengan Allah, selain itu melalui pujian dan doa secara pribadi dengan Tuhan pun merupakan penyerahan diri yang berkenan kepada Tuhan. Salah satu contoh tokoh dalam Alkitab yang dapat menjadi panutan adalah Daniel, yang mengkhususkan waktu bagi Tuhan di tengah-tengah menjalankan tugas dan tanggung jawabnya di pembuangan. Dalam situasi yang demikian itu pun tanggung jawab penggembalaan dimungkinkan.

Mengadakan Konseling Online

Selain terapi mandiri, upaya lain yang perlu untuk membimbing para TKI adalah melalui konseling *online*. Meskipun konseling *online* tidak memungkinkan tatap muka secara langsung namun memungkinkan adanya kontak secara virtual antara gembala sebagai konselor bagi jemaatnya.²³ Upaya yang demikian tersebut penting dilakukan, sebab melaluinya gembala dapat memperoleh informasi tentang pokok masalah yang dihadapi oleh para TKI, serta memberikan bimbingan rohani yang penting bagi penyelesaian masalah hidup mereka (stress dan depresi), serta meneguhkan iman para TKI.²⁴ Meskipun demikian, dalam waktu-waktu tertentu yang memungkinkan, gembala pun perlu berupaya mengadakan pertemuan secara langsung meskipun tidak dalam waktu yang lama. Hal tersebut penting sebab pertemuan secara *online* tidak selalu menjawab kebutuhan yang seutuhnya dari suatu perjumpaan.

Rekomendasi untuk Penelitian Lanjutan

Penelitian ini dilakukan terhadap para TKI di Osaka-Jepang dalam keterbatasan ruang dan waktu oleh karena tingkat kesibukan yang sulit dikompromikan, untuk itu penulis menyadari bahwa ada banyak masalah diantara para TKI yang belum terjangkau terkait

²² Sudarmanto, "'SELF SPIRITUAL THERAPY' KRISTEN: SUATU KAJIAN INTEGRATIF TEOLOGI SISTEMATIKA, PASTORAL KONSELING DAN EMOTIONAL SPIRITUAL QUOTIENT (ESQ)."

²³ Romelus Blegur et al., "Layanan Konseling Online Dan Sikap Etis Kristen," *Jurnal Abdiel: Khazanah Pemikiran Teologi, Pendidikan Agama Kristen dan Musik Gereja* 7, no. 1 (2023): 37-53, <https://journal.stt-abdiel.ac.id/JA/article/view/455>.

²⁴ Arianus Hermanus Illu and Leniwan Darmawati Gea, "Efektivitas Konseling Kristen Melalui Pendidikan Dalam Keluarga Kristen" (2021): 48-59.

masalah keseimbangan kerja dan ibadah. Untuk mendalami masalah mereka, memang diperlukan banyak waktu.

Sehubungan dengan itu, penelitian ini dapat menjadi langkah dan upaya kecil bagi penelitian selanjutnya. Diharapkan agar peneliti-peneliti lain dapat menggarap persoalan ini secara spesifik dan mendalam guna memberi kontribusi penting bagi pertumbuhan rohani para TKI di Jepang dengan tingkat kepadatan kerja yang sangat tinggi. Para TKI di Jepang memerlukan pola-pola yang tepat untuk menjawab masalah kesenjangan kerja dan ibadah yang sulit diseimbangkan.

PENUTUP

Kerja dan ibadah merupakan dua prioritas hidup manusia yang perlu diseimbangkan, tetapi pada kenyataannya hal tersebut tampak diabaikan. Penelitian yang dilakukan terhadap TKI di Osaka-Jepang menunjukkan fakta yang demikian. Kendala yang umumnya terjadi adalah intensitas kerja yang sedemikian tinggi hingga menyita waktu lain, termasuk waktu ibadah. Selain itu juga terdapat alasan-alasan individual lainnya yang mengorbankan waktu ibadah, misalnya kebutuhan akan hiburan serta faktor psikologis.

Hal tersebut merupakan problem serius, sebab dengan berbuat demikian maka para TKI sedang melanggar ketetapan Allah yang sebetulnya tidak dapat dikompromikan. Karena itu diperlukan penanganan gereja. Untuk menjaga menumbuhkan dan menjaga stabilitas pertumbuhan rohani mereka, maka diperlukan upaya-upaya seperti: memperlengkapi pemahaman para TKI tentang vitalitas ibadah, bahwa ibadah adalah ketetapan yang harus ditaati; penjangkauan melalui ibadah online, sebagai upaya membina mereka di tengah kepadatan waktu kerja; membimbing para TKI kepada terapi rohani secara mandiri, agar dalam kesendirian pun mereka tetap menjaga relasi dengan Tuhan; serta mengadakan konseling *online* untuk membimbing mereka keluar dari masalah hidup yang menghambat kerinduan untuk bersekutu dengan Tuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Blegur, Romelus. "Perspektif Teologis Tentang Makna ' Kehadiran ' Dalam Kultur Digital." *Studia Philosophica et Theologica* 22, no. 2 (2022): 246-261.
- Blegur, Romelus, Nico Pabayo Gading, Dinar Br Karo, and Nastiti Puspita Rini. "Layanan Konseling Online Dan Sikap Etis Kristen." *Jurnal Abdiel : Khazanah Pemikiran Teologi , Pendidikan Agama Kristen dan Musik Gereja* 7, no. 1 (2023): 37-53. <https://journal.stt-abdiel.ac.id/JA/article/view/455>.
- Elsy, Putri. "Fenomena Tenaga Kerja Asing Di Jepang Dewasa Ini." *Outlook Japan: Journal of Japanese Area Studies* 6, no. 1 (2018): 1-18. https://www.researchgate.net/profile/Putri-Elsy/publication/348575597_FENOMENA_TENAGA_KERJA_ASING_DI_JEPANG_DEWASA_INI/links/6005a14645851553a05242b4/FENOMENA-TENAGA-KERJA-ASING-DI-JEPANG-DEWASA-INI.pdf.
- Fitriani, Kristiana. "Ketetapan Tentang Sabat Bagi Umat Israel Dalam 10 Hukum Tuhan Dan Relevansinya Bagi Orang Percaya Masa Kini." *SANCTUM DOMINE: JURNAL TEOLOGI* 9, no. 2 (June 27, 2020): 33-48. <https://journal.sttni.ac.id/index.php/SDJT/article/view/68>.

- Habeahan, Josua, and Pieter Anggiat Napitupulu. "Hari Dan Ibadah: Suatu Perspektif Etis Teologis Berdasarkan Keluaran 20:9." *Journal of Religious and Socio-Cultural* 1, no. 1 (2020): 47-61. <https://www.jurnal.widyaagape.ac.id/index.php/jrsc/article/view/40>.
- Hatta, Ignatius Bambang Sukarno, and Romi Lie. "Spiritual Entrepreneurship: Memaknai Spiritualitas Kerja Kristen." *HARVESTER: Jurnal Teologi dan Kepemimpinan Kristen* 7, no. 1 (2022): 49-64. <https://e-journal.sttharvestsemarang.ac.id/index.php/harvester/article/view/90>.
- Illu, Arianus Hermanus, and Leniwan Darmawati Gea. "Efektivitas Konseling Kristen Melalui Pendidikan Dalam Keluarga Kristen" (2021): 48-59.
- Lumintang, Stevri Indra, and Danik Astuti Lumintang. *Theologia Penelitian Dan Penelitian Teologis*. Edited by Shendy Carolina Lumintang and Sheren Angelina Lumintang. 1st ed. Jakarta: Geneva Insani Indonesia, 2016.
- Pangumbahas, Recky, and Pieter Anggiat Napitupulu. "Sabat Dan Bekerja: Suatu Perspektif Teologi Kerja." *RERUM: Journal of Biblical Practice* 1, no. 1 (2021): 47-61. <https://jurnal.moriah.ac.id/index.php/rerum/article/view/1>.
- Pasasa, Adrianus, and Yossua Hartaya. "Perubahan-Perubahan Paradigma Dan Praksis Misi Gereja Di Era Society 5.0." *CARAKA: Jurnal Teologi Biblika dan Praktika* 2, no. 2 (2021): 294-305. <https://ojs.sttbbc.ac.id/index.php/ibc/article/view/76>.
- Pelealu, Samuel Gerald, Sance Mariana Tameon, and Tri Octavia Oematan. "Hubungan Sabat Dan Keselamatan Dalam Perjanjian Lama." *Danum Pabelum: Jurnal Teologi Dan Musik Gereja* 1, no. 2 (2021): 188-198. <https://ejournal.iaknpky.ac.id/index.php/pabelum/article/view/53>.
- Puspito, Indro. "Yesus Sebagai Model Gembala Sejati Dan Relasinya Terhadap Gembala Sebagai Pendidik." *Excelsis Deo: Jurnal Teologi, Misiologi, dan Pendidikan* 4, no. 2 (2021): 87-107. <https://sttexcelsius.ac.id/e-journal/index.php/excelsisdeo/article/view/56>.
- Santoso, Joko, Seri Damarwanti, I Made Priana, Teguh Bowo Sembodo, and Anthoneta Taru PA. "Transformasi Fondasi Iman Kristen Dalam Pelayanan Pastoral Di Era Society 5.0." *Jurnal Teologi Berita Hidup* 4, no. 1 (September 21, 2021): 19-35. <https://e-journal.sttberitahidup.ac.id/index.php/jbh/article/view/181>.
- Sudarmanto, Gunaryo. "'SELF SPIRITUAL THERAPY' KRISTEN: SUATU KAJIAN INTEGRATIF TEOLOGI SISTEMATIKA, PASTORAL KONSELING DAN EMOTIONAL SPIRITUAL QUOTIENT (ESQ)." *Jurnal Misioner* 2, no. 1 (2022): 20-66. <http://jurnal.sttkibaid.ac.id/index.php/jm/article/view/46>.
- Tambunan, Aripin. "Perspektif Kerja Dalam Dunia Yunani Kuno" (2006): 1-9. <http://id.scribd.com/doc/21197032/Filsafat-kota-Dan-Kerja-Teks,>.
- Tambunan, Fernando. "Analisis Dasar Teologi Terhadap Pelaksanaan Ibadah Online Pascapandemi Covid-19." *EPIGRAPHE: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kristiani* 4, no. 2 (2020): 154-169. <http://sttorsina.ac.id/jurnal/index.php/epigraphe/article/view/210>.
- Tarigan, Musa Sinar. "Penghiburan Sejati Orang Percaya Menurut Katekismus Heidelberg." *Diligentia: Journal of Theology and Christian Education* 3, no. 1 (2021): 31-45. <https://ojs.uph.edu/index.php/DIL/article/view/3090>.
- Tirtanadi, Rendy. "Relasi Perayaan Sabat Dengan Kesucian Hidup Menurut John Calvin." *VERBUM CHRISTI: JURNAL TEOLOGI REFORMED INJILI* 3, no. 1 (2016): 123-154. <https://verbum.sttrii.ac.id/index.php/VC/article/view/35/33>.
- Tombalisa, Nur Fadillah, Enny Fathurachmi, and Rendy Wirawan. "Kerjasama Jepang Dan Indonesia Di Bidang Ketenagakerjaan Dalam Program Tokutei Ginou Tahun 2019." *Interdependence Journal of International Studies* 3, no. 2 (2022): 76-82. <https://ijis.fisip-unmul.ac.id/site/index.php/ijis/article/view/56>.
- Waruwu, Erlina. "Peranan Hari Sabat Bagi Kehidupan Orang Percaya Masa Kini." *Fidei: Jurnal Teologi Sistematika dan Praktika* 3, no. 2 (2020): 246-267.

Zega, Lindung Hasiholan, Juli Santoso, and Citraningsih Basongan. "Makna Hari Sabat Dalam Keluaran 20:11 Dan Implikasinya Bagi Umat Dan Gereja Masa Sekarang." *Journal of Religious and Socio-Cultural* 2, no. 1 (2021): 31-42. <https://widyagape.ac.id/jurnal/index.php/jrsc/article/view/85>.