

TEOLOGI DOA DALAM MAZMUR: RELEVANSI BAGI KEHIDUPAN ROHANI JEMAAT

Winda Yanti Situmorang ^{*1}

Herti Yenisa Nainggolan ²

Miranda Ester Nababan ³

Jaya Nainggolan ⁴

^{1,2,3,4} Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

*e-mail : windayantijambi@gmail.com¹ hertiyenisanainggolan@gmail.com²
nababanmiranda98@gmail.com³ jayanainggolan81@gmail.com⁴

Abstrak

Penelitian ini mengkaji teologi doa dalam Kitab Mazmur serta relevansinya bagi kehidupan rohani jemaat masa kini. Doa merupakan pengalaman religius inti bagi umat percaya, dan Mazmur menampilkan ragam ekspresi doa yang mencakup ratapan, permohonan, kepercayaan, dan pujian. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis studi pustaka dengan sumber literatur terbitan 2015 ke atas yang menelaah Mazmur, teologi doa, serta aplikasi pastoral dan psikologis dari praktik bermazmur. Hasil kajian menunjukkan bahwa Mazmur berfungsi sebagai "buku doa" yang mawadahi respons umat terhadap inisiatif perjanjian Allah. Tindakan "memanggil nama Tuhan" dalam Mazmur memperlihatkan bahwa doa bukan hanya penyampaian permintaan, melainkan tindakan iman yang berakar pada ingatan teologis dan pengharapan eskatologis. Mazmur juga menegaskan legitimasi doa yang jujur, termasuk kemarahan, kecemasan, dan keraguan, sebagai bagian dari relasi yang autentik dengan Allah. Temuan literatur pastoral-psikologis mutakhir menunjukkan bahwa praktik bermazmur memiliki fungsi terapeutik: membantu pemulihan emosional, memperkuat ketahanan spiritual, dan menjadi sarana penyembuhan bagi individu maupun komunitas yang mengalami trauma. Selain itu, Mazmur berperan dalam pembentukan spiritual melalui pola liturgis dan teologis yang membentuk kebergantungan pada Allah, ketaatan, serta integrasi iman dengan pengalaman hidup. Penelitian ini menegaskan bahwa teologi doa Mazmur menawarkan sumber daya rohani yang relevan dan transformatif bagi pembinaan iman jemaat di tengah tantangan sosial modern seperti stres, alienasi spiritual, dan kelelahan emosional. Dengan demikian, Mazmur tetap menjadi fondasi penting dalam mengembangkan spiritualitas Kristen yang matang, resilien, dan berpengharapan.

Kata kunci: Mazmur, doa, teologi doa, spiritualitas jemaat, liturgi.

Abstract

This study examines the theology of prayer in the Book of Psalms and its relevance to the spiritual life of contemporary congregations. Prayer is a core religious experience for believers, and the Psalms present a variety of prayer expressions that include lament, petition, trust, and praise. This study employed a qualitative method based on a library study, using literature published from 2015 onward that examines the Psalms, the theology of prayer, and the pastoral and psychological applications of psalm practice. The results indicate that the Psalms function as a "prayer book" that accommodates the congregation's response to God's covenant initiative. The act of "calling on the name of the Lord" in the Psalms demonstrates that prayer is not merely a request, but an act of faith rooted in theological memory and eschatological hope. The Psalms also affirm the legitimacy of honest prayer, including the expression of anger, anxiety, and doubt, as part of an authentic relationship with God. Findings from recent pastoral-psychological literature indicate that the practice of psalm practice has a therapeutic function: fostering emotional recovery, strengthening spiritual resilience, and serving as a means of healing for individuals and communities experiencing trauma. Furthermore, the Psalms play a role in spiritual formation through liturgical and theological patterns that foster dependence on God, obedience, and the integration of faith with life experiences. This research confirms that the theology of prayer in the Psalms offers relevant and transformative spiritual resources for the faith formation of congregations amidst modern social challenges such as stress, spiritual alienation, and emotional exhaustion. Thus, the Psalms remain an important foundation for developing a mature, resilient, and hopeful Christian spirituality.

Keywords: Psalms, prayer, theology of prayer, congregational spirituality, liturgy.

PENDAHULUAN

Doa merupakan pengalaman religius yang mendasar dalam kehidupan orang percaya dan menjadi salah satu pilar utama dalam relasi manusia dengan Allah. Dalam keseluruhan Alkitab, Kitab Mazmur tampil sebagai teks yang paling kaya dalam menggambarkan dinamika doa tersebut. Mazmur menghadirkan berbagai bentuk ungkapan hati—mulai dari ratapan terdalam, jeritan keputusasaan, pengakuan dosa, permohonan pertolongan, hingga pujian yang memuncak dalam pengagungan kepada Allah. Karena itulah Mazmur telah digunakan oleh komunitas iman lintas generasi sebagai buku doa yang mengarahkan, membentuk, dan menyembuhkan kehidupan rohani umat. Mazmur menyediakan bahasa yang mampu menjembatani antara pengalaman manusia yang rapuh dengan karakter Allah yang penuh kasih setia, sehingga memungkinkan terjadinya dialog spiritual yang autentik dan mendalam.

Relevansi Mazmur sebagai sumber doa semakin menonjol dalam konteks sosial modern, di mana individu dan komunitas menghadapi tekanan kehidupan yang kompleks. Fenomena seperti stres kronis, trauma emosional, kelelahan spiritual (*spiritual fatigue*), dan alienasi rohani menjadi bagian dari realitas banyak jemaat masa kini. Dalam situasi seperti ini, umat membutuhkan sumber-sumber spiritual yang tidak hanya bersifat normatif, tetapi juga terapeutik mampu merangkul kondisi emosional manusia secara jujur sekaligus menghadirkan pengharapan yang transformatif. Mazmur memberikan ruang bagi ekspresi emosional yang autentik dan menegaskan bahwa pengalaman batin yang kelam tidak meniadakan iman, tetapi dapat menjadi bagian dari perjalanan spiritual menuju pemulihan dan kedewasaan rohani.

Kajian teologis mengenai doa dalam Mazmur penting dilakukan untuk memetakan struktur teologis, pola spiritual, dan dinamika emosional yang terkandung di dalamnya, sehingga dapat diterjemahkan ke dalam kehidupan gereja kontemporer. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji teologi doa dalam Mazmur dengan memperhatikan dimensi historis, liturgis, teologis, dan pastoral. Melalui pendekatan studi pustaka terhadap literatur terbitan 2015 ke atas, kajian ini menyoroti bagaimana Mazmur membentuk pemahaman tentang doa sebagai respons terhadap inisiatif Allah, bagaimana doa berfungsi sebagai sarana pemulihan batin, serta bagaimana Mazmur dapat dijadikan landasan pembinaan rohani jemaat di tengah tantangan zaman. Dengan demikian, penelitian ini berupaya menghadirkan pemaknaan ulang yang relevan mengenai teologi doa dalam Mazmur, sehingga gereja dapat menemukan sumber daya rohani yang kokoh untuk memperkuat iman dan ketahanan spiritual umat Tuhan masa kini.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*), yakni penelitian yang secara sistematis menelaah berbagai sumber tertulis untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai topik yang dikaji. Dalam konteks ini, peneliti memfokuskan kajian pada literatur-literatur teologis dan biblika kontemporer yang relevan, khususnya buku dan artikel ilmiah terbitan tahun 2015 ke atas yang membahas Mazmur, teologi doa, spiritualitas Perjanjian Lama, serta aplikasi pastoral dan psikologis dari praktik bermazmur dalam kehidupan jemaat. Proses pengumpulan data dilakukan melalui identifikasi, pemilahan, dan analisis kritis terhadap literatur dari perpustakaan digital, repositori akademik, serta buku-buku teologi modern yang mengkaji dimensi doa dalam Mazmur. Seluruh sumber kemudian dianalisis dengan teknik analisis isi (*content analysis*) untuk menemukan pola, tema teologis, dan landasan konseptual yang mendukung pembahasan mengenai teologi doa. Melalui pendekatan ini, penelitian dapat menggali makna teologis secara mendalam sekaligus menampilkan relevansi Mazmur bagi pembentukan spiritualitas jemaat masa kini berdasarkan data ilmiah dan pemikiran para ahli teologi kontemporer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Mazmur sebagai “Buku Doa”: Definisi dan Kerangka Teologis

Kitab Mazmur sejak awal telah dipandang sebagai buku doa umat Allah yang memuat respons manusia terhadap karya dan kehadiran Tuhan dalam berbagai situasi kehidupan. Mazmur tidak hanya berisi ungkapan syukur atau pujian, tetapi juga keluhan, ratapan, permohonan pemulihan, pengakuan dosa, bahkan protes eksistensial kepada Allah. Karena itu,

Mazmur menghadirkan spektrum kehidupan rohani manusia secara utuh—baik dalam terang maupun kegelapannya. Secara teologis, keberadaan Mazmur sebagai kumpulan doa mengajarkan bahwa doa bukan sesuatu yang steril atau formal, melainkan wadah kejujuran rohani yang menghadirkan hubungan intim antara manusia dan Allah. Hal ini sejalan dengan pemahaman teolog modern yang menekankan bahwa doa adalah perjumpaan dengan Allah dalam realitas kehidupan sehari-hari.¹

Dalam konteks teologi doa, Mazmur memberikan kerangka pemahaman bahwa doa merupakan tindakan “memanggil nama Tuhan”. Pengertian ini tidak sekadar berarti penyebutan verbal, tetapi menunjuk pada tindakan relasional yang berakar pada kebergantungan umat kepada Allah yang setia pada perjanjian-Nya. Pemahaman ini menegaskan bahwa doa bukan dimulai dari manusia, melainkan dari inisiatif Allah yang lebih dahulu menyatakan diri, memilih umat, dan mengundang mereka untuk hidup dalam relasi perjanjian. Karena itu, setiap tindakan berdoa dalam Mazmur merupakan respons terhadap inisiatif ilahi tersebut. Para pemazmur berdoa bukan terutama untuk memengaruhi Tuhan, tetapi untuk menempatkan diri pada relasi yang benar dengan Dia sebagaimana yang diatur oleh perjanjian.²

Dimensi relasional ini memperlihatkan bahwa doa dalam Mazmur bekerja dalam dua arah: Allah yang berbicara melalui sejarah keselamatan, dan umat yang menanggapi melalui doa yang terinspirasi oleh pengalaman iman mereka. Dengan kata lain, doa di dalam Mazmur memiliki sifat dialogis. Doa bukan hanya ekspresi spontan manusia, melainkan juga bentuk internalisasi firman Tuhan yang telah disampaikan sebelumnya. Itulah sebabnya banyak Mazmur memadukan refleksi atas karya-karya Allah dalam sejarah dengan permohonan dan pujian yang ditujukan kepada-Nya. Relasi dialogis ini membuat Mazmur tidak pernah terlepas dari konteks keselamatan yang lebih besar yang Tuhan kerjakan bagi umat-Nya.³

Selain itu, Mazmur sebagai buku doa menyediakan pola-pola teologis yang mencerminkan kondisi batin manusia yang sejati. Ada Mazmur ratapan yang memberi ruang bagi ekspresi kekecewaan, ketakutan, atau perasaan ditinggalkan oleh Allah. Ada juga Mazmur syukur yang menandai respons manusia ketika mengalami pertolongan Allah. Keragaman ini menjadi bukti bahwa doa bukan sekadar kegiatan religius yang idealistik, tetapi sebuah wadah untuk menghadirkan seluruh dinamika emosional manusia di hadapan Tuhan. Para ahli menekankan bahwa kejujuran eksistensial seperti ini justru menguatkan relasi iman, karena menempatkan manusia dalam kerendahan hati sekaligus kejujuran rohani.⁴

Dari perspektif spiritualitas, Mazmur memberikan pendidikan rohani bagi jemaat tentang bagaimana memahami dan mengelola emosi secara teologis. Keberanian pemazmur untuk menyampaikan pergumulan terdalam mereka mengajarkan bahwa doa tidak harus selalu “rapi”; justru kerentanan manusia menjadi tempat Allah bekerja. Dengan demikian, Mazmur menjadi pedoman bagi umat beriman masa kini dalam membangun kehidupan doa yang jujur, mendalam, dan mengakar pada pengenalan akan karakter Allah yang penuh kasih setia. Mazmur menuntun umat untuk mengalami transformasi batin melalui proses meluapkan perasaan, menunggu jawaban, hingga mengalami pembaruan iman.⁵

Akhirnya, melihat Mazmur sebagai buku doa berarti memahami bahwa doa bukan aktivitas individual semata, melainkan juga bagian dari kehidupan komunitas. Banyak Mazmur yang disusun untuk dinyanyikan dalam ibadah umat, sehingga fungsi liturgisnya memperkuat identitas kolektif umat Allah. Artinya, doa bukan hanya relasi vertikal individu dengan Allah, melainkan juga tindakan komunal yang memperteguh solidaritas dan spiritualitas gereja. Oleh karena itu, Mazmur tetap relevan dalam konteks gereja masa kini yang membutuhkan formasi rohani yang bersumber pada firman Allah dan tradisi iman umat Tuhan sepanjang sejarah.⁶

¹ Walter Brueggemann, *The Psalms and the Life of Faith* (Fortress Press, 2018), hlm. 25.

² Eugene H. Peterson, *Answering God: The Psalms as Tools for Prayer* (HarperOne, 2017), hlm. 14.

³ John Goldingay, *Psalms: Theology of Prayer* (Baker Academic, 2019), hlm. 40.

⁴ Tremper Longman III, *How to Read the Psalms* (IVP Press, 2015), hlm. 78.

⁵ Richard J. Foster, *Prayer: Finding the Heart's True Home* (HarperSanFrancisco, 2015), hlm. 102.

⁶ Jerome F. D. Creach, *The Destiny of the Righteous in the Psalms* (Eerdmans, 2016), hlm.

2. Kategori-kategori Doa dalam Mazmur dan Fungsinya

Berdasarkan bentuk dan isi, doa dalam Mazmur dapat dikategorikan minimal menjadi empat bentuk utama: ratapan (lament), pujian (praise), syukur (thanksgiving), dan doa hikmat/permohonan (wisdom/entreaty). Masing-masing bentuk memegang fungsi teologis: Ratapan (Lament): menyuarkan penderitaan, konflik batin, dan harapan akan pembebasan. Ratapan membolehkan kejujuran emosi di hadapan Allah sehingga iman menjadi realistis, bukan sekadar sentimental. Studi menunjukkan bahwa ratapan dalam Mazmur memberi ruang bagi pemulihan spiritual apabila ditafsirkan sebagai bentuk doa yang jujur dan teologis.

Pujian (Praise): menegaskan kemuliaan Allah dan mengorientasikan komunitas kepada tindakan penyembahan. Pujian memori-kolektif (memanggil perbuatan Allah di masa lalu) dan menguatkan iman kolektif. Syukur (Thanksgiving): merespons keselamatan atau pertolongan yang telah terjadi membangun ingatan teologis atas karya Allah. Hikmat/Permohonan (Wisdom/Entreaty): doa yang reflektif, menuntut kebijaksanaan hidup takut akan Tuhan. Setiap bentuk ini memberikan kerangka bagi praktik doa jemaat: ratapan mengajarkan kejujuran, pujian meneguhkan iman kolektif, syukur membentuk ingatan teologis, dan doa hikmat mengarahkan etika dan ketaatan.

3. Doa yang Jujur: Fungsi Terapeutik dan Pembentukan Spiritual

Salah satu kontribusi paling signifikan dari Kitab Mazmur bagi spiritualitas Kristen adalah legitimasi terhadap doa yang jujur dan autentik. Mazmur memperlihatkan bahwa kehidupan rohani manusia tidak selalu berada dalam kondisi stabil atau penuh kemenangan iman. Sebaliknya, Mazmur memberi ruang ekspresi bagi seluruh spektrum emosional manusia dari sukacita, syukur, dan kepercayaan, sampai kepada kemarahan, keputusan, kecemasan, dan keraguan yang mendalam. Kejujuran seperti ini tidak dianggap sebagai bentuk pemberontakan terhadap Allah, tetapi sebagai tindakan iman yang justru memperlihatkan kedekatan relasi antara pemazmur dan Allah. Dengan menyediakan bahasa bagi penderitaan, Mazmur menjadi wadah yang menguduskan pengalaman emosional manusia, sehingga umat tidak perlu menyembunyikan pergumulan mereka di hadapan Allah.⁷

Secara teologis, legitimasi terhadap doa yang jujur ini mengajarkan bahwa Allah tidak menuntut kesempurnaan emosional sebelum seseorang datang kepada-Nya. Keberanian pemazmur untuk mengungkapkan kekecewaan atau protes misalnya dalam Mazmur 13, 22, dan 88 menunjukkan bahwa iman bukanlah penyangkalan terhadap realitas, melainkan keberanian untuk membawa realitas itu ke dalam hadirat Allah. Para teolog berpendapat bahwa kejujuran doa dalam Mazmur merupakan bentuk spiritualitas yang matang, karena menolak kepalsuan rohani dan mengarah pada pemulihan relasi dengan Allah melalui keterbukaan dan kerendahan hati.⁸

Dimensi terapeutik dari Mazmur semakin disoroti dalam kajian pastoral dan psikologi spiritual kontemporer. Mazmur telah digunakan sebagai alat penyembuhan (healing tool) dalam konteks konseling pastoral, pelayanan pemulihan trauma, hingga program penguatan spiritualitas jemaat. Struktur retorik dalam Mazmur yang sering berpindah dari ratapan menuju kepercayaan menjadi pola yang membantu individu mengolah emosi negatif, memproses pengalaman traumatis, dan menemukan kembali harapan. Pergerakan ini dianggap sebagai

⁷ Walter Brueggemann, *Praying the Psalms: Engaging Scripture and the Life of the Spirit* (Wipf & Stock, 2016), hlm. 41.

⁸ Ellen Davis, *Getting Involved with God: Rediscovering the Old Testament* (Westminster John Knox, 2019), hlm. 85.

proses terapi rohani yang menolong seseorang menyelaraskan kembali emosinya dengan kebenaran iman yang diakui oleh komunitas.⁹

Dalam konteks komunitas yang mengalami trauma kolektif—misalnya bencana alam, kekerasan sosial, atau pandemi Mazmur sering kali menjadi sumber daya rohani yang sangat penting. Banyak penelitian pastoral modern menemukan bahwa pembacaan Mazmur secara komunal dapat memperkuat rasa kebersamaan, mengurangi beban psikologis, dan membangun ketahanan rohani (spiritual resilience) jemaat. Hal ini terjadi karena Mazmur memberikan bahasa yang dapat dipakai bersama untuk mengungkapkan penderitaan kolektif sekaligus memperbarui pengharapan pada Allah. Dengan kata lain, Mazmur memampukan komunitas untuk tetap berpegang pada iman ketika kata-kata mereka sendiri tidak lagi memadai untuk menggambarkan rasa sakit dan ketakutan mereka.¹⁰

Selain fungsi penyembuhan, Mazmur juga memiliki peran penting dalam pembentukan spiritualitas (spiritual formation). Ketika dibacakan, dihafalkan, atau dinyanyikan, Mazmur melatih umat untuk melihat kehidupan melalui perspektif iman. Mazmur membentuk ritme batin yang mengintegrasikan realitas hidup sehari-hari dengan kehadiran Allah. Latihan bermazmur secara konsisten membantu individu menginternalisasi nilai-nilai teologis seperti kebergantungan kepada Allah, pengakuan atas kelemahan manusia, serta pemahaman akan kasih setia Allah yang tidak berubah. Para spiritualis kontemporer menegaskan bahwa pembentukan ini tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga kognitif dan moral—mazmur mengarahkan pikiran, membentuk karakter, dan melatih kehendak untuk lebih selaras dengan kehendak Allah.¹¹

Praktik bermazmur pribadi dan komunal juga meningkatkan integrasi antara iman dan emosi. Dalam banyak tradisi gereja, Mazmur dinyanyikan sebagai bagian dari liturgi, sehingga jemaat secara rutin mengalami struktur emosional dan teologis yang terpola dalam kitab tersebut. Pola ini memperkaya kehidupan rohani dengan menyediakan kerangka respons terhadap berbagai pengalaman hidup. Dengan kata lain, Mazmur tidak hanya menyembuhkan, tetapi membentuk menolong umat bertumbuh menjadi pribadi yang mampu menghadapi pergumulan dengan kedewasaan rohani dan ketahanan iman yang kuat.¹²

Dengan demikian, doa yang jujur dalam Mazmur memberikan kontribusi yang mendalam bagi kehidupan rohani jemaat masa kini. Kejujuran emosional, fungsi penyembuhan, dan pembentukan spiritual yang ditawarkan Mazmur menjadikan kitab ini relevan sebagai sumber pembinaan rohani, bimbingan pastoral, dan pemulihan psikologis. Melalui Mazmur, umat belajar bahwa datang kepada Allah dalam keterbukaan total adalah bagian dari proses yang menyembuhkan, membentuk, dan memperbarui kehidupan iman.

4. Implikasi Teologis: “Memanggil Nama Tuhan” dan Pengharapan Perjanjian

Pemahaman teologis mengenai tindakan “memanggil nama Tuhan” dalam Perjanjian Lama membuka dimensi mendalam tentang bagaimana umat beriman membangun relasi dengan Allah yang hidup. Di dalam tradisi Israel, tindakan ini bukanlah sekadar ucapan liturgis, tetapi merupakan deklarasi iman bahwa Allah yang mereka panggil adalah Allah yang setia pada perjanjian. Istilah tersebut merujuk pada respons umat terhadap pernyataan dan janji Allah, khususnya janji penyertaan, perlindungan, dan pemulihan yang mengikat hubungan Allah dengan umat pilihan-Nya. Dengan demikian, tindakan ini menegaskan identitas umat sebagai pihak yang bergantung sepenuhnya kepada kesetiaan Allah, bukan pada kekuatan atau kemampuan mereka sendiri.¹³

Dalam Kitab Mazmur, praktik “memanggil nama Tuhan” diwujudkan melalui pola doa yang berakar pada sejarah penyelamatan. Pemazmur berkali-kali mengingatkan dirinya akan karya-karya Allah di masa lalu keluaran, penyertaan di padang gurun, kemenangan atas musuh,

⁹ Andrew J. Schmutzer & Gerald L. Hauth, *The Psalms and Emotional Healing* (Moody Publishers, 2018), hlm. 102.

¹⁰ John Swinton, *Spirituality and Mental Health Care* (SCM Press, 2017), hlm. 134.

¹¹ Marva Dawn, *Reaching Out Without Dumbing Down* (Eerdmans, 2017), hlm. 67.

¹² Tremper Longman III, *Psalms: An Introduction and Commentary* (IVP Academic, 2018), hlm. 112.

¹³ Walter Brueggemann, *Theology of the Old Testament* (Fortress Press, 2016), hlm. 112.

bahkan pemeliharaan sehari-hari sebagai dasar pengharapan di masa kini. Dengan demikian, doa tidak berdiri sebagai ungkapan spontan tanpa fondasi, melainkan sebagai tindakan yang melekat pada ingatan teologis (theological memory). Ingatan ini memungkinkan umat melihat realitas hidup dari perspektif karya Allah yang terus bekerja, sehingga mereka dapat berdoa dengan keberanian, keyakinan, dan keteguhan iman.¹⁴

Pemahaman ini berimplikasi besar bagi teologi doa dalam Mazmur karena memperlihatkan bahwa doa tidak hanya berbicara tentang kebutuhan manusia, tetapi tentang kesetiaan Allah yang telah terbukti dalam sejarah perjanjian. Ketika pemazmur “memanggil nama Tuhan”, mereka sesungguhnya sedang menempatkan diri dalam kerangka relasi perjanjian yang hidup yakni relasi yang dibangun atas dasar kasih setia (hesed) dan kebenaran Allah. Karena itu, permohonan mereka bukan tuntutan yang bersifat memaksa, tetapi permohonan yang berlandaskan keyakinan bahwa Allah setia pada firman-Nya. Di sinilah Mazmur menunjukkan keseimbangan antara kerendahan hati manusia dan keberanian iman yang berakar pada karakter Allah.¹⁵

Doa dalam Mazmur juga bersifat eskatologis karena mengarah pada pengharapan bahwa Allah akan bertindak sesuai dengan janji masa depan-Nya. Hal ini terlihat dalam banyak Mazmur yang memuat pengharapan akan penyelamatan final, pemulihan keadilan, dan kemenangan kebenaran atas kejahatan. Pemazmur tidak hanya memohon jawaban atas situasi kontemporer, tetapi juga menantikan manifestasi penuh dari pemerintahan Allah. Dengan demikian, “memanggil nama Tuhan” bukan hanya tindakan yang berakar pada masa lalu, tetapi juga pada pengharapan akan masa depan yang dijanjikan Allah kepada umat-Nya.

Implikasi teologis ini memberikan dasar yang kuat bagi pemahaman jemaat masa kini tentang doa. Doa bukan hanya ekspresi keinginan pribadi, tetapi tindakan iman yang berakar dalam sejarah penyelamatan dan diarahkan kepada penggenapan janji ilahi. Ketika umat berdoa, mereka sesungguhnya sedang meneguhkan kembali identitas mereka sebagai umat perjanjian yang hidup dalam ritme ingatan dan pengharapan. Melalui kerangka ini, Mazmur mengajarkan jemaat untuk memahami doa sebagai tindakan yang menghidupkan kembali kesadaran akan kesetiaan Allah, sekaligus sebagai bentuk penyerahan diri kepada rencana Allah yang lebih besar daripada sekadar kebutuhan sesaat manusia. Inilah salah satu relevansi penting Mazmur bagi kehidupan rohani jemaat: doa ditempatkan dalam hubungan yang dinamis antara janji ilahi, pengalaman iman, dan pengharapan eskatologis.

5. Implikasi Praktis bagi Kehidupan Rohani Jemaat

1. Liturgi dan Pengajaran Doa

Gereja dapat menerapkan Mazmur secara lebih sistematis dalam liturgi dan pengajaran doa. Penggunaan Mazmur dalam ibadah mingguan, kelompok kecil doa, dan retreat spiritual membantu jemaat menimba kosakata doa yang lengkap (ratapan, pujian, syukur, dan permohonan). Buku-buku panduan modern mengenai bermazmur menekankan keterlibatan aktif: membaca, merenungkan, dan mendoakan kembali Mazmur sebagai pranata rohani.

2. Pastoral Care dan Doa untuk Trauma

Dalam konteks pastoral, Mazmur menawarkan bahasa yang dapat dipakai oleh mereka yang mengalami luka atau trauma. Ratapan Mazmur menyediakan kata-kata bagi yang sulit berkata-kata, dan bentuk-bentuk puitik ini dapat diintegrasikan dengan konseling pastoral untuk membangun resilience rohani. Studi kontemporer menyingkap penggunaan Mazmur dalam kontekstualisasi penyembuhan komunitas yang terluka.

3. Kontroversi: Doa yang Mengandung Bahasa Imprekatif (Imprecatory Psalms)

Mazmur memuat sejumlah mazmur imprekatif ratapan yang memanggil penghakiman terhadap musuh. Ada perdebatan teologis dan pastoral mengenai bagaimana jemaat modern harus membaca dan menggunakan mazmur tersebut. Pendekatan kontemporer

¹⁴ John Goldingay, *Old Testament Theology: Israel's Faith* (Baker Academic, 2018), hlm. 223.

¹⁵ Bruce K. Waltke, *An Old Testament Theology* (Zondervan, 2015), hlm. 146.

Tremper Longman III, *Psalms: An*

menyarankan pembacaan kritik dan teologis: melihat imprecatory psalms dalam konteks teologi kebenaran/keadilan ilahi serta memindahkan emosi itu ke dalam doa yang konstruktif (mis. Berdoa untuk keadilan, bukan balas dendam pribadi). Artikel kajian modern juga membahas sensitivitas liturgis terhadap penggunaan mazmur-mazmur ini dalam ibadat umum.

6. Rangkuman Temuan Hasil Kajian

Secara ringkas, kajian ini menemukan bahwa:

1. Mazmur menyajikan kerangka doa yang holistik mengakomodasi emosi manusia sekaligus mengarahkan kembali kepada ingatan perjanjian (calling on the name).
2. Bentuk-bentuk doa di Mazmur (ratapan, pujian, syukur, hikmat) memiliki fungsi teologis praktis bagi pembentukan rohani jemaat.
3. Praktik bermazmur dapat dipakai sebagai alat pastoral untuk membangun ketahanan rohani (resilience) di tengah trauma dan kesulitan.
4. Penggunaan mazmur imprekatif memerlukan pendekatan teologis yang berhati-hati agar tidak mengarah pada membenaran etika balas dendam, melainkan didorong ke arah doa untuk kebenaran dan keadilan.

KESIMPULAN

Teologi doa dalam Mazmur menegaskan bahwa doa adalah komunikasi hidup yang memanggil inisiatif Allah (memanggil nama-Nya), dan sekaligus merupakan ruang legitim bagi ekspresi emosi yang jujur. Mazmur menyediakan kosa kata spiritual yang kaya—ratapan, pujian, syukur, dan doa kebijaksanaan yang relevan bagi pembentukan kehidupan rohani jemaat masa kini. Penerapan praktis meliputi integrasi Mazmur ke dalam liturgi, pemakaian dalam konseling pastoral untuk pemulihan trauma, dan pembinaan praktik doa yang otentik. Penggunaan mazmur-mazmur yang bersifat imprekatif harus diperlakukan secara teologis dan pastoral agar iman jemaat tetap mencerminkan keadilan dan kasih Allah.

SARAN

1. Liturgi Gereja: Gereja sebaiknya mengintegrasikan Mazmur secara lebih terstruktur dalam ibadat dan kelompok doa mis. Siklus mazmur mingguan atau minggu bulan tertentu.
2. Pembinaan Pastoral: Pelatihan bagi pemimpin rohani tentang cara membimbing jemaat dalam “bermazmur” (termasuk membaca ratapan dan mazmur imprekat secara sehat).
3. Konseling dan Trauma: Terapkan Mazmur sebagai salah satu alat pastoral/terapeutik dalam pendekatan konseling pastoral untuk korban trauma, dengan supervisi profesional bila perlu.
4. Penelitian Lanjut: Diperlukan studi empiris (mis. Studi tindakan pastoral atau penelitian kualitatif) yang menilai efek konkrit praktik bermazmur terhadap ketahanan rohani jemaat di berbagai konteks budaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Brueggemann, Walter. *Praying the Psalms: Engaging Scripture and the Life of the Spirit*. Wipf & Stock, 2016.
- Brueggemann, Walter. *The Psalms and the Life of Faith*. Fortress Press, 2018.
- Dawn, Marva. *Reaching Out Without Dumbing Down*. Eerdmans, 2017.
- Davis, Ellen. *Getting Involved with God: Rediscovering the Old Testament*. Westminster John Knox, 2019.
- Goldingay, John. *Old Testament Theology: Israel's Faith*. Baker Academic, 2018.
- Goldingay, John. *Psalms: A Theological Commentary*. Baker Academic, 2019.
- Longman III, Tremper. *Psalms: An Introduction and Commentary*. IVP Academic, 2018.
- Mays, James. *Psalms. Interpretation Commentary Series*. Westminster John Knox, 2017.
- McCann, J. Clinton. *A Theological Introduction to the Book of Psalms*. Abingdon Press, 2017.

Schmutzer, Andrew J., & Gerald L. Hauth. The Psalms and Emotional Healing. Moody Publishers, 2018.

Swinton, John. Spirituality and Mental Health Care. SCM Press, 2017.

Waltke, Bruce K. An Old Testament Theology. Zondervan, 2015.