



Pemahaman Orang Muda Katolik Di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng Tentang Buah Dari Sakramen Tobat

Karolus Juan Tupan
STF Seminari Pineleng
juankarolustupa@gmail.com

Diajukan: 19 Juni 2026 ; Direview: 20 Juni 2026 ; Diterima: 25 Juni 2026; Dipublish: 31 Juli 2026

ABSTRACT: *The Sacrament of Penance is one of the primary means of God's grace in the Catholic Church, which aims to forgive sins and restore human relationships with God and the Church. However, in pastoral practice, young people's understanding of this sacrament is often limited. This study aims to explore the understanding of Catholic Youth in the Parish of St. Francis Xavier Pineleng regarding the fruits of the Sacrament of Penance. The method used is a qualitative approach through in-depth interviews. The results of the study indicate that OMK St. Fransiskus Xavier Pineleng understand the fruits of the Sacrament of Penance as a means of forgiveness of sins, a source of inner peace, restoration of relationships with God and others, and spiritual strength to resist temptation. This study confirms that the Sacrament of Penance remains relevant to the lives of young people, although a more contextual pastoral approach is needed.*

KEY WORDS: Orang Muda Katolik, Sakramen Tobat, Rekonsiliasi, Kedamaian Batin, Pastoral

Pendahuluan

Orang Muda Katolik di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng merupakan pilar masa depan Gereja. Karena mereka adalah penerus yang diharapkan dapat menghidupkan Gereja terutama dalam iman, harapan dan kasih. Hal itu memeengaruhi masa depan Gereja yang hidup. Terutama dalam mencari jati diri, media social, elektronik dan perubahan budaya dan sosial yang sangat signifikan. Dalam fase perkembangan ini, OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng menghadapi dinamika kehidupan yang kompleks. Sakramen Tobat sebagai salah satu sakramen penyembuhan dalam Gereja Katolik yang memiliki peranan penting dalam kehidupan iman umat. Melalui sakramen ini, orang beriman mengalami pengampunan dosa, pemulihan relasi dengan Allah, serta pendamaian kembali dengan Gereja sebagai

persekutuan umat beriman. Konsili Vatikan II menegaskan bahwa dosa tidak hanya merusak relasi pribadi dengan Allah, tetapi juga melukai persekutuan Gereja.¹

Namun, dalam praktik pastoral, Sakramen Tobat sering kali dipahami secara terbatas hanya sebagai kewajiban moral atau rutinitas musiman (misalnya pada masa Adven dan Prapaskah). Hal ini tampak dari rendahnya partisipasi umat, khususnya OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng serta pemahaman yang belum mendalam mengenai makna sakramental dan buah rohani yang dihasilkan dari Sakramen Tobat. Situasi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara ajaran Gereja tentang Sakramen Tobat dan penghayatan konkret.

Penelitian ini dilakukan di Paroki Paroki Santo Fransiskus Pineleng sebagai salah satu komunitas Gereja Katolik yang memiliki keterlibatan aktif Orang Muda Katolik dalam berbagai kegiatan pastoral dan kehidupan menggereja. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada keinginan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman Orang Muda Katolik di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng mengenai buah-buah Sakramen Tobat. Penelitian ini melibatkan 5 narasumber anggota OMK Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng yang dipilih sebagai responden untuk mewakili pengalaman dan pemahaman kaum muda di paroki tersebut. Melalui penelitian ini diharapkan dapat diperoleh gambaran yang objektif mengenai tingkat pemahaman OMK tentang buah-buah Sakramen Tobat, seperti pengampunan dosa, kedamaian batin, pemulihan relasi dengan Allah dan sesama, serta kekuatan rohani untuk hidup lebih baik. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat mengidentifikasi aspek-aspek yang masih memerlukan pendalaman melalui katekese, pembinaan iman, dan pendampingan pastoral yang lebih kontekstual bagi Orang Muda Katolik.

Penelitian yang paling dekat dengan penelitian ini dilakukan oleh Adrianus Musu Sili dan Cornelius Satrio Tonapa yang berjudul “Transformasi Pastoral untuk Meningkatkan Partisipasi OMK dalam Sakramen Tobat di Paroki St. Petrus dan Paulus Minomartani, Yogyakarta.” Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi OMK dipengaruhi oleh tingkat pemahaman mereka terhadap makna Sakramen Tobat serta perlunya pendekatan pastoral yang lebih kreatif dan kontekstual dalam meningkatkan keterlibatan kaum muda. Namun, penelitian tersebut lebih menitikberatkan pada aspek

¹ *LUMEN GENTIUM (Terang Bangsa-bangsa): Konstitusi Dogmatis Tentang Gereja, Dokumen Konsili Vatikan II* (Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI, 1990), art. 11.

partisipasi dan strategi pastoral, belum secara khusus mengkaji pengalaman serta buah-buah rohani yang dialami OMK setelah menerima Sakramen Tobat.²

Penelitian lain dilakukan oleh Theresa Novita Bongi Thalar dan Silpanus Dalmasius dengan judul “Motivasi Orang Muda Katolik dalam Penerimaan Sakramen Tobat di Paroki St. Pius X Tenggarong.” Penelitian ini menemukan bahwa rendahnya motivasi OMK dalam menerima Sakramen Tobat dipengaruhi oleh faktor intrinsik, seperti kurangnya pemahaman tentang dosa dan makna sakramen, serta faktor ekstrinsik, seperti lingkungan dan kesibukan pribadi. Penelitian ini lebih memfokuskan diri pada faktor-faktor yang memengaruhi motivasi OMK, sehingga belum mengulas secara mendalam pengalaman rohani yang diperoleh setelah menerima sakramen tersebut.³

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pemahaman Orang Muda Katolik di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng mengenai Sakramen Tobat serta menganalisis buah rohani yang mereka rasakan setelah menerima sakramen tersebut. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai tingkat penghayatan iman OMK terhadap Sakramen Tobat sekaligus menjadi bahan evaluasi dan pengembangan pelayanan pastoral kaum muda. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi para pelayan pastoral, katekis, dan pembina OMK dalam merancang program pembinaan yang lebih kontekstual sehingga Sakramen Tobat tidak lagi dipandang sebagai kewajiban semata, melainkan sebagai pengalaman nyata akan kasih, pengampunan, dan belas kasih Allah yang membarui kehidupan.

Pertanyaan dasar penelitian ini berfokus pada bagaimana pemahaman Orang Muda Katolik di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng tentang buah Sakramen Tobat. Pemahaman tersebut mencakup pengertian OMK mengenai dampak rohani yang dihasilkan oleh sakramen ini dalam kehidupan iman mereka.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng serta studi dokumen dan literatur gereja. Data dianalisis secara tematik untuk

² Theresa Novita Bongi Thalar dan Silpanus Dalmasius, “Motivasi Orang Muda Katolik Dalam Penerimaan Sakramen Tobat Di Paroki St. Pius X Tenggarong,” *Gaudium Vestrum: Jurnal Kateketik Pastoral*, 15 Juni 2022, 18–33.

³ Adrianus Musu Sili dan Cornelius Satrio Tonapa, “Transformasi Pastoral untuk Meningkatkan Partisipasi OMK dalam Sakramen Tobat di Paroki St. Petrus dan Paulus Minomartani, Yogyakarta,” *Jurnal Penelitian Pendidikan Agama Katolik* 6, no. 1 (2026): 88–108, <https://doi.org/10.52110/jppak.v6i1.540>.

menemukan pola pemahaman pengalaman, dan makna dari buah sakramen tobat dalam kehidupan OMK Paroki Santo Fransiskus Pineleng.

Hasil dan Pembahasan

Penamaan Sakramen dan Maknanya

Katekismus Gereja Katolik menyebut Sakramen Pengampunan Dosa dengan beberapa nama yang masing-masing: Pertama, Paenitentia. Sakramen ini dinamakan paenitentia karena menekankan proses pertobatan, yakni pelaksanaan secara sakramental panggilan Yesus untuk bertobat dan kembali kepada Allah.⁴ Pertobatan tidak hanya berarti penyesalan batin, tetapi juga perubahan sikap hidup dan arah hidup menuju Allah. Kedua, Confessio. Disebut Sakramen Pengakuan karena peniten mengakui dosa-dosanya di hadapan imam yang bertindak atas nama Kristus dan Gereja. Pengakuan dosa menjadi unsur esensial dalam sakramen ini sebagai ungkapan kejujuran dan kerendahan hati di hadapan Allah⁵. Ketiga, Absolutio. Sakramen ini juga disebut Sakramen Pengampunan karena melalui absolusi yang diberikan oleh imam, Allah sendiri mengampuni dosa-dosa peniten dan menganugerahkan rahmat keselamatan.⁶ Keempat, Rekonsiliasi. Sakramen ini dinamakan Sakramen Rekonsiliasi karena memulihkan dan memperdalam persekutuan dengan Allah dan Gereja. Rasul Paulus menasihati umat, “Berilah dirimu didamaikan dengan Allah” (2Kor 5:20), dan Yesus sendiri menegaskan pentingnya berdamai dengan sesama (bdk. Mat 5:24). Dengan demikian, Sakramen Tobat memiliki dimensi relasional yang mencakup Allah, Gereja, dan sesama.

Pengertian Sakramen Pengampunan Dosa

Menurut Katekismus Gereja Katolik, Sakramen Pengampunan Dosa adalah tindakan belas kasih Allah yang mengampuni dosa-dosa manusia dan mendamaikan mereka kembali dengan Allah dan Gereja melalui pelayanan imam.⁷ Melalui pelayanan imam yang bertindak atas perutusan Gereja, Kristus sendiri hadir untuk mengampuni dosa, menyembuhkan luka-luka akibat dosa, serta memulihkan rahmat baptisan yang telah hilang karena dosa berat. Hal ini sejalan dengan kesaksian Kitab Suci: “Jika kita mengaku dosa kita, maka Ia adalah setia dan adil, sehingga Ia akan mengampuni segala dosa kita” (1Yoh 1:9). Pemahaman tersebut sejalan dengan pandangan Berthold Anton

⁴ *Katekismus Gereja Katolik* (Penerbit Nusa Indah, 2014), can. 1423.

⁵ *Katekismus Gereja Katolik*, can. 1424.

⁶ *Katekismus Gereja Katolik*, can. 1424.

⁷ *Katekismus Gereja Katolik*, can. 1422.

Pareira yang menjelaskan bahwa Sakramen Tobat merupakan sarana keselamatan yang diberikan Kristus kepada Gereja agar umat beriman yang telah jatuh ke dalam dosa setelah baptis memperoleh pengampunan dan dipulihkan kembali dalam persatuan dengan Allah serta persekutuan Gereja.⁸ Dengan demikian, Sakramen Pengampunan Dosa tidak hanya dipahami sebagai penghapusan dosa, tetapi juga sebagai tindakan penyembuhan dan pembaruan relasi manusia dengan Allah, Gereja, dan sesama.

Dasar Sakramen Tobat

Dosa memutuskan persekutuan manusia dengan Allah dan sekaligus melukai persekutuan dengan Gereja. Oleh karena itu, pertobatan membawa dua bentuk pemulihan: pengampunan dari Allah dan perdamaian kembali dengan Gereja.⁹ Rekonsiliasi selalu memiliki dimensi vertikal (dengan Allah) dan horizontal (dengan Gereja). Kitab Suci menegaskan bahwa hanya Allah yang berkuasa mengampuni dosa. Dalam Injil Markus, Yesus menyatakan kuasa ilahi-Nya dengan berkata, “Dosamu sudah diampuni” (Mrk 2:5; bdk. Mrk 2:7.10; Luk 7:48). Sebagai Putra Allah, Yesus memiliki kuasa ilahi untuk mengampuni dosa. Lebih jauh, Yesus mempercayakan kuasa ini kepada para rasul-Nya: “Terimalah Roh Kudus. Jikalau kamu mengampuni dosa orang, dosanya diampuni” (Yoh 20:22-23). Dengan demikian, pelayanan pengampunan dosa dalam Gereja bersumber langsung dari Kristus. Sakramen Tobat tampak jelas dalam pemberian kuasa kepada Petrus: “Kepadamu akan Kuberikan kunci Kerajaan Surga” (Mat 16:19; KGK 1444). Kuasa “mengikat dan melepaskan” menunjukkan bahwa perdamaian dengan Allah tidak dapat dipisahkan dari perdamaian dengan Gereja sebagai Tubuh Kristus

Unsur-unsur Sakramen Pengampunan Dosa

Terdapat dua unsur utama dalam Sakramen Tobat: Pertama, Allah bertindak melalui pelayanan imam yang memberikan absolusi, yakni doa pengampunan dosa atas nama Kristus dan Gereja. Kedua, Tindakan dari penintean itu sendiri, seperti: Penyesalan (*Contritio*) berupa rasa sedih dan benci terhadap dosa yang dilakukan, disertai niat untuk tidak mengulangnya, Pengakuan (*Confessio*); pengakuan dosa secara jujur dan pribadi kepada imam dan Silih atau Penitensi (*Satisfactio*); tindakan tobat yang bertujuan memperbaiki akibat dosa dan menumbuhkan pembaruan hidup.¹⁰

⁸ Konferensi Waligereja Indonesia, *Iman Katolik: Buku Informasi dan Referensi* (Kanisius, 2007), 383–386.

⁹ *Katekismus Gereja Katolik*, can. 1440.

¹⁰ *Katekismus Gereja Katolik*, cann. 1448–1460.

Pelayan Sakramen

Pelayan Sakramen Pengampunan Dosa adalah uskup dan imam yang telah menerima tahbisan suci. Mereka bertindak atas nama Kristus dan Gereja dalam memberikan absolusi. Wewenang ini bukan berasal dari diri pribadi imam, melainkan dari Kristus yang mempercayakan pelayanan pendamaian kepada Gereja.¹¹

Efek atau Buah Sakramen Pengampunan Dosa

Sakramen Pengampunan Dosa menghasilkan berbagai buah rohani, antara lain:

Pengampunan Dosa dan Pemulihan Rahmat Pengudusan. Buah utama Sakramen Pengampunan Dosa adalah penghapusan dosa dan pemulihan rahmat pengudusan yang hilang karena dosa berat.¹² Melalui absolusi, Allah sendiri bertindak untuk membebaskan manusia dari beban dosa dan mengembalikannya pada keadaan rahmat.

Kedamaian batin dan penghiburan rohani. KGK 1468 menegaskan bahwa Sakramen Tobat menganugerahkan ketenangan dan kedamaian hati. Setelah pengakuan dosa, peniten mengalami pelepasan beban batin, rasa lega, dan penghiburan rohani. Pemulihan relasi dengan Allah dan Gereja. Sakramen Pengampunan Dosa tidak hanya memulihkan relasi pribadi dengan Allah, tetapi juga memperbaiki relasi dengan Gereja sebagai persekutuan.¹³ Dosa melukai Tubuh Kristus, dan melalui Sakramen Tobat, peniten diperdamaikan kembali dengan komunitas Gereja.

Kekuatan rohani baru untuk melawan godaan dan bertekun dalam hidup kudus. Sakramen Tobat memberikan kekuatan rohani baru untuk melawan godaan dan bertumbuh dalam hidup kudus. Meskipun Sakramen Tobat tidak menghapus kelemahan manusiawi, rahmatnya memperkuat kehendak dan kesadaran moral.¹⁴

Menurut Katekismus Gereja Katolik, Sakramen Pengampunan Dosa adalah tindakan belas kasih Allah yang mengampuni dosa-dosa manusia dan mendamaikan mereka kembali dengan Allah dan Gereja melalui pelayanan imam.¹⁵ Melalui pelayanan imam yang bertindak atas perutusan Gereja,

¹¹ *Katekismus Gereja Katolik*, cann. 1461–1467.

¹² *Katekismus Gereja Katolik*, can. 1468.

¹³ *Katekismus Gereja Katolik*, can. 1469.

¹⁴ *Katekismus Gereja Katolik*, can. 1470.

¹⁵ *Katekismus Gereja Katolik*, can. 1422.

Pengampunan Dosa dan Rahmat Pengudusan

Buah utama Sakramen Tobat adalah pengampunan dosa dan pemulihan rahmat pengudusan. Melalui sakramen ini, Allah yang Maharahim mengampuni dosa-dosa peniten yang dengan tulus bertobat dan mengakuinya di hadapan imam. Pengampunan tersebut tidak hanya menghapus kesalahan manusia di hadapan Allah, tetapi juga memulihkan kembali kehidupan rahmat yang telah dirusak oleh dosa. Dengan menerima absolusi, orang beriman diperdamaikan dengan Allah dan memperoleh kembali martabatnya sebagai anak-anak Allah yang hidup dalam persahabatan dengan-Nya. Rahmat pengudusan yang dipulihkan melalui Sakramen Tobat menjadi sumber kekuatan rohani yang membarui hidup, menumbuhkan kesadaran akan dosa, serta mendorong peniten untuk semakin setia mengikuti kehendak Allah dalam kehidupan sehari-hari.¹⁶

Orang Muda Katolik di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng pada umumnya memahami Sakramen Tobat sebagai sarana utama pengampunan dosa.¹⁷ Sakramen ini dipahami sebagai tindakan belas kasih Allah yang secara nyata menghapus dosa-dosa manusia melalui perantaraan imam. Imam dipandang bukan sebagai pengampun dosa, melainkan sebagai pelayan Gereja yang menghadirkan kuasa Kristus yang mengampuni.

Pemahaman ini menunjukkan adanya kesadaran iman yang selaras dengan ajaran Gereja bahwa hanya Allah yang berkuasa mengampuni dosa, namun kuasa tersebut dipercayakan kepada Gereja melalui para rasul dan para penerusnya (bdk. Yoh 20:22-23). Dengan menerima Sakramen Tobat, OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng meyakini bahwa dosa-dosa mereka sungguh dihapuskan dan tidak lagi menjadi penghalang relasi dengan Allah.¹⁸

Walaupun istilah teologis rahmat pengudusan jarang digunakan secara eksplisit oleh para informan, makna teologisnya tampak jelas dalam ungkapan pengalaman seperti “Merasa menjadi baru”, “Lebih dekat dengan Tuhan”, dan “Diterima kembali oleh Allah”. Hal ini menunjukkan bahwa pemulihan rahmat pengudusan dipahami

¹⁶ Robertus Joko Sulisty, “DOSA DAN RAHMAT SAKRAMEN PENGAKUAN -- DOSA BAGI REMAJA,” *JPAK: Jurnal Pendidikan Agama Katolik* 7, no. 4 (2012): 119–25, <https://doi.org/10.34150/jpak.v7i4.163>.

¹⁷ Juan Tupan, “Codebook.docx,” Google Docs, diakses 19 Juni 2026, <https://docs.google.com/document/d/1T-Qv1STykQIAO1PWnmisSlyLW3IvJUiM/edit?usp=sharing&ouid=112825042325804881946&rtpof=true&sd=true>.

¹⁸ Juan Tupan, “Codebook.docx.”

secara eksistensial sebagai keadaan baru yang memungkinkan OMK di Paroki Santo Fransiskus Xavierius Pineleng untuk kembali hidup dalam persahabatan dengan Allah.¹⁹

Selain itu, OMK di Paroki Santo Fransiskus Xavierius Pineleng juga menekankan pentingnya penyesalan dan komitmen untuk tidak mengulangi dosa. Sakramen Tobat tidak dipahami secara mekanis atau formalistik, melainkan sebagai proses pertobatan yang menuntut keterlibatan hati dan kehendak. Temuan ini sejalan dengan ajaran Gereja bahwa Sakramen Tobat memulihkan rahmat baptisan yang terluka oleh dosa dan mengarahkan peniten pada pembaruan hidup.²⁰

Kedamaian Batin

Salah satu buah penting dari Sakramen Tobat adalah kedamaian batin. Melalui pengakuan dosa dan penerimaan absolusi, orang beriman mengalami pelepasan dari beban rasa bersalah, penyesalan, dan kegelisahan yang timbul akibat dosa. Pengampunan yang diterima dari Allah menghadirkan ketenangan hati, sukacita rohani, serta keyakinan bahwa hubungan dengan Allah telah dipulihkan kembali. Kedamaian batin ini tidak hanya dirasakan sebagai perasaan lega secara emosional, tetapi juga sebagai pengalaman rohani yang mendalam karena seseorang kembali hidup dalam rahmat Allah. Dengan demikian, Sakramen Tobat menjadi sarana penyembuhan batin yang membantu umat untuk menjalani kehidupan dengan hati yang lebih damai, penuh harapan, dan terbuka terhadap karya kasih Allah dalam hidup sehari-hari.²¹

Buah Sakramen Tobat yang paling dominan dirasakan oleh OMK di Paroki Santo Fransiskus Xavierius Pineleng adalah kedamaian batin. Hampir semua informan mengungkapkan pengalaman emosional berupa rasa lega, damai, tenang, ringan, dan sukacita setelah menerima Sakramen Tobat. Beban batin akibat rasa bersalah, kegelisahan, dan tekanan moral dirasakan berkurang secara signifikan.²²

Menariknya, beberapa informan menyatakan bahwa kedamaian ini mulai dirasakan bahkan sebelum pengakuan dosa berlangsung, yakni sejak munculnya niat dan keberanian untuk mengaku dosa. Hal ini menunjukkan bahwa Sakramen Tobat dipahami bukan hanya sebagai perayaan liturgi, tetapi sebagai proses pertobatan yang menyeluruh, yang mencakup persiapan batin, pengakuan, dan penerimaan rahmat.²³

¹⁹ Tupan, "Codebook.docx."

²⁰ Tupan, "Codebook.docx."

²¹ Theresa Novita Bongi Thalar dan Silpanus Dalmasius, "Motivasi Orang Muda Katolik Dalam Penerimaan Sakramen Tobat Di Paroki St. Pius X Tenggarong," *Gaudium Vestrum: Jurnal Kateketik Pastoral*, 15 Juni 2022, 18–33.

²² Juan Tupan, "Codebook.docx."

²³ Tupan, "Codebook.docx."

Dalam KGK, kedamaian batin merupakan salah satu buah utama Sakramen Tobat. Katekismus Gereja Katolik menegaskan bahwa sakramen ini memberikan ketenangan dan kelegaan hati serta penghiburan rohani yang besar.²⁴ Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa ajaran tersebut sungguh dialami secara konkret oleh OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng.²⁵

Secara pastoral, pengalaman kedamaian batin ini menunjukkan bahwa Sakramen Tobat memiliki dimensi penyembuhan batin. Di tengah tekanan hidup kaum muda baik dalam keluarga, pendidikan, relasi sosial, maupun pergulatan moral sakramen ini menjadi ruang aman untuk berjumpa dengan Allah yang penuh belas kasih dan pengampunan.

Pemulihan Relasi dengan Allah dan Gereja

Sakramen Tobat menghasilkan buah berupa pemulihan relasi dengan Allah dan Gereja yang telah terluka akibat dosa. Dosa tidak hanya merusak hubungan pribadi manusia dengan Allah, tetapi juga melukai persekutuan Gereja sebagai Tubuh Kristus. Melalui pengakuan dosa dan penerimaan absolusi, orang beriman diperdamaikan kembali dengan Allah serta diterima kembali secara penuh dalam persekutuan Gereja. Pemulihan relasi ini tampak dalam semakin eratnya hubungan dengan Allah melalui doa, kehidupan sakramental, dan ketaatan pada kehendak-Nya. Selain itu, Sakramen Tobat juga mendorong umat untuk membangun kembali hubungan yang baik dengan sesama, karena rekonsiliasi dengan Allah tidak dapat dipisahkan dari rekonsiliasi dengan komunitas Gereja. Dengan demikian, Sakramen Tobat menjadi sarana yang memulihkan kesatuan hidup orang beriman dengan Allah dan memperteguh keterlibatannya dalam kehidupan menggereja.²⁶

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng memahami dosa sebagai realitas yang merusak relasi, baik dengan Allah maupun dengan sesama. Oleh karena itu, Sakramen Tobat dipahami sebagai sarana rekonsiliasi yang memulihkan relasi-relasi tersebut. Pemulihan relasi dengan Allah tampak dalam kesadaran OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng bahwa setelah menerima Sakramen Tobat, mereka merasa lebih dekat dengan Tuhan, lebih bebas dalam berdoa, dan tidak lagi dikuasai oleh rasa takut atau malu. Sakramen

²⁴ *Katekismus Gereja Katolik*, cann. 1468–1470.

²⁵ Tupan, “Codebook.docx.”

²⁶ Sili dan Tonapa, “Transformasi Pastoral untuk Meningkatkan Partisipasi OMK dalam Sakramen Tobat di Paroki St. Petrus dan Paulus Minomartani, Yogyakarta.”

Tobat membuka kembali ruang dialog dan keintiman dengan Allah yang sebelumnya terhalang oleh dosa.²⁷

Buah sakramen ini juga tampak dalam relasi dengan sesama. Banyak informan mengungkapkan dorongan untuk meminta maaf, mengampuni, dan berdamai dengan orang lain, terutama dalam lingkungan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa rekonsiliasi dengan Allah tidak dapat dipisahkan dari rekonsiliasi dengan sesama.

Secara eklesial, Sakramen Tobat juga dipahami sebagai sarana pemulihan relasi dengan Gereja. Konsili Vatikan II menegaskan bahwa dosa melukai bukan hanya relasi pribadi dengan Allah, tetapi juga persekutuan Gereja.²⁸ Dengan menerima Sakramen Tobat, OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng merasa kembali diterima dan layak untuk ambil bagian secara penuh dalam kehidupan menggereja, khususnya dalam perayaan Ekaristi.²⁹

Kekuatan Rohani untuk Melawan Godaan dan Bertekun Hidup Kudus

Sakramen Tobat tidak hanya mengampuni dosa, tetapi juga memberikan kekuatan rohani yang membantu orang beriman untuk melawan godaan dan bertumbuh dalam kehidupan kudus. Melalui rahmat sakramen ini, peniten diperbarui secara batiniah sehingga mampu meninggalkan kebiasaan berdosa dan membangun hidup yang semakin sesuai dengan kehendak Allah. Kekuatan rohani yang diperoleh dari Sakramen Tobat menjadi sarana untuk mengembangkan pengendalian diri, memperteguh komitmen dalam hidup kristiani, serta memungkinkan umat untuk bangkit kembali ketika jatuh ke dalam dosa. Dengan demikian, Sakramen Tobat tidak hanya berorientasi pada pengampunan masa lalu, tetapi juga pada pembaruan hidup yang berkelanjutan, sehingga orang beriman semakin bertumbuh dalam kekudusan dan persekutuan dengan Allah.³⁰

Buah Sakramen Tobat yang terakhir adalah munculnya kekuatan rohani baru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng merasakan dorongan untuk mengontrol diri, menghindari dosa yang sama, dan menjalani hidup dengan lebih bertanggung jawab setelah menerima Sakramen Tobat.³¹

²⁷ Juan Tupan, "Codebook.docx."

²⁸ *LUMEN GENTIUM (Terang Bangsa-bangsa): Konstitusi Dogmatis Tentang Gereja, Dokumen Konsili Vatikan II*, can. 11.

²⁹ Juan Tupan, "Codebook.docx"; Juan Tupan, "Codebook.docx."

³⁰ Tantani binti Longkiad, "PERANAN SAKRAMEN REKONSILIASI (TOBAT) DALAM PERKEMBANGAN HIDUP ROHANI," *Jurnal Filsafat Dan Teologi Katolik* 5, no. 1 (2021): 31–43, <https://doi.org/10.58919/juftek.v5i1.47>.

³¹ Juan Tupan, "Codebook.docx."

OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng menyadari bahwa Sakramen Tobat tidak menghilangkan kelemahan manusia secara instan. Godaan dan kemungkinan jatuh dalam dosa tetap ada. Namun, Sakramen Tobat dipahami sebagai sumber kekuatan batin, pengingat rohani, dan peneguh semangat untuk bangkit kembali. Ungkapan Sakramen Tobat sebagai “Vitamin rohani” mencerminkan pemahaman yang realistis sekaligus penuh harapan.³² Dalam terang ajaran Gereja, Sakramen Tobat memberikan kekuatan untuk melawan dosa dan membangun hidup kudus.³³ Pengalaman OMK di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng menunjukkan bahwa sakramen ini menjadi titik awal proses pertumbuhan moral dan spiritual yang berkelanjutan, bukan sekadar peristiwa sesaat.³⁴

Penutup

Orang muda Katolik di Paroki Santo Fransiskus Xaverius Pineleng menunjukan pemahaman iman yang cukup mendalam terhadap sakramen tobat. Sakramen ini tidak hanya dilihat sebagi kewajiban religius, tetapi lebih sebagai perjumpaan pribadi dengan Allah yang penuh belas Kasih. Mereka menyadari bahwa melalui sakramen tobat, dosa diampuni dan hubungan dengan Allah dipulihkan, yang ditandai dengan adanya penyesalan dan keinginan untuk berubah. Selain itu, sakramen Tobat juga dihayati sebagi sumber kedamaian batin. Pengalaman rasa lega, tenang, dan sukacita setelah menerima sakramen ini menunjukan peran pentingnya dalam memberikan penyembuhan rohani, terutama ditengah berbagi tekanan hidup yang dialami kaum muda. Sakramen ini juga mendorong pemulihan relasi, baik dengan Allah, gereja, maupun sesama, sehingga mereka terdorong untuk saling mengampuni dan kembali aktif dalam kehidupan menggereja.

Lebih jauh, Sakramen Tobat dipahami sebagai kekuatan rohani yang membantu untuk terus berjuang melawan kelemahan dan bertumbuh dalam kehidupan iman. Dengan demikian, sakramen ini tetap relevan dan bermakana, sekaligus menegaskan pentingnya pendekatan pastoral yang lebih kontekstual dan dekat dengan pengalaman hidup agar semakain dihayati sebagai sumber pembaharuan dan pertumbuhan iman.

³² Juan Tupan, “Codebook.docx.”

³³ *Katekismus Gereja Katolik*, cann. 1468–1470.

³⁴ Juan Tupan, “Codebook.docx.”

Daftar Pustaka

- Juan Tupan. "Codebook.docx." Google Docs. Diakses 19 Juni 2026. <https://docs.google.com/document/d/1T-Qv1STykQlAO1PWnm1SSlyLW3IvJUiM/edit?usp=sharing&oid=112825042325804881946&rtpof=true&sd=true>.
- Katekismus Gereja Katolik*. Penerbit Nusa Indah, 2014.
- Konferensi Waligereja Indonesia. *Iman Katolik: Buku Informasi dan Referensi*. Kanisius, 2007.
- Longkiad, Tantani binti. "PERANAN SAKRAMEN REKONSILIASI (TOBAT) DALAM PERKEMBANGAN HIDUP ROHANI." *Jurnal Filsafat Dan Teologi Katolik* 5, no. 1 (2021): 31–43. <https://doi.org/10.58919/juftek.v5i1.47>.
- LUMEN GENTIUM (Terang Bangsa-bangsa): Konstitusi Dogmatis Tentang Gereja, Dokumen Konsili Vatikan II*. Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI, 1990.
- Sili, Adrianus Musu, dan Cornelius Satrio Tonapa. "Transformasi Pastoral untuk Meningkatkan Partisipasi OMK dalam Sakramen Tobat di Paroki St. Petrus dan Paulus Minomartani, Yogyakarta." *Jurnal Penelitian Pendidikan Agama Katolik* 6, no. 1 (2026): 88–108. <https://doi.org/10.52110/jppak.v6i1.540>.
- Sulistyo, Robertus Joko. "DOSA DAN RAHMAT SAKRAMEN PENGAKUAN -- DOSA BAGI REMAJA." *JPAK: Jurnal Pendidikan Agama Katolik* 7, no. 4 (2012): 119–25. <https://doi.org/10.34150/jpak.v7i4.163>.
- Thalar, Theresa Novita Bongi, dan Silpanus Dalmasius. "Motivasi Orang Muda Katolik Dalam Penerimaan Sakramen Tobat Di Paroki St. Pius X Tenggarong." *Gaudium Vestrum: Jurnal Kateketik Pastoral*, 15 Juni 2022, 18–33.
- Thalar, Theresa Novita Bongi, dan Silpanus Dalmasius. "Motivasi Orang Muda Katolik Dalam Penerimaan Sakramen Tobat Di Paroki St. Pius X Tenggarong." *Gaudium Vestrum: Jurnal Kateketik Pastoral*, 15 Juni 2022, 18–33.