
Dunamis: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani

Volume 8, Nomor 1 (Oktober 2023)

ISSN 2541-3937 (print), 2541-3945 (online)

<https://www.sttintheos.ac.id/e-journal/index.php/dunamis>

DOI: 10.30648/dun.v8i1.1035

Submitted: 31 Januari 2023	Accepted: 5 April 2023	Published: 1 Oktober 2023
----------------------------	------------------------	---------------------------

Internalisasi Kerendahan Hati sebagai Jati Diri Kristiani: Transmisi Nilai Melalui Model Keteladanan Sesuai *Social Learning Theory*

Aripin Tambunan

Universitas Pelita Harapan

aripin.tambunan@uph.edu

Abstract

This research aimed to articulate effort in internalizing humility as Christian identity. The significance of this internalization is because humility is not an inherent value of a Christian. To achieve this goal, the researcher will utilize a value internalization model based on Albert Bandura's value transmission theory. Besides, to show that humility is an external value of a Christian, the researcher will conduct an examination of the text of Colossians 3:12. Through this study, the results obtained are that the formation of Christian identity is carried out through internalization effort after observers, in this case Christian congregations/students observe the behavior of models, namely spiritual leaders. From this, it can be concluded that exemplary is an important factor in forming a Christian's identity.

Keywords: *exemplary; humility; identity; internalization*

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguraikan upaya internalisasi kerendahan hati sebagai jati diri Kristiani. Pentingnya internalisasi tersebut oleh karena kerendahan hati bukanlah nilai yang inheren ada dalam diri seorang Kristiani. Untuk mencapai tujuan tersebut, peneliti akan memanfaatkan model internalisasi nilai berdasarkan teori transmisi nilai Albert Bandura. Selain itu, untuk menunjukkan bahwa kerendahan hati adalah merupakan nilai eksternal dari diri seorang Kristen, maka peneliti akan melakukan telaah terhadap teks Kolose 3:12. Melalui kajian ini diperoleh hasil, pembentukan jati diri Kristiani dilakukan melalui upaya internalisasi setelah *observer*, dalam hal ini jemaat/siswa/mahasiswa Kristen mengamati perilaku model, yaitu pemimpin rohani. Dari situ dapat disimpulkan bahwa keteladanan menjadi faktor penting dalam pembentukan jati diri seorang Kristen.

Kata Kunci: internalisasi; jati diri; kerendahan hati; keteladanan; Kolose 3:12

PENDAHULUAN

Kajian kerendahan hati telah lama populer dilakukan dengan pendekatan psikologi positif dan teologi. Psikologi positif telah menghasilkan banyak analisis-analisis tentang kerendahan hati. Seperti yang dilakukan oleh Tangney, ia melihat kerendahan hati dalam kaitan antara diri dan alam semesta, di mana seseorang melihat dirinya dengan fokus yang lebih rendah dibanding alam semesta.¹ Dalam hal ini, dapatlah dikatakan kerendahan hati sebagai menenggelamkan diri kepada pengakuan akan kebesaran semesta. Templeton melihat kerendahan hati dari sisi komunitas, sebab lawan dari kerendahan hati adalah kesombongan.² Karena itu, kerendahan hati adalah belajar dari orang lain untuk membangun komunitas. Roberts melihat kerendahan hati sebagai pengakuan akan adanya nilai yang berbeda yang dimiliki antar pribadi, sehingga menerima perbedaan nilai tersebut sebagai bentuk kerendahan hati.³ Means, J. R., dkk. melihat kerendahan hati sebagai bentuk menghilangkan ego.⁴ Sebab itu menurut

pendapat mereka, kerendahan hati merupakan pengakuan akan kekurangan diri. Dengan demikian, kerendahan hati sangat bermanfaat untuk menyelesaikan konflik interpersonal yang terjadi di dalam komunitas.

Kajian agama dan teologi tentang kerendahan hati telah banyak dilakukan, seperti Chittister yang mengkaji kerendahan hati dari sudut agama, dalam kajiannya ia memandang kerendahan hati sebagai ciri kedewasaan rohani.⁵ Wolfteich, Keefe-Perry, Sandage, dan Pain (2016) melihatnya dari sudut historis. Dilihat dari sudut historisnya, kerendahan hati telah dianggap sebagai salah satu kebajikan utama Kristen. Lamothe menghubungkan kerendahan hati dengan pemimpin spiritual, di mana Kristus digambarkan sebagai orang yang rendah hati, dan kerendahan hati ditentukan bagi mereka yang meneladani-Nya.⁶ Paine, Jankowski, dan Sandage melakukan studi kecil di antara mahasiswa seminari Protestan tentang kerendahan hati, dengan menggunakan model relasional spiritualitas untuk melihat kemungkinan siswa menjadi pendeta yang efektif di

¹ J. P. Tangney, *Handbook of Positive Psychology* (Oxford: Oxford University Press, 2002), 70-82.

² J. M. Templeton, *Worldwide Laws of Life: Two Hundred Eternal Spiritual Principles* (Radnor: Templeton Press, 1997).

³ R. C. Roberts, *Spirituality and Human Emotion* (Grand Rapids: Wm. B. Eerdmans Publishing, 1983).

⁴ John R. Means et al., "Humility as a Psychotherapeutic Formulation," *Counseling Psychology Quarterly* 3,

no. 2 (1990): 211-15, <https://doi.org/10.1080/09515079008254249>.

⁵ J. D. Chittister, *Wisdom Distilled from the Daily: Living the Rule of St. Benedict Today* (San Francisco: Harper Collins, 1991).

⁶ R. LaMothe, "Broken and Empty: Pastoral Leadership as Embodying Radical Courage, Humility, Compassion, and Hope," *Pastoral Psychology* 61, no. 4 (2012): 451-466, <https://doi.org/10.1007/s11089-011-0417-9>.

masa depan.⁷ Hasil penelitian mereka menemukan bahwa kerendahan hati berhubungan positif dengan kebudayaan yang tinggi (tindakan seseorang atau sekelompok orang di atur oleh pemikiran rasional) dan kompetensi. Worthington dan Sandage kajiannya menunjukkan bahwa kerendahan hati dapat berkontribusi pada keberhasilan pemimpin agama dalam melayani beragam jemaat secara efektif dan mewujudkan sikap pemaaf terhadap konflik.⁸

Merujuk kedua pendekatan di atas, dapatlah dipetakan tiga tema besar diskusi seputar kerendahan hati, yaitu: pertama, kerendahan hati berhubungan dengan sikap seseorang berhadapan dengan orang lain. Bagaimana seharusnya sikap seseorang ketika ia menampilkan dirinya dihadapan orang lain, yang dapat diidentifikasi sebagai sikap rendah hati? Kedua, sikap seseorang berhadapan dengan dirinya sendiri. Bagaimana seharusnya seseorang melihat dirinya sendiri tanpa terkait dengan orang lain, yang dapat disebut sebagai sikap rendah hati? Ketiga, sikap seseorang berhadapan dengan Kristus. Bagaimana seharusnya sikap seseorang ketika ia berhadapan dengan Tuhan,

yang dapat diidentifikasi sebagai sikap rendah hati?

Melihat kajian psikologi, agama dan teologi di atas, membuka ruang atau tempat bagi penulis untuk turut serta atau melibatkan diri pada kajian kerendahan hati ini dari perspektif “kerendahan hati sebagai jati diri Kristen.” Signifikansi kerendahan hati sebagai jati diri Kristen ini terlihat dari apa yang dikatakan Paulus dalam Kolose 3:12 yang menyatakan bahwa kerendahan hati merupakan jati diri seorang Kristen. Dikatakan merupakan jati diri, sebab kata “kenakanlah,” sepadan dengan kata “pakailah.” Artinya, kemanapun seorang Kristiani pergi atau di manapun ia berada, ia harus memakai, menampilkan, sikap hidup rendah hati. Hal itu menunjukkan bahwa kerendahan hati sebagai jati diri atau profil diri dari seorang kristiani. Dengan demikian, tulisan ini akan menambahkan satu tema besar diskusi dari tiga tema besar yang sudah ada di atas, yaitu: keempat, konsep kerendahan hati sebagai jati diri Kristiani. Bagaimana sebenarnya konsep kerendahan hati yang menjadi jati diri Kristen atau profil Kristen, yang harus diejawantahkan ketika ia berha-

⁷ D. R. Paine, P. J. Jankowski, and S. J. Sandage, “Humility as a Predictor of Intercultural Competence: Mediator Effects for Differentiation-of-Self,” *Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families* 24, no. 1 (2016): 15–22, <https://doi.org/10.1177/1066480715615667>.

⁸ E. L. Worthington Jr. and S. J. Sandage, *Forgiveness and Spirituality: A Relational Approach* (Washington: American Psychological Association, 2016).

dapan dengan orang lain, Tuhan, dan dirinya sendiri. Berkaitan dengan hal tersebut, muncul beberapa pertanyaan yang menunjang kajian ini, yaitu: dari mana datangnya konsep kerendahan hati yang dimiliki seorang Kristen? Bagaimana agar konsep kerendahan hati itu dapat dijawabantahkan sebagai jati diri Kristiani? Apakah kerendahan hati merupakan hasil dari proses belajar sosial seperti yang diungkapkan oleh teori Bandura?

METODE PENELITIAN

Untuk dapat mencapai tujuan di atas, maka kajian ini menggunakan metode penelitian kritik sosial dan hermeneutika. Metode kritik sosial⁹ dipergunakan untuk melihat penggambaran sosial yang terjadi pada kekristenan di era postmodern, dan hermeneutika dipergunakan untuk menelaah atau menafsirkan teks Kolose 3:12. Agar hasil kajian ini dapat memberikan sumbangsih pemikiran berupa rumusan langkah-langkah penguatan jati diri Kristiani dalam dimensi kerendahan hati, maka dikembangkan model internalisasi nilai berdasarkan teori keteladanan (transmisi) nilai Albert Bandura.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Kerendahan Hati

Konsep kerendahan hati akan jauh lebih baik dimaknai, bila pertama-tama dilihat dari kosa kata awalnya, yaitu “*humus*” (Latin), yang dapat diartikan sebagai “*humilitas*” atau “bumi.” Menurut Chappell, ada kosa kata lain yang dapat dipergunakan untuk menyatakan kerendahan hati, yaitu “*humor*” dan “*homo*” (Latin), yang memiliki padanan kata di dalam bahasa Ibrani, yaitu “*Adam*.”¹⁰ Adam bisa juga diartikan sebagai manusia, selain dari pada menunjukkan bumi atau tanah (*solum*-Latin). Namun, bila dilihat dari tradisi bangsa-bangsa Timur Tengah purba, nama dijadikan sebagai bentuk untuk menyatakan hakikat orangnya. Jadi, nama Adam sebenarnya untuk menyatakan pribadi Adam yaitu, sopan, santun, respek, dan sederhana. Dalam Bahasa Yunani, kerendahan hati dikenal dengan menggunakan kata “*tapeinoprosune*” (*tapeinophrosune*), secara normal diterjemahkan “*humility*” yang dapat diartikan sebagai, kesederhanaan, respek, dan kesopanan.¹¹ Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia online (“KBBI,” n.d.) rendah hati ada-

⁹ Janice Capel Anderson and Stephen D. Moore., *Mark & Method: New Approaches in Biblical Studies* (Minneapolis: Fortress Press, 1992).

¹⁰ Sophie Grace Chappell, *Humility among Ancient Greeks Proof* (United Kingdom: The Open University, 2020), 189.

¹¹ Ralph P. Martin, *The New Century Bible Commentary: Colossians and Philemon* (Grand Rapids: Wm.B.Eerdmans Publisher, 1992), 352.

lah sifat tidak sombong atau tidak angkuh. KBBI menggolongkannya dalam tiga golongan, yaitu sebagai adjektiva, nomina, dan verba. Sebagai adjektiva diartikan “hormat, santun, takzim, sopan,” sebagai nomina diartikan “kebersahajaan, kelembutan hati, kemanusiaan, kerendahan hati, kesopansantunan, kesederhanaan,” sebagai verba diartikan “menghargai, menyegani, menghormati, merendah hati.”

Dari penelusuran kata tersebut di atas, dapatlah dibuat secara sederhana definisi dari kerendahan hati. Kerendahan hati adalah suatu sikap yang membumi, yang diwujudkan dalam perilaku menjadi: santun, takzim, hormat, sopan, kesederhanaan, dan respek. Sikap-sikap tersebut menjadi milik pribadi atau melekat pada pribadi seseorang, sikap yang menjadi jati diri atau profil seseorang. Jadi dapatlah dikatakan bahwa kerendahan hati menempel dalam diri seseorang, dan tidak bisa dibuat-buat atau direkayasa dalam mengejawantahkannya. Sebab bila direkayasa, itu tidak menempel pada dirinya. Itu hanya sebentar dan akan berubah kepada keadaannya yang sebenarnya.

Konsep kerendahan hati pada era Yunani klasik tidaklah terlihat dengan jelas, sebab kajian terhadap kerendahan hati tidak

menampilkan adanya kebajikan umum tentang kerendahan hati. Itu dapat terlihat dalam tulisan-tulisan Plato dan Aristotel, yang memperlihatkan ketidakjelasan tentang apa kata yang tepat untuk kerendahan hati.¹² Namun meskipun demikian, menurut Chappel, Aristotel membahas tentang *megalopsychia* yaitu, kesopanan yang diartikan sebagai kerendahan hati. Pada etika Nicomachean, bila hendak menyatakan sifat internalnya (melihat diri sendiri), maka disebut sebagai *megalopsychos*. Namun bila hendak menyatakan sifat eksternalnya (berusaha menampilkan kesopanan dalam berkehidupan dengan orang lain) disebut sebagai *megaloprepeia*.

Pada abad pertengahan konsep kerendahan hati dapat ditelusuri dari pemikiran Thomas Aquinas. Ia membandingkan kerendahan hati dengan fokus diri dan dengan keyakinan akan keunggulan seseorang. Dia berpendapat bahwa kerendahan hati membuat seseorang berpikir sedikit tentang dirinya, dan membuatnya menghormati dan menghargai orang lain karena melihat karunia Tuhan ada di dalam mereka.¹³ Jadi disini kerendahan hati berakar pada pengakuan akan Tuhan dan karyanya di dalam diri orang lain.

¹² Chappell, *Humility among Ancient Greeks Proof*, 189.

¹³ David R. Pain et al., “Humility and Narcissism in Clergy: A Relational Spirituality Framework,

Pastoral Psychol,” *Pastoral Psychol* 67 (2018): 525–45, <https://doi.org/10.1007/s11089-018-0830-4>.

Perjanjian Baru memiliki konsep *tapeinophrosunē* (kerendahan hati) sebagai “kerendahan pikiran” atau “penghinaan diri.”¹⁴ Kerendahan pikiran yang dimaksud disini adalah untuk menggambarkan perilaku seseorang yang rela melayani sampai kepada melakukan tugas yang paling rendah seperti yang terdapat pada Filipi 2:5-7 (*kenosis*) dan 2 Korintus 4:7-12. Konsep kerendahan hati seperti ini, telah memunculkan persoalan etimologi dalam dunia kafir di abad-abad pertama, karena telah menartikan kerendahan pikiran atau penghinaan diri itu sebagai sesuatu yang buruk dan tak pantas untuk dilakukan. Bahkan sampai abad 19, Nietzsche dalam cerita Zarathustra memberikan ejekan mengenai perendahan diri yang dilakukan Kristus di salib sebagai suatu kematian dan neraka bagi Kristus karena kasih-Nya bagi manusia.¹⁵

Alkitab seringkali melawankan kerendahan hati dengan sombong dan congkak (Yak. 4:6; 1 Pet. 5:5). Tuhan dinyatakan selalu menentang orang yang sombong (Ams. 6:16-17), frase ini merupakan motivasi terbesar bagi jemaat-jemaat pada abad-abad pertama untuk mengadopsi sikap kerendahan hati. Sombong dan congkak datang atau muncul dari sifat moral yang tidak baik.

Sombong dan congkak merupakan sifat moral yang tidak baik, sedangkan kerendahan hati datang atau muncul dari sifat moral kebajikan. Dengan demikian, kerendahan hati bukan hanya masalah sikap saja, tetapi kerendahan hati dapat disebut sebagai kebajikan (*virtue*) sebab kebajikan selalu bernuansa ontologis.

Konsep kerendahan hati berarti berkaitan dengan masalah sikap dan moral di dalam Kristen. Sikap seorang Kristen datang dari pandangan moralnya, pandangan moral seorang Kristen datang dari pikirannya yang diisi dengan pikiran ilahi. Pikiran mereka dipergunakan untuk memahami Tuhan dan mengetahui kebenarannya, untuk diterapkan pada kehidupan mereka. Pikiran ilahilah yang seharusnya membentuk dan mengendalikan perilaku mereka. Hal ini dapat terlihat dalam teks-teks berikut ini: Ulangan 6:5-9; Efesus 4:23; 5:15-17; Amsal 15:16; 22:17-21; dan Matius 22:37.

Sebaliknya, orang-orang yang tidak mengakui Tuhan tidak memahami isi pikiran Tuhan. Mereka menganggap tidak perlu untuk mengakui Tuhan dalam sikap mereka, maka Tuhan menyerahkan mereka kepada pikiran yang rusak untuk melakukan hal-hal yang tidak pantas (Rm. 1:28). Piki-

¹⁴ John MacArthur, *The MacArthur New Testament Commentary: 1 Peter* (Chicago: Moody Publishers, 2004), 277-78.

¹⁵ Friedrich Nietzsche, *The Philosophy of Nietzsche* (New York: The Modern Library, 1954), 288-92.

ran yang rusak itu tercermin dalam perilaku, berbagai macam kelaliman, kejahatan, kebusukan, congkak, sombong (Rm. 1:28-31), sehingga mereka tidak akan mungkin dapat memiliki sikap rendah hati.

Kerendahan Hati sebagai Jati Diri

Ashton, Lee, Perugini, Szarota, de Vries, Di Blas, Boies, and De Raad (2004) melakukan studi psikoleksikal struktur kepribadian dari tujuh bahasa yang berbeda, Belanda, Prancis, Jerman, Hungaria, Italia, Korea, dan Polandia.¹⁶ Esensi dari hasil studi mereka bahwa didapati kerendahan hati menjadi ciri kepribadian yang kuat di dalam diri seseorang. Oleh karena itu, kerendahan hati sangat tepat untuk diletakkan sebagai jati diri.

Kerendahan hati memang sejatinya merupakan jati diri Kristiani. Hal tersebut sesuai dengan pemikiran Paulus dalam Kolose 3: 12. Di sana Paulus mengungkapkan bahwa orang yang “dibangkitkan bersama dengan Kristus,” kenakanlah kerendahan hati. Perkataan kenakanlah dalam terjemahan NIV digunakan frasa “*clothe yourselves*,” dan dalam NA 28 digunakan kata *Ἐνδύσασθε*. Menurut *Strong's Concordance* 1746a, *Ἐνδύσασθε* diartikan sebagai *to clothe or be clothed with (in the sense of*

sinking into a garment). Jadi, perkataan “kenakanlah” dapat diartikan untuk berpakaian atau berpakaian dengan (dalam arti tenggelam ke dalam pakaian). Di dalam konteks ini berarti berpakaian atau tenggelam ke dalam pakaian kerendahan hati. Gagasan Paulus untuk jemaat Kolose tersebut memperlihatkan keinginan Paulus yang kuat agar jemaat Kolose menjadikan kerendahan hati sebagai jati dirinya atau profil dirinya. Latar belakang Paulus menginginkan hal ini adalah agar terlihat perbedaan yang jelas antara jemaat Kolose yang telah mengalami hidup yang baru dengan orang lain yang bukan jemaat. Jemaat Kolose akan mampu mematikan segala sesuatu yang duniawi dan membuang segala kemarahan, geram, fitnah, kata-kata kotor, dengan mengenakan kerendahan hati. Itulah sebabnya ia memerintahkan dan menyerukan kepada mereka “kenakanlah” (*Ἐνδύσασθε*) kerendahan hati, agar kemanapun mereka pergi, kerendahan hati tersebut selalu menyertai mereka. Dengan kata lain, kerendahan hati menjadi jati diri mereka.

Pada Kolose 3:12 ini kata kerendahan hati diawali frase “sebagai orang-orang pilihan Allah yang dikuduskan dan dikasihinya.” Hal ini menunjukkan bahwa kere-

¹⁶ Jeffrey Charles Elliott, *Humility: Development and Analysis of a Scale* (Knoxville: University of Tennessee, 2010), 33-34.

dahan hati ditujukan pada komunitas jemaat Kolose. Sebab itu, kerendahan hati disini harus dikenakan sebagai kebajikan untuk mengurangi atau menghilangkan gesekan di antara jemaat Kolose.¹⁷ Kerendahan hati juga harus dikenakan dalam rangka membangun komunitas pengikut Kristus. Frase “orang-orang pilihan” juga dapat berarti jemaat Kolose merupakan jemaat yang tunduk pada otoritas Allah. Mereka harus memperhatikan firman-Nya agar dapat mentaatinya. Bila jemaat Kolose memiliki pendekatan yang ceroboh dan dangkal terhadap kebenaran firman-Nya, maka pikiran mereka tidak dapat diisi dengan pikiran ilahi yang seharusnya membentuk dan mengendalikan perilaku mereka agar tetap berperilaku rendah hati.

Gagasan yang sama dapat terlihat dari pemikiran Petrus dalam 1 Petrus 5:5. Petrus mengatakan “rendahkanlah dirimu seorang terhadap yang lain, Allah menentang orang yang congkak dan mengasihi orang yang rendah hati.” Sebenarnya frase “rendahkanlah” menggunakan kata *ἐγκομβώσασθε*, (*egkombosasthe*), yang secara harfiah dapat ditafsirkan seperti mengikat sesuatu pada diri sendiri. Biasanya kata ini digunakan untuk menggambarkan pakaian yang diikatkan

pada diri sendiri, seperti celemek kerja yang diikatkan pada diri sendiri.¹⁸

Merendahkan diri ini erat kaitannya dengan frase di atasnya, yang mengatakan “tunduklah kepada orang-orang yang tua.” Sebab, yang mendasari kerendahan hati adalah ketundukan, dan ketundukan yang mendasarinya adalah pikiran yang diberikan kepada kerendahan hati. Gagasan seperti ini, sering terlihat di dalam Alkitab, seperti yang terdapat pada Mazmur 25:9; Mikha 6:8; Yakobus 4:10; dan Efesus 4:1-2. Pada Yakobus 4:10 frase “rendahkanlah dirimu dihadapan Tuhan,” menunjukkan gagasan yang menuntut ketundukkan pada Tuhan. Ketundukan akan Tuhan, datang dari pikiran yang merendahkan diri kepada Tuhan. Orang-orang yang sombong atau congkak akan meremehkan tuntutan Tuhan untuk berperilaku rendah hati. Sebab, mereka akan mengabdikan dirinya pada kesenangan dan kedudukan duniawi sehingga mereka akan memandang rendah orang-orang yang rendah hati. Secara lebih khusus mereka akan memandang rendah orang-orang saleh yang rendah hati.¹⁹

Melihat pembahasan di atas, maka kerendahan hati seharusnya merupakan keniscayaan sebagai jati diri seorang Kristen,

¹⁷ C.F.D. Moule, *Cambridge Greek Testament Commentary, The Epistles of Paul the Apostle to the Colossians and Philemon* (Cambridge, 2002), 123.

¹⁸ MacArthur, *The MacArthur New Testament Commentary: 1 Peter*.

¹⁹ James Hardy Ropes, *The International Critical Commentary: A Critical and Exegetical Commentary on the Epistle of St. James* (Edinburgh: T & T Clark, 1991), 142.

sebab gagasan Paulus, Petrus, dan Yakobus, orang Kristen harus atau wajib (karena kerendahan hati dipakaikan) diejawantahkan dalam perilakunya sebagai cerminan sikap moralnya. Kerendahan hati bukan saja sebagai perilaku bagi seorang Kristen, tetapi juga merupakan kebajikan (*virtue*). Sebab kerendahan hati datang atau muncul dari sifat moralnya,

Persoalan yang muncul berkaitan dengan jati diri adalah apakah jati diri itu merupakan hasil penciptaan atau merupakan penemuan? Penganut yang mengatakan bahwa jati diri adalah penemuan berangkat dari konsep filosofis dari “*daimon*” atau “diri sejati.”²⁰ Aristoteles di dalam *Nicomachean Ethic*-nya melihat jati diri sebagai potensi atau keunggulan kesempurnaan yang dapat memberikan arah dan makna bagi kehidupan seseorang. Itulah sebabnya semangat ini diwujudkan dalam dua perintah Yunani klasik yang terkenal: “*know thyself*” dan “*become what you are.*” Hal tersebut sebagai penegasan tanggung jawab pribadi dan pernyataan integritas pribadi yang dibuat sebagai komitmen dalam menjalankan kehidupan sehingga identitas merupakan penemuan dan bukannya penciptaan.

Penganut yang mengatakan bahwa jati diri itu merupakan penemuan dan bukannya diciptakan, dapat terlihat dari pan-

dangan filsafat eksistensial Jean-Paul Sartre. Untuk Sartre (1956), manusia merupakan makhluk yang tidak memiliki esensi. Tidak ada “*daimon*,” tidak ada “diri sejati.” Diri dipandang sebagai muncul dari “ketiadaan” dan semua tindakan merupakan pilihan pribadi. Sebab seluruh dunia terbuka di hadapan seseorang sehingga seseorang dapat menjadi apa pun yang ia pilih untuk menjadi. Dengan demikian, identitas adalah ciptaan dari diri seseorang, sebab bagi Sartre eksistensi mendahului esensi, bukannya esensi mendahului eksistensi.

Bagi kekristenan jati diri bukanlah penemuan atau penciptaan. Jati diri ada ketika seorang Kristiani melekat pada Kristus. Sebab semua orang telah mati (Efesus 2:1-2), orang mati tentulah tidak memiliki jati diri. Sebab jati diri hanya pantas dilekatkan pada orang hidup, dan Kristus telah menghidupkan seorang Kristiani. Itulah sebabnya, jati diri bagi seorang Kristiani bukan penemuan atau penciptaan, tetapi pelekatan. Karena merupakan pelekatan, maka nilai-nilai yang menggambarkan jati diri tersebut perlu diinternalisasikan agar sesuai atau sepadan dengan Kristus. Di sinilah ditemukan arti kalimat yang diucapkan Paulus dalam Roma 8:29, menjadi serupa dengan gambaran Kristus.

²⁰ Alan S. Waterman, “Identity Formation: Discovery or Creation?,” *The Journal of Early Adolescence* 4,

no. 4 (1984): 329–41, <https://doi.org/10.1177/0272431684044004>.

Internalisasi Kerendahan Hati Melalui *Social Learning Theory*

Telah banyak teori yang dikembangkan untuk menganalisis pikiran dan perilaku manusia. Albert Bandura menguraikan beberapa perkembangan signifikan dalam kerangka teori pembelajaran tentang pikiran dan perilaku.²¹ Menurutny, dalam proses belajar orang tidak hanya menunjukkan tanggapan tetapi juga melihat dampak yang dihasilkannya. Dengan mengamati hasil yang berbeda dari tindakan mereka, mereka mengembangkan hipotesis tentang tanggapan mana yang paling tepat dalam pengaturan mana. Informasi yang diperoleh dari hal tersebut kemudian menjadi pedoman untuk tindakan di kemudian hari.

Namun sebelum sampai pada konsep *Social Learning Theory*, sebaiknya terlebih dahulu jelas dengan apa yang dimaksud internalisasi. Peter L. Berger dan Luckmann menjelaskan internalisasi dalam teori dialektikanya tentang terbentuknya suatu masyarakat yang terdiri dari tiga momen dan berlangsung secara terus menerus, yaitu: eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi.²² Menurutny, seseorang dapat disebut sebagai anggota masyarakat ketika ia telah mencapai taraf internalisasi. Untuk

sampai pada taraf internalisasi tersebut, seseorang terlebih dahulu masuk ke dalam dunia objektif suatu masyarakat. Dunia objektif ini merupakan sosialisasi sekunder yang dialami oleh individu di dalam masyarakat setelah terlebih dahulu mengalami sosialisasi primer pada masa kanak-kanak. Dengan demikian, seorang anggota masyarakat berarti seorang yang telah mengalami internalisasi nilai-nilai yang ada dimasyarakat di mana ia berdiam.

Teori yang lebih lugas tentang internalisasi diutarakan oleh Hakam dan Nurdin.²³ Menurut mereka, arti internalisasi nilai adalah kemampuan menghadirkan nilai luar menjadi nilai diri. Teori ini menunjukkan bahwa nilai-nilai tersebut masih berada di luar, belum menjadi nilai diri sendiri dari individu. Karena nilai masih di luar, maka perlu diinternalisasikan agar menjadi nilai diri. Dalam hal ini, nilai kerendahan hati berarti masih nilai Tuhan, belum menjadi nilai diri bagi seorang Kristiani. Itulah sebabnya perlu dilakukan penginternalisasian. Bila kerendahan hati masih nilai luar bagi seorang Kristiani, maka itu berarti masih dijalankan bersifat *imperative* (perintah). Namun apabila kerendahan hati dilakukan sebagai kesadaran diri, karena melihat kerenda-

²¹ Albert Bandura, *Social Learning Theory* (New Jersey: Prentice Hall, 1977), 17.

²² Peter L. Berger and Thomas Luckmann, *Tafsir Sosial Atas Kenyataan: Risalah Tentang Sosiologi Pengetahuan* (Jakarta: LP3ES, 2013), 176-78.

²³ Kama Abdul Hakam and Encep Syarief Nurdin, *Metode Internalisasi Nilai-Nilai* (Bandung: Maulana Media Grafika, 2016), 3.

hatian itu sebagai kenyataan suatu sikap nilai yang wajib dilakukannya, maka itu berarti sikap kerendahan hati itu merupakan *indicative*.

Perilaku *indicative* kerendahan hati sangat mungkin untuk dijalani seorang Kristen. Sebab, sama seperti yang diutarakan oleh Paul Hartog bahwa Roh Kudus yang telah diterima orang Kristen bukan saja memberikan kuasa, tetapi juga memberdayakan agar dapat berpartisipasi dalam menjalankan hidup sebagai seorang Kristiani sesuai dengan nilai-nilai Kristen. Menurutnya, “*Christian ethics is not characteristically Christian because of its ethical ruling, but because of its pneumatological-soteriological foundation and way of operating.*”²⁴

Pada zaman Musa, internalisasi nilai-nilai Tuhan pun sudah dilakukan oleh Musa (Ul. 6:6-9).²⁵ Pada teks tersebut dapat terlihat pandangan Musa tentang pentingnya internalisasi nilai-nilai Tuhan yang diperintahkan dan diajarkan Musa kepada orang Israel. Internalisasi nilai-nilai tersebut dilakukannya dalam empat tahap, yaitu: memperhatikan perintah Musa (ini merupakan tahap informasi nilai); mengajarkan dan mendiskusikannya atau membicarakannya (tahap pelatihan untuk menerapkan nilai-nilai tersebut dimanapun): tanda di tangan dan

lambang di dahi (tahap terbentuknya jati diri atau profil sebagai umat Tuhan di mana nilai-nilai Tuhan telah menjadi nilai-nilai dirinya); menuliskannya pada tiang pintu rumah dan pada pintu gerbang (tahap kristalisasi atau pengokohan jati diri di rumah).

Di sisi lain, pemilihan model keteladanan ini juga disebabkan pemikiran teologi Kristen yang mengutamakan keteladanan. Hal ini dapat terlihat dari apa yang diutarakan oleh Yesus dalam Yohanes 13:14-15. Ia menekankan perkataan, “Jadi jikalau Aku membasuh kakimu, Aku yang adalah Tuhan dan Gurumu.” Arti dari perkataan ini Ia ungkapkan dalam kalimat selanjutnya, yaitu agar para muridpun meneladani apa yang Ia lakukan. Peneladanan ini merupakan peneladanan kerendahan hati, seorang guru membasuh kaki murid-murid. Perilaku yang umum tidaklah demikian, sebab pada umumnya murid-muridlah yang selalu merendahkan diri di hadapan guru.

Paulus juga menekankan keteladanan ini dengan berkata dalam 1 Korintus 4:16, “Sebab itu aku menasehatkan kamu: turutilah teladanku!” Lebih lanjut Paulus mengatakan dalam Filipi 3:17 agar orang Kristen (jemaat Filipi) mengikuti teladan dari orang-orang yang hidup seperti dirinya. Di dalam hal ini, berarti bukan hanya me-

²⁴ Paul Hartog, “Integrative Role of The Spirit In The Ethics of Galatian,” *He Database Society of Japan Journal (DBSJ)* 16, no. 1 (2011).

²⁵ Aripin Tambunan, *Tetap Beriman Kristen Di Era Posmo* (Yogyakarta: Kanisius, 2021).

mengikuti teladannya saja, tetapi menuruti dan mengikuti teladan dari pemimpin-pemimpin jemaat Filipi yang telah mengikuti teladan Kristus.

Di dalam bahasa Yunani, teladan dituliskan dengan kata *τυπος* yang artinya: contoh, pola, atau patron. Hal ini digambarkan sebagai seorang tokoh yang terus menerus diamati tingkah lakunya, lalu pengamat tersebut menjadikannya sebagai patron dalam berperilaku di dalam kehidupannya. Karena itu, maka penggunaan metode internalisasi kerendahan hati melalui keteladanan dapat dilakukan. Rohaniawan Kristen yaitu: pendeta, dosen teologi, dosen/guru Kristen, dan pengerja gereja, berperan sebagai model *τυπος* yang dicontoh, dijadikan patron oleh observer (jemaat, mahasiswa, anak, remaja, dan pemuda).

Model keteladanan ini berakar dari Teori Pembelajaran Sosial (TPS) atau *Social Learning Theory* dari Albert Bandura (1977). Teori Pembelajaran Sosial terjadi ketika perilaku pengamat berubah setelah melihat perilaku model (keteladanan), di mana pengamat (*observer*) dapat dipengaruhi secara positif maupun negatif oleh model. Dalam hal ini dapat juga dikatakan sebagai pengamat mendapatkan konsekuensi perwakilan penguatan atau perwakilan pelemahan dari perilaku model.

Perilaku manusia dapat diubah menjadi lebih baik melalui pemodelan. Seseorang dapat dengan mudah belajar tentang bagaimana berperilaku dengan mengobservasi seorang model. Misalnya, seorang model menampilkan bagaimana perilaku rendah hati, ia akan diamati (observasi) oleh seseorang. Pengamatan tersebut membentuk gagasan tentang bagaimana perilaku rendah hati dilakukan. Gagasan tentang kerendahan hati tersebut dipakai sebagai pedoman untuk bertindak. Lalu pada kesempatan berikutnya, kode perilaku kerendahan hati itu diwujudkan dalam tindakannya sehingga ia terhindar dari kesalahan yang tidak perlu dalam mengejawantahkan perilaku kerendahan hati.

Di dalam *Social Learning Theory*, Albert Bandura menjelaskan bahwa pembelajaran melalui observasional diatur oleh empat proses komponen.²⁶ Komponen pertama adalah *Attentional Processes* (Proses Perhatian). Apa yang dimaksudkannya tentang proses ini adalah pengaruh pemodelan menghasilkan pembelajaran informatif bagi pengamat (*observer*). Pengaruh pemodelan yang dimaksud di sini datang dari seorang model yang diamati oleh *observer* (jemaat/siswa/mahasiswa Kristen). Model tersebut merupakan rohaniawan Kristen, yaitu: pendeta, dosen teologi, dosen/guru Kristen, dan

²⁶ Albert Bandura, *Social Learning Theory*, 22-29.

pengerja gereja. *Observer* akan belajar banyak dari model dengan cara memperhatikan dan memahami secara akurat fitur-fitur penting dari perilaku yang dimodelkan. Fitur-fitur tersebut menjadi informasi penting bagi *observer* untuk mengembangkan perilakunya menjadi rendah hati. *Observer* akan menentukan fitur mana yang diikuti dan fitur mana yang diabaikan. Sering juga pembelajaran observasional ini bergantung terutama pada dua sistem representasional yaitu, imajinasi dan verbal. Beberapa perilaku dipertahankan dalam citra, lalu stimulasi sensorik mengaktifkan sensasi yang menimbulkan persepsi tentang peristiwa eksternal. Hasil dari paparan berulang, rangsangan pemodelan akhirnya menghasilkan gambar yang bertahan lama dan dapat diambil dari pertunjukan yang dimodelkan tersebut.

Komponen kedua adalah *Retention Processes* (Proses Retensi). Pengaruh pemodelan akan semakin kuat dirasakan oleh *observer* bila mereka melakukan pengulangan pada aktivitas yang dilakukakannya yang sesuai dengan perilaku model. Hal tersebut bertujuan agar mereka mengingatnya, sebab orang tidak dapat banyak dipengaruhi melalui pengamatan terhadap perilaku yang dimodelkan bila mereka tidak mengingat pemodelan tersebut. Jadi paparan berulang dari rangsangan pemodelan akhirnya akan

menghasilkan gambar yang bertahan lama, yang bila diperlukan dapat dipanggil untuk mewujudkan perilaku yang sesuai model.

Komponen ketiga adalah *Motor Reproduction Processes* (Proses Reproduksi Motorik). Komponen ketiga dari pemodelan ini melibatkan konversi representasi simbolik menjadi tindakan yang tepat. Untuk memahami fungsi panduan respons ini memerlukan analisis mekanisme ide motor kinerja. Reproduksi perilaku dicapai dengan mengatur respons seseorang secara spasial dan temporal sesuai dengan pola yang dimodelkan. Tetapi, jika beberapa dari komponen respons ini kurang, reproduksi perilaku akan salah. Ketika ada kekurangan, maka sub-keterampilan dasar yang diperlukan untuk pertunjukan yang kompleks yang pertama-tama harus dikembangkan adalah pemodelan dengan latihan. *Observer* mulai melatih fitur-fitur kerendahan hati yang diperankan oleh model di dalam kehidupannya agar terbentuk kebiasaan yang akan menjadi jati dirinya. Pelatihan ini berguna untuk dapat melihat sejauh mana *observer* telah mampu menerapkan fitur-fitur kerendahan hati di dalam kehidupannya. Serta dapat mengoreksi fitur mana dari kerendahan hati yang masih perlu perbaikan untuk dilakukan.

Komponen keempat adalah *Motivational Pocesses* (Proses Motivasi). Teori pem-

belajaran sosial membedakan antara akuisisi dan kinerja karena orang tidak memberlakukan semua yang mereka pelajari. Mereka lebih mungkin untuk mengadopsi perilaku yang dimodelkan jika menghasilkan hasil yang mereka hargai. Di sini berarti *observer* memerlukan motivasi untuk melakukan perilaku yang diadopsi dari model. Model perlu memberikan penghargaan bagi yang berhasil dan hukuman bagi yang tidak berhasil. Menurut Bandura, hal tersebut pada akhirnya dapat menghasilkan tanggapan yang cocok dalam kebanyakan orang. Menurut Bandura, konsekuensi respons memiliki beberapa fungsi. Pertama, mereka memberikan informasi. Kedua, mereka berfungsi sebagai motivator melalui nilai insentif mereka. Fungsi ketiga, dan yang paling kontroversial, menyangkut kapasitas mereka untuk memperkuat tanggapan secara otomatis. Pemahaman penuh tentang belajar melalui respons konsekuensi karena itu memerlukan pertimbangan rinci tentang fungsi-fungsi ini.

Langkah-langkah Internalisasi Kerendahan Hati sebagai Jati Diri Kristiani

Langkah-langkah untuk memperkuat kerendahan hati sebagai jati diri Kristiani dapat dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut. Pertama, jemaat/siswa/mahasiswa Kristen perlu melakukan pengamatan pada seorang model

(pendeta, dosen teologi, dosen/guru Kristen, dan pengerja gereja) tentang kerendahan hati agar ia dapat memahami dan menyerap konsep dan perilaku kerendahan hati. Kedua, jemaat/siswa/mahasiswa Kristen mengobservasi nilai kerendahan hati yang diperankan model untuk dipertimbangkan sebagai perilakunya. Pertimbangan ini akan semakin kuat untuk diterapkan sebagai perilakunya manakala model menunjukkan perilaku kerendahan hati tersebut secara berulang. Namun apabila model gagal memerankan sikap kerendahan hati, maka jemaat/siswa/mahasiswa Kristen tidak akan menduplikasi perilaku model pada dirinya. Ia akan tetap pada perilakunya. Ia gagal untuk menduplikasi perilaku kerendahan hati, karena terdistorsi oleh perilaku model sehingga ia akan tetap pada perilakunya semula.

Langkah ketiga, ia memerlukan waktu dan kesempatan untuk menerapkan atau melatih kerendahan hati sebagai jati dirinya. Keempat, ia memerlukan motivasi untuk melakukannya dari seorang model. Motivasi diperlukan untuk menambah daya dobrak pada perubahan perilaku. Motivasi dapat diberikan berupa pujian ketika berhasil melakukan perilaku kerendahan hati seperti mengatakan, “saya bangga melihat Anda telah berhasil mengejawantahkan jati diri Kristen. Tetaplah melakukannya agar menjadi serupa dengan Kristus. Anda juga

pasti merasa bahagia ketika berhasil melakukan perilaku kerendahan hati.” Teguran yang dapat membangkitkan semangat untuk melakukannya lebih baik lagi juga dapat diberikan sebagai motivasi. Seperti, “saya tahu, Anda pasti merasa sakit atau terluka ketika Anda tidak berhasil dalam mengejawantahkan sikap kerendahan hati. Teruslah berupaya, hilangkan rasa sakit tersebut dengan cara menggantinya dengan rasa bahagia. Bahagia karena telah melakukan sikap kerendahan hati.” Hal ini perlu dilakukan terus agar pada akhirnya perilaku kerendahan hati menjadi jati dirinya. Artinya, ia sampai pada taraf bila ia melakukan kerendahan hati maka ia bahagia. Namun bila ia tidak melakukan kerendahan hati, ia akan merasa sakit. Inilah yang menjadi indikasi bahwa kerendahan hati telah berhasil diinternalisasi oleh jemaat/siswa/mahasiswa Kristen.

KESIMPULAN

Kerendahan hati perlu diinternalisasikan melalui transmisi nilai ke dalam diri seorang Kristen sebab kerendahan hati merupakan pakaian atau jubah seorang Kristen. Kerendahan hati merupakan nilai yang datang dari Tuhan. Dengan demikian, ia tidak begitu saja ada dalam diri seorang Kristen. Upaya untuk menginternalisasi nilai-nilai kerendahan hati tersebut dapat melalui

pembelajaran sosial, di mana jemaat/siswa/mahasiswa Kristen belajar melalui pengamatan terhadap perilaku model, yaitu pemimpin rohani. Perilaku yang ditampilkan oleh model tersebut akan diinternalisasi oleh *observer* sehingga jati diri Kristiani tersebut akan terbentuk dalam dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Albert Bandura. *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice Hall, 1977.
- Anderson, Janice Capel, and Stephen D. Moore. *Mark & Method: New Approaches in Biblical Studies*. Minneapolis: Fortress Press, 1992.
- Berger, Peter L., and Thomas Luckmann. *Tafsir Sosial Atas Kenyataan: Risalah Tentang Sosiologi Pengetahuan*. Jakarta: LP3ES, 2013.
- Chappell, Sophie Grace. *Humility among Ancient Greeks Proof*. United Kingdom: The Open University, 2020.
- Chittister, J. D. *Wisdom Distilled from the Daily: Living the Rule of St. Benedict Today*. San Francisco: Harper Collins, 1991.
- Elliott, Jeffrey Charles. *Humility: Development and Analysis of a Scale*. Knoxville: University of Tennessee, 2010.
- Hakam, Kama Abdul, and Encep Syarief Nurdin. *Metode Internalisasi Nilai-Nilai*. Bandung: Maulana Media Grafika, 2016.
- Hartog, Paul. “Integrative Role of The Spirit In The Ethics of Galatian.” *He Database Society of Japan Journal (DBSJ)* 16, no. 1 (2011).
- LaMothe, R. “Broken and Empty: Pastoral Leadership as Embodying Radical

- Courage, Humility, Compassion, and Hope.” *Pastoral Psychology* 61, no. 4 (2012): 451–466. <https://doi.org/10.1007/s11089-011-0417-9>.
- MacArthur, John. *The MacArthur New Testament Commentary: 1 Peter*. Chicago: Moody Publishers, 2004.
- Martin, Ralph P. *The New Century Bible Commentary: Colossians and Philemon*. Grand Rapids: Wm.B.Eerdmans Publisher, 1992.
- Means, John R., Gregory L. Wilson, Cynthia Sturm, Joseph E. Biron, and Paul J. Bach. “Humility as a Psychotherapeutic Formulation.” *Counseling Psychology Quarterly* 3, no. 2 (1990): 211–15. <https://doi.org/10.1080/09515079008254249>.
- Moule, C.F.D. *Cambridge Greek Testament Commentary, The Epistles of Paul the Apostle to the Colossians and Philemon*. Cambridge, 2002.
- Nietzsche, Friederich. *The Philosophy of Nietzsche*. New York: The Modern Library, 1954.
- Pain, David R., Elisabeth G. Ruffing, Nancy G. Davor, and Steven J. Sandage. “Humility and Narcissism in Clergy: A Relational Spirituality Framework, Pastoral Psychol.” *Pastoral Psychol* 67 (2018): 525–45. <https://doi.org/10.1007/s11089-018-0830-4>.
- Paine, D. R., P. J. Jankowski, and S. J. Sandage. “Humility as a Predictor of Intercultural Competence: Mediator Effects for Differentiation-of-Self.” *Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families* 24, no. 1 (2016): 15–22. <https://doi.org/10.1177/1066480715615667>.
- Roberts, R. C. *Spirituality and Human Emotion*. Grand Rapids: Wm. B. Eerdmans Publishing, 1983.
- Ropes, James Hardy. *The International Critical Commentary: A Critical and Exegetical Commentary on the Epistle of St. James*. Edinburgh: T & T Clark, 1991.
- Tambunan, Aripin. *Tetap Beriman Kristen Di Era Posmo*. Yogyakarta: Kanisius, 2021.
- Tangney, J. P. *Handbook of Positive Psychology*. Oxford: Oxford University Press, 2002.
- Templeton, J. M. *Worldwide Laws of Life: Two Hundred Eternal Spiritual Principles*. Radnor: Templeton Press, 1997.
- Waterman, Alan S. “Identity Formation: Discovery or Creation?” *The Journal of Early Adolescence* 4, no. 4 (1984): 329–41. <https://doi.org/10.1177/0272431684044004>.
- Worthington Jr., E. L., and S. J. Sandage. *Forgiveness and Spirituality: A Relational Approach*. Washington: American Psychological Association, 2016.