

EKARISTI SEBAGAI SAKRAMEN CINTA KASIH
MENURUT SACRAMENTUM CARITATIS

Gabriella Jeujanang^{a,1}, Johanis Narahayaan^{b,2}, Yohanes Batti^{c,3}, Alexandro Rumlus^{d,4}

^{a,b,c,d} Sekolah Tinggi Filsafat Seminari Pineleng

¹ jeujanangabriella@gmail.com

² johannarahayaan62@gmail.com

³ yohanesbatti@gmail.com

⁴ kingrumlus18@gmail.com

Article Info

Article History:

Submitted:

January 6, 2026

Revised:

February 20, 2026

Accepted:

July 5, 2026

Keywords:

Eucharist;

Sacramentum

Caritatis; Charity;

Sacrifice of Christ;

Christian Life

ABSTRACT

The Eucharist is no longer understood merely as a commemoration of the Last Supper that Jesus shared with His disciples, but also as a profound sacrament of charity. This article aims to explore and analyze the meaning of the Eucharist as an expression of charity based on the Apostolic Exhortation *Sacramentum Caritatis*. Through a qualitative-theological approach, this study examines how the Eucharist serves as a concrete sign of Christ’s self-sacrificial love for humanity. The findings demonstrate that the celebration of the Eucharist entails a logical consequence for the daily lives of Christians; the love received through the Eucharist must be lived out, embodied, and proclaimed to others. Consequently, the Eucharist transforms from a mere liturgical rite into a catalyst for active love and charity in society.

Copyright © 2026, Authors



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

PENDAHULUAN

Ekaristi adalah pengenangan dari perjamuan yang dilakukan Yesus bersama para Murid-Nya. Ini dilakukan oleh Yesus sendiri kepada para rasul, dan kemudian diturunkan kepada semua orang yang hadir di Gereja. “Yesus

mengambil roti, mengucapkan syukur, memecah-mecahkannya, dan memberikannya kepada mereka, seraya berkata "Inilah tubuh-Ku yang diserahkan bagi kamu; perbuatlah ini menjadi peringatan akan Aku" (Luk. 22:29). Ini terjadi selama perjamuan malam terakhir. Akibatnya, Ekaristi masih dirayakan sampai hari ini. Namun, saat ini tampaknya Ekaristi dianggap tidak hanya sebagai pengenangan untuk perjamuan Yesus dan Para Murid-Nya; itu juga dianggap sebagai Sakramen Cinta Kasih. Ekaristi dipahami bukan hanya sebagai pengenangan akan Tuhan, tetapi juga sebagai pengorbanan yang didasarkan atas kasih. Yesus mengorbankan diri-Nya sendiri di atas kayu salib untuk menunjukkan kasih-Nya yang luar biasa kepada manusia: "Tidak ada kasih yang lebih besar dari pada kasih seorang yang memberikan nyawanya untuk sahabat-sahabatnya" (Yoh. 15:13). Ia memberikan nyawanya untuk keselamatan manusia.

Dalam Ekaristi, Tuhan hanya memberikan diri-Nya sebagai santapan kebenaran kepada kita. Ia datang dalam bentuk roti dan anggur yang berubah menjadi tubuh dan darah-Nya; inilah makanan dan minuman rohani yang memberi kehidupan kepada dunia. Yoh. 6:33 menyatakan, "Karena roti yang dari Allah ialah roti yang turun dari sorga dan yang memberi hidup kepada dunia." Ini menunjukkan kasih Tuhan kepada manusia. Kemudian muncul pertanyaan tentang mengapa ekaristi dapat dikaitkan dengan kasih atau disebut sakramen cinta kasih?

Penulis menggunakan metode review artikel dalam penulisan artikel ini; mereka meninjau beberapa artikel yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi pokok-pokok yang dapat menjawab pertanyaan penelitian di atas.

LATAR BELAKANG DOKUMEN SACRAMENTUM CARITATIS

Dokumen Sacramentum Caritatis berasal dari berbagai bentuk yang terlihat jelas dalam ritus Gereja Kuno di Timur selama abad-abad awal, hingga ritus Romawi menyebar. Dari Konsili Trente dan misa Santo Pius V hingga pembaruan liturgi yang diusulkan oleh Konsili Vatikan II, perayaan Ekaristi, sebagai sumber dan puncak kehidupan misinya, selalu muncul dalam ritus liturgi dengan segala keragamannya.

Sinode kesebelas para uskup yang diadakan di Vatikan dari 2 hingga 23 Oktober 2005. Para uskup berbicara tentang peran Ekaristi dalam kehidupan Gereja selama sinode. Secara khusus, bapa sinode mengakui dan menekankan

kembali manfaat pembaruan liturgi yang dimulai oleh Konsili Ekumenis Vatikan II terhadap kehidupan Gereja. Selain itu, sinode uskup memiliki kemampuan untuk mengevaluasi penerimaan dan pembaruan setelah pertemuan. Banyak ucapan terima kasih. Bahkan kesulitan dan pelanggaran yang terjadi tidak dapat mengurangi keuntungan dan keabsahan pembaruan liturgi, yang kekayaannya masih perlu diteliti secara menyeluruh. Perubahan yang dihasilkan oleh Konsili harus dipahami secara objektif, tanpa menyimpang dari tradisi itu sendiri.

Setelah sinode para uskup di Roma yang membahas tema “Ekaristi: sumber dan kehidupan misi Gereja”, Paus Benediktus XVI menulis anjuran apostolic yang dikenal sebagai dokumen *Sacramentum Caritatis*, yang ditandatangani pada 22 Februari 2007 dan membahas pentingnya Ekaristi dalam kehidupan iman.

TUJUAN PENULISAN

Anjuran Apostolik pasca sinode ini adalah dokumen *Sacramentum Caritatis*, yang bertujuan untuk memanfaatkan kekayaan dan keanekaragaman umat kristiani untuk memperdalam pemahaman mereka tentang hubungan antara misteri Ekaristi, tindakan liturgi, dan ibadah spiritual yang berasal dari Ekaristi sebagai Sakramen Amal. Selain itu, tujuan dokumen ini adalah untuk membimbing umat dalam memahami Sakramen Ekaristi, dengan memperkuat pemahaman teologis mereka, meningkatkan devosi dan iman mereka, mendorong pembaruan liturgi.

SISTEMATIKA PENULISAN

Untuk membuat pembaca lebih mudah memahami dan menerapkan ajarannya, dokumen ini disusun secara sistematis dan terstruktur menjadi tiga bagian utama, masing-masing dengan sub bagian tertentu yang lebih rinci. Ini adalah penjelasan sistematikanya.

Bagian pertama, Ekaristi suatu misteri yang harus dipercaya, membahas dasar teologis dari Sakramen Ekaristi. Bagian kedua, Ekaristi suatu misteri yang harus dirayakan, membahas aspek liturgi dan Perayaan Ekaristi. Bagian ketiga, Ekaristi suatu misteri yang harus dihidupkan, membahas bagaimana Ekaristi harus dihidupkan. Dalam bagian ini akan dibahas bagaimana umat Katolik harus menghidup Ekaristi dalam kehidupan

sehari-hari. Penutup: bagian ini memberikan kesimpulan dan pelajaran kepada semua orang Katolik untuk merenungkan dan menghidupkan ajaran Sacramentum Caritatis.

Dengan struktur ini, Sacramentum Caritatis memberikan pedoman menyeluruh yang mencakup aspek teologis, liturgis dan praktis dari Ekaristi. Ini juga mendorong umat Katolik untuk menjadikannya sebagai pusat kehidupan iman dan tindakan mereka.

PENGERTIAN EKARISTI

Ekaristi berasal dari kata “Eucharistein”, yang berarti ucapan terima kasih kepada Allah¹. Gereja melakukan Ekaristi sebagai kurban pujian dan syukur kepada Allah Bapa. Ini adalah cara Gereja mengucapkan terima kasih kepada Allah Bapa atas segala kebaikan-Nya di dalam semua hal: penciptaan, penebusan Yesus Kristus, dan pengudusan. Ekaristi adalah kurban pujian yang dinaikkan kepada Bapa melalui Kristus: oleh Kristus, bersama Dia, dan untuk diterima dalam Dia. Selain itu, nama Ekaristi juga berasal dari kata “eulogein”, yang mengingatkan pada pujian yang diberikan oleh orang Yahudi atas karya Allah yang diciptakan, ditebus, dan dikuduskan.

Ekaristi adalah Perjamuan Malam yang dilakukan Yesus dan Para Murid-Nya sebagai antisipasi perjamuan Anak Domba yang akan datang di surga. Ekaristi juga merupakan kenangan tentang kesengsaraan dan kebangkitan Tuhan. Itu dilakukan sebagai pemenuhan perintah Yesus untuk merayakan tentang, hidup, wafat, kebangkitan dan pembelaan-Nya bagi kita di depan Allah.

Ekaristi juga merupakan kurban kudus, karena ia menghadirkan kurban tunggal Yesus dan juga kurban penyerahan diri Gereja, yang mengambil bagian dalam kurban Yesus, kepalanya². Sebagai kenangan Paskah Kristus, Ekaristi menghadirkan dan mempersembahkan kurban Kristus satu-satunya dalam liturgi Gereja, bersama dengan buahnya, yaitu pengampunan dosa³.

¹ Paus Yohanes Paulus II, ‘Katekismus Gereja Katolik (Catechismus Catholicae Ecclesiae)’, *Katekismus Indonesia Online*, II.1–800 (2005). P. 1328

² Paus Yohanes Paulus II. P. 1330, 1368

³ Paus Yohanes Paulus II. P. 1366

Selain kurban, Ekaristi juga merupakan komuni kudus, karena di dalam sakramen ini kita menemui Kristus sendiri⁴, dan dengan demikian kita menyatukan diri dengan Kristus, yang mengundang kita untuk mengambil bagian dalam Tubuh dan Darah-Nya, supaya kita membentuk satu tubuh dengan-Nya⁵. Karena perayaan misteri keselamatan ini berakhir dengan pengutusan umat beriman untuk melaksanakan kehendak Allah dalam hidup sehari-hari, Ekaristi juga dikenal sebagai Misa Kudus.

Ada begitu banyak pengertian mengenai Ekaristi. Yang dapat disimpulkan ialah, Ekaristi adalah ungkapan rasa syukur kepada Allah Bapa atas kebaikan-Nya lewat Kristus Putra-Nya, yang diungkapkan oleh Misteri Paskah. Karena itu, kita harus senantiasa mengenangkannya dalam misa kudus.

PENGORBANAN DIRI KRISTUS

Dalam anjuran apostoliknya, Paus Benediktus XVI menyatakan *Ekaristi Kudus adalah karunia pemberian diri Yesus Kristus, yang mengungkapkan kepada kita kasih Allah yang tak terbatas kepada setiap orang, laki-laki dan perempuan. Sakramen yang mengagumkan ini menyatakan kasih yang lebih besar itu, yakni dengan mendorong Dia untuk “memberikan nyawa-Nya bagi sahabat-sahabat-Nya” (Yoh. 15:13)*⁶. Sakramen yang luar biasa ini menunjukkan kasih yang radikal. Ada hubungan erat antara Misteri Paskah dan pengorbanan Kristus ini. “Misteri Paskah mengacu pada realitas yang terjadi selama Kamis Putih sampai dengan Minggu Paskah: Perjamuan Paskah sebagai antisipasi terhadap salib, drama Golgota, dan Kebangkitan Tuhan”, kata Benediktus XVI⁷. Dari Misteri Paskah yang diuraikan Ratzinger, ada kemungkinan bahwa peristiwa peristiwa perjamuan malam terakhir, yang sekarang dikenal dengan Kamis Putih, adalah tempat dimulainya pengorbanan yang dilakukan Yesus sebagai bukti cinta kasih-Nya kepada manusia. Mengutip teks dari Yoh. 13 bertujuan untuk menjelaskan pembasuhan kaki yang dilakukan Yesus kepada murid-murid-Nya sehingga Ia mau mengasihi mereka “sampai pada kesudahan-Nya”, yang

⁴ Paus Yohanes Paulus II. P. 1383

⁵ Paus Yohanes Paulus II. P. 1331

⁶ Benediktus XVI, *Sacramentum Caritatis (Sakramen Cinta Kasih)*, Anjuran Apostolik, 2007. P.

9

⁷ Oktavianus Eka Novi Setyanta, ‘Ekaristi Sebagai Kurban Dalam Pemikiran Joseph Ratzinger’, *Jurnal Teologi*, 8.1 (2019), doi:10.24071/jt.v8i1.1582. p. 6

menunjukkan kerendahan hati Yesus yang luar biasa⁸. Namun, itu tidak berhenti sampai Dia mati di salib untuk menebus dosa manusia. Ini adalah tanda kasih Allah yang paling indah dan radikal yang ada dalam kehidupan manusia.

Dalam Ekaristi, kurban salib ditunjukkan dengan jelas. Kata-kata institusi dalam Ekaristi yang berasal dari kata-kata Yesus sendiri pada Perjamuan Malam Terakhir dan digunakan untuk menunjukkan kurban dalam Perayaan Ekaristi. Yesus menunjukkan kasih-Nya kepada manusia dengan mengorbankan diri-Nya sendiri. Ini ditunjukkan dalam ayat-ayat Luk. 22:19-20, “Inilah tubuh-Ku yang diserahkan bagimu”, dan “Inilah darah-Ku sebagai perjanjian baru”. Dalam hal ini, Paus Benediktus XVI menyatakan bahwa kematian Yesus tidak memiliki arti apa-apa jika tidak ada kata-kata institusi itu⁹.

Salah satu tanda kasih yang paling radikal adalah kurban salib yang dilakukan Yesus. Ini bertujuan untuk menunjukkan sifat Allah sebagai sumber kasih. “Kasih harus diberikan kepada semua orang tanpa perbedaan, dan kasih harus sampai pada konsekuensinya yang paling ekstrim, yakni tidak mempunyai batas, selain tanpa batas,” kata Benediktus XVI¹⁰. Hal itu dilakukan Yesus melalui kematian-Nya di salib sebagai jaminan bahwa segala dosa akan dihapus dari bumi.

PERJUMPAAN YANG NYATA DENGAN KRISTUS

“Dalam Sakramen Altar ini Tuhan menjumpai kita, manusia yang diciptakan menurut gambar dan rupa Allah, dan menjadi teman sepanjang perjalanan kita,” kata Benediktus XVI dalam anjuran Apostoliknya *Sacramentum Caritatis*¹¹. Maksudnya, Sakramen Ekaristi adalah tentang pertemuan antara Kristus dan manusia. Kristus tetap hadir dalam bentuk roti dan anggur yang telah menjadi tubuh dan darah-Nya. Dengan demikian, Tuhan menjadi makanan dan minuman bagi manusia dalam sakramen ini untuk memenuhi keinginan mereka akan kebenaran dan kebebasan. Karena kebenaran adalah satu-satunya cara untuk membebaskan manusia, Kristus

⁸ Benediktus XVI. P. 9

⁹ Setyanta. P. 7

¹⁰ Setyanta. P. 10

¹¹ Benediktus XVI. P. 9

menjadi santapan kebenaran bagi manusia¹². Untuk itu Santo Agustinus berkata:

Roti yang dikuduskan oleh sabda Allah adalah tubuh Kristus. Apa yang ada di dalam piala yang dikuduskan oleh Sabda Allah adalah Darah Kristus. Tanda-tanda ini termasuk darah-Nya yang tumpah demi pengampunan dosa-dosa kita. Kamu menjadi apa yang kamu terima jika kamu telah menerimanya dengan benar. Akibatnya, kita tidak hanya menjadi orang kristen, tapi juga menjadi Kristus sendiri¹³.

Maksudnya adalah bahwa dalam Perayaan Ekaristi, manusia menjadi satu dengan Kristus sendiri lewat perjumpaan dengan-Nya dengan menerima tubuh dan darah-Nya. Hal itu membuat sehingga perjumpaan itu sangat kuat.

Selain itu, kita bisa menemukan perjumpaan dengan Kristus sendiri melalui kutipan Kitab Suci yang dibacakan dalam Misa Kudus yang menunjukkan kehadiran-Nya. Contohnya dalam Injil Lukas 22:23 menceritakan tentang perjamuan tentang Perjamuan Malam Terakhir. Dalam peristiwa itu, Yesus mengambil roti dan mengucap syukur, kemudian memberikannya kepada murid-murid-Nya dengan berkata “Inilah tubuh-Ku yang diserahkan bagimu; perbuatlah ini untuk mengenangkan Aku¹⁴”. Dalam perkataan-Nya itu, ada terselip yang diberikan kepada para murid untuk terus melakukan hal yang sama saat Yesus sudah tidak lagi bersama mereka. Para Rasul melakukan itu supaya bisa menghadirkan kembali Yesus. Hal tersebut dilakukan para rasul dan terus diwarisi hingga tradisi itu masih ada hingga saat ini. Oleh karena itu, setiap kali merayakan Ekaristi kita benar-benar menghadirkan Kristus dan di situ kita bisa berjumpa dengan-Nya.

KESATUAN DENGAN KRISTUS DAN SESAMA

Paus Benediktus XVI mengatakan dalam anjuran Apostoliknya Sacramentum Caritatis bahwa “Ekaristi merupakan bagian integral dari keberadaan dan aktivitas Gereja”¹⁵. Paus menekankan antara kesatuan antara Kristus dan umat-Nya dalam Ekaristi. Kesatuan ini penting karena dengan bersatu dalam Kristus kita akan hidup dan diselamatkan. Yesus sendiri yang

¹² Benediktus XVI. P. 9.

¹³ Benediktus XVI. P. 55.

¹⁴ Bernardus Teguh Raharjo and Firlan Vianney Ngantung, ‘Menghayati Kehadiran Riil Kristus, Tubuh Dan Darah-Nya, Dalam Perayaan Ekaristi’, *Media (Jurnal Filsafat Dan Teologi)*, 1.1 (2020), doi:10.53396/media.v1i1.7. p. 69.

¹⁵ Benediktus XVI. P. 33.

mengatakan bahwa “Akulah pokok anggur dan kamulah ranting-rantingnya. Barangsiapa tinggal di dalam Aku dan Aku di dalam dia, ia berbuah banyak, sebab di luar Aku kamu tidak dapat berbuat apa-apa” (Yoh. 15:5-8). Kita tidak akan menghasilkan hasil jika kita jauh dari pohon anggur, karena rahmat hanya berasal dari pohon anggur. Dengan demikian, “Kita semua yang mengambil bagian dalam tubuh dan darah Kristus (Ekaristi) dipersatukan dalam kesatuan Roh Kudus¹⁶”. Dengan demikian, Sakramen Ekaristi ditemukan pada akar Gereja sebagai misteri persekutuan¹⁷. Gereja yang telah menerima dan dipersatukan dengan Allah melalui Sakramen Ekaristi juga menerima penyerahan diri Allah¹⁸.

“Gereja memelihara dan menampakkan kekudusan sangat tergantung pada kesatuannya dengan Sang Kepala Tubuh. Kesatuan dengan Kristus merupakan prinsip dan keutamaan bagi Gereja, di luar itu Gereja kehilangan hakikatnya. Kesatuan Gereja dengan Kristus, terkhusus dalam komuni menjadikan Gereja sehati dan sejiwa dengan Kristus. Kesatuan yang dialami oleh Gereja dalam Ekaristi merupakan kesatuan tidak hanya dengan Kristus melainkan dengan Bapa dan Roh Kudus. Roh Kudus mengobarkan jiwa dan pikiran Gereja untuk melakukan apa yang telah dilakukan oleh Kristus. Roh Kuduslah yang menggerakkan Gereja untuk keluar dari dirinya sendiri. Maka Ekaristi dalam membentuk Gereja mempunyai konsekuensi sosial. Gereja tidak bisa tinggal diam berada dalam dunia yang terluka. Teladan Kristus dalam membasuh kaki kedua belas Rasul menggambarkan pengosongan diri, kerendahan hati sebagai Putra Allah dan penyerahan yang total bagi terwujudnya keselamatan. Model pelayanan Kristus ialah tidak hidup untuk diri sendiri. “Kristus telah mati untuk semua orang, supaya mereka yang hidup, tidak lagi hidup untuk diri-Nya sendiri, tetapi untuk Dia yang telah mati dan telah dibangkitkan untuk mereka”(2 Kor. 5:15)¹⁹.

“Sikap pengosongan diri Kristus dimaknai sebagai sikap yang tidak takut untuk kehilangan martabat ilahi-Nya dan tidak terlalu memedulikan penilaian orang lain terhadap diri-Nya,” kata Cantalamessa²⁰. Gerakan utama adalah kerendahan hati Kristus yang sederhana. Dunia adalah tempat Gereja. Dengan mencari hal-hal yang di atas di mana Kristus berada, Gereja mengikuti

¹⁶ Benediktus XVI. P. 34.

¹⁷ Benediktus XVI. P. 35

¹⁸ Veronika Puji Astuty, ‘Ekaristi: Akar Segala Kekudusan Menurut R. Cantalamessa Dan Benediktus XVI’, *Jurnal Teologi*, 09.01 (2020), doi:10.24071/jt.v9i01.2459.

¹⁹ Puji Astuty.

²⁰ Puji Astuty.

jalan kekudusan. “Carilah dahulu kerajaan Allah dan kebenarannya, maka semuanya itu akan ditambahkan kepadamu,” kata Yesus dalam Mat. 6:33. Mencari hal-hal di atas adalah sikap mengarahkan diri pada Tuhan, menjadikan pertemuan sebagai inti hidup. Keberadaan Gereja sebagai bibit yang ditanamkan oleh Allah di dunia dengan maksud agar menjadi kebun Allah di akhir zaman. Dengan demikian melalui Ekaristi, umat Katolik mengalami kesatuan yang erat dengan Kristus dan juga sesama umat beriman. Ini memperkuat ikatan komunitas Kristen dan memperdalam hubungan dengan Tuhan.

PENUTUP

Sebagaimana yang diungkapkan dalam *Sacramentum Caritatis*, Ekaristi bukan hanya sekedar ritual keagamaan, tetapi merupakan pengalaman kasih yang mendalam yang termanifestasi dalam diri Kristus. Dalam sakramen ini, umat percaya menyaksikan dan mengalami kasih-Nya yang tanpa syarat, yang dicurahkan melalui pengorbanan-Nya di salib. Ekaristi juga merupakan momen yang tepat bagi umat beriman untuk berjumpa dengan Kristus dan menjadi satu dengan Dia, sehingga mereka dapat mengalami kasih-Nya dan dapat menghidupinya dalam hidup sehari-hari, terutama kepada pelayanan terhadap orang lain dan kesiapsediaan berkorban bagi orang lain. Dengan demikian, Ekaristi bukan hanya menjadi sebuah ritual peribadatan, melainkan menjadi inspirasi dan sumber kekuatan bagi umat beriman untuk menjadi agen-agen cinta kasih dalam hidup ini.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Benediktus XVI, *Sacramentum Caritatis (Sakramen Cinta Kasih), Anjuran Apostolik*, 2007
- Paus Yohanes Paulus II, ‘Katekismus Gereja Katolik (Catechismus Catholicae Ecclesiae)’, *Katekismus Indonesia Online*, II.1–800 (2005)
- Puji Astuty, Veronika, ‘Ekaristi: Akar Segala Kekudusan Menurut R. Cantalamessa Dan Benediktus XVI’, *Jurnal Teologi*, 09.01 (2020), doi:10.24071/jt.v9i01.2459
- Raharjo, Bernardus Teguh, and Firlan Vianney Ngantung, ‘Menghayati Kehadiran Riil Kristus, Tubuh Dan Darah-Nya, Dalam Perayaan Ekaristi’, *Media (Jurnal Filsafat Dan Teologi)*, 1.1 (2020), doi:10.53396/media.v1i1.7

G. Jeujan, J. Narahayaan, Y. Batti, A. Rumlus – *Ekaristi Sebagai Sakramen Cinta Kasih Menurut Sacramentum Caritatis*: 235-244

Setyanta, Oktavianus Eka Novi, 'Ekaristi Sebagai Kurban Dalam Pemikiran Joseph Ratzinger', *Jurnal Teologi*, 8.1 (2019), doi:10.24071/jt.v8i1.1582