



Spiritualitas Perjumpaan dalam Ekaristi: Refleksi Teologis Tentang Makna Kehadiran Kristus dalam Liturgi

Marianus Rago Kristeno¹, Lorentius Goa²

STP-IPI Malang ^{1,2}

marianragokrist@gmail.com

Abstract

The Eucharist holds a central role in the Catholic faith as the source and summit of the Church's life, yet it is often reduced to a mere ritual obligation rather than a transformative encounter with the risen Christ. This article reflects theologically on the meaning of Christ's presence in the Eucharist and its implications for the spirituality of encounter. Using a qualitative method through literature review, the study examines biblical and doctrinal foundations of Christ's real presence in the Word, the consecrated bread and wine, the priest, and the gathered community. The findings show that the Eucharist, when celebrated consciously and actively, becomes not only a liturgical obligation but also a sacred space of personal and communal encounter with Christ that transforms the believer's life. However, digital distractions and lack of liturgical awareness pose significant challenges, especially among the youth. Therefore, the Eucharist must be re-envisioned as a living encounter that nurtures gratitude, active participation, and personal transformation, enabling the faithful to embody love, service, and witness in daily life.

Keywords: Eucharist; Liturgy; Theological Reflection; Spirituality of Encounter.

Abstrak

Ekaristi memiliki peran sentral dalam iman Katolik sebagai sumber dan puncak kehidupan Gereja, namun sering direduksi hanya sebagai kewajiban ritual, bukan perjumpaan yang mengubah dengan Kristus yang bangkit. Artikel ini merefleksikan secara teologis makna kehadiran Kristus dalam Ekaristi dan implikasinya bagi spiritualitas perjumpaan. Dengan metode kualitatif melalui kajian pustaka, penelitian ini mengkaji dasar biblis dan doktrinal tentang kehadiran nyata Kristus dalam Sabda, roti dan anggur yang dikonsekrasikan, pribadi imam, serta persekutuan umat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ekaristi, bila dirayakan secara sadar dan aktif, bukan hanya kewajiban liturgis, melainkan ruang perjumpaan pribadi dan komunal dengan Kristus yang mengubah hidup umat. Namun, distraksi digital dan kurangnya kesadaran liturgis menjadi tantangan besar, terutama bagi kaum muda. Karena itu, Ekaristi perlu dihayati kembali sebagai perjumpaan hidup yang menumbuhkan syukur, partisipasi aktif, dan transformasi pribadi, sehingga umat mampu mewujudkan kasih, pelayanan, dan kesaksian iman dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: Ekaristi; Liturgi; Refleksi Teologis; Spiritualitas Perjumpaan.

Pendahuluan

Bagi umat Katolik, Perayaan Ekaristi menempati posisi sentral dalam kehidupan iman Gereja dan merupakan tindakan Kristus sendiri (bdk. Pedoman Umum Misale Romawi art. 16). Sebagaimana ditegaskan dalam dokumen Sacrosanctum Concilium art. 10, Ekaristi adalah "sumber dan puncak seluruh kehidupan Gereja". Ekaristi menjadi suatu tindakan yang "dilakukan" oleh Kristus sendiri dan Gereja, di mana Ia mengorbankan diri-Nya sendiri sehingga umat dapat diselamatkan dengan menyantap Tubuh dan Darah-Nya dalam rupa roti dan anggur (bdk. Kitab Hukum Kanonik Kan. 899 - § 1).

Beribu-ribu tahun Gereja memelihara tradisi Ekaristi yang berakar dari tradisi Yahudi yang dipraktikkan oleh Yesus dan para murid-Nya, yang kemudian mendapatkan

warna dan makna baru melalui sengsara, wafat, dan kebangkitan Kristus (Irwan et al., 2024). Pesan Yesus, "Perbuatlah ini menjadi peringatan akan Aku." (Luk 22: 19), menjadi pesan dan perintah bagi Gereja untuk senantiasa merayakan Ekaristi. Tradisi tersebut dipelihara oleh Gereja sejak awal berdirinya sampai hari ini dengan berbagai perkembangan yang tidak menghilangkan hakikat dari Ekaristi itu sendiri, yakni peristiwa keselamatan oleh Kristus, Sang Anak Domba Allah.

Selain dari makna keselamatan dan kurban Kristus, Ekaristi menjadi wadah umat untuk mengucapkan syukur atas apa pun yang telah mereka terima, terutama atas karya keselamatan yang telah diwujudkan di dalam Kristus (Subali et al., 2024). Sebagaimana akar kata Ekaristi dalam bahasa Yunani, yakni *eucharistia* yang berarti puji dan syukur, umat Katolik diajak untuk senantiasa mengucapkan syukur kepada Allah (Ajang & Sulistiyo, 2022). Ungkapan syukur umat dalam Ekaristi diwujudkan melalui keterlibatan aktif dalam setiap unsur yang ada di dalam Ekaristi, seperti sikap liturgi, bernyanyi, menjawab aklamasi dan dialog dengan imam atau petugas liturgi, dan lain-lain.

Namun, tidak jarang Ekaristi dipahami dan dijalani hanya sebagai rutinitas ibadat biasa, dengan fokus pada pemenuhan kewajiban liturgis semata, bukan sebagai ruang perjumpaan rohani yang hidup dengan Kristus yang bangkit. Bahkan tidak sedikit umat yang melihat Ekaristi sebagai suatu kegiatan yang membosankan (Halawa et al., 2024). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ajang dan Sulistiyo (2022), diungkapkan bahwa masih banyak umat yang belum memahami hakikat Perayaan Ekaristi sehingga membuatnya jatuh pada pemahaman bahwa merayakan Ekaristi dilakukan untuk memenuhi kewajiban sebagai umat Katolik. Padahal, jika Perayaan Ekaristi sungguh-sungguh dimaknai secara mendalam, umat akan mampu menghayati imannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut diungkapkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Subali dkk. (2024), di mana umat menyadari bahwa Ekaristi memiliki kaitan dengan penghayatan iman dalam kehidupannya. Dalam hal ini pula, Gereja perlu memberi perhatian kepada kaum muda yang mengalami kemajuan dalam bidang teknologi komunikasi yang membuat mereka cenderung "terikat" pada gawai dan mengabaikan Ekaristi (Widiatna, 2022).

Dalam pengamatan penulis pada beberapa kali kesempatan mengikuti Perayaan Ekaristi di beberapa paroki, terdapat banyak umat yang asyik berbincang saat perayaan sedang berlangsung, beberapa umat juga ada yang menggunakan gawainya untuk kegiatan yang tidak berhubungan dengan liturgi, seperti berswafoto, berselancar dalam media sosial, atau melakukan chatting online. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nikodemus dan Endi (2024), di mana tidak sedikit umat, khususnya kaum muda, yang menggunakan HP dalam kegiatan-kegiatan rohani di Gereja, seperti dalam Perayaan Ekaristi. Bahkan, tidak sedikit umat yang tidak mengambil bagian atau berpartisipasi secara aktif dalam Perayaan Ekaristi tersebut, padahal Ekaristi menekankan partisipasi umat secara aktif (Ajang & Sulistiyo, 2022). Hal ini menjadi keprihatinan yang perlu diperhatikan oleh Gereja sebab Ekaristi memiliki makna yang sakral dan menjadi sarana persatuan dengan Kristus (Astuty, 2020).

Dalam konteks ini, refleksi tentang spiritualitas perjumpaan menjadi semakin penting. Spiritualitas bukanlah sekadar aspek tambahan dalam kehidupan iman, tetapi merupakan pengalaman eksistensial dan relasional manusia dengan Allah. Dalam Ekaristi, Gereja percaya bahwa Kristus hadir secara nyata, baik dalam sabda, dalam rupa roti dan anggur, dalam pribadi imam, maupun dalam persekutuan umat (Ardijanto, 2020). Namun, bagaimana umat menghidupi kehadiran ini? Apakah kehadiran Kristus dalam liturgi sungguh menjadi perjumpaan yang membentuk dan mentransformasi kehidupan rohani?

Artikel ini bertujuan untuk merefleksikan makna perjumpaan dengan Kristus dalam Ekaristi, dengan menekankan aspek spiritualitas yang lahir dari pengalaman liturgis. Melalui pendekatan teologis sistematis dan spiritualitas liturgis, penulis hendak menggali bagaimana Ekaristi bukan hanya sebagai tindakan kultus, kewajiban, dan rutinitas belaka, tetapi juga sebagai momen personal dan komunio yang memperdalam relasi dengan Kristus.

Sehingga, permasalahan utama yang hendak dijawab dalam tulisan ini terkait bagaimana makna teologis kehadiran Kristus dalam perayaan Ekaristi dipahami dalam tradisi Gereja dan bagaimana pengalaman perjumpaan ini membentuk spiritualitas umat beriman.

Dengan mengkaji dasar-dasar biblis dan doktrinal serta merefleksikan dinamika rohani dalam liturgi, tulisan ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman umat tentang Ekaristi sebagai pusat perjumpaan dengan Kristus, yang tidak hanya menguduskan umat secara ritual, tetapi juga mengubah mereka secara eksistensial dalam hidup sehari-hari. Melalui refleksi ini, umat akan semakin mendalami kekayaan makna Ekaristi sehingga dampaknya mengarah pada terjadinya perubahan praktik liturgis pada umat saat mengikuti Perayaan Ekaristi, peningkatan kekhusukan, serta perubahan pandangan umat terhadap Ekaristi. Pada akhirnya, pemahaman tentang makna perjumpaan pribadi dengan Kristus dalam Perayaan Ekaristi diharapkan membuat umat untuk lebih menghayati Perayaan Ekaristi dan sungguh-sungguh mempersiapkan hati, pikiran, dan perhatian pada Ekaristi.

Metode

Dalam penulisan artikel ini, penulis menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (literatur review). Menurut Basrowi & Suwandi (2014) dalam (Sahir, 2021), penelitian kualitatif merupakan suatu bentuk penelitian yang berusaha untuk menjabarkan dan memahami suatu fenomena melalui sumber-sumber yang relevan dengan topik yang dibahas dalam penelitian. Melalui pendekatan kepustakaan, penulis mengumpulkan data dari berbagai sumber tertulis, baik berupa buku, artikel ilmiah, dokumen-dokumen, makalah, dan lain-lain (Hardani et al., 2020). Penelitian berbasis kepustakaan memiliki batasan, antara lain ketiadaan data empiris langsung dan potensi keterbatasan perspektif jika hanya bergantung pada sumber tertulis. Untuk mengatasi hal ini, penulis menggunakan beragam jenis sumber dengan tingkat otoritas yang berbeda, serta melakukan triangulasi literatur, yaitu membandingkan berbagai pandangan dari para teolog, dokumen resmi, dan hasil penelitian akademik untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif. Sumber utama yang digunakan penulis dalam penelitian ini meliputi dokumen-dokumen Gereja, artikel ilmiah, serta buku-buku yang relevan dengan topik penelitian ini. Untuk memastikan kesahihan data, penulis melakukan peninjauan data dengan merujuk pada dokumen-dokumen resmi Gereja Katolik. Data-data tersebut kemudian dikumpulkan dan dianalisa dengan memperhatikan tema-tema yang sesuai dengan pembahasan dalam penelitian ini serta memperhatikan konteks penelitian sumber.

Hasil dan Pembahasan

Kehadiran Kristus dalam Ekaristi menurut Ajaran Gereja Katolik

Bagi Gereja Katolik, kehadiran Kristus dalam Ekaristi bukanlah simbolis semata, melainkan sungguh nyata dan substansial (Ardijanto, 2020). Ajaran ini ditegaskan dalam dokumen Sacrosanctum Concilium art. 7, yang menyatakan bahwa Kristus hadir dalam liturgi secara beragam: dalam pribadi imam, dalam sabda, dalam rupa roti dan anggur, serta dalam persekutuan umat yang berhimpun dalam nama-Nya. Kehadiran ini bukan hadir secara jasmani atau sekadar emosional, melainkan sebagai misteri iman yang menjadi dasar dari kehidupan liturgis Gereja.

Akar Perayaan Ekaristi yang berasal dari tradisi Yahudi memberikan pemahaman mendalam mengenai “kehadiran Allah” di tengah-tengah umat (Irwan et al., 2024). Perjamuan Paskah Yahudi yang dipakai Yesus sebagai perjamuan terakhir bersama para murid-Nya kemudian diadaptasi oleh Gereja dan dipraktikkan hingga kini. Ekaristi dalam tradisi Gereja Katolik dipahami sebagai puncak dan sumber seluruh kehidupan Gereja, karena di dalamnya Kristus hadir secara nyata, sejati, dan substansial (Laksito, 2020). Ajaran mengenai kehadiran Kristus ini dijelaskan secara khas melalui doktrin transubstansiasi,

yaitu perubahan substansi roti dan anggur menjadi Tubuh dan Darah Kristus, sementara aksidennya tetap sama. Pemahaman ini ditegaskan secara kuat pada Konsili Trente (1545–1563), yang merespons berbagai penafsiran Reformasi mengenai Ekaristi dengan menegaskan kembali realitas kehadiran Kristus serta sifat korban dalam perayaan Misa. Dalam teologi modern, konsep transubstansiasi diperdalam melalui pendekatan filosofis dan fenomenologis, seperti karya Karl Rahner dan Edward Schillebeeckx yang menekankan dinamika simbolik dan relasional tanpa mengurangi realitas kehadiran Kristus. Magisterium kontemporer, termasuk ajaran Paus Yohanes Paulus II dan Benediktus XVI, tetap mempertahankan istilah transubstansiasi sambil membuka ruang pemahaman yang lebih dialogis dengan konteks filosofis modern, sehingga ajaran tersebut dapat dipahami secara lebih komunikatif tanpa kehilangan integritas teologisnya.

Secara khusus, Gereja menekankan kehadiran Kristus secara nyata (*realis praesentia*) dalam rupa roti dan anggur yang telah dikonsekrasikan (Wakit & Supriyadi, 2021). Ajaran ini dirumuskan secara dogmatis dalam Konsili Trente dan ditegaskan kembali dalam Katekismus Gereja Katolik (KGK) art. 1374, bahwa “dalam Ekaristi, Yesus Kristus hadir secara nyata, sejati, dan substansial dengan tubuh, darah, jiwa, dan ke-Allahan-Nya.” Ensiklik *Mysterium Fidei* (MF) art. 39 pun mengungkapkan hal serupa, di mana dikatakan, “Lebih jauh lagi, dengan cara yang lebih agung Kristus hadir dalam Gereja-Nya yang merayakan Korban Misa dan menyelenggarakan Sakramen-sakramen dalam nama-Nya”. Kehadiran ini terjadi melalui perubahan roti dan anggur menjadi Tubuh dan Darah Kristus, yang dalam tradisi teologis disebut sebagai transubstansiasi (bdk. *Mysterium Fidei* art. 47).

Dalam Pedoman Umum Misale Romawi (PUMR) art. 55 dikatakan bahwa selain dalam rupa Ekaristi, Kristus juga hadir dalam sabda-Nya yang dibacakan dan diwartakan. Sabda Allah dalam Liturgi Sabda bukan sekadar informasi atau bacaan rohani, tetapi peristiwa pewahyuan dan dialog ilahi yang mengundang umat untuk mendengarkan serta menanggapi secara aktif. Demikian pula, kehadiran Kristus dalam pribadi imam yang memimpin liturgi. Sebagaimana diungkapkan dalam dokumen Gereja tentang Instruksi Imam, Gembala, dan Pemimpin Paroki art. 9, yang menegaskan demikian, “Imam menghadirkan Kristus, Kepala Gereja, dengan pelayanan Sabda, partisipasi dalam jabatan kenabiannya.” Bahkan seorang imam disebut sebagai *alter Christus* (Kristus yang lain) dan dalam merayakan sakramen, ia bertindak *in persona Christi* (bdk. Instruksi Imam, Gembala, dan Pemimpin Paroki art. 8). Hal ini menunjukkan bahwa liturgi bukan tindakan perseorangan, melainkan tindakan Kristus sendiri melalui Gereja.

Tidak kalah penting, Kristus juga hadir dalam persekutuan umat yang berhimpun (Panda, 2023). Pedoman Umum Misale Romawi art. 19 menegaskan bahwa melalui kehadiran dan partisipasi aktif umat, menjadikan Ekaristi sebagai tindakan komunal yang menjadi perayaan umat. Ekaristi menjadi tanda dan sumber kesatuan sebagai satu Tubuh Mistik Kristus (MF art. 71). Gereja percaya bahwa bila dua atau tiga orang berkumpul dalam nama-Nya, Kristus hadir di tengah-tengah mereka (bdk. Mat 18:20). Maka, kehadiran Kristus dalam Ekaristi bukan hanya vertikal (antara Allah dan individu), tetapi juga horizontal (antara umat dalam tubuh mistik Kristus) (Astuty, 2020). Persekutuan ini menjadi tanda bahwa Ekaristi adalah perayaan bersama, bukan konsumsi pribadi (Pedoman Umum Misale Romawi art. 19).

Dengan memahami ragam bentuk kehadiran Kristus ini, umat diajak untuk tidak membatasi Ekaristi hanya pada komuni, melainkan menyadari seluruh perayaan sebagai

momen perjumpaan dengan Kristus yang hidup. Kristus hadir secara nyata dan bukan “seolah-olah hadir” (Mysterium Fidei art. 40). Kesadaran ini menjadi dasar spiritualitas perjumpaan, di mana kehadiran Kristus tidak hanya dirayakan, tetapi juga diresapi dan dihidupi dalam iman yang konkret dan aktif. Dampak dari Ekaristi yang dihayati tampak pada penghayatan iman umat dalam kehidupan sehari-hari sebagai bentuk kesaksian kasih dan persaudaraan (Subali et al., 2024).

Dalam konteks penghayatan umat saat ini, ajaran tentang kehadiran nyata Kristus dalam Ekaristi menghadapi tantangan pastoral yang nyata. Sebagian umat kurang memahami atau tidak sepenuhnya mempercayai kehadiran Kristus secara substansial dalam Ekaristi, yang dapat dipengaruhi oleh minimnya katekese, sekularisasi, atau cara umat memaknai simbol liturgis (Manu et al., 2024). Dalam praktik pastoral, para gembala sering mengamati kesenjangan antara ajaran Gereja dan penghayatan umat, misalnya dalam sikap kurang hormat di dalam gereja, kurangnya kesadaran akan nilai Ekaristi, atau kecenderungan memandang Ekaristi terutama sebagai perjamuan komunitas tanpa dimensi korban. Tantangan-tantangan ini menunjukkan perlunya katekese yang lebih sistematis dan pengalaman liturgis yang lebih bermakna agar umat dapat menghayati misteri kehadiran Kristus secara lebih utuh dan transformatif.

Ekaristi sebagai Perjumpaan, Bukan Sekadar Kewajiban

Dalam praktik kehidupan umat Katolik dewasa ini, terdapat kecenderungan memahami Perayaan Ekaristi sebagai rutinitas keagamaan yang dijalankan untuk memenuhi kewajiban hari Minggu. Pandangan ini mengurangi makna terdalam dari Ekaristi sebagai perjumpaan rohani yang hidup antara Kristus dan umat-Nya. Ketika Ekaristi direduksi menjadi kewajiban formal semata, umat berisiko kehilangan esensi spiritual dan transformatif dari sakramen ini.

Ekaristi bukanlah sekadar ibadat yang harus diikuti karena perintah Gereja, tetapi merupakan peristiwa perjumpaan antara Kristus yang bangkit dan umat beriman. Dalam Ekaristi, Kristus hadir bukan untuk disaksikan secara pasif, melainkan untuk dijumpai, disambut, dan dialami secara pribadi dan komunal. Perjumpaan ini menyentuh seluruh dimensi hidup manusia yang meliputi akal, hati, dan kehendak, serta mengarah pada perubahan hidup yang nyata (Astuty, 2020).

Refleksi atas hal ini semakin relevan ketika melihat realitas di mana sebagian umat, terutama kaum muda, merasa jenuh atau bosan dalam mengikuti Ekaristi (Manu et al., 2024). Dalam beberapa kasus, umat hadir secara fisik tetapi tidak hadir secara batin. Hal ini menunjukkan adanya krisis penghayatan: Ekaristi dipersepsi lebih sebagai kegiatan seremonial ketimbang peristiwa iman yang mengubah. Padahal, bila Ekaristi dihayati sebagai perjumpaan yang sejati, umat akan datang bukan karena kewajiban, tetapi karena kerinduan untuk bertemu dan disapa oleh Kristus yang hidup.

Kajian dari Lontoh dkk. (2024), menunjukkan bahwa umat masih kurang aktif dalam Perayaan Ekaristi yang disebabkan ketidaktahuan mereka mengenai makna Ekaristi tersebut. Sementara itu, Manu dkk. (2024) melihat bahwa banyak umat yang memandang Ekaristi sebagai bagian dari rutinitas keagamaan. Hal ini disebabkan karena umat memandang Ekaristi sebagai kegiatan yang menjenuhkan dan membosankan. Kurangnya pemahaman umat terhadap makna kehadiran Kristus dalam Ekaristi inilah yang menyebabkan kemerosotan penghormatan terhadap Ekaristi dan kurangnya penghayatan

selama misa (Halawa et al., 2024).

Spiritualitas perjumpaan menekankan bahwa liturgi bukan hanya ritual, tetapi ruang sakral di mana Allah menyatakan diri-Nya dan mengundang umat masuk dalam relasi kasih. Setiap bagian dari liturgi, dari lagu pembuka hingga berkat penutup, adalah kesempatan untuk mengalami kehadiran Allah dan menjawab-Nya dengan iman. Ketika umat sungguh terlibat secara sadar dan aktif, Ekaristi menjadi ruang transformasi, bukan hanya rutinitas. Buah-buah nyata perjumpaan pribadi dalam Ekaristi akan tampak dalam kasih, ketulusan, dan kesaksian hidup yang ditampilkan sehari-hari (Subali et al., 2024).

Penghayatan akan spiritualitas perjumpaan dalam Perayaan Ekaristi perlu untuk dikatekeseikan kepada umat, sehingga umat sungguh memahami makna Ekaristi tersebut. Sebagaimana yang telah disebutkan sebelumnya, tantangan penghayatan spiritualitas perjumpaan muncul akibat kurangnya pemahaman umat. Maka, perlu diadakan katekese berkelanjutan guna memberi pemahaman kepada umat (Singal & Imbang, 2023).

Oleh karena itu, pemahaman ulang terhadap Ekaristi sebagai perjumpaan, bukan sekadar kewajiban, menjadi penting untuk membangun kembali kesadaran liturgis umat. Sebab, pemahaman yang baik akan makna Ekaristi akan berdampak pada praksis liturgi umat. Dengan memusatkan perhatian pada relasi personal dengan Kristus dalam Ekaristi, umat akan lebih terdorong untuk menjadikan perayaan ini sebagai pusat kehidupan rohani yang memungkinkan mereka untuk hidup sebagai saksi kasih Allah dalam dunia.

Spiritualitas Perjumpaan dalam Dinamika Liturgi

Spiritualitas perjumpaan dalam Ekaristi berakar pada keyakinan iman bahwa liturgi bukan hanya perayaan simbolik, tetapi merupakan peristiwa nyata di mana Kristus hadir dan menjumpai umat-Nya (Halawa et al., 2024). Dalam dinamika liturgi, umat tidak hanya menjadi penonton, melainkan peserta aktif dalam sebuah perjumpaan suci yang melibatkan seluruh keberadaan manusia: tubuh, jiwa, dan roh. Spiritualitas ini menempatkan Ekaristi bukan semata sebagai ritus atau kegiatan religius, melainkan sebagai medan relasional yang hidup, di mana Allah berkomunikasi dengan umat-Nya secara langsung dan personal.

Perjumpaan yang dimaksud tidak bersifat abstrak atau emosional semata, melainkan konkret dalam tindakan liturgis (Halawa et al., 2024). Saat umat menyanyikan lagu pembuka, mendengarkan sabda, menjawab doa, menyambut komuni, dan mengucapkan "Amin", mereka sedang mengambil bagian dalam dialog kasih antara Allah dan manusia. Setiap unsur dalam liturgi adalah ekspresi dari relasi ini dari liturgi sabda yang menghadirkan Kristus sebagai Sabda Allah, hingga liturgi Ekaristi yang menghadirkan Kristus sebagai Tubuh dan Darah yang dipecah-bagikan.

Spiritualitas perjumpaan juga mencakup kesadaran batin umat untuk membuka diri terhadap karya Allah dalam diri mereka. Dalam liturgi, umat diajak untuk tidak sekadar "melakukan" sesuatu, tetapi untuk "mengalami" dan "menghadirkan" dirinya secara utuh di hadapan Allah (Muliati et al., 2024). Konstitusi Gereja tentang Liturgi Suci (Sacrosanctum Concilium) art. 11 menegaskan perlunya persiapan batin seseorang dalam mengikuti/merayakan Perayaan Ekaristi agar Ekaristi yang sedang dirayakan tersebut benar-benar diikuti secara sadar. Oleh karena itu, sikap hening, hormat, kesiapan dan keterlibatan batin menjadi bagian penting dalam spiritualitas ini. Dalam keheningan Doa Syukur Agung, dalam laku berlutut saat konsekrasi, dan dalam sambutan komuni yang penuh iman, umat sesungguhnya sedang membangun relasi rohani yang intim dengan

Kristus.

Relasi ini bersifat transformatif. Perjumpaan dengan Kristus dalam Ekaristi bukan hanya memberikan penghiburan atau kekuatan batin, tetapi juga membentuk cara berpikir, merasakan, dan bertindak umat dalam kehidupan sehari-hari. Dalam spiritualitas perjumpaan, umat tidak berhenti pada rasa “terberkati” setelah misa, tetapi membawa pengalaman liturgis itu ke dalam tindakan nyata: dalam pelayanan, keadilan sosial, dan kesaksian hidup (Tukan, 2020). Kesadaran akan kehadiran Kristus dalam diri seseorang akan membawanya pada partisipasi yang aktif dalam berbagai kegiatan rohani dan pada akhirnya membantunya untuk memberikan kesaksian hidup akan kasih Kristus (Amal et al., 2024). Dampak tersebut tergambar dalam penelitian Subali dkk. (2024), yang menyoroti pengaruh Ekaristi pada kehidupan umat di Keuskupan Agung Palembang dan Keuskupan Agung Makassar, di mana umat yang menyadari kehadiran Kristus dalam Ekaristi lebih berani untuk berkorban, berani berbuat baik, lebih solider, serta lebih rajin untuk mengikuti kegiatan komunitas kristiani.

Dengan demikian, spiritualitas perjumpaan bukanlah konsep teoretis, melainkan cara hidup yang dibentuk oleh dinamika liturgi itu sendiri. Melalui keterlibatan aktif, kesadaran rohani, dan relasi dengan Kristus yang hadir, umat mengalami Ekaristi bukan sebagai kewajiban, tetapi sebagai titik temu yang membarui iman dan mengarahkan hidup kepada Allah. Perjumpaan rohani tersebut pada akhirnya akan membawa umat pada penghayatan dan pelaksanaan panca tugas Gereja (Ajang & Sulistiyo, 2022).

Di era digital, penerapan spiritualitas ini mengalami tantangan. Umat, khususnya kaum muda, mulai terjebak pada arus modernisasi dan digitalisasi (Singal & Imbang, 2023). Umat Katolik cenderung sulit lepas dari penggunaan gawai, bahkan saat mengikuti Perayaan Ekaristi (Kristeno & Tarihoran, 2024). Tawaran instant dari gawai yang digunakan serta kurangnya pemahaman akan makna Perayaan Ekaristi menjadi akar masalah yang membuat banyak umat kurang menghayati Ekaristi yang sedang dirayakan (Singal & Imbang, 2023). Akibatnya, banyak umat yang datang dalam Perayaan Ekaristi menganggapnya sebagai kegiatan rutin dan kewajiban keagamaan yang membosankan (Halawa et al., 2024). Bahkan tidak sedikit umat yang mengikuti misa, tidak berpartisipasi secara penuh dalam misa, datang terlambat, dan bermain HP (Manu et al., 2024). Hal ini menjadi ironi yang perlu diperhatikan oleh Gereja. Ekaristi yang seharusnya dihayati sebagai sarana perjumpaan dengan Kristus, malah menjadi kegiatan tak bermakna dan tidak lebih dari sekadar rutinitas.

Gereja, melalui pihak keuskupan dan paroki, perlu mengambil langkah kreatif untuk memberikan katekese bagi umat untuk memahami makna Ekaristi dan kehadiran Kristus di dalamnya, seperti pelatihan petugas liturgi, pendalaman iman, katekese, dan homili yang interaktif. Tujuannya adalah agar umat semakin memahami makna Perayaan Ekaristi yang akhirnya membawa mereka pada perjumpaan pribadi dengan Kristus yang hadir secara nyata dalam Ekaristi. Untuk itu, perlu pemberian katekese kepada umat sehingga umat dapat memahami makna Ekaristi dan dampaknya bagi kehidupan pribadinya. Media-media digital dapat membantu Gereja untuk memfasilitasi katekese mengenai makna Ekaristi yang harapannya dapat membantu meningkatkan penghayatan umat terhadap Perayaan Ekaristi (Amal et al., 2024).

Tantangan Digital dan Krisis Konsentrasi Liturgis

Di tengah kemajuan teknologi digital yang begitu pesat, umat Katolik menghadapi tantangan serius dalam menghayati Ekaristi secara penuh dan sadar. Kehadiran gawai di dalam perayaan liturgi, yang pada awalnya mungkin dimaksudkan untuk keperluan liturgis seperti membaca bacaan atau mengikuti lagu, sering kali justru menjadi sumber gangguan. Banyak umat menggunakan ponsel untuk berswafoto, mengakses media sosial, atau berkomunikasi daring selama misa berlangsung (Halawa et al., 2024). Bahkan terdapat banyak hal dari antara kemajuan teknologi yang mempengaruhi umat dan membuatnya enggan terlibat dalam kehidupan menggereja (Sinaga & Fauzi, 2024). Fenomena ini menunjukkan adanya krisis konsentrasi yang berpengaruh langsung pada kedalaman pengalaman spiritual dalam Ekaristi.

Distraksi digital dalam liturgi bukan sekadar persoalan kedisiplinan, melainkan cerminan dari kurangnya kesadaran akan sakralitas perayaan Ekaristi. Pada era pandemi yang lalu, misa daring menjadi salah satu fenomena yang menuai pro dan kontra di kalangan umat, di mana terjadi kontradiksi antara esensi Ekaristi sebagai ibadat yang memerlukan partisipasi aktif umat yang hadir dan situasi yang tidak memungkinkan untuk melaksanakan Perayaan Ekaristi secara faktual. Di satu sisi misa daring menjadi solusi alternatif untuk memenuhi kerinduan rohani umat terhadap Ekaristi selama masa pandemi Covid-19. Namun di sisi lain, misa online menjadi masalah ketika Ekaristi menjadi semacam “tontonan” bagi umat tanpa adanya partisipasi aktif dan persiapan batin yang baik selama merayakan Ekaristi secara daring (Bewoli & Senang, 2022). Hal ini ditambah lagi dengan penggunaan gawai sebagai media misa daring tersebut yang memunculkan berbagai distraksi seperti masuknya notifikasi ketika sedang merayakan misa online. Kehadiran kemajuan teknologi yang merasuk dalam kehidupan Gereja tidak secara otomatis menggantikan pelayanan, pengembangan iman, dan partisipasi umat yang dilaksanakan secara konvensional (Jehaut & Maugahoaku, 2023).

Di satu sisi, gawai menghadirkan kemudahan dan keleluasaan dalam mengakses informasi maupun menjadi sarana katekese atau pewartaan Injil. Namun di sisi lain, kehadiran gawai menjadi “batu sandungan” untuk umat ketika gawai membuat umat terlalu tergantung dengannya sehingga mengabaikan unsur kesiapan batin dalam Perayaan Ekaristi (Bewoli & Senang, 2022). Ketika gawai menjadi lebih menarik daripada sabda Allah atau tindakan sakramental, terjadi pergeseran fokus dari Tuhan kepada dunia maya. Astuti, 2021 dalam (Pranyoto et al., 2024) mengungkapkan bahwa generasi zaman sekarang yang cukup akrab dengan media-media digital sangat mudah teralihkan perhatiannya. Situasi ini menimbulkan jarak batin antara umat dan Kristus yang hadir dalam liturgi, serta mengaburkan nilai perjumpaan yang seharusnya menjadi inti dari spiritualitas Ekaristi.

Lebih dalam lagi, krisis ini memperlihatkan kebutuhan akan formasi liturgis dan spiritual yang lebih mendalam. Banyak umat, termasuk generasi muda, belum memiliki pemahaman teologis dan spiritual yang cukup tentang makna Ekaristi (Singal & Imbang, 2023). Tanpa pemahaman ini, sulit bagi mereka untuk menyadari pentingnya kehadiran Kristus dan urgensi untuk hadir secara utuh—bukan hanya secara fisik, tetapi juga dengan hati dan pikiran. Akibatnya, Ekaristi mudah jatuh menjadi rutinitas yang membosankan, alih-alih menjadi perjumpaan yang menghidupkan.

Gereja dipanggil untuk merespons tantangan ini secara pastoral dan kreatif. Di satu sisi, penting untuk memberikan pengajaran yang kontekstual tentang liturgi dan

spiritualitas Ekaristi. Di sisi lain, Gereja juga perlu menemukan cara baru untuk mengintegrasikan teknologi secara bijaksana dalam liturgi tanpa mengorbankan kesakralan dan kekhusyukan. Misalnya, penggunaan aplikasi liturgi bisa diarahkan pada pendalaman iman, bukan hiburan. Selain itu, pembiasaan sikap hormat dan pembinaan kesadaran liturgis sejak dini juga menjadi strategi jangka panjang yang krusial.

Dengan menyadari tantangan zaman ini, Gereja dapat terus menuntun umat untuk kembali kepada esensi Ekaristi: perjumpaan dengan Kristus yang sungguh hadir dan yang menguduskan umat-Nya. Dalam suasana liturgi yang hening, penuh hormat, dan bebas dari gangguan digital, umat akan lebih mampu merasakan bahwa mereka sedang berada dalam peristiwa suci, bukan sekadar menghadiri suatu kegiatan rutin.

Implikasi

Implikasi dari refleksi ini menegaskan bahwa Ekaristi bukan hanya ritus atau kewajiban, melainkan perjumpaan nyata dengan Kristus yang mengubah hidup umat. Maka, sebagaimana dalam melaksanakan perjumpaan dengan Yang Maha Tinggi, umat diharapkan sungguh-sungguh merayakan Ekaristi dengan sadar, berpartisipasi secara aktif, dan memiliki kesiapan batin untuk berjumpa dengan Kristus. Pemahaman ini memperkaya kajian teologi liturgi dan spiritualitas dengan menempatkan Ekaristi sebagai sumber dan pusat kehidupan iman yang bersifat relasional dan transformatif, khususnya dalam menghadapi tantangan era digital yang sering mengaburkan kesadaran sakral umat. Oleh sebab itu, hal ini menuntut Gereja setempat untuk memperkuat katekese mengenai liturgi, khususnya Ekaristi, memberikan formasi iman yang kontekstual, dan mendampingi umat agar terlibat aktif serta sadar dalam liturgi. Hal ini pula telah menjadi anjuran yang diungkapkan dalam dokumen *Sacrosanctum Concilium* art. 19, di mana para gembala, khususnya pastor paroki dan uskup, memberikan pembinaan liturgi kepada umat sehingga umat pun memperoleh pemahaman yang baik terhadap makna Ekaristi dan pentingnya partisipasinya dalam Ekaristi tersebut. Dalam hal ini, penguatan katekese di tingkat keuskupan, paroki, lingkungan dan stasi menjadi penting. Pemberian katekese tersebut dapat dilakukan dengan seminar atau sosialisasi tentang makna Perayaan Ekaristi, pemberian katekese sebelum Misa (Katekese Pra-Misa), dan Pendalaman Iman dengan tema Ekaristi. Pemanfaatan teknologi digital pun perlu diarahkan secara bijak sebagai sarana pendalaman iman, bukan distraksi, sementara umat secara pribadi diundang untuk menyiapkan hati, pikiran, dan sikap tubuh dalam perayaan, sehingga pengalaman Ekaristi sungguh menghasilkan transformasi iman yang nyata dalam kasih, pelayanan, dan kesaksian hidup sehari-hari. Keberadaan teknologi digital juga dapat dimanfaatkan sebagai sarana Katekese Digital dengan memproduksi konten-konten yang berisi katekese mengenai Ekaristi, sehingga katekese tersebut dapat menyentuh berbagai lapisan umat, khususnya kaum muda.

Rekomendasi untuk Penelitian Lanjutan

Dengan melihat realitas yang terjadi dalam penelitian ini, penulis menilai bahwa diperlukan penelitian lanjutan untuk menggali lebih dalam tentang pemahaman akan makna kehadiran Kristus dalam Ekaristi dan pengaruhnya pada kehidupan umat, khususnya pada partisipasi dalam Perayaan Ekaristi. Selain itu, penelitian lanjutan juga disarankan untuk menyoroti penghayatan umat terhadap Perayaan Ekaristi di era yang serba digital. Hal ini akan mampu mendorong berbagai pihak, khususnya Gereja untuk memperhatikan pentingnya katekese berkaitan dengan Ekaristi.

Kesimpulan

Kehadiran Kristus dalam Ekaristi menurut tradisi Gereja dipahami bukan sekadar simbolis, melainkan sungguh nyata dan substansial—hadir dalam sabda, dalam rupa roti dan anggur, dalam pribadi imam, serta dalam persekutuan umat—sehingga seluruh perayaan liturgi merupakan tindakan Kristus sendiri yang menyelamatkan. Pemahaman ini menegaskan bahwa Ekaristi bukan hanya kewajiban ritual, tetapi peristiwa iman yang mengundang umat untuk berjumpa dengan Kristus yang hidup. Dari pengalaman perjumpaan inilah lahir spiritualitas yang membentuk kesadaran batin, keterlibatan aktif, dan relasi personal dengan Kristus, yang pada gilirannya menuntun umat kepada transformasi hidup nyata: hidup dalam kasih, pelayanan, dan kesaksian iman di tengah masyarakat.

Dalam konteks era modern, refleksi mengenai kehadiran nyata Kristus memiliki dampak penting bagi penghayatan Ekaristi, terutama ketika umat menghadapi berbagai distraksi digital, ritme hidup yang cepat, dan kecenderungan memandang liturgi secara fungsional atau seremonial. Pemahaman yang mendalam tentang Ekaristi membantu umat kembali pada inti perayaan, yakni keheningan batin, kesiapsediaan untuk menerima rahmat, serta kesadaran akan misteri yang sedang dihadapi. Refleksi ini mendorong umat untuk menata kembali cara hadir dalam liturgi, dengan lebih menghayati keheningan, penuh perhatian, dan terbuka terhadap karya Roh Kudus, sehingga Ekaristi menjadi ruang perjumpaan yang menyegarkan iman di tengah hiruk-pikuk budaya digital.

Akhirnya, spiritualitas perjumpaan yang lahir dari Ekaristi menawarkan sebuah visi pembaruan bagi kehidupan Gereja dan umat, di mana Gereja yang berakar pada kekudusan, umat yang semakin menyadari martabat sesamanya, serta komunitas yang memancarkan kasih Kristus dalam tindakan nyata. Ketika umat menjadikan Ekaristi sebagai pusat hidup rohani, perjumpaan dengan Kristus tidak hanya terjadi di altar, tetapi mengalir dalam kehidupan sehari-hari, menghidupkan kembali wajah Gereja yang penuh belas kasih, menghadirkan harapan, dan membawa terang bagi dunia. Dengan demikian, menghidupi Ekaristi sebagai perjumpaan adalah panggilan bagi Gereja untuk terus-menerus menemukan kembali jantung imannya di tengah arus zaman yang terus berubah.

Rujukan

- Ajang, Y., & Sulistiyo, R. J. (2022). Dampak Perayaan Ekaristi Terhadap Perkembangan Iman Umat di Lingkungan St. Gregorius. *Pendidikan Agama Katolik*, 22(2), 151–159.
- Amal, Y., Midun, H., & Habur, A. M. (2024). Pastoral Inovatif dan Keterlibatan OMK Milenial Dalam Kegiatan Gereja. *JPAK: Jurnal Pendidikan Agama Katolik*, 24(1), 37–50. <https://doi.org/10.34150/jpak.v24i1.594>
- Ardijanto, D. B. K. (2020). Perayaan Ekaristi Sebagai Sumber Dan Puncak Seluruh Hidup Kristiani. *JPAK: Jurnal Pendidikan Agama Katolik*, 20(1), 88–100. <https://doi.org/10.34150/jpak.v20i1.255>
- Astuty, V. P. (2020). Ekaristi: Akar Segala Kekudusan menurut R. Cantalamessa dan Benediktus XVI. *Jurnal Teologi*, 09(01), 85–102. <https://doi.org/10.24071/jt.v9i01.2459>
- Bewoli, M. F. D., & Senang, M. R. (2022). Makna Misa Online. Dan Media Digital Sebagai Sarana Berpastoral Di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Pelayanan Pastoral*, 3(2), 46–55.
- Halawa, M. A. C. M., Obe, A. P., & Sihite, B. (2024). Memahami Kehadiran Nyata Kristus dalam Ekaristi Menurut Dokumen Mysterium Fidei. *Journal New Light*, 2(3), 41–52. <https://doi.org/10.62200/newlight.v2i3.140>
- Hardani, H., Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (H. Abadi (ed.); 1st ed.). CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.

- Irwan, I., Alnija, M. D., Selamat, S., & Marseli, M. (2024). Dari Paskah Yahudi ke Ekaristi: Tinjauan Historis-Teologis. *Jurnal Riset Rumpun Agama Dan Filsafat*, 3(2), 34–55. <https://doi.org/10.55606/jurrafi.v3i2.2836>
- Jehaut, R., & Maugahoaku, F. D. (2023). Gereja, Era Digital Dan Layanan Rohani: Membaca Tantangan, Menimbang Peluang. *Jurnal Alternatif Wacana Ilmiah Interkultural*, 11(2), 46–58. <https://doi.org/10.60130/ja.v11i2.110>
- Kristeno, M. R., & Tarihoran, E. (2024). Katekese Digital: Cara Gereja Menghadapi Tantangan Komunikasi Iman di Era Digital. *Jurnal Pendidikan Katolik*, 4(1), 106–116. <http://156.67.214.213/index.php/vocat/article/view/414>
- Laksito, P. C. E. (2020). Ekaristi: Perjamuan Paskah Yesus, Akar Yahudi dan Kebaruan Kristianinya. *Lux et Sal*, 1(2), 83–104. <https://doi.org/10.57079/lux.v1i2.15>
- Lontoh, R. C., Mayokan, E. R., & Raga, V. (2024). Pemahaman Umat Paroki Trinitas Mahakudus Paslaten Tentang Tindakan Liturgis dalam Ekaristi. *PINELENG THEOLOGICAL REVIEW (PThR)*, 1(1), 53–64.
- Manu, M., Nanto, Y. D. B., & Un Mau, E. N. (2024). Upaya Meningkatkan Partisipasi Umat Dalam Perayaan Ekaristi Di Paroki Ave Maria Bintang Laut Uwa Melalui Pendekatan Pastoral Konseling. *Transformasi : Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(1), 79. <https://doi.org/10.31764/transformasi.v4i1.22078>
- Muliati, A., Setyoningrum, Y., & Tjandradipura, C. (2024). Narasi Sakralitas Liturgi Ekaristi pada Ruang Panti Imam Gereja Katolik St. Petrus Bandung dalam Tayangan Misa Live-Streaming. *AKSARA: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 10(1), 477–494. <http://ejurnal.pps.ung.ac.id/index.php/Aksara>
- Nikodemus, N., & Endi, Y. (2024). Pengaruh Internet dan Media Sosial Terhadap cara Mencapai Kekudusan Kaum Muda Katolik di Paroki Santo Vinsensius A Paulo, Malang. *PUSTAKA: Jurnal Bahasa Dan Pendidikan*, 4(1), 202–220.
- Panda, H. P. (2023). Perwujudan Eklesiologi Ekaristik dalam Komunitas Basis Gerejawi: Antara Harapan dan Kenyataan. *Fidei: Jurnal Teologi Sistematika Dan Praktika*, 6(2), 251–267. <https://doi.org/10.34081/fidei.v6i2.403>
- Pranyoto, Y. H., Noerjanto, F., & Berangka, D. (2024). Menyentuh Hati dan Pikiran: Upaya Kontekstualisasi Katekese untuk Generasi Milenial dan Gen Z. *Jurnal Pastoral Kateketik*, 1(1), 9–21.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian* (T. Koryati (ed.); 1st ed.). PENERBIT KBM INDONESIA Anggota.
- Sinaga, N. E., & Fauzi, A. M. (2024). Peran dan Tantangan Orang Muda Katolik di Surabaya dalam Partisipasi Pelayanan Hidup Menggereja di Era Digital. *Paradigma*, 13(2), 51–60.
- Singal, F. E., & Imbang, J. F. (2023). Pemahaman dan Penghayatan Makna Ekaristi bagi Orang Muda Katolik di Paroki Santa Ursula Watutumou. *Ecce: Jurnal Pendidikan Pastoral Kateketik*, 1(1), 70–79.
- Subali, Y., Anugraha, B. D., & Rupang, G. (2024). Pengaruh Ekaristi Pada Kehidupan Umat; Penelitian Di Keuskupan Agung Palembang Dan Keuskupan Agung Makassar. *Forum: Filasafat Dan Teologi*, 53(2), 181–193. <https://doi.org/10.35312/forum.v53i2.689>
- Tukan, A. I. N. (2020). Pengalaman Umat dalam Devosi Sakramen Mahakudus dan Merayakan Ekaristi Kudus (Sebuah Tinjauan Teologis Liturgis). *PASTORALIA Jurnal Penelitian Sekolah Tinggi Pastoral Kak*, 1(1), 39–46.
- Wakit, M., & Supriyadi, A. (2021). Dampak Perayaan Ekaristi Kampus Bagi Perkembangan Iman Mahasiswa STKIP Widya Yuwana. *JPAK 'Jurnal Pendidikan Agama Katolik*, 21(1), 98–118.
- Widiatna, A. D. (2022). Mewariskan Iman Dan Nilai-Nilai Kristiani Kepada Generasi Muda. *JPAK: Jurnal Pendidikan Agama Katolik*, 22(1), 66–80. <https://doi.org/10.34150/jpak.v22i1.380>