



Warta Kasih

Media Komunikasi dan Pembinaan
Jemaat GKJ Eben-Haezer

Edisi September No. 369
Tahun XXXIII



**Kesetiaan Antara Tuhan, Aku dan
Sesamaku**



Penasihat :
Majelis GKJ Eben-Haezer

Desain & Tata Letak :
Yosua Chrial Martono

Pemimpin Redaksi :
Dawami Martono

Marketing :
Risa Yustisianingsih

Penulis & Kontributor :
Sri Rukmini;
Dawami Martono;
Y.D. Sigit Purnomo;
Tim Redaksi

Bendahara :
Arie Prawesti

Distribusi :
Kantor GKJ Eben-Haezer

Fotografer :
Bakominfo;
GKJ Eben-Haezer

Redaksi menerima naskah berupa karangan, terjemahan, informasi, dan lain sebagainya yang bersifat membangun rohani dan persekutuan, bebas, dan tidak SARA.

Kirimkan dalam amplop tertutup kepada Redaksi Warta Kasih atau melalui email. Redaksi berhak mengedit tulisan yang masuk. Segala tulisan yang dimuat dalam Warta Kasih tidak selalu mencerminkan pendapat Majelis GKJ Eben-Haezer

Alamat Redaksi :
Jl. Palapa Raya No.5,
Pasar Minggu Jakarta 12520
Telp. (021)7805083, Fax. (021)78845165
Email : wartakasih_ebenhaezer@yahoo.com

Warta Kasih
Edisi September 2024



Daftar Isi

Daftar Isi	1
Shallom	2
Renungan Majelis	3
Bahan Sarasehan September 2024	6
Rubrik Foto	13
Ucapan ulang tahun jemaat pandur	17



Kesetiaan Antara Tuhan, Aku dan Sesamaku

Warta Kasih dapat diakses di
website :
www.gkj-ebenhaezer.org





Shallom

Shallom...

Tema bulan ini, **Kesetiaan antara Tuhan, aku dan sesamaku**

Suatu gambaran tema tentang betapa beratnya tantangan yang terjadi pada kondisi saat ini,

khususnya dalam menjaga kesetiaan hubungan antara Tuhan, pribadi kita sendiri dan sesama termasuk keluarga. Sebagai Umat harta kesayangan Tuhan, terjaga dan terpelihara dalam kasih setiaNya,

tidak mudah karena ada banyak sekali kesulitan yang kita hadapi, sehingga terkadang kita ingin menyerah....

Kesetiaan yang bukan hanya terwujud dalam kata atau pikiran tetapi juga dalam tindakan nyata.

Firman Tuhan tidak hanya sebagai benteng kehidupan, bukan hanya sebatas teori semata, tetapi bukti tindakan yang nyata, contohnya memelihara lingkungan kehidupan anugrah Tuhan, dengan mengurangi penggunaan bahan plastik dalam kehidupan kita sehari-hari, salah satu bukti ketaatan perintah Tuhan.

Setialah pada Firman Tuhan... dan jangan berpaling dariNya

September 2024,

Salam

Redaksi Warsih





Setia Berpegang pada Firman Tuhan

Mazmur 103: 17-18



Pendahuluan

Di dalam kehidupan kita, kita semua pasti mengenal atau memiliki benda kesayangan di antara benda lain yang kita miliki. Benda itu menjadi kesayangan kita pasti karena ada nilai tersendiri menurut pandangan kita, apakah itu mengingatkan kita pada masa kecil kita, atau hal lain, sehingga kita menjadikannya sebagai benda/harta kesayangan.

Demikian halnya dengan Firman Tuhan yang menyatakan bahwa Bangsa Israel menjadi harta kesayangan Allah, dan itu harusnya menjadi impian setiap umat. Akan tetapi, menjadi harta kesayangan Tuhan seharusnya juga mempunyai nilai yang khusus, artinya tidak mudah untuk menjadi harta kesayanganNya. Sama halnya firman Tuhan menyampaikan bahwa untuk tetap menjadi harta yang berharga bagiNya harus ada perubahan hidup dari Bangsa Israel, yaitu meninggalkan kehidupan yang bercela dan menjadi hidup kudus, sebab Allah adalah Kudus.

Kita semua, jemaat GKJ Eben-Haezer adalah harta yang berharga bagi Tuhan karena kita dapat melihat Allah berbuat bagi hidup kita dengan anugrah memberikan AnakNya yang Tunggal itu. Hanya saja saat ini siapakah diantara kita yang bijak dan akan tetap berjuang memelihara nilai yang telah Tuhan berikan bagi kita?

Lantas, bagaimana agar kita tetap menjadi harta kesayanganNya? Kita harus mendengarkan FirmanNya dan percaya pada JanjiNya.

Mazmur 103: 17-18 mengingatkan kita semua untuk tetaplah mengakui bahwa Allah adalah sumber pengharapan dalam hidup kita, dalam segala kondisi yang kita alami seperti mengalami kelemahan secara fisik, merasa seolah doa-doa yang kita panjatkan tak pernah dijawab Tuhan, mendapatkan banyak masalah, bahkan percobaan yang sangat dahsyat yang mustahil untuk kita dapat tanggung.





Teladan kesetiaan Ayub berpegang kepada Firman Tuhan.

Salah satu teladan keteguhan berpengharapan dalam Alkitab ialah Ayub. Kita mengetahui bersama meskipun Ayub kehilangan harta benda dan juga anak-anak, sampai penyakit yang busuk di tubuhnya, namun selama itu juga Ayub tidak pernah menyalahkan Tuhan dalam perkataannya. Istri Ayub sempat menyuruh dan menganjurkan Ayub untuk meninggalkan Tuhannya, namun ternyata penyerahan Ayub sungguh benar dan konsisten, tak hanya dalam kata-kata, tetapi Ayub benar-benar konsisten dan berpegang pada pengakuannya dan keyakinannya akan keberadaan Allah yang akan menolong dan memeliharanya.

Dari kisah Ayub, kita belajar bahwa dia adalah pribadi yang sangat luar biasa dan mengasihi Tuhan. Dan bahkan ketika dia menerima keadaan yang buruk sekalipun, dia memilih untuk tetap teguh dalam iman. Dia tak sekalipun mau meninggalkan Tuhan. Lalu apa yang membuat iman Ayub begitu kuat? Salah satunya adalah dia mengerti dan memahami kebenaran firman Tuhan. Kita perlu membaca Alkitab untuk memiliki iman yang sama seperti dia. Keteguhan pengakuan yang seperti inilah yang diinginkan Tuhan, supaya setiap umat Tuhan tak hanya mendengar dan menyampaikan Firman Tuhan, tetapi melakukannya juga. Ketika cobaan datang, ketika masalah datang melanda, mulut akan tetap menyanyi memuliakan Tuhan, tangan akan tetap bertepuk tangan, lutut tak akan lelah untuk tersungkur dan menyembah Tuhan, sebab Tuhan Yesus yang kita sembah tak akan pernah mengecewakan anak-anakNya yang benar-benar berserah diri padaNya, Ia tetap setia pada janjiNya.

Kesaksian hidup penulis

Dalam kesempatan ini penulis (kami) juga ingin bersaksi tentang kesetiaan Tuhan yang luar biasa dalam keluarga penulis. Beberapa tahun yang lalu kami pernah mengalami keterpurukan dalam kehidupan di rumah tangga, karena kasus keuangan dalam rumah tangga dengan keterlibatan pihak Bank yang menjadi sumber kehancuran dalam keuangan (finansial).

Namun dalam keterpurukan tersebut kami terus mencoba keluar dari permasalahan tersebut, dengan terus setia kepada Tuhan, membawa dalam doa keluarga, kami berserah dan juga terus berusaha dengan sekuat tenaga agar bisa menyelesaikan sedikit demi sedikit.

Warta Kasih

Edisi September 2024

4





Puji Tuhan karena Allah kita yang luar biasa, akhirnya kamipun bisa mengatasi melalui proses demi proses yang panjang, dan Tuhan terus memelihara kami sekarang dan sampai selamanya.

Kami ingat akan ayat Alkitab yang menguatkan kami saat itu dalam 1 Korintus 10: 13

“Pencobaan-pencobaan yang kamu alami ialah pencobaan-pencobaan biasa, yang tidak melebihi kekuatan manusia. Sebab Allah setia dan karena itu Ia tidak akan membiarkan kamu dicobai melampaui kekuatannya. Pada waktu kamu dicobai Ia akan memberikan kepadamu jalan ke luar, sehingga kamu dapat menanggungnya.”

Hendaklah firmanNya dan janjiNya juga menjadi harta kesayangan yang kita cari dan gunakan dalam kehidupan kita. Jadi, marilah setiap saat dan setiap waktu kita akan selalu merawat dan memelihara diri kita sebagai harta kesayangan Tuhan. Setia, Berdoa, Berusaha, Berserah serta selalu mengucapsyukur adalah kunci dari segala permasalahan yang kita hadapi dalam kehidupan.

Tuhan akan terus pelihara kita karena Tuhan mencintai kita dan kita sangat berharga bagiNya..

Amiin...

Penulis,

Dkn. Irwan Martono





Bahan Sarasehan September 2024

Berguna namun juga berbahaya

Tujuan

1. Agar jemaat menyadari penggunaan plastik dapat menimbulkan bahaya
2. Agar jemaat memahami upaya melindungi kesehatannya dan lingkungan dari limbah plastik
3. Agar jemaat tergerak untuk memelihara kesehatannya dengan menggunakan plastik secara bijaksana

I. Pengantar

Saat ini hampir dapat dipastikan bahwa plastik masih banyak digunakan oleh orang untuk keperluan sebagai bungkus, alat makan atau minum, wadah belanjaan, dan sebagainya. Hal ini dikarenakan keunggulan produk yang terbuat dari plastik yakni ringan, tidak korosif (tidak berkarat), serbaguna, awet, non-konduktif (bukan penghantar listrik), harga terjangkau, dan dapat didaur ulang. Produk yang terbuat dari plastik atau campuran bahan tertentu dengan plastik akan memiliki kandungan mikroplastik. Mikroplastik adalah partikel plastik berukuran kurang dari lima milimeter yang dapat mengancam kesehatan jika tidak sengaja tertelan atau dimakan oleh manusia. Sayangnya, tidak sedikit masyarakat Indonesia yang nasib kesehatannya terancam akibat "mengonsumsi" mikroplastik.



Gambaran Mikroplastik yang tersebar di perairan

Warta Kasih

Edisi September 2024

6





Dalam studi yang dipublikasikan *Environmental Science & Technology* pada April 2024, para peneliti mengungkapkan bahwa berdasarkan hasil penelitian di 109 negara ditemukan bahwa masyarakat Indonesia mengonsumsi sekitar 15 gram mikroplastik per bulan. Setelah Indonesia, terdapat Malaysia dan Filipina sebagai negara dengan tingkat "mengonsumsi" mikroplastik terbanyak.

Berikut lima produk teratas yang menyebabkan manusia mengonsumsi mikroplastik

1. Gelas kertas

Menggunakan gelas kertas untuk minuman panas dapat menyebabkan pelepasan berbagai bahan kimia, termasuk fluorida, klorida, sulfat, dan nitrat. Hal ini terungkap dalam penelitian 2021 yang diterbitkan dalam *Journal of Hazardous Materials*.

2. Teh celup

Banyak kantong teh dibuat dari plastik polipropilen yang tidak ramah lingkungan, dan bahkan kantong teh kertas pun dapat mengandung sisa plastik di lapisan penutupnya. Penelitian yang diterbitkan Dow University of Health Sciences tahun 2023 menunjukkan bagaimana air panas yang digunakan untuk menyeduh teh dapat melepaskan jutaan mikroplastik dari kantong teh. Studi ini mengungkapkan bahwa satu cangkir teh dapat mengandung hingga 3,1 miliar nanoplastik akibat kantong teh tersebut.

3. Wadah es batu plastik

Sama seperti mikroplastik yang ditemukan dalam air kemasan, wadah es batu plastik juga dapat menyebabkan kontaminasi. Meskipun penelitian mengenai hal ini masih sedikit, pembekuan plastik dapat menyebabkan mikroplastik larut ke dalam air, mirip dengan proses yang terjadi pada plastik yang dipanaskan, menurut seorang profesor yang diwawancarai oleh *HealthCentral*.

4. Wadah makanan yang dapat dipanaskan dengan microwave

Produk plastik yang diberi label 'aman untuk *microwave*' dapat melepaskan sejumlah besar mikroplastik ke dalam makanan saat dipanaskan. Sebuah studi pada tahun 2023 yang dilakukan oleh para peneliti di Universitas Nebraska-Lincoln menemukan hingga 4 juta





mikroplastik per sentimeter persegi dalam makanan bayi kemasan plastik tertentu yang bertuliskan “aman untuk microwave”.

5. Talenan plastik dapat memindahkan mikroplastik ke makanan
Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh American Chemical Society (ACS), talenan plastik dapat membuat manusia terpapar hingga 79,4 juta mikroplastik polipropilena atau sejenis polimer plastik setiap tahunnya.

Selain melalui penggunaan produk-produk diatas, mikroplastik dapat masuk ke dalam tubuh manusia melalui konsumsi ikan atau hewan air yang perairannya tercemar limbah plastik, penggunaan garam saat pengawetan ikan, dan penggunaan wadah makanan yang terbuat dari plastik.

Dampak mikroplastik bagi kesehatan manusia yang dirangkum dari berbagai sumber informasi adalah sebagai berikut,

1. Memicu kanker

Endapan mikroplastik dalam tubuh merupakan endapan benda asing yang tidak dapat dicerna atau diserap. Kondisi ini dapat menimbulkan iritasi dan apabila terlalu lama menjadi peradangan, sehingga memicu timbulnya tumor dan kanker.

2. Mengganggu sistem endokrin

Zat aditif/tambahan dalam plastik dicurigai dapat mengganggu sistem endokrin atau hormonal dalam tubuh manusia. Bahan atau senyawa kimia beracun akan dilepaskan dan terakumulasi.

3. Mengganggu kekebalan tubuh

Mikroplastik diduga dapat berpengaruh dengan sistem kekebalan tubuh dan berpotensi menyebabkan stres oksidatif dan perubahan DNA (*Deoxyribo Nucleic Acid*) molekul dalam kromosom tubuh manusia yang memuat informasi genetik tubuh manusia.

4. Mengganggu sistem pernafasan

Diketahui pula polusi udara mengandung mikroplastik berukuran 10-25 mm yang dapat terakumulasi di saluran pernafasan dan paru-paru sehingga mengganggu sistem pernafasan.





5. Pembengkakan usus

Mikroplastik dalam tubuh dapat berinteraksi dengan darah melalui proses absorpsi dan mengisi protein serta glikoprotein. Kondisi itu yang memicu timbulnya pembengkakan usus, bahkan berdampak pada organ lain.

II. Penggunaan produk plastik secara tepat

Penggunaan barang-barang plastik oleh masyarakat khususnya peralatan yang mengandung plastik berpotensi menimbulkan ancaman kesehatan bagi manusia. Demikian pula pencemaran lingkungan khususnya perairan karena plastik juga berdampak pada manusia melalui hewan yang dikonsumsi seperti ikan, kerang, rumput laut, dan sebagainya.

Konsumsi mikroplastik terbanyak oleh masyarakat Indonesia sebagaimana hasil penelitian yang dipublikasikan pada jurnal *Environmental Science & Technology*, 2024 perlu segera ditindak lanjuti dengan pengurangan dan pencegahan mulai dari sekarang agar ancaman penderitaan dan kematian dapat segera ditekan semaksimal mungkin.

Pencemaran air juga pernah dialami oleh Bangsa Israel seperti yang dikisahkan pada 2 Raja-Raja 2:18-22. Ketika Elisa berada di Kota Yerikho para penduduknya melaporkan kepada Elisa bahwa air di kota tersebut menyebabkan ibu-ibu hamil mengalami keguguran dan kematian. Elisa kemudian minta diberikan pinggan baru dan garam. Kemudian dengan mujizat Tuhan garam yang dilemparkan Elisa kedalam perairan tersebut mengubah air di kota tersebut menjadi sehat lagi

Tindakan Elisa menyehatkan air dengan garam tersebut menunjukkan bahwa manusia perlu bertindak untuk mengatasi masalah yang menyebabkan penderitaan dan kematian. Kisah tersebut mengajarkan kepada kita yang hidup pada saat ini bahwa pencemaran mikroplastik yang dihadapi oleh masyarakat Indonesia perlu segera diatasi. Tidak harus saling menunggu tetapi dapat dimulai dari setiap pribadi mulai sekarang dan selanjutnya. Bagaimana caranya ? para ahli di bidang kesehatan dan lingkungan hidup memberikan petunjuknya sebagai berikut,

1. Salah satu langkah sederhana yang dapat dilakukan untuk mengurangi limbah plastik adalah dengan melakukan prinsip 3R. Prinsip 3R ini adalah *Reduce* (mengurangi), *Reuse* (menggunakan lagi), dan *Recycle* (mendaur ulang), yang pada intinya sebagai upaya pengurangan penggunaan plastik sekali pakai.





2. Hindari memanaskan makanan atau bahan konsumsi apapun dalam wadah plastik karena kandungan plastik akan terurai dan dapat larut ke dalam makanan.
3. Kurangi penggunaan wadah makanan yang berbahan plastik dan beralih pada wadah yang bahan non plastik untuk menyimpan makanan atau minuman.
4. Kurangi beli atau minum minuman yang menggunakan wadah atau botol dari plastik.
5. Kurangi penggunaan plastik belanja sekali pakai. Akan lebih baik jika membawa tas belanja sendiri yang berasal dari bahan non plastik.
6. Apabila hendak mengonsumsi makanan laut, maka perlu diperhatikan kebersihannya. Selain itu mengurangi konsumsi makanan laut sebagai pencegahan juga dapat dilakukan, entah itu dari ikan, kerang, atau makanan laut lainnya.
7. Penggunaan mesin cuci untuk mencuci pakaian yang berlebihan menyebabkan serat buatan yang ikut terlepas dapat menambah jumlah mikroplastik.

Upaya pembatasan penggunaan plastik sudah dilakukan oleh pemerintah dalam bentuk kampanye pengurangan penggunaan plastik dan kebijakan ekonomi sirkuler yang mengubah plastik menjadi produk yang dapat digunakan oleh masyarakat seperti sepatu, tas, dan meja-kursi, dsb. Selain itu kebijakan pemerintah dalam bentuk Bank Sampah yang membeli sampah plastik dari masyarakat juga merupakan upaya untuk membatasi limbah plastik.

Pelaku usaha khususnya toko-toko retail memberlakukan ketentuan tidak lagi memberikan tas plastik untuk pembeli yang tidak membawa tas sendiri. Jika pembeli membutuhkan tas untuk wadah belanjaan maka pembeli perlu membeli tas kain yang disediakan di toko tersebut. Tujuannya agar tas tersebut dapat digunakan berulang kali untuk belanja dan mudah dihancurkan ketika sudah rusak.





III. Refleksi

Penggunaan barang-barang yang terbuat dari plastik saat ini masih banyak dilakukan karena keunggulan sifat plastik. Namun kita perlu mengingat bahwa dampak dari mikroplastik yang termakan oleh manusia maupun hewan akan menyebabkan penyakit bahkan kematian. Karena itu penggunaan plastik memerlukan hikmat agar kita mampu menekan semaksimal mungkin dampaknya.

Prinsip 3R menjadi pedoman utama dalam menggunakan plastik. Selain itu upaya pencegahan pencemaran lingkungan dari limbah plastik perlu dilakukan oleh semua orang agar lingkungan tidak berubah menjadi lahan yang beracun yang pada akhirnya akan merusak kesehatan manusia. Marilah kita gunakan produk plastik sesuai dengan tepat supaya jangan sampai barang yang kita butuhkan justru berbalik menjadi ancaman yang membahayakan hidup kita.

IV. Pertanyaan Diskusi

1. Bagaimanakah penggunaan plastik di rumah tangga saudara untuk keperluan sehari-hari (wadah belanjaan, bungkus makanan, bungkus barang, alat minum/alat makan, dsb)?
2. Apakah upaya yang saudara lakukan untuk pencegahan atau pengurangan dampak penggunaan plastik di rumah dan di lingkungan saudara berada ?
3. Menurut saudara apakah warga GKJ Eben-Haezer sudah memberlakukan penggunaan produk plastik secara tepat khususnya ketika berada di gereja ? jika belum apakah usulan saudara ?
4. Apakah saudara sudah menjadikan plastik sebagai salah satu cara untuk menambah pendapatan dengan menyetorkan pada bank sampah ? Jika belum apa yang menjadi hambatannya ?





Daftar bacaan :

1. Rindi Salsabilla Putri & Verda Nano Setiawan. Warga RI Paling Banyak Makan Plastik, Sumbernya Tak Terduga. CNBC Indonesia 04 August 2024. diakses pada 24 Agustus 2024 <https://cnbc.id/NcSzLK>
2. Tim DMI. Studi Ungkap Indonesia Konsumsi Mikroplastik Terbanyak di Dunia. CNN Indonesia, 04 Jun 2024. diakses pada 24 Agustus 2024 <https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20240604082328-199-1105479/studi-ungkap-indonesia-konsumsi-mikroplastik-terbanyak-di-dunia>
3. Nimas Ayu Rosari. Mikroplastik, Seberapa Bahaya bagi Lingkungan dan Kesehatan Manusia. Detikedu. 17 Sep 2023. Diakses pada 24 Agustus 2024 <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6935505/mikroplastik>





Rubrik Foto

Aksi Sosial Rawinala



Dokumentasi Bakominfo 2024

Warta Kasih
Edisi September 2024







Perayaan HUT RI ke 79

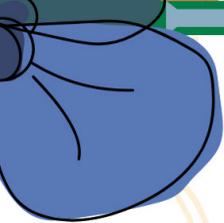


Dokumentasi Bakominfo 2024

Warta Kasih
Edisi September 2024
15







Happy birthday!



12 September, Mbak Claymira Naneta Damai Putri T

14 September, Bpk. Nugroho Wahyu Prasetyo

17 September, Ibu Erabudi Widyastuti

19 September, Ananda Nathania Aksada

20 September, Ibu Poedjoastuti

23 September, Bpk. Pracoyo Cipto Nugroho

24 September, Bpk. Sapto Rahardjo Tarmoedji

28 September, Mas M. Risky Abbyasa Rachmadi

29 September, Ibu Bety Setyaningsih

29 September, Bpk. Catur Indrajaya

30 September, Mas Andro Wicaksono

