

Majalah Keuskupan Bandung

# Komunikasi

Edisi 547 / Mei 2026

Mendewasakan Iman



# Relasi di Era Digital

**Bersama Uskup:**

GOTAUS: Gerakan Belarasa Seminaris

**Budaya:**

NEANG SENANG, LAING SENANG  
Budaya Cukup dalam Tradisi Sunda

**UNPAR**

*Selamat Hari*

**ULANG TAHUN**

**KEUSKUPAN BANDUNG**

Segenap Pengurus Yayasan dan Pimpinan Universitas  
Katolik Parahyangan mengucapkan selamat



## Keluarga yang Menghadapi Tantangan Bersama-sama

**Pst. Yohanes Sumardi OSC** (Ketua Komisi Keluarga Keuskupan Bandung) menuliskan bahwa perubahan teknologi yang demikian cepat berpengaruh pada dinamika kehidupan keluarga. Setiap orang tetap dapat berkomunikasi antara satu dengan yang lainnya dari masing-masing tempat berlingkup.

Selain itu, Komunikasi yang dibangun tidak lebih dari membicarakan masalah logistik. Padahal membangun empati itu sungguh diperlukan dalam relasi berkeluarga. Banyak keluarga yang mengalami masalah mudahnya relasi emosional ini. Mereka saling bertemu namun sekedar bertatap secara fisik bukan bertemu secara emosional.

Situasi memburuk sebuah keluarga bisa juga terjadi akibat rendahnya literasi konflik. Seharusnya, kemampuan berkomunikasi yang baik dan bersedia menurunkan egonya masing-masing, akan memungkinkan mereka mengelola konflik dan mengatasinya dengan baik. Komunikasi dan relasi yang baik adalah cara terbaik bagi keluarga-keluarga di tengah zaman yang dinamis ini. Keluarga yang kuat bukan berarti keluarga yang tanpa ada masalah. Keluarga yang kuat adalah keluarga yang mampu mengatasi tantangan secara bersama-sama.

**Yuspendi**, seorang psikolog dalam bidang psikologi klinis anak dan keluarga memperkenalkan sebuah metode Pendekatan pemulihan korban KDRT berbasis teori *attachment* secara sistematis dan komprehensif. Enam tahapan metode ini adalah Pengamanan Fisik dan Emosional, Membangun hubungan *Secure* baru, pelatihan regulasi dan rekonstruksi diri, Rekonstruksi *Internal Working Model*, Dukungan Keluarga dan Sistemik Keluarga dan Peran Spiritualitas dan makna religius.

**Teresa Ivon Chow**, koordinator Seksi Pendamping Keluarga *Catholic Family Ministry* (CFM) menuliskan penyelenggaraan berbagai *camp* pemulihan yang dirancang secara khusus sesuai dengan tahap kehidupan dan peran dalam keluarga. \*\*\*

Redaksi Komunikasi

KOMUNIKASI diterbitkan oleh  
Komisi Komunikasi Sosial Keuskupan Bandung

Wartawan KOMUNIKASI selalu dibekali tanda pengenal dan tidak diperkenankan menerima/meminta apapun dari narasumber  
Isi Advertorial di luar tanggung jawab Redaksi KOMUNIKASI



Komsos Keuskupan Bandung



Komsos Keuskupan Bandung



Komsos Keuskupan Bandung



Majalah Komunikasi



ekomunikasi.org

### ALAMAT REDAKSI/IKLAN

Jl. Ramdhan No. 18, Bandung.

Telp. 022 42826277; 087758488548

EMAIL: redaksikomunikasi@gmail.com

## REDAKSI

### PELINDUNG:

Mgr. Antonius Subianto Bunjamin, OSC;

**PEMIMPIN UMUM:** Kosman Sianturi OSC

**PEMIMPIN HARIAN:** Theresia Limanjaya;

**EDITOR:** Petrus Alexander Didi Tarmedy, OSC;

**ARTISTIK:** Toni Masdiono

**DESAIN/TATA LETAK:** Theresia Limanjaya;

### STAFF REDAKSI:

Edy Suryatno, Y. deBritto, Herman Joseph,

Veronika Nius Krisdianti, Brama,

Fr. Fransisco Leonardo Febrian Seles,

Fr. Dominikus Waruwu, OSC;

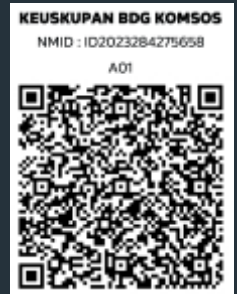
Carissa Anthea Arawinda

**KONTRIBUTOR:** Komsos Paroki

## DONASI

Mulai edisi April 2025  
Majalah Komunikasi  
didistribusikan GRATIS  
kepada umat melalui  
Paroki di Keuskupan  
Bandung.

Umat dapat memberikan dukungan  
dengan DONASI melalui QRIS atau transfer ke  
Rek. Mandiri, No. 1300031018073  
a.n KEUSKUPAN BANDUNG KOMSOS dengan  
menambahkan angka "3" di digit terakhir  
Cth: Donasi Rp 10.000  
nominal transfer Rp 10.003



# DAFTAR ISI

3	Warta Utama
15	Bersama Uskup
18	Budaya
22	Kitab Suci
24	Humaniora
27	Seputar Gereja
42	Magisterium
44	Warta Kuria
48	Katekese
50	Pernik Rohani

ISSN

1410-4105;STT:2365/SK/Ditjen PPG/STT/1998,  
tanggal 23 April 1998

## Tarif IKLAN

Majalah Komunikasi Keuskupan Bandung menyediakan ruang/ halaman yang dapat digunakan sebagai sarana untuk mempromosikan **Perusahaan, Produk, dan Jasa yang Bapak/Ibu/Saudara/i miliki** atau memberikan **Ucapan** kepada keluarga, handai taulan, sahabat, rekan bisnis, para pastor, suster dan umat.

Ruang/halaman pada majalah Komunikasi yang dapat digunakan untuk pemasangan iklan dan ucapan selamat adalah sebagai berikut:

HB422 : Rp 400.000

1/4 hal. Hitam Putih (7,5 x 10 cm)

HB244 : Rp 600.000

1/2 hal. Hitam Putih (15 x 10 cm)

HB166 : Rp 800.000

1 hal. Hitam Putih (25 x 18 cm)

HC466 : Rp 850.000

1/4 hal. Berwarna (7,5 x 10 cm)

HC288 : Rp 1.100.000

1/2 hal. Berwarna (15 x 10 cm)

HC111 : Rp 1.400.000

1 hal. Berwarna (25 x 18 cm)

Cover Depan Dalam : Rp 1.500.000 1 hal. Berwarna

Cover Belakang Dalam : Rp 1.300.000 1 hal. Berwarna

Keterangan lebih lanjut :

Telp. 0856 2123 423 (WA redaksi)

**Redaksi Komunikasi tidak menerima iklan yang bernuansa politik**





# Rumah Tanpa Jendela



*Pst. Yohanes Sumardi, OSC - Ketua Komisi Keluarga Keuskupan Bandung*

Judul di atas mengingatkan kita pada sebuah film drama musikal. Kisahnya adalah tentang persahabatan Rara dan Aldo. Rara bekerja sebagai ojek payung dan hidup di daerah kumuh Jakarta. Sementara Aldo adalah anak orang kaya dan ia seorang yang berkebutuhan khusus. Persahabatan Rara dan Aldo menembus batas kelas sosial. Persahabatan yang menyiratkan empati mendalam. Rasa empati ini merupakan sebuah gambaran 'jendela' yang dibutuhkan dalam relasi dan komunikasi tanpa pandang bulu. Rumah tanpa 'jendela' berarti

rumah yang terkurung dalam kesempitan diri, suasana yang dingin dan murung. Film drama musikal yang dirilis pada tahun 2011 itu, salah satu sudutnya merupakan kritik sosial. Adanya ketimpangan yang tidak bisa disembunyikan, berdampak pada tersekatnya rumah batin yang satu dengan yang lainnya, tersekat oleh ketimpangan ekonomi.

Tulisan ini tidak hendak mengangkat fenomena sosial di ruang publik, melainkan menelusuri adanya kerapuhan keluarga di era disrupsi. Atau dengan kata lain adanya

fenomena sosio-psikologis di ruang privat, yaitu keluarga. Disrupsi atau gangguan yang paling menguat di era ini adalah perubahan teknologi yang demikian cepat, yang berpengaruh pada dinamika kehidupan keluarga. Kita dapat mengatakan bahwa perubahan atau bahkan bisa dikatakan terjadinya lompatan teknologi terjadi pada masa pandemi Covid-19. Teknologi, pada saat itu menjadi "penyelamat" umat manusia tatkala ruang kehidupan terhimpit oleh adanya bahaya paparan virus Covid-19. Teknologi menjadi

# Membangun "Jendela" di Rumah: Menj

'jendela' baru di saat dunia tercengkrum oleh ancaman kematian. Setiap orang tetap dapat berkomunikasi antara satu dengan yang lainnya dari masing-masing tempat berlingkungan. Misalnya, banyak muncul grup-grup komunikasi melalui *Whatsapp*. Juga pertemuan-pertemuan secara virtual yang mendadak booming memecah kebuntuan dunia kerja dan dunia usaha.

Teknologi memiliki banyak manfaat namun pada sisi lain muncul juga sisi negatifnya. Sisi negatif seringkali diakibatkan oleh cara penggunaan yang kurang bijak. Terlebih ketika teknologi itu berkembang secara masif dalam waktu yang begitu cepat tanpa disertai adanya literasi yang memadai tentang teknologi itu sendiri. Setiap individu sepertinya dipaksa dan terpaksa untuk menggunakannya agar bisa tetap eksis di tengah booming-nya penggunaan teknologi. Terjadi digitalisasi dan "atomisasi" individu, yaitu di mana ikatan keluarga runtuh, masing-masing anggota keluarga terisolasi dalam ruang "kesendirian." Maka tidak mengherankan, di dalam suatu rumah tidak tampak adanya lagi kebiasaan bercengkrama satu sama lain. Kehidupan doa bersama dalam keluarga pun hilang karena masing-masing menjadi sibuk

## Tantangan: Rumah yang Menjadi "Dingin"

### Fenomena "Alone Together"

Anggota keluarga berada di satu ruangan namun terisolasi dalam layar gadget masing-masing.



### Komunikasi yang Bersifat Transaksional

Obrolan hanya terbatas pada urusan logistik, tagihan, dan teknis tanpa adanya pertemuan emosi.



### Kerapuhan Mental "Fatherless/Motherless"

Anak kehilangan sentuhan emosional orang tua karena kesibukan kerja dan distraksi digital.



dalam urusannya sendiri. Anggota keluarga berada di ruang yang sama, namun terisolasi dalam layar gadget masing-masing, *alone together*.

Walau ada komunikasi di antara suami istri dan anggota keluarga lainnya seringkali bersifat transaksional. Komunikasi yang tidak lebih dari membicarakan masalah logistik. Setiap bulan ada komunikasi soal urusan uang belanja. Mengatur waktu soal siapa yang mengantar dan menjemput anak di sekolah. Mereka saling berbicara hanya pada saat mengingatkan soal bayar tagihan listrik, air, dan gas.

Relasi mereka lebih pada soal teknis yang berkaitan dengan logistik tanpa ada saling bertemunya sisi emosi masing-masing anggota keluarga. Saat sang istri sedang menonton drama di televisi, sang suami hadir menemaninya namun ia sibuk dengan *handphone*-nya. Harapannya ada diskusi atau obrolan tentang drama, yang sebenarnya menarik untuk menjadi sumber obrolan. Sebuah tontonan bisa menjadi sarana pertukaran emosi jika kedua belah pihak memiliki hati yang saling tertambat mendalam. Semua hal sudah menjadi urusan teknis belaka.

# Agenda Kehangatan Keluarga di Era Digital

## Solusi: Membangun Kembali Ikatan Batin



### Ciptakan Zona Bebas Gawai

Sediakan waktu khusus tanpa teknologi untuk membuka ruang dialog dan kehadiran yang utuh.



### Budayakan Komunikasi Empatik

Biasakan mendengar isi hati dan memberikan apresiasi, bukan hanya berbicara saat ada kesalahan.



### Meja Makan & Meja Altar

Perkuat rohani melalui doa bersama dan percakapan hangat di meja makan sebagai perekat keluarga.

© NotebookLM

Tuntutan ekonomi seringkali memaksa keluarga memberi perhatian lebih pada aspek lahiriah. Hal ini memaksa suami istri bekerja penuh waktu. Bisa dikatakan bahwa hampir seluruh energi mereka lebih fokus pada soal mencari nafkah. Kebutuhan yang tidak bisa di tawar-tawar lagi, harus dipenuhi agar mereka bisa bertahan hidup secara layak. Namun demikian, banyak juga yang sudah bekerja keras dan karena tuntutan kebutuhan yang begitu tinggi, mereka sulit meraih standar hidup layak, masih harus berkubang di dalam kemiskinan. Dengan kondisi

seperti itu suami istri dan anggota keluarga lainnya kehilangan waktu yang berkualitas, *quality time*. Maka dari sudut ini sangat dipahami jika banyak keluarga yang mengalami masalah mudarnya relasi emosional. Saat berada di rumah, suami istri dalam kondisi kelelahan yang akhirnya mereka kadang lebih memilih untuk santai, misalnya dengan cara *scrolling* di *gadget*-nya.

Terlebih, ketika keluarga juga merasa butuh untuk mengikuti tren zaman. Mereka akan memandang bahwa

kebutuhan hidup begitu banyak. Hal ini sering memaksa mereka untuk bekerja lebih keras lagi. Dan tidak sedikit, yang akhirnya tergoda untuk mendapatkan *cuan* dengan cara yang tidak benar. Dan sekaligus berhasil dengan cara yang ilegal ini, kebutuhan mereka akan terasa semakin meningkat. Kita telah disadarkan oleh berbagai peristiwa yang mencuat ke publik melalui pemberitaan di media sosial. Banyak yang bergaya hidup mewah atau melakukan *flexing* hanya semata untuk mendapatkan perhatian, pengakuan atau membuat orang lain iri hati. Atau bisa jadi, istilah *slang* tersebut sering dikaitkan dengan narsisme dan tren konsumtif. Dan melalui pemberitaan tersebut, kita menjadi tahu bahwa asal-usul kemewahan yang dipamerkan bersumber dari cara-cara yang tidak benar. Gaya hidup, jika diikuti terus menerus akan membuat beban keluarga semakin berat.

Definisi rumah berubah dari tempat perlindungan emosional menjadi sekedar tempat singgah fisik dari pribadi-pribadi yang tinggal di dalamnya. Mereka saling bertemu namun sekedar bertatap secara fisik bukan bertemu secara emosional. Kondisi seperti itu menjadi sangat rentan. Terlebih, jika terjadi kesalahpahaman di

antara mereka, akan dengan mudah terdengar sebuah pertengkaran yang hebat. Hati mereka tidak saling bertemu karena mereka menganggap bahwa tinggal di rumah sekedar 'nge-kost' yang mana satu sama lain saling meniadakan kehadiran mereka. Tujuan dari perkawinan yang menyangkut kesejahteraan suami istri jauh dari panggung, meleset. Kesejahteraan bukan semata soal materi namun lebih dari semua itu adalah ikatan batin yang harmonis satu dengan yang lainnya. Jadi walau mereka tampak tercukupi kebutuhan lahiriahnya, namun mereka lapar akan kebutuhan batiniahnya. Hidup mereka bagaikan daun kering yang setiap saat rentan jatuh.

Tidaklah mengherankan, jika situasi seperti itu tidak segera disadarinya, maka bahaya perpecahan di dalam keluarga sangat mungkin terjadi. *Together but alone* ditambah dengan akumulasi kemarahan dan kekecewaan akan mengancam untuknya ikatan perkawinan suami istri. Dan seringkali pada akhirnya suami istri ini akan mengatakan satu sama lain bahwa mereka sudah tidak cocok lagi. Paling tidak hal seperti itulah yang sering terdengar dari celotehan mereka di media sosial. Persoalan yang mereka alami

## *Teknologi membuka dunia, namun diam-diam menutup ruang keluarga.*

tidak dibicarakan secara bersama melainkan diumbar di dunia maya. Inilah yang menjadi bahaya ketika terjadi pergeseran nilai kekeluargaan dari kolektivisme menjadi individualisme. Seperti dikatakan di atas, hati mereka tidak lagi saling bertemu karena masing-masing mengedepankan kepentingan dan egonya masing-masing. Dan kondisi seperti ini tidak jarang mengantar mereka untuk ingkar dari janji setia perkawinan. Ada yang cerai secara sipil atau secara diam-diam saling meninggalkan satu sama lain.

Situasi memburuk sebuah keluarga bisa juga terjadi akibat rendahnya literasi konflik. Ketidakmampuan mengelola perbedaan pendapat secara sehat, sehingga pelarian (seperti perselingkuhan atau pengabaian) menjadi pilihan utama. Gereja Katolik telah berupaya mempersiapkan pasangan sebelum masuk ke dalam bahtera perkawinan. Salah satunya mereka dipersiapkan untuk memiliki kecakapan dalam berkomunikasi termasuk mengolah persoalan atau

perbedaan-perbedaan yang akan dialaminya. Ada yang berhasil mempraktikkannya, namun tidak sedikit yang harus menyerah karena daya tahan menghadapi konflik begitu lemah. Kesetiaan yang mereka ikrarkan di awal dengan penuh semangat, seakan menjadi loyo saat mereka mengalami konflik. Seharusnya, kemampuan berkomunikasi yang baik dan bersedia menurunkan egonya masing-masing, akan memungkinkan mereka mengelola konflik dan mengatasinya dengan baik.

Berkaitan dengan situasi di atas, mungkin kita juga perlu mengatakan bahwa ada faktor yang hilang yaitu *support system*. Hal ini ditandai dengan mudarnya peran keluarga besar seperti kakek, nenek, paman di lingkungan urban yang membuat beban pengasuhan hanya bertumpu pada orangtua inti. Ada kecenderungan bahwa keluarga memisahkan diri dari keberadaan keluarga besar. Hal ini dikarenakan soal sikap hidup mandiri atau bahkan tanpa disadari karena adanya pengaruh efisiensi. Keluarga inti lebih memikirkan soal produktivitas sementara orangtua mereka atau kakek nenek dianggap menjadi beban ekonomi. Maka tidak

mengherankan, seperti budaya global, bahwa pihak yang sudah tidak produktif perlu disingkirkan. Padahal, jika dilihat dari sudut lain, peran kehadiran keluarga besar akan menjadi pendukung dalam hal pendidikan bagi anak-anak.

Kesibukan suami istri yang hampir tidak punya waktu yang berkualitas bagi keluarga, berdampak pada perkembangan anak-anak. Akhir-akhir ini sering terdengar istilah *fatherless* atau *motherless*. Hal ini berdampak pada kesehatan mental dan pola relasi anak di masa depan. Anak-anak lebih mendapatkan perhatian atas kebutuhan lahiriahnya, sementara ruang batin atau mental mereka kurang mendapat sentuhan emosional dari orangtuanya. Pada akhirnya, anak-anak mengalami kerapuhan terutama saat dihadapkan dengan tantangan. Mereka mudah menyerah karena minimnya pengolahan emosi dalam pengalaman hidup sehari-hari. Kerapuhan mental ini kadang mengarahkan, khususnya anak-anak remaja terlibat dalam tindakan-tindakan kriminal. Mereka memiliki pengalaman yang minim tentang mengembangkan rasa empati sosial karena tidak dibentuk di dalam keluarga. Mereka

seringkali tampil lebih egois.

Untuk itu, kiranya keluarga-keluarga perlu segera menyadari tentang adanya dinamika negatif berkaitan dengan manajemen keluarga. Keluarga-keluarga sangat perlu mengembangkan budaya berkomunikasi yang empatik, memberi ruang kepada setiap keluarga untuk membicarakan isi hatinya di dalam keluarga. Keluarga harus mengusahakan adanya waktu berkualitas sebagai saat membuka ruang dialog antara yang satu dengan yang lainnya. Maka, upaya menciptakan zona atau waktu bebas gawai harus diwujudkan agar terjadinya relasi mendalam satu sama lain. Dalam hal ini berarti mengembangkan kemampuan sikap menghargai keberadaan yang lain dan menyadari bahwa mereka sebagai bagian dari hidupnya. Orangtua menciptakan komunikasi yang seimbang terhadap anak-anak. Orangtua tidak hanya berbicara saat melihat kesalahan anak tetapi juga dapat memberi apresiasi saat anak melakukan suatu kebaikan. Komunikasi dan relasi yang baik adalah cara terbaik bagi keluarga-keluarga di tengah zaman yang sedemikian dinamis.

Keluarga yang kuat bukan berarti keluarga yang tanpa ada masalah. Keluarga yang kuat

adalah keluarga yang mampu mengatasi tantangan secara bersama-sama. Keluarga yang kuat juga tidak berarti terdiri dari pribadi-pribadi yang tangguh. Mereka masing-masing memiliki kerapuhan. Tetapi dalam kebersamaan mereka bisa menjadi tangguh apabila satu sama lain mau saling memperbaiki. Satu sama lain selalu membuka ruang rekonsiliasi atau saling memaafkan. Keluarga bukanlah terdiri dari pribadi-pribadi yang sempurna. Tetapi dalam kebersamaan bisa menjadi sempurna saat mereka mampu saling mengampuni. Semoga setiap keluarga dapat mengarungi zaman dengan berpegang teguh pada nilai-nilai luhur perkawinan. Keluarga adalah jalan kekudusan saat mereka mampu mempertahankan kesetiaan satu sama lain. Dan kiranya, keluarga-keluarga sadar bahwa kehidupan rohani harus diciptakan melalui doa dan merayakan Ekaristi bersama-sama. Kemajuan teknologi tidak akan pernah menggantikan pelukan hangat bagi pribadi-pribadi selain percakapan penuh sukacita di meja makan dan Meja Altar Perayaan Ekaristi. Dan inilah 'jendela rumah' penuh berkat.\*\*\*

# Pemulihan Korban KDRT Berbasis Teori Attachment



*Prof. Dr. Yuspendi, S.Psi., M.Psi., M.Pd., Psikolog dalam bidang Psikologi Klinis Anak dan Keluarga, Guru Besar Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha, Bandung*

## Pendahuluan

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) adalah masalah sosial-psikologis yang menimbulkan dampak jangka panjang pada korban, baik secara fisik maupun psikologis (WHO, 2021). KDRT tidak hanya melukai tubuh, tetapi juga merusak rasa aman dan struktur kelekatan yang menjadi dasar hubungan interpersonal, sehingga menghasilkan trauma relasional yang kompleks (Herman, 2015). Pendekatan pemulihan korban KDRT berbasis teori *attachment* secara sistematis dan

komprensif.

KDRT sebagai Trauma Relasional sering terjadi dalam relasi yang semestinya menjadi sumber perlindungan ketika figur kelekatan berubah menjadi ancaman, korban mengalami disorganisasi sistem kelekatan dan pembentukan *internal working model* yang terdistorsi (Bowlby, 1969; Mikulincer & Shaver, 2007).

Dampak psikologis yang umum meliputi depresi, kecemasan, gangguan stres pascatrauma (PTSD), serta penurunan harga diri dan fungsi kognitif (Roddy & Gabriel, 2019;

Dutton, 2012). Pada anak, paparan KDRT dapat menyebabkan gangguan perkembangan emosional dan kognitif serta risiko perilaku agresif atau menarik diri (Cleaver et al., 2007; Summers, 2006). Siklus kekerasan—fase ketegangan, ledakan, dan rekonsiliasi—memperkuat pola traumatis dan kesulitan pemulihan (Walker, 2017).

## Teori Attachment

Teori *attachment* menjelaskan kebutuhan dasar manusia untuk membentuk ikatan emosional aman dengan

## Memulihkan Harapan: Trans



### Memahami Kerusakan Akibat Trauma Relasional

#### Disorganisasi Sistem Kelekatan

KDRT mengubah figur pelindung menjadi ancaman, merusak rasa aman dasar manusia.

#### Dampak Psikologis Kompleks

Memicu PTSD, depresi, hingga trauma bonding atau keterikatan emosional pada pelaku.

#### Internal Working Model Terdistorsi

Korban mengembangkan pandangan negatif terhadap diri sendiri dan rasa tidak percaya pada orang lain.



# Formasi Korban KDRT Melalui Teori Attachment



figur signifikan, yang menjadi basis regulasi emosi, identitas diri, dan hubungan interpersonal (Bowlby, 1969). Jenis-jenis *attachment* yang relevan adalah *secure*, *insecure-avoidant*, *insecure-ambivalent*, dan *disorganized*. KDRT cenderung mendorong munculnya pola *insecure disorganized attachment*, yang memengaruhi pandangan diri dan orang lain (Mikulincer & Shaver, 2007). *Internal working model* yang terganggu menyebabkan *distrust*, ambivalensi terhadap kedekatan, dan fenomena *trauma bonding*—keterikatan emosional terhadap pelaku meski terjadi kekerasan (Dutton, 2012).

## Komponen Pemulihan Berbasis Attachment

Pendekatan pemulihan harus menargetkan rekonstruksi rasa aman, penguatan regulasi emosi, dan perbaikan *internal working model*. Langkah-langkah utama adalah:

1. Pengamanan Fisik dan Emosional sebagai prioritas awal dengan memastikan keselamatan korban melalui perlindungan hukum, akses tempat tinggal aman, dan layanan kesehatan. Keamanan fisik memfasilitasi kondisi psikologis untuk memulai proses terapi (Kementerian Pemberdayaan Perempuan

dan Perlindungan Anak, 2024).

2. Membangun hubungan *Secure Base* Relasi yang stabil dan dapat dipercaya memberikan model kelekatan aman baru. *Secure base* yang memfasilitasi eksplorasi emosi dan kepercayaan bertahap (Mikulincer & Shaver, 2007).
3. Pelatihan regulasi emosi melatih kemampuan mengenali, menamakan, dan mengelola emosi—melalui teknik relaksasi, *grounding*, dan *coping skills*—untuk mengurangi reaktivitas emosional dan memperbaiki stabilitas sehari-hari (Dutton, 2012).
4. Rekonstruksi *Internal Working Model* melalui terapi berbasis kelekatan, terapi kognitif-perilaku, atau intervensi trauma terfokus (mis. EMDR bila diperlukan), korban diajak merevisi narasi diri, meningkatkan harga diri, dan belajar mempercayai orang lain secara selektif dan aman (Bowlby, 1969; Mikulincer & Shaver, 2007).
5. Dukungan Keluarga dan Sistemik Keluarga, terutama figur pengasuh, memiliki peran krusial

dalam menyediakan dukungan emosional konsisten yang mempercepat pemulihan. Pendidikan keluarga tentang respons suportif—mendengarkan tanpa menghakimi, memberikan rasa aman, dan memfasilitasi akses layanan profesional—penting untuk mencegah reproduksi trauma ke generasi berikutnya (Barrett, 2020; hal. 3).

6. Peran Spiritualitas dan makna religius dapat menjadi sumber resiliensi, memberi harapan dan makna pada pengalaman traumatis, sehingga memperkuat proses pemulihan bagi mereka yang relevan secara kultural (Kirkpatrick, 2005).

Implementasi Multisistemik dan Kebijakan Pemulihan efektif memerlukan pendekatan multisistem yang mengintegrasikan layanan psikologis, dukungan sosial, dan perlindungan hukum. Kebijakan publik harus memastikan akses layanan *mental health*, perlindungan hukum, dan program pencegahan berbasis komunitas untuk memutus siklus kekerasan (Kementerian PPPA, 2024; WHO, 2021).

### Simpulan

KDRT adalah trauma relasional yang merusak sistem kelekatan dan menimbulkan dampak psikososial luas. Teori *attachment* memberikan kerangka yang komprehensif untuk memahami dinamika trauma dan merancang intervensi pemulihan. Pendekatan berbasis

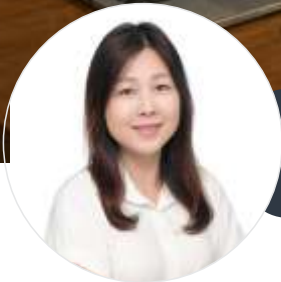
*attachment* menekankan pentingnya pengamanan fisik, relasi terapeutik sebagai *secure base*, pelatihan regulasi emosi, rekonstruksi *internal working model*, serta peran keluarga dan spiritualitas. Implementasi multisistemik yang melibatkan layanan kesehatan mental, dukungan sosial, dan perlindungan hukum diperlukan untuk mendukung pemulihan berkelanjutan dan mencegah transmisi trauma antar generasi (Bowlby, 1969; Mikulincer & Shaver, 2007; Dutton, 2012; Herman, 2015; WHO, 2021; Kementerian PPPA, 2024).\*\*\*

### Referensi

- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment. Basic Books*.  
Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.  
Dutton, D. G. (2012). *The abusive personality: Violence and control in intimate relationships*. Guilford Press.  
Herman, J. (2015). [referensi trauma relasional].  
Roddy, J., & Gabriel, L. (2019). *Domestic violence and mental health*. *Journal of Mental Health*, 28(2).  
Cleaver, H., Nicholson, D., Tarr, S., & Cleaver, D. (2007). *Child protection, domestic violence and parental substance misuse*. Jessica Kingsley Publishers.  
Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, evolution, and the psychology of religion*. Guilford Press.  
Walker, L. E. (2017). *The battered woman syndrome*. Springer Publishing.  
Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2024). *Data kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak*.



# Relasi Dalam Keluarga



*Teresa Ivone Chow*

*Koordinator Seksi Pendamping Keluarga Catholic Family Ministry*

Relasi dalam keluarga merupakan jantung kehidupan manusia, tempat pertama seseorang belajar tentang kasih, kepercayaan, dan makna diri. Dalam iman Katolik, keluarga disebut sebagai “*Ecclesia Domestica*” atau “Gereja Rumah Tangga” di mana setiap anggota dipanggil untuk mengalami dan menghadirkan kasih Allah dalam kehidupan sehari-hari. Namun dalam kenyataannya, banyak keluarga menghadapi tantangan: luka batin, komunikasi yang terputus,

konflik yang tidak terselesaikan, hingga krisis identitas dalam diri anak-anak maupun orangtua. Di sinilah pelayanan keluarga menjadi sangat penting, sebagai sarana pemulihan dan pertumbuhan.

Selama lebih dari sepuluh tahun, *Catholic Family Ministry* telah hadir melayani keluarga-keluarga Katolik di Keuskupan Bandung melalui berbagai program yang berfokus pada pemulihan relasi dan pembentukan pribadi. Pelayanan ini tidak hanya

menyentuh aspek rohani, tetapi juga mengintegrasikan pendekatan psikologis yang membantu peserta memahami diri, menyadari luka batin, dan mengalami proses penyembuhan yang nyata.

Salah satu kontribusi penting dari *Catholic Family Ministry* adalah penyelenggaraan berbagai *camp* pemulihan yang dirancang secara khusus sesuai dengan tahap kehidupan dan peran dalam keluarga. *Camp Pria Sejati*

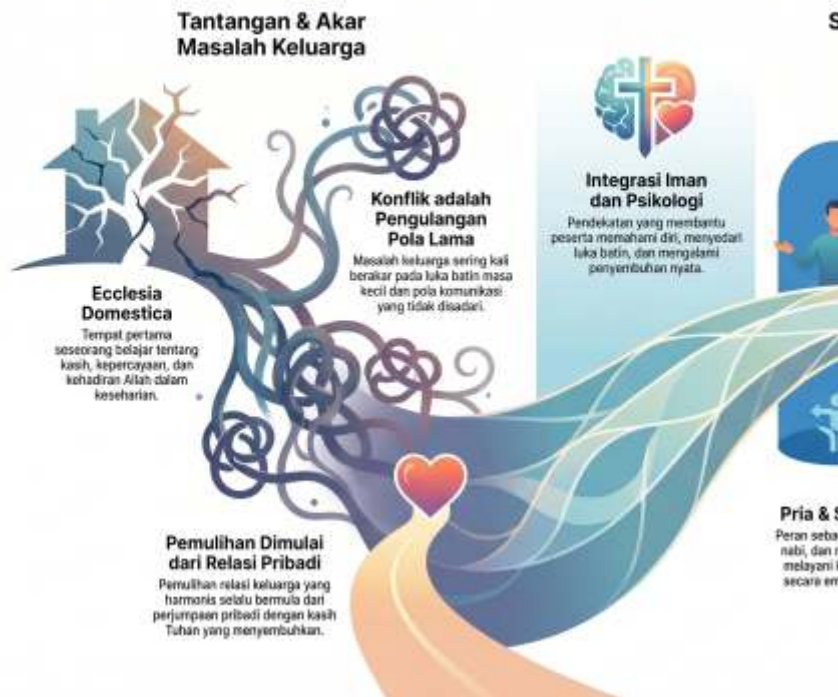
# 'Pulihkan Relasi, Bangun Gere...

Katolik dan Wanita Berhikmat Katolik ditujukan bagi orang dewasa, khususnya para suami dan istri, untuk kembali menemukan identitas mereka dalam terang iman.

Sementara itu, *camp Young Man* dan *Young Women* menyasar generasi muda, membantu mereka membangun fondasi identitas yang sehat sejak dini.

Sebagai kelanjutan dari berbagai *camp* pemulihan yang telah diadakan, *Catholic Family Ministry* juga menyelenggarakan program bina lanjut yang bertujuan untuk menguatkan dan menjaga pertumbuhan iman alumni. Program-program ini lahir dari kesadaran bahwa pengalaman pemulihan dalam *camp* bukanlah titik akhir, melainkan awal dari perjalanan iman yang perlu terus dipelihara dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam relasi keluarga. Oleh karena itu, program bina lanjut dirancang sebagai ruang berkelanjutan agar alumni tetap terhubung dengan komunitas, bertumbuh secara rohani, dan mengintegrasikan nilai-nilai yang telah mereka peroleh ke dalam kehidupan nyata.

Dari sudut pandang iman Katolik, pemulihan relasi



keluarga selalu dimulai dari pemulihan relasi pribadi dengan Tuhan. Banyak peserta *camp* mengalami perjumpaan pribadi dengan kasih Allah yang menyembuhkan, sehingga mereka mampu melihat diri mereka bukan dari luka masa lalu, tetapi dari identitas sebagai anak yang dikasihi. Pengalaman ini menjadi titik balik yang penting, karena seseorang yang mengalami kasih Allah secara nyata akan lebih mampu mengasihi anggota keluarganya dengan tulus.

Dari sisi psikologi, program-program ini menyentuh akar persoalan relasi, yaitu luka batin dan pola relasi yang terbentuk

sejak masa kecil. Banyak konflik dalam keluarga sebenarnya merupakan “pengulangan pola lama” yang tidak disadari—misalnya pola komunikasi yang keras, ketidakmampuan mengekspresikan emosi, atau kebutuhan akan penerimaan yang tidak terpenuhi. Melalui sesi refleksi, dinamika kelompok, dan pendampingan, peserta diajak untuk menyadari pola-pola ini dan belajar cara yang lebih sehat dalam membangun relasi.

Dalam *camp* Pria Sejati Katolik, misalnya, para pria diajak untuk memahami peran mereka sebagai imam, nabi dan raja yang melayani dalam

# 'Pria Sejati Rumah Tangga'

## Solusi Pemulihan Terpadu (Program CFM)



keluarga, bukan sebagai figur yang dominan atau otoriter. Mereka belajar bahwa menjadi “pria sejati” berarti mampu mengasahi dengan tanggung jawab, hadir secara emosional, dan berani menghadapi luka diri sendiri. Hal ini sangat penting, karena dalam banyak keluarga, figur ayah seringkali menjadi kunci dalam membentuk rasa aman dan identitas anak.

Demikian pula dalam *camp* Wanita Berhikmat Katolik, para wanita diajak untuk menemukan kembali nilai diri mereka yang sejati, terlepas dari luka penolakan, perbandingan, atau pengalaman masa lalu. Ketika seorang ibu mengalami

pemulihan dalam dirinya, ia akan lebih mampu menciptakan suasana rumah yang penuh kehangatan, penerimaan, dan kasih. Secara psikologis, kehadiran ibu yang sehat secara emosional sangat berpengaruh pada perkembangan kelekatan (*attachment*) anak.

Sementara itu, *camp Young Man* dan *Young Women* menjadi langkah preventif yang signifikan. Di usia muda, banyak anak dan remaja sedang mencari jati diri dan rentan terhadap pengaruh negatif. Melalui *camp-camp* ini, mereka dibantu untuk memahami identitas mereka sebagai pria dan wanita dalam rencana Tuhan, sekaligus belajar keterampilan emosional seperti mengenali perasaan, membangun relasi sehat, dan menghadapi luka dengan cara yang benar.

© NotebookLM

Buah dari pelayanan ini tidak hanya dirasakan secara pribadi, tetapi juga dalam relasi keluarga secara keseluruhan. Banyak kesaksian menunjukkan bahwa setelah mengikuti

*camp-camp* CFM, hubungan antara suami-istri menjadi lebih terbuka, komunikasi antara orangtua dan anak membaik, dan suasana keluarga menjadi lebih harmonis. Ini menunjukkan bahwa ketika satu anggota keluarga mengalami pemulihan, dampaknya dapat menjalar ke seluruh sistem keluarga.

Akhirnya, pelayanan seperti yang dilakukan oleh *Catholic Family Ministry* mengingatkan kita bahwa keluarga bukanlah tempat yang bebas dari masalah, tetapi tempat di mana kasih Allah bekerja untuk memulihkan dan memperbarui. Dengan mengintegrasikan iman Katolik dan psikologi, pendekatan ini membantu keluarga tidak hanya bertahan, tetapi juga bertumbuh menjadi komunitas kasih yang hidup. Dalam dunia yang semakin kompleks, kehadiran pelayanan seperti ini menjadi tanda harapan: bahwa relasi dalam keluarga, betapapun terluka, selalu dapat dipulihkan ketika kita membuka diri pada rahmat Tuhan dan proses penyembuhan yang benar.\*\*\*

# BUMI SILIH ASIH

## KEUSKUPAN BANDUNG

*Selamat*

Hari Ulang Tahun ke-94

# Keuskupan Bandung

20 April 1932 - 20 April 2026



## BORROMEUS GROUP *Healthcare*



1921

### RUMAH SAKIT SANTO BORROMEUS

Jl. Ir. H. Djuanda No. 100, Lebakgeda, Kec. Coblong  
Bandung, Jawa Barat 40132  
☎ 022 - 2552000 | 022 - 82558000



1937

### RUMAH SAKIT SANTO YUSUP

Jl. Cikutra No. 7, Kec. Cibeunying Kidul, Bandung  
Jawa Barat 40124  
☎ 022 - 7202420 | 7208172



1965

### RUMAH SAKIT SEKAR KAMULYAN

Jl. Rumah Sakit No. 28, Cigugur, Kec. Cigugur Kuningan  
Jawa Barat 45552  
☎ 0232 - 873206 F. 0232 - 875516



2006

### RUMAH SAKIT CAHYA KAWALUYAN

Jl. Parahyangan Km.3 Kota Baru Parahyangan Padalarang  
Bandung Barat 40553  
☎ 022 - 6803700



1999

### BADAN PENYELENGGARA JPKM SURYA SUMIRAT

Jl. Ir. H. Djuanda No. 101 Lebakgeda, Kec. Coblong  
Bandung, Jawa Barat 40132  
☎ 022 - 2533783



2015

### UNIT PENGELOLA KLINIK SANTO BORROMEUS

Jl. Surya Kencana No. 2, Lebakgeda, Kec. Coblong  
Bandung, Jawa Barat 40132  
☎ 022 - 2552000



2023

### KLINIK UTAMA SANTO BORROMEUS

Jl. Bulevar Selatan, Cisaranten Kidul, Gedebage, Kota Bandung  
Ruko Beryl Commercial BRC 096-098, Summarecon Bandung  
☎ 0811-2003-0861



Mgr. Antonius Subianto Bunjamin, OSC  
*Uskup Keuskupan Bandung*

# GOTAUS

## *Gerakan Belarasa Seminaris*

Salah satu unsur penting dalam Gereja Katolik adalah keberadaan para imamnya, sebagai gembala umat. Kita berharap para imam menjadi seorang pastor, yaitu gembala yang baik dan sekaligus seorang imam, yaitu pribadi kudus yang mempersembahkan diri. Yesus menjelaskan tentang kesatuan antara gembala yang baik dan imam yang kudus. “Akulah gembala yang baik. Gembala yang baik memberikan nyawanya bagi domba-dombanya; sedangkan seorang upahan yang bukan gembala, dan yang bukan pemilik domba-domba itu sendiri, ketika melihat serigala datang, meninggalkan domba-domba itu lalu lari, sehingga serigala itu menerkam dan menceraiberaikan domba-domba itu.” (Yoh 10: 10) Yesus

membandingkan gembala dengan upahan yang tidak mempunyai kasih, rasa memiliki, dan rasa bertanggung jawab karena seorang upahan menggembalakan domba untuk kepentingan dirinya sendiri, yaitu mencari nafkah hingga tak akan mau dan mampu untuk menjaga domba mati-matian dan siap berkorban diri menghadapi serigala buas. (Bdk. Yoh 10: 13-15)

Seorang imam diharapkan menjadi seorang pastor yang menggembalakan umat. Sri Paus Fransiskus menyebutkannya sebagai gembala yang berbau domba. Gembala kadang berjalan di belakang untuk mendorong dan menopang domba-dombanya; kadang di tengah untuk menemani dan

menyemangati domba-dombanya; dan kadang di depan untuk menunjukkan arah dan memberi teladan pada domba-dombannya. Seorang pastor diharapkan juga menjadi seorang imam yang mengorbankan nyawanya untuk domba-dombanya. Di atas altar Ekaristi para imam menghadirkan kembali korban Kristus di atas kayu salib.

Kualitas seorang gembala itu sangat tinggi. Bayangkan untuk menjadi seorang yang kemudian dikenal sebagai diakon yang membantu para rasul dalam Gereja Perdana saja, diperlukan orang yang berintegritas moral dan spiritual yang dipilih dari kalangan umat yang terpuji. Pada saat para rasul menghadapi keluhan karena pelayanan kepada para janda dan orang miskin terabaikan,

para rasul berkata: “Kami tidak merasa puas, karena kami melalaikan Firman Allah untuk melayani meja. Karena itu, saudara-saudara, pilihlah tujuh orang dari antaramu, yang terkenal baik, dan yang penuh Roh dan hikmat, supaya kami mengangkat mereka untuk tugas itu, dan supaya kami sendiri dapat memusatkan pikiran dalam doa dan pelayanan Firman.” (Kis 6: 2-4) Seorang diakon yang membantu para rasul harus memiliki kualifikasi orang baik serta dipenuhi oleh Roh Kudus dan hikmat. Seorang imam, minimal mempunyai kualifikasi seperti tujuh diakon di atas.

Bagaimana dengan para imam kita? Tuntutan kualifikasi seorang imam kiranya tetap sama walaupun situasinya berbeda dan aplikasinya pun disesuaikan dengan situasi dan kondisi daerah masing-masing. Yang jelas dibutuhkan seorang yang sehat lahir dan batin, yaitu unggul dalam bidang intelektual, luhur dalam bidang moral, sosial, dan pastoral, serta suci dalam bidang spiritual untuk menjadi seorang imam. Untuk menjadi imam, orang tidak harus sempurna, tetapi ia siap menjalani pembentukan diri hingga menjadi seorang gembala yang baik sebagaimana digambarkan

Yesus.

Untuk membentuk seseorang menjadi gembala yang baik, tentu dibutuhkan proses formasi yang bermutu baik dari segi materi pendidikan maupun fasilitas penunjang, termasuk makanan yang bergizi. Jangan sampai para calon imam ini, baik yang berada di seminari menengah (disebut seminaris) maupun seminari tinggi (frater), tidak mendapat asupan gizi yang memadai untuk mencapai tujuan proses formasi seseorang menjadi pastor, yaitu gembala yang baik dan imam yang kudus. Sokongan dana dan fasilitas untuk menopang formasi seminaris dan frater di setiap seminari di Indonesia tidaklah sama. Sebagian besar seminari masih membutuhkan sokongan dana untuk biaya formasi dari umat.

Pada pertengahan dekade tahun 1980-an, ada sekelompok karyawan-karyawati muda Katolik dari Bank Indonesia yang

## Mengapa Calon Imam Membutuhkan Dukungan Kita?



### Standar Kualitas Imam yang Tinggi

Imam harus unggul secara intelektual, moral, sosial, pastoral, dan suci secara spiritual.



### Pentingnya Gizi (*Mens Sana in Corpore Sano*)

Asupan gizi yang baik mencegah kekerdilan (*stunting*) jasmani maupun rohani selama masa pendidikan.



### Keterbatasan Dana Operasional

Sebagian besar seminari masih membutuhkan sokongan dana dari umat untuk biaya formasi dan fasilitas.



menyisihkan “uang receh” dari amplop gaji mereka sebagai “kolekte” yang dipersembahkan untuk Seminari menengah Mertoyudan, Magelang, Jawa Tengah. Gerakan kepedulian yang keluar dari hati yang berbelarasa bagi pendidikan calon imam agar memiliki imam-imam yang bermutu inilah yang menjadi embrio yang kini dikenal sebagai Gerakan Orang Tua Asuh Untuk Seminari (GOTAUS). Dari kepedulian pada Seminari menengah Mertoyudan, Gerakan ini meluaskan kepeduliannya menjadi skala nasional untuk semua seminari menengah. Salah satu fokus bantuannya adalah sarana pendidikan dan makanan bergizi bagi para seminaris.

## Dampak Nyata Gerakan GOTAUS



# NotebookLM

Asupan gizi ini menjadi sangat penting untuk pembentukan badan dan jiwa yang sehat. Jangan sampai karena kekurangan gizi, seminaris menjadi tengkes (*stunting*) baik secara badani maupun rohani. Bukankah petapah Latin berbunyi: *“Mens sana in corpore sano,* yang berarti “Di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang sehat.” Kalau tubuh tidak sehat karena kekurangan gizi, bukankah jiwa, yaitu cipta, rasa, dan karsa seseorang pun cenderung tidak sehat. Untuk itu kita diajak untuk memelihara keseimbangan antara kesehatan fisik (jasmani) dan mental (rohani) agar tercipta hidup yang kreatif dan produktif.

Saat ini GOTAUS menyalurkan dana kepada lebih dari 4.000 seminaris di 48 seminar menengah di seluruh Indonesia dengan anggaran per tahun mencapai hampir 3,5 milyar rupiah. Dana tersebut dihimpun dalam dari banyak donatur yang memberi dana secara rutin dan dari penggalangan dana seperti misa konselebrasi bersama para uskup seluruh Indonesia pada hari Minggu di mana para Uskup sedang Sidang Pleno KWI.

Karena pendidikan di seminar itu menjadi tanggungjawab setiap Uskup dan keprihatinan GOTAUS, di mana dua kali Keuskupan Bandung menjadi tuan rumah penggalangan dana Gotaus dalam misa konselebrasi (di

GOTAUS saat ini berkomitmen secara rutin memberi bantuan dana untuk gizi makanan para seminaris sebesar Rp 50.000 - 75.000 per orang per semester.

Paroki St. Paulus dan Paroki St. Laurentius) bersama para Uskup yang sedang Sidang Pleno KWI di Bandung, Keuskupan Bandung mendirikan Komunitas Peduli Seminar Keuskupan Bandung yang mengumpulkan dana untuk membantu formasi baik di Seminar menengah Cadas Hikmat maupun Seminar Tinggi Fermentum. Maka, Keuskupan Bandung tidak lagi menerima bantuan GOTAUS. Komunitas Peduli Seminar ini malah juga memberi bantuan pengadaan fasilitas seminar untuk seminar-seminar di luar Keuskupan Bandung yang tidak tertangani oleh GOTAUS.

Baik GOTAUS maupun Komunitas Peduli Seminar Keuskupan Bandung adalah ungkapan belaskasih umat dan gerakan belarasa bagi para seminaris yang kelak diharapkan menjadi gembala berbau domba, yaitu pastor yang baik dan imam yang kudus. Terima kasih kepada Saudara-Saudari yang telah peduli pada formasi pendidikan imam dan berbelarasa dengan para seminaris melalui berbagai cara.\*\*\*

*Ut diligatis invicem,  
+Antonius Subianto  
Bunjamin OSC*

*Budaya*

# NEANG SENANG LAING SENANG

Budaya Cukup dalam Tradisi Sunda



**Dr. Alfonsus Sutarno, S.Ag., Lic.Th**

Dosen Antropologi Budaya dan peneliti CPCReS  
di Fakultas Filsafat UNPAR

Di tengah ritme hidup yang semakin bising dan rungsing, manusia modern seperti terus didorong untuk merasa “kurang”. Mereka merasa kurang sukses, kurang kaya, kurang menarik, kurang diakui, dan kurang... Media sosial memperparah keadaan ini. Kita saksikan di dalamnya: orang berlomba menampilkan versi terbaik (atau bahkan versi yang direkayasa) dari dirinya. Tidak sedikit yang akhirnya terjebak dalam gaya hidup “tampak kaya, padahal kere”; berhutang ke sana-sini, bahkan sampai pada jerat pinjaman *online* (pinjol) dan “bank emok” yang tidak elok. Demi terlihat “senang”, orang rela mengorbankan ketenangan.

Dalam konteks ini, kearifan Sunda menghadirkan suara yang menyejukkan sekaligus menegur. Ada sebuah koreksi halus namun mendalam terhadap perilaku hidup tersebut di atas: “*loba can tangtu mahi, saeutik can tangtu kurang. Teangan tenang, tong neangan senang*” (banyak belum tentu cukup, sedikit belum tentu kurang. Carilah ketenangan, jangan sekadar mengejar kesenangan). Ungkapan ini terasa semakin relevan ketika kita menyaksikan realitas sosial hari ini, di mana rasa cukup menjadi barang langka. Kelangkaan rasa cukup ini melangkakan juga rasa damai.

Secara kultural, masyarakat Sunda mengenal



konsep *mahi* atau *cekap* (cukup) dalam arti yang mendalam. Persepsi “cukup” di sini bukan sekadar ukuran ekonomi, tetapi sikap batin. Ia adalah kemampuan untuk berkata “ini sudah cukup” tanpa harus menunggu segalanya berlebihan. Dalam budaya yang menekankan harmoni, hidup *genah tumaninah* (tenang) tidak diukur dari seberapa berlimpah barang/uang yang dimiliki (*bru dijuru, bro di panto ngalayah di tengah imah*), melainkan dari seberapa selaras seseorang dengan dirinya, lingkungannya, dan Sang Pencipta.

Modernitas membawa logika yang berbeda: logika

# Senangan Senang: Menemukan Rasa Cukup di Dunia yang Riu

## Jebakan Citra



## Jebakan Siklus "Senang"

Kesenangan instan bersifat sementara, sehingga menuntut pengalaman tanpa henti yang melelahkan.



## Konsekuensi Jalan Pintas

Tekanan untuk "tampak kaya" memicu jeratan pinjaman online dan hilangnya ketenangan.

## Kearifan Sunda sebagai Solusi

### Filosofi "Mahi" (Cukup)

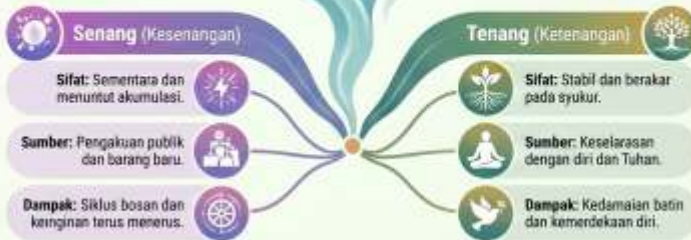
Cukup bukanlah soal angka, melainkan kemampuan batin untuk merasa puas tanpa berlebihan.

### "Teangan Tenang, Tong Neangan Senang"

Utamakan mencari ketenangan batin, jangan hanya mengejar kepuasan emosi sesaat.

### Hidup yang Merdeka

Kemerdekaan sejati ditemukan saat kita mampu mengelola hasrat dan berdamai dengan diri.



NotebookLM

akumulasi tanpa batas. Di bawah tekanan ini, banyak orang kehilangan kemampuan untuk merasa cukup. Hasrat menjadi tak terkendali, kebutuhan menjadi kabur, dan keinginan terus membesar. Di titik inilah "senang" menjadi jebakan. Senang dipahami sebagai kepuasan instan (punya barang baru, liburan mewah, pengakuan publik). Karena sifatnya sementara, logika tanpa batas ini menuntut pengulangan tanpa henti. Dari sinilah muncul siklus tak bertepi: ingin - mendapat - bosan - ingin lagi.

Lebih jauh, ketika kemampuan finansial tidak sejalan dengan keinginan, sebagian orang memilih jalan

pintas. Pinjaman *online* kerap menjadi solusi cepat yang berujung petaka: bunga tinggi, tekanan psikologis, bahkan teror. Tidak sedikit pula yang tergoda melakukan tindakan kriminal (mencuri, menipu, atau korupsi) demi mempertahankan gaya hidup yang tampak "senang". Dalam banyak kasus, kejahatan bukan semata soal moral yang lemah, tetapi juga soal kegagalan mengelola hasrat.

Ada juga bentuk manipulasi yang lebih halus: pencitraan diri. Di ruang digital, seseorang bisa tampak sukses, bahagia, dan berkecukupan, padahal dalam realitas sebaliknya. Fenomena ini menciptakan ilusi kolektif:

semua orang tampak "lebih", sehingga setiap orang merasa "kurang". Perbandingan sosial menjadi racun yang perlahan menggerogoti ketenangan batin.

Di sinilah nilai "tenang" dalam budaya Sunda menjadi penting untuk diangkat

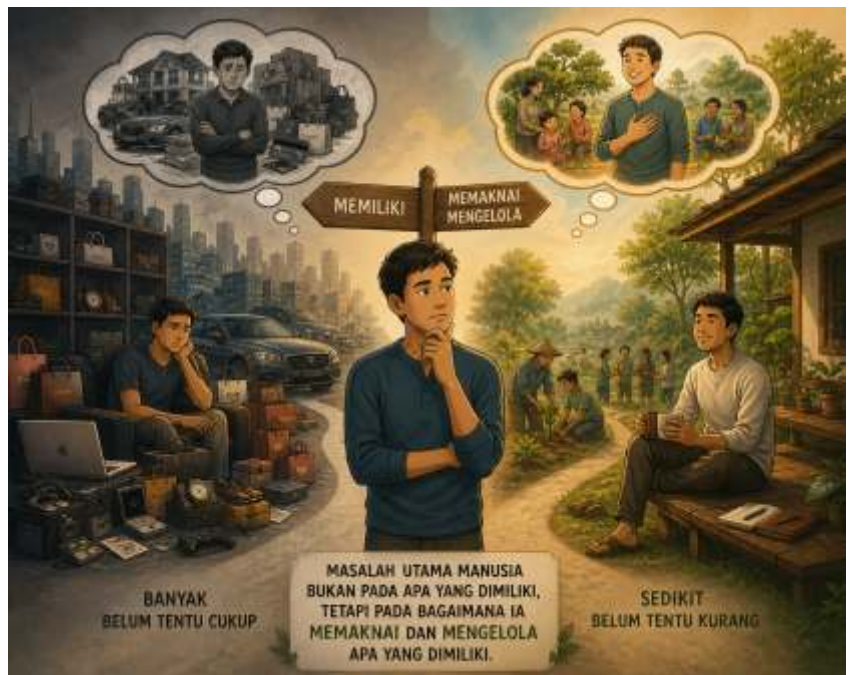
kembali. Tenang bukan sekadar kondisi tanpa masalah, melainkan kemampuan untuk berdiri teguh di tengah gelombang kehidupan. Ia adalah kejernihan batin yang tidak mudah tergoda oleh gemerlap semu. Orang yang tenang tidak mudah silau oleh apa yang dimiliki orang lain, karena ia sudah berdamai dengan apa yang ada pada dirinya. Secara afektif, sikap ini tercermin dalam keseharian orang Sunda: sederhana, tidak berlebihan, tetapi hangat dan penuh rasa. Kebahagiaan tidak harus dipamerkan; ia cukup dirasakan. Ada keindahan dalam hidup yang tidak riuh,

dalam secangkir kopi di pagi hari, dalam percakapan santai, dalam kebersamaan yang tulus. Di sana, “cukup” menjadi sumber damai, bukan keterpaksaan.

Dalam terang iman Katolik, sikap “mencari tenang” ini memiliki resonansi yang kuat, meskipun tidak perlu dibungkus secara berat. Iman mengajarkan bahwa manusia tidak diciptakan untuk dikuasai oleh keinginan tanpa batas. Ada nilai penguasaan diri, kesederhanaan, dan syukur yang menjadi dasar hidup yang sehat. Ketenangan batin seringkali justru ditemukan ketika manusia tidak lagi mengejar segala sesuatu, tetapi belajar menerima dan mengelola apa yang ada.

Dengan demikian, baik dalam budaya Sunda maupun dalam spiritualitas Kristiani, ada kesadaran yang sama: hidup yang baik bukanlah hidup yang penuh sensasi, tetapi hidup yang memiliki arah dan kedalaman. Senang boleh dicari, tetapi tidak boleh menjadi pusat. Ketika “senang” dijadikan tujuan utama, manusia mudah kehilangan kendali. Sebaliknya, ketika “tenang” dijadikan fondasi, manusia mampu menjalani hidup dengan lebih utuh.

Refleksi ini mengajak kita untuk meninjau ulang cara



hidup kita. Apakah kita sedang membangun kehidupan yang nyata, atau sekadar mempertahankan citra? Apakah keputusan-keputusan kita lahir dari kebutuhan yang jernih, atau dari tekanan untuk terlihat berhasil? Apakah kita berani hidup sederhana di tengah budaya yang memuja kemewahan? Menjadi pribadi yang “cari tenang, bukan senang” tidak berarti menolak kemajuan atau kenyamanan. Ini bukan ajakan untuk mundur dari dunia, melainkan untuk hadir di dalam dunia dengan kesadaran yang lebih dalam. Kita tetap bekerja, berkarya, dan menikmati hidup, tetapi tanpa kehilangan kendali atas diri sendiri.

Pada akhirnya, kearifan Sunda itu seperti cermin yang jujur: ia memperlihatkan

bahwa masalah utama manusia bukan pada apa yang dimiliki, tetapi pada bagaimana ia memaknai dan mengelola apa yang dimiliki. Banyak belum tentu cukup, sedikit belum tentu kurang. Di antara dua kutub itu, ada ruang batin yang harus diolah; ruang di mana ketenangan bisa tumbuh. Dan mungkin, di tengah dunia yang semakin gaduh ini, justru mereka yang mampu hidup “cukup” dan “tenang”-lah yang benar-benar merdeka.\*\*\*

# Jon dan Endro

Zaman Sekarang,  
kehidupan berkeluarga  
Jadi gampang tegang  
Ya Jon??

Menurut lo,  
kenapa bisa  
Sering tegang  
'Ndro??

Komunikasi kurang  
ego tinggi, Lupa Doa.  
Tiga hal itu aja udah  
bikin Ribet!

Betul! dengan  
Tendah hati  
dan Doa borong  
pasti lebih damai.

Robot  
2025

# Jangan Percaya

## kepada Mukjizat Yohanes 2:1-11



**Pst. R.F. Bhanu Viktorahadi, Lic.SS**

Pengajar Kuliah Tafsir Kitab Suci  
di Fakultas Filsafat UNPAR

Injil Yohanes bisa juga disebut sebagai 'Injil Tanda-tanda atau Injil Mukjizat'. Yohanes menyusun dengan sangat apik kisah-kisah mukjizat sehingga lewat kisah-kisah tersebut pembaca dibawa pada pengalaman iman akan Yesus Kristus yang bangkit. Rangkaian mukjizat itu diawali dengan narasi Pesta Perkawinan di Kana. Dengan menempatkan narasi itu tepat pada awal pelayanan, Yohanes bermaksud menampilkan Yesus sedang memainkan semua kartu-Nya. Melalui mukjizat awal itu, Yesus seolah-olah hendak menyatakan '*Inilah arti semua pelayan-Ku, yaitu sedang terjadi perubahan air menjadi anggur*'. Akibatnya, corak-corak yang lazim dari narasi-narasi itu haruslah diberi makna baru. Dalam narasi tersebut, perlu diperhatikan ungkapan '*Saat-Ku belum tiba*' (Yohanes 2:4). Dalam Yohanes,

tema ini sangat khas. Pembuat mukjizat enggan dipaksa, karena ia menggunakan kekuasaan ajaibnya. Bagi Yohanes, ungkapan itu menjadi tema yang bergema pada seluruh injilnya.

Yang dimaksud dengan 'saat' adalah saat penderitaan. Pada narasi mukjizat Yesus di Kana, 'saat' itu sesungguhnya belum tiba. Yesus memahami permintaan ibu-Nya sebagai suatu tuntutan guna menunjukkan karya keselamatan akhir yang menjadi tugas utama perutusan-Nya. Akan tetapi, 'saat' itu belum tiba. Sebagai gantinya, Yesus sepakat untuk memperlihatkan suatu tanda pendahuluan yang akan menyingkapkan makna seluruh pelayanan dan penderitaan-Nya.

Ciri kedua adalah pernyataan bahwa air dalam enam tempayan itu diperuntukkan bagi upacara penyucian Yahudi. Dari konteks

tersebut jelas bahwa perubahan air menjadi anggur melambangkan pergantian, yaitu penyucian lama diganti penyucian Mesianis yang terwujud dalam '*Darah Kristus membersihkan kita dari dosa-dosa kita*' (1Yohanes 1:7).

Ciri ketiga, kesimpulan. '*Yesus menampakkan kemuliaan-Nya*'. Bagi Yohanes, 'kemuliaan' adalah juga kata kunci. Penampakan kemuliaan berarti pengungkapan kehadiran Allah dalam tindakan yang menyelamatkan. Tindakan ini mencapai puncaknya dalam penderitaan (Yohanes 13:31; 17:1). Anggur dari Yesus merupakan lambang keselamatan yang diwahyukan dalam seluruh pelayanan dan yang disempurnakan pada salib. Menjadi semakin jelas, seperti yang diperlihatkan mukjizat pada pesta perkawinan di Kana, darah yang dari tubuh Yesus dalam peristiwa salib adalah tindakan

penebusan, yaitu penyucian Mesianis.

### **Mukjizat itu nyata**

Hingga kini, mukjizat itu nyata. Akan tetapi, masyarakat kerap memahami 'mukjizat' itu sekadar sebagai suatu keajaiban. Salah satu keajaiban yang kerap dikira 'mukjizat' adalah teknologi yang secara cepat terus melaju dengan kencang. Masyarakat modern mengenal teknologi sebagai cara nyaman untuk memperoleh sesuatu yang diinginkan. Pokoknya, tinggal beli dan pakai. Padahal, sikap yang mendukung untuk menggunakan teknologi tersebut belum cukup memadai. Ada kecenderungan bahwa teknologi dimanfaatkan sebatas secara konsumtif.

Sebagian besar muatan media sosial masih menyangkut citra diri. Corak komunikasi dalam media sosial adalah menjawab cepat-ringkas. Risikonya, budaya komentar. Artinya, terbiasa berkomentar tanpa pikir panjang. Yang muncul, reaksi implusif. Pokoknya, bereaksi sesegera mungkin. Kunci media sosial adalah 'terhubung dengan sekali klik'. Risikonya, ingin segera pindah ke hal baru. Padahal, yang lama belum selesai. Tak sabar mendalami sesuatu. Siapa pun bisa berkomentar dan berpendapat tentang apa pun. Risikonya, orang tak dibiasakan untuk membedakan mana yang relevan dan mana yang tidak relevan.

Tantangan terbesar dengan perkembangan spektakuler

teknologi dunia maya adalah terciutkannya jerih payah badani sampai ke tingkat minimum. Banyak orang merasa sudah bekerja hanya dengan menjadi pengumpul informasi, padahal informasi bukan pengetahuan.

Dunia maya semakin membuat tipis konteks materialitas. Generasi masa kini sudah mulai menjadi warga dunia digital. Padahal, manfaat dan mudarat penggunaan teknologi informasi dan segala perantarnya tak pernah langsung terasa. Sebaliknya, teknologi selalu menawarkan dua nilai, yaitu sekaligus baik dan buruk, atau tak baik dan tak buruk. Pertanyaannya adalah bagaimana hidup dalam situasi yang bias ini?

### **Kaitan dengan hidup rohani**

Dalam kebudayaan kontemporer, pengguna dan penikmat teknologi cenderung menimbang satu-satunya kebenaran yang dibawa teknologi. Kebenaran adalah yang berhasil dibangun manusia. Terkait penggunaan teknologi, di satu pihak ada desakan politik kenyamanan lewat teknologi dan kemalasan berpikir. Di lain pihak ada ketidakmampuan mengalami pertentangan batin yang pada akhirnya melahirkan penghayatan hidup rohani *a la* kadarnya. Muncullah kegelisahan akan pengalaman transformatif yang bisa mengubah secara radikal dan relasi-relasi yang lebih dalam.

Gejala lain yang muncul adalah dipahaminya kehidupan rohani secara sangat sempit

sebagai urusan doa, devosi, adorasi, dan liturgi belaka. Umat asyik dengan kesalehan-kesalehan surgawi dan lupa akan dunia. Ini yang dinamakan iman konsumtif, seperti orang makan dan minum, sekadar menikmati, lupa menghayati. Tak heran, muncullah gejala berikutnya, yaitu individualistlik.

Individualistik adalah gejala di mana orang mencapai kepenuhan diri pribadi, merasa nyaman secara rohani tetapi gagal merefleksikan bagaimana pengalaman kebaikan bagi dirinya sendiri itu yang sebetulnya merupakan jalan hidup, juga untuk melayani kebaikan bersama. Ini adalah spiritualitas yang melarikan diri dari karakter untuk mewartakan kabar gembira.

Iman yang murni seharusnya tak mengandalkan mukjizat-mukjizat (Yohanes 4:48; 20:29). Oleh karena itu, pertanyaannya bukanlah, 'Apakah mukjizat-mukjizat itu sungguh terjadi?', melainkan 'Apakah maksud mukjizat bagi Allah?' dan 'Apa makna mukjizat itu bagi kita?' Mukjizat adalah campur tangan Allah, sekaligus tindakan langsung dari kerahiman Allah itu sendiri. Oleh karena itu, janganlah percaya kepada mukjizat, tetapi percayalah atau berimanlah kepada yang menjadikan mukjizat tersebut, yaitu Allah melalui Putera-Nya, Yesus Kristus.\*\*\*

# AI dan Risiko Standing-Reverse Pada Manusia

Sylvester Kanisius Laku

Dosen dan PenelitiCPCReS di Fakultas Filsafat UNPAR

Heidegger, filsuf eksistensialis terkemuka di abad modern, dalam bukunya *The Question Concerning Technology* menyebutkan bahwa bahaya tertinggi (*highest danger*) dari teknologi adalah apa yang dia sebut *Gestell*. Yang dia maksudkan adalah sebuah cara “membangkai” (*enframing*) realitas sehingga segala sesuatu dipandang hanya sebagai *Bestand* (*standing-reserve*) atau bahan cadangan yang selalu siap pakai atau gampang dieksploitasi dan dimanfaatkan. Heidegger menggunakan contoh klasik Sungai Rhine (sungai yang mengalir dari pegunungan Alpen di Swiss dan melintasi beberapa negara di Eropa) yang mengalir indah sebagai sumber ketenangan jiwa (meditatif) atau inspirasi bagi banyak karya sastra, tetapi justru dalam konteks perkembangan teknologi

modern, hanya menjadi *standing-reserve* (penyedia manfaat) bagi energi listrik yang bisa disimpan dan didistribusikan kapan saja dibutuhkan.

Bagi kebanyakan orang *Bestand* atau *standing-reverse* barangkali dilihat sebagai sesuatu yang normal, bahkan alamiah. Benda atau material apa pun selalu dipahami memiliki fungsi ganda (*double function*), tergantung pada pemahaman dan pengetahuan terhadap struktur dan sistem benda tersebut. Heidegger memberikan gambaran tentang tindakan melakukan *enframing* melalui kontras Sungai Rhine sebagai sumber inspirasi bagi jiwa di satu sisi, dan sumber pembangkit listrik di sisi lain. Tetapi pemahaman dan pengetahuan yang mendominasi kemudian adalah visi dan kesadaran teknologis tentang

manfaat dari benda tersebut.

Heidegger khawatir bahwa manusia akan berisiko menjadi *standing-reserve* di hadapan teknologi bikinannya sendiri. Manusia tidak lagi memandang dirinya sebagai subjek yang berada dan merefleksikan keseluruhan entitas dirinya (*Dasein*) yang otentik dan otonom, tetapi diproyeksikan hanya sebagai sumber daya yang dapat dimanfaatkan atau dieksploitasi. Manusia dalam pemikiran Heidegger dapat kehilangan hubungannya yang otentik dengan dirinya sendiri. Sederhananya, manusia akan kehilangan kemampuan kritis terhadap keberadaan dirinya yang hakiki, dan menyerah atau takluk dalam penguasaan teknologi. Ancaman nyata teknologi secara ontologis menurut Heidegger, bukan pada keberadaan atau kehadiran teknologi itu sendiri, tetapi pada

## AI: Pelayan atau Tuan? Menghindari Risiko

Krisis Eksistensial:  
Manusia Sebagai Sumber Daya



**Risiko Menjadi "Standing-Reserve" (Bestand)**  
Ancaman AI mengubah manusia dari subjek yang otonom menjadi sekadar sumber daya yang siap dimanfaatkan.



**Kehilangan Hubungan Otentik (Dasein)**  
Penggunaan teknologi yang melampaui kodrat membuat manusia terlepas diri sendiri dan kehilangan kemampuan kritis.



# Manusia Sebagai “Standing-Reserve”



## Strategi Pertahanan Martabat Manusia

### Manusia Sebagai Pengendali Nasib

Teknologi harus tetap menjadi alat bantu yang melayani kemanusiaan, bukan dike yang mengulur tujuan hidup.



### Tiga Pilar Dialektika

Membangun kesadaran melalui tanggung jawab, kerja sama sosial, dan pendidikan untuk menghindari dominasi teknologi.

### “Preserving Human Voices and Faces”

Gunakan kecerdasan buatan secara bijaksana untuk memperkuat aspirasi mulia tanpa melemahkan kemampuan berpikir mandiri.

© NotebookLM

komunikasi saat ini, kehadiran teknologi *Artificial Intelligence* (AI) adalah sesuatu yang tak terelakkan. AI adalah kontinuitas dari hubungan kontinum antara manusia dan alat bantu untuk memudahkan hidupnya. AI adalah hasil proses berpikir dan merasakan manusia terhadap dunia dan lingkungan di sekitar dirinya.

Sebagaimana

Heidegger, Ihde juga memendam kekhawatiran bahwa manusia dapat menempatkan dirinya sendiri sebagai objek dari benda buaatannya tanpa dia sadari. Melalui penggunaan teknologi melebihi atau melampaui kodrat keberadaannya, manusia sesungguhnya telah menempatkan dirinya pada situasi di mana dia memperalat dirinya sendiri, menjadi budak dari cara pandang teknologis tanpa disadari.

## AI Dan Disrupsi

Stefania Giannini, Asisten Direktur Jenderal UNESCO untuk Pendidikan, dalam ceramah yang disampaikan pada Pekan Pembelajaran Digital 2025 di Paris, mengemukakan bahwa kehadiran AI dapat menyebabkan disrupsi. Setidaknya ada tiga jenis disrupsi

terkait dengan masifnya penggunaan AI di masyarakat.

Pertama, AI sebagai tutor. Asisten berbasis obrolan dan platform adaptif kini menyediakan penjelasan, latihan, dan umpan balik, dan bahkan tersedia dalam bahasa lokal. Studi menunjukkan bahwa AI dapat meningkatkan hasil belajar atau memudahkan kerja manusia, tetapi ketika dirancang atau dipakai hanya untuk memberikan jawaban, manusia mungkin akan belajar lebih sedikit, dan cenderung menjadi penerima yang pasif. Kedua, AI sebagai asisten profesor. Dalam perkembangan dunia pendidikan tinggi saat ini kehadiran AI membantu masyarakat akademik merancang penelitian, penulisan, umpan balik pengkodean, penilaian, dsb. Giannini menilai bahwa peluangnya terletak pada upaya menyediakan waktu pengajaran yang lebih efisien, tetapi risikonya adalah pergeseran menuju otomatisasi.

Disrupsi ketiga adalah AI sebagai pendamping. Survei menunjukkan bahwa banyak anak muda sekarang beralih ke platform AI untuk meminta nasihat, dukungan, atau sekadar mengobrol di malam hari. Penggunaannya di satu sisi dapat mengurangi stres dan kecemasan, tetapi juga menimbulkan kekhawatiran tentang privasi, ketergantungan, dan penggantian hubungan manusia. Meski menilai bahwa

esensi teknologi sebagai takdir yang mendefinisikan manusia sebagai sumber daya material yang selalu siap sedia untuk digunakan atau dimanfaatkan.

## Manusia dan Teknologi

Don Ihde menggambarkan cara keberadaan manusia sebagai kontinum hubungan timbal balik manusia-alat bantu. Ihde menggambarkan manusia dan teknologi selalu berada dalam hubungan dan satu kesatuan yang tak terpisahkan. Relasi ini dapat dipandang sebagai bentuk komitmen jangka panjang untuk penemuan berbagai bentuk alat bantu baru, sejauh mungkin dalam situasi historis tertentu, melalui keterlibatan penuh dan kontekstual antara berpikir dan merasakan dengan benda dan materi penghasil alat.

Dalam perkembangan teknologi informasi dan

AI telah menghadirkan disrupsi, Giannini masih menyimpan keyakinan bahwa AI dapat menghadirkan arah baru bagi kehidupan manusia dewasa ini.

### **Membangun Dialektika**

Visi teknologis dari semua benda ciptaan manusia sebagai alat bantu, termasuk AI, adalah bekerja demi kepentingan dan kemuliaan manusia. Teknologi sebagai alat bantu beroperasi dengan visi dan cara yang dikehendaki manusia. Appius Claudius Caecus, politikus dan arsitek terkemuka Romawi pada abad ke 4 – 3 SM, menulis, “Setiap manusia adalah pembuat atau penentu nasibnya sendiri”. Kalimat ini dapat diinterpretasi bahwa manusia sebagai makhluk yang membuat atau menciptakan alat sudah seharusnya mengendalikan lingkungan melalui kemampuan dan usahanya.

Don Ihde melalui pemikirannya juga mengingatkan bahwa kehadiran mesin teknologi baru tidak hanya menuntut manusia untuk beradaptasi dengannya, tetapi yang paling utama adalah mengubahnya melalui mekanisme ko-evolusi baru dan sinergi biososial yang terus-menerus. Sederhananya, manusia harus cerdas memanfaatkan teknologi dalam visi kerja sama sosial yang produktif untuk membangun kehidupannya yang lebih

beradab. Manusia adalah tuan atas alat sehingga dirinyalah penguasa dan pengendali alat, bukan sebaliknya. Gagasan dasar dan mungkin lebih radikal bahwa manusia dan teknologi selalu saling terlibat dan terjalin dalam kerja sama yang menantang dan menumbuhkan, bukan menaklukkan dan menindas.

Paus Fransiskus pada tahun 2025 menyetujui diterbitkannya *Note* yang disebut *Antiqua et Nova* yang berisi panduan etis tentang hubungan antara manusia dan AI (*Artificial Intelligence*). Dokumen tersebut menganjurkan dengan sangat lugas bahwa AI harus selalu melayani kemanusiaan, menjunjung tinggi kebebasan, martabat, dan kebajikan moral—tidak pernah menjadi pengganti tujuan manusia. Gereja menekankan bahwa teknologi harus memperkuat aspirasi kita yang paling mulia, bukan mendiktekannya.

Senafas dengan pemikiran tersebut, Paus Leo XIV pada Januari 2026 yang lalu menerbitkan surat berjudul “*Perserving Human Voices and Faces*” dalam rangka memperingati Hari Komunikasi Sosial Sedunia. Melalui dokumen tersebut Paus Leo mengingatkan bahwa manusia harus terus-menerus mengefektifkan usaha untuk berpikir sendiri dan sesedikit mungkin mengandalkan hasil olahan kecerdasan buatan.

Paus Leo mengungkapkan kekhawatirannya bahwa jika tidak disikapi dengan bijak manusia dengan tak disadari dapat melemahkan kemampuan kognitif, emosional, dan komunikasi dengan sesamanya. Karena itu, anjuran etisnya adalah gunakan teknologi secara bijaksana demi keutuhan martabat manusia.

Paus Leo menilai bahwa tantangan kita bukanlah menghentikan inovasi digital, melainkan mengarahkannya dengan bijaksana dan menyadari bahwa teknologi ini memiliki sisi ganda. Setiap orang dipanggil untuk bersuara demi membela martabat manusia, agar teknologi ini sungguh dapat kita terima sebagai sekutu, bukan sebagai ancaman.

Visi dialektis Leo XIV bahwa kemitraan manusia dan teknologi dapat diwujudkan melalui tiga pilar utama, yaitu tanggung jawab, kerja sama, dan pendidikan. Tiga pilar ini sangat dibutuhkan manusia dalam menumbuhkan kesadaran subjektif dirinya sebagai subjek pengada dan pengatur teknologi sebagai alat bantu sehingga terhindar dari risiko *standing-reverse* atau sumber daya potensial yang takluk dan menyerah pada teknologi.\*\*\*



## PROGRAM VOKASI

Diploma III Manajemen Perusahaan  
Sarjana Terapan  
Teknologi Rekayasa Pangan  
Sarjana Terapan Bisnis Kreatif  
Sarjana Terapan Agribisnis Pangan

Baik Sekali

Baik

Baik

Baik

## PROGRAM SARJANA

### FAKULTAS EKONOMI

Ekonomi Pembangunan  
Manajemen  
Akuntansi

Unggul

Unggul

Unggul

### FAKULTAS HUKUM

Hukum

Unggul

### FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Administrasi Publik  
Administrasi Bisnis  
Hubungan Internasional

Unggul

Unggul

Unggul

### FAKULTAS TEKNIK

Teknik Sipil  
Arsitektur

Unggul

Unggul

### FAKULTAS FILSAFAT

Filsafat  
Studi Humanitas (Integrated Arts)

Unggul

Baik

### FAKULTAS TEKNOLOGI REKAYASA

Teknik Industri  
Teknik Kimia  
Teknik Elektro (Mekatronika)

Unggul

Unggul

Baik Sekali

### FAKULTAS SAINS

Matematika  
Fisika  
Informatika

Unggul

Unggul

Baik Sekali

### FAKULTAS KEDOKTERAN

Kedokteran

Baik

### FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Sarjana Pendidikan Fisika  
Sarjana Pendidikan Kimia  
Sarjana Pendidikan Matematika  
Sarjana Pendidikan Teknik Informatika dan Komputer  
Sarjana Pendidikan Bahasa Inggris  
Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar

Baik

Baik

Baik

Baik

Baik

Baik

Baik



SCAN NOW!



# Perayaan Paskah Perkuat Persatuan dan Semangat Pemulihan



Paskah BKSG



Paskah Taize Oikumene

Perayaan Paskah di berbagai wilayah Keuskupan Bandung tahun ini berlangsung dalam semangat kebersamaan, pemulihan, dan pengharapan yang nyata di tengah umat. Rangkaian perayaan tidak hanya menjadi ungkapan sukacita atas kebangkitan Kristus, tetapi juga momentum mempererat persatuan lintas denominasi serta meneguhkan panggilan iman dalam kehidupan sehari-hari.

Di Kecamatan Lembang, Badan Kerjasama Gereja-gereja (BKSG) menggelar Perayaan Paskah Bersama (19/4) di GBI Sukawarna Cabang Lembang. Sekitar 300 jemaat dari 12 gereja hadir, termasuk perwakilan Gereja Katolik dari Paroki Santa Maria Fatima Karmel Lembang bersama Vikaris Paroki, Pst. Paulus Wirasmohadi Soerjo. Turut hadir unsur Forkopimcam Lembang sebagai bentuk dukungan terhadap kerukunan antarumat beragama.

Ketua panitia, Dwi Irianto, menegaskan bahwa perayaan ini bukan sekadar agenda tahunan, melainkan perayaan iman yang mempersatukan umat dalam Tubuh Kristus tanpa memandang denominasi. Mengusung tema “Kristus Bangkit, Membarui Kemanusiaan Kita”, Pdt. Jajang Haryanto mengajak umat memiliki hati yang terpaut kepada Tuhan agar menghasilkan buah kehidupan bagi sesama. Suasana perayaan semakin hidup melalui pujian dari berbagai gereja, termasuk penampilan Grup Ukulele Wanita Katolik RI Cabang Lembang.

Semangat persatuan juga tampak dalam Ibadat Doa Ekumene Paskah Taizé yang diselenggarakan di Paroki Santo Laurentius Bandung (26/4). Sebanyak 21 pastor dan pendeta dari berbagai denominasi bersama sekitar 150 umat, suster, dan frater berkumpul dalam doa yang khusyuk dan penuh keheningan.

Dalam renungannya, Pdt. Bambang Widjaja mengangkat filosofi seni Jepang kintsugi, yang memperbaiki keramik retak dengan emas, sebagai gambaran pemulihan hidup manusia. Ia menegaskan bahwa dunia yang terluka dipulihkan oleh Kristus yang bangkit, sebagaimana perjalanan murid menuju Emaus yang beralih dari keputusasaan menuju harapan.

Pesan Paskah juga dihubungkan dengan ajakan Paus untuk melawan sikap acuh terhadap kekerasan dan membuka hati pada kasih Allah yang memulihkan. Perayaan ditutup dengan simbol Salib Taizé, di mana umat diberi kesempatan berdoa secara pribadi dalam keheningan, sebelum akhirnya dilanjutkan dengan kebersamaan sederhana.

Sukacita Paskah juga dirasakan secara khusus oleh sekitar 180 umat lanjut usia dalam Misa Paskah Lansia di Gereja Salib Suci Kamuning Bandung. Misa yang dipimpin Pst. Yohanes Handi Sadeli ini menegaskan bahwa iman kepada Kristus yang bangkit harus diwujudkan dalam keberanian bersaksi, termasuk oleh para lansia. Dalam homilinya, Pastor Handi mengingatkan bahwa usia lanjut bukanlah akhir peran dalam Gereja, melainkan kesempatan untuk terus berkarya melalui doa, kesaksian, dan pelayanan.

Setelah perayaan Ekaristi, suasana keakraban terjalin melalui makan bersama, hiburan, serta pembagian doorprize yang menambah sukacita para peserta.

Sementara itu, nuansa Paskah sekaligus pembukaan Bulan Maria dirayakan secara sederhana namun hangat di lingkungan Santo Yohanes Rasul Pasirjati 2, Paroki Santa Odilia (30/4/2026). Dalam Misa Syukur yang dipimpin Pst. Gratianus Bobby Harimaipen, umat diajak untuk menjadi cerminan kasih Allah dalam kehidupan sehari-hari.

Perayaan dilanjutkan dengan pemberkatan benda rohani sebagai awal doa rosario keliling selama bulan Mei. Kegiatan kebersamaan seperti lomba menghias telur Paskah dan kuis iman turut melibatkan seluruh umat lintas usia, mempererat relasi komunitas.

Melalui berbagai perayaan ini, Paskah tidak hanya dirayakan sebagai peristiwa liturgis, tetapi sungguh dihidupi sebagai kekuatan yang mempersatukan, memulihkan, dan menggerakkan umat untuk menjadi saksi kasih Kristus di tengah dunia.\*\*\*

*Vero, Theresia, Yes Sugimo, Brama*



Paskah Lansia Paroki Kamuning



Paskah Lingkungan Paroki Santa Odilia



# Menjadi Pribadi Lima Roti, Dua Ikan

Perayaan Ekaristi Paskah TNI-Polri-ASN dan purnawirawan se-Kogartap II/Bandung dirayakan di Gedung Prof. Dr. Satrio, Seskoad Bandung (17/4/2026). Misa dipimpin Uskup Keuskupan Bandung, Mgr. Antonius Subianto Bunjamin OSC., dengan konselebran Pst. Kol AU (Purn.) Yoseph Maria Marcelinus Bintoro (Vikjen OCI - *Ordinariatus Castrensis Indonesia* (OCI) sebagai keuskupan yang menaungi pelayanan pastoral bagi umat Katolik di lingkungan TNI-Polri), Pst. Basilius Hendra Kimawan OSC. (Provinsial OSC), Pst. Aloysius Wahyu Endro Suseno, Pst. Lettu AU Paulus Tri Ardianto yang saat ini tinggal di pastoran Paroki Santo Martinus, serta tiga orang imam yang juga berprofesi sebagai TNI (Pst. Letda AL Fransiskus Riyanto, Pst. Letda AD Marianus Damian Kopong Miten dan Pst. Letda AD Jimmy Yohanes Hyronimus).

Mengusung tema “Paskah Mewujudkan Penguatan Iman serta Solidaritas TNI/Polri dan ASN TNI/Polri yang Prima dan Presisi dalam rangka Mendukung Indonesia Maju”, perayaan ini dihadiri prajurit, pejabat utama, serta umat Katolik di lingkungan Garnisun Tetap II Bandung, termasuk Komandan Seskoad Mayjen TNI Dr. Agustinus Purboyo.

Dalam homilinya, Mgr. Antonius mengajak umat menjadi pribadi “lima roti dan dua ikan” yang sederhana namun diserahkan kepada Tuhan untuk diberkati dan dibagikan. Ia menekankan pentingnya semangat berbagi, kepekaan, dan mentalitas kelimpahan sebagai wujud iman yang hidup, sehingga mampu memperkuat solidaritas dan pelayanan yang prima serta presisi.

Mgr. Antonius juga mengingatkan agar umat tidak menggantikan kebutuhan akan Ekaristi dengan sekadar kegiatan

rohani daring. Menurutnya, Ekaristi adalah sumber utama makanan rohani yang menghadirkan perjumpaan nyata dengan Kristus, melampaui sekadar hiburan rohani.

Usai misa, acara dilanjutkan dengan ramah tamah, penyerahan cinderamata antara Seskoad, Keuskupan Bandung, dan OCI, serta pemberian tali asih kepada Panti Asuhan Bhakti Luhur ALMA. Kegiatan juga diisi penayangan profil OCI dan penyerahan buku 75 tahun kiprah Keuskupan TNI-Polri kepada perwakilan paroki.

Suasana kebersamaan semakin terasa melalui berbagai penampilan seni, termasuk paduan suara dan angklung, yang mengiringi santap siang bersama. Perayaan ini menjadi momentumempererat iman dan solidaritas umat Katolik di lingkungan TNI-Polri dalam semangat Paskah.\*\*\*

Theresia



# Meneladani Santo Fransiskus Asisi

Perayaan pembuka Tahun Yubileum Santo Fransiskus Asisi di Paroki Hati Tak Bernoda Santa Perawan Maria (HTBSPM) Buah Batu berlangsung meriah melalui tiga rangkaian utama: seminar, ritus doa, dan ekaristi pembuka (18–19/4/2026). Kegiatan diawali dengan seminar Spiritualitas Santo Fransiskus yang dibuka oleh Pst. Yohanes A. Cruce Kristiono dan dipandu Fr. Efrem serta Renata.

Narasumber Pst. Oki Dwihatmanto OFM menjelaskan makna Tahun Yubileum Fransiskan yang ditetapkan Paus Leo XIV (10 Januari 2026–10 Januari 2027) untuk memperingati 800 tahun wafatnya Santo Fransiskus Asisi. Ia menguraikan unsur-unsur Yubileum seperti indulgensi, Pintu Suci, serta jenis-jenis tahun suci.

Dalam sesi kedua, Pastor Oki memaparkan kehidupan dan keutamaan Santo Fransiskus, mulai dari pertobatan hidup, semangat kemiskinan, hingga nilai dialog, perdamaian, dan pujian atas ciptaan. Seminar diikuti sekitar 200 peserta dari berbagai paroki.

Seusai misa sore, dilaksanakan ritus Doa Santo Fransiskus, puncak perayaan berlangsung pada Minggu Paskah III (19/4/2026) melalui Misa Yubileum yang dipadati umat. Mgr. Antonius Subianto Bunjamin OSC, bertindak sebagai selebran utama bersama para konselebran Pst. Yohanes a Cruce Kristiono Hartanto, Pst. R.F. Bhanu Viktorahadi, Pst. P. Budi Harsanto, Pst. Maman Suparman OSC, Pst. Yanuaris Muni OAD, beserta para pastor dari OFM Jakarta.

Perayaan diawali dengan perarakan liturgi yang melibatkan anak-anak mengenakan busana khas Fransiskan. Dalam misa tersebut juga dilakukan pemberkatan patung Santo Fransiskus di dua lokasi, yakni di sisi altar dan Gua Maria. Setelah ekaristi, perayaan ditutup dengan pelepasan burung merpati putih sebagai simbol damai. Paroki HTBSPM Buah Batu menjadi gereja pertama di Keuskupan Bandung yang ditetapkan sebagai tempat ziarah resmi Yubileum Santo Fransiskus. Umat yang berziarah berkesempatan memperoleh indulgensi penuh dengan memenuhi syarat yang ditetapkan Gereja.\*\*

*Carissa Anthea Arawinda*



# Rangkaian Syukur 94th Keuskupan Bandung

Sebagai perayaan syukur 94 tahun Keuskupan Bandung, diadakan serangkaian acara yang dibuka dengan Perayaan Ekaristi (18/4) bersama Pst. FX. Wahyu Tri Wibowo-Vikjen Keuskupan Bandung dengan konselebran Kuria dan para pastor Keuskupan Bandung.

Dalam pengantar, Pst. Samong menyampaikan pesan “semoga dengan berkat Tuhan yang melimpah pada tahun ini, kita sebagai anggota gereja Keuskupan Bandung senantiasa memberikan peran serta aktif dan menunjukkan tema kita yang sesungguhnya menjadi Gereja Katolik yang Berdampak, Relevan

dan Misioner tidak hanya bagi anggota gereja sendiri tetapi masyarakat Jawa Barat dan Indonesia, semoga Tuhan selalu memberkati langkah kita”

“94 tahun adalah perjalanan panjang yang penuh rahmat, namun perjalanan ini belum selesai, kita semua adalah bagian dari kelanjutan kisah ini, seperti Petrus yang diubah, seperti umat yang ditebus dan seperti murid Emaus yang diutus, kitapun dipanggil untuk terus melangkah bersama Tuhan. Kita mohon rahmat Tuhan semoga perayaan ini tidak hanya menjadi kenangan, formalitas belaka tetapi menjadi titik tolak

pembaruan bagi kita semua, komunitas-komunitas sosial dan paroki dapat berjalan bersama. Dan sungguh hidup kita dibarui, seperti semangat PASKAH yang baru saja kita rayakan, hidup kita di “pas” kan kembali agar kembali dekat dengan Tuhan, semangat berkobar-kobar dan langkah yang mantap untuk berjalan bersama sehati sejiwa menjadi Gereja yang relevan, berdaya dan misioner,” demikian pesan dari homili yang disampaikan Pst. Wahyu.

Usai misa, perayaan dilanjutkan dengan acara yang dimulai dengan penampilan pencak silat Manah Suci,



perarakan vandel perwakilan komunitas kategorial, penampilan lagu dan jimbe dari Komunitas Percik Insani, lagu dari oma-oma Yayasan Kamilus dan penampilan dari ALMA serta laporan dan pengumuman dari panitia. Rangkaian acara pembukaan ditutup dengan sambutan dan pemukulan gong tanda dibukanya rangkaian perayaan 94 tahun Keuskupan Bandung oleh Pastor Wahyu didampingi para pastor yang hadir.

Rangkaian kegiatan dalam rangka perayaan 94 tahun Keuskupan Bandung diisi dengan pameran dan penjualan produk karya komunitas seniman, stan informasi kategorial-kategorial sosial (18-26/4/2026) serta aneka kelas edukasi tematik, mulai dari

desain, fotografi, seni lukis, gizi khusus, edukasi remaja, ketahanan pangan, hingga workshop khusus lansia, serta pemeriksaan kesehatan gratis dan baksos.

Pameran yang diadakan ingin menunjukkan bagaimana kategorial-kategorial sosial yang ada di Keuskupan Bandung supaya sungguh menjadi kesaksian, menjadi kekuatan kita bahwa kita sungguh bermisi tidak hanya di dalam tetapi di tengah masyarakat, memperkenalkan bahwa karya Gereja juga mempunyai dimensi sosial yang hadir di tengah masyarakat.

Anak BIA dan BIR Keuskupan Bandung bersama Komisi KMKI Keuskupan Bandung menambah kemeriahan perayaan dengan

mengadakan B'Day Party (19/4) yang diramaikan dengan dinamika permainan, cerita dan lagu selama 1,5 jam yang dibagi menjadi empat kelompok waktu, dihadiri sekitar 400 anak.

Perayaan ekaristi di Katedral Bandung, Minggu, 26 April 2026 Pukul 09.00 WIB bersama Mgr. Antonius Subianto Bunjamin OSC – Uskup Bandung merupakan misa dengan intensi khusus untuk 94 tahun Keuskupan Bandung. Usai perayaan ekaristi, Mgr. Anton menutup rangkaian kegiatan dan pameran di Bumi Silih Asih serta memberkati Café yang dikelola komisi PSE, menyajikan kopi hasil dari pemberdayaan petani kopi di Ciwidey, di sini juga menjual produk organik lainnya.\*\*\*

Theresia

# Perempuan Sehat, Menciptakan Keluarga yang Sehat

Dalam rangka memperingati Hari Kartini, Wanita Katolik RI (WKRI) Cabang Lembang menggelar kegiatan bersama (26/4/2026). Acara ini melibatkan anggota WKRI, umat paroki, serta komunitas perempuan.

Mengusung tema “Perempuan Berdaya, Hidup Sehat Sepanjang Usia”, kegiatan tahun ini berfokus pada kesehatan perempuan, baik fisik maupun mental. WKRI menghadirkan konselor dari Yayasan Pemerhati Kanker Indonesia (YPKI) untuk memberikan edukasi deteksi dini kanker dan tumor. Selain itu, komunitas Puan Satarupa Bandung turut ambil bagian dalam sesi “Ngobrol Santai” yang membahas kesehatan mental, khususnya bagi perempuan usia 45 tahun ke atas.

Rangkaian acara diawali dengan Misa bersama di Kapel Santa Maria dari Betlehem pukul 08.00 WIB, lalu dilanjutkan di Aula Wisma Maria Vianney Karmel Lembang.

Vikaris Paroki Santa Maria Fatima Lembang, Pst. Paulus Wirasmohadi Soerjo, membuka kegiatan dan menekankan pentingnya kesadaran kesehatan bagi perempuan, terutama dalam perannya di keluarga.

Kegiatan ditutup dengan ramah tamah, lomba “Padu Padan Kebaya”, serta kehadiran Pojok UKM WKRI yang menampilkan berbagai produk karya anggota sebagai wujud pemberdayaan perempuan.\*\*\*



Veronika Nius Krisdianti

# Dipanggil Berdaya dan Relevan di Era Digital

Divisi Pastoral Perburuhan Komisi Keadilan dan Perdamaian (KKP) Keuskupan Bandung menggelar peringatan Hari Buruh Internasional (*May Day*) 2026 selama dua hari, 1–2 Mei 2026, di Aula Yohanes Paulus II, Gedung Bumi Silih Asih. Mengusung tema “*Pekerja Katolik Berdaya dan Relevan*”, kegiatan ini diikuti sekitar 250 peserta dari Dekanat Bandung Raya dan Pantura pada hari pertama.

Perayaan diawali dengan Ekaristi yang dipimpin Uskup Bandung, Mgr. Antonius Subianto Bunjamin, OSC, bersama para konselebran. Dalam pesannya, Mgr. Anton mengajak umat meneladan Santo Yusuf dan Yesus sebagai pekerja: bersyukur, setia, dan terus mengembangkan diri agar tetap relevan dan bermakna di tengah perubahan zaman.

Kegiatan dilanjutkan dengan seminar bertema “*Dalam Lindungan Santo Yusup, Lahir*

*Pekerja Berkualitas, Berkesadaran Penuh, dan Siap Menjawab Tantangan Zaman Digital*”. Pst. Marthen L.P. Janarut menekankan bahwa kerja bukan sekadar aktivitas ekonomi, melainkan panggilan bermartabat. Ia menggarisbawahi nilai tanggung jawab, kejujuran, pelayanan, ketekunan, serta keseimbangan hidup sebagai wujud spiritualitas Santo Yusuf. Ia juga mengingatkan bahwa dunia kerja digital yang tanpa batas berpotensi memicu kelelahan mental dan kehilangan makna kerja.

Sementara itu, Prof. Dr. Hapnes Toba mengulas perubahan besar akibat teknologi, termasuk kehadiran *Artificial Intelligence (AI)*. Ia menegaskan bahwa AI tidak memiliki iman, hati nurani, atau tanggung jawab moral, sehingga keputusan etis tetap berada di tangan manusia. AI, katanya, harus diposisikan

sebagai mitra berpikir, bukan pengganti. Ia juga membagikan kerangka “*PERAS BATA*” untuk menyusun prompt AI yang efektif serta mengajak peserta terus meningkatkan kompetensi.

Untuk menjembatani pencari kerja dan pemberi kerja, Pst. Adrian mensosialisasikan penggunaan website LBMK Keuskupan Bandung.

Hari kedua diisi *talkshow* seputar dunia kerja bersama Ferry Tjandra (HR Senior General Manager PT Ateja) dan Lidwina Wahyu Widayati (psikolog dan trainer). Mereka membagikan kiat praktis melamar kerja, mulai dari persiapan teknis hingga pengembangan sikap personal. Kegiatan yang dihadiri sekitar 150 peserta ini ditutup dengan *Job Fair* yang menghadirkan 22 perusahaan, membuka peluang konkret bagi para pencari kerja.\*\*\*

Theresia



# Ngariung Sadulur

## Edisi "Ada Apa dengan Kopi"

Sejumlah orang muda berkumpul di Bumi Silih Asah–Youth Center dalam ruang pertemuan “Ngariung Sadulur” (11/4/2026). Mengusung tema “*Brewing Dreams: Menyeduh Masa Depan Muda*”, kegiatan ini mengajak peserta menyadari bahwa masa depan tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui proses yang tekun dan penuh kesabaran, layaknya menyeduh kopi hingga siap dinikmati.

Kegiatan ini merupakan kolaborasi Youth Center bersama Komisi Pengembangan Sosial Ekonomi (PSE). Ketua Komisi PSE, Pst. F.X. Sigit

Setyantoro, bersama Yosep Subay dari Youth Center hadir sebagai narasumber. Keduanya berbagi pengalaman tentang pemberdayaan tanaman kopi yang tidak hanya berdampak ekonomi, tetapi juga membangun relasi yang hangat dan guyub di tengah masyarakat.

Peserta tidak hanya mendengarkan, tetapi juga diajak menyusuri tiga stan untuk melihat langsung proses perjalanan kopi, mulai dari kebun hingga ke cangkir. Di stan pertama, peserta diperkenalkan pada berbagai jenis biji kopi, termasuk fakta

menarik tentang kopi luwak yang berasal dari pilihan biji terbaik oleh hewan luwak.

Setelah sesi kunjungan, kegiatan dilanjutkan di aula dengan diskusi interaktif bersama Rio. Para peserta juga diberi kesempatan untuk membagikan pengalaman dan refleksi mereka selama mengikuti kegiatan. Acara ditutup dengan pemberian hadiah bagi peserta yang berani berbagi, menandai akhir pertemuan yang hangat dan penuh makna.\*\*\*

Carissa Anthea Arawinda

# Dalam Tangan Tuhan Menjadi Indah pada Waktu-Nya

Yang membedakan seorang Pastor yang juga berprofesi sebagai dokter adalah dia tidak hanya menyembuhkan secara fisik tetapi juga bagi kesembuhan jiwa, tidak hanya melakukan tindakan kuratif dan preventif tetapi juga promotif bahkan redemptif, mengalami orang-orang yang disembuhkan secara fisik juga merasakan disentuh dan ditebus oleh Tuhan, demikian penggalan homili yang disampaikan Mgr. Antonius Subianto Bunjamin OSC pada tahbisan Diakon Stefanus Ferriandis Harsono sebagai imam diosesan Keuskupan Bandung yang dirayakan di gereja Bunda Maria Cirebon pada hari Peringatan Wajib Santa Katarina dari Siena (29/4).

**“Menjadi Saluran Rahmat untuk Allah dan untuk Keselamatan Jiwa-Jiwa”** merupakan tema tahbisan imam Diakon Stefanus Ferriandis Harsono. Pastor Yandis merupakan pastor yang juga berprofesi sebagai dokter spesialis anak.

Sebagai konselebran selain para pastor dari Keuskupan Bandung, hadir pula Pst. Yos Bintoro (Romo Yote), Pastor Andre OP serta Pst. Agustinus Rudy Chandra Wijaya, SJ, Pst. Adrianus Padmaseputra, SJ, dan Pst. Yohanes Franciscus Chris Purba, SJ dari Paroki Duren Sawit Santa Anna-Jakarta Timur tempat asal Pastor Yandis. Selain keluarga Pastor Yandis dan umat Paroki Bunda Maria Cirebon hadir pula umat dari Paroki Durens Sawit Santa Anna.

Di penghujung perayaan Ekaristi, disampaikan sambutan dari beberapa pihak, yaitu Fransiscus Dedi Iswanto – Ketua Panitia Tahbisan Imam, Harun Harsono – keluarga dari Pastor Yandis, Pastor Yandis sebagai tertahbis, Pst. Stefanus Albertus Herry Nugroho sebagai Rektor Seminari Tinggi Fermentum dan Mgr. Anton



yang juga mengumumkan penempatan Pastor Yandis yaitu di Paroki Bunda Maria Cirebon.

Dalam sambutannya Pst. Yandis menyampaikan **“31 tahun menanti akhirnya tiba juga, penantian yang panjang, jalan berliku, ada tanjakan dan turunan, ada jalan yang halus dan berkerikil, tetapi dalam tangan Tuhan semua menjadi indah pada waktu Nya, mohon doakan saya selalu agar menjadi imam yang baik, sukacita dan semangat hingga akhir hidup saya di mana pun saya ditugaskan. Di mana ada kemauan, di situ ada jalan, di mana ada iman kepada Yesus Kristus, di situ ada keselamatan.\*\*\***

*Theresia*

# Penghormatan Relikui Santo Antonius Padua



Panitia Yubelium Santo Fransiskus, Panitia Pembangunan gereja Santo Antonius Rancasari serta seluruh umat Paroki Buah Batu dipersatukan dalam ucapan syukur yang sederhana namun mendalam. Rangkaian penghormatan relikui Santo Antonius Padua telah dimulai pada ibadat penyambutan dan penghormatan relikui Santo Antonius Padua (27/4/2026).

Sehari sesudahnya, dirayakan penutupan Misa Novena Santo Antonius Padua (29/4/2026) yang dilanjutkan

penghormatan relikui (29/4/2026 s/d 3/5/2026).

Novena ini merupakan putaran kedua dimulai pada 4/3/2026 yang lalu.

Penghormatan relikui yang ditahtakan di Ruang Adorasi Gracia ini dibuka mulai pukul 06.30 s/d 20.30 WIB.

Umat menghormati Santo Antonius Padua karena teladan hidup Santo

Antonius yang sungguh dekat dengan Tuhan. Kita percaya bahwa Tuhan juga dapat berkarya dalam hidup kita. Kita tidak menyembah relikui, melainkan kita menghormati karya Tuhan melalui Santo Antonius.

Relikui yang ditahtakan di Ruang Adorasi Gratia merupakan **relikui kelas I** berupa bagian tulang jari kelingking Santo Antonius dan **relikui kelas II** berupa bagian dari jubah yang dikenakan Santo Antonius Padua.

Semoga banyak umat beriman dapat hadir untuk berdoa kepada Tuhan melalui perantaraan Santo Antonius Padua. Dalam penghormatan relikui hendaknya umat beriman yang hadir menyediakan waktu masuk ruang adorasi dalam keheningan, tanpa suara, tanpa berbicara satu sama lain.

Berikut ini penjelasan singkat tentang tiga tingkat kelas relikui. Relikui kelas I merupakan bagian tubuh santo/santa (misalnya, tulang, rambut, darah). Hal inilah yang paling dihormati, karena langsung terkait dengan pribadi tubuh tersebut. Relikui kelas II merupakan benda yang dipakai oleh santo/santa (misalnya pakaian, rosario, buku) yang mengingatkan pada kehidupan konkret mereka. Relikui Kelas III merupakan benda yang disentuh pada relikui kelas I. \*\*\*

Edy Suryatno



## Rekoleksi DPPH Katedral St. Petrus

Suasana hangat dan penuh kebersamaan terasa sejak langkah pertama para peserta memasuki Wisma Mitra Pratista Cimahi (1–2/5/2026). Rekoleksi Dewan Pastoral Paroki Harian (DPPH) Katedral St. Petrus Bandung kali ini terasa berbeda, karena tidak hanya diikuti para pengurus, tetapi juga keluarga mereka. Rekoleksi ini dihadiri tiga orang pastor, yaitu: Pst. Kosman P. Sianturi, OSC., Pst. Leo van Beurden, OSC., dan Pst. RMH Adi Pramono, OSC. serta 17 anggota DPPH bersama 20 orang pasangan dan anak-anak.

Kegiatan ini bertujuan sederhana namun mendalam: menguatkan panggilan pelayanan para anggota DPPH tanpa melupakan peran keluarga sebagai sumber dukungan utama. Pelayanan di Gereja bukanlah perjalanan pribadi, melainkan perjalanan bersama.

Pada sesi pertama dan kedua, RP Paulus Juju Junaidi, OSC. mengajak peserta merefleksikan motivasi dalam keputusan. Sesi hari berikutnya dipandu oleh RP Kosman P. Sianturi, OSC., yang mengangkat tema melayani sebagai sukarelawan atau sebagai pelayan yang taat kepada Allah. \*\*\*

*Irawaty Soesanto*



## Mlampah Ziarah

Sebanyak 125 peserta yang tergabung dalam Komunitas Mlampah Ziarah melakukan ziarah dengan berjalan kaki, pada Minggu 3 Mei 2026. Perjalanan dimulai dari Gereja Katedral Bandung pada pukul 05.00 WIB menuju Goa Maria Karmel Lembang. Melewati jalur perbukitan, para peserta berhasil menyelesaikan finish dengan rute sekira 18Km. Menariknya, perjalanan ini bukan sekedar aktivitas fisik, tetapi juga menjadi wujud devosi dalam melakukan ziarah dengan cara lebih kontemporer.

Roni Romel, inisiator sekaligus Ketua Komunitas Mlampah Ziarah menjelaskan bahwa Komunitas pejalan kaki ini adalah komunitas umat Katolik yang melakukan ziarah dengan cara berjalan kaki dari pusat kota menuju Goa Maria atau tempat peziarahan lain.\*\*\*

*Veronika Nius Krisdianti*

**Berita selengkapnya dapat dibaca di website [ekomunikasi.org](http://ekomunikasi.org)**



## Minggu Panggilan

Setiap Minggu Paskah IV, Gereja Katolik memperingatinya sebagai Minggu Panggilan Sedunia. Pada kesempatan kali ini, para frater skolastikat Ordo Salib Suci mengikuti minggu panggilan di Paroki Curug, Tangerang Gereja Santa Helena. Kami diberi kesempatan untuk tugas kor dan membagikan pengalaman panggilan kami kepada umat dalam Misa. Kami datang ke sana sejak Sabtu, 25 April 2026 hingga Minggu, 26 April 2026.

Kegiatan di wilayah menjadi ruang perjumpaan yang hangat. Kemeriahan berlanjut melalui acara bersama para suster dari berbagai kongregasi dan anak-anak Bina Iman Anak (BIA) paroki. Melalui interaksi ini, kami ingin menanamkan benih bahwa panggilan bukan sekadar profesi, melainkan bentuk pengabdian cinta yang nyata.

Sebagai penutup rangkaian kegiatan di Paroki Curug, seluruh rangkaian misi panggilan ini bermuara pada satu kesadaran bersama sesuai tema **One in Christ, United in Mission**. Perjumpaan dengan umat di Gereja Santa Helena mengingatkan kami bahwa meskipun setiap pribadi memiliki jalan panggilannya masing-masing baik sebagai klerus, religius, maupun awam, kita semua bergerak dalam satu gerak misi yang sama untukewartakan kasih Kristus di tengah dunia. Kiranya melalui kesaksian sederhana ini, semakin banyak hati yang tergerak untuk menjawab "Ya" terhadap panggilan Tuhan.\*\*\*

Fr. Hilarion Kristianiko, OSC  
Mahasiswa Fakultas Filsafat UNPAR



## Gowes dan Ngosrek Lintas Iman

Kegiatan Gowes dan Ngosrek lintas iman yang dipimpin Kepala Kemenag Purwakarta, Ohan Burhan, pada 28 April 2026, menjadi wujud nyata kerukunan dalam aksi. Puluhan peserta dari berbagai agama—Islam, Katolik, Kristen, Hindu, dan Buddha—terlibat bersama penyuluh, tokoh masyarakat, dan organisasi keagamaan.

Rombongan bersepeda mengunjungi sejumlah titik, mulai dari GBT Tabernakel dengan kegiatan pengecatan dan pembersihan lingkungan, hingga penanaman lima pohon damar di Nagri Tengah sebagai simbol kepedulian ekologis. Kegiatan berlanjut ke sekolah, gereja, dan vihara, termasuk Gereja Salib Suci, Vihara Budi Asih, Gereja Pasundan, dan HKBP Purwakarta.

Puncak acara di TK Al-Muhajirin diisi refleksi bersama, menegaskan bahwa kerukunan harus diwujudkan dalam tindakan konkret. Kegiatan ini menjadi gambaran harmoni Indonesia: berbeda iman, namun bersatu dalam kepedulian. Seperti disampaikan FKUB, kerukunan adalah karya nyata bersama.\*\*\*

Baptista Sutarno

Berita selengkapnya dapat dibaca di [website ekomunikasi.org](http://website.ekomunikasi.org)



## 25<sup>th</sup> Imam

Refleksi Perjalanan Panggilan

Paroki Santa Melania Bandung merayakan 25 tahun tahbisan imam Pst. Bernardus Jumiya, Pst. Antonius Sulastijana, dan Pst. Fabianus Muktiyarso (3/5).

Perayaan dipimpin Mgr. Anton bersama para konselebran dan dihadiri umat serta biarawan-biarawati, termasuk tamu dari Thailand.

Dalam homili, Mgr. Anton mengungkapkan syukur atas kesetiaan ketiganya sejak ditahbiskan pada 2001. Para imam juga membagikan refleksi perjalanan panggilan yang penuh dinamika namun berlimpah berkat.

Perayaan ditutup dengan kebersamaan dan ungkapan syukur umat atas pelayanan yang terus menebar harapan.\*\*\*

Tim Komsos Paroki Santa Melania  
(Aemelia A)



## Menguatkan Iman dan Kebersamaan

Camping Misdinar Paroki HKY Tasikmalaya

Misdinar Paroki Hati Kudus Yesus Tasikmalaya mengadakan Camping (25-26/4/2026) bertajuk JEKALA (Jejak Kasih di Alam) dengan tema “Mencintai Alam, Mencintai Sesama, dan Mencintai Tuhan.” Kegiatan ini diikuti oleh para misdinar sebagai sarana pembinaan iman yang dikemas secara edukatif, rekreatif, dan spiritual.

Selama kegiatan berlangsung, peserta mengikuti berbagai rangkaian acara, seperti doa pembuka, *ice breaking*, permainan kekompakan, jelajah alam rohani, renungan, *sharing* iman, hingga *outbound* yang melatih kerja sama tim. Selain itu, peserta juga diajak melakukan aksi peduli lingkungan sebagai wujud nyata cinta terhadap alam.

Momen puncak kegiatan terjadi pada malam hari pertama melalui perayaan misa alam yang berlangsung dengan khidmat dan dipimpin oleh Pst. Yohanes Hario Kristo Wibowo. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan penegasan janji misdinar sebagai bentuk komitmen untuk semakin setia melayani.\*\*\*

Dwiyanto Hermawan

Berita selengkapnya dapat dibaca di [website ekomunikasi.org](http://website.ekomunikasi.org)



*Magisterium*

# Sacrosanctum

## Concilium:

### Konstitusi perihal Liturgi Suci (1)

Pst. Thomas Kristiatmo

#### Pengantar

Setelah melihat gambaran umum perihal *Sacrosanctum Concilium* (SC) dalam terbitan bulan lalu, kini kita hendak mulai bertamasya memasuki bab demi bab SC. Kita mulai dari Bab I - *De Principiis Generalibus ad Sacram Liturgiam Instaurandum atque Fovendam*, atau dalam Bahasa Indonesia edisi resmi dari Konferensi Waligereja Indonesia (KWI) adalah Asas-asas Umum untuk Membaharui dan Mengembangkan Liturgi. SC tergolong cukup “to the point”: setelah pengantar singkat sebanyak empat paragraf, ia langsung menysasar hal inti perihal pembaharuan liturgi yang tertuang dalam 42 paragraf.

#### Karya Kristus dalam Bahasa dan Adat Setempat

Pertama-tama, SC menegaskan bahwa liturgi adalah karya Kristus sendiri. Bagi semua umat beriman, liturgi adalah puncak sekaligus sumber dari segala aktivitas Gereja (SC 10). Oleh karena itu, segenap umat beriman haruslah mempersiapkan diri secara pantas bila hendak merayakannya agar mendapatkan buah yang semestinya. Selanjutnya, dalam setiap perayaan liturgi, umat beriman hendaklah berpartisipasi aktif sesuai dengan perannya: menjawab dengan lantang dan mantap, mengikuti dengan sepenuh hati, dan menyambut ekaristi. Untuk

itu, SC menegaskan pentingnya pembinaan liturgi bagi semua pihak: mulai dari mereka yang terlibat dalam pendidikan para calon imam sampai segenap umat beriman.

Selanjutnya, SC mulai bergerak ke arah yang lebih praktis. SC menegaskan bahwa karena perayaan liturgi itu pada hakikatnya bukanlah perayaan privat, melainkan perayaan bersama maka pengaturannya pun pada dasarnya dilakukan secara bersama di bawah otoritas Takhta Apostolik dan dalam batas-batas tertentu para uskup dalam konferensi uskup setempat. Dengan demikian, tak seorang diperkenankan mengubah-ubah tata-aturan liturgi atas kemauannya sendiri.

Perubahan yang hendak diusahakan oleh SC adalah perubahan yang tetap mempertahankan kesetiaan pada tradisi suci Bunda Gereja yang kudus sekaligus kontekstual dengan situasi di mana liturgi itu dirayakan. Perubahan yang paling terasa tentu saja yang berkaitan dengan penggunaan bahasa dalam perayaan. Bila selama berabad-abad Bunda Gereja yang kudus merayakan liturgi selalu dalam Bahasa Latin, melalui SC diserukanlah bahwa kendati penggunaan Bahasa Latin dapat masih dipertahankan, penggunaan bahasa-bahasa setempat “dapat sangat bermanfaat” (SC 36) bagi segenap umat beriman. Kiranya perubahan bahasa ini terkait erat dengan ajakan SC agar segenap umat berpartisipasi secara aktif dalam perayaan liturgi. Jika dari sisi bahasa saja orang tidak mengerti, tentu partisipasi tidak bisa dituntut! SC memberikan rambu-rambu lebih terperinci terkait dengan penggunaan bahasa ini. Disebutkan bahwa dalam proses penterjemahkan, haruslah ada persetujuan dari konferensi uskup setempat dan tentu saja Takhta Apostolik.

Lebih dari sekadar penyesuaian bahasa, SC juga menggarisbawahi pentingnya penyesuaian dengan konteks

setempat. Dikatakan bahwa sejauh tidak bertentangan dengan dasar teologis perayaan liturgis, unsur-unsur budaya setempat bisa dimasukkan ke dalam perayaan liturgi. Tentu saja, untuk melakukannya diperlukan konsultasi yang memadai dengan para ahli di bidang-bidang terkait agar tidak sembarangan memasukan unsur budaya setempat yang menakala ditelvisik bisa jadi malahan bertentangan sama sekali dengan ajaran Gereja (Bdk. SC 40).

### **Strategi Pastoral dan Refleksi**

Bab 1 ditutup dengan sejumlah rekomendasi yang berfungsi sebagai strategi pastoral agar pembaharuan liturgi berjalan dengan baik. SC menyebut bahwa imam agung sejati di masing-masing keuskupan adalah uskup setempat. Perayaan liturgi yang dipimpin oleh uskup setempat di gereja katedral hendaklah menjadi acuan segala perayaan liturgi di seantero keuskupan. Pembinaan-pembinaan liturgi mesti dijalankan mulai dari tingkat parokial guna menjamin efektivitasnya. Pembinaan itu tidak bisa berjalan tanpa ada orang-orang yang memang disiapkan untuk menjadi promotor. Untuk itu, perlulah

dibuat komisi liturgi pada tingkat nasional, keuskupan maupun paroki. Di dalam komisi itu, hendaknya sekaligus mencakup bidang musik dan kesenian.

Perubahan yang dilakukan oleh SC praktis mengubah wajah Gereja yang mau tidak mau paling terlihat jelas manakala umat beriman berkumpul untuk merayakan ibadat. Kini, setelah berjalan selama kurang lebih 60 tahun, kita bisa bersama-sama berefleksi: Sejauh mana perayaan liturgi –yang kini telah menjadi jauh lebih menyentuh dan kontekstual dibandingkan periode sebelum Konsili Vatikan II– sungguh menjadi perayaan yang berbuah untuk hidup kita? Adakah perubahan yang dilakukan melalui SC membuat perayaan-perayaan liturgi lebih menyentuh? Apakah selama ini kita juga berpartisipasi secara aktif dalam setiap perayaan liturgi? \*\*\*



**Pst. Thomas Kristiatmo**

Dosen Teologi Dogmatik  
Fakultas Filsafat UNPAR



# Warta Kuria Keuskupan Bandung

*Pst. Fransiskus Samong, OSC - Sekretaris Kuria Keuskupan Bandung*



Para imam merayakan Misa Krisma sekaligus pembaruan janji imamat pada Rabu, 1 April 2026 di Gereja Katedral, Bandung. Bapa Uskup memimpin perayaan Ekaristi didampingi oleh para imam yang merayakan ulang tahun imamat, Pastor Nicolaas Schneiders, SMM ke 60, Pastor Yohanes Rujio Herupranata, OSC ke 50, dan para imam yang merayakan HUT Imamat ke 25 yaitu Pastor Bernardus Jumiyana, Pastor Antonius Sulastijana, Pastor Fabianus Muktiyarso, Pastor Agustinus Agung Rianto, OSC, Pastor Gratianus Bobby Harimaipen, OSC, Pastor Fransiskus Samong, OSC serta para imam lainnya.

Dalam kesempatan homili, Bapa Uskup menyatakan bahwa Yesus tampil di muka umum sebagai pribadi yang diurapi oleh Roh Kudus untuk membawa kabar baik Tuhan. Karya Yesus ditentang oleh para imam, orang Farisi, dan ahli Taurat. Karya Yesus dianggap saingan karena banyak orang yang semakin dekat dengan Yesus. Mereka menentang Yesus karena iri hati. Iri hati menjadi gangguan dalam persaudaraan para imam dan menjadi sumber konflik para imam. Paus Leo meminta para imam untuk rendah hati bekerja sama sebagai saudara dan mempromosikan persaudaraan imamat yang otentik untuk memadamkan iri hati yang mungkin ada. Virus iri hati diatasi dengan bersyukur dan murah hati atas apa yang dimiliki dan alami sebagai pribadi yang diurapi oleh Roh Kudus dan dilengkapi oleh Tuhan secara unik.

Melalui rekoleksi imam tentang kesehatan mental kita diingatkan bahwa panggilan imamat bukanlah profesi, prestasi, ambisi atau proyeksi pribadi, saat kita menganggap imamat sebagai profesi dan prestasi maka kita menjadi lebih mudah iri hati. Hidup imamat adalah rahmat dan berkat di mana para imam diurapi secara khusus oleh Roh Kudus untuk berjalan bersama dalam persaudaraan *prebysterium* diantara para imam dan menjadi saksi kasih yang membawa damai sejahtera.



Bapa Uskup memimpin Ekaristi Paskah TNI-POLRI-ASN-Purnawirawan se-Kogartap II/Bandung 2026 bertempat di SeskoAD pada Jumat, 17 April 2026. Bapa Uskup didampingi oleh Pastor Yoseph Maria Marcellinus Bintoro (Vikaris Jendral Keuskupan Umat Katolik di Lingkungan TNI dan Polri), Pastor Hendra Kimawan, OSC (Provinsial OSC), Pastor Aloysius Wahyu Endro Suseno (Pastor Bantuan Pelayanan Umat Katolik di Lingkungan TNI dan Polri Keuskupan Bandung), Pastor Lettu AU Paulus Tri Ardianto (Imam Diocese Keuskupan Agung Semarang), Pastor Letda AL Fransiskus Riyanto (Imam Diocese Keuskupan Agung Palembang), Pastor Letda AD (Inf.) Jimmy Yohanes Hyronimus (Imam Diocese Keuskupan Ruteng), Pastor Letda AD (Inf.) Marianus Damian Kopong Miten (Imam Diocese Keuskupan Agung Kupang). Pada kesempatan homili, Bapa Uskup mengungkapkan bahwa TNI mengatakan supaya makin hidup makin PRIMA (Profesional, Responsif, Integratif, Modern, dan Adaptif) sementara POLRI mengatakan PRESISI (Prediktif,

Responsibilitas, dan Transparansi Berkeadilan). Kata Prima dan Presisi adalah kata yang tepat bukan hanya TNI dan Polri tetapi untuk kita semua. Dalam Injil kepekaan akan kebutuhan banyak orang itulah yang kita dengar dari Injil hari ini. Tanpa diminta orang yang Prima dan Presisi seperti Yesus berinisiatif untuk memberi makan banyak orang. Kepedulian kepada orang lain lahir dari hati yang berbelasrasi dan berbelaskasih. Murid Yesus berfokus pada apa yang kurang bukan apa yang bisa dibagikan. Di mata manusia lima roti dan dua ikan itu kurang banyak. Di mata Allah, jumlah itu mencukupi. Para murid diajak pertama-tama untuk memiliki hati berbagi, selalu memiliki mentalitas kelimpahan bukan kekurangan. Semangat murah hati bukan kecil hati. Fokus pada kekuatan yang kita punya yaitu lima roti dan dua ikan yang akan kita gandakan bagi keluarga, negara, gereja dan dunia. Mari kita menjadi pribadi lima roti dan dua ikan yang diserahkan kepada Yesus, diberkati oleh Yesus, dan dibagikan bagi banyak orang sehingga Paskah kita dapat sungguh mewujudkan iman kita sebagai anggota TNI, Polri dan ASN di lingkungan TNI, Polri yang Prima dan Presisi dalam rangka mendukung Indonesia maju.



Paroki Kristus Raja, Karawang merayakan Ekaristi pelantikan Dewan Pastoral Paroki pada Sabtu, 11 April 2026 bertepatan dengan Minggu Kerahiman Ilahi. Bapa Uskup memimpin perayaan Ekaristi didampingi oleh Pastor Josaphat Judho Pramono, OSC, Pastor Agustinus Made, OSC dan Pastor Setevanus Budi Saptono, OSC. Bapa Uskup menyatakan pada bagian homili bahwa Injil kini menggambarkan transformasi spiritual yang terjadi dalam diri para rasul karena mengalami kerahiman ilahi dari Yesus yang bangkit. Kebangkitan para rasul ini terjadi setelah mereka dihembusi nafas penciptaan baru, yaitu Roh kerahiman, belas kasih. Karena hembusan Roh itu, damai sejahtera diberikan kepada para murid yang hadir dalam komunitas iman (Ekaristi). Kehidupan itu dilukiskan dalam bacaan pertama: berkumpul bersama sebagai komunitas belaskasih yang berpusat pada Ekaristi, di mana Yesus hadir secara nyata menawarkan kerahimanNya: Inilah TubuhKu, DarahKu.” Bagaimana orang mengalami kebangkitan kalau tak dihembusi roh kebangkitan dan bagaimana orang merasakan kerahiman Allah kalau ia tak rutin hadir dalam Ekaristi di mana Yesus hadir menawarkan kerahimanNya? Dengan menjadi anggota DPP, terlibat dalam pelayanan Gereja, kita dipanggil untuk makin kudus agar kita makin mengalami kerahiman Ilahi hingga di mana pun dan kapan pun kita bisa membawa damai sejahtera. Indikasinya adalah rajin dalam membawa Kitab Suci dan tekun dalam Ekaristi (rutin). Marilah kita menjadi agen pembawa damai sejahtera.



Paroki Santo Yusup, Cirebon mengadakan Ekaristi penerimaan Sakramen Penguatan dan Pelantikan Asisten Imam pada Sabtu, 18 April 2026. Bapa Uskup bertindak sebagai selebran utama didampingi oleh Pastor Barnabas Nono Juarno, OSC (Pastor Paroki), dan para Pastor Vikaris yaitu Pastor Antonius Eko Susanto, OSC dan Pastor Antonius Budiman, OSC. Pada bagian homili, Bapa Uskup menegaskan bahwa saat putus asa, orang bisa tenggelam dalam perasaan dan pengalaman kecewa hingga mata seakan tertutup gelap. Itulah yang dialami dua murid Emaus; tak dapat melihat misteri wafat dan kebangkitan Yesus sebagai satu kesatuan. Fokus, matanya terjerembap dalam kisah Jumat Agung, tanpa mampu melihat sinar kebangkitan Paskah. Injil Lukas menggambarkan situasi batin lewat gambaran fisiknya, yaitu mereka berhenti berjalan dengan muka muram yang menggambarkan kesedihan dan kejangkelan. Justru Yesus mendekati dan menemani mereka karena merekalah yang sebetulnya orang-orang asing yang tak *update* ceritanya. Boleh jadi ada pengalaman yang membuat kita kecewa dan putus asa seperti murid Emaus. Semoga melalui Kitab

Suci dan Ekaristi, kita pun diteguhkan teristimewa dalam pengalaman kecewa dan putus asa hingga kita mampu melihat kehadiran Tuhan dan siap menjadi saksi yang mengatasi kelelahan fisik. Semoga Tujuh Karunia Roh Kudus yang akan dicurahkan kepada kita membuat kita makin rajin membaca Kitab Suci dan merayakan Ekaristi. Semoga dengan Roh Kebijaksanaan dan Pengertian, Penasihat dan Kekuatan, Pengetahuan dan Kesalehan serta Roh Takwa pada Allah, kita menjadi seorang murid Kristus yang dewasa berkat Kitab Suci dan Ekaristi. Dengan menjadi asisten imam, seseorang diundang untuk makin akrab dengan Kitab Suci dan Ekaristi. Efeknya adalah kelelahan yang pulih dan semangat untukewartakan Kristus yang bangkit pun makin bergelora.



Paroki Hati Tak Bernoda Santa Perawan Maria, Buah Batu merayakan Ekaristi Pembukaan Yubileum Fransiskus pada Minggu, 19 April 2026. Bapa Uskup memimpin Ekaristi didampingi oleh Pastor Yohanes a Cruce Kristiono Hartanto (Pastor Paroki), Pastor Fransiskus Bhanu Viktorahadi (Vikaris), Pastor Maman Suparman, OSC, dan tiga Pastor Fransiskan. Pada bagian homili Bapa Uskup menegaskan bahwa Yesus menghampiri dua murid-Nya yang pulang ke Emaus karena mata mereka gelap tertutup oleh peristiwa Jumat Agung tanpa melihat Matahari Paskah. Meskipun disapa oleh Yesus, mereka tak menyadari kehadiran Yesus karena fokus, terjebak pada pikiran, perasaan, dan pengalamannya sendiri, yaitu pengalaman kecewa dan putus asa. Untuk itu, Yesus memberi pelajaran, kursus Kitab Suci berkaitan dengan apa yang tertulis tentang-Nya dalam seluruh Kitab Suci. Walau demikian, mata mereka belum juga melihat kehadiran Yesus sampai tiba saatnya Yesus diundang mampir dan memecah-mecahkan roti, yaitu merayakan Ekaristi. Mereka melihat terang; mengalami kehadiran Yesus yang nyata; yang sebetulnya efeknya sudah dirasakan oleh mereka bahwa sekalipun muka mereka muram, tetapi hati mereka telah berkobar-kobar mendengar pengajaran-Nya. Setelah Ekaristi itu, mereka pun yang tadinya berjalan dari pagi hingga sore, kini kembali ke Yerusalem. Ada semangat (Ekaristi) kebangkitan yang mengatasi kelelahan fisik. Boleh jadi ada pengalaman yang membuat kita kecewa dan putus asa seperti murid Emaus. Marilah kita mendekatkan diri pada Tuhan melalui Kitab Suci, Sabda-Nya dan Ekaristi, perjamuanNya, di mana Yesus sungguh hadir dan menghibur kita. Marilah kita mendengarkan apa yang Tuhan sabdakan dan menikmati buah Ekaristi, di mana Tuhan Yesus sendiri menyatakan kasihNya.



Keuskupan Bandung merayakan Syukur 94 tahun dengan Ekaristi pada Minggu Panggilan, 26 April 2026 di Gereja Katedral. Bapa Uskup memimpin perayaan Ekaristi didampingi Kuria dan para imam lainnya. Bapa Uskup menyatakan bahwa Gereja Katolik mendoakan panggilan hidup bakti yaitu para imam, biarawan dan biarawati serta menegaskan kembali panggilan hidup Kristiani dan menanggapi panggilan Tuhan dalam hidup sehari-hari. Bagaimana menjadi gembala yang baik di tempat masing-masing. Setiap orang dipercaya oleh Tuhan untuk menggembalakan orang-orang tertentu. Minggu ini berfokus pada Yesus sebagai gembala yang baik. Yesus menyatakan diriNya sebagai pintu yang mengantar para domba ke tempat yang aman dan nyaman. Yesus adalah pintu yang memberi jalan aman bagi domba-dombaNya. Resikonya adalah Yesus berhadapan dengan maut. Pada minggu panggilan ini para imam dan biarawan-biarawati ditantang untuk memperbarui janji dan niatnya kembali. Merekaewartakan warta sukacita maka harus menunjukkan sukacita demikian pula mereka yang hidup berkeluarga. Dalam minggu panggilan, Paus Leo mengajak untuk melihat panggilan sebagai jalan keindahan dan jalan menuju kesucian yang mekar dari kedalaman hati karena menanggapi panggilan Tuhan. Paus mengajak kaum muda untuk mendengarkan suara Tuhan melalui adorasi Ekaristi dan meditasi Kitab Suci sebagai sarana mematangkan pilihan hidup.

Semoga Keuskupan Bandung sungguh menjadi pintu bagi umat, masyarakat dan memberi teladan, menjadi jalan yang aman bagi orang-orang yang dipercayakan Tuhan kepada kita untuk digembalakan. Semakin kita dipercaya oleh Tuhan maka akan semakin banyak orang yang kita gembalakan.



Kelompok *Catholic Business Ministry* merayakan Ekaristi pelantikan pengurus pada Minggu, 26 April 2026 di Bumi Silih Asih. Bapa Uskup bertindak sebagai selebran utama didampingi oleh Pastor F.X. Wahyu Tri Wibowo (Vikaris Jenderal). Pada bagian homili Bapa Uskup menyatakan bahwa dalam Injil, Yesus menjelaskan perbedaan antara pemilik dengan upahan. Dua-duanya disebut gembala tetapi kualitasnya sangat berbeda. Gembala punya *agape*, cinta habis-habisan demi domba. Cinta itu memberi dan memberi. Sedangkan, upahan memiliki *eros*, cinta rayuan guna mendapatkan imbalan; bekerja keras untuk mendapat sesuatu. Kualitas ke-3 adalah berani berisiko. Gembala mengambil risiko bahkan rela kehilangan nyawa demi dombanya. Yesus menyatakan diri: “Akulah Gembala yang baik.” Para murid Kristus dipanggil untuk memantapkan dan mewujudkan identitasnya dan berkata: “Kamilah gembala yang baik.” Untuk dapat menjadi gembala baik orang dituntut untuk bersumber pada Sang Gembala Baik dan mengakar pada Sang Pokok Anggur. Panggilan menjadi gembala yang baik adalah rahmat dan perutusan; karunia dan tugas. Allah memberikan kepada kita pengalaman digembalakan; dihidupi oleh Allah sendiri agar kita menjadi gembala yang baik. Makin kita dipercaya menjadi gembala, makin kita diberi banyak domba. Gembala baik haruslah seorang yang berhasil dalam karya dan maju dalam doa. Jadilah gembala baik yang berbau domba.



Paroki Bunda Maria, Cirebon merayakan Ekaristi Penahbisan Imam Diakon Stefanus Ferriandis Harsono pada Rabu, 29 April 2029. Bapa Uskup bertindak sebagai selebran utama didampingi Pastor Stefanus Albertus Herry Nugroho (Rektor Seminari), Pastor Yustinus Hilman Pujiatmoko (Pastor Paroki), dan para imam konselebran lainnya. Bapa Uskup menyatakan pada homili bahwa Yesus datang sebagai terang untuk menyelamatkan. Renungan ini pula yang menjadi tema pentahbisan imam Diakon Yandis yaitu menjadi saluran rahmat Allah dan keselamatan jiwa-jiwa. Dalam refleksinya, Diakon Yandis menyadari betapa besar kasih Allah yang menyelamatkan sehingga ia diperkenankan untuk mengabdikan diri sebagai imam Diosesan Bandung. Terang Yesus inilah yang dialami oleh Diakon Yandis hingga ia menjadi imam untuk menyelamatkan jiwa-jiwa dan membawa orang pada terang. Bukan hanya kesembuhan fisik tetapi juga kesembuhan jiwa. Orang yang hidup dalam terang adalah orang yang hidupnya selalu digerakkan oleh Roh Kudus contohnya adalah Paulus dan Barnabas serta Katarina dari Siena. Para imam diingatkan untuk hidup dekat dengan Tuhan dan dibimbing oleh Roh Kudus. Paus Leo XIV mengingatkan bahwa panggilan menjadi imam adalah panggilan untuk mencerminkan kesabaran dan kelembutan Kristus dan menjaga pintu Gereja, pintu hati tetap terbuka dan mengarahkan orang lain untuk kesana. Bapa Paus juga menyatakan supaya para imam dapat mengasihi dan dikasihi dengan bebas. Dalam surat tanggapan terhadap lamaran Diakon Yandis, Bapa Uskup mengatakan bahwa semoga rahmat imamat yang akan diterima semakin membuat Saudara lebih lugas dalam pergaulan dengan sesama imam, umat, dan masyarakat serta lebih bebas dalam melayani siapapun dalam kasih sesuai dengan tugas perutusan. Semoga Pastor Yandis sungguh menjadi imam, terang yang membawa berkat pada kita semua.\*\*\*

Katekese

# Tawarkan Solusi Perkawinan dan Hindari Hanya Menghukum Umat



**Pst. Postinus Gulö, OSC**

Penulis buku "Kasus-Kasus Aktual Perkawinan: Tinjauan Hukum dan Pastoral" (Penerbit Kanisius, tahun 2022).

## Pertanyaan

Hallo Pastor, salam kenal. Saya mau bertanya. Bagaimana dengan seorang Katolik yang tetap menerima Komuni Kudus, padahal perkawinannya tidak sah secara Katolik? Apa tindakan atau sanksi kepada seseorang seperti ini? Terima kasih.

## Jawaban

Saudara TS yang baik, terima kasih atas pertanyaan ini. Jika kita mengetahui ada Saudara-Saudari kita yang tidak sah perkawinannya, maka marilah kita mempertimbangkan kira-kira nasihat apa yang paling penting bagi dia. Dalam kasus ini, misalnya, nasihat yang jauh lebih penting adalah mengajak dia agar mengesahkan perkawinannya secara Katolik. Jika Pastor Paroki menghadapi kasus ini, semestinya menawarkan solusi.

Tidaklah bijak jika yang dicari-cari adalah hukuman terhadapnya.



Dari TS

Tindakan hanya menghakimi dan menghukum justru membuat banyak umat menjauh dari Gereja. Merasa tidak diberi solusi oleh Gereja. Dan, terkesan bahwa hukum Gereja "mempersulit" umat. Padahal, tujuan dari hukum Gereja adalah "demi keselamatan jiwa-jiwa umat". Maka, marilah menerapkan aturan hukum Gereja searah dengan tujuan ini. Hukum Gereja bukan untuk mempersulit umat, tetapi dalam kasus tertentu untuk memfasilitasi umat menemukan solusi!

# an dan Hak Menerima Komuni Kudus'

## LANGKAH MENUJU PEMULIHAN STATUS



agar sebelum menerima Tubuh dan Darah Tuhan Yesus dalam Ekaristi, kita mesti dalam keadaan penuh rahmat, tidak sedang dalam keadaan berdosa berat.

Maka, yang sadar berdosa berat mesti mengaku dosa sebelum menerima Tubuh Kristus (bdk. kanon 916). Jika ada alasan berat dan tidak ada kesempatan mengaku dosa dalam Sakramen Tobat, ia tetap dapat menerima Tubuh Kristus, dengan syarat: segera setelahnya ia mencari Bapa Pengakuan untuk melakukan Sakramen Tobat. Namun, perlu diingat, “perkawinan yang tidak

sah”, tidak menjadi sah karena telah melakukan Sakramen Tobat! Mereka yang hidup dalam perkawinan tidak sah, baru boleh menerima Komuni Kudus setelah mengaku dosa dan mengesahkan kembali perkawinan secara Katolik.

Mari kita kembali ke kasus di atas. Saudara kita itu perlu dibantu membereskan perkawinannya. Jika ia hanya nikah secara adat, baiklah ia dibantu agar perkawinannya sah secara Katolik. Jika ia ternyata pernah menikah lalu cerai sipil, marilah diajak untuk mendatangi pastor paroki. Lalu, menceritakan segala sesuatunya mengapa perkawinannya bubar. Dari konsultasi ini, bisa saja pastor paroki menemukan kemungkinan bahwa perkawinan yang bubar itu bisa dianulasi atau dibatalkan. Jika permohonan anulasi dikabulkan oleh Tribunal Keuskupan, maka ia kemudian wajib mengesahkan kembali perkawinan secara Katolik. Dengan demikian, ia tidak terhalang lagi menerima Komuni Kudus.\*\*\*

### Tidak Membenarkan Diri Sendiri

Akan tetapi, nasihat kami di atas, bukan berarti pasutri yang belum sah perkawinannya lalu membenarkan dirinya untuk tidak membereskan perkawinannya. Tidak demikian. Sebab, dalam KHK kanon 915, sudah diingatkan bahwa “orang yang membandel dalam dosa berat yang nyata”, hendaknya tidak diizinkan menerima Komuni Kudus. Ada beberapa ahli hukum Gereja yang menjelaskan bahwa “dosa berat” semacam ini termasuk mereka yang hidup dalam perkawinan tidak sah dan terus melakukan hubungan seksual di luar perkawinan tidak sah itu. Umat paroki tahu bahwa perkawinan mereka memang tidak sah.

Aturan hukum Gereja itu tidak sembarangan dibuat. Pasti ada dasarnya dalam Alkitab. Misalnya, 1 Korintus 11: 27-28: “Jadi barangsiapa dengan cara yang tidak layak makan roti atau minum cawan Tuhan, ia berdosa terhadap tubuh dan darah Tuhan. Karena itu hendaklah tiap-tiap orang menguji dirinya sendiri dan baru sesudah itu ia makan roti dan minum dari cawan itu”. Rasul Paulus sendiri sudah mengajarkan



## *Pernik Rohani*

# Menyambut Pentakosta: Melalui Novena Tujuh Karunia dan Madah Sekuensia



*Fr. Fransisco Leonardo Febrian Seles*  
Mahasiswa Magister Filsafat Keilahian, FF UNPAR.

Masa antara Hari Raya Kenaikan Tuhan hingga Hari Raya Pentakosta adalah waktu istimewa bagi umat Katolik untuk melaksanakan Novena Roh Kudus. Tradisi ini merupakan napak tilas dari peristiwa sejarah Gereja perdana, di mana para Rasul

bersama Bunda Maria berdoa selama sembilan hari di ruang atas Yerusalem untuk menantikan janji Allah. Fokus utama dari novena ini adalah memohon pencurahan tujuh karunia Roh Kudus yang menjadi bekal rohani bagi setiap orang beriman. Ketujuh

karunia tersebut—Hikmat, Pengertian, Nasihat, Keperkasaan, Pengenalan, Kesalehan, dan Takut akan Tuhan—bukanlah sekadar konsep teologis yang abstrak, melainkan bantuan nyata agar kita mampu mengambil keputusan yang benar,

memahami kebenaran iman, dan tetap teguh memanggul salib di tengah tantangan zaman yang kian kompleks.

Rangkaian doa novena ini menemukan puncaknya pada perayaan liturgi Hari Raya Pentakosta melalui pendarasan atau penyanyian Sekuensia Pentakosta (*Veni, Sancte Spiritus*). Dalam tata perayaan Ekaristi, madah ini merupakan doa resmi yang wajib dilambungkan sebelum pewartaan Injil. Di sinilah aspek persiapan batin melalui doa harian bertemu dengan kedalaman spiritual Gereja. Jika novena adalah cara kita menyiapkan diri, maka Sekuensia adalah momen di mana kita secara komunal mengundang Sang Penghibur hadir secara nyata. Madah ini dengan sangat menyentuh memohon agar Roh Kudus sudi membasuh jiwa yang dekil, mengairi iman yang gersang, dan membalut luka-luka batin kita, mengubah egoisme menjadi kasih yang siap melayani.

Secara historis dan liturgis, kedua tradisi ini memiliki landasan yang sangat kuat dalam identitas Gereja. Novena Roh Kudus sering disebut sebagai "Induk dari



semua Novena" karena inilah satu-satunya novena yang secara eksplisit dicatat dalam Kitab Suci (Kisah Para Rasul 1:14). Tradisi ini kemudian dikukuhkan secara formal dalam skala universal oleh Paus Leo XIII melalui Ensiklik *Divinum Illud Munus* (1897). Dalam dokumen tersebut, beliau menetapkan bahwa novena ini harus dirayakan di seluruh Gereja Katolik untuk memohon persatuan umat Kristiani dan bimbingan Roh Kudus bagi dunia. Sementara itu, Sekuensia Pentakosta yang muncul sekitar abad ke-13 merupakan satu dari sedikit madah kuno yang tetap dipertahankan pasca-Reformasi Liturgi Konsili Vatikan II, yang menunjukkan bahwa Gereja memandang kedatangan Roh Kudus sebagai peristiwa yang terus berlangsung saat ini.

Kaitan erat antara persiapan novena dan doa Sekuensia menyadarkan kita bahwa hidup kristiani tidak mungkin dijalani hanya dengan mengandalkan kekuatan diri sendiri. Secara teologis, tujuh karunia yang dimohonkan dalam novena adalah bentuk disposisi batin manusia, sedangkan Sekuensia adalah pengakuan akan karya aktif Allah. Madah ini merangkum seluruh pergumulan manusia dengan menyapa Roh Kudus sebagai "Tamu Jiwa yang Manis". Melalui struktur liturginya, Gereja mengajarkan bahwa sebelum kita mendengarkan Injil dan diutus ke masyarakat, kita harus terlebih dahulu dipulihkan oleh rahmat. Tanpa Roh-Nya, manusia hanyalah kehampaan yang mudah goyah, namun dengan bimbingan-Nya, kerapuhan kita diubah menjadi kekuatan saksi iman yang tangguh bagi sesama.\*\*\*

# bro Cepot

BIASANYA  
ANAK YANG IKUT  
SEKOLAH MINGGU  
USIANYA SAMPAI  
9 TAHUN,  
SEDANGKAN OMK  
BATASANNYA 13-35 TH

NAH, JADI  
ANAK 2 YANG  
'BELUM JADI ORANG'  
ANTARA 9-13 TAHUN  
DIABAIKAN GEREJA DONG?



PADAHAL  
USIA 3 SEGI TU  
ANAK MULAI MELEBAR  
TEMANNYA, GAULNYA,  
MULAI KENALAN AGAMA  
LAIN...

SEMENTARA  
SAYA PUNYA  
KESAN, SAYALHO,  
GEREJA MALAH  
LEBIH SIBUK NGURUS  
LANJIA...



HA  
GITU?



*Proficiat*

**Atas Ulang Tahun**

ke- **94**

**Keuskupan Bandung**



*Jl. Terusan Buah Batu No. 12, Bandung  
40266 - Indonesia  
+62 22 8888 4388 | @info\_yogyagroup*



# Sekolah Santo Aloysius

Yayasan Mardiwijana Bandung  
Yayasan Satya Winaya

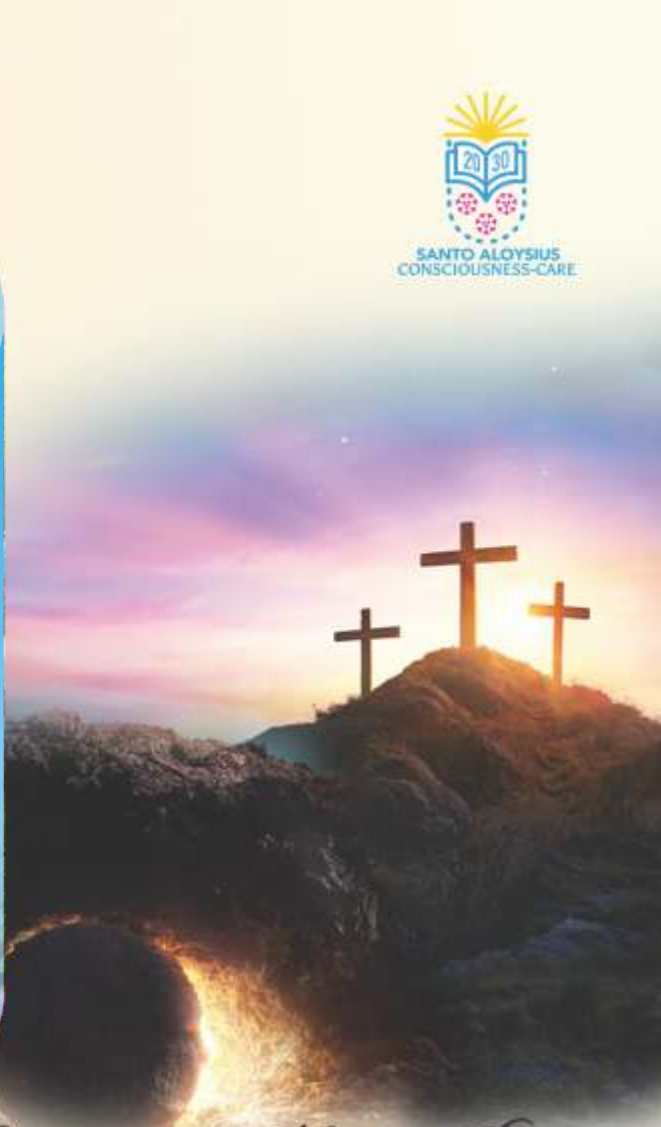
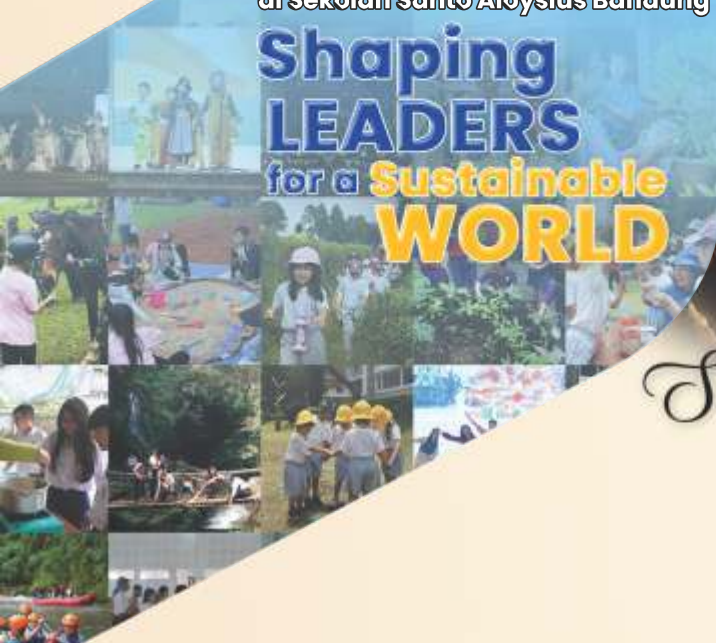


**UNGGUL DALAM  
PEMBENTUKAN MANUSIA  
YANG UTUH MELIPUTI  
ASPEK-ASPEK:**

- **Intelektualitas**
- **Psikomotorik**
- **Religiositas**
- **Humaniora**
- **Emosi**

Transformasi Pendidikan  
di Sekolah Santo Aloysius Bandung

## Shaping LEADERS for a Sustainable WORLD



# Selamat Hari Raya Paskah 2026

### KB

KB Santo Aloysius  
Jl. Trunojoyo No. 3  
Bandung

KB Santo Aloysius  
Jl. Sukajadi No. 223  
Bandung

KB Santo Aloysius  
Jl. Batununggal  
Indah II No. 30 Bandung

### TK

TK Santo Aloysius  
Jl. Trunojoyo No. 3  
Bandung

TK Santo Aloysius  
Jl. Sukajadi No. 223  
Bandung

TK Santo Aloysius  
Jl. Batununggal  
Indah II No. 30 Bandung

### SD

SD Santo Aloysius  
Jl. Trunojoyo No. 3  
Bandung

SD Santo Aloysius  
Jl. Sukajadi No. 223  
Bandung

SD Santo Aloysius  
Jl. Batununggal  
Indah II No. 30 Bandung

### SMP

SMP Santo Aloysius  
Jl. Sultan Agung No. 4  
Bandung

SMP Santo Aloysius  
Jl. Batununggal  
Indah II No. 30 Bandung

### SMA

SMA Santo Aloysius  
Jl. Sultan Agung No. 4  
Bandung

SMA Santo Aloysius  
Jl. Batununggal  
Indah II No. 30 Bandung

**Untuk informasi lebih lanjut  
mengenai Sekolah Santo Aloysius dapat menghubungi  
telp. 0813-2166-6889 atau 0823-1656-8868 pada jam kerja**

KERJA SAMA DENGAN:

