

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Ajaran Paus Yohanes Paulus II menegaskan bahwa tubuh manusia bukan hanya sekadar materi fisik, melainkan juga memiliki dimensi spiritual yang mendalam, sebagai tempat di mana Roh Kudus berdiam. Dalam pandangan ini, tubuh dianggap sebagai bait Allah dan Gambar Allah (*Imago Dei*), mencerminkan kehadiran Tuhan di dunia. Oleh karena itu, setiap tindakan yang merusak tubuh tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga merusak martabat spiritual dan hubungan dengan Tuhan.

Merokok, meskipun dapat memberikan ketenangan sementara atau mengurangi stres, bertentangan dengan ajaran tentang penghormatan terhadap tubuh sebagai tempat tinggal Roh Kudus. Kebiasaan ini merusak tubuh yang dianggap sakral dan mengabaikan nilai tubuh sebagai karunia dari Tuhan. Ini menciptakan ketegangan antara kesadaran teologis tentang martabat tubuh dan kebutuhan psikologis atau emosional yang mendalam.

Sebagai alternatif, individu yang mencari ketenangan dan pengurangan stres disarankan untuk mengadopsi praktik-praktik spiritual dan fisik yang lebih sehat, seperti doa, meditasi, atau olahraga. Praktik-praktik ini tidak hanya mendukung kesehatan fisik tetapi juga memperkuat hubungan spiritual dengan Tuhan.

Menurut ajaran Yesus dalam Matius 11:28-30, kedamaian sejati tidak dapat ditemukan dalam solusi duniawi seperti merokok, tetapi hanya melalui hubungan yang harmonis dengan Tuhan. Ketenangan yang ditawarkan Tuhan adalah abadi dan menyentuh seluruh aspek kehidupan kita, berbeda dari ketenangan sementara yang diberikan oleh kebiasaan merokok. Seperti yang dialami oleh PPGT Jemaat Piongan yang menerima ketenangan dari merokok

Dengan demikian, merawat tubuh sebagai tempat tinggal Roh Kudus dan mencari kedamaian dalam Tuhan merupakan bentuk penghormatan dan ibadah yang lebih sesuai dengan ajaran Kristen. Menumbuhkan kepercayaan kepada Tuhan sebagai sumber kedamaian sejati dapat membantu individu menjaga tubuh mereka dan mengatasi stres dengan cara yang selaras dengan iman dan ajaran Paus Yohanes Paulus II.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah disampaikan, penulis mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Menyarankan Gereja mengadakan sosialisasi kepada Persekutuan Pemuda Gereja Toraja mengenai martabat tubuh. Tujuannya adalah untuk menanamkan pemahaman bahwa tubuh adalah anugerah Tuhan yang harus dihormati dan dijaga. Dengan sosialisasi ini, diharapkan para pemuda lebih terdorong untuk menjalani hidup yang sehat dan bertanggung jawab, sejalan dengan ajaran Gereja yang menekankan keseimbangan antara spiritualitas dan kesehatan fisik.

2. Kepada PPGT Jemaat Piongan. Sebagai generasi muda yang beriman, penting bagi kita untuk menyadari bahwa tubuh kita adalah bait Allah yang harus dijaga dengan baik. Menghindari kebiasaan buruk seperti merokok adalah salah satu cara untuk menjaga kesehatan tubuh kita. Merokok tidak hanya merusak tubuh, tetapi juga melanggar tanggung jawab kita untuk memelihara anugerah yang telah diberikan Tuhan. Mari kita bersama-sama menjaga tubuh kita sebagai bentuk penghormatan kepada Tuhan, dan sebagai contoh positif bagi orang-orang di sekitar kita.