



Peran dan Makna Simbol Gerak Tubuh dalam Perayaan Liturgi Sabda Bagi Umat di Stasi STA. Maria Goreti Labat

INFO PENULIS

Marianus Petu Langga
Sekolah Tinggi Pastoral Keuskupan Agung
Kupang

Yohanes Rusae
Sekolah Tinggi Pastoral Keuskupan Agung
Kupang

Viktor Doddy Sasi
Sekolah Tinggi Pastoral Keuskupan Agung
Kupang

INFO ARTIKEL

ISSN: 2808-1307

Vol. 6, No. 2, Agustus 2026

<https://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajsh>

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

Saran Penulisan Referensi

Langga, M. P., Rusae, Y., & Sasi, V. D. (2026). Peran dan Makna Simbol Gerak Tubuh dalam Perayaan Liturgi Sabda Bagi Umat di Stasi STA. Maria Goreti Labat. *Arus Jurnal Sosial dan Humaniora*, 6 (2), 2765-2772.

Abstrak

Liturgi Sabda merupakan bagian penting dalam kehidupan iman Gereja karena melalui pewartaan Sabda Allah, umat beriman berjumpa dengan Allah sekaligus memperoleh pembinaan dan penguatan dalam iman. Dalam perayaan Liturgi Sabda, partisipasi umat beriman tidak hanya diwujudkan melalui mendengarkan bacaan Kitab Suci, menjawab doa-doa, dan mengikuti nyanyian, tetapi juga melalui simbol-simbol liturgis, termasuk gerak tubuh. Berdiri, duduk, membungkuk, membuat tiga tanda salib kecil sebelum pewartaan Injil, melipat tangan, serta mempertahankan sikap tubuh yang khidmat dan penuh perhatian merupakan bentuk pengungkapan iman yang memiliki makna spiritual. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran dan makna simbol gerak tubuh dalam perayaan Liturgi Sabda, mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi pemahaman dan penghayatan umat beriman terhadap simbol-simbol tersebut, serta mengetahui upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan penghayatan terhadap gerak tubuh demi pertumbuhan iman umat beriman di Stasi Sta. Maria Goreti Labat. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Partisipan penelitian terdiri atas delapan informan, yang terdiri dari enam informan utama dan dua informan tambahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa simbol gerak tubuh dipahami oleh umat beriman sebagai ungkapan penghormatan kepada Allah, kesiapsediaan untuk mendengarkan Sabda, kerendahan hati, penyerahan diri, dan keterbukaan terhadap kehendak Allah. Namun, sebagian umat beriman masih melakukan gerak tubuh liturgis hanya sebagai kebiasaan tanpa memahami secara mendalam makna spiritualnya. Faktor-faktor yang mendukung penghayatan terhadap gerak tubuh tersebut meliputi pengaruh keluarga, pembinaan Gereja, keterlibatan dalam pelayanan liturgi, kesadaran pribadi, dan suasana liturgi yang kondusif. Sementara itu, faktor-faktor penghambat meliputi kecenderungan melakukan gerak tubuh secara otomatis, keterbatasan pembinaan liturgi, dan rendahnya minat membaca. Oleh karena itu, diperlukan katekese dan pembinaan liturgi secara berkelanjutan, praktik langsung dalam perayaan liturgi, penguatan peran orang tua, peningkatan keterlibatan Orang Muda Katolik (OMK), serta penciptaan suasana liturgi yang tertib dan kondusif. Dengan demikian, simbol gerak tubuh tidak hanya menjadi kebiasaan lahiriah semata, tetapi sungguh-sungguh dapat menjadi ungkapan iman yang membantu umat beriman untuk berpartisipasi secara sadar, aktif, dan bermakna dalam Liturgi Sabda.

Kata kunci: Simbol Gerak Tubuh, Liturgi Sabda, Penghayatan Iman, Umat Beriman, Stasi STA. Maria Goreti Labat.

Abstract

The Liturgy of the Word is an essential part of the life of faith in the Church because, through the proclamation of the Word of God, the faithful encounter God while receiving formation and strengthening in their faith. In the celebration of the Liturgy of the Word, the participation of the faithful is expressed not only through listening to the readings from Sacred Scripture, responding to prayers, and joining in hymns, but also through liturgical symbols, including bodily gestures. Standing, sitting, bowing, making three small signs of the cross before the proclamation of the Gospel, folding the hands, and maintaining a reverent and attentive posture are forms of expressing faith that carry spiritual meaning. This study aims to examine the role and meaning of bodily gesture symbols in the celebration of the Liturgy of the Word, identify the factors that influence the faithful's understanding and appreciation of these symbols, and determine the efforts that can be undertaken to enhance their appreciation of bodily gestures for the growth of faith among the faithful at Stasi Sta. Maria Goreti Labat. This study employed a descriptive qualitative approach. Data were collected through interviews, observation, and documentation. The research participants consisted of eight informants, comprising six primary informants and two additional informants. The findings indicate that bodily gesture symbols are understood by the faithful as expressions of reverence toward God, readiness to listen to the Word, humility, self-surrender, and openness to God's will. However, some members of the faithful still perform liturgical gestures merely out of habit without deeply understanding their spiritual meaning. Supporting factors for the appreciation of these gestures include family influence, Church formation, involvement in liturgical ministry, personal awareness, and a conducive liturgical atmosphere. Meanwhile, inhibiting factors include the tendency to perform gestures automatically, limited liturgical formation, and low interest in reading. Therefore, continuous catechesis and liturgical formation, direct practice in liturgical celebrations, strengthening the role of parents, increasing the involvement of Catholic Youth, and creating an orderly and conducive liturgical atmosphere are necessary. In this way, bodily gesture symbols can transcend mere external habits and genuinely become expressions of faith that help the faithful participate consciously, actively, and meaningfully in the Liturgy of the Word.

Keywords: Bodily Gesture Symbols, Liturgy Of The Word, Appreciation Of Faith, Faithful, Stasi STA. Maria Goreti Labat.

A. Pendahuluan

Liturgi merupakan pusat kehidupan Gereja karena melalui liturgi umat beriman merayakan karya keselamatan Allah. Dalam liturgi, umat tidak hanya berkumpul untuk menjalankan kewajiban keagamaan, tetapi mengambil bagian dalam perayaan iman dan karya keselamatan yang dikerjakan Allah. Oleh karena itu, liturgi mempunyai hubungan yang erat dengan kehidupan iman umat. Liturgi menjadi ruang bagi umat untuk mendengarkan Sabda Allah, memuji dan memuliakan-Nya, serta memperbarui kehidupan berdasarkan iman yang dirayakan.

Konsili Vatikan II menegaskan pentingnya liturgi dalam kehidupan Gereja. Liturgi merupakan sumber dan puncak kehidupan Gereja karena dari liturgi umat memperoleh kekuatan untuk menjalani kehidupan kristiani, dan seluruh kegiatan Gereja diarahkan kepada liturgi sebagai puncaknya. Karena itu, partisipasi umat dalam liturgi tidak dapat dipahami hanya sebagai kehadiran secara fisik. Umat dipanggil untuk mengambil bagian secara sadar, aktif, dan penuh penghayatan.

Salah satu unsur yang membantu umat untuk berpartisipasi dalam liturgi ialah simbol. Manusia merupakan makhluk yang menggunakan simbol untuk mengungkapkan pengalaman dan realitas yang tidak selalu dapat dijelaskan hanya melalui kata-kata. Dalam liturgi, simbol membantu umat mengungkapkan iman melalui tanda-tanda yang dapat dilihat, didengar, dan dilakukan. Dengan demikian, simbol liturgi mempunyai fungsi untuk menghubungkan tindakan lahiriah dengan makna iman yang dirayakan.

Gerak tubuh merupakan salah satu bentuk simbol yang penting dalam perayaan liturgi. Berdiri, duduk, membungkuk, berlutut, membuat tanda salib, mengatupkan tangan, dan menjaga sikap tenang bukan sekadar aktivitas fisik. Gerakan-gerakan tersebut dapat menjadi bahasa tubuh yang mengungkapkan sikap batin umat di hadapan Allah. Sikap berdiri dapat mengungkapkan penghormatan dan kesiapan; duduk membantu umat mendengarkan dan merenungkan; membungkuk mengungkapkan penghormatan dan kerendahan hati; sedangkan sikap hening membantu umat memusatkan perhatian kepada Allah.

Gerak tubuh memiliki tempat yang penting secara khusus dalam Liturgi Sabda. Sabda Allah bukan hanya untuk didengar secara lahiriah, melainkan untuk diterima, direnungkan, dihayati, dan diwujudkan dalam kehidupan. Karena itu, sikap tubuh umat selama Liturgi Sabda dapat membantu membangun kesadaran bahwa mereka sedang mengikuti suatu peristiwa iman. Sikap tubuh yang benar dan dilakukan dengan penuh kesadaran dapat mendukung umat untuk

mengarahkan pikiran dan hati kepada Sabda Allah. Namun, makna simbol gerak tubuh tidak selalu dipahami secara mendalam oleh umat. Gerakan liturgis dapat dilakukan berulang kali sehingga menjadi kebiasaan. Ketika suatu gerakan hanya dilakukan karena mengikuti orang lain atau karena sudah terbiasa, terdapat kemungkinan bahwa makna rohaninya kurang dihayati. Gerakan yang seharusnya menjadi ungkapan iman dapat berubah menjadi tindakan mekanis.

Keadaan tersebut juga ditemukan berdasarkan observasi awal di Stasi Sta. Maria Goreti Labat. Pemahaman umat terhadap makna simbol gerak tubuh belum merata. Sebagian umat telah melaksanakan gerakan liturgis secara rutin, tetapi belum semuanya memahami makna simbolis dan rohani dari gerakan tersebut. Hal ini tampak dalam sikap tubuh yang kurang serasi, kurangnya kekhusyukan pada bagian-bagian penting Liturgi Sabda, serta kecenderungan melakukan gerakan berdasarkan kebiasaan.

Percakapan awal dengan umat juga menunjukkan bahwa sebagian umat mengikuti perayaan liturgi terutama berdasarkan kebiasaan. Mereka mengetahui kapan harus berdiri, duduk, membungkuk, membuat tanda salib, atau mengatupkan tangan, tetapi belum selalu mampu menjelaskan alasan dan makna rohani dari tindakan tersebut. Meskipun demikian, umat menunjukkan keterbukaan dan antusiasme untuk belajar. Situasi ini menjadi peluang bagi Gereja untuk memberikan pembinaan liturgi yang lebih terarah dan berkelanjutan.

Pembinaan tersebut penting karena pemahaman terhadap simbol liturgi dapat membantu umat menghubungkan tindakan lahiriah dengan pengalaman iman. Umat tidak hanya mengetahui tata gerak dalam liturgi, tetapi juga memahami mengapa gerakan tersebut dilakukan dan bagaimana gerakan itu membantu mereka menghayati kehadiran serta karya Allah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berfokus pada tiga persoalan utama. Pertama, bagaimana peran dan makna simbol gerak tubuh dalam perayaan Liturgi Sabda di Stasi Sta. Maria Goreti Labat? Kedua, faktor-faktor apa saja yang memengaruhi pemahaman dan penghayatan umat terhadap simbol gerak tubuh? Ketiga, upaya apa yang dapat dilakukan untuk meningkatkan penghayatan simbol gerak tubuh sehingga dapat mendukung pertumbuhan iman umat?

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menjelaskan peran serta makna simbol gerak tubuh dalam perayaan Liturgi Sabda, mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat pemahaman serta penghayatan umat, dan merumuskan upaya pastoral yang dapat dilakukan untuk meningkatkan penghayatan simbol gerak tubuh dalam kehidupan liturgis umat.

Kajian Teoretis

Liturgi sebagai Perayaan Iman

Liturgi merupakan perayaan iman Gereja yang menghadirkan umat dalam hubungan dengan Allah. Liturgi bukan hanya sekumpulan tata aturan atau tindakan ritual, melainkan perayaan iman yang melibatkan seluruh pribadi manusia. Karena manusia memiliki dimensi jasmani dan rohani, partisipasi dalam liturgi juga melibatkan tubuh, pikiran, perasaan, dan kehendak. Oleh sebab itu, partisipasi umat dalam liturgi hendaknya berlangsung secara sadar dan aktif. Partisipasi tersebut tidak hanya berarti mengambil tugas tertentu dalam perayaan, tetapi juga mengikuti setiap bagian liturgi dengan penuh perhatian dan penghayatan.

Liturgi Sabda

Liturgi Sabda merupakan bagian penting dalam perayaan liturgi Gereja. Dalam Liturgi Sabda, Allah berbicara kepada umat-Nya melalui Kitab Suci yang diwartakan. Umat dipanggil untuk mendengarkan, memahami, merenungkan, dan menanggapi Sabda tersebut dalam kehidupan. Dengan demikian, mendengarkan Sabda Allah bukanlah aktivitas pasif. Umat diharapkan membuka diri terhadap Sabda yang didengarkan sehingga Sabda tersebut dapat memengaruhi cara berpikir, berbicara, bersikap, dan bertindak.

Simbol dalam Liturgi

Simbol merupakan sarana manusia untuk mengungkapkan sesuatu yang lebih dalam daripada apa yang tampak secara langsung. Dalam liturgi, simbol membantu umat mengungkapkan dan mengalami realitas iman. Simbol liturgi tidak berdiri sendiri, tetapi mempunyai hubungan dengan sikap batin dan misteri iman yang dirayakan. Oleh karena itu, simbol perlu dipahami dan dihayati. Apabila simbol dilakukan tanpa pemahaman, tindakan tersebut berisiko menjadi rutinitas. Sebaliknya, ketika simbol dipahami dengan baik, tindakan lahiriah dapat membantu umat mengarahkan hati dan pikiran kepada Allah.

Gerak Tubuh sebagai Simbol Liturgis

Gerak tubuh merupakan bagian dari partisipasi umat dalam liturgi. Tubuh menjadi sarana untuk mengungkapkan sikap batin. Sikap berdiri, duduk, membungkuk, berlutut, membuat tanda salib, mengatupkan tangan, dan hening memiliki fungsi dalam membantu umat mengikuti perayaan secara tertib dan penuh perhatian. Dalam konteks Liturgi Sabda, gerak tubuh dapat membantu umat memasuki suasana doa, menunjukkan penghormatan kepada Sabda Allah, dan mengungkapkan kesiapan untuk menerima serta melaksanakan Sabda tersebut.

B. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan **kualitatif deskriptif**. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berusaha memahami pengalaman, pemahaman, dan penghayatan umat terhadap simbol gerak tubuh dalam perayaan Liturgi Sabda di Stasi Sta. Maria Goreti Labat. Penelitian dilaksanakan di **Stasi Sta. Maria Goreti Labat**. Informan penelitian berjumlah delapan orang yang terdiri atas enam informan utama dan dua informan tambahan. Informan utama berasal dari kelompok orang tua dan Orang Muda Katolik, sedangkan informan tambahan adalah katekis. Data penelitian diperoleh melalui tiga teknik pengumpulan data, yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk menggali pemahaman, pengalaman, dan penghayatan informan mengenai simbol gerak tubuh dalam Liturgi Sabda. Observasi dilakukan dengan mengamati secara langsung pelaksanaan Liturgi Sabda, khususnya penggunaan gerak tubuh oleh umat. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung yang berkaitan dengan pelaksanaan liturgi dan kehidupan menggereja umat.

Analisis data dilakukan dengan mengidentifikasi informasi yang berkaitan dengan pemahaman umat terhadap setiap gerak tubuh, makna yang diberikan umat terhadap gerakan tersebut, faktor pendukung dan penghambat penghayatan, serta upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan penghayatan umat.

Untuk menjaga fokus penelitian, data kemudian dikelompokkan ke dalam beberapa tema, yaitu makna sikap berdiri, sikap duduk, sikap membungkuk, tiga tanda salib kecil sebelum Injil, sikap mengatupkan tangan dan ketenangan, faktor pendukung, faktor penghambat, serta upaya meningkatkan penghayatan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Makna Sikap Berdiri dalam Liturgi Sabda

Hasil wawancara menunjukkan bahwa enam informan memahami sikap berdiri sebagai bentuk penghormatan, kesiapan, dan sukacita dalam menyambut Kristus yang hadir dan berbicara melalui pewartaan Injil. Berdiri dipahami bukan hanya sebagai perubahan posisi tubuh, tetapi sebagai tanda kesiapan umat untuk menerima Sabda Allah.

Pemahaman tersebut menunjukkan bahwa sikap berdiri mempunyai dimensi spiritual. Tubuh umat secara lahiriah menunjukkan kesiapan, sedangkan secara batin umat diarahkan untuk membuka diri terhadap Sabda Allah. Dalam konteks pembacaan Injil, sikap berdiri juga membantu umat menyadari bahwa pewartaan Injil merupakan bagian penting dari perayaan iman.

Dengan demikian, sikap berdiri memiliki peran dalam membangun kesadaran umat bahwa Sabda Allah perlu disambut dengan penghormatan. Gerakan tersebut menjadi lebih bermakna apabila dilakukan bukan sekadar karena mengikuti tata urutan perayaan, tetapi karena umat menyadari bahwa mereka sedang mendengarkan Sabda Allah.

Makna Sikap Duduk

Informan memahami sikap duduk sebagai posisi yang memberikan kenyamanan dan membantu umat mempersiapkan diri untuk mendengarkan serta merenungkan Sabda Tuhan. Sikap duduk memberikan kesempatan kepada umat untuk memusatkan perhatian pada bacaan Kitab Suci dan penjelasan yang diberikan dalam homili atau refleksi. Sikap duduk menunjukkan bahwa tubuh dapat membantu proses mendengarkan. Dalam posisi yang tenang, umat dapat lebih mudah memusatkan perhatian dan menghindari gangguan yang dapat mengurangi konsentrasi.

Dengan demikian, duduk dalam Liturgi Sabda tidak dapat dipahami sebagai sikap pasif. Sikap tersebut justru dapat mendukung keterlibatan umat karena membantu mereka mendengarkan dan merenungkan Sabda Allah secara lebih baik. Nilai spiritual sikap duduk terletak pada kesiapan batin untuk menerima pesan Allah.

Makna Sikap Membungkuk

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sikap membungkuk dipahami sebagai ungkapan penghormatan yang mendalam, pertobatan, dan kerendahan hati di hadapan Allah.

Membungkuk merupakan bentuk komunikasi nonverbal. Tubuh menyampaikan pesan tentang sikap batin seseorang. Ketika umat membungkukkan badan dengan penuh kesadaran, mereka mengakui kebesaran Allah dan menyadari keterbatasan diri sebagai manusia.

Sikap membungkuk juga dapat menjadi ungkapan kerendahan hati. Dalam kehidupan iman, kerendahan hati merupakan sikap penting karena umat menyadari bahwa mereka membutuhkan Allah. Dengan demikian, membungkuk bukan hanya tindakan fisik, melainkan simbol yang membantu umat mengungkapkan sikap batin di hadapan Allah.

Makna Tiga Tanda Salib Kecil

a. Sebelum Pembacaan Injil

Sebelum pembacaan Injil, umat membuat tiga tanda salib kecil pada dahi, bibir, dan dada. Berdasarkan hasil penelitian, tindakan ini dipahami sebagai permohonan agar Sabda Allah menyucikan pikiran, perkataan, dan hati umat.

Tanda salib pada dahi dikaitkan dengan pikiran. Umat memohon agar mampu memahami Sabda Allah. Tanda salib pada bibir berkaitan dengan perkataan, yaitu kesediaan untukewartakan Sabda yang telah diterima. Sementara itu, tanda salib pada dada atau hati berkaitan dengan penerimaan dan penghayatan Sabda.

Makna tersebut memperlihatkan bahwa proses menerima Sabda Allah mencakup seluruh kehidupan manusia. Sabda tidak hanya didengar dengan telinga, tetapi perlu dipahami dalam pikiran, diterima dalam hati, diungkapkan melalui perkataan, dan diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, tiga tanda salib kecil sebelum Injil memiliki nilai pedagogis dan spiritual. Gerakan tersebut membantu umat mengingat bahwa Sabda Allah menuntut tanggapan nyata. Sabda yang diterima dalam perayaan liturgi diharapkan membawa perubahan dalam kehidupan.

b. Makna Sikap Mengatupkan Tangan dan Sikap Tenang

Semua informan memahami sikap mengatupkan tangan sebagai sarana untuk memusatkan perhatian, menenangkan diri, dan mengarahkan fokus kepada altar serta mimbar Sabda. Sikap tersebut juga dipahami sebagai bentuk komunikasi yang lebih intim dengan Tuhan.

Sikap mengatupkan tangan dapat membantu umat menjaga perhatian selama mengikuti perayaan. Gerakan ini menjadi salah satu bentuk kesiapsiagaan batin untuk berdoa dan mendengarkan. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap tenang dan hening mempunyai peranan penting dalam Liturgi Sabda. Keheningan memberikan kesempatan kepada umat untuk berkonsentrasi terhadap Sabda yang sedang diwartakan. Suasana yang tenang juga membantu umat menghindari berbagai gangguan yang dapat mengurangi kekhusyukan.

Dengan demikian, gerak tubuh dan suasana liturgi mempunyai hubungan yang erat. Gerakan yang dilakukan dengan benar membutuhkan suasana yang mendukung, sementara suasana yang tertib dapat membantu umat menghayati gerakan liturgis dengan lebih baik.

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Penghayatan Simbol Gerak Tubuh

a. Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama dalam pembentukan kehidupan iman. Kebiasaan yang dibangun dalam keluarga dapat memengaruhi cara seseorang mengikuti liturgi. Teladan orang tua, khususnya dalam sikap mengikuti perayaan liturgi, dapat membantu anak dan anggota keluarga lainnya belajar mengenai tata gerak dan sikap liturgis. Karena itu, pendidikan liturgi tidak hanya menjadi tanggung jawab Gereja melalui kegiatan formal, tetapi juga merupakan bagian dari pendidikan iman dalam keluarga.

b. Pembinaan Gereja

Pembinaan Gereja melalui homili, katekese, pendalaman iman, dan pelatihan liturgi menjadi salah satu faktor penting dalam meningkatkan pemahaman umat. Pembinaan membantu umat mengetahui tidak hanya apa yang harus dilakukan, tetapi juga alasan dan makna dari tindakan tersebut. Pembinaan yang dilakukan secara berkelanjutan dapat membantu mengurangi kecenderungan umat melakukan gerakan liturgis secara otomatis.

c. Keterlibatan dalam Pelayanan Liturgi

Umat yang terlibat dalam pelayanan liturgi mempunyai kesempatan lebih besar untuk belajar mengenai tata perayaan dan simbol-simbol liturgis. Melalui pengalaman langsung, umat dapat memahami hubungan antara gerakan, doa, bacaan, dan bagian-bagian lain dalam perayaan.

Keterlibatan tersebut juga dapat menjadi sarana pendidikan iman karena umat belajar melalui pengalaman konkret.

d. Kesadaran Pribadi

Kesadaran pribadi merupakan faktor yang sangat penting. Pengetahuan mengenai simbol liturgi akan menjadi lebih bermakna apabila disertai kemauan untuk menghayatinya. Umat yang memiliki kesadaran untuk bertumbuh dalam iman akan lebih terdorong untuk memahami makna setiap tindakan liturgis. Sebaliknya, apabila tidak ada kesadaran pribadi, gerakan liturgis dapat dilakukan hanya sebagai rutinitas.

e. Suasana Liturgi yang Kondusif

Suasana perayaan yang tertib, tenang, dan nyaman membantu umat berkonsentrasi. Liturgi yang berlangsung dengan baik dapat membantu umat memusatkan perhatian kepada Sabda Allah. Karena itu, ketertiban bukan hanya berkaitan dengan aspek teknis perayaan, tetapi juga mempunyai hubungan dengan penghayatan iman umat.

Faktor-Faktor Penghambat Penghayatan

a. Gerakan yang Dilakukan

1. Berdasarkan Kebiasaan

Hambatan utama yang ditemukan dalam penelitian ialah kecenderungan sebagian umat melakukan gerakan liturgis karena kebiasaan. Umat mengetahui kapan harus berdiri, duduk, membungkuk, membuat tanda salib, atau mengatupkan tangan, tetapi belum tentu memahami makna rohaninya.

Hal ini menunjukkan adanya jarak antara pengetahuan praktis dan pemahaman iman. Umat dapat mengetahui tata gerak secara benar, tetapi belum tentu menghubungkan gerakan tersebut dengan sikap batin.

b. Keterbatasan Pembinaan

Keterbatasan pembinaan menjadi faktor lain yang memengaruhi penghayatan. Apabila pembinaan mengenai liturgi tidak dilakukan secara teratur, umat akan lebih mudah mempertahankan kebiasaan lama tanpa memperoleh kesempatan untuk memperdalam pemahamannya.

Karena itu, pembinaan liturgi perlu menjadi bagian dari program pastoral stasi dan tidak hanya dilakukan ketika terdapat kebutuhan tertentu.

c. Rendahnya Minat Membaca

Penelitian juga menemukan bahwa rendahnya minat membaca menjadi tantangan dalam penggunaan media pembinaan tertulis. Gagasan mengenai buku saku bergambar mendapat sambutan, tetapi terdapat kekhawatiran bahwa buku tersebut tidak dibaca secara berkelanjutan.

Situasi ini menunjukkan perlunya bentuk pembinaan yang sesuai dengan kondisi umat. Media visual, praktik langsung, penjelasan singkat, dan metode kekeluargaan dapat dipertimbangkan sebagai pelengkap pembinaan tertulis.

Upaya Meningkatkan Penghayatan Simbol Gerak Tubuh

a. Meningkatkan Katekese dan Pembinaan Liturgi

Katekese dan pembinaan liturgi perlu dilakukan secara terencana dan berkelanjutan. Materi pembinaan dapat diberikan secara sederhana dengan menjelaskan makna gerakan-gerakan yang paling sering digunakan dalam Liturgi Sabda.

Pembinaan hendaknya tidak hanya berfokus pada aturan tentang kapan umat harus berdiri atau duduk, tetapi menjelaskan alasan teologis dan spiritual dari setiap tindakan. Dengan demikian, umat dapat menghubungkan tindakan tubuh dengan sikap iman.

b. Melaksanakan Praktik Liturgi Secara Langsung

Pembelajaran mengenai simbol liturgi akan lebih efektif apabila disertai praktik langsung. Umat dapat diajak untuk mempraktikkan sikap berdiri, duduk, membungkuk, membuat tiga tanda salib kecil, mengatupkan tangan, serta menjaga keheningan.

Praktik langsung memungkinkan umat belajar melalui pengalaman. Selain mengetahui tata gerak, umat juga dapat memahami bagaimana gerakan tersebut dilakukan dengan sikap yang tepat dan penuh kesadaran.

c. Mengoptimalkan Peran Orang Tua

Orang tua mempunyai peran penting dalam membentuk kebiasaan iman anggota keluarga. Oleh karena itu, orang tua perlu dilibatkan dalam pembinaan liturgi.

Orang tua dapat memberikan teladan melalui sikap mereka ketika mengikuti perayaan. Anak-anak dan anggota keluarga lainnya dapat belajar dari apa yang mereka lihat dan alami dalam kehidupan keluarga.

d. Meningkatkan Keterlibatan Orang Muda Katolik

Orang Muda Katolik perlu diberikan ruang yang lebih besar untuk terlibat dalam pelayanan liturgi. Keterlibatan tersebut bukan hanya untuk membantu kelancaran perayaan, tetapi juga menjadi kesempatan bagi kaum muda untuk belajar mengenai liturgi dan makna simbol-simbolnya. Keterlibatan kaum muda juga dapat menjadi sarana regenerasi pelayanan liturgi di stasi.

e. Menciptakan Suasana Liturgi yang Tertib dan Kondusif

Penghayatan umat membutuhkan suasana yang mendukung. Karena itu, seluruh pelayan liturgi perlu bekerja sama menciptakan perayaan yang tertib, tenang, dan membantu umat berkonsentrasi. Ketertiban hendaknya tidak dibangun melalui teguran yang keras atau pendekatan yang terlalu kaku. Berdasarkan hasil penelitian, pendekatan kekeluargaan lebih sesuai dengan kehidupan umat di stasi. Saling mengingatkan dengan cara yang baik dan personal dapat membantu umat memperbaiki sikap tanpa merasa dihakimi.

Implikasi Pastoral

Hasil penelitian ini memberikan beberapa implikasi bagi kehidupan pastoral di Stasi Sta. Maria Goreti Labat.

- a. pendidikan liturgi perlu ditempatkan sebagai bagian dari pembinaan iman umat. Pemahaman tentang liturgi tidak cukup hanya diberikan kepada petugas liturgi, tetapi perlu menjangkau seluruh umat.
- b. pembinaan hendaknya menggunakan metode yang sesuai dengan kondisi umat. Mengingat adanya keterbatasan minat membaca, pembinaan dapat dilakukan melalui penjelasan singkat sebelum atau sesudah kegiatan pastoral, praktik langsung, gambar atau media visual, serta pendampingan kelompok.
- c. keluarga perlu menjadi mitra Gereja dalam pendidikan liturgi. Orang tua dapat membantu anak-anak dan anggota keluarga memahami makna gerakan liturgis melalui teladan dan pembiasaan.
- d. kaum muda perlu dilibatkan secara aktif. Keterlibatan Orang Muda Katolik dapat menjadi sarana pembentukan iman sekaligus mempersiapkan generasi penerus pelayanan liturgi.
- e. pendekatan pastoral hendaknya bersifat kekeluargaan. Tujuan pembinaan bukan sekadar membuat umat mengikuti aturan secara seragam, melainkan membantu umat memahami bahwa setiap gerakan liturgis dapat menjadi ungkapan iman apabila dilakukan dengan sadar dan penuh penghayatan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa simbol gerak tubuh mempunyai peranan penting dalam perayaan Liturgi Sabda di Stasi Sta. Maria Goreti Labat. Gerakan berdiri, duduk, membungkuk, membuat tiga tanda salib kecil sebelum Injil, mengatupkan tangan, dan menjaga sikap tenang bukan sekadar tindakan fisik, tetapi merupakan bentuk ungkapan iman umat.

Sikap berdiri dipahami sebagai ungkapan penghormatan, kesiapan, dan sukacita dalam menyambut pewartaan Injil. Sikap duduk membantu umat mendengarkan dan merenungkan Sabda Allah. Sikap membungkuk mengungkapkan penghormatan, kerendahan hati, dan pertobatan. Tiga tanda salib kecil sebelum Injil mengungkapkan permohonan agar Sabda Allah menyucikan pikiran, perkataan, dan hati. Sikap mengatupkan tangan membantu umat memusatkan perhatian dan menenangkan diri, sedangkan sikap tenang dan hening membantu umat berkonsentrasi dalam mendengarkan Sabda Allah.

Meskipun demikian, penghayatan umat terhadap simbol gerak tubuh belum sepenuhnya mendalam. Sebagian umat masih melakukan gerakan berdasarkan kebiasaan tanpa memahami makna rohaninya. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan antara kemampuan mengikuti tata gerak liturgi dan kemampuan memahami makna iman yang terkandung di dalamnya.

Penghayatan umat dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung, yaitu keluarga, pembinaan Gereja, keterlibatan dalam pelayanan liturgi, kesadaran pribadi, serta suasana liturgi yang tertib dan kondusif. Sementara itu, faktor penghambat meliputi kebiasaan melakukan gerakan secara otomatis, keterbatasan pembinaan, dan rendahnya minat membaca.

Oleh karena itu, diperlukan pembinaan liturgi yang terencana dan berkelanjutan melalui katekese, pendalaman iman, pelatihan, dan praktik langsung. Peran orang tua perlu diperkuat, keterlibatan Orang Muda Katolik perlu ditingkatkan, dan suasana liturgi yang tertib serta kondusif perlu terus dibangun. Pembinaan juga hendaknya dilakukan dengan pendekatan kekeluargaan sehingga umat dapat saling mengingatkan dan membantu dalam menghayati simbol-simbol liturgis.

Pada akhirnya, pemahaman yang benar terhadap simbol gerak tubuh diharapkan membantu umat untuk tidak sekadar mengetahui kapan harus berdiri, duduk, membungkuk, atau melakukan tanda salib, tetapi memahami **mengapa** gerakan tersebut dilakukan dan **bagaimana** gerakan tersebut menjadi ungkapan iman. Dengan demikian, Liturgi Sabda sungguh dapat menjadi ruang perjumpaan dengan Allah, tempat umat mendengarkan Sabda-Nya, membiarkan Sabda tersebut menyentuh kehidupan, dan mewujudkannya dalam tindakan sehari-hari.

E. Referensi

- Arikunto, Suharsimi. 2016. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Banawiratma, J. B. 2014. *Karya dan Kajian mengenai Kehidupan Iman serta Komunikasi dalam Liturgi*. Yogyakarta.
- Donghi, Antonio. 2014. *Kajian mengenai Simbol dan Gerak Tubuh dalam Liturgi*.
- Guardini, Romano. 1998. *Kajian mengenai Simbol dan Pengalaman Liturgi*.
- Hardawiryana, R. 2012. *Kajian mengenai Liturgi dan Simbol Gerak Tubuh*.
- Katekismus Gereja Katolik. 1992. *Katekismus Gereja Katolik*. Roma.
- Konsili Vatikan II. 1963. *Sacrosanctum Concilium: Konstitusi tentang Liturgi Suci*.
- Lembaga Biblika Indonesia. 2015. *Kitab Suci dan Kehidupan Umat Beriman*.
- Martasudjita, Emanuel. 2011. *Liturgi Sabda dan Pembinaan Iman*.
- Martasudjita, Emanuel. 2015. *Liturgi: Pengantar untuk Studi dan Praktis Liturgi*. Yogyakarta.
- Moleong, Lexy J. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Pusat Kateketik Konferensi Waligereja Indonesia. 2018. *Katekese dan Pembinaan Iman*.
- PUMR. 2012. *Pedoman Umum Misale Romawi*. Jakarta: Konferensi Waligereja Indonesia.
- Rausch, Thomas P. 2013. *Kajian mengenai Liturgi dan Simbol Gerak Tubuh*.
- Rubiyatmoko, Robertus. 2011. *Kajian mengenai Liturgi dan Kehidupan Gereja*.
- Rusmanto, dkk. 2021. *Kajian mengenai Partisipasi Liturgis dan Pembinaan Iman*.
- Rusmanto, dkk. 2024. *Kajian mengenai Liturgi Sabda dan Pertumbuhan Iman*.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suryanugraha, C. H. 2019. *Kajian mengenai Liturgi Gereja Katolik*.
- Uweubun. 2014. *Kajian mengenai Simbol dalam Kehidupan Manusia dan Liturgi*.
- Wardani, Fransiskus Xaverius, dkk. 2006. *Kajian mengenai Simbol dan Liturgi*.