

Submitted: 22 April 2025	Accepted: 13 Mei 2025	Published: 12 Juni 2025
--------------------------	-----------------------	-------------------------

Menyenangkan Tuhan sebagai Motivasi Transendental: Sebuah Pendekatan Teologi dan Psikologi

Ruth Natalia Susanti^{1*}; Daniel Pesah Purwonugroho²

Universitas Muria Kudus, Kudus¹; Sekolah Tinggi Teologi Baptis, Semarang²

ruth.natalia@umk.ac.id*

Abstract

This paper was aimed to explore the meaning of pleasing God as a form of transcendental motivation through an integrative approach combining Christian theology, transpersonal psychology, and biopsychology. This study used a library research method. Findings showed that this motivation is linked to spiritual direction, the heart as the center of moral discernment, and surrender as a response to grace. In transpersonal psychology, it aligns with self-transcendence and meaning-centered motivation. Biopsychologically, the prefrontal cortex supports moral decision-making, the dopaminergic system enhances spiritual joy, and the limbic system stores spiritual memory. These insights affirm that spirituality is not only an inner experience but also a biological process, showing that pleasing God involves a holistic formation of the person—spiritually, psychologically, and biologically.

Keywords: *biopsychology; faith; self-transcendence; spiritual; transpersonal psychology*

Abstrak

Tulisan ini bertujuan untuk mengeksplorasi makna menyenangkan Tuhan sebagai motivasi transendental melalui pendekatan integratif antara teologi Kristen, psikologi transpersonal, dan biopsikologi. Penelitian dilakukan dengan metode studi pustaka. Hasil kajian menunjukkan bahwa motivasi ini terkait dengan arah hidup spiritual, pembentukan hati sebagai pusat pertimbangan moral, dan penyerahan diri sebagai respons terhadap anugerah. Dalam psikologi transpersonal, motivasi ini mencerminkan *self-transcendence* dan *meaning-centered motivation*. Dari sudut biopsikologi, *prefrontal cortex* berperan dalam pengambilan keputusan moral, sistem dopaminergik memperkuat sukacita rohani, dan sistem limbik menyimpan memori spiritual. Temuan ini menegaskan bahwa spiritualitas melibatkan pengalaman batin sekaligus proses biologis yang mendukung pertumbuhan iman secara utuh.

Kata Kunci: biopsikologi; iman; psikologi transpersonal; spiritual; transendensi diri

PENDAHULUAN

Menyenangkan Allah adalah kerinduan spiritual yang terdalem dari orang Kristen. Dalam Efesus 5:10 (TB-LAI), Rasul Paulus mengajak jemaat untuk mencari tahu apa yang berkenan (*euarestos*) kepada Tuhan. Dalam beberapa tafsir dan leksikon, istilah *euarestos* dimaknai sebagai sesuatu yang menyenangkan, dapat diterima, dan selaras dengan kehendak Allah.¹ Dalam tulisan ini, penulis menggunakan istilah “menyenangkan Tuhan” untuk merujuk pada makna tersebut, sebagaimana umum digunakan dalam komunitas Kristen Injili dan Karismatik di Indonesia. Seruan ini menunjukkan bahwa menyenangkan Tuhan bukan hanya soal ketaatan lahiriah, tetapi merupakan komitmen batiniah yang mengarahkan seluruh orientasi hidup. Berdasarkan interpretasi terhadap pembahasan Vito Guida, kehidupan yang menyenangkan Tuhan dalam teologi Kristen bukan hanya dimaksudkan sebagai ekspresi kasih, namun sebagai respons terhadap anugerah ilahi.² Melalui respons atas kasih Allah, dalam hati orang Kristen tumbuh rasa kerinduan untuk memiliki sikap menyenangkan Allah. Dengan demikian, adalah wajar bagi orang percaya memiliki mo-

tivasi untuk menyenangkan Allah di dalam kehidupan spiritualnya.

Komitmen untuk menyenangkan Tuhan kerap muncul dari pengalaman rohani yang mendalam, baik dalam momen refleksi pribadi, krisis hidup, maupun ibadah. Lagu rohani “Menyenangkan-Mu,” ciptaan Welyar Kauntu dan dipopulerkan oleh Regina Pangkrego, mengandung lirik seperti “Tuhan ku mau menyenangkan-Mu” dan “hanya itu kerinduanku.” Lagu ini mencerminkan ungkapan hati dari seseorang yang telah mengalami pertobatan atau pencerahan batin, dan menyadari bahwa hidupnya kini diarahkan sepenuhnya untuk menyenangkan Tuhan. Untuk memahami komitmen spiritual semacam ini secara lebih luas, pendekatan psikologi dapat memberikan lensa tambahan. Abraham Maslow mendefinisikan motivasi sebagai kekuatan internal yang mendorong seseorang untuk memenuhi kebutuhannya, mulai dari yang paling dasar hingga aktualisasi diri.³ Melalui perspektif tersebut, menyenangkan Allah dipersepsikan sebagai motivasi yang mendorong orang percaya untuk mengaktualisasi diri secara spiritual.

Dalam pengembangan selanjutnya, Maslow menambahkan tingkat tertinggi da-

¹ William D. Mounce, *Mounce's Complete Expository Dictionary of Old and New Testament Words* (Grand Rapids, MI: Zondervan, 2006).

² Vito Guida, “The Grace of God: The Path of Divine Justification and Personal Redemption Through Obedience and Spogliamento,” *International Archives*

of the History of Ideas/Archives Internationales d'Histoire Des Idees 245 (2023): 145–85, https://doi.org/10.1007/978-3-031-36339-9_5.

³ Abraham Maslow, *Motivation and Personality* (London: Harper & Row Publisher, 1954).

lam hierarki kebutuhan, yaitu *self-transcendence* yakni kebutuhan untuk melampaui diri sendiri dan hidup bagi sesuatu yang lebih besar.⁴ Scott Barry Kaufman menafsirkan ulang struktur tersebut dengan pendekatan psikologi positif.⁵ Sementara Paul Wong menempatkan *self-transcendence* sebagai inti dari pencarian makna hidup.⁶ Itai Ivtzan dan koleganya menegaskan bahwa kesejahteraan otentik muncul ketika seseorang hidup selaras dengan makna yang melampaui dirinya.⁷ Dengan demikian, transendensi diri yang dialami orang percaya saat menyenangkan Tuhan akan membawa kesejahteraan yang signifikan di dalam kehidupannya.

Pengalaman ini sering kali muncul dalam bentuk *peak experience*, yaitu pengalaman spiritual yang mendalam dan mengubah arah hidup.⁸ Dalam spiritualitas Kristen, pengalaman ini bisa terjadi dalam pertemuan dengan Tuhan, kesadaran akan kasih karunia-Nya, atau dalam momen penyerahan diri yang total.

Lebih jauh, motivasi spiritual ini tidak hanya dapat dipahami secara teologis atau psikologis, tetapi juga dari perspektif biopsikologi. Penelitian menunjukkan bahwa pengalaman religius dan pengambilan keputusan moral melibatkan aktivasi wilayah otak, seperti: *prefrontal cortex* (PFC), sistem *reward dopaminergik* (jalur VTA–NAc), serta struktur *limbik* seperti *amigdala* dan *hippocampus*.⁹ Temuan-temuan ini menegaskan bahwa kerinduan menyenangkan Tuhan dapat dipahami sebagai bentuk motivasi yang bekerja secara utuh; jiwa, pikiran, dan tubuh.

Berdasarkan latar belakang tersebut, pertanyaan dalam tulisan ini adalah bagaimana komitmen untuk menyenangkan Tuhan dapat dipahami sebagai ekspresi motivasi spiritual yang transendental, dan bagaimana pengalaman tersebut tercermin dalam proses biopsikologis manusia? Melalui permasalahan tersebut, penulis melihat bahwa ada celah yang dapat diteliti dari penelitian sebelumnya tentang motivasi teologis¹⁰ dan

⁴ Abraham H. Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature* (New York: Viking Press, 1971).

⁵ Scott Barry Kaufman, *Transcend: The New Science of Self-Actualization* (New York: TarcherPerigee, 2020).

⁶ Paul T. P. Wong, "Self-Transcendence: A Paradoxical Way to Become Your Best," in *The Human Quest for Meaning: Theories, Research, and Applications*, ed. Paul T. P. Wong (New York: Routledge, 2016), 115-40.

⁷ Itai Ivtzan et al., "Wellbeing through Self-Fulfilment: Examining Developmental Aspects of Self-Actualization," *Humanistic Psychologist* 41, no. 2

(April 2013): 119–32, <https://doi.org/10.1080/08873267.2012.712076>.

⁸ Abraham H. Maslow, *Religions, Values, and Peak-Experiences* (Columbus: Ohio State University Press, 1964).

⁹ Michiel van Elk and André Aleman, "Brain Mechanisms in Religion and Spirituality: An Integrative Predictive Processing Framework," *Neuroscience & Biobehavioral Reviews* 73 (February 1, 2017): 359–78, <https://doi.org/10.1016/J.NEUBIOREV.2016.12.031>.

¹⁰ Richard A Hunt and Joan A Hunt, "Spiritual Formation and Motivation for Ministry as Measured

motivasi psikologis.¹¹ Penulis melihat dari sisi bagaimana menyenangkan Tuhan dapat ditinjau dari motivasi secara psikologis dan teologis. Tujuan dari tulisan ini adalah untuk mengeksplorasi makna spiritual dan biopsikologis dari komitmen menyenangkan Tuhan sebagai bentuk motivasi terdalam, serta menawarkan pendekatan integratif yang membuka ruang dialog antara teologi, psikologi transpersonal, dan biopsikologi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (*library research*). Fokus kajian ini adalah mengeksplorasi makna spiritual dari komitmen menyenangkan Tuhan sebagai bentuk motivasi transendental, serta menelusuri relevansinya dari sudut pandang teologi, psikologi transpersonal, dan biopsikologi. Studi pustaka merupakan metode yang bertumpu pada telaah sumber-sumber tertulis untuk memperoleh data dan analisis mendalam mengenai topik tertentu.¹² Dalam kajian ini, pendekatan hermeneutika teologis digunakan untuk menafsirkan teks dan pengalaman spiritual berdasarkan iman Kristen dan relevansinya dalam konteks masa kini.¹³

by the Theological School Inventory,” *Journal of Pastoral Care & Counseling: Advancing Theory and Professional Practice through Scholarly and Reflective Publications* 47, no. 3 (1993): 275–84, <https://doi.org/10.1177/002234099304700310>.

¹¹ Padmasiri de Silva, “The Psychology of Motivation,” in *An Introduction to Buddhist Psychology and*

Sumber data berasal dari literatur teologi (Alkitab, lagu rohani, tulisan tokoh Kristen), serta referensi dari psikologi transpersonal dan biopsikologi yang membahas spiritualitas, keputusan moral, dan fungsi sistem saraf dalam pengalaman religius. Data dikumpulkan melalui analisis dokumen dan teks, termasuk lirik lagu “Menyenangkan-Mu,” kutipan ayat Alkitab, dan hasil penelitian ilmiah terdahulu.

Analisis dilakukan secara tematik dengan menyoroti tiga dimensi utama, yaitu aspek teologis dari komitmen menyenangkan Tuhan, aspek psikologis dan motivasi dari *self-transcendence*, serta aspek biopsikologis dari pengalaman religius dan keputusan moral. Hasil analisis disajikan secara naratif untuk menunjukkan kedalaman makna dan keterhubungan antarbidang, bukan untuk generalisasi statistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dimensi Teologis Kerinduan Menyenangkan Tuhan

Lagu “Menyenangkan-Mu” telah disebut sebelumnya sebagai salah satu bentuk ekspresi komitmen spiritual yang kuat. Dalam bagian ini, lirik lagu tersebut akan di-

Counseling (London: Palgrave Macmillan, 2014), 31-45, https://doi.org/10.1057/9781137287557_4.

¹² Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008).

¹³ Anthony C. Thiselton, *Hermeneutics: An Introduction* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 2009).

tampilkan secara utuh untuk dicermati lebih dalam bukan untuk membahas musik atau penulisan lagunya, melainkan untuk mengungkap nilai-nilai spiritual yang terkandung di dalamnya, khususnya mengenai komitmen menyenangkan Tuhan dan pembentukan hati sebagai bejana. Berikut adalah lirik lengkap lagu tersebut:

Tuhan, ku mau menyenangkan-Mu
Tuhan bentuklah hati ini
Jadi bejana untuk hormat-Mu
Cemerlang bagai emas murni

Tuhan kuserahkan hatiku
Semua kuberikan pada-Mu
Kuduskan hingga tulus selalu
Agar aku menyenangkan-Mu

Menyenangkan-Mu, senangkan-Mu
Hanya itu kerinduanku
Menyenangkan-Mu, senangkan hati-Mu
Hanya itu kerinduanku

Dalam tulisan ini, lirik lagu tersebut menjadi dasar dalam menggali pemahaman tentang kerinduan menyenangkan hati Tuhan. Secara khusus, ada tiga tema yang akan dibahas menyenangkan Tuhan sebagai arah hidup, hati sebagai pusat pembentukan rohani, dan penyerahan diri sebagai respons terhadap anugerah Tuhan.

Menyenangkan Tuhan Sebagai Arah Hidup

Lirik “Tuhanku, mau menyenangkan-Mu” dan “hanya itu kerinduanku” men-

cerminkan sebuah kerinduan eksistensial yang melampaui respons emosional sesaat. Dalam spiritualitas Kristen, ungkapan semacam ini merepresentasikan orientasi hidup yang mendalam, yakni peralihan dari hidup yang berpusat pada diri sendiri menuju kehidupan yang berpusat pada Allah.¹⁴ Pendekatan ini sejalan dengan teologi naratif, yang menekankan pentingnya cerita dan pengalaman iman sebagai medium transformasi identitas.¹⁵

Paulus dalam Roma 12:1–2 menyerukan agar umat memersempahkan tubuh sebagai persembahan yang hidup dan kudus, serta mengalami pembaruan budi, sebagai bagian dari kehidupan yang berkenan kepada Allah. Hidup yang menyenangkan Tuhan, dengan demikian, bukan sekadar aktivitas religius, melainkan suatu proses transformatif yang menyentuh dimensi berpikir, merasa, dan bertindak secara utuh.

Kerinduan untuk menyenangkan Tuhan juga ditegaskan dalam Efesus 5:10, yang mendorong umat untuk menguji apa yang berkenan kepada-Nya,¹⁶ serta dalam Mikha 6:8 yang memerintahkan untuk “berlaku adil, mencintai kesetiaan, dan hidup dengan rendah hati di hadapan Allah.” Di-

¹⁴ David G. Benner, *The Gift of Being Yourself: The Sacred Call to Self-Discovery* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 2004), 18.

¹⁵ James K. A. Smith, *Thinking in Tongues: Pentecostal Contributions to Christian Philosophy* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 2010), 75-78.

¹⁶ John K Goodrich, “Until We All Attain the Mature Man: Mapping the Metaphors for Maturity in Ephesians Within Paul’s Greco-Roman Context,” *Religions* 16, no. 2 (2025): 130, <https://doi.org/10.3390/rel16020130>.

mensi etis dari kehidupan yang menyenangkan Tuhan membawa orang percaya mengalami keselarasan tindakan yang berbasis kebenaran spiritual. Hal ini menunjukkan bahwa keselarasan antara pengenalan, pilihan, dan tindakan merupakan kunci dalam spiritualitas yang berkenan kepada Tuhan. Henri Nouwen menulis bahwa spiritualitas sejati menjadi autentik justru ketika dihayati dalam dinamika kehidupan sehari-hari, bukan dalam ruang yang terisolasi secara emosional maupun sosial.¹⁷ Dalam kerangka tersebut, Craig Blomberg menyatakan bahwa kehidupan yang menyenangkan Tuhan merupakan respons syukur atas kasih karunia Allah, bukan sekadar hasil pencapaian etis manusia.¹⁸

Selain aspek afirmatif berupa kasih dan ketaatan, kehidupan yang menyenangkan Tuhan juga mencakup dimensi etis, yakni penolakan terhadap kejahatan. Amsal 8:13 menyatakan bahwa “takut akan TUHAN ialah membenci kejahatan,” yang menunjukkan bahwa relasi dengan Allah selalu melibatkan sikap tegas terhadap dosa. Prinsip ini ditegaskan pula dalam Roma 12:9, 1 Tesalonika 5:22, dan Mazmur 97:10, yang menekankan bahwa kasih yang murni harus

disertai dengan penolakan terhadap kejahatan dan berpegang pada yang baik.

Wayne Grudem menekankan bahwa ketaatan merupakan sarana utama untuk menyenangkan Tuhan, sementara dosa menundukkan Roh Kudus (Ef. 4:30), sehingga kehidupan yang berkenan kepada-Nya harus bebas dari kompromi moral.¹⁹ Amsal 8:13 menegaskan bahwa menjauhi kejahatan merupakan wujud konkret dari sikap takut akan Tuhan dalam kehidupan jemaat. Dalam teologi Paulus, kekuatan jahat digambarkan sebagai kekuatan aktif yang terus menarik manusia menjauh dari kehendak Allah, yang hanya dapat diatasi melalui ketergantungan pada kuasa ilahi (lih. Rm. 6:12–14; Ef. 6:10–12).

Studi biblika mengenai Ayub juga menunjukkan bahwa karakter “menjauhi kejahatan” menjadi ciri sentral dari kesalehan dan integritas rohani, bahkan dalam konteks penderitaan (Ayb. 1:1). Bentuk kejahatan yang dibenci Allah tidak hanya mencakup perilaku individual, seperti kesombongan, kebohongan, dan kekerasan, tetapi juga ketidakadilan struktural (Ams. 6:16–19; Gal. 5:19–21). Dengan demikian, kehidupan yang menyenangkan Tuhan merupakan arah

¹⁷ Henri J. M. Nouwen, *Making All Things New: An Invitation to the Spiritual Life* (San Francisco: Harper San Francisco, 1981).

¹⁸ Craig L. Blomberg, *The NIV Application Commentary: 1 Corinthians* (Grand Rapids, MI: Zondervan, 1994).

¹⁹ Wayne Grudem, *Systematic Theology: An Introduction to Biblical Doctrine* (Grand Rapids, MI: Zondervan, 1994).

hidup yang utuh, relasional, spiritual, dan moral, yang terwujud dalam keintiman dengan Allah, konsistensi hidup dalam kehendak-Nya, serta komitmen untuk menolak segala bentuk kejahatan.

Hati sebagai Pusat Pembentukan Rohani

Lirik “Tuhan, bentuklah hati ini, jadi bejana untuk hormat-Mu, cemerlang bagai emas murni” merupakan ungkapan permohonan transformatif yang mencerminkan spiritualitas Kristen yang mendalam. Hati dalam konteks ini bukan sekadar pusat perasaan, melainkan inti dari seluruh dinamika eksistensial manusia, tempat bergumulnya pikiran, kehendak, nilai moral, dan kerinduan terdalam.

Secara biblika, istilah *lēb* dalam bahasa Ibrani merujuk pada pusat dari pertimbangan moral dan keputusan spiritual. Bruce K. Waltke menegaskan bahwa dalam Amsal 4:23, hati adalah tempat bersemayamnya pemikiran, emosi, kehendak, dan refleksi moral yang menentukan arah hidup.²⁰ Oleh karena itu, nasihat untuk menjaga hati “dengan segala kewaspadaan, karena dari situ lah terpancar kehidupan” (Ams. 4:23) menekankan peran sentral hati dalam membentuk kehidupan rohani yang sehat dan utuh.

Dallas Willard menyebut hati sebagai pusat pengendali kehidupan manusia, dari mana seluruh tindakan dan reaksi mengalir.²¹ Demikian pula, Craig Bartholomew dan Ryan O’Dowd menguatkan bahwa pemahaman biblika terhadap hati bersifat holistik mencakup integrasi antara aspek intelektual, emosional, dan spiritual.²²

Dalam narasi biblika, pembentukan hati oleh Allah digambarkan sebagai proses aktif dan personal. Metafora bejana yang digunakan dalam lirik lagu meresonansi dengan gambaran Yeremia 18:6 tentang Allah sebagai penjunan yang membentuk bejana sesuai kehendak-Nya. Lebih jauh lagi, dalam Yeremia 31:33, Tuhan menyatakan, “Aku akan menaruh Taurat-Ku dalam batin mereka dan menuliskannya dalam hati mereka.” Ayat ini menunjukkan bahwa pembentukan hati bukan hanya tindakan manusia dalam disiplin rohani, melainkan juga karya Allah yang menanamkan nilai-nilai-Nya dalam batin umat-Nya. Hati yang dibentuk oleh firman Allah menjadi wadah ilahi untuk kehidupan yang berkenan kepada-Nya.

Gambaran emas murni dalam lirik juga selaras dengan 1 Petrus 1:7, yang menggambarkan iman yang diuji seperti emas

²⁰ Bruce K. Waltke, *The Book of Proverbs: Chapters 1–15* (Grand Rapids, MI: Zondervan, 2004), 327.

²¹ Dallas Willard, *Renovation of the Heart: Putting on the Character of Christ* (Colorado Springs: NavPress, 2002).

²² Craig G. Bartholomew and Ryan O’Dowd, *Old Testament Wisdom Literature: A Theological Introduction* (Downers Grove, IL: IVP Academic, 2011), 57-60.

dalam api. Artinya, pembentukan hati tidak terlepas dari proses pemurnian melalui pencobaan dan penderitaan, yang pada akhirnya menghasilkan kualitas rohani yang tangguh dan bernilai kekal. Willard menyimpulkan formasi rohani dalam Kristus adalah proses transformasi batin terdalam manusia, yaitu hati, hingga tindakan yang dihasilkan mencerminkan hidup Kristus.

Biasanya orang Kristen masih memahami hati secara sempit sebagai pusat perasaan, padahal secara teologis, hati merupakan pusat pengambilan keputusan spiritual. Oleh karena itu, pendidikan rohani yang sehat harus diarahkan pada pembentukan hati secara menyeluruh agar mampu menjadi tempat bersemayamnya kehendak Allah dan sumber tindakan yang menyenangkan-Nya.

Penyerahan Diri sebagai Respons terhadap Anugerah Tuhan

Lirik “Tuhan, kuserahkan hatiku” dan “semua kuberikan pada-Mu” menggambarkan bentuk penyerahan diri yang penuh kesadaran dan keutuhan. Dalam spiritualitas Kristen, penyerahan diri bukanlah bentuk pasif atau kekalahan, melainkan respons aktif terhadap kasih karunia Allah yang terlebih dahulu menyentuh dan menggerakkan hati manusia. Dalam Filipi 2:13 Paulus menegaskan bahwa, “Allahlah yang mengerjakan di dalam kamu baik kemauan

maupun pekerjaan menurut kerelaan-Nya,” sehingga bahkan kerinduan untuk menyenangkan Tuhan bukan berasal dari kehendak manusia semata, melainkan dari karya Roh Kudus dalam batin.

Penyerahan diri bukanlah titik akhir dari kehidupan rohani, melainkan gerbang awal dari proses pembaruan dan transformasi bersama Allah. Dalam proses formasi rohani, ungkapan seperti “Tuhan, semua kuberikan” menandai awal dari perjalanan iman, di mana Allah secara aktif membentuk, memimpin, dan menguatkan umat-Nya. Hal ini sejalan dengan konsep kenosis dalam Filipi 2:5–8, di mana Kristus menjadi teladan utama dalam merendahkan diri dan menyerahkan hidup sepenuhnya demi kehendak Bapa.

Lebih jauh lagi, Alkitab menunjukkan bahwa penyerahan diri sejati hanya mungkin terjadi ketika Allah terlebih dahulu memperbarui hati dan mengaruniakan Roh-Nya kepada manusia. Dalam Yehezkiel 36:26–27 Tuhan berfirman: “Kamu akan Kuberikan hati yang baru, dan roh yang baru di dalam batinmu. Roh-Ku akan Kuberikan diam di dalam batinmu dan Aku akan membuat kamu hidup menurut segala ketetapan-Ku.” Ayat ini menegaskan bahwa penyerahan diri bukanlah produk kemauan moral yang murni, melainkan hasil dari intervensi ilahi yang mengubah dan menga-

raahkan hati manusia untuk hidup sesuai kehendak-Nya.

Dalam konteks masyarakat modern yang menekankan pencapaian pribadi, validasi eksternal, dan otonomi absolut, sikap menyerahkan diri sering kali tampak kontradiktif. Namun justru dalam penyerahan itulah kekuatan rohani yang sejati ditemukan. Henri Nouwen menyatakan bahwa salah satu godaan terbesar zaman ini adalah dorongan untuk menjadi manusia yang “membentuk diri sendiri” secara mandiri. Padahal menurutnya, kehidupan rohani justru berakar pada pengakuan rendah hati bahwa hidup ini bukan milik kita sepenuhnya, melainkan anugerah yang kita terima.²³

Penyerahan diri tidak berarti hilangnya kepribadian atau inisiatif, tetapi justru merupakan pengaktifan kehendak manusia yang selaras dengan kehendak Allah. John Ortberg menegaskan bahwa dalam spiritualitas sejati, kehendak manusia tidak dihapus, melainkan dipulihkan untuk bekerja dalam harmoni dengan kehendak ilahi.²⁴ Oleh karena itu, penyerahan bukan bentuk penolakan terhadap identitas diri, melainkan penggenapan dari tujuan penciptaan manusia: hidup dalam relasi kasih dan ketaatan kepada Sang Pencipta. Penyerahan diri yang otentik sering kali menjadi titik balik dalam per-

tumbuhan iman personal—bukan karena tekanan eksternal, tetapi sebagai hasil kesadaran akan kebaikan dan kesetiaan Allah.

Dengan demikian, penyerahan diri perlu dipahami sebagai tindakan yang digerakkan oleh kasih karunia dan ditopang oleh kuasa Roh Kudus. Ia bukanlah akhir dari proses spiritual, melainkan permulaan yang membuka ruang bagi pembaruan dan pembentukan yang berkelanjutan. Dalam kerangka ini, hidup yang menyenangkan Tuhan dibangun di atas fondasi penyerahan yang sadar, tulus, dan terus-menerus diperbarui oleh Allah sendiri.

Tiga tema yang dianalisis di atas menunjukkan bahwa kehidupan spiritual dalam kekristenan bersifat transformatif, utuh, dan dinamis. Proses ini tidak bersifat statis atau ritualistik, melainkan melibatkan keterbukaan batin yang radikal terhadap karya Roh Kudus. Melalui karya-Nya, hati manusia dibentuk, kehendak diperbarui, dan arah hidup diarahkan kepada relasi yang berkecenderungan di hadapan Allah. Spiritualitas Kristen dalam hal ini menekankan keterlibatan total manusia, akal, perasaan, dan kehendak dalam proses penyerahan dan pembaruan hidup oleh anugerah ilahi.

Dalam kerangka ini, teologi berperan penting dalam menjelaskan pengalaman

²³ Henri J. M. Nouwen, *Life of the Beloved: Spiritual Living in a Secular World* (New York: Crossroad Publishing, 2002), 57.

²⁴ John Ortberg, *The Life You've Always Wanted: Spiritual Disciplines for Ordinary People* (Grand Rapids, MI: Zondervan, 2002), 85.

spiritual sekaligus menyingkap realitas terdalam manusia berdasarkan wahyu Allah. Berkaitan dengan itu, pendekatan seperti psikologi transpersonal dan biopsikologi dapat memperkaya pemahaman kita mengenai bagaimana karya Allah bekerja secara menyeluruh: membentuk kesadaran, memengaruhi keseimbangan sistem saraf, dan mendorong transformasi pribadi yang sejati.

Dimensi Psikologi Transpersonal Komitmen Menyenangkan Tuhan

Lagu “Menyenangkan-Mu” menyuarakan respons spiritual yang mendalam terhadap kasih dan anugerah ilahi. Untuk memahami lebih jauh makna dan daya dorong di balik komitmen tersebut, pendekatan psikologi transpersonal dapat digunakan. Dalam konteks ini, pendekatan psikologi transpersonal tidak dimaksudkan untuk menggantikan peran Allah sebagai sumber utama motivasi spiritual. Sebaliknya, pendekatan ini digunakan untuk memahami bahwa pengalaman spiritual yang berasal dari karya Roh Kudus juga dapat tampak dalam kehidupan dan perilaku manusia sehari-hari yang dapat diamati. Psikologi transpersonal merupakan salah satu aliran dalam psikologi yang memberi perhatian khusus pada peng-

alaman spiritual sebagai bagian penting dari pertumbuhan pribadi dan arah hidup manusia.²⁵ Pengalaman rohani dapat dipahami sebagai kekuatan batin yang membentuk motivasi yang mendorong tindakan nyata dalam melakukan tanggung jawab hidup sehari-hari, menjalani relasi, hingga mengambil keputusan yang menentukan arah hidup secara menyeluruh.

Salah satu konsep dalam psikologi transpersonal adalah *peak experience*, yaitu pengalaman emosional dan spiritual yang sangat kuat dan meninggalkan kesan mendalam terhadap kehidupan seseorang.²⁶ Lagu-lagu rohani, khususnya yang dinyanyikan dalam suasana reflektif, sering menjadi medium terjadinya pengalaman semacam ini, saat seseorang merasa sangat terhubung dengan Tuhan dan mengalami transformasi batin yang memengaruhi arah hidupnya. Dalam konteks inilah motivasi spiritual mulai terwujud dalam bentuk nyata.

Motivasi dapat berasal dari faktor internal maupun eksternal. Dalam kerangka ini, motivasi dapat dilihat sebagai proses yang mengarahkan, mengaktifkan, dan mempertahankan perilaku menuju suatu tujuan tertentu.²⁷ Artinya, motivasi bukan hanya tentang keinginan atau dorongan sesaat, me-

²⁵ Stanislav Grof, *The Adventure of Self-Discovery* (Albany: SUNY Press, 1988), x.; Frances Vaughan, “What Is Spiritual Intelligence?,” *Journal of Humanistic Psychology* 42, no. 2 (2002): 16–33, <https://doi.org/10.1177/0022167802422003>.

²⁶ Maslow, *Religions, Values, and Peak-Experiences*.

²⁷ Johnmarshall Reeve, *Understanding Motivation and Emotion*, 6th ed. (Hoboken: Wiley, 2015), 4.

lainkan mencakup alasan mendasar mengapa seseorang memilih bertindak ke arah tertentu. Motivasi tersebut sering kali terwujud dalam bentuk *self-transcendence*, yaitu dorongan batin untuk melampaui kepentingan pribadi dan hidup selaras dengan sesuatu yang lebih luhur.²⁸ Dalam lagu “Menyenangkan-Mu,” ungkapan “semua kuberikan pada-Mu” menunjukkan keterbukaan diri untuk dibentuk oleh nilai yang lebih tinggi, sementara kalimat “menyenangkan-Mu, senang hati-Mu, hanya itu kerinduanku” mencerminkan bahwa orientasi hidup bukan lagi sekadar pemenuhan diri, melainkan tentang relasi dengan Yang Ilahi. *Self-transcendence* dalam konteks ini bukan saja merupakan ideal spiritual, melainkan juga kekuatan psikologis yang memungkinkan seseorang menjalani hidup dengan arah yang lebih jelas, stabil, dan penuh makna.

Melalui *self-transcendence* inilah muncul bentuk motivasi yang disebut *meaning-centered motivation*, yakni motivasi yang tidak didasarkan pada kebutuhan dasar atau pengakuan sosial, melainkan pada pengalaman mendalam tentang makna hidup.²⁹ Dalam spiritualitas Kristen, makna ini sering ditemukan dalam relasi dengan Allah

dan komitmen untuk menyenangkan-Nya. Ketika seseorang menyatakan bahwa menyenangkan Tuhan adalah satu-satunya kerinduan hatinya, ia sedang mengekspresikan dorongan batin yang tidak hanya kuat secara emosional, tetapi juga terarah secara eksistensial. Inilah motivasi transendental yang menjadi landasan komitmen spiritual dan perilaku nyata dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, kemauan untuk menyenangkan Tuhan juga dapat dipahami sebagai proses psikologis yang memengaruhi arah hidup secara menyeluruh. Lebih jauh, untuk melihat lebih utuh bagaimana motivasi ini bekerja dalam diri manusia, kita juga dapat menelusurinya melalui lensa biopsikologi, yakni dengan memahami bagaimana struktur otak dan sistem saraf mendukung proses refleksi, pengambilan keputusan, dan dorongan untuk hidup selaras dengan nilai spiritual.

Dimensi Biologis dari Respons Spiritual *Prefrontal Cortex dan Jalan Ketaatan: Ketika Otak Merespons Hal-hal Spiritual*

Motivasi untuk menyenangkan Tuhan, sebagaimana dipahami dalam spiritualitas Kristen, merupakan respons yang

²⁸ Wong, “Self-Transcendence: A Paradoxical Way to Become Your Best.”

²⁹ Paul T. P. Wong, “Meaning-Centered Approach to Research and Therapy,” in *The Human Quest for*

Meaning, ed. Paul T. P. Wong (New York: Routledge, 2016), 57-80.

sadar dan aktif terhadap relasi ilahi. Dalam kerangka biopsikologi, kita dapat melihat bagaimana respons terhadap dorongan ilahi ini tercermin dalam proses biologis yang terjadi di otak, khususnya di *prefrontal cortex* (PFC). *Prefrontal cortex* (PFC) merupakan pusat dari fungsi-fungsi eksekutif, seperti pertimbangan moral, kontrol impuls, dan perencanaan nilai-nilai jangka panjang.

Secara biologis, PFC memungkinkan individu untuk mengevaluasi dorongan sesaat dan mengarahkan perilaku sesuai dengan prinsip yang diyakini, termasuk prinsip spiritual. Dalam konteks kehidupan rohani, aktivitas otak ini mencerminkan upaya sadar untuk menjalani nilai-nilai ketaatan, kasih, dan kesetiaan dalam relasi dengan Tuhan. Respons untuk menyenangkan Tuhan merupakan dorongan Ilahi. Lebih jauh, dalam proses menghidupi dorongan tersebut dalam keputusan sehari-hari, fungsi-fungsi biologis yang ada dalam diri manusia, seperti PFC dan mekanisme neuroplastisitas dapat mendukung keterarahan dan konsistensi perilaku yang selaras dengan dorongan tersebut. Kemampuan biologis ini dikenal sebagai neuroplastisitas, yaitu kemampuan otak untuk beradaptasi melalui reorganisasi sinaptik berdasarkan pengalaman dan latihan.³⁰

Prefrontal cortex memiliki peran yang signifikan dalam mendukung kehidupan rohani, khususnya dalam proses pengambilan keputusan yang sadar dan bermoral. Kerinduan untuk menyenangkan hati Tuhan yang terwujud dalam bentuk kontrol diri, evaluasi etis, dan penilaian terhadap kehendak Allah tercermin dalam aktivitas biologis yang melibatkan sistem saraf pusat. Praktik rohani seperti pembacaan Firman, doa reflektif, dan keterlibatan dalam komunitas iman menstimulasi aktivitas PFC, terutama dalam memperkuat kesadaran moral dan membentuk respons iman yang terarah. Melalui pemahaman ini, kita dapat melihat bahwa dorongan untuk menyenangkan Tuhan berjalan seiring dengan proses biologis yang menopang ketaatan dan pertumbuhan spiritual secara utuh.

Sistem Reward Dopaminergik dan Sukacita dalam Menyenangkan Tuhan

Menyenangkan Tuhan sebagai sebuah keputusan rasional atau komitmen moral, juga sering kali diiringi oleh perasaan sukacita dan kedamaian yang mendalam. Dalam konteks neurobiologi, pengalaman spiritual yang memberi rasa syukur, damai, atau kepuasan batin berkaitan erat dengan aktivasi sistem reward otak yang

³⁰ Bryan Kolb and Ian Q. Whishaw, *An Introduction to Brain and Behavior*, 4th ed. (New York: Worth Publishers, 2015).

melibatkan dopamin sebagai neurotransmitter utama.

Sistem reward ini terdiri dari jalur dopaminergik mesolimbik dan mesokortikal, yang dimulai dari *ventral tegmental area* (VTA) dan memproyeksikan ke *nucleus accumbens* (NAc), *amigdala*, dan *prefrontal cortex* (PFC). Ketika seseorang mengalami kebahagiaan karena ketaatan, pelayanan, atau saat teduh yang mendalam, dopamin dilepaskan, memberikan sinyal positif yang memperkuat perilaku tersebut.³¹ Menariknya, penelitian menunjukkan bahwa pengalaman religius yang intens, seperti saat menyembah, berdoa secara mendalam, atau merasakan penyertaan Tuhan, dapat mengaktifkan jalur reward ini, mirip dengan respons terhadap penghargaan yang sangat bermakna secara pribadi.³²

Dalam konteks ini, sistem *reward dopaminergik* dapat dipahami sebagai bagian dari ciptaan Allah yang mendukung pengalaman sukacita dalam ketaatan. Ketika manusia hidup selaras dengan kehendak-Nya dalam doa, pelayanan, atau kasih yang taat, sistem ini berperan memperkuat respons afektif yang memperdalam komitmen

spiritual. Mazmur 37:4 menyatakan hendaknya kita bergembira karena TUHAN, maka Ia akan memberikan kepadamu apa yang diinginkan hati kita. Ini menegaskan bahwa sukacita dalam Tuhan merupakan aspek integral dari hidup yang berkenan kepada-Nya, sebagai wujud relasi yang utuh dan dinamis dengan Allah.

Sistem Limbik dan Memori Spiritual: Ketika Emosi Bertemu Iman

Selain keputusan dan motivasi, pengalaman menyenangkan Tuhan juga menyentuh ranah emosi dan memori yang mendalam. Dalam kerangka neuropsikologis, dua struktur otak yang berperan besar dalam mengolah emosi dan menyimpan pengalaman rohani adalah *amigdala* dan *hippocampus* yang keduanya merupakan bagian dari sistem limbik.

Amigdala berfungsi dalam pemrosesan emosi seperti takut, marah, cinta, dan belas kasihan, sedangkan *hippocampus* berperan dalam menyimpan memori jangka panjang, termasuk memori emosional dan spiritual.³³ Ketika seseorang mengalami momen rohani yang sangat kuat seperti pemulihan

³¹ Ethan S. Bromberg-Martin, Masayuki Matsumoto, and Okihide Hikosaka, "Dopamine in Motivational Control: Rewarding, Aversive, and Alerting," *Neuron* 68, no. 5 (December 9, 2010): 815–34, <https://doi.org/10.1016/J.NEURON.2010.11.022>.

³² David Bryce Yaden et al., "The Varieties of Self-Transcendent Experience," *Review of General*

Psychology 21, no. 2 (June 1, 2017): 143–60, <https://doi.org/10.1037/GPR0000102>.

³³ Joseph E. LeDoux, *The Deep History of Ourselves: The Four-Billion-Year Story of How We Got Conscious Brains* (New York: Penguin Books, 2020).

dari luka batin, pertobatan mendalam, atau saat-saat penyembuhan yang menggetarkan, dua bagian otak ini bekerja merekam dan mengikatnya secara emosional.

Pengalaman-pengalaman ini sering kali menjadi titik balik dalam hidup seseorang. Bahkan bertahun-tahun kemudian, ingatan akan momen tersebut tetap hidup dan menjadi sumber kekuatan rohani. Mazmur 103:2 menyatakan, “Pujilah TUHAN, hai jiwaku, dan jangan lupakan segala kebaikan-Nya.” Ayat ini selaras dengan fungsi *hippocampus*: menyimpan jejak kasih karunia Tuhan sebagai memori yang memperkuat iman dan pengharapan.

Lebih dari itu, *amigdala* tidak hanya menyimpan respons negatif, tetapi juga menjadi bagian dari pengalaman kasih, penerimaan, dan damai sejahtera. Ketika seseorang mengalami penerimaan tanpa syarat dari Tuhan atau pengampunan yang tidak layak diterima, *amigdala* ikut aktif dalam mengolah perasaan syukur dan haru yang mendalam.³⁴

Dengan demikian, sistem limbik berperan penting dalam mendukung pengalaman iman yang bersifat emosional dan berjangka panjang. Melalui kerja *amigdala* dan *hippocampus*, pengalaman kasih, peng-

ampunan, dan penyembuhan rohani dapat tertanam sebagai memori yang hidup dan memperkuat arah spiritual seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa tubuh, dalam hal ini struktur otak, menjadi wadah yang memungkinkan pengalaman akan Allah diolah, diingat, dan terus memberi daya dorong bagi pertumbuhan iman.

Secara keseluruhan, sistem saraf baik dalam aspek kognitif, emosional, maupun motivasional bersama-sama membentuk landasan biologis yang menopang respons iman dan pertumbuhan rohani yang utuh. Struktur otak, seperti *prefrontal cortex*, *amigdala*, dan sistem dopaminergik bekerja secara terpadu dalam pengambilan keputusan, pengolahan emosi, dan penguatan perilaku bermakna, menunjukkan bahwa tubuh manusia dirancang untuk terlibat secara aktif dalam respons kepada Allah. Pilihan untuk menyenangkan Tuhan melalui ketepatan, kasih, dan penyerahan diri merupakan ekspresi spiritual yang sekaligus menciptakan jejak biologis yang memperkuat kecenderungan untuk hidup dalam kebenaran. Dengan kata lain, pertumbuhan iman ditopang oleh sistem saraf yang membentuk dan mengokohkan komitmen rohani secara nyata dan berkelanjutan.

³⁴ Edmund T. Rolls, *The Brain, Emotion, and Depression* (Oxford: Oxford University Press, 2019).

KESIMPULAN

Melalui pendekatan integratif yang memadukan teologi Kristen, psikologi transpersonal, dan biopsikologi, tulisan ini menunjukkan bahwa kerinduan menyenangkan Tuhan tidak hanya berakar pada dimensi rohani, tetapi juga terwujud dalam dinamika psikologis dan proses biologis yang kompleks. Dengan demikian, menyenangkan Tuhan adalah proses formasi manusia yang utuh yang melibatkan tubuh, jiwa, dan roh secara harmonis. Iman tidak hanya bekerja dalam wilayah abstrak, tetapi juga menyentuh sistem saraf, membentuk jejak biologis yang memperkuat pertumbuhan spiritual. Temuan ini membuka ruang bagi dialog transdisipliner yang memperkaya pemahaman kita akan spiritualitas sebagai proses yang inkarnasional dan dinamis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Artikel ini merupakan hasil kolaborasi dua penulis. Penulis pertama bertanggung jawab dalam penelusuran literatur dan penulisan bagian yang berkaitan dengan psikologi, khususnya psikologi transpersonal dan biopsikologi. Penulis kedua memberikan kontribusi utama dalam pengembangan kerangka teologis serta penulisan bagian yang membahas dimensi spiritual dan pemaknaan iman.

DAFTAR PUSTAKA

- Bartholomew, Craig G., and Ryan O'Dowd. *Old Testament Wisdom Literature: A Theological Introduction*. Downers Grove, IL: IVP Academic, 2011.
- Benner, David G. *The Gift of Being Yourself: The Sacred Call to Self-Discovery*. Downers Grove, IL: Inter Varsity Press, 2004.
- Blomberg, Craig L. *The NIV Application Commentary: 1 Corinthians*. Grand Rapids, MI: Zondervan, 1994.
- Bromberg-Martin, Ethan S., Masayuki Matsumoto, and Okihide Hikosaka. "Dopamine in Motivational Control: Rewarding, Aversive, and Alerting." *Neuron* 68, no. 5 (December 9, 2010): 815–34. <https://doi.org/10.1016/J.NEURON.2010.11.022>.
- Elk, Michiel van, and André Aleman. "Brain Mechanisms in Religion and Spirituality: An Integrative Predictive Processing Framework." *Neuroscience & Biobehavioral Reviews* 73 (February 1, 2017): 359–78. <https://doi.org/10.1016/J.NEUBIOREV.2016.12.031>.
- Goodrich, John K. "Until We All Attain the Mature Man: Mapping the Metaphors for Maturity in Ephesians Within Paul's Greco-Roman Context." *Religions* 16, no. 2 (2025): 130. <https://doi.org/10.3390/rel16020130>.
- Grof, Stanislav. *The Adventure of Self-Discovery*. Albany: SUNY Press, 1988.
- Grudem, Wayne. *Systematic Theology: An Introduction to Biblical Doctrine*. Grand Rapids, MI: Zondervan, 1994.
- Guida, Vito. "The Grace of God: The Path of Divine Justification and Personal Redemption Through Obedience and Spogliamento." *International Archives of the History of Ideas/Archives Internationales d'Histoire Des Idees*

- 245 (2023): 145–85. https://doi.org/10.1007/978-3-031-36339-9_5.
- Hunt, Richard A, and Joan A Hunt. “Spiritual Formation and Motivation for Ministry as Measured by the Theological School Inventory.” *Journal of Pastoral Care & Counseling: Advancing Theory and Professional Practice through Scholarly and Reflective Publications* 47, no. 3 (1993): 275–84. <https://doi.org/10.1177/002234099304700310>.
- Ivtzan, Itai, Hannah E. Gardner, Izra Bernard, Mandeep Sekhon, and Rona Hart. “Wellbeing through Self-Fulfilment: Examining Developmental Aspects of Self-Actualization.” *Humanistic Psychologist* 41, no. 2 (April 2013): 119–32. <https://doi.org/10.1080/08873267.2012.712076>.
- Kaufman, Scott Barry. *Transcend: The New Science of Self-Actualization*. New York: TarcherPerigee, 2020.
- Kolb, Bryan, and Ian Q. Whishaw. *An Introduction to Brain and Behavior*. 4th ed. New York: Worth Publishers, 2015.
- LeDoux, Joseph E. *The Deep History of Ourselves: The Four-Billion-Year Story of How We Got Conscious Brains*. New York: Penguin Books, 2020.
- Maslow, Abraham. *Motivation and Personality*. London: Harper & Row Publisher, 1954.
- Maslow, Abraham H. *Religions, Values, and Peak-Experiences*. Columbus: Ohio State University Press, 1964.
- . *The Farther Reaches of Human Nature*. New York: Viking Press, 1971.
- Mounce, William D. *Mounce’s Complete Expository Dictionary of Old and New Testament Words*. Grand Rapids, MI: Zondervan, 2006.
- Nouwen, Henri J. M. *Life of the Beloved: Spiritual Living in a Secular World*. New York: Crossroad Publishing, 2002.
- . *Making All Things New: An Invitation to the Spiritual Life*. San Francisco: Harper SanFrancisco, 1981.
- Ortberg, John. *The Life You’ve Always Wanted: Spiritual Disciplines for Ordinary People*. Grand Rapids, MI: Zondervan, 2002.
- Reeve, Johnmarshall. *Understanding Motivation and Emotion*. 6th ed. Hoboken: Wiley, 2015.
- Rolls, Edmund T. *The Brain, Emotion, and Depression*. Oxford: Oxford University Press, 2019.
- Silva, Padmasiri de. “The Psychology of Motivation.” In *An Introduction to Buddhist Psychology and Counselling*. London: Palgrave Macmillan, 2014. https://doi.org/10.1057/9781137287557_4.
- Smith, James K. A. *Thinking in Tongues: Pentecostal Contributions to Christian Philosophy*. Grand Rapids, MI: Eerdmans, 2010.
- Thiselton, Anthony C. *Hermeneutics: An Introduction*. Grand Rapids, MI: Eerdmans, 2009.
- Vaughan, Frances. “What Is Spiritual Intelligence?” *Journal of Humanistic Psychology* 42, no. 2 (2002): 16–33. <https://doi.org/10.1177/0022167802422003>.
- Waltke, Bruce K. *The Book of Proverbs: Chapters 1–15*. Grand Rapids, MI: Zondervan, 2004.
- Willard, Dallas. *Renovation of the Heart: Putting on the Character of Christ*. Colorado Springs: NavPress, 2002.
- Wong, Paul T. P. “Meaning-Centered Approach to Research and Therapy.” In *The Human Quest for Meaning*, edited by Paul T. P. Wong. New York: Routledge, 2016.

———. “Self-Transcendence: A Paradoxical Way to Become Your Best.” In *The Human Quest for Meaning: Theories, Research, and Applications*, edited by Paul T. P. Wong. New York: Routledge, 2016.

Yaden, David Bryce, Jonathan Haidt, Ralph W. Hood, David R. Vago, and Andrew B. Newberg. “The Varieties of Self-Transcendent Experience.” *Review of General Psychology* 21, no. 2 (June 1, 2017): 143–60. <https://doi.org/10.1037/GPR0000102>.

Zed, Mestika. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008.