

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa Jemaat GMIT Sesawi Oepura hidup dalam konteks perkotaan yang dinamis, dengan ikatan kekerabatan yang kuat dan tuntutan ekonomi keluarga yang besar. Dalam situasi itu, banyak anggota jemaat usia produktif berada pada posisi generasi *sandwich*, yaitu memikul tanggung jawab ganda: menopang orang tua atau keluarga di atas sekaligus membiayai dan mendampingi anak, adik, atau anggota keluarga yang belum mandiri. Konteks ini membuat kehidupan iman tidak bisa dipisahkan dari kerja, pengelolaan keuangan, perawatan keluarga, dan tekanan relasi yang berjalan setiap hari.

Berangkat dari pemahaman Sandra M. Schneiders, spiritualitas dipahami sebagai cara hidup beriman yang menyatukan seluruh realitas hidup, bukan hanya ibadah dan doa, tetapi juga relasi, pekerjaan, penderitaan, dan cara memberi makna pada pengalaman. Hasil wawancara memperlihatkan bahwa generasi *sandwich* di Jemaat GMIT Sesawi Oepura mengalami tekanan ekonomi berkepanjangan, kelelahan fisik, tekanan emosional yang sering dipendam, ketegangan relasi keluarga, serta dinamika iman yang tidak selalu stabil: ada marah dan kecewa, tetapi juga ada doa dan kepercayaan bahwa Tuhan tetap menolong. Pelayanan gereja hadir melalui ibadah rumah tangga dan diakonia, namun pengalaman jemaat menunjukkan dukungan komunitas belum selalu menyentuh pergumulan personal secara konsisten.

Analisis dengan kerangka dimensi spiritualitas Schneiders menunjukkan bahwa dimensi praksis menjadi poros utama, di mana iman paling nyata tampak

dalam tindakan setia menjalani tanggung jawab keluarga dan kerja. Dimensi personal-internal tampak dalam pergumulan batin (lelah, bersalah, tertekan) yang sering tidak terolah secara terbuka. Dimensi relasional-komunal terlihat kuat dalam ikatan keluarga, tetapi juga rentan karena relasi bisa timpang (satu pihak banyak memberi sementara pihak lain menuntut) dan dukungan gerejawi tidak selalu mudah diakses. Dimensi hermeneutik hadir ketika jemaat menafsir pengalaman sebagai “ujian” atau “Tuhan cukupkan”, namun penafsiran ini cenderung pragmatis, cukup untuk menjaga mereka tetap berjalan, belum selalu berkembang menjadi pemaknaan iman yang lebih integratif.

Karena itu, penelitian ini menyimpulkan bahwa spiritualitas generasi *sandwich* di Jemaat GMIT Sesawi Oepura paling tepat dipahami sebagai spiritualitas resiliensi yakni, penghayatan iman yang memungkinkan mereka bertahan, tetap setia, dan tetap berharap di bawah tekanan hidup yang berlapis. Dalam refleksi teologis, ratapan dan keluhan tidak dipandang sebagai ketiadaan iman, melainkan bagian dari iman yang jujur; teologi salib menegaskan Allah hadir dalam penderitaan, tetapi tidak boleh dipakai untuk membenarkan beban yang tidak adil. Gereja sebagai tubuh Kristus dipanggil menjadi ruang berbagi beban yang nyata, supaya spiritualitas resiliensi tidak berhenti pada “menanggung sendiri”, melainkan bertumbuh menuju iman yang lebih utuh dan memulihkan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan refleksi teologis yang telah dipaparkan, penulis mengajukan beberapa saran yang bersifat praktis dan kontekstual sebagai berikut:

1. Bagi Jemaat GMIT Sesawi Oepura:

Gereja perlu menata pelayanan yang benar-benar menyentuh ritme hidup jemaat usia produktif yang bekerja dan memikul tanggung jawab keluarga. Secara praktis, jemaat dapat membentuk kelompok kecil “Berbagi Beban” per rayon (2–4 kelompok dulu sebagai pilot) yang bertemu sebulan sekali dengan durasi 60–75 menit di malam hari atau hari libur. Formatnya sederhana yakni: berbagi situasi, doa, dan satu langkah praktis minggu itu (misalnya mengatur prioritas biaya sekolah/obat). Kelompok ini perlu dipimpin oleh fasilitator yang dilatih singkat (majelis/pengurus kategorial) agar pertemuan tidak berubah menjadi ruang menghakimi atau sekadar ceramah.

Selain itu, ibadah rumah tangga yang sudah berjalan dapat diperkaya dengan pola “sentuhan ringan” yang lebih konsisten, misalnya jadwal kontak pastoral (telepon/WA singkat) bagi keluarga yang menanggung lansia sakit, biaya pendidikan tinggi, atau tulang punggung tunggal. Gereja tidak harus menambah banyak program, tetapi memperkuat keterhubungan: memastikan ada orang gereja yang secara nyata “ingat, tanya kabar, dan doakan”.

Di bidang diakonia, jemaat dapat membangun mekanisme bantuan darurat yang cepat dan bermartabat. Misalnya, satu “Kas Darurat Kesehatan & Sekolah” dengan prosedur sederhana (siapa mengajukan, bukti kebutuhan, batas bantuan, laporan singkat). Dana bisa dimulai kecil dari persembahan khusus bulanan atau dukungan UPP Profesional. Tujuannya bukan menggantikan tanggung jawab keluarga, tetapi memberi “napas” ketika ada kontrol medis atau biaya sekolah mendadak.

Terakhir, gereja perlu memberi pembinaan yang kontekstual tentang kasih yang sehat dan batas diri. Bentuknya dapat berupa sesi singkat setelah

ibadah kategorial (pemuda/kaum bapak/perempuan) tentang: komunikasi keluarga, membagi tanggung jawab, cara meminta bantuan, dan cara berkata “cukup” tanpa rasa bersalah. Ini menolong spiritualitas resiliensi bergerak dari “bertahan sendirian” menuju “bertahan bersama”.

2. Bagi Generasi *Sandwich*

Generasi *sandwich* perlu mulai menata hidup dengan prinsip sederhana: iman bukan hanya kekuatan untuk menanggung, tetapi juga keberanian untuk ditolong. Secara praktis, penting membuat peta tanggungan (siapa ditanggung, jenis kebutuhan, prioritas bulanan) agar keputusan finansial tidak selalu diambil dalam keadaan panik. Langkah kecil seperti menyiapkan pos dana darurat (walau sedikit) dapat mengurangi rasa bersalah saat muncul kebutuhan mendadak.

Generasi *sandwich* juga perlu belajar membangun batas yang realistis, misalnya menyepakati bantuan kepada keluarga dalam bentuk angka atau periode (“beta bisa bantu segini tiap bulan”), supaya kasih tidak berubah menjadi beban tak berujung. Bila relasi keluarga mulai memanas, generasi *sandwich* dapat meminta bantuan pihak ketiga yang dipercaya (majelis/pendamping rohani) untuk memfasilitasi percakapan keluarga.

Dalam kehidupan rohani, generasi *sandwich* tidak perlu memaksakan disiplin yang berat, tetapi menjaga ritme iman yang sederhana selayaknya doa singkat harian, mengikuti ibadah saat memungkinkan, dan mempunyai satu relasi rohani tempat bisa bercerita. Hal ini menjaga agar spiritualitas resiliensi tidak menjadi “diam dan memendam” yang menguras batin.

3. Bagi untuk Keluarga (Orang Tua, Saudara dan Keluarga Besar)

Keluarga perlu membangun budaya berbagi tanggung jawab, bukan menumpuknya pada satu orang yang paling mampu. Secara praktis, keluarga dapat membuat pembagian peran: siapa mengurus perawatan orang tua, siapa urus administrasi kesehatan, siapa bantu urusan sekolah, siapa bantu kebutuhan rumah tangga. Jika bantuan finansial terbatas, keluarga tetap bisa berbagi dalam bentuk tenaga dan waktu.

Keluarga juga perlu menjaga komunikasi agar tidak menambah tekanan emosional. Tuntutan yang muncul dalam bentuk marah, menangis, atau memaksa (“harus ada”) sering membuat generasi *sandwich* memendam dan relasi menjadi dingin. Karena itu, keluarga perlu belajar menyatakan kebutuhan secara jelas dan realistis, serta memberi apresiasi atas pengorbanan yang dilakukan, supaya kasih tetap menjadi ruang saling menguatkan.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian lanjutan dapat memperluas jumlah partisipan lintas rayon dan kategorial (pemuda, bapak, perempuan, profesional) untuk melihat perbedaan pengalaman generasi *sandwich* berdasarkan status menikah, jenis pekerjaan, dan pola tinggal (serumah/tidak serumah). Penelitian berikutnya juga dapat menguji bentuk pendampingan yang paling efektif bagi konteks GMIT, misalnya evaluasi kelompok berbagi beban, model pendampingan pastoral berbasis rayon, atau pengembangan diakonia responsif yang tidak hanya karitatif tetapi juga memberdayakan (edukasi keuangan keluarga, rencana darurat kesehatan, dan komunikasi keluarga).