



Pemaknaan Doa dalam Perspektif Martin Luther sebagai Sumbangsih bagi Kehidupan Pemuda Masa Kini

Gratia Maria Moroki,^{1*} Maria Elisa Tulangow²

Fakultas Teologi, Universitas Kristen Indonesia Tomohon

ARTICLE INFO

Email Correspondence

gratiama05@gmail.com

Keywords:

Meaning; Prayer; Marthin Luther; Youth.

Kata Kunci:

Pemaknaan; Doa; Marthin Luther; Pemuda.

Waktu Proses

Submit : 31-07-2025

Terima : 19-08-2025

Publish : 30-09-2025

Doi :

10.63536/arastamar.v1i3.53



Copyright:

©2025. The Authors.

License: Open Journals Publishing. This work is licensed under the Creative Commons Attribution License.

Abstract: This study aims to re-examine the meaning and function of prayer in the spiritual lives of contemporary Christian youth, using Martin Luther's thoughts as a theological foundation. The main issue raised is the declining quality of prayer life among young people, characterized by shallow understanding and inconsistent prayer practices. This study uses a descriptive qualitative approach, collecting data through interviews with several young church members to understand their views and habits regarding prayer. The uniqueness of this study lies in its attempt to connect Martin Luther's reformatory theological thoughts on prayer with the spiritual crisis facing today's young generation, an approach rarely used in similar studies. The results show that although young people understand prayer in general, they have not yet made it a spiritual necessity. Luther's thoughts, which emphasize prayer as a breath of faith and a form of personal relationship with God, can provide a new direction in building a deeper, more diligent, and more meaningful prayer life amidst the challenges of the times.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kembali makna dan fungsi doa dalam kehidupan rohani pemuda Kristen masa kini dengan menjadikan pemikiran Martin Luther sebagai landasan teologis. Masalah utama yang diangkat adalah menurunnya kualitas kehidupan doa di kalangan pemuda, yang ditandai dengan pemaknaan yang dangkal serta praktik doa yang tidak konsisten. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, dengan mengumpulkan data melalui wawancara terhadap beberapa pemuda gereja untuk memahami pandangan dan kebiasaan mereka dalam berdoa. Keunikan penelitian ini terletak pada usaha menghubungkan pemikiran teologi reformatoris Martin Luther tentang doa dengan krisis spiritual yang dihadapi generasi muda masa kini, sebuah pendekatan yang jarang dilakukan dalam studi sejenis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun pemuda memahami doa secara umum, namun belum menjadikannya sebagai kebutuhan rohani. Pemikiran Luther yang menekankan doa sebagai nafas iman dan bentuk relasi pribadi dengan Allah dapat memberikan arah baru dalam membangun kehidupan doa yang lebih mendalam, tekun, dan bermakna di tengah tantangan zaman.

Pendahuluan

Menurut KBBI, doa merupakan sebuah permohonan yang di dalamnya berisi harapan, permintaan, dan pujian yang disampaikan kepada Tuhan.¹ Doa merupakan sesuatu hal yang dapat menjadi penghubung antara manusia dengan Allah. Manusia harus tetap berdoa meskipun Allah telah memberikan janjinya.² Doa memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan orang Kristen. Doa menjadi nafas rohani yang memberikan arah, kekuatan, dan kehidupan bagi kehidupan setiap orang percaya. Melalui doa, manusia bukan hanya sekedar berbicara menyampaikan apa yang menjadi permohonannya ataupun ucapan syukurnya, tetapi juga dalam doa terjadi perjumpaan antara manusia dengan Allah, ada hubungan dekat yang terbangun antara manusia dengan Allah. Doa menjadi penghubung antara manusia dengan Allah. Doa merupakan kekuatan yang sangat mengagumkan yang Tuhan tempatkan di tangan orang-orang kudusnya untuk dapat memperoleh hasil yang tidak biasa. Doa dapat menjangkau semua hal, doa dapat menyentuh hal besar dan kecil sesuai dengan janji-janji Tuhan bagi manusia.³ Berdoa merupakan kegiatan yang dapat menghubungkan manusia dengan Allah, berdoa merupakan saat-saat dimana kita berbicara dengan Allah sebagai dua pribadi yang saling mengasihi. Sebagai anak-anak Allah kita diundang untuk menghampiri tahta kasih karunia dengan penuh keberanian agar kita dapat menerima Rahmat dan kasih karunia Allah untuk mendapatkan pertolongan pada waktu-Nya.⁴

Sejarah dalam kekristenan telah menunjukkan bahwa pemahaman dan praktik doa telah berkembang, baik secara teologis maupun liturgis. Ada banyak tokoh yang berkontribusi didalamnya. Martin Luther, sebagai salah satu tokoh utama dalam gerakan reformasi gereja pada abad ke-16, memiliki pandangan yang mendalam mengenai esensi doa dalam kehidupan iman Kristen. Ia memandang doa bukan hanya sebagai suatu kewajiban religius, tetapi juga sebagai hak istimewa yang diberikan kepada orang percaya, wujud penghormatan kepada Tuhan, serta sebagai proses transformasi rohani. Dalam pandangannya yang terkenal, Luther menegaskan bahwa, *"To be a Christian without prayer is no more possible than to be alive without breathing."*⁵ Marthin Luther memiliki pengaruh besar dalam pembaharuan teologis mengenai doa. Dalam ajaran dan praktik spiritualnya, Luther memberikan tempat yang sangat penting bagi doa. Ia tidak hanya menulis tentang doa dengan sangat rinci dan sistematis, tetapi ia juga memberikan contoh dan teladan dalam kehidupan pribadinya yang tekun dalam doa. Luther melihat bahwa doa adalah hal yang tak terpisahkan

¹ Badan Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa, *Doa*, diakses 5 Juli 2025, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>.

² Yohanes Calvin, *Institutio: Pengajaran Agama Kristen* (Jakarta: BPK: Gunung Mulia, 1999), 187.

³ E.M. Bounds, *12 Cara Mereformasi Kehidupan Doa Anda* (Yogyakarta: Yayasan ANDI, 2011), 2.

⁴ Bill Bright, *Bagaimana Berdoa* (Jakarta: LPMI, t.t.), 12.

⁵ Marthin Luther, *A Simple Way to Pray* (Augsburg Fortress, 2017), 14, <https://augsburgfortress.org/store/product/9781506405912>.

dari kehidupan orang yang beriman. Bagi Luther, doa harus dilakukan dengan sikap yang rendah hati, sebagai bentuk penyerahan diri kepada Allah. Ketika manusia berdoa, maka harus dengan keyakinan bahwa Allah senantiasa mendengar dan menjawab doa umat-Nya. Luther pun menolak pandangan bahwa doa hanya dapat disampaikan oleh rohaniawan atau hanya dapat disampaikan dalam bahasa tertentu. Bagi Luther, setiap orang yang percaya memiliki akses langsung kepada Allah melalui Yesus Kristus. Pandangan ini membawa pengaruh yang sangat besar terhadap pemahaman orang Kristen mengenai doa terutama dalam kaitannya tentang kebebasan berdoa, isi doa, dan sikap dalam berdoa. Dimana doa sering dijadikan sebagai sebuah ritual atau kebiasaan kosong tanpa makna, sehingga Luther membawa pembaharuan yang membawa umat Kembali terarah pada esensi doa yang sesungguhnya yaitu sarana untuk membangun relasi pribadi dan penuh kasih dengan Allah.

Dalam konteks masa kini, khususnya pada pemuda, pemaknaan doa menghadapi tantangan serius. Banyak pemuda Kristen mengalami krisis spiritual, salah satunya ditandai dengan berkurangnya hubungan dengan Tuhan. Doa yang seharusnya menjadi sumber pengharapan dan penghubung dengan Tuhan, sering kali diabaikan atau dilakukan tanpa makna dan tujuan yang benar. Penelitian ini secara khusus mengangkat pendekatan yang memadukan antara pandangan teologis Martin Luther mengenai doa dengan kondisi spiritual yang sedang dihadapi oleh pemuda Kristen masa kini. Berbeda dengan kajian-kajian terdahulu, penelitian ini menghadirkan kontribusi baru dengan menelusuri bagaimana pemikiran Luther yang menekankan hubungan pribadi dengan Tuhan, ketulusan dalam berdoa, serta keyakinan akan kuasa doa sebagai sarana pembaruan Rohani dapat menjadi jawaban atas tantangan iman generasi muda.

Simanjuntak dalam penelitiannya lebih fokus pada peran doa dalam memperbaiki relasi umat dengan Allah tanpa menyinggung secara khusus kerangka teologis dari tokoh gereja tertentu.⁶ Demikian pula, penelitian oleh Setiawan⁷ dan Tambunan⁸ menyoroti persoalan spiritual pemuda tanpa mengaitkannya secara langsung dengan pemikiran tokoh reformasi seperti Luther. Oleh sebab itu, penelitian ini memperluas kajian teologi praktis dengan menawarkan perspektif baru yang relevan bagi zaman sekarang, yakni bagaimana pemikiran Luther dapat diterapkan secara nyata dalam membina kehidupan rohani pemuda Kristen. Selain memperkaya wacana teologi doa, studi ini juga memberi arah praktis bagi pembentukan iman yang lebih otentik, kontekstual, dan berakar dalam relasi yang hidup dengan Tuhan.

⁶ Maria Simanjuntak, "Doa sebagai Sarana Pemulihan Relasi dengan Tuhan," *Jurnal Spiritualitas Kristen*, 2022, <https://journal.christianity.ac.id/spiritualitas/vol15-no3/987>.

⁷ Yudi Setiawan, "Doa dalam Tradisi Reformasi: Perspektif Teologis terhadap Ajaran Martin Luther," *Jurnal Teologi Reformasi*, 2018, <https://ejournal.gereja/reformasi/doa-martin-luther>.

⁸ Rinaldi Tambunan, "Krisis Spiritualitas Pemuda Kristen di Era Digital," *Jurnal Studi Agama dan Masyarakat*, 2020, <https://jurnalagama.universitas.ac.id/article/1234>.

Penelitian ini memiliki tujuan utama untuk mengulas secara komprehensif makna serta fungsi doa dalam kehidupan rohani pemuda Kristen di era modern, dengan menggunakan pemikiran Martin Luther sebagai kerangka teologisnya. Melalui pendekatan ini, penelitian berupaya menunjukkan bahwa doa tidak sekadar menjadi kewajiban spiritual, melainkan juga merupakan bentuk komunikasi yang penuh kedekatan antara manusia dan Allah, yang dapat menghasilkan pembaruan dalam kehidupan iman. Dengan menggali lebih dalam pandangan Luther yang menekankan hubungan personal, kejujuran hati, dan kekuatan transformatif dari doa, studi ini ingin menawarkan perspektif baru yang relevan bagi generasi muda Kristen yang tengah bergumul dengan tantangan spiritualitas. Kontribusi penting dari penelitian ini terletak pada kemampuannya menjembatani antara warisan teologi klasik dengan konteks kehidupan pemuda masa kini yang sarat dengan distraksi dan krisis eksistensial. Penelitian ini diharapkan tidak hanya memperluas cakrawala kajian teologi doa, tetapi juga menjadi sumber pemahaman dan inspirasi praktis yang dapat mendorong pemuda untuk menghidupi doa sebagai landasan utama dalam membangun relasi yang hidup dan otentik dengan Allah.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan ini dipilih karena mengandalkan data empiris sebagai dasar pemecahan masalah dan bertujuan menghasilkan informasi deskriptif yang berasal dari pernyataan, baik lisan maupun tulisan, serta perilaku individu yang menjadi objek pengamatan.⁹ Selain itu, penelitian ini turut menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, karena bertujuan menangkap pengalaman subjektif pemuda Kristen dalam memaknai dan menjalani doa sebagai kehidupan rohani. Fenomenologi memungkinkan peneliti menggali esensi pengalaman dan makna yang berada di balik praktik doa mereka. Hal ini sejalan dengan fokus penelitian untuk memahami pengalaman batin para pemuda dalam konteks modern dan teologis Luther.

Hasil dan Pembahasan

Pemahaman Doa dalam Bingkai Teologi Marthin Luther

Dalam pandangan teologis Martin Luther, doa memiliki setidaknya empat dimensi penting bagi orang percaya. Pertama, Luther memandang doa sebagai sarana komunikasi langsung antara manusia dan Tuhan. Ia pernah menyatakan bahwa “berdoa berarti memanggil nama kudus Allah”. Luther menegaskan bahwa berbicara kepada Tuhan adalah bentuk doa, dan ini adalah kemuliaan besar bahwa Allah yang Mahatinggi bersedia mendengarkan manusia yang hina dan mengizinkan mereka untuk menyampaikan isi hati mereka. Bahkan, yang lebih mulia lagi menurut Luther adalah ketika Tuhan sendiri berbicara kepada manusia. Jadi, hak istimewa dalam

⁹ Lexy J. Moeleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), 4.

berdoa tidak hanya terletak pada kemampuan memanggil nama Tuhan, tetapi terlebih lagi pada kesediaan Allah untuk mendengarkan dan merespons doa umat-Nya sebuah wujud anugerah yang luar biasa bagi manusia yang penuh keterbatasan. Kedua, Luther melihat doa sebagai ekspresi penghormatan kepada nama Tuhan. Gagasan ini muncul dari perenungannya atas perintah kedua dalam Sepuluh Perintah Allah. Ia memahami bahwa larangan untuk tidak menyalahgunakan nama Tuhan juga mengandung makna positif: ajakan untuk memuliakan nama-Nya melalui doa.

Luther berkata bahwa manusia harus takut dan mengasihi Tuhan, sehingga dalam segala keadaan mereka akan berseru, berdoa, memuji, dan mengucapkan syukur kepada-Nya. Oleh karena itu, tidak berdoa sama saja dengan tidak menghormati nama Tuhan, karena doa merupakan bentuk penghormatan yang aktif dan nyata. Ketiga, doa menurut Luther adalah suatu kewajiban spiritual yang tidak boleh diabaikan. Ia secara tegas menyatakan bahwa berdoa adalah tugas yang diperintahkan oleh Tuhan sendiri. Dalam pandangannya, meninggalkan doa bukan sekadar kelalaian, tetapi merupakan pelanggaran serius yang setara dengan dosa-dosa besar lainnya seperti penyembahan berhala atau perzinahan.¹⁰ Luther menekankan bahwa doa bukan berasal dari usaha manusia, melainkan sebagai respons terhadap janji Tuhan yang telah diucapkan dalam hukum dan Injil. Manusia tidak layak, namun tetap diundang untuk berbicara kepada Allah karena Dia yang memanggil terlebih dahulu.¹¹ Luther menekankan bahwa karena perintah untuk berdoa begitu kuat, maka kita seharusnya tidak meremehkan doa, tetapi justru menghargainya dengan sungguh-sungguh.

Namun, pemahaman tentang doa sebagai penghormatan terhadap nama Allah dan sebagai kewajiban rohani bisa menimbulkan kesan keliru bahwa Luther tidak terlalu menekankan ketulusan hati dalam berdoa. Padahal, ia justru menekankan bahwa doa sangat berkaitan dengan kebutuhan terdalam manusia. Luther mengibaratkan doa sebagai “napas kehidupan” bagi umat Kristen. Dalam ungkapannya yang terkenal, ia menyatakan bahwa seorang Kristen tanpa doa ibarat hidup tanpa bernapas. Ini menunjukkan bahwa bagi Luther, doa bukan sekadar kewajiban atau wujud penghormatan, tetapi kebutuhan spiritual yang esensial dan tak terpisahkan dari kehidupan iman. Ketiga makna doa yang telah disebutkan sebagai komunikasi dengan Tuhan, bentuk penghormatan, dan kewajiban rohani berpadu dalam satu kesatuan bahwa doa adalah kebutuhan hakiki orang percaya. Melalui doa, manusia menyadari pentingnya berseru kepada Tuhan, memuliakan nama-Nya, dan menjalankan tanggung jawab spiritualnya.

Keempat, Luther memahami doa sebagai suatu pekerjaan rohani yang sangat menantang. Ia menegaskan bahwa hanya orang yang percaya kepada Kristus yang

¹⁰ Charles F. Marunduri, “Teologi Doa Martin Luther,” *Verbum Christi: Jurnal Teologi Reformed Injili*, 2017, <https://verbum.sttrii.ac.id/index.php/VC/article/view/44>.

¹¹ Oxford Research Encyclopedias, *Martin Luther On Prayer In Life*, 2004, <https://oxfordre.com/religion/religion/view/10.1093/acrefore/9780199340378.001.0001/acrefore-9780199340378-e-358>.

mampu berdoa dengan benar. Sebab, menurutnya, sebelum seseorang menjadi Kristen, mereka bahkan tidak tahu apa yang harus diminta dalam doa maupun cara melakukannya. Luther percaya bahwa orang yang belum beriman cenderung mengandalkan usaha dan kelayakan pribadi dalam doa mereka, bukan pada kasih karunia Allah melalui Kristus. Meski demikian, orang percaya pun tidak terlepas dari pergumulan, karena masih hidup dalam natur dosa yang kerap menghambat kehidupan doa. Inilah yang membuat doa menjadi suatu pertarungan spiritual. Luther menyadari bahwa tanggung jawab rohani untuk berdoa sangat berat bahkan ia menganggap doa sebagai tugas yang lebih sulit dibandingkan dengan aktivitas lainnya dalam kehidupan bergereja. Bagi Luther, doa membutuhkan fokus penuh dan kebergantungan total kepada Allah dalam iman, sebab berdoa berarti melawan keinginan daging yang selalu menjauhkan manusia dari Allah.¹²

Menurut Teolog Oswald Bayer, doa Marthin Luther berdifat Trinitarian. Ia Menyusun lima ciri doa yang efektif,¹³ yakni; 1) berdasarkan janji Allah, 2) fokus dalam menyatakan isi hati, 3) disertai iman penuh keyakinan, 4) dilakukan dengan sungguh-sungguh, 5) dalam nama Yesus, karena hanya dalam Kristus kita boleh datang kepada Bapa. Luther menekankan bahwa doa akan berhasil apabila berlandaskan pada Kristus sebagai penghubung antara manusia dan Allah. Kepercayaan ini memberi kekuatan kepada umat percaya untuk mendekat kepada Allah, walaupun mereka menyadari dosa dan ketidaklayakan diri mereka.¹⁴ Menurut pandangan Luther, ada dua alasan utama mengapa seseorang harus berdoa. Pertama, doa merupakan sebuah perintah langsung dari Tuhan. Kedua, Tuhan memberikan jaminan bahwa Dia akan mendengar doa yang dilandasi oleh iman melalui Kristus. Kedua alasan ini menjadi fondasi utama dalam keyakinan Kristen tentang doa, yang bukan didasarkan pada upaya manusia semata, melainkan pada kesetiaan dan janji Allah.¹⁵

Paradigma Berdoa yang Berkembang pada Pemuda Gereja

Paradigma berdoa yang berkembang pada pemuda menunjukkan bahwa adanya sebuah pergeseran makna dan praktik doa. Di kalangan pemuda, pemaknaan doa sering kali diabaikan. Dean mengamati bahwa generasi muda dalam gereja cenderung memandang doa sebagai respons sesaat terhadap keadaan mendesak, bukan sebagai bagian dari ritme kehidupan rohani yang konsisten dan terus-menerus.¹⁶ Terjadi pergeseran dalam pemahaman dan pemaknaan doa di kalangan

¹² Charles F. Marunduri, "Teologi Doa Martin Luther," *Verbum Christi: Jurnal Teologi Reformed Injili* 4, no. 1 (September 2017): 17–22, <https://doi.org/10.51688/vc4.1.2017.art1>.

¹³ Lucas Hattenberger, *Luther On Prayer*, 2017, <https://lucashatt.wordpress.com/2017/10/19/luther-on-prayer/>.

¹⁴ Mary Jane Haemig, "How Martin Luther Taught Me to Pray," 2020, <https://www.crbchangier.com/post/how-martin-luther-taught-me-to-pray>.

¹⁵ Marunduri, "Teologi Doa Martin Luther," 16–17.

¹⁶ Kenda Creasy Dean, *Almost Christian: What the Faith of Our Teenagers is Telling the American Church* (Oxford University Press, 2017), 43, <https://global.oup.com/academic/product/almost-christian-9780195314847>.

pemuda, doa bukan digunakan dan dimaknai sebagai sarana untuk membangun relasi dan hubungan yang dekat dengan Tuhan. Padahal, sangat penting bagi seseorang apalagi diusia muda untuk menanamkan dalam diri pentingnya membangun hubungan yang dekat dengan Tuhan lewat doa. Saat ini, generasi muda mengalami krisis identitas yang rumit akibat perubahan nilai budaya dan meningkatnya kebebasan individu. Banyak dari mereka merasa bahwa doa dipandang sebagai sesuatu yang kuno atau kurang sesuai dengan gaya hidup masa kini.¹⁷ Akses mudah terhadap informasi dan hiburan melalui perangkat digital menyebabkan anak muda sering terperangkap dalam dunia maya yang penuh gangguan, sehingga waktu untuk melakukan introspeksi dan berdoa menjadi sangat terbatas.¹⁸ Berdasarkan hasil survei Pew Research Center, penurunan signifikan dalam frekuensi ibadah dan doa pribadi paling banyak terjadi di kalangan usia 18-29 tahun. Sekitar 42% dari kelompok usia tersebut mengaku berdoa kurang dari sekali dalam seminggu atau hampir tidak pernah sama sekali.¹⁹ Di Indonesia, penelitian oleh Djalante dan rekan-rekannya menunjukkan bahwa generasi muda semakin terganggu oleh penggunaan teknologi dan media sosial, sehingga waktu yang biasanya dipakai untuk refleksi spiritual dan berdoa menjadi berkurang.²⁰

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada beberapa pemuda. Dalam wawancara yang dilakukan, peneliti memberikan beberapa pertanyaan. Yang pertama, peneliti memberikan pertanyaan mengenai apa yang mereka pahami tentang doa. Dari jawaban yang diberikan, ada pemuda yang memberikan jawaban bahwa doa merupakan nafas kehidupan bagi orang percaya, ada juga yang memberikan jawaban bahwa doa merupakan cara agar manusia dapat terhubung dengan Tuhan, dan ada yang menjawab bahwa doa merupakan sarana untuk memohon kepada Tuhan. Berdasarkan jawaban yang diberikan, dapat dilihat bahwa pemuda memiliki pemahaman yang beragam tentang doa. Ada yang menganggap doa sebagai nafas hidup orang percaya, dan ada yang memahami bahwa doa merupakan sarana untuk terhubung dengan Tuhan dan memohonkan sesuatu dari Tuhan. Kemudian, untuk mengetahui sejauh mana pemaknaan pemuda tentang berdoa, peneliti memberikan pertanyaan mengenai praktik keseharian pemuda dalam berdoa. Ada yang memberikan jawaban bahwa mereka berdoa setiap hari, di waktu makan, tidur, atau dalam Persekutuan ibadah. Kemudian ada yang menjawab bahwa biasanya mereka berdoa saat sedang beribadah saja, terkadang juga saat makan atau sebelum tidur, tetapi seringkali mereka lupa, dan ada yang menambahkan bahwa

¹⁷ K. H Smith, "Youth and Spiritual Identity in Contemporary Society," *Journal of Youth Studies*, 2019, 112-30.

¹⁸ J Lee, "Digital Distractions and Spiritual Practices," *International Journal of Religion and Spirituality in Society*, 2018, 15-29.

¹⁹ Pew Research Center, "Religion Among Millennials in the U.S.," *Pew Forum on Religion & Public Life*, 2019, <https://www.pewforum.org/2019/10/17/religion-among-millennials>.

²⁰ Djalante, R, "The Impact of Social Media and Technology on the Spiritual Life of Indonesian Youth," *Journal of Religion and Society*, 2020, 45-59.

terkadang pun ketika ada dalam pergumulan atau hendak memohonkan sesuatu kepada Tuhan maka mereka akan berdoa.

Peneliti kemudian memberikan pertanyaan apakah mereka pernah lupa dalam berdoa dan apa yang menjadi alasan mereka. Dari wawancara yang dilakukan semua dari informan yang ada memberikan jawaban bahwa semua dari mereka pernah lupa atau terkadang mengabaikan doa. Dan dari jawaban yang diberikan dapat disimpulkan bahwa ada 2 faktor penyebab mereka mengabaikan doa. Yang pertama kemalasan dan yang kedua adalah lupa. Seringkali aktivitas yang banyak, dan karena doa belum dijadikan sebagai hal yang wajib dilakukan setiap harinya sehingga mereka lupa atau sering mengabaikan waktu-waktu untuk berdoa. Dapat dilihat bahwa doa belum menjadi gaya hidup yang melekat dalam kehidupan mereka. Kapan mereka berdoa hanya bergantung pada keadaan dan kebutuhan pribadi mereka.

Dalam iman Kristen, doa tidak boleh dipandang sebagai kegiatan sampingan yang hanya dilakukan saat ada waktu luang atau ketika menghadapi situasi sulit. Doa seharusnya tidak menjadi sekadar pelarian saat krisis melanda, lalu diabaikan ketika keadaan membaik. Lebih dari sekadar rutinitas, doa memiliki makna rohani yang mendalam. Ia merupakan bagian esensial dalam kehidupan iman seorang percaya, menjadi sarana utama dalam membangun relasi yang dinamis dengan Allah. Melalui doa, seseorang mengekspresikan ketergantungan yang terus-menerus kepada Tuhan bukan hanya ketika mengalami penderitaan, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari.²¹ Setiap orang yang beriman akan mendapatkan apa yang mereka minta melalui doa. Doa adalah sarana yang Allah sediakan agar kita bisa memperoleh sesuatu dari-Nya.²² Berdoa sebaiknya tidak hanya dilakukan sesekali atau hanya saat ada waktu luang atau ketika sedang membutuhkan sesuatu. Doa bagi orang yang beriman tidak terbatas pada waktu tertentu saja. Mereka dianjurkan untuk selalu berdoa secara konsisten dan tanpa henti di setiap kesempatan.²³ Doa bukan semata-mata perintah atau kewajiban yang harus dipatuhi oleh setiap orang percaya, melainkan merupakan ungkapan dari kehendak Allah. Jika doa diperlakukan hanya sebagai kewajiban yang harus ditaati, maka ketidaksediaan untuk berdoa akan langsung dipandang sebagai dosa. Namun, yang lebih penting dari sekadar persoalan dosa adalah kenyataan bahwa mengabaikan doa berarti kehilangan kesempatan besar untuk menerima berkat rohani yang telah disediakan Tuhan bagi mereka yang dengan setia dan tekun berdoa.²⁴

Pergeseran nilai dan pemaknaan terhadap doa ini merupakan suatu hal yang dapat berdampak serius bagi pemuda gereja. Dalam dunia modern ini memberikan begitu banyak tawaran bagi manusia dalam menjalani hidupnya yang turut merubah

²¹ Sherly Mudak, "Makna Doa Bagi Orang Percaya," *Missio Ecclesiae* 6, no. 1 (April 2017): 99, <https://doi.org/10.52157/me.v6i1.70>.

²² R.A. Torey, *Bagaimana Kita Patut Berdoa* (Surabaya: Christian Literatur Crusade, t.t.), 2.

²³ J.L.Ch. Abineno, *Doa Menurut Kesaksian Perjanjian Baru* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2017), 101.

²⁴ Mudak, "Makna Doa Bagi Orang Percaya," 100.

mentalitas dan cara pandang jemaat tentang kehidupan yang dapat membenamkan setiap generasi. Hal ini dapat mempengaruhi nilai-nilai religius dan moral dalam kehidupan mereka. Oleh karena itu, dengan rajin berdoa maka akan tumbuh benih-benih iman bagi anggota jemaat.²⁵ Demikian juga dalam kehidupan pemuda. Perkembangan zaman membuat pergeseran nilai-nilai kristiani dalam kehidupan anak muda yang juga berdampak pada pemaknaan doa ditengah kehidupan pemuda gereja. Sehingga, dapat dilihat bahwa dalam perkembangan yang ada terdapat begitu banyak masalah dan tantangan dalam berdoa. Dewasa ini, anggota jemaat seringkali menganggap doa sebagai sebuah formalitas saja.²⁶ Pendampingan doa yang sesuai dengan konteks zaman perlu terus ditingkatkan. Gereja hendaknya menciptakan ruang dan fasilitas yang mendorong pemuda untuk mengekspresikan doa mereka secara bebas. Selain itu, metode pembinaan harus memasukkan unsur teknologi dan komunikasi digital. Pengembangan cara pandang doa pada pemuda harus dibarengi dengan bimbingan yang tepat agar mereka dapat memahami dan mengalami doa secara nyata dalam kehidupan.²⁷

Pemaknaan Doa dalam Perspektif Marthin Luther dan Sumbangsih bagi Kehidupan Pemuda Masa Kini

Dalam pandangan teologi doa menurut Martin Luther, doa merupakan bentuk penghormatan kepada Tuhan, sehingga harus menjadi bagian rutin dalam kehidupan orang beriman. Luther menekankan pentingnya menempatkan doa sebagai prioritas harian dalam kehidupan spiritual. Ia mengibaratkan doa seperti otot tubuh manusia jika tidak dilatih secara teratur dengan beban, otot akan kehilangan kekuatan dan mengecil, sehingga tidak lagi mampu menanggung beban yang berat. Demikian pula, jika seseorang tidak sungguh-sungguh membiasakan diri berdoa, kehidupan doanya akan melemah, menjadi kering, dan kehilangan makna. Luther menyatakan bahwa doa yang tulus dan spiritual mencerminkan kerinduan terdalam dari hati, berupa keluhan dan hasrat yang mendalam. Doa yang tidak dilandasi dengan keinginan hati hanya akan menjadi kegiatan rutin tanpa makna, bahkan bisa dianggap tidak penting. Oleh karena itu, ia menegaskan bahwa doa yang berarti harus disampaikan dengan kesungguhan melalui kata-kata yang lahir dari hati. Maka, berdoa perlu menjadi kebiasaan yang dilakukan secara konsisten dan waktu untuk berdoa sebaiknya terus

²⁵ Efraim Da Costa, "Peranan Doa terhadap Pertumbuhan Iman Jemaat dimasa Pandemi Covid-19," *TELEIOS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 2 (Desember 2021): 108, <https://doi.org/10.53674/teleios.v1i2.37>.

²⁶ Dale Dompas Sompotan dan Stimson Bernard Hutagalung, "Kehadiran dalam Ibadah: Kajian terhadap Doa Pribadi dan Baca Alkitab Generasi Milenial dan Gen Z Berdasarkan Ibrani 10:25," *Danum Pambelum: Jurnal Teologi Dan Musik Gereja* 4, no. 1 (Maret 2024): 27, <https://doi.org/10.54170/dp.v4i1.92>.

²⁷ Budi Kurniawan, *Pembinaan Rohani Pemuda di Gereja Kontemporer* (Jakarta: Pustaka Rohani, 2021), 78.

ditingkatkan.²⁸ Menurut Martin Luther, doa bukan sekadar aktivitas keagamaan yang bersifat formal, melainkan merupakan nafas dari kehidupan iman sebuah bentuk komunikasi yang tulus antara manusia yang penuh kelemahan dan Allah yang penuh kasih. Luther memandang doa sebagai momen bagi orang percaya untuk menanggapi janji-janji Allah, bukan hanya menjalankan kewajiban religius.²⁹ Ia menyatakan bahwa Allah lebih dahulu berbicara melalui firman-Nya, baik dalam bentuk hukum maupun janji, dan doa menjadi tanggapan manusia terhadap panggilan ilahi tersebut, didasarkan pada keyakinan bahwa Tuhan tetap mendengarkan, walau manusia tidak layak.³⁰

Demikian teologi doa dari Marthin Luther ini dapat memberikan pemahaman khususnya bagi pemuda gereja dalam memakna doa ditengah-tengah kehidupan sebagai orang percaya. Kehidupan orang Kristen akan dapat bertumbuh dengan baik ketika mendisiplinkan diri dalam berdoa. Sebagaimana dengan kehidupan secara fisik yang butuh untuk dirawat agar dapat bertumbuh dengan baik, maka kehidupan rohani pun harus dirawat dengan baik dengan disiplin berdoa. Seseorang yang mengalami kekeringan rohani hanya dapat bertahan jika ia terus berdoa. Luther menyebut hal ini sebagai kebaikan Kristen.³¹ Orang yang mau untuk berusaha dan memelihara ketekunannya dalam doa merupakan orang yang mau untuk memiliki sukacita dan kebahagiaan dalam kehidupannya.³² Doa dapat memberikan pengaruh yang baik khususnya dalam Kesehatan mental dan fisik, tetapi juga memperdalam hubungan antara manusia dengan Tuhan. Doa pun dapat membantu pemuda gereja untuk mempertahankan iman kepada Tuhan.³³ Doa merupakan hal yang penting dalam membangun iman dan kehidupan sebagai orang percaya. Doa dapat menjadi sumber kekuatan dan sukacita yang dapat membangun kehidupan menjadi lebih baik. Mendisiplinkan diri untuk senantiasa tekun dalam berdoa dan tidak mengabaikan doa dalam kehidupan akan menolong manusia untuk memperoleh hal-hal yang baik dalam kehidupan.

Dalam pandangan teologi doanya, Martin Luther menegaskan bahwa doa adalah sebuah kewajiban yang seharusnya ditempatkan sebagai prioritas utama oleh orang percaya, melebihi berbagai aktivitas harian lainnya. Hal ini mencerminkan adanya keterkaitan erat antara iman dan aktivitas sehari-hari. Doa perlu menjadi

²⁸ Charles F. Marunduri, "Implikasi Teologi Doa Martin Luther Dalam Kehidupan Kristen," *Verbum Christi: Jurnal Teologi Reformed Injili* 4, no. 2 (Januari 2018): 195–96, <https://doi.org/10.51688/vc4.2.2017.art2>.

²⁹ Oxford Research Encyclopedias, *Martin Luther On Prayer In Life*.

³⁰ Luther, *A Simple Way to Pray*.

³¹ Charles F. Marunduri, "Implikasi Teologi Doa Martin Luther Dalam Kehidupan Kristen," *Verbum Christi: Jurnal Teologi Reformed Injili* 4, no. 2 (Januari 2018): 199, <https://doi.org/10.51688/vc4.2.2017.art2>.

³² John Piper, *When I don't desire God: How to fight for joy* (Wheaton: Crossway, 2004), 139.

³³ Restu Gulo, Sozanolo Zamasi, dan Hallena Nedo, "Strategi Pemuda Gereja dalam Mempertahankan Kecintaan pada Iman Kristen di Era Digital," *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 2, no. 2 (November 2023): 164, <https://doi.org/10.56854/pak.v2i2.215>.

bagian dari setiap aspek kehidupan, karena melalui doa, seseorang menyatakan kepercayaannya kepada Allah.³⁴

Doa bukan sekadar kewajiban, melainkan juga merupakan perintah langsung dari Allah yang disertai dengan janji-Nya. Tuhan tidak hanya mengajak manusia untuk berdoa, tetapi juga memberikan kepastian bahwa setiap permohonan yang disampaikan melalui doa akan didengar dan dijawab oleh-Nya.³⁵ Luther mengajarkan bahwa doa bukan sekadar tuntutan ritual keagamaan, melainkan bentuk komunikasi intim antara manusia yang lemah dengan Allah sebagai Bapa yang penuh kasih. Baginya, sebutan "Bapa kami" mencerminkan identitas dasar orang percaya sebagai anak-anak Allah, bukan sebagai hamba. Pemahaman ini menumbuhkan keberanian dan keyakinan dalam berdoa, bukan karena pencapaian atau rutinitas religius, melainkan karena kasih karunia Allah semata.³⁶ Dalam penelitian yang dilakukan oleh Grace Fellowship Church menekankan sisi kemanusiaan dalam kehidupan doa Martin Luther. Dalam sejumlah surat pribadinya, Luther kerap mengungkapkan pergumulan yang sangat nyata, bahkan ia tidak ragu meminta dukungan doa untuk persoalan-persoalan sederhana seperti gangguan pencernaan. Hal ini menunjukkan bahwa bagi Luther, doa adalah sesuatu yang bersifat praktis dan dekat dengan kehidupan sehari-hari. Ia juga terus-menerus menautkan praktik doa dengan kebenaran Alkitab, karena ia meyakini bahwa doa yang sungguh-sungguh harus lahir dari pengertian akan firman Tuhan serta bimbingan Roh Kudus.³⁷

Doa juga berperan penting bagi para pemuda dalam menghadapi masalah krisis identitas dan tantangan iman yang kerap dialami oleh generasi muda. Foster menyatakan bahwa doa berarti sebuah proses perubahan. Melalui doa, Allah dapat bekerja untuk mengubah setiap orang yang percaya kepada-Nya. Namun, kemurahan Allah tidak akan terus hadir jika seseorang menolak untuk mengalami perubahan.³⁸ Hati dan jiwa tidak bisa merasakan sukacita secara otomatis. Karena itu, diperlukan sesuatu yang mendukung agar sukacita itu muncul. Sukacita sejati bagi hati dan jiwa hanya datang dari Allah, yang memberikannya melalui hubungan persekutuan antar orang percaya yang terjalin lewat doa yang mereka panjatkan bersama.³⁹ Siapa saja yang ingin berdoa kepada Allah harus melakukan dua hal, yaitu tidak hanya meyakini bahwa Allah itu ada, tetapi juga percaya bahwa Allah siap memberikan pertolongan. Dengan kata lain, orang tersebut harus yakin bahwa doanya tidak akan sia-sia dan bahwa Allah yang dicari dengan sepenuh hati akan mendengarkan dan menolongnya.

³⁴ Marunduri, "Implikasi Teologi Doa Martin Luther Dalam Kehidupan Kristen," Januari 2018, 213-14.

³⁵ Mudak, "Makna Doa Bagi Orang Percaya," 108-109.

³⁶ Mark Rogers, *'Deliver Us from the Evil One': Martin Luther on Prayer*, 2015, <https://www.thegospelcoalition.org/themelios/article/deliver-us-from-the-evil-one-martin-luther-on-prayer/>.

³⁷ Grace Fellowship Church, *Martin Luther on Prayer*, 2020, <https://www.gfcto.com/articles/church-history/martin-luther/martin-luther-on-prayer>.

³⁸ Richard J. Foster, *Tertib Doa* (Malang: Gandum Mas, 1990), 54.

³⁹ Marunduri, "Implikasi Teologi Doa Martin Luther Dalam Kehidupan Kristen," Januari 2018, 200.

Oleh karena itu, “iman” atau kepercayaan memegang peranan penting dalam berdoa. Berdoa tanpa adanya iman tidak akan membawa hasil.⁴⁰ Pemikiran Luther ini sangat sesuai dengan situasi pemuda zaman sekarang yang sering menghadapi tekanan sosial, emosional, dan spiritual. Dengan memandang doa sebagai suatu kewajiban iman sekaligus sumber keberanian, pemuda bisa membangun kedekatan pribadi yang lebih dalam dengan Tuhan dan menemukan ketenangan serta kekuatan dalam menjalani hidup. Selain itu, ajaran Luther mengenai Kristus sebagai pengantara dalam doa membantu memperkuat keyakinan pemuda, sehingga mereka tidak mudah merasa cemas atau putus asa ketika berdoa. Hal ini mendukung pertumbuhan karakter rohani yang kuat dan berkelanjutan. Dalam konteks zaman yang penuh tantangan, kaum muda kerap diperhadapkan pada tekanan dalam aspek sosial, emosional, maupun spiritual. Di tengah hiruk-pikuk dunia yang serba cepat dan bising, doa menjadi jalan untuk menemukan ketenangan batin, arah hidup yang jelas, serta hubungan spiritual yang mendalam. Martin Luther, tokoh Reformasi pada abad ke-16, mewariskan pemahaman teologis tentang doa yang tetap relevan dan dapat menjadi sumber inspirasi bagi generasi muda Kristen masa kini.

Kesimpulan

Doa bukanlah sekadar rutinitas atau pilihan, melainkan kebutuhan utama dalam kehidupan orang percaya yang tidak dapat diabaikan. Marthin Luther menekankan bahwa doa adalah nafas kehidupan rohani, bukan hanya dilakukan saat senggang atau dalam keadaan terdesak, melainkan sebagai bentuk komunikasi nyata antara manusia dan Allah. Di tengah krisis spiritual yang dialami pemuda gereja masa kini, di mana doa kerap kehilangan makna dan dianggap sebagai kewajiban kosong, pandangan Luther menjadi sangat relevan. Ia menyatakan bahwa doa adalah hak istimewa sebagai anak Allah, bentuk penghormatan kepada-Nya, kewajiban langsung dari Allah, serta pekerjaan berat yang hanya sanggup dilakukan oleh mereka yang sungguh percaya. Pemuda gereja harus menyadari bahwa doa yang sejati lahir dari hati yang sadar akan ketergantungan pada anugerah Allah. Seperti tubuh membutuhkan makanan, jiwa pun membutuhkan doa; mengabaikannya berarti menjauh dari sumber kehidupan. Oleh karena itu, doa harus dimaknai sebagai gaya hidup, dan pemuda gereja harus kembali pada pengertian yang murni dan mendalam tentang doa dalam relasi mereka dengan Allah.

Referensi

- Abineno, J.L.Ch. *Doa Menurut Kesaksian Perjanjian Baru*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2017.
- Bounds, E.M. *12 Cara Mereformasi Kehidupan Doa Anda*. Yogyakarta: Yayasan ANDI, 2011.

⁴⁰ Abineno, *Doa Menurut Kesaksian Perjanjian Baru*, 60.

Bright, Bill. *Bagaimana Berdoa*. Jakarta: LPMI, t.t.

Calvin, Yohanes. *Institutio: Pengajaran Agama Kristen*. Jakarta: BPK: Gunung Mulia, 1999.

Costa, Efraim Da. "Peranan Doa terhadap Pertumbuhan Iman Jemaat dimasa Pandemi Covid-19." *TELEIOS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 2 (Desember 2021): 106–16. <https://doi.org/10.53674/teleios.v1i2.37>.

Dan Pembinaan Bahasa, Badan Pengembangan. *Doa*. Diakses 5 Juli 2025. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>.

Dean, Kenda Creasy. *Almost Christian: What the Faith of Our Teenagers is Telling the American Church*. Oxford University Press, 2017. <https://global.oup.com/academic/product/almost-christian-9780195314847>.

Djalante, R. "The Impact of Social Media and Technology on the Spiritual Life of Indonesian Youth." *Journal of Religion and Society*, 2020, 45–59.

Grace Fellowship Church. *Martin Luther on Prayer*. 2020. <https://www.gfcto.com/articles/church-history/martin-luther/martin-luther-on-prayer>.

Gulo, Restu, Sozanolo Zamasi, dan Hallena Nedo. "Strategi Pemuda Gereja dalam Mempertahankan Kecintaan pada Iman Kristen di Era Digital." *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 2, no. 2 (November 2023): 161–66. <https://doi.org/10.56854/pak.v2i2.215>.

Haemig, Mary Jane. "How Martin Luther Taught Me to Pray." 2020. <https://www.crbchangier.com/post/how-martin-luther-taught-me-to-pray>.

Hattenberger, Lucas. *Luther On Prayer*. 2017. <https://lucashatt.wordpress.com/2017/10/19/luther-on-prayer/>.

J. Foster, Richard. *Tertib Doa*. Malang: Gandum Mas, 1990.

J. Moeleong, Lexy. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009.

Kurniawan, Budi. *Pembinaan Rohani Pemuda di Gereja Kontemporer*. Jakarta: Pustaka Rohani, 2021.

Lee, J. "Digital Distractions and Spiritual Practices." *International Journal of Religion and Spirituality in Society*, 2018, 15–29.

Luther, Marthin. *A Simple Way to Pray*. Augsburg Fortress, 2017. <https://augsburgfortress.org/store/product/9781506405912>.

Marunduri, Charles F. "Implikasi Teologi Doa Martin Luther Dalam Kehidupan Kristen." *Verbum Christi : Jurnal Teologi Reformed Injili* 4, no. 2 (Januari 2018): 193–218. <https://doi.org/10.51688/vc4.2.2017.art2>.

— — —. "Teologi Doa Martin Luther." *Verbum Christi: Jurnal Teologi Reformed Injili*, 2017. <https://verbum.sttri.ac.id/index.php/VC/article/view/44>.

Mudak, Sherly. "Makna Doa Orang Percaya" *Missio Ecclesiae* 6, no. 1 (April 2017): 97–111. <https://doi.org/10.52157/me.v6i1.70>.

- Oxford Research Encyclopedias. Martin Luther On Prayer In Life. 2004. <https://oxfordre.com/religion/religion/view/10.1093/acrefore/9780199340378.001.0001/acrefore-9780199340378-e-358>.
- Pew Research Center. "Religion Among Millennials in the U.S." Pew Forum on Religion & Public Life, 2019. <https://www.pewforum.org/2019/10/17/religion-among-millennials>.
- Piper, John. When I don't desire God: How to fight for joy. Wheaton: Crossway, 2004.
- Rogers, Mark. 'Deliver Us from the Evil One': Martin Luther on Prayer. 2015. <https://www.thegospelcoalition.org/themelios/article/deliver-us-from-the-evil-one-martin-luther-on-prayer/>.
- Setiawan, Yudi. "Doa dalam Tradisi Reformasi: Perspektif Teologis terhadap Ajaran Martin Luther." Jurnal Teologi Reformasi, 2018. <https://ejournal.gereja/reformasi/doa-martin-luther>.
- Simanjuntak, Maria. "Doa sebagai Sarana Pemulihan Relasi dengan Tuhan." Jurnal Spiritualitas Kristen, 2022. <https://journal.christianity.ac.id/spiritualitas/vol15-no3/987>.
- Smith, K. H. "Youth and Spiritual Identity in Contemporary Society." Journal of Youth Studies, 2019, 112-30.
- Sompotan, Dale Dompas, dan Stimson Bernard Hutagalung. "Kehadiran dalam Ibadah: Kajian terhadap Doa Pribadi dan Baca Alkitab Generasi Milenial dan Gen Z Berdasarkan Ibrani 10:25." Danum Pambelum: Jurnal Teologi Dan Musik Gereja 4, no. 1 (Maret 2024): 22-34. <https://doi.org/10.54170/dp.v4i1.92>.
- Tambunan, Rinaldi. "Krisis Spiritualitas Pemuda Kristen di Era Digital." Jurnal Studi Agama dan Masyarakat, 2020. <https://jurnalagama.universitas.ac.id/article/1234>.
- Torey, R.A. Bagaimana Kita Patut Berdoa. Surabaya: Christian Literatur Crusade, t.t.