

Sekolah Tinggi Teologi SAAT
(Seminari Alkitab Asia Tenggara)

**DISIPLIN ROHANI *FASTING-SOLITUDE-LECTIO DIVINA* SEBAGAI
UPAYA MENOLONG GEN Z MENGALAMI PERTUMBUHAN ROHANI**

Skripsi Ini Diserahkan kepada

Dewan Pengajar STT SAAT

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar

Sarjana Teologi



oleh

Samuel Nicholas

Malang, Jawa Timur
Oktober 2023

ABSTRAK

Nicholas, Samuel, 2023. *Disiplin Rohani Fasting-Solitude-Lectio Divina sebagai Upaya Menolong Gen Z Mengalami Pertumbuhan Rohani*. Skripsi, Program studi: Sarjana Teologi, Konsentrasi Teologi, Sekolah Tinggi Teologi SAAT, Malang. Pembimbing: Irwan Pranoto. Hal. x, 105.

Kata Kunci: Gen Z, Disiplin Rohani, Pelayanan Kaum Muda, Spiritualitas.

Gen Z yang lahir antara tahun 1995—2010 merupakan wajah dari anak muda yang ada di dunia saat ini. Jika dibandingkan dengan kelompok generasi lainnya, Gen Z dapat dikatakan sebagai kelompok terbesar yang ada sampai saat ini. Jumlah yang besar ini mendesak gereja untuk memikirkan pelayanan yang dapat menolong para anak muda ini untuk dapat bertumbuh secara rohani, terlebih karena kelompok ini juga hadir di dalam gereja. Penelitian ini dilakukan untuk menjawab sebuah pertanyaan utama yaitu, bentuk pelayanan seperti apa yang dapat menolong Gen Z untuk mengalami pertumbuhan rohani?

Untuk menjawab pertanyaan tersebut, pertama-tama penting untuk memperhatikan apa yang menjadi karakteristik dari Gen Z. Tiga di antaranya yang menonjol adalah kecakapannya dalam menggunakan teknologi, tingkat kecemasannya yang tinggi dan kecenderungannya terpapar tantangan spiritualitas *moralistic therapeutic deism*. Ketiga karakteristik ini nyatanya membawa beberapa dampak negatif di dalam diri Gen Z yang memunculkan kebutuhan untuk ditolong supaya dapat mengalami pertumbuhan rohani.

Salah satu usaha yang digagas untuk menolong Gen Z mengalami pertumbuhan rohani adalah melalui disiplin rohani yang telah terbukti dapat menolong seseorang mengalami pertumbuhan rohani. Adapun tiga disiplin yang dipilih dalam skripsi ini adalah *fasting*, *solitude*, dan *lectio divina*. Skripsi ini akan memaparkan bagaimana ketiga disiplin rohani ini dapat menjawab kebutuhan Gen Z sesuai dengan karakteristik mereka, salah satunya dengan melakukan *spiritual retreat*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur pertama-tama diberikan kepada Allah Tritunggal karena anugerah-Nya yang telah memanggil dan memanggil setiap perjalanan pembentukan selama berada di STT SAAT. Sungguh kasih-Nya sajalah yang memeluk lembut, baik di masa suka maupun sukar. Kebaikan Allah Tritunggal jugalah yang mempertajam panggilan dan beban yang akhirnya dapat tertuang dalam penulisan dan penyelesaian penelitian ini.

Selanjutnya, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bapak Irwan Pranoto, yang merupakan dosen pembimbing yang telah mengambil bagian besar di dalam membimbing, mempertajam, serta merapikan hasil penelitian ini. Terima kasih untuk setiap waktu, tenaga, doa, dan pemikiran yang dibagikan sehingga penelitian ini bisa diselesaikan dengan baik. Terima kasih juga kepada Ko Hermanto yang turut memberikan banyak dukungan, baik dukungan doa, moral dan *insight* yang sangat menolong di dalam penulisan penelitian ini. Terima kasih juga untuk seluruh dosen STT SAAT yang mengambil bagian besar selama menjalani studi di tempat ini.

Terima kasih juga untuk Papa, Mama, dan Ama yang terus mendukung dalam doa, dana dan perhatian selama berada di STT SAAT. Dukungan dan perhatian merekalah yang membuat pembentukan-pembentukan yang tidak mudah tetap dapat dijalani. Terima kasih juga kepada GKPJ sebagai gereja asal yang telah menjadi tempat pertama untuk mengenal Tuhan dan menggumulkan panggilan sebagai hamba

Tuhan penuh waktu. Terima kasih juga kepada PGM STT SAAT, Gepembri Kemurnian dan GKKK BCS Surabaya yang telah memberikan kesempatan untuk menjalani praktik pelayanan akhir pekan dan dua bulan selama studi di STT SAAT.

Terima kasih untuk setiap rekan sepanggilan yang telah menemani baik di masa suka maupun duka selama menjalani studi di STT SAAT, mulai dari Masta 2015-2023. Terima kasih kepada BPH SYC 2021, DPM 2021-2022, Story SAAT 2021-2022 dan Kelompok SYC Pisidia yang memberikan banyak kenangan berharga selama berada di STT SAAT. Terima kasih secara khusus juga kepada Ko Fanuel dan Kak Nathan Tarigans sebagai dua dari rekan-rekan perjalanan yang terus memberikan perhatian selama studi, juga kepada Ko Hendrawan yang telah menjadi mentor yang baik dan terus memotivasi di saat yang tidak mudah, juga kepada Ko Ceje yang telah menjadi rekan yang terus menemani dari sejak remaja hingga sekarang. Terakhir, terima kasih kepada Masta 2019 yang telah menjadi keluarga dan tempat yang aman dan nyaman selama berada di STT SAAT.

Kiranya hasil penelitian ini dapat menjadi berkat bagi para pelayan Allah, secara khusus bagi mereka yang bergumul di dalam pelayanan kaum muda. Di atas semuanya, kiranya nama Allah terus dipermuliakan.

DAFTAR ISI

BAB 1 LATAR BELAKANG MASALAH	1
Rumusan Masalah	9
Tujuan Penulisan	9
Batasan Pembahasan	10
Metode Penelitian	10
Sistematika Penulisan	11
BAB 2 MENGENAL GENERASI Z	13
Mengenal Teori Generasi	13
Karakteristik Gen Z	16
Kecakapan Menggunakan Teknologi	17
Tingkat Kecemasan yang Tinggi	24
<i>Moralistic Therapeutic Deism</i>	27
Kesimpulan	35
BAB 3 DISIPLIN ROHANI <i>FASTING-SOLITUDE-LECTIO DIVINA</i>	37
Tujuan dan Esensi Praktik Disiplin Rohani	37
Bentuk-Bentuk Disiplin Rohani	44
Disiplin Menjauhkan Diri	45

Disiplin Melibatkan Diri	46
Disiplin Rohani <i>Fasting</i>	48
<i>Fasting</i> di dalam Alkitab	51
Mempraktikkan Disiplin <i>Fasting</i>	54
Disiplin Rohani <i>Solitude</i>	56
<i>Solitude</i> di dalam Alkitab	59
Mempraktikkan Disiplin <i>Solitude</i>	61
Disiplin Rohani <i>Lectio Divina</i>	63
<i>Lectio Divina</i> di dalam Alkitab	66
Mempraktikkan Disiplin <i>Lectio Divina</i>	67
Kesimpulan	72
BAB 4 IMPLIKASI DISIPLIN ROHANI <i>FASTING-SOLITUDE-LECTIO DIVINA</i>	
BAGI PELAYANAN KAUM MUDA	74
Gambaran Umum Prinsip Pelayanan Kaum Muda	75
Disiplin Rohani sebagai Bagian Penting dalam Pelayanan Kaum Muda	79
Disiplin Rohani <i>Fasting-Solitude-Lectio Divina</i> bagi Gen Z	83
Disiplin Rohani <i>Fasting</i> bagi Gen Z	83
Disiplin Rohani <i>Solitude</i> bagi Gen Z	86
Disiplin Rohani <i>Lectio Divina</i> bagi Gen Z	89
Kombinasi Disiplin Rohani <i>Fasting-Solitude-Lectio Divina</i> melalui <i>Spiritual Retreat</i>	92

Kesimpulan	94
BAB 5 PENUTUP	97
Kesimpulan	97
Saran	101
DAFTAR KEPUSTAKAAN	102



BAB 1

LATAR BELAKANG MASALAH

Generasi Z yang juga sering disebut sebagai Gen Z merupakan kelompok generasi mayoritas yang ada di dunia saat ini. Jumlah mereka di awal dekade ketiga abad ini bahkan telah mencapai dua miliar orang di seluruh dunia.¹ Di Amerika, populasi Gen Z berjumlah sekitar 25.9% dari seluruh penduduk pada tahun 2017, lebih besar dari kelompok Millennial (24.5%), Generasi X (15.4%), dan kelompok *Baby Boomers* (23.6%).² Indonesia juga menunjukkan data yang serupa di mana Badan Pusat Statistik menunjukkan persentase Gen Z mendominasi dengan angka sebesar 27,94% atau sejumlah 68.662.815 pada 31 Desember 2021 lalu.³ Meski masih ada beberapa perbedaan soal penentuan tahun lahir, tetapi secara umum Gen Z sendiri dapat didefinisikan sebagai kelompok orang yang lahir dari tahun 1995 sampai tahun 2010.⁴ Dengan tahun lahir tersebut, artinya usia mereka pada tahun 2023 ini adalah

¹Jason Wise, "Gen Z Statistics 2023: How Many People Are in Gen Z?," 25 November 2022, <https://earthweb.com/gen-z-statistics/>.

²James Emery White, *Meet Generation Z: Understanding and Reaching the New Post-Christian World* (Grand Rapids: Baker, 2017), 37.

³Shilvina Widi, "Ada 68,66 Juta Generasi Z di Indonesia, Ini Sebarannya," *DataIndonesia.id*, 16 Agustus 2022, <https://dataindonesia.id/varia/detail/ada-6866-juta-generasi-z-di-indonesia-ini-sebarannya>.

⁴Natali Yustisia, "Teori Generasi," *Perbanas Institute*, 12 Oktober 2016, <https://dosen.perbanas.id/teori-generasi/>.

sekitar 13–28 tahun. Karakteristik umur ini membuat Gen Z masuk ke dalam kelompok kaum muda di dalam gereja.

Setiap generasi memiliki karakteristik yang menggambarkan pergumulannya masing-masing, tidak terkecuali dengan Gen Z. Salah satu karakteristik yang nyata dan banyak disorot adalah kaitan mereka dengan teknologi dan internet. Karenanya, Gen Z juga terkadang disebut sebagai *IGen*.⁵ Penamaan ini juga didasarkan karena generasi ini adalah generasi pertama yang tumbuh dengan menggunakan *smartphone*. David Bell melihat kaitan antara teknologi dan Gen Z dan menyebut mereka sebagai “*Internet-in-its-pocket*” generation.⁶ Hal ini dipandang secara optimis oleh Danah Boyd yang menyebutkan bahwa penggunaan *smartphone* dan media sosial merupakan cara anak muda untuk dapat terhubung dengan teman-temannya.⁷ Mark McCrindle dan Ashley Fell menyebutkan hal serupa dengan mengatakan bahwa Gen Z terhubung dengan dunia yang tanpa batas—melintasi negara dan budaya.⁸

Di sisi lain, David Setran dan Chris Kiesling menyebutkan bahwa internet yang banyak dikaitkan dengan anak muda justru membawa dampak negatif bahkan menjadi hambatan bagi formasi spiritualitas anak muda. Kedua penulis menyebutkan, “*Emerging adult lifestyles can also present challenges to the attentiveness required for spiritual formation . . . The internet shapes the brain in ways that promote*

⁵Billy McMahan, “Igniting Hope Among Gen Z,” *Great Commission Research Journal* 11, no. 2 (2020): 105, ATLASerials Plus.

⁶White, *Meet Generation Z*, 41.

⁷*Gen Z*, vol. 1, *The Culture, Beliefs and Motivations Shaping the Next Generation* (Ventura: Barna Group, 2018), 19.

⁸Mark McCrindle dan Ashley Fell, *Understanding Generation Z: Recruiting, Training and Leading the Next Generation* (Norwest: McCrindle Research, 2019), 10.

distractedness and inhibit depth of focus and concentration.”⁹ Setran dan Kiesling menyebutkan bahwa keberadaan internet memberikan pengaruh kepada otak yang menghasilkan distraksi dan mengganggu fokus sehingga menjadi hambatan bagi formasi spiritualitas. Setran dan Kiesling mendeskripsikan pengaruh internet pada kelompok usia muda sebelum Gen Z. Namun, karakteristik perkembangan internet yang sama juga hadir di dalam hidup Gen Z saat ini sehingga dapat memberikan efek yang sama seperti yang dideskripsikan kedua penulis tersebut.

Selanjutnya, karakteristik lain yang sering disorot dari Gen Z lebih terkait dengan spiritualitas mereka sebagai anak muda saat ini. Tim dari Barna dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa Gen Z bertumbuh dalam spiritualitas yang disebut sebagai *Moralistic Therapeutic Deism* (MTD).¹⁰ Setran dan Kiesling menjelaskan bahwa, “*MTD view God as a distant creator who desires humans to be nice and fair to one another and who intervenes in human experiences only when called on to bestow blessings or resolve problems. The purpose of life is happiness, self-fulfillment, and a decree of goodness sufficient to earn entrance.*”¹¹ MTD memandang bahwa Allah merupakan pencipta yang jauh yang hanya ada untuk memberikan berkat dan menyelesaikan masalah dan membuat seseorang bahagia dan melakukan hal-hal moralitas yang baik.

⁹David P. Setran dan Chris A. Kiesling, *Spiritual Formation in Emerging Adulthood: A Practical Theology for College and Young Adult Ministry* (Grand Rapids: Baker Academic, 2013), 18–19.

¹⁰Gen Z, 1: 81.

¹¹Setran dan Kiesling, *Spiritual Formation in Emerging*, 22. Istilah MTD sendiri pertama kali diungkapkan oleh Christian Smith. Lih. Christian Smith dan Melinda Lundquist Denton, *Soul Searching: The Religious and Spiritual Lives of American Teenagers* (New York: Oxford University Press, 2005), 163–64.

Iman MTD ini jelas bukanlah kekristenan yang sejati. MTD justru menunjukkan iman kekristenan yang sangat bersifat individualis dan menampilkan spiritualitas konsumerisme.¹² Ironisnya, Kenda Creasy Dean justru mengamati bahwa hal inilah yang terjadi di gereja, setidaknya di gereja-gereja Amerika.¹³ Dengan merujuk pada riset dari The National Study of Youth and Religion, Dean mengungkapkan bahwa gereja-gereja Amerika melakukan kesalahan teologis dengan memberikan spiritualitas untuk sekadar menjadi seorang yang baik dan spiritualitas yang tidak berhubungan dengan Allah Tritunggal di dalam tradisi kekristenan dan bahkan hampir tidak berhubungan dengan mengasihi Yesus dan mengikuti-Nya. Pelayanan kepada anak muda yang tanpa Allah dan hanya mengajarkan kebaikan seperti yang dikatakan Dean ini merupakan gambaran iman MTD.

Meski memiliki karakteristik-karakteristik khusus seperti yang telah disebutkan, Gen Z sebenarnya juga memiliki kesamaan dengan generasi lainnya dalam hal memerlukan kebenaran Kristen yang sejati. Tim dari Barna mengatakan bahwa setiap generasi, termasuk Gen Z, membutuhkan Kristus dan kebenaran dari Injil.¹⁴ Gen Z perlu dilayani sehingga mereka menemukan Kristus di dalam kehidupan pribadi mereka. Mike King menyebutkan, “*We need to create atmosphere for our young people to seek truth and discover who they are in Jesus.*”¹⁵ Menurut King,

¹²Andrew Root, *Faith Formation in a Secular Age: Responding to the Church's Obsession with Youthfulness* (Grand Rapids: Baker Academic, 2017), xvi.

¹³Kenda Creasy Dean, *Almost Christian: What the Faith of Our Teenagers Is Telling the American Church* (New York: Oxford University Press, 2010), 4.

¹⁴Gen Z, Vol. 2, *Caring for Young Souls and Cultivating Resilience* (Ventura: Barna Group, 2021), 5.

¹⁵Mike King, *Presence-Centered Youth Ministry: Guiding Students into Spiritual Formation* (Downers Grove: IVP, 2006), 11.

gereja dan pelayanan kaum muda perlu menolong anak muda untuk mencari kebenaran dan menemukan identitas mereka di dalam Yesus. Hal yang sama juga seharusnya dilakukan kepada Gen Z sebagai gambaran anak muda yang dilayani oleh gereja saat ini. Gen Z perlu menemukan kebenaran dan identitas diri mereka yang sejati di dalam Yesus.

Fokus kepada spiritualitas Kristen inilah yang merupakan esensi dari pelayanan kaum muda. Mark Yaconelli menyebutkan bahwa pelayanan kaum muda seharusnya menolak untuk disibukkan dengan berbagai kegiatan, sehingga anak muda, bahkan pembimbingnya, akhirnya melewatkan Allah di dalam pelayanan mereka.¹⁶ Dean juga menyebutkan tesis serupa dengan menegaskan bahwa pelayanan kaum muda adalah tentang mengundang anak muda ke dalam komunitas yang menunjukkan kerinduan kepada Allah.¹⁷ Bagi Yaconelli dan Dean, pelayanan kaum muda seharusnya membawa anak muda untuk mempunyai kehidupan yang dekat dengan Allah. Ini sama sekali berbeda dengan gambaran iman MTD yang hanya menawarkan moralitas untuk melakukan hal baik tanpa Allah di dalamnya. Pelayanan kepada Gen Z seharusnya menjadi wadah bagi Gen Z untuk dapat mengalami pertumbuhan rohani di dalam hidup mereka.

Salah satu hal yang dapat menolong Gen Z untuk mengalami pertumbuhan rohani adalah dengan melakukan apa yang disebut sebagai disiplin rohani. Ruth Haley Barton, seorang pembimbing rohani, pengajar dan penulis banyak buku tentang

¹⁶Mark Yaconelli, *Pelayanan Kaum Muda Kontemplatif: mempraktikkan Hadirat Yesus*, terj. Hendro Lim (Jakarta: Pusat Studi dan Pengembangan Pelayanan Kaum Muda STT Amanat Agung, 2015), 26.

¹⁷Kenda Creasy Dean, *Practicing Passion: Youth and the Quest for a Passionate Church* (Grand Rapids: Eerdmans, 2004), 26. Dean menyebut kerinduan di dalam pelayanan kaum muda ini sebagai sebuah “*passion—not just any passion, but God’s passion.*”

spiritualitas, menyebutkan bahwa disiplin rohani adalah komponen dasar dari irama keintiman dengan Tuhan, yang memelihara dan merawat jiwa, membuat seseorang tetap terbuka dan tersedia bagi inisiatif Allah yang mengejutkan dalam hidup orang tersebut.¹⁸ Dallas Willard, seorang penulis banyak buku tentang spiritualitas, juga menyimpulkan makna dari disiplin rohani sebagai sebuah aktivitas yang dilakukan untuk membawa seseorang semakin efektif dalam bekerja dengan Kristus dan kerajaan-Nya.¹⁹ Disiplin rohani ini dapat disimpulkan sebagai sarana agar seorang Kristen dapat terbuka pada pekerjaan Allah dan semakin efektif untuk hidup bagi Kristus serta mengalami pertumbuhan rohani.

Disiplin rohani bukanlah sebuah tuntutan dan kewajiban yang dilakukan oleh seorang Kristen untuk mendapatkan keselamatan, atau mendapatkan perkenanan dari Tuhan. Sebaliknya, Mike Cosper, seorang penulis dan pembuat banyak siniar tentang kekristenan, menyebutkan bahwa disiplin rohani harus dipandang dari sisi anugerah Tuhan, sehingga setiap disiplin merupakan undangan dan bukan sebuah kewajiban—cara untuk dapat bersama-sama Allah dan bukan untuk memenuhi tuntutan-Nya.²⁰ Itu berarti, di dalam anugerah Tuhan, seseorang baru dapat mengalami pertumbuhan rohani dan mengalami Tuhan melalui disiplin-disiplin rohani.

¹⁸Ruth Haley Barton, *Irama Kudus: Mengarahkan Hidup Kita bagi Transformasi Rohani*, terj. Paksi Ekanto Putro (Surabaya: Literatur Perkantas Jawa Timur, 2013), 14.

¹⁹Dallas Willard, *Membangkitkan Kembali Semangat Disiplin Rohani: Memahami Cara Allah Mengubah Hidup*, terj. Tim Literatur Perkantas Jatim (Surabaya: Literatur Perkantas Jawa Timur, 2019), 187.

²⁰Mike Cosper, *Recapturing the Wonder: Transcendent Faith in a Disenchanted World* (Downers Grove: IVP, 2017), 24.

Ada banyak bentuk disiplin rohani yang dapat dilakukan oleh seorang Kristen. Willard sendiri membagi disiplin-disiplin rohani yang umum dilakukan orang Kristen menjadi dua yaitu, disiplin menarik diri dan disiplin melibatkan diri.²¹ Disiplin menarik diri dapat berupa berpuasa, *solitude*, berkorban dan hal lainnya yang dimaksudkan untuk merusak pemikiran-pemikiran duniawi di dalam diri seseorang. Sementara disiplin melibatkan diri dapat berupa berdoa, belajar, beribadah, membaca Alkitab dan hal lainnya yang dimaksudkan untuk membuka seseorang pada kuasa Roh Kudus dan anugerah Allah yang berkuasa mengubah seseorang.²²

Disiplin-disiplin rohani dewasa ini memang tidak terlalu sering dikaitkan dengan pelayanan kaum muda. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dituliskan oleh Setran dan Kiesling, "*In addition to widely publicized declines in church attendance, a host of other spiritual disciplines become less prominent in emerging adults lives.*"²³ Namun, Setran dan Kiesling justru melihat bahwa disiplin-disiplin rohani ini dapat menolong dan membawa kembali anak muda kepada Injil. Menurut mereka, disiplin-disiplin rohani ini bukan hanya akan menawarkan peningkatan moral di dalam diri anak muda dari hari ke hari, tetapi bahkan akan memberikan pengenalan yang lebih dalam tentang jurang antara kekudusan Allah dan keberdosaan manusia.²⁴ Disiplin-disiplin rohani ini pada akhirnya bukan hanya mengomunikasikan kebenaran teologis

²¹Willard, *Membangkitkan Kembali Semangat Disiplin*, 189.

²²Setran dan Kiesling, *Spiritual Formation in Emerging*, 46.

²³Ibid., 13.

²⁴Ibid., 53.

dan alkitabiah, tetapi juga menumbuhkan kebenaran tersebut di dalam kehidupan anak muda, dalam hal ini adalah Gen Z.²⁵

Dengan melihat manfaat yang ditawarkan oleh disiplin rohani bagi pertumbuhan rohani seorang Kristen dan kebutuhan Gen Z untuk mengalami pertumbuhan rohani mereka, perlu ada penelitian mengenai disiplin rohani untuk menolong Gen Z mengalami pertumbuhan rohani sesuai dengan karakteristik mereka. Secara khusus, skripsi ini akan membahas implikasi dari kombinasi disiplin rohani *fasting—solitude—lectio divina* bagi pertumbuhan rohani Gen Z.

Tiga disiplin ini dipilih dengan mempertimbangkan karakteristik dan pergumulan Gen Z serta pembagian disiplin rohani oleh Dallas Willard. Pertama, disiplin *fasting* atau berpuasa adalah disiplin di mana seseorang menjauhkan diri dari makanan dan minuman dan menegaskan kebergantungan kepada Allah melampaui makanan.²⁶ Dalam artian lebih luas, disiplin puasa juga dapat berarti menjauhkan diri dari banyak hal duniawi lain. Kedua, disiplin *solitude* merupakan disiplin di mana seseorang secara sengaja berdiam dan menyediakan tempat dan waktu bagi Allah.²⁷ Ruth Haley Barton menyebutkan bahwa *solitude* merupakan sebuah undangan untuk masuk ke dalam sebuah relasi yang intim dengan Allah.²⁸ Ketiga, disiplin *lectio divina* adalah disiplin pembacaan Alkitab yang telah dikembangkan sepanjang sejarah untuk menolong seseorang mengerti dan menerima firman Tuhan yang dapat

²⁵Ibid., 44.

²⁶Willard, *Membangkitkan Kembali Semangat Disiplin*, 198.

²⁷Henri J.M. Nouwen, *The Only Necessary Thing: Living a Prayerful Life* (New York: Crossroad, 2008), 41.

²⁸Ruth Haley Barton, *Invitation to Solitude and Silence: Experiencing God's Transforming Presence* (Downers Grove: IVP, 2010), 16.

membentuk hidupnya, bukan hanya sekadar memberikan impresi kepada pikiran dan perasaannya.²⁹

Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah dipaparkan, pertanyaan utama yang hendak diangkat dalam skripsi ini adalah, “Bagaimana implikasi dari disiplin rohani *fasting—solitude—lectio divina* dalam menolong Gen Z mengalami pertumbuhan rohani?” Pertanyaan utama ini akan dijawab pada bab keempat, khususnya setelah menjawab beberapa pertanyaan lainnya yang akan dijabarkan dalam bab kedua dan ketiga. Pertanyaan pendukung itu antara lain: (1) Apa karakteristik dan kebutuhan Gen Z baik secara umum maupun dalam kaitannya dengan pertumbuhan rohaninya? dan (2) Bagaimana gambaran disiplin rohani Kristen khususnya *fasting—solitude—lectio divina* dapat berperan dalam pertumbuhan rohani seseorang?

Tujuan Penulisan

Penelitian dari skripsi ini memiliki tujuan untuk memberikan bentuk pelayanan kaum muda alternatif yang dapat menolong anak muda yang diwakili oleh Gen Z agar mengalami pertumbuhan rohani. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berbagi menolong para pegiat pelayanan kaum muda dalam membantu Gen Z untuk merasakan Allah dan mengalami pertumbuhan rohani. Selain itu, juga untuk

²⁹Eugene H. Peterson, *Eat This Book: A Conversation in the Art of Spiritual Reading* (Grand Rapids: Eerdmans, 2006), 80.

menolong gereja dalam pertimbangan mengembangkan program dan bahan pengajaran disiplin-disiplin rohani kepada Gen Z sehingga dapat berfokus pada pertumbuhan rohani mereka. Akhirnya, tentu saja penelitian ini diharapkan dapat menolong Gen Z untuk bertumbuh melalui kekayaan tradisi disiplin rohani Kristen.

Batasan Pembahasan

Ada banyak cara untuk melihat dan menemukan karakteristik pada anak remaja dan pemuda. Skripsi ini akan berfokus pada Teori Generasi untuk melihat karakteristik pada anak muda yang diwakili oleh Gen Z. Selain itu, di dalam pembahasan mengenai disiplin rohani, skripsi ini akan berkonsentrasi pada disiplin rohani yang menjadi fokus skripsi ini yaitu *fasting*, *solitude*, dan *lectio divina*. Tiga disiplin ini dipilih dengan mempertimbangkan karakteristik dan pergumulan Gen Z serta pembagian disiplin oleh Dallas Willard. Penelitian ini juga hanya akan memberikan implikasi dari kombinasi tiga disiplin tersebut bagi pertumbuhan rohani Gen Z. Penerapan secara konkret dalam konteks gereja dan pelayanan kaum muda yang beragam memerlukan penelitian lanjutan.

Metode Penelitian

Metode penelitian dari skripsi ini adalah metode studi analisis literatur, yaitu dengan menganalisis literatur-literatur yang diperlukan untuk memberikan data, konsep, kerangka pikir, maupun argumentasi yang dibutuhkan. Untuk bagian pelayanan kaum muda kepada Gen Z, penelitian berfokus menganalisis literatur dari teolog dan praktisi kaum muda, seperti Andrew Root, Kenda Creasy Dean, David

Setran, Chris Kiesling, Mark Yaconelli. Literatur-literatur dari para teolog dan praktisi kaum muda yang telah disebutkan dipilih karena sudah memberikan pemahaman dan landasan yang cukup komprehensif bagi pelayanan kaum muda. Sementara untuk bagian disiplin rohani, penelitian berfokus menganalisis literatur dari teolog-teolog kontemporer yang banyak membahas disiplin rohani, seperti Dallas Willard, John Ortberg, Richard Foster, Henry Nouwen, Ruth Haley Barton, dan Eugene Peterson. Sama halnya dengan bagian pertama, literatur dari bagian kedua juga dipilih karena para penulis dan pemikir tersebut memang sudah banyak menuliskan mengenai spiritualitas, khususnya disiplin rohani.

Sistematika Penulisan

Skripsi ini ditulis dalam lima bab. Bab pertama merupakan pendahuluan skripsi, yang menjelaskan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, serta batasan dan metode penelitian. Bab ini juga memberikan gambaran urgensi dari penelitian yang dilakukan. Kemudian, bab kedua membahas tentang karakteristik dan kebutuhan dari Gen Z. Karakteristik ini meliputi karakteristik Gen Z secara umum dan karakteristik lain terkait dengan pertumbuhan rohaninya.

Setelah itu, bab ketiga menjelaskan tentang disiplin rohani. Penjelasan terlebih dahulu mendeskripsikan apa itu disiplin rohani, yang diambil dari pembagian disiplin rohani oleh Dallas Willard. Selanjutnya, pembahasan memaparkan tiga disiplin rohani utama, yaitu *fasting*, *solitude*, dan *lectio divina*. Sedangkan, bab keempat berisi implikasi dari tiga disiplin utama tersebut bagi pelayanan kaum muda khususnya Gen Z. Penjelasan terlebih dahulu memaparkan tentang esensi pelayanan kaum muda, dan

diteruskan dengan pemaparan implikasi dari tiap disiplin rohani. Akhirnya, bab kelima berisi kesimpulan dari penelitian dan saran penelitian lanjutan.



DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Baab, Lynne M. *Fasting: Spiritual Freedom beyond Our Appetites*. Downers Grove: IVP, 2006.
- Barna, George. "American Worldview Inventory 2021: Release #2: Introducing America's Most Popular Worldview—Moralistic Therapeutic Deism." Laporan riset, *Arizona Christian University*, 2021.
https://www.arizonachristian.edu/wp-content/uploads/2021/05/CRC_AWVI2021_Release02_Digital_01_20210427.pdf.
- Barna Group, *Gen Z*. Vol. 1, *The Culture, Beliefs and Motivations Shaping the Next Generation*. Ventura: Barna Group, 2018.
- . *Gen Z*. Vol. 2, *Caring for Young Souls and Cultivating Resilience*. Ventura: Barna Group, 2021.
- Barton, Ruth Haley. *Invitation to Retreat: The Gift and Necessity of Time Away with God*. Downers Grove: IVP, 2018.
- . *Invitation to Solitude and Silence: Experiencing God's Transforming Presence*. Downers Grove: IVP, 2010.
- . *Irama Kudus: Mengarahkan Hidup Kita Bagi Transformasi Rohani*. Diterjemahkan oleh Paksi Ekanto Putro. Surabaya: Literatur Perkantas Jawa Timur, 2013.
- Benner, David G. *Opening to God: Lectio Divina and Life as Prayer*. Downers Grove: IVP, 2010.
- Bliese, Richard H. "Generation Theory and Ministry to Today's Youth." *New Theology Review* 12, no. 4 (1999): 62–66. ATLASerials Plus.
- Bonhoeffer, Dietrich. *Life Together: A Discussion of Christian Fellowship*. Diterjemahkan oleh John W. Doberstein. New York: HarperCollins, 1954.
- Cannister, Mark W. "Youth Ministry's Historical Context: The Education and Evangelism of Young People." Dalam Dean, Clark, dan Rahn, *Starting Right*, 77–90.
- Cosper, Mike. *Recapturing the Wonder: Transcendent Faith in a Disenchanted World*. Downers Grove: IVP, 2017.
- Dean, Kenda Creasy. *Almost Christian: What the Faith of Our Teenagers Is Telling the American Church*. New York: Oxford University Press, 2010.

- . *Practicing Passion: Youth and the Quest for a Passionate Church*. Grand Rapids: Eerdmans, 2004.
- . “The Task of Practical Theology: Reflecting on Present Practice.” Dalam Dean, Clark, dan Rahn, *Starting Right*, 105–08.
- Dean, Kenda Creasy, Chap Clark, dan Dave Rahn, ed. *Starting Right: Thinking Theologically about Youth Ministry*. Grand Rapids: Zondervan, 2001.
- Dean, Kenda Creasy, dan Ron Foster. *The Godbearing Life: The Art of Soul Tending for Youth Ministry*. Nashville: Upper Room, 1998.
- Demeijer, Frederique A, dan Hijme C Stoffels. “Social Generation as a Lens: A Qualitative Take on Generational Theory.” *Fieldwork in Religion* 14, no. 1 (2019): 53–69. <https://doi.org/10.1558/firm.39500>.
- Dunn, Richard R. *Membentuk Kerohanian Anak Muda di Zaman Post Modern*. Diterjemahkan oleh Tim Literatur Perkantas Jawa Timur. Surabaya: Literatur Perkantas Jawa Timur, 2012.
- Elmore, Tim, dan Andrew McPeak. *Generation Z Unfiltered: Facing Nine Hidden Challenges of the Most Anxious Population*. Atlanta: Poet Gardner, 2019.
- Foster, Richard J. *Celebration of Discipline: The Path to Spiritual Growth*. San Francisco: Harper & Row, 1978.
- Jones, Anthony H. *Allah Menyapa Anda: Mengenal Praktik Doa Lectio Divina*. Diterjemahkan oleh Asigor Sitanggang. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009.
- Jones, Tony. *The Sacred Way: Spiritual Practices for Everyday Life*. Grand Rapids: Zondervan, 2004.
- King, Mike. *Presence-Centered Youth Ministry: Guiding Students into Spiritual Formation*. Downers Grove: IVP, 2006.
- Koulopoulos, Thomas M., dan Dan Keldsen. *The Gen Z Effect: The Six Forces Shaping the Future of Business*. Brookline: Bibliomotion, 2014.
- McCrinkle, Mark, dan Ashley Fell. *Understanding Generation Z: Recruiting, Training and Leading the Next Generation*. Norwest: McCrinkle Research, 2019.
- McMahan, Billy. “Igniting Hope Among Gen Z.” *Great Commission Research Journal* 11, no. 2 (2020): 104–25. ATLASerialsPlus.
- Nouwen, Henri J.M. *Reaching Out: The Three Movements of the Spiritual Life*. Garden City: Image, 1986.
- . *The Only Necessary Thing: Living a Prayerful Life*. New York: Crossroad, 2008.

- Ortberg, John. *The Life You've Always Wanted: Spiritual Disciplines for Ordinary People*. Grand Rapids: Zondervan, 2002.
- Peterson, Eugene H. *Eat This Book: A Conversation in the Art of Spiritual Reading*. Grand Rapids: Eerdmans, 2006.
- Pilcher, Jane. "Mannheim's Sociology of Generations: An Undervalued Legacy." *British Journal of Sociology* 45, no. 3 (1994): 481–95.
<https://doi.org/10.2307/591659>.
- Piper, John. *A Hunger for God: Desiring God through Fasting and Prayer*. Wheaton: Crossway, 1997.
- Pranoto, Irwan. "Understanding the Church Involvement of Generation Z Adults within Megachurches in Indonesia." Dis. PhD, Biola University, 2021.
- Robertson, Duncan. *Lectio Divina: The Medieval Experience of Reading*. Cistercian Studies Series. Trappist: Cistercian, 2011.
- Root, Andrew. *Faith Formation in a Secular Age: Responding to the Church's Obsession with Youthfulness*. Grand Rapids: Baker Academic, 2017.
- Root, Andrew, dan Kenda Creasy Dean. *The Theological Turn in Youth Ministry*. Downers Grove: IVP, 2011.
- Seemiller, Corey, dan Meghan Grace. *Generation Z: A Century in the Making*. Oxon: Routledge, 2018.
- Setran, David P., dan Chris A. Kiesling. *Spiritual Formation in Emerging Adulthood: A Practical Theology for College and Young Adult Ministry*. Grand Rapids: Baker Academic, 2013.
- Smith, Christian, dan Melinda Lundquist Denton. *Soul Searching: The Religious and Spiritual Lives of American Teenagers*. New York: Oxford University Press, 2005.
- Smith, James K.A. *How (Not) to Be Secular: Reading Charles Taylor*. Grand Rapids: Eerdmans, 2014.
- Strauss, William, and Neil Howe. *Generations: The History of America's Future, 1584 to 2069*. New York: Morrow, 1991.
- Taylor, Charles. *A Secular Age*. Cambridge: Belknap, 2018.
- Towns, Elmer L. *Fasting for Spiritual Breakthrough: A Guide to Nine Biblical Fasts*. Ventura: Regal Books, 1996.
- Wallis, Arthur. *God's Chosen Fast: A Spiritual and Practical Guide to Fasting*. London: Victory, 1968.

- White, James Emery. *Meet Generation Z: Understanding and Reaching the New Post-Christian World*. Grand Rapids: Baker, 2017.
- Willard, Dallas. *Membangkitkan Kembali Semangat Disiplin Rohani: Memahami Cara Allah Mengubah Hidup*. Diterjemahkan oleh Tim Literatur Perkantas Jatim. Surabaya: Literatur Perkantas Jawa Timur, 2019.
- Yaconelli, Mark. "Focusing Youth Ministry through Christian Practices." Dalam Dean, Clark, dan Rahn, *Starting Right*, 167–80.
- . *Pelayanan Kaum Muda Kontemplatif: Mempraktikkan Hadirat Yesus*. Diterjemahkan oleh Hendro Lim. Jakarta: Pusat Studi dan Pengembangan Pelayanan Kaum Muda STT Amanat Agung, 2015.

