



Kajian Mazmur 131:1-3 Untuk Meresponi Fenomena Flexing Di Media Sosial

Devi Chahyani Lenggen

Sekolah Tinggi Teologi Injili Indonesia Samarinda

Devichahyanilenggen@gmail.com

Abstract

The phenomenon of self-flexing in the media is related to flaunting success and achievement, which can have a negative impact on self-perception and social relationships. The purpose of this study is to analyze flexing from a spiritual perspective as revealed by Psalm 131:44:1-3. This study will use an interpretive approach to uncover the humility and inner peace demonstrated by King David. In these verses, David emphasizes the importance of not being arrogant and abandoning excessive ambition, which is consistent with the principle of humility in the Christian faith. The results show that the application of these values not only helps individuals overcome the social pressure brought about by deviant behavior, but also helps them find true peace in their relationship with God. This suggests that this study invites readers to reflect on the attitudes and values of the media age and the values held in the challenging social media age.

Keywords: *Flexing, Psalm 131, Humility.*

Abstrak

Fenomena flexing diri di media berkaitan dengan memamerkan keberhasilan dan prestasi, yang dapat berdampak negatif pada persepsi diri dan hubungan sosial. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis flexing dari perspektif spiritual seperti yang revelansi dengan Mazmur 131:44:1-3. Kajian ini akan menggunakan pendekatan interpretatif untuk mengungkap kerendahan hati dan kedamaian batin yang ditunjukkan oleh Raja Daud. Dalam ayat-ayat ini, Daud menekankan pentingnya tidak bersikap sombong dan meninggalkan ambisi yang berlebihan, yang konsisten dengan prinsip kerendahan hati dalam iman Kristen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan nilai-nilai ini tidak hanya membantu individu mengatasi tekanan sosial yang ditimbulkan oleh perilaku menyimpang, tetapi juga membantu mereka menemukan kedamaian sejati dalam hubungan mereka dengan Tuhan. Hal ini menunjukkan bahwa penelitian ini mengajak para pembaca untuk merenungkan sikap dan nilai-nilai di masa media dan nilai yang dipegang dalam era media sosial yang penuh tantangan.

Kata kunci: Flexing, Mazmur 131; Kerendahan hati.

Pendahuluan

Penulisan artikel ini dilatar belakangi dengan adanya fenomena flexing di media sosial. Sofwan Hadianto Prasetyo memberikan pendapat dari sudut pandang sosiolinguistik bahwa Fenomena “flexing” di media sosial, terutama pada platform seperti TikTok, berarti para pengguna memamerkan kekayaan, gaya hidup mewah, atau pencapaian pribadi mereka untuk membangun citra sosial yang diinginkan. Perilaku ini ditentukan oleh berbagai faktor sosial dan psikologis, yang memiliki dampak signifikan pada identitas dan dinamika sosial di ruang digital.¹ Membual di media sosial menunjukkan pada perilaku pengguna yang memamerkan kemewahan, kekayaan, dan gaya hidup glamor untuk mendapatkan popularitas. Fenomena ini muncul di era digital, di mana para individu berlomba-lomba menampilkan citra yang menarik.² Selain itu Syafruddin Pohan juga mengatakan bahwa penggunaan media sosial adalah tindakan memamerkan kekayaan, gaya hidup mewah, dan prestasi untuk meningkatkan popularitas dan citra diri. Fenomena ini menjadi penting dalam membangun reputasi di era digital modern.³ Zahra menyelidiki dampak fleksibilitas terhadap minat investasi. Namun, temuan mereka mengungkapkan bahwa kehadiran media sosial mendorong perilaku agresif, yang pada gilirannya berdampak negatif pada minat investasi, tetapi hanya pada tingkat yang kecil (5%). tingkat. Persepsi siswa terhadap fleksibilitas cenderung negatif, yang berdampak pada minat mereka dalam berinvestasi.⁴ Dalam konteks media sosial, “fleksibilitas” merujuk pada perilaku orang yang memamerkan kekayaan, prestasi, dan gaya hidup mewah mereka untuk mendapatkan pengakuan dan validasi dari orang lain. Studi tersebut menemukan bahwa pemanjaan diri tidak selalu berasal dari rasa tidak aman, dan orang yang cenderung mengekspresikan diri secara berlebihan sering kali melakukan manipulasi diri. Lebih jauh lagi, alasan di balik perilaku ini bisa

¹ Sofwan Hadianto Prasetyo et al., “Analisis Bahasa Flexing Di Media Sosial Tiktok Melalui Pandangan Sosiolinguistik,” *Journal of International Multidisciplinary Research* (2024): 90, <https://doi.org/10.62504/jimr964>.

² Umi Rojiati and Noor Afifah, “Analisis Fenomena Flexing: Keterkaitan Antara Gaya Hidup Dan Popularitas,” *Komsopol* 4, no. 1 (May 28, 2024): 38–39, <https://jurnal.umko.ac.id/index.php/komsopol/article/view/1220>.

³ Syafruddin Pohan, Putri Munawwarah, and July Susanty Br Sinuraya, “Fenomen Flexing Di Media Sosial Dalam Menaikkan Popularitas Diri Sebagai Gaya Hidup,” *JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial* 3, no. 2 (June 14, 2023): 490, <https://jurnal.minartis.com/index.php/jkomdis/article/view/851>.

⁴ Muthia Zahra et al., “Persepsi Mahasiswa Terhadap Flexing Dan Pengaruhnya Terhadap Minat Investasi,” *Jurnal Ekonomi Manajemen Bisnis Dan Akuntansi: EMBA* 2, no. 2 (2024): 185–189, <https://doi.org/10.59820/emba.v2i2.162>.

bermacam-macam dan bisa dipicu oleh rangsangan eksternal, tetapi keterampilan mengendalikan diri dapat membantu mencegah perilaku ini.⁵

Dari beberapa penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa fenomena flexing di media sosial lebih dominan menimbulkan dampak yang negatif, karena flexing hanya untuk kepentingan diri sendiri memamerkan apa yang dimiliki, menciptakan citra diri. Seiring terus berkembangnya media sosial, kemajuan teknologi, dan pergeseran budaya kemungkinan akan menyebabkan kebiasaan esibisionisme terus berlanjut, menyoroti interaksi kompleks antara platform digital, identitas pribadi, dan norma sosial di era modern. Di era digital, teknologi berkembang cepat dan sebagian orang sekarang lebih menekankan pada hal virtual daripada hal nyata, mereka bersedia melakukan apapun supaya dipandang menarik di sosial media, seperti di YouTube, Instagram, TikTok, dan lain sebagainya. Belakangan ini muncul budaya membanggakan diri sendiri yang dianut hampir seluruh pengguna media sosial demi meraih popularitas dan pengakuan sederhananya, berarti pamer untuk menarik perhatian orang lain. Membahas fenomena flexing di media sosial melalui lensa Mazmur 131 dapat memberi wawasan mendalam tentang pentingnya kerendahan hati, ketenangan jiwa, dan pengaturan prioritas yang tepat. Pendekatan ini tidak hanya mendorong untuk membangun komunitas yang lebih sehat dan saling mendukung, tetapi juga mengingatkan seseorang untuk menemukan identitas dalam Tuhan, bukan mencari pengakuan dari dunia ini. Dalam penelitian ini yang menjadi rumusan masalahnya adalah bagaimana Mazmur 131:1-3 dapat diinterpretasikan dalam konteks perilaku flexing di lingkungan sosial masa kini? Oleh karena itulah penelitian artikel ini dibuat bertujuan untuk mengajak pembaca merenungkan identitas diri di hadapan Tuhan, bukan berdasarkan pengakuan atau penilaian orang lain, serta mengingatkan mereka untuk mengutamakan nilai-nilai spiritual dan hubungan pribadi dengan Tuhan di atas pencarian pengakuan sosial.

Dalam penelitian ini penulis menemukan adanya kesenjangan dari beberapa penelitian karya ilmiah sebelumnya tentang fenomena flexing. Beberapa analisa di atas telah meneliti tentang flexing namun tetap saja ada bagian yang belum dibahas oleh karena itu, hal ini menjadi kesempatan penulis untuk memberikan pembaharuan dalam penelitian ini yaitu menyajikan fenomena flexing di media sosial dengan mengkaitkan dengan nilai-nilai spiritual yang relevan dengan konteks Mazmur 131:1-3.

Metode

Metodologi penelitian ini menggunakan pendekatan naskah Ibrani kodeks Leningard, dan pendekatan kualitatif dengan pendekatan hermeneutika puisi Perjanjian Lama untuk menganalisis Mazmur 131:1-3, dengan tujuan

⁵Mohammad Hariyono and Hengki Pradana Hendra, "Fenomena Flexing Pada Media Sosial: Persepsi Generasi Z," *Psycho Aksara Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2024): 29–30.

mengeksplorasi relevansi pesan tentang kerendahan hati, ketenangan jiwa dalam menghadapi fenomena flexing atau bahasa sederhananya adalah membanggakan diri, yang sering kali di era sosial menonjolkan kesombongan dan rasa percaya diri yang berlebihan. Ada lima langkah praktis dalam metode pendekatan hermeneutika yang dapat dilakukan menggunakan rumus 5T. 1) Temukan paralelisme. 2) Tentukan struktur keseluruhan puisi tersebut. 3) Mengeksplorasi bahasa kiasan; 4) Mengidentifikasi konteks sejarah; 5) Mengidentifikasi tema teologis.⁶ Selain itu dalam penelitian ini juga menggunakan berbagai literatur yang relevan terkait dengan fenomena flexing.

Hasil dan Pembahasan

Definisi flexing merujuk pada fenomena yang muncul di media sosial, di mana seseorang menampilkan kekayaan atau kemewahan mereka.⁷ Sebelumnya sudah ada beberapa data yang meneliti tentang fenomena flexing seperti yang diteliti oleh Nur khayati yang menyoroti flexing sebagai ajang pengakuan kelas sosial dengan kajian teori fungsionalisme struktural⁸ Selain itu ada juga yang menyoroti keberadaan fenomena flexing ini sebagai simulasi mesin hasrat dan fragmentasi tubuh generasi Z karena generasi Z sering terlibat dalam simulasi hasrat dan fragmentasi identitas di media sosial, khususnya di Instagram. Mereka melakukan ini sebagai cara untuk mendapatkan pengakuan dari orang lain, terutama dari pengikut mereka, sekaligus menegaskan identitas sosial mereka. Instagram berfungsi sebagai panggung yang menarik bagi generasi ini, karena platform ini sering menampilkan konten yang menggambarkan kesempurnaan, mendorong mereka untuk menunjukkan citra diri yang sempurna pula. Akibatnya, Instagram telah menjadi "mesin hasrat" bagi generasi Z, di mana mereka berusaha menampilkan diri dengan cara yang menarik perhatian.⁹ Keberadaan flexing ini juga dikenal telah ada sejak berabad-abad yang lalu dan diperkenalkan oleh Thorstein Veblen. Menurut Veblen (dalam Bakti dkk. 2020:89-90), perilaku ini dilakukan untuk memperoleh status sosial dengan menunjukkan keunggulan melalui koleksi barang-barang mahal. Di Indonesia, fenomena ini semakin populer dengan munculnya individu-individu super kaya, yang sering disebut sebagai "crazy rich", yang memamerkan kekayaan mereka di Instagram.¹⁰ Beberapa penelitian sebelumnya telah membuktikan adanya fenomena flexing dalam

⁶ Paulus Dimas Prabowo, "Kaidah Penafsiran Puisi Perjanjian Lama," *HUPERETES: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 3, no. 1 (2022): 20.

⁷ Jawade Hafidz Arsyad, "Fenomena Flexing Di Media Sosial Dalam Aspek Hukum Pidana," *Jurnal Cakrawala Informasi* 2, no. 1 (2022): 10–28.

⁸ Nur Khayati et al., "Fenomena Flexing Di Media Sosial Sebagai Ajang Pengakuan Kelas Sosial Dengan Kajian Teori Fungsionalisme Struktural," *Jurnal Sosialisasi*, 2022, 113.

⁹ Evayanti Yuliana Putri and Dien Vidia Rosa, "Flexing Sebagai Simulasi Mesin Hasrat Dan Fragmentasi Tubuh Generasi Z," *Jurnal Socius: Journal of Sociology Research and Education* 11, no. 1 (2024): 14.

¹⁰ Jurnal Ilmiah Ilmu-ilmu Sosial, "E m i K" 6 (n.d.): 69.

masyarakat, yang terjadi karena individu ingin memamerkan harta kekayaan atau aset yang dimiliki. Tujuan dari perilaku ini adalah untuk mendapatkan pengakuan, menunjukkan citra diri yang sempurna, serta menyombongkan diri, sehingga orang lain yang memiliki kekayaan lebih rendah merasa terdorong untuk mengikuti atau menuruti mereka. Bentuk perilaku flexing dapat dilihat contohnya seperti; memamerkan mobil, rumah, liburan kemana saja, pencapaian atau prestasi dan lain sebagainya disosial media. Flexing di media sosial secara berlebihan dapat berdampak negatif pada kesehatan mental, memicu perasaan ketidakmampuan dan ketidakpuasan di kalangan pengikutnya. Hal ini dapat menimbulkan tekanan untuk meniru gaya hidup yang ditampilkan, serta merusak kepercayaan masyarakat, terutama terkait sistem perpajakan. Sering kali, media sosial menampilkan gambaran tentang kekayaan yang mungkin tidak diperoleh dengan cara yang sah.¹¹ Demikianlah bentuk-bentuk dan dampak dari fenomena flexing yang dapat disajikan oleh penulis, karena adanya fenomena yang menimbulkan suatu keadaan yang negatif, dalam penelitian ini akan menjelaskan serta menyajikan sikap atau perilaku yang sesuai dengan nilai spiritual untuk menghindari perilaku flexing berdasarkan kebenaran firman Tuhan yang terdapat dalam Mazmur 131.

Konteks Mazmur 131:1-3

Mazmur 131 adalah kitab yang di tulis Oleh Daud, yang dimana tertulis dalam bagian ini adalah ungkapan hatinya kepada TUHAN. Menurut Tulende, Kitab Mazmur tidak ditulis oleh satu penulis tunggal, dan proses pembentukannya sangat panjang dan kompleks. Meskipun sulit untuk melacak seluruh proses tersebut dengan akurat, kita dapat memberikan gambaran umum tentangnya. Yang pertama kali terlihat adalah bahwa kitab ini terbagi menjadi lima bagian atau buku, yaitu: Mazmur 1-41 (Buku I), Mazmur 42-72 (Buku II), Mazmur 73-89 (Buku III), Mazmur 90-106 (Buku IV), dan Mazmur 107-150 (Buku V)¹². Mazmur 131 tergolong dalam bagian Mazmur (Jilid V). Paulus Dimas Prabowo juga mengatakan, Enam mazmur sebelumnya, yakni Mazmur 139-144, sarat akan ratap keluh kesah dan permohonan minta tolong¹³. Jelas bersangkutan sekali Mazmur 131 yang Daud tuliskan adalah isi hatinya yang terdalam.

Dari sisi konteks Sejarah lahirnya teks ini adalah ada yang melatar belakanginya. Paulus Dimas Prabowo berpendapat bahwa, Lagu-lagu ziarah yang

¹¹ Ali Rachman, Inuriya Verawati, and M. Arli Rusandi, "Understanding 'Flexing': The Impact on Mental Health and Public Trust," *Journal of Public Health (United Kingdom)* 45, no. 4 (November 29, 2023): 806, <https://academic.oup.com/jpubhealth/article/45/4/e806/7193583>.

¹² Rullyanty M Tulende, "Kajian Terhadap Kitab Mazmur 52: 1-10 Dalam Upaya Berteologi Kontekstual Tentang Pohon Zaitun Dan Relevansinya Dengan Pohon Pala Di Pulau Siau," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10, no. 8 (2024): 111.

¹³ Paulus Dimas Prabowo, "Perangkat Retorika Dalam Mazmur 145," *Sekolah Tinggi Teologi Injili Indonesia* (2013): 1-10.

terdapat dalam pasal 120-134 disusun sebagai perayaan perjalanan umat Yahudi yang melakukan ziarah ke Yerusalem setelah masa pembuangan di Babel¹⁴. Jadi Daud menulis kitab ini memiliki latar belakang yang khas terkait lagu-lagu ziarah bangsa Yahudi yang melakukan ziarah ke Yerusalem, sebelum bangsa itu akan masuk kemasa pembuangan ke Babel. Mazmur 133, yang menjadi pembuka tema Sinode Am XXI, adalah sebuah lagu ziarah, yang merupakan nyanyian ke-14 dari total 15 nyanyian ziarah yang terdapat dalam Mazmur 120-134. Ini adalah satu-satunya kumpulan Mazmur yang terdiri dari 15 nyanyian, yang semuanya diawali dengan superskripsi yang dalam Terjemahan Baru LAI disebut sebagai nyanyian ziarah¹⁵. Inilah yang merupakan judul langsung yang Pemazmur cantumkan dalam bagian pembuka setiap-setiap kitab mazmur yang tergolong dari pasal 120-134, adalah Mazmur nyanyian ziarah.

Struktur Sastra

Pembahasan ini akan menyajikan struktur sastra terkait Mazmur 131:1-3, yang mempunyai keunikan tersendiri dan pemaknaan yang mendalam untuk menyampaikan kerendahan hati. Pada teks ini pemazmur memakai teknik sastra yang sangat mengesankan, karena pemazmur menggunakan bahasa chiasme dan bahasa figurative yang mampu memberikan pengertian mendalam secara emosional dan teologis. Chiasme sebagai suatu bentuk permainan kata yang halus atau suatu penggambaran, seperti kata kerja berikut yang menyiratkan asimulasi dan transformasi menjadi ketenangan dan mendiamkan. Teks ini juga menggunakan istilah "gamul" diartikan sebagai anak yang disapih, melambangkan rasa puas dan hilangnya keluhan, sehingga menambah kedalaman tematik Mazmur tersebut. Bentuk Mazmur 131 ini tidak biasa, namun mempunyai struktur yang sama dengan Mazmur 130, yang menunjukkan bahwa Mazmur 131 ini mungkin merupakan suatu kesatuan sastra atau bisa dikatakan bahwa struktur ini menekankan perjalanan emosional sang pemazmur, yang mencerminkan karakteristik Mazmur kerajaan. Dalam Mazmur 131, Pemazmur berserah kepada Tuhan dengan penuh kerendahan hati.

Chiasme

Mazmur 131:1-3 ini penulis menemukan adanya puisi atau chiasme karena Daud mengilustrasikan dirinya seperti seorang anak dan Tuhan seperti seorang ibu yang dapat dipahami bahwa jiwa Daud merasa damai Ketika dekat pada Tuhan, hal ini sebagai motif utama dalam memahami pesan ini. Pola chiasme dalam bagian

¹⁴ Paulus Dimas Prabowo, "Doa Sebagai Katarsis Di Tengah Krisis Berdasarkan Mazmur 142," *ILLUMINATE: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 5, no. 2 (2023): 142.

¹⁵ Sukanto Limbong, "Hidup Bersama Dengan Rukun Untuk Membarui Dalam Mazmur 133: 1 (Menguatkan Penatalayanan Gereja Dengan Kebersamaan Dan Kerukunan Menuju Gereja Yang Unggul Melayani)," *Bulletin of Community Engagement* 4, no. 2 (2024): 694.

ini adalah pola ABBA atau ABCBA dalam teks Mazmur tersebut. Jika digambarkan, maka pola chiasme Mazmur 131 adalah sebagai berikut:

- A. Menolak bergantung pada diri sendiri (Ay. 1)
- B. Menggambarkan kondisi Jiwa sendiri (Ay. 2)
- A. Mengajak bergantung pada Tuhan (Ay. 3)

Pada bagian Mazmur 131:1 ini, Pemazmur dengan jelas menolak bergantung pada dirinya sendiri yang menunjukkan adanya sikap kerendahan hati, karena Pemazmur telah menyadari kesalahan yang pernah dilakukan sehingga menyebabkann dirinya sendiri menderita, hal ini dapat dilihat pada Mazmur 130 dimana Pemazmur memohon pengampunan dari Tuhan. Setelah mendapatkan pengampunan dan pembebasan dari Tuhan, Mazmur 131:2 ini menggambarkan diri Pemazmur seperti anak yang disapih di atas ibunya, yang dapat dipahami bahwa diri Pemazmur jadi sangat tenang dan damai tanpa memiliki suatu kekuatiran atau rasa takut dalam dirinya, ketika diri Pemazmur bersandar atau dekat pada Tuhan, seperti anak yang tenang dekat dengan ibunya begitu sama halnya dengan Pemazmur yang tenang dekat dengan Tuhan. Mazmur 131:3 menyatakan ajakan dari Pemazmur untuk bangsa Israel supaya terus bergantung pada Tuhan karena Pemazmur menyadari kedekatan dengan Tuhan secara totalitas membawa suatu ketenangan dan pembebasan bagi orang yang beriman pada Tuhan.¹⁶ Dalam bagian ini terbagi menjadi beberapa hal penting dalam pola chiasme Mazmur 131, dan pada akhirnya menemukan kesatuan syair yang menunjukan tema dari ayat ini.

Bahasa Figuratif

Bahasa figurative ini berfungsi untuk merangsang berbagai indra dan emosi agar pembaca merasakan dan mengalami apa yang ingin disampaikan oleh penulis kitab.¹⁷ Bahasa figuratif ini memiliki berbagai macam, namun dalam Mazmur 131 ini, memakai bahasa figurative simile yang bentuknya memperbandingkan dua hal dengan menggunakan kata seperti atau sebagaimana. ¹⁸ Seperti contoh yang diberikan oleh Paulus Dmas Prabowo dalam penelitiannya, yang diambil dari kitab Kidung Agung 2:2, "Seperti bunga bakung di antara duri-duri, demikianlah kekasihku di antara gadis-gadis."¹⁹ Dapat dilihat dalam ayat ini juga memakai kata "seperti" sama dengan Mazmur 131:2. Berikut adalah unsur sastra "bahasa figurative" yang telah dianalisa:

¹⁶ Jufrianus Kapitan, Mikhael Valens Boy, and Siprianus Soleman Senda, "Kesadaran Akan Keberdosaan Dalam Mazmur 130 Dan Relevansinya Dalam Penghayatan Sakramen Tobat Masa Kini," *PASCA : Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 20, no. 1 (2024): 24.

¹⁷ William Klein, *Introduction to Biblical Interpretation Workbook: Study Questions, Practical Exercises, and Lab Reports* (Zondervan Academic, 2017), 167, <https://www.scribd.com/book/354986519/Introduction-to-Biblical-Interpretation-Workbook-Study-Questions-Practical-Exercises-and-Lab-Reports>.

¹⁸ Ibid., 168.

¹⁹ Prabowo, "Kaidah Penafsiran Puisi Perjanjian Lama," 18.

- a. Sesungguhnya, aku telah menenagkan dan mendiamkan jiwaku; (2A)
- b. Seperti anak yang disapuh berbaring dekat ibunya, (2B)
- c. Ya, seperti anak yang disapuh jiwaku dalam diriku (2C)

Dalam Mazmur 131:2 ini terkandung unsur sastra bahasa figurative, terutama pada ayat 2B dan ayat 2C, yang mengatakan "seperti anak yang disapuh berbaring dekat ibunya, ya, seperti anak yang disapuh jiwaku dalam diriku." Ayat ini menggambarkan diri pemazmur seperti seorang anak yang disapuh. Dalam menganalisa bahasa figurative pada ayat ini, penulis tidak menukan adanya kata "berbaring" namun yang dipakai adalah kata "עָלָה" ('ă·lê) yang artinya "on" dan diterjemahkan sebagai "diatas", penulis lebih setuju dengan Koehler-Baumgartner yang memakai pemaknaan "on"²⁰ karena memberikan pemaknaan yang mendalam, seorang anak yang disapuh berbaring dekat ibu tidak sama dengan seorang anak yang disapuh berbaring diatas seorang ibu, tentu yang lebih memberi rasa aman dan nyaman adalah disapuh diatas ibu.

Gambaran ini memberikan makna yang sangat mendalam bahwa seseorang yang ingin mendapatkan ketenaran, kenyamanan, damai sukacita, dan rasa aman, perlu secara memiliki sikap yang aktif dalam penyerahan diri kepada Tuhan dengan rendah hati, bersandar kepada Tuhan dan tolitas memberikan hidupnya kepada Tuhan dengan memiliki kepercayaan penuh kepada Tuhan. Dengan menggunakan penggambaran seorang anak, pemazmur menyoroti sikap ketergantungan seorang anak pada ibunya, ini menunjukkan bahwa manusia tidak akan pernah merasa tenang dan puas jika seluruh aspek kehidupannya tidak bergantung pada Tuhan.

Struktur Mazmur 131:1-3

Terdapat beberapa prinsip atau point penting yang terkandung dalam Mazmur 131, namun sebelum mengetahui prinsip-prinsip itu secara terlebih dahulu penulis akan menyajikan penafsiran terkait teks ayat-ayat firman Tuhan ini, yaitu refleksi kehidupan Pemazmur terkait penyerahan dirinya secara totalitas kepada Tuhan dengan cara bertahap dan Pemazmur tidak hanya memikirkan dirinya sendiri tetapi juga mengajak umatnya Israel yang ditunjukkan melalui sikap kerendahan hati, sikap jiwa yang bersandar pada Tuhan, dan seluruh aspek kehidupannya yang mengajak bangsa Israel bergantung pada Tuhan. Dalam hal ini pemazmur mengajak pembaca merasakan apa yang dirasakan oleh Pemazmur, bahwa Pemazmur tidak mengejar hal-hal yang besar, tidak mengandalkan diri sendiri, dan tidak memikirkan diri sendiri, namun mengajak pembaca mampu melakukan beberapa prinsip yang terkandung dalam Mazmur 131 ini, yaitu sebagai berikut.

²⁰ Ludwig Köhler et al., *The Hebrew and Aramaic Lexicon of the Old Testament*, ed. Johann Jakob Stam, trans. M E J Richardson, vol. Study (Leiden: Brill, 2001).

Garis Besar Eksegese

- I. Ungkapan Kerendahan Hati Daud kepada TUHAN (ay.1bc)
 - A. Hati Daud tidak tinggi (ay. 1b)
 - B. Mata Daud tidak memandang dengan sombong (ay. 1b)
 - C. Hidup Daud tidak diluar kemampuannya (ay. 1c)
 1. Perkara-perkara yang besar (ay. 1c)
 2. Perkara-perkara yang sulit (ay. 1c)
- II. Respon Jiwa Daud kepada Tuhan (ay.2)
 - A. Tindakan Daud (ay.2a)
 1. Menenangkan jiwa
 2. Mendinginkan jiwa
 - B. Penggambaran Jiwa Daud (ay. 2b)
 1. Seperti anak yang disapih diatas ibunya
 2. Jiwa Daud seperti anak yang disapih
- III. Ajakan Daud untuk bergantung pada Tuhan (ay. 3)
 - A. Aksi: berharap kepada Tuhan (ay. 3a)
 - B. Durasi (ay. 3b)
 1. Sekarang
 2. Selama-lamanya

Dalam analisis konteks Mazmur 131:1-3 ini terdapat tiga poin penting yang merupakan sikap penyerahan diri secara aktif dan totalitas kepada Tuhan. Hal ini dapat diketahui sebagai berikut:

- A. Sikap rendah hati dihadapan Tuhan (Ay. 1)
- B. Sikap Jiwa yang bersandar kepada Tuhan (Ay. 2)
- C. Kehidupan yang bergantung pada Tuhan (Ay. 3)

Mazmur 131:1-3 digolongkan sebagai mazmur kepercayaan dan kerendahan hati. Dalam teks ini, penulis mengekspresikan penolakan terhadap sikap sombong dan angkuh tetapi menunjukkan sikap ketergantungan yang dalam kepada Tuhan, serta mengajak Israel untuk meneladani ketenangan yang berasal dari percaya sepenuhnya kepada YHWH, yang mendorong mereka untuk berharap kepada-Nya selamanya.

Mazmur 131:1 adalah kalimat pembukaan terkhususnya pada bagian ayat 1a, Pemazmur memberikan bagian superskripsi yaitu "Nyanyian Ziarah Daud", bagian ini sudah sangat jelas membuktikan bahwa Mazmur 131 merupakan tulisan Raja Daud. Ayat (1b dan c), Daud mulai mengungkapkan Sikap kerendahan hatinya kepada Tuhan dengan menjelaskan dirinya sendiri. Dalam bagian ini Daud menyatakan tiga hal, yang pada intinya berkaitan dengan sikap Daud. Pertama sikap hati Daud yang diutarakannya dalam ayat 1b ini merupakan ungkapan dari

lubuk hatinya. Menurut David Pawlison mengatakan bahwa, Iman membebaskan seseorang dari masalah terbesar, yaitu keinginan diri yang sombong. Daud berkata kepada TUHAN, "Aku tidak percaya diri, berpendirian, dan keras kepala. Aku tidak lebih unggul dari orang lain. Aku tidak mencoba hal yang mustahil." Proses yang dilalui untuk dijinakkan masih tersirat (hingga ayat 2). Alasan di balik ketenangan dan kerendahan hati yang mengagumkan itu juga masih tersirat (hingga ayat 3). Hasilnya terlihat terlebih dahulu, dan menarik perhatian. Daud tetap diam dengan tenang.²¹ Akan tetapi berbeda halnya dengan pendapat H. Stephen Shoemaker yaitu, Hati tidak sombong, diakui. Tidak lagi didorong oleh keinginan yang ambisius. Telah berhasil mengatasi kekecewaan akibat keterbatasan pribadi dan keterbatasan dunia. Iman yang dewasa mampu. Iman yang matang bersumber dari rasa aman bahwa nilai di mata Tuhan tidak ditentukan oleh seberapa banyak yang dicapai, melainkan oleh siapa diri ini - seorang anak yang dikasihi Allah²². Yang menjadi penekanan dalam bagian ayat 1b ini adalah tentang Iman seorang Daud yang tidak mendasari ambisiusnya sebagai raja, Daud juga seorang raja yang rendah hati sikapnya (tidak sombong). Frase berikutnya dalam ayat 1b diungkapkan Pemazmur masih terkait sikap hati, dimana ini merupakan penekanan penting yang ditegaskan penulis Kitab bahwa sikap sombong atau tinggi hati merupakan hal yang kontras dengan sikap-sikap yang Alkitab nyatakan. Dalam bagian farse ayat 1b ini penulis menemukan kalimat paralelisme sinonim yaitu: "*Tuhan, hatiku tidak tinggi*" dan "*mataku tidak memandang dengan sombong,*" Jadi, dibagian ini pemazmur menyisipkan sastra dengan kalimat yang bermakna sama menggambarkan tentang sikap sombong atau tinggi hati. Di bagian ayat 1c, Pemazmur mengulas dalam tulisannya bahwa pola kehidupan praktisnya tidak didasari dengan keinginan yang melebihi target tujuan hidupnya, dimana pemazmur mengatkan bahwa "*dan hidupku tidak berjalan dalam perkara-perkara yang besar, atau dalam hal-hal yang sulit bagiku*". Disini Pemazmur menjelaskan bahwa kehidupannya hanya bersandar pada kehendak Tuhan, penyerahan hidup seutuhnya kepada YHWH.

Dalam Mazmur 131:2 Pemazmur mengungkapkan respon atau sikap jiwanya kepada TUHAN (YHWH). Dalam ayat 2a Daud memberikan respon kepada TUHAN melalui tindakannya yaitu: "*menenagkan jiwa*" VanGemeren berpendapat, dalam bagian ini bahwa tindakan yang Daud lakukan bahwa keadannya jiwanya dalam situasi tenang. Menurut Mazmur 131:2 adalah sebuah puisi yang singkat dan bersifat pribadi. Mazmur ini termasuk dalam mazmur yang dikenal sebagai "nyanyian-nyanyian pendakian." Pemazmur mengungkapkan bagaimana dia telah menjadi rendah hati dan tenang dan tidak memusingkan dirinya dengan hal-hal

²¹ David Powlison, "Peace, Be Still': Learning Psalm 131 by Heart," *Journal of Biblical Counseling* 18, no. 3 (2000): 3.

²² Samuel Terrien, "Psalm 100," *The Psalms* 39, no. 1 (2024): 92.

yang terlalu besar baginya.²³ Dalam bagian ini, tindakan Daud mencerminkan keadaan jiwanya yang tenang. Mazmur 131:2, yang merupakan puisi singkat dan bersifat pribadi, termasuk dalam kategori “nyanyian-nyanyian pendakian.” Pemazmur mengungkapkan rasa rendah hati dan ketenangan, serta ketidakpeduliannya terhadap hal-hal yang terlalu besar untuk dipikirkan dan tindakan kedua “*Mendiamkan Jiwa*” Pemazmur menggambarkan suasana jiwanya di ayat ini, Dimana keadaan Tengan yang telah menghadiri hatinya sebab kehidupannya sudah diserahkan sepenuhnya kepada TUHAN, lihat ayat 1c dimana Daud menyerahkan kehidupannya seutuhnya kepada TUHAN sehingga motivasi hidupnya tidak memandang hal yang dipandang dunia hebat. Jadi bagian ini merupakan sikap Daud yang menggambarakan bahwa ketenangan itu tetap mendiami jiwanya. Setelah itu Pemazmur memberikan penggambaran tentang dirinya. Menurut B.P Robinson menjelaskan dalam ayat ini bahwa, penggunaan kata-kata yang halus. Pemazmur telah menenangkan dan meredakan jiwanya (ia telah menghentikan keluhannya yang berlebihan). Dua kata kerja yang dipakai mencerminkan atau mengisyaratkan ide asimilasi (Aku telah mengubahnya menjadi sesuatu yang tenang dan damai), yang mengarah pada gambaran konkret yang menyusul. Dalam ayat 2b, gamul berarti seorang anak yang telah disapih atau bahagia (dan telah berhenti menangis keras); alih-alih kaggamul, seharusnya kita membaca , yang berarti 'engkau telah berbuat baik kepadaku'²⁴. Pendapat robinson ini penulis sepertinya setuju, sebab konteks ini kemungkinan besar Pemazmur memberikan kalimat kiasan yang menggambarakan tentang seorang anak yang disapih oleh ibunya dan tepatnya di atas ibunya, sehingga keadaan kejiwaan terpenuhi mendapat ketenangan. Dalam Mazmur 131, berada dalam proses refleksi diri dengan dirinya sendiri dengan membandingkan hubungan dengan jiwanya yang digambarkan antara ibu dan anak.

Pada bagian ayat terakhir terdapat kalimat “*berharaplah kepada TUHAN, hai Israel, dari sekarang sampai selama-lamanya*” bagian akhir dari sentral pembahasan Daud di bagian Mazmur 131 ini, dimana konteks yang tertulis bahwa Daud menyerahkan seluruh kehidupannya kepada TUHAN melalui penyerahan diri-Nya kepada sang Ilahi (YHWH). Akan tetapi Daud juga mengajak umat-umat sebangsanya yaitu Israel untuk menyerahkan kehidupan kepada TUHAN, sampai selalma-lamanya. Dan dalam ayat 3a merupakan aksi pengharapan kepada TUHAN, lalu pada ayat 3b merupakan durasi untuk berharap kepada TUHAN.

Dari analisa diatas dapat disimpulkan bahwa Mazmur 131 ditulis oleh Raja Daud dan dimulai dengan judul "Nyanyian Ziarah Daud," dan mengungkapkan kerendahan hati Daud di hadapan Tuhan melalui ekspresi sikap rendah hati (ayat 1b) dan hatinya tidak akan tinggi, matanya tidak akan sombong, dan dia tidak akan sombong. Hidupnya melebihi kekayaannya (ayat 1c). Dalam ayat 2, Daud

²³ VanGemeren, “Psalms,” in *The Expositor’s Bible Commentary*, vol. 5, n.d., 51.

²⁴ B P Robinson, “4. Form and Meaning in Psalm 131,” *Biblica* (1998).

menanggapi Tuhan dengan membiarkan jiwanya tenang dan beristirahat. Ini mencerminkan keadaan istirahat yang dicapai saat seseorang menyerahkan hidupnya sepenuhnya kepada Tuhan. Dia menggambarkan jiwanya seperti anak yang disapih yang menemukan kenyamanan dalam pelukan ibunya (ayat 2b). Akhirnya, dalam ayat 3, Daud menyerukan umat Israel agar berharap kepada Allah dengan kepercayaan penuh dan menyerahkan hidup mereka kepada-Nya dari sekarang hingga selamanya. Pertanyaannya apa nilai-nilai spiritual yang terkandung dalam konteks Mazmur 131:1-3 yang relevan dengan perilaku flexing, yaitu sebagai berikut.

Sikap Rendah Hati dan Bergantung Pada Tuhan

Mazmur 131 menekankan pentingnya sikap rendah hati. Dalam ayat pertama, dinyatakan bahwa hati yang tidak angkuh dan mata yang tidak tinggi adalah kunci untuk menemukan ketenangan jiwa. Hal ini berkontras dengan fenomena flexing di media sosial, di mana sering kali orang-orang menunjukkan kekayaan, prestasi, atau gaya hidup glamor. Ajaran dalam Mazmur 131 mendorong seseorang untuk tidak terjebak pada masalah-masalah besar yang melampaui kapasitas diri. Ayat kedua memberikan solusi bagi pencari ketenangan jiwa, di mana Daud melukiskan ketenangan jiwanya bagaikan seorang anak yang telah disapih, yang tidak lagi bergantung pada hal-hal duniawi untuk merasa puas. Ini mengajak untuk menemukan kepuasan dalam hubungan dengan Tuhan, bukan pada pengakuan publik atau validasi dari orang lain. Ayat terakhir mengajak umat Israel untuk menempatkan harapan mereka kepada Tuhan, baik di masa kini maupun selamanya. Pesan ini menegaskan bahwa harapan sejati dan ketenangan jiwa hanya dapat ditemukan melalui kepercayaan kepada Tuhan, bukan dari pencapaian atau pengakuan sosial. Dengan demikian, sikap rendah hati yang diajarkan dalam Mazmur 131 dapat menjadi panduan dalam memahami dan merespons fenomena flexing di media sosial, mendorong kita untuk melakukannya dengan cara yang lebih positif dan spiritual.

Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena membanggakan diri sendiri atau flexing di media sosial dapat dilihat dari sudut pandang rohani dan moral yang diajarkan dalam Mazmur 131:1-3. Dalam ayat-ayat ini, Raja Daud menunjukkan sikap rendah hati dan kedamaian batin yang berbeda dari ambisi dan pencitraan diri yang sering terlihat di media sosial. Daud mengajarkan bahwa kerendahan hati dan melepaskan diri dari hal-hal yang melebihi kemampuan kita adalah kunci untuk menemukan kedamaian sejati. Penelitian ini mengajak kita untuk merenungkan nilai-nilai yang kita pegang teguh di era media sosial yang penuh dengan tekanan untuk membuktikan kesuksesan dan status. Sebagai pengikut Kristus, kita dipanggil untuk meniru kerendahan hati Daud, yang mengandalkan Tuhan dalam setiap aspek kehidupannya, dan

mendorong orang lain untuk melakukan hal yang sama. Dalam konteks ini, fleksibilitas seharusnya tidak menjadi ukuran keberhasilan, melainkan pengakuan atas komitmen kita kepada Tuhan dan identitas kita sebagai anak-anak terkasih-Nya. Dengan cara ini, kita dapat menjauh dari sikap-sikap yang merusak seperti kesombongan dan ambisi serta membangun komunitas yang lebih sehat dan saling mendukung, jauh dari sikap sombong dan ambisius yang merusak.

Rujukan

- Arsyad, Jawade Hafidz. "Fenomena Flexing Di Media Sosial Dalam Aspek Hukum Pidana." *Jurnal Cakrawala Informasi* 2, no. 1 (2022): 10–28.
- Hariyono, Mohammad, and Hengki Pradana Hendra. "Fenomena Flexing Pada Media Sosial: Persepsi Generasi Z." *Psycho Aksara Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2024): 29–36.
- Kapitan, Jufrianus, Mikhael Valens Boy, and Siprianus Soleman Senda. "Kesadaran Akan Keberdosaan Dalam Mazmur 130 Dan Relevansinya Dalam Penghayatan Sakramen Tobat Masa Kini." *PASCA: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 20, no. 1 (2024): 20–30.
- Khayati, Nur, Dinda Apriliyanti, Victoria Nastacia Sudiana, Aji Setiawan, and Didi Pramono. "Fenomena Flexing Di Media Sosial Sebagai Ajang Pengakuan Kelas Sosial Dengan Kajian Teori Fungsionalisme Struktural." *Jurnal Sosialisasi*, 2022.
- Klein, William. *Introduction to Biblical Interpretation Workbook: Study Questions, Practical Exercises, and Lab Reports*. Zondervan Academic, 2017. <https://www.scribd.com/book/354986519/Introduction-to-Biblical-Interpretation-Workbook-Study-Questions-Practical-Exercises-and-Lab-Reports>.
- Köhler, Ludwig, Walter Baumgartner, Johann Jakob Stamm, and M E J Richardson. *The Hebrew and Aramaic Lexicon of the Old Testament*. Edited by Johann Jakob Stam. Translated by M E J Richardson. Vol. Study. Leiden: Brill, 2001.
- Limbong, Sukanto. "Hidup Bersama Dengan Rukun Untuk Membarui Dalam Mazmur 133: 1 (Menguatkan Penatalayanan Gereja Dengan Kebersamaan Dan Kerukunan Menuju Gereja Yang Unggul Melayani)." *Bulletin of Community Engagement* 4, no. 2 (2024): 692–703.
- Pohan, Syafruddin, Putri Munawwarah, and July Susanty Br Sinuraya. "Fenomen Flexing Di Media Sosial Dalam Menaikkan Popularitas Diri Sebagai Gaya Hidup." *JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial* 3, no. 2 (June 14, 2023): 490–493. <https://jurnal.minartis.com/index.php/jkomdis/article/view/851>.
- Powlison, David. "'Peace, Be Still': Learning Psalm 131 by Heart." *Journal of Biblical Counseling* 18, no. 3 (2000): 2–10.
- Prabowo, Paulus Dimas. "Doa Sebagai Katarsis Di Tengah Krisis Berdasarkan

- Mazmur 142." *ILLUMINATE: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 5, no. 2 (2023): 120–131.
- . "Kaidah Penafsiran Puisi Perjanjian Lama." *HUPERETES: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 3, no. 1 (2022): 13–24.
- . "Perangkat Retorika Dalam Mazmur 145." *Sekolah Tinggi Teologi Injili Indonesia* (2013): 1–10.
- Prasetyo, Sofwan Hadianto, Arieni Alfakhaera, D Susanto, and Maliki Malang. "Analisis Bahasa Flexing Di Media Sosial Tiktok Melalui Pandangan Sosiolinguistik." *Journal of International Multidisciplinary Research* (2024). <https://doi.org/10.62504/jimr964>.
- Putri, Evayanti Yuliana, and Dien Vidia Rosa. "Flexing Sebagai Simulasi Mesin Hasrat Dan Fragmentasi Tubuh Generasi Z." *Jurnal Socius: Journal of Sociology Research and Education* 11, no. 1 (2024): 14–24.
- Rachman, Ali, Inuriya Verawati, and M. Arli Rusandi. "Understanding 'Flexing': The Impact on Mental Health and Public Trust." *Journal of Public Health (United Kingdom)* 45, no. 4 (November 29, 2023): e806–e807. <https://academic.oup.com/jpubhealth/article/45/4/e806/7193583>.
- Robinson, B P. "4. Form and Meaning in Psalm 131." *Biblica* (1998).
- Rojati, Umi, and Noor Afifah. "Analisis Fenomena Flexing: Keterkaitan Antara Gaya Hidup Dan Popularitas." *Komsospol* 4, no. 1 (May 28, 2024): 38–47. <https://jurnal.umko.ac.id/index.php/komsospol/article/view/1220>.
- Sosial, Jurnal Ilmiah Ilmu-ilmu. "E m i K" 6 (n.d.): 68–90.
- Terrien, Samuel. "Psalm 100." *The Psalms* 39, no. 1 (2024): 688–690.
- Tulende, Rullyanty M. "Kajian Terhadap Kitab Mazmur 52: 1-10 Dalam Upaya Berteologi Kontekstual Tentang Pohon Zaitun Dan Relevansinya Dengan Pohon Pala Di Pulau Siau." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10, no. 8 (2024): 106–114.
- VanGemeren. "Psalms." In *The Expositor's Bible Commentary*, 5:21, n.d.
- Zahra, Muthia, Mira Amelia Mira Amelia, Putri Wahyuni, Renata Septianti, and Riffka Fauzany. "Persepsi Mahasiswa Terhadap Flexing Dan Pengaruhnya Terhadap Minat Investasi." *Jurnal Ekonomi Manajemen Bisnis Dan Akuntansi : EMBA* 2, no. 2 (2024): 185–189. <https://doi.org/10.59820/emba.v2i2.162>.