



SOPHIA: Indonesian Journal of Feminist Studies

ISSN: — | Vol. 2 No. 1 (Juni 2026): Edisi Reguler

DOI: —

Submitted: 14-01-2026	Revised: 30-06-2026	Accepted: 07-07-2026
--------------------------	------------------------	-------------------------

MULTITASKING SEBAGAI KEKERASAN STRUKTURAL TERHADAP PEREMPUAN: Refleksi Teologi Feminis Terang Konsep *Sophia* bagi Pendidikan Kristen

Yudika Setiawan Tampubolon

Universitas Kristen Satya Wacaba

tampubolonyudika@gmail.com

ABSTRACT

The phenomenon of multitasking is frequently associated with women and is often praised as a form of ability and virtue, particularly within domestic life, church ministry, and the world of work. Behind this glorification, however, multitasking often conceals layered workloads that contribute to physical exhaustion, psychological pressure, and the neglect of women's human limitations. This article aims to examine multitasking as a form of structural violence against women through a feminist theological approach grounded in the biblical concept of wisdom (*sophia*/hokmah). Employing a literature-based study that integrates creation theology, wisdom theology, feminist theology, and findings from cognitive science regarding the effects of multitasking on human performance and well-being, this article argues that human beings were not created to work in a fragmented and limitless manner. In the biblical perspective, wisdom is not understood as the capacity to carry multiple burdens simultaneously, but as a way of life aligned with God's will, one that honors the limits of creation and sustains wholeness in relationships with oneself, others, and God. Accordingly, the framing of multitasking as a female advantage risks perpetuating gender inequality and forms of oppression that are often legitimized through cultural norms and practices within Christian education. This article proposes a reconstruction of the understanding of wisdom in Christian education and ecclesial life, so that wisdom is no longer equated with excessive productivity, but is reclaimed as a call to live fully, justly, and liberatingly, particularly for women.

Keywords: Wisdom, Multitasking, Feminist Theology, Women, Christian Education

ABSTRAK

Fenomena *multitasking* kerap dilekatkan pada perempuan dan bahkan dipuji sebagai bentuk kemampuan serta kebajikan, baik dalam ruang domestik, pelayanan gereja,

maupun dunia kerja. Namun, di balik glorifikasi tersebut, *multitasking* sering kali menyembunyikan beban kerja berlapis yang berdampak pada kelelahan fisik, tekanan psikologis, dan pengabaian terhadap keterbatasan manusiawi perempuan. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji praktik *multitasking* sebagai bentuk kekerasan struktural terhadap perempuan melalui pendekatan teologi feminis dengan berpijak pada konsep hikmat (*sophia/hokmah*) dalam Alkitab. Melalui studi kepustakaan yang memadukan kajian teologi penciptaan, teologi hikmat, teologi feminis, serta temuan ilmu kognitif mengenai dampak *multitasking* terhadap kinerja dan kesejahteraan manusia, artikel ini menunjukkan bahwa manusia tidak diciptakan untuk bekerja secara terfragmentasi dan tanpa batas. Hikmat dalam perspektif Alkitab tidak dimaknai sebagai kemampuan menanggung banyak beban sekaligus, melainkan sebagai hidup yang selaras dengan kehendak Allah, menghargai keterbatasan ciptaan, dan menjaga keutuhan relasi dengan diri, sesama, dan Tuhan. Dengan demikian, pemaknaan *multitasking* sebagai keunggulan perempuan justru berpotensi melanggengkan ketimpangan gender dan praktik penindasan yang kerap dilegitimasi oleh budaya dan praktik pendidikan Kristen. Artikel ini mengusulkan rekonstruksi pemahaman hikmat dalam pendidikan Kristen dan kehidupan bergereja, sehingga hikmat tidak lagi dipahami sebagai produktivitas berlebihan, melainkan sebagai panggilan untuk hidup secara utuh, adil, dan membebaskan, khususnya bagi perempuan.

Kata kunci: Hikmat, *Multitasking*, Teologi Feminis, Perempuan, Pendidikan Kristen

PENDAHULUAN

Dalam masyarakat digital saat ini, *multitasking* telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Dalam kajian psikologi kognitif, *multitasking* dipahami sebagai upaya melakukan dua atau lebih tugas secara bersamaan atau berpindah perhatian secara cepat (*task switching*) di antara beberapa tugas dalam rentang waktu yang singkat. Meskipun sering dipahami sebagai kemampuan mengerjakan banyak pekerjaan sekaligus, penelitian menunjukkan bahwa otak manusia pada dasarnya tidak memproses beberapa tugas kompleks secara simultan, melainkan terus-menerus mengalihkan perhatian dari satu tugas ke tugas lainnya.¹ Perkembangan teknologi, meningkatnya tuntutan pekerjaan, dan pola komunikasi yang serba cepat membuat praktik *multitasking* semakin melekat dalam kehidupan modern. Namun, di balik fenomena tersebut, perempuan masih menghadapi bentuk *multitasking* yang berbeda. Selain menjalankan pekerjaan publik, perempuan juga dibebani tanggung jawab domestik, pengasuhan, pelayanan gereja, serta pengelolaan relasi keluarga secara bersamaan. Dengan demikian,

¹ Joshua S. Rubinstein, David E. Meyer, and Jeffrey E. Evans, "Executive Control of Cognitive Processes in Task Switching," *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance* 27, no. 4 (2001): 763–97, <https://doi.org/10.1037/0096-1523.27.4.763>.

multitasking pada perempuan tidak lagi sekadar dipahami sebagai kemampuan mengelola banyak tugas, melainkan mencerminkan beban berlapis yang dibentuk oleh konstruksi sosial, budaya, dan relasi gender.

Dalam tradisi Kekristenan, ekspektasi terhadap perempuan yang mampu menjalankan berbagai peran juga tidak dapat dilepaskan dari cara gereja membaca teks Alkitab, khususnya Amsal 31:10–31 tentang perempuan cakap. Perikop ini kerap dipahami sebagai gambaran perempuan ideal yang mampu mengelola rumah tangga, bekerja, memperhatikan kebutuhan keluarga, dan bertindak bijaksana dalam berbagai situasi. Dalam praktik bergereja, pembacaan tersebut sering diterima sebagai standar normatif bagi perempuan Kristen sehingga kemampuan menjalankan banyak peran dipandang sebagai tanda kesalehan, tanggung jawab, dan kebijaksanaan. Padahal, pembacaan semacam ini jarang disertai refleksi kritis mengenai konteks sosial teks maupun dampaknya terhadap pengalaman perempuan masa kini. Akibatnya, berbagai tuntutan yang dibebankan kepada perempuan cenderung diterima sebagai panggilan iman, bukan sebagai persoalan yang perlu dikritisi secara teologis.

Kajian feminis mengenai rumah tangga di Indonesia menunjukkan bahwa ekspektasi terhadap kemampuan perempuan menjalankan berbagai peran secara simultan tidak muncul secara alamiah, melainkan dibentuk melalui relasi kuasa yang bekerja dalam keluarga, budaya, dan ideologi sosial. Koning dan Saptari menegaskan bahwa rumah tangga merupakan arena sosial tempat pembagian kerja dan tanggung jawab dilegitimasi berdasarkan konstruksi gender.² Dalam kondisi tersebut, perempuan secara sistematis ditempatkan sebagai penanggung jawab utama pekerjaan domestik sekaligus penopang keberlangsungan kehidupan keluarga. Normalisasi peran berlapis ini menyebabkan kemampuan perempuan melakukan berbagai pekerjaan secara bersamaan dipandang sebagai sesuatu yang wajar, bahkan sebagai kebajikan, sementara beban fisik, emosional, dan psikologis yang menyertainya menjadi tidak terlihat.

Berbagai penelitian dalam bidang psikologi dan ilmu kognitif telah menunjukkan bahwa praktik *multitasking* berkaitan dengan meningkatnya beban kognitif, menurunnya

² Juliette Koning and Ratna Saptari, "Introduction," in *Women and Households in Indonesia: Cultural Notions and Social Practices*, ed. Mies Grijns and Saskia Wieringa Wieringa (Hoboken: Taylor and Francis, 2013), 3-16.

kualitas perhatian, serta munculnya kelelahan mental.³ Namun, kajian mengenai *multitasking* umumnya masih berfokus pada aspek produktivitas, kinerja, atau fungsi kognitif individu. Sementara itu, pembahasan mengenai *multitasking* sebagai persoalan teologis, khususnya yang dikaitkan dengan konstruksi gender, praktik bergereja, dan pendidikan Kristen, masih relatif terbatas. Kesenjangan inilah yang menjadi titik tolak artikel ini.

Berangkat dari kondisi tersebut, artikel ini menggunakan pendekatan teologi feminis dengan berdialog bersama konsep hikmat (*sophia/hokmah*) dalam Alkitab untuk mengkaji praktik *multitasking* yang dibebankan secara tidak proporsional kepada perempuan. Artikel ini berargumen bahwa *multitasking* tidak dapat dipahami semata-mata sebagai kemampuan personal, melainkan sebagai praktik yang dapat mereproduksi kekerasan struktural ketika dilegitimasi oleh budaya maupun praktik keagamaan. Berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya yang lebih banyak menyoroti aspek psikologis atau sosial, artikel ini menawarkan pembacaan teologis yang menempatkan hikmat bukan sebagai kemampuan menanggung semakin banyak beban, melainkan sebagai cara hidup yang menghormati keterbatasan manusia, memelihara keadilan, dan membebaskan perempuan dari struktur yang menindas.⁴ Dengan demikian, artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan teologi feminis sekaligus menjadi bahan refleksi bagi gereja dan pendidikan Kristen dalam membangun praktik iman yang lebih adil, manusiawi, dan membebaskan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode studi kepustakaan (*library research*).⁵ Data penelitian diperoleh melalui kajian terhadap teks Alkitab, buku-buku teologi, literatur teologi feminis, artikel jurnal ilmiah, serta hasil penelitian dari bidang psikologi kognitif dan studi gender yang relevan dengan isu *multitasking* dan pengalaman perempuan. Pemilihan sumber-sumber tersebut bertujuan membangun

³ Eyal Ophir, Clifford Nass, and Anthony D. Wagner, "Cognitive Control in Media Multitaskers," *Proceedings of the National Academy of Sciences* 106, no. 37 (September 2009): 15583–87, <https://doi.org/10.1073/pnas.0903620106>.

⁴ Rosemary Radford Ruether, *Sexism and God-talk: toward a feminist theology*, [4th print] (Boston: Beacon Press, 1998), 13–22..

⁵ Mestika Zed, "Metode Penelitian Kepustakaan", ed. ke-3 (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2018), 3–5.

dialog antara refleksi teologis dan temuan empiris mengenai praktik *multitasking* dalam kehidupan perempuan.

Analisis data dilakukan secara deskriptif-analitis dengan menggunakan teologi feminis sebagai kerangka analisis utama, yaitu membaca secara kritis praktik *multitasking* yang dibebankan kepada perempuan dalam keluarga, gereja, dan masyarakat sebagai bagian dari relasi kuasa yang membentuk ketidakadilan gender. Selanjutnya, konsep *Sophia* (hikmat) dalam Alkitab digunakan sebagai landasan refleksi teologis untuk merekonstruksi pemahaman tentang kerja, keterbatasan manusia, dan praktik pendidikan Kristen yang lebih adil serta membebaskan perempuan.

PEMBAHASAN

***Multitasking* dan Keterbatasan Manusia: Tinjauan Kajian Empiris**

Perkembangan teknologi digital, meningkatnya kompleksitas pekerjaan, dan tuntutan kehidupan modern telah menjadikan *multitasking* sebagai praktik yang semakin lazim dalam kehidupan sehari-hari. Kemampuan mengerjakan beberapa tugas secara bersamaan bahkan sering dipandang sebagai indikator produktivitas dan efisiensi. Dalam lingkungan kerja maupun kehidupan keluarga, individu yang mampu menangani berbagai tanggung jawab sekaligus kerap dianggap lebih kompeten dibandingkan mereka yang mengerjakan tugas secara berurutan.⁶ Pandangan tersebut kemudian membentuk asumsi bahwa semakin banyak pekerjaan yang dapat dilakukan secara simultan, semakin tinggi pula tingkat keberhasilan seseorang.

Namun, temuan dalam psikologi kognitif menunjukkan bahwa anggapan tersebut tidak sepenuhnya tepat. Rubinstein, Meyer, dan Evans menjelaskan bahwa yang lazim disebut sebagai *multitasking* pada dasarnya merupakan proses *task switching*, yaitu perpindahan perhatian secara cepat dari satu tugas ke tugas lainnya. Setiap perpindahan perhatian membutuhkan proses penyesuaian kognitif (*switching cost*) yang mengurangi efisiensi berpikir, memperlambat penyelesaian tugas, dan meningkatkan kemungkinan terjadinya kesalahan.⁷ Dengan demikian, kemampuan manusia untuk melakukan

⁶ Earl K. Miller and Jonathan D. Cohen, "An Integrative Theory of Prefrontal Cortex Function," *Annual Review of Neuroscience* 24, no. 1 (March 2001): 167–202, <https://doi.org/10.1146/annurev.neuro.24.1.167>.

⁷ Rubinstein, Meyer, and Evans, "Executive Control of Cognitive Processes in Task Switching", 27, no. 4 (2001): 763–770

beberapa pekerjaan secara bersamaan sesungguhnya dibatasi oleh kapasitas perhatian dan memori kerja yang bersifat terbatas.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Ophir, Nass, dan Wagner yang menunjukkan bahwa individu yang terbiasa melakukan *media multitasking* justru mengalami kesulitan dalam menyaring informasi yang tidak relevan dan mempertahankan fokus terhadap tugas utama.⁸ Kondisi ini menunjukkan bahwa semakin sering seseorang berpindah perhatian, semakin besar pula beban kognitif yang harus ditanggung. Gloria Mark juga menemukan bahwa interupsi yang terus-menerus dalam aktivitas kerja meningkatkan tingkat stres, memperpanjang waktu penyelesaian pekerjaan, serta menurunkan kualitas pengambilan keputusan.⁹ Dengan kata lain, *multitasking* tidak selalu menghasilkan produktivitas yang lebih tinggi, melainkan sering kali menghadirkan kelelahan mental yang tidak disadari.

Dalam konteks tersebut, Daniel Goleman menegaskan bahwa perhatian merupakan sumber daya mental yang terbatas. Perhatian yang terus-menerus terpecah akan mengurangi kemampuan seseorang untuk berkonsentrasi secara mendalam, membangun empati, serta mengambil keputusan secara bijaksana.¹⁰ Perspektif ini memperlihatkan bahwa persoalan *multitasking* bukan hanya berkaitan dengan efektivitas kerja, tetapi juga menyangkut kualitas relasi manusia dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitarnya.

Temuan-temuan empiris tersebut memberikan landasan penting bagi pembahasan artikel ini. Jika secara ilmiah manusia memiliki keterbatasan kognitif dalam menjalankan berbagai tugas secara simultan, maka praktik *multitasking* tidak dapat dipahami semata-mata sebagai kemampuan individual yang patut dipuji. Sebaliknya, ketika tuntutan untuk terus melakukan *multitasking* dilekatkan secara tidak proporsional kepada kelompok tertentu, khususnya perempuan, praktik tersebut perlu dibaca sebagai persoalan sosial yang berkaitan dengan pembagian peran, relasi kuasa,

⁸ Ophir, Nass, and Wagner, "Cognitive Control in Media Multitaskers. 106, no. 37 (2009): 15583–15587."

⁹ Gloria Mark, Daniela Gudith, and Ulrich Klocke, "The Cost of Interrupted Work: More Speed and Stress," *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, April 6, 2008, 107–110, <https://doi.org/10.1145/1357054.1357072>.

¹⁰ Daniel Goleman, *Focus: The Hidden Driver of Excellence* (New York, New York: Harper, 2014), , 94–98.

dan ketidakadilan struktural.¹¹ Dari titik inilah refleksi teologi feminis menjadi relevan untuk mengkaji bagaimana pengalaman perempuan dimaknai, sekaligus bagaimana konsep *Sophia* dalam tradisi Kristen dapat menawarkan perspektif yang lebih membebaskan.

Konsep *Sophia* dan Keterbatasan Manusia dalam Tradisi Alkitab

Dalam tradisi Alkitab, hikmat (*hokmah* dalam Perjanjian Lama dan *sophia* dalam Perjanjian Baru) tidak dipahami sebagai kemampuan manusia menguasai sebanyak mungkin pekerjaan, melainkan sebagai cara hidup yang berakar pada relasi yang benar dengan Allah. Hikmat berkaitan dengan takut akan Tuhan, keadilan, kemampuan membedakan yang baik dan yang jahat, serta kesediaan hidup sesuai dengan tatanan ciptaan. Oleh karena itu, hikmat tidak identik dengan produktivitas atau keberhasilan menyelesaikan banyak pekerjaan, tetapi dengan kehidupan yang selaras dengan kehendak Allah.¹²

Pemahaman tersebut tampak secara jelas dalam Ayub 28 yang sering disebut sebagai *wisdom poem*. Pada bagian awal perikop, penulis menggambarkan kemampuan manusia menggali emas, perak, dan batu mulia dari kedalaman bumi sebagai simbol kemajuan pengetahuan dan teknologi (Ayb. 28:1–11). Namun, kemampuan tersebut segera dipertentangkan dengan pertanyaan retorik, “Tetapi hikmat, di manakah dapat diperoleh?” (Ayb. 28:12). Jawaban pada akhir pasal menegaskan bahwa hanya Allah yang mengetahui jalan menuju hikmat dan bahwa “takut akan Tuhan, itulah hikmat” (Ayb. 28:28). Dengan demikian, hikmat dipahami sebagai anugerah Allah yang membimbing manusia hidup menurut kehendak-Nya, bukan sebagai hasil kemampuan manusia menguasai dunia melalui kerja tanpa batas.¹³

Gagasan yang sama ditegaskan dalam Surat Yakobus. Hikmat dinyatakan sebagai karunia yang diminta kepada Allah (Yak. 1:5) dan diwujudkan melalui kehidupan yang murni, damai, penuh belas kasih, serta menghasilkan buah-buah kebenaran (Yak.

¹¹ Juliette Koning et al., *Women and Households in Indonesia: Cultural Notions and Social Practices* (Hoboken: Taylor and Francis, 2013), 1–20.

¹² Roland E. Murphy, *The Tree of Life: An Exploration of Biblical Wisdom Literature* (Chicago: Wm. B. Eerdmans Publishing Co, 2002), 37–41.

¹³ Lembaga Alkitab Indonesia, *Alkitab Terjemahan Baru* (Jakarta, 2015) Lembaga Alkitab Indonesia, Ayub 28:12–28; Gerhard von Rad, *Wisdom in Israel*, 130–135,

3:17). Dengan demikian, ukuran hikmat menurut Alkitab terletak pada kualitas relasi dengan Allah dan sesama, bukan pada kemampuan mempertahankan produktivitas atau menjalankan berbagai aktivitas secara simultan.¹⁴

Konsep hikmat tersebut berkaitan erat dengan doktrin penciptaan. Narasi Kejadian 2:1–3 memperlihatkan bahwa Allah menguduskan hari ketujuh sebagai hari Sabat. Tindakan Allah berhenti bukan karena mengalami kelelahan, melainkan untuk menetapkan ritme kehidupan yang membatasi kerja dan memelihara kehidupan ciptaan. Dalam perkembangan tradisi Israel, Sabat kemudian menjadi tanda keadilan Allah yang menjamin hak setiap orang untuk beristirahat (Kel. 20:8–11; Ul. 5:12–15). Yesus sendiri menegaskan bahwa “Hari Sabat diadakan untuk manusia” (Mrk. 2:27), sehingga istirahat dipahami sebagai bagian dari pemeliharaan Allah terhadap martabat manusia, bukan sebagai bentuk kemalasan.¹⁵

Dalam perspektif teologi sistematis, ritme Sabat memperlihatkan bahwa manusia adalah ciptaan Allah yang terbatas. Doktrin *imago Dei* menegaskan bahwa martabat manusia tidak ditentukan oleh banyaknya pekerjaan yang mampu diselesaikan, melainkan oleh relasinya dengan Sang Pencipta. Tubuh manusia bukan sekadar sarana produksi, tetapi bagian integral dari ciptaan Allah yang harus dihormati dan dipelihara. Oleh sebab itu, budaya yang mengagungkan kesibukan tanpa batas bertentangan dengan antropologi Kristen karena mendorong manusia melampaui keterbatasan yang justru merupakan bagian dari kebaikan ciptaan Allah.¹⁶

Berdasarkan pemahaman tersebut, hikmat tidak dapat dimaknai sebagai kemampuan untuk terus menanggung semakin banyak beban, melainkan sebagai kebijaksanaan dalam mengenali batas diri dan menghidupi ritme kehidupan yang Allah tetapkan. Perspektif ini menjadi landasan teologis untuk menilai kembali budaya *multitasking* dalam masyarakat modern. Persoalan yang kemudian muncul bukan lagi apakah manusia mampu melakukan banyak pekerjaan sekaligus, melainkan bagaimana tuntutan tersebut dibentuk, kepada siapa beban itu terutama diarahkan, dan bagaimana

¹⁴ Lembaga Alkitab Indonesia, *Alkitab Terjemahan Baru* (Jakarta: LAI, 2015), Yakobus 1:5; 3:17; Leo G. Perdue, *Wisdom & Creation: The Theology of Wisdom Literature* (Nashville, Tenn: Abingdon Pr, 1994), 173–179.

¹⁵ Lembaga Alkitab Indonesia, *Alkitab Terjemahan Baru* (Jakarta: LAI, 2015), Kejadian 2:1–3; Keluaran 20:8–11; Ulangan 5:12–15; Markus 2:27; Abraham Joshua Heschel, *The Sabbath: Its Meaning for Modern Man* (New York: Farrar, Straus and Giroux, 1951), 13–24..

¹⁶ Millard J. Erickson, *Christian Theology*, 3rd ed (Grand Rapids: Baker Academic, 2014), 167–174.

praktik tersebut dapat melahirkan ketidakadilan. Pertanyaan inilah yang menjadi titik tolak pembahasan berikutnya mengenai *multitasking* sebagai konstruksi gender dan bentuk kekerasan struktural terhadap perempuan.

***Multitasking* sebagai Konstruksi Gender dan Kekerasan Struktural terhadap Perempuan**

Pemaknaan *multitasking* sebagai kemampuan alami perempuan tidak lahir dari kenyataan biologis, melainkan dibentuk melalui proses sosial yang panjang. Dalam berbagai masyarakat, perempuan dikonstruksikan sebagai pihak yang bertanggung jawab atas pekerjaan domestik, pengasuhan, pemeliharaan relasi keluarga, dan berbagai bentuk kerja perawatan (*care work*), bahkan ketika mereka juga berpartisipasi dalam pekerjaan publik. Akibatnya, kemampuan menjalankan banyak peran secara bersamaan dipandang sebagai karakter ideal perempuan, bukan sebagai konsekuensi dari pembagian kerja yang tidak setara.¹⁷

Kajian Juliette Koning dan Ratna Saptari menunjukkan bahwa rumah tangga bukanlah ruang privat yang netral, melainkan arena tempat relasi kuasa dan pembagian kerja berdasarkan gender terus diproduksi. Perempuan ditempatkan sebagai penanggung jawab utama keberlangsungan kehidupan rumah tangga melalui berbagai pekerjaan yang sering kali tidak terlihat dan tidak memperoleh pengakuan ekonomi maupun sosial. Kondisi tersebut membuat *multitasking* diterima sebagai kewajaran karena telah menjadi bagian dari struktur kehidupan sehari-hari perempuan.¹⁸

Fenomena tersebut diperkuat oleh berbagai temuan empiris mengenai *unpaid care work*. Laporan UN Women, International Labour Organization (ILO), dan Badan Pusat Statistik Indonesia menunjukkan bahwa perempuan secara konsisten menghabiskan waktu lebih banyak dibandingkan laki-laki untuk pekerjaan domestik dan perawatan anggota keluarga. Beban tersebut tidak berkurang ketika perempuan memasuki dunia kerja, melainkan justru menambah lapisan tanggung jawab yang harus dijalankan secara bersamaan. Dengan demikian, *multitasking* lebih tepat dipahami

¹⁷ Joan Wallach Scott, *Gender and the Politics of History*, Revised edition, Gender and Culture (New York: Columbia University Press, 1999), 28–35.

¹⁸ Juliette Koning dan Ratna Saptari, "Introduction," dalam *Women and Households in Indonesia: Cultural Notions and Social Practices*. (London: Routledge, 2000), 6–13.

sebagai konsekuensi dari ketimpangan pembagian kerja berbasis gender daripada sebagai kemampuan kodrati perempuan.¹⁹

Arlie Russell Hochschild menyebut kondisi tersebut sebagai *the second shift*, yaitu situasi ketika perempuan tetap memikul pekerjaan domestik setelah menyelesaikan pekerjaan di ruang publik. Beban kerja berlapis ini tidak hanya meningkatkan kelelahan fisik dan emosional, tetapi juga menciptakan ekspektasi sosial bahwa perempuan yang baik adalah perempuan yang mampu melakukan semuanya tanpa mengeluh. Akibatnya, kelelahan perempuan sering kali dipandang sebagai kegagalan pribadi, padahal akar persoalannya terletak pada struktur sosial yang tidak adil.²⁰

Dalam perspektif Pierre Bourdieu, kondisi tersebut dapat dipahami sebagai bentuk kekerasan simbolik (*symbolic violence*), yaitu mekanisme dominasi yang diterima sebagai sesuatu yang wajar karena telah diinternalisasi melalui budaya, nilai moral, dan praktik sosial sehari-hari. Perempuan tidak selalu dipaksa secara langsung untuk menjalankan berbagai peran, tetapi dibentuk melalui proses sosialisasi sehingga meyakini bahwa kemampuan memikul seluruh tanggung jawab merupakan bagian dari identitas perempuan yang baik. Dominasi menjadi sulit dikenali karena hadir melalui penghargaan, pujian, dan pengakuan sosial terhadap perempuan yang mampu terus bekerja tanpa batas.²¹

Teologi feminis memberikan kerangka kritis untuk membaca realitas tersebut. Rosemary Radford Ruether menegaskan bahwa pengalaman perempuan merupakan locus teologis yang sah untuk menilai kembali struktur sosial maupun penafsiran keagamaan yang melanggengkan ketidakadilan. Oleh karena itu, ketika *multitasking* dipuji sebagai bentuk pengabdian, kesetiaan, atau kodrat perempuan tanpa mempertanyakan relasi kuasa yang melatarbelakanginya, teologi justru berisiko melegitimasi penindasan yang bekerja secara halus. Dari perspektif ini, persoalan utama

¹⁹ UN Women, *Progress on the Sustainable Development Goals: The Gender Snapshot 2023* (New York: UN Women, 2023); International Labour Organization, *Care at Work: Investing in Care Leave and Services for a More Gender Equal World of Work* (Geneva: International Labour Organization, 2022); "Care at Work: Investing in Care Leave and Services for a More Gender Equal World of Work | International Labour Organization," March 7, 2022, <https://www.ilo.org/publications/major-publications/care-work-investing-care-leave-and-services-more-gender-equal-world-work..>

²⁰ Arlie Russell Hochschild and Anne Machung, *The Second Shift: Working Families and the Revolution at Home* (New York: Penguin Publishing Group, 2012), 1–20..

²¹ Pierre Bourdieu and Pierre Bourdieu, *Masculine Domination*, 1st publ., [repr.] (Stanford, Calif: Stanford Univ. Press, 2009), 1–25..

bukan terletak pada banyaknya aktivitas yang dilakukan perempuan, melainkan pada struktur yang membuat mereka tidak memiliki kebebasan untuk menentukan batas atas tubuh, waktu, dan tenaganya sendiri.²²

Pandangan tersebut dipertegas oleh Letty M. Russell yang memahami pembebasan sebagai upaya membangun relasi yang setara dan saling berbagi tanggung jawab dalam komunitas. Teologi tidak dipanggil untuk mempertahankan struktur yang menghasilkan dominasi, tetapi menghadirkan relasi yang memulihkan martabat manusia sebagai ciptaan Allah. Oleh sebab itu, praktik *multitasking* yang terus dibebankan secara tidak proporsional kepada perempuan dapat dipahami sebagai bentuk kekerasan struktural, yakni kekerasan yang bekerja melalui norma sosial dan budaya sehingga tampak wajar, padahal menghasilkan kelelahan, ketidakadilan, dan pembatasan terhadap kebebasan perempuan.²³

Dengan demikian, analisis teologi feminis menunjukkan bahwa persoalan *multitasking* tidak dapat dipisahkan dari konstruksi gender yang membentuk kehidupan perempuan. Kesadaran ini menjadi dasar penting untuk menilai bagaimana konstruksi tersebut kemudian direproduksi dalam komunitas iman, khususnya melalui praktik pelayanan dan pendidikan Kristen yang akan dibahas pada bagian berikutnya.

***Multitasking* dalam Gereja dan Pendidikan Kristen**

Temuan mengenai *multitasking* sebagai konstruksi gender menunjukkan bahwa persoalan tersebut tidak berhenti pada ranah keluarga atau masyarakat, tetapi juga hadir dalam kehidupan gereja dan pendidikan Kristen. Komunitas iman yang seharusnya menjadi ruang pembebasan bagi seluruh umat justru dapat mereproduksi pembagian peran yang tidak setara ketika perempuan terus dipandang sebagai pihak yang selalu siap melayani dalam berbagai bidang sekaligus. Akibatnya, tuntutan *multitasking* memperoleh legitimasi bukan hanya melalui budaya, tetapi juga melalui praktik keagamaan yang diterima sebagai sesuatu yang wajar.²⁴

²² Rosemary Radford Ruether, *Sexism and God-talk: toward a feminist theology*, [4th print] (Boston: Beacon Press, 1998), 18–31..

²³ Letty M. Russell, *Church in the Round: Feminist Interpretation of the Church* (Louisville: Westminster John Knox Press, 1993), 37–54.

²⁴ Letty M. Russell, *Church in the Round: Feminist Interpretation of the Church* (Louisville: Westminster John Knox Press, 1993), 37–54.

Salah satu bentuk legitimasi tersebut tampak dalam cara gereja membaca Amsal 31:10–31. Perikop tentang perempuan cakap sering dipahami sebagai gambaran ideal perempuan Kristen yang mampu mengurus rumah tangga, bekerja, mendidik anak, melayani keluarga, sekaligus aktif dalam kehidupan sosial. Padahal, dalam konteks sastra hikmat, teks tersebut merupakan puisi yang memuji hikmat yang diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari, bukan daftar kewajiban yang harus dipenuhi oleh setiap perempuan. Ketika pembacaan terhadap Amsal 31 dilepaskan dari konteks teologisnya, figur perempuan bijaksana dapat berubah menjadi standar normatif yang menempatkan perempuan pada tuntutan untuk selalu sanggup mengerjakan berbagai tugas secara bersamaan.²⁵

Implikasi pembacaan tersebut tampak dalam praktik pelayanan gereja. Di banyak komunitas, perempuan tidak hanya menjalankan tanggung jawab domestik di rumah, tetapi juga menjadi pelayan sekolah minggu, anggota paduan suara, pengurus kategorial, penyelenggara kegiatan gereja, bahkan penggerak berbagai pelayanan sosial. Keterlibatan tersebut tentu merupakan bentuk partisipasi yang bernilai, namun persoalan muncul ketika kesiapsediaan perempuan dianggap sebagai kewajiban moral yang tidak pernah diimbangi dengan pembagian tanggung jawab yang adil. Dalam situasi demikian, pelayanan tidak lagi menjadi ruang pertumbuhan iman, melainkan berpotensi menjadi ruang reproduksi beban kerja yang berlapis.²⁶

Persoalan serupa juga tampak dalam pendidikan Kristen. Proses pembentukan iman sering menonjolkan nilai pengabdian, pengorbanan, dan kesetiaan tanpa diiringi refleksi kritis mengenai relasi kuasa dan ketimpangan gender yang melatarbelakangi pengalaman perempuan. Thomas H. Groome menegaskan bahwa pendidikan Kristen seharusnya bersifat praksis-reflektif, yaitu membantu peserta didik membaca realitas hidup dalam terang iman sehingga mampu mentransformasikan kehidupan secara lebih adil. Dengan demikian, pendidikan Kristen tidak cukup hanya mewariskan nilai-nilai

²⁵ Carol Ann Newsom, ed., *Women's Bible Commentary*, 3rd ed (Louisville: Westminster John Knox Pr, 2012), 190–194..

²⁶ Rosemary Radford Ruether, *Sexism and God-talk: toward a feminist theology*, [4th print] (Boston: Beacon Press, 1998), 18–31..

pelayanan, tetapi juga perlu membangun kesadaran kritis terhadap struktur yang menghasilkan ketidakadilan.²⁷

Dalam konteks tersebut, spiritualitas Kristen juga perlu dipahami secara lebih utuh. Eka Darmaputera mengingatkan bahwa spiritualitas tidak dimaksudkan untuk meniadakan kemanusiaan, tetapi justru memelihara kehidupan sebagai anugerah Allah. Oleh sebab itu, pelayanan yang sehat bukanlah pelayanan yang menuntut seseorang terus bekerja tanpa batas, melainkan pelayanan yang menghormati martabat manusia, tubuh, dan ritme kehidupan yang telah ditetapkan Allah. Ketika kelelahan dianggap sebagai tanda kurangnya iman atau komitmen, gereja kehilangan dimensi pastoralnya dan berisiko mengubah pengabdian menjadi bentuk tekanan yang dilegitimasi secara religius.²⁸

Dalam perspektif teologi feminis, gereja dipanggil untuk menjadi komunitas yang menghadirkan relasi yang setara, bukan mempertahankan struktur yang membebani kelompok tertentu. Karena itu, pembagian pelayanan, kepemimpinan, dan tanggung jawab perlu dibangun atas dasar saling berbagi, bukan atas asumsi bahwa perempuan secara alami lebih mampu mengelola banyak pekerjaan sekaligus. Kesetiaan kepada Allah tidak diukur dari kemampuan seseorang menanggung semakin banyak beban, tetapi dari kesediaan seluruh komunitas untuk menghadirkan keadilan, saling menopang, dan menghormati keterbatasan setiap manusia sebagai ciptaan Allah.²⁹

Dengan demikian, kritik terhadap *multitasking* dalam gereja dan pendidikan Kristen bukan dimaksudkan untuk mengurangi semangat pelayanan perempuan, melainkan untuk mengembalikan makna pelayanan kepada hakikatnya sebagai respons syukur kepada Allah yang memerdekakan. Kesadaran ini membuka ruang bagi rekonstruksi teologi hikmat yang tidak lagi mengukur kesalehan melalui produktivitas tanpa batas, tetapi melalui kehidupan yang adil, memulihkan, dan menghargai martabat setiap manusia.

²⁷ Thomas H. Groome, *Christian Religious Education: Pendidikan Agama Kristen*, 3rd ed., trans. Daniel Stefanus (BPK Gunung Mulia, 2011) 31–35..

²⁸ Eka Darmaputera and Martin L. Sinaga, *Pergulatan Kehadiran Kristen Di Indonesia: Teks-Teks Terpilih Eka Darmaputera*, Cet. 1 (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001), 70–73.

²⁹ Letty M. Russell, *Church in the Round: Feminist Interpretation of the Church*, 1st ed (Louisville, Ky: Westminster/J. Knox Press, 1993), 112–120..

Rekonstruksi Teologi Feminis atas Konsep Sophia bagi Gereja dan Pendidikan Kristen

Hasil kajian ini menunjukkan bahwa *multitasking* tidak dapat dipahami semata-mata sebagai keterampilan individual dalam mengelola banyak pekerjaan. Dalam realitas kehidupan perempuan, *multitasking* merupakan hasil konstruksi sosial yang dilegitimasi oleh budaya patriarkal, kemudian diperkuat melalui praktik keagamaan yang sering kali memaknai pengabdian sebagai kesediaan menanggung berbagai tanggung jawab tanpa batas. Oleh karena itu, persoalan *multitasking* tidak cukup diselesaikan melalui peningkatan kemampuan manajemen waktu atau strategi adaptasi individu, tetapi memerlukan rekonstruksi teologis mengenai makna hikmat, pelayanan, dan relasi manusia dengan Allah.

Rekonstruksi tersebut berangkat dari pemahaman bahwa hikmat (*hokmah/sophia*) dalam tradisi Alkitab tidak identik dengan kemampuan melakukan semakin banyak pekerjaan, melainkan dengan kehidupan yang dibangun di atas takut akan Tuhan, keadilan, dan penghormatan terhadap tatanan ciptaan. Hikmat mengarahkan manusia untuk mengenali batas dirinya sebagai ciptaan Allah dan menggunakan kebebasan secara bertanggung jawab dalam membangun relasi yang benar dengan Allah, sesama, dan seluruh ciptaan. Dengan demikian, hikmat tidak dapat dijadikan legitimasi bagi budaya produktivitas yang mengabaikan tubuh, waktu, dan kesejahteraan manusia.³⁰

Dalam perspektif teologi feminis, rekonstruksi konsep *Sophia* juga menuntut perubahan cara membaca pengalaman perempuan. Pengalaman kelelahan, beban kerja berlapis, dan tekanan untuk selalu tersedia bukan lagi dipahami sebagai persoalan pribadi ataupun kelemahan spiritual, melainkan sebagai pengalaman teologis yang mengungkap adanya relasi yang tidak adil. Sebagaimana ditegaskan Rosemary Radford Ruether, teologi dipanggil untuk membongkar struktur yang melahirkan penindasan dan menghadirkan relasi yang membebaskan sesuai dengan karya penyelamatan Allah. Oleh

³⁰ B. Lindars, "Wisdom in Israel. By Gerhard von Rad Translated by J. D. Martin Pp. Xiv+330. London: S.C.M. Press, 1972. 375.," *The Journal of Theological Studies* XXV, no. 1 (January 1974): 146–48, <https://doi.org/10.1093/jts/XXV.1.146>.

sebab itu, pengalaman konkret perempuan perlu ditempatkan sebagai sumber refleksi teologis yang sah dalam kehidupan gereja maupun pendidikan Kristen.³¹

Rekonstruksi tersebut memiliki implikasi langsung bagi gereja. Pelayanan tidak lagi dipahami sebagai kesiapsediaan tanpa batas, tetapi sebagai partisipasi bersama dalam karya Allah yang dilaksanakan melalui pembagian tanggung jawab secara adil. Gereja dipanggil membangun budaya pelayanan yang menghormati ritme kehidupan, menyediakan ruang istirahat, serta menghindari konsentrasi berbagai tugas pelayanan pada kelompok tertentu, khususnya perempuan. Dengan demikian, komunitas iman menjadi ruang yang memulihkan, bukan ruang yang memperkuat beban struktural melalui bahasa pengabdian dan pengorbanan.³²

Implikasi yang sama berlaku dalam pendidikan Kristen. Pendidikan Kristen tidak hanya bertugas mewariskan ajaran iman, tetapi juga membentuk kemampuan peserta didik untuk membaca realitas sosial secara kritis dalam terang Injil. Oleh karena itu, konsep hikmat perlu diajarkan bukan sebagai kemampuan menanggung sebanyak mungkin tanggung jawab, melainkan sebagai kemampuan membedakan tindakan yang menghadirkan keadilan, menjaga martabat manusia, serta memelihara kehidupan. Pendekatan ini memungkinkan pendidikan Kristen membentuk kesadaran bahwa kesetiaan kepada Allah tidak bertentangan dengan penghormatan terhadap keterbatasan manusia, melainkan justru diwujudkan melalui kehidupan yang seimbang dan relasi yang saling menopang.³³

Dengan demikian, teologi feminis atas konsep *Sophia* mengarahkan gereja dan pendidikan Kristen untuk bergerak dari paradigma produktivitas menuju paradigma pemulihan. Kesalehan tidak lagi diukur dari kemampuan seseorang mengerjakan semakin banyak tugas, melainkan dari kesediaan komunitas iman membangun relasi yang adil, menghormati keterbatasan manusia sebagai ciptaan Allah, serta menghadirkan ruang yang memungkinkan perempuan dan laki-laki bertumbuh bersama sebagai sesama pembawa gambar Allah (*imago Dei*). Dalam kerangka inilah, kritik terhadap *multitasking*

³¹ Rosemary Radford Ruether, *Sexism and God-talk: toward a feminist theology*, [4th print] (Boston: Beacon Press, 1998), 18–31..

³² Letty M. Russell, *Church in the Round: Feminist Interpretation of the Church*, 1st ed (Louisville, Ky: Westminster/J. Knox Press, 1993) 70–73.

³³ Thomas H. Groome, *Christian Religious Education: Pendidikan Agama Kristen*, 3rd ed., trans. Daniel Stefanus (BPK Gunung Mulia, 2011), 31–35.

menemukan tujuan akhirnya, yakni menghadirkan praktik bergereja dan pendidikan Kristen yang lebih manusiawi, setara, dan membebaskan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *multitasking* yang dilekatkan kepada perempuan tidak dapat dipahami semata-mata sebagai kemampuan individu dalam mengelola berbagai tugas, melainkan merupakan konstruksi gender yang dibentuk oleh relasi sosial dan budaya patriarkal. Dalam praktiknya, konstruksi tersebut sering memperoleh legitimasi melalui narasi keagamaan sehingga beban kerja berlapis yang dialami perempuan diterima sebagai bentuk pengabdian, kesalehan, atau kodrat. Dari perspektif teologi feminis, kondisi tersebut dapat dipahami sebagai bentuk kekerasan struktural karena membatasi kebebasan perempuan, mengabaikan keterbatasan tubuh, dan mempertahankan relasi yang tidak setara.

Melalui refleksi atas konsep *Sophia (hokmah)* dalam tradisi Alkitab, penelitian ini menegaskan bahwa hikmat tidak identik dengan produktivitas tanpa batas ataupun kemampuan menjalankan banyak peran secara bersamaan. Sebaliknya, hikmat merupakan cara hidup yang berakar pada takut akan Tuhan, penghormatan terhadap martabat manusia sebagai *imago Dei*, serta kesediaan hidup dalam ritme kerja dan istirahat yang dikehendaki Allah. Dengan demikian, glorifikasi *multitasking* terhadap perempuan bertentangan dengan pemahaman teologis tentang manusia sebagai ciptaan Allah yang terbatas dan bermartabat.

Berdasarkan temuan tersebut, artikel ini menawarkan rekonstruksi teologi feminis atas konsep *Sophia* sebagai landasan bagi gereja dan pendidikan Kristen dalam membangun praktik pelayanan dan pembentukan iman yang lebih adil. Gereja dan lembaga pendidikan Kristen dipanggil untuk mengembangkan budaya pelayanan yang menghargai keterbatasan manusia, membangun pembagian tanggung jawab yang setara, serta menafsirkan kembali narasi tentang pengabdian dan kesalehan secara kritis. Dengan demikian, hikmat tidak lagi dipahami sebagai kemampuan memikul beban tanpa batas, melainkan sebagai panggilan untuk menghadirkan kehidupan yang adil, memulihkan, dan membebaskan bagi perempuan maupun seluruh komunitas iman.

REFERENSI

- Bourdieu, Pierre, and Pierre Bourdieu. *Masculine Domination*. 1st publ., [Repr.]. Stanford, Calif: Stanford Univ. Press, 2009.
- “Care at Work: Investing in Care Leave and Services for a More Gender Equal World of Work | International Labour Organization.” March 7, 2022.
<https://www.ilo.org/publications/major-publications/care-work-investing-care-leave-and-services-more-gender-equal-world-work>.
- Darmaputera, Eka, and Martin L. Sinaga. *Pergulatan Kehadiran Kristen Di Indonesia: Teks-Teks Terpilih Eka Darmaputera*. Cet. 1. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001.
- Erickson, Millard J. *Christian Theology*. 3rd ed. Grand Rapids: Baker Academic, 2014.
- Goleman, Daniel. *Focus: The Hidden Driver of Excellence*. New York, New York: Harper, 2014.
- Groome, Thomas H. *Christian Religious Education: Pendidikan Agama Kristen*. 3rd ed. Translated by Daniel Stefanus. BPK Gunung Mulia, 2011.
- Heschel, Abraham Joshua. *The Sabbath: Its Meaning for Modern Man*. 6. print. New York: Straus and Giroux, 1980.
- Hochschild, Arlie Russell, and Anne Machung. *The Second Shift: Working Families and the Revolution at Home*. New York: Penguin Publishing Group, 2012.
- International Labour Organization. *Care at Work: Investing in Care Leave and Services for a More Gender Equal World of Work*. Geneva: International Labour Organization, 2022.
- Koning, Juliette, Marleen Nolten, Janet Rodenburg, and Ratna Saptari. *Women and Households in Indonesia: Cultural Notions and Social Practices*. Hoboken: Taylor and Francis, 2013.
- Koning, Juliette, and Ratna Saptari. “Introduction.” In *Women and Households in Indonesia: Cultural Notions and Social Practices*, edited by Mies Grijns and Saskia Wieringa Wieringa, 1–17. Hoboken: Taylor and Francis, 2013.
- Lembaga Alkitab Indonesia. *Alkitab Terjemahan Baru*. Jakarta, 2015.
https://www.alkitab.or.id/?utm_source=chatgpt.com.
- Lindars, B. “Wisdom in Israel. By Gerhard von Rad Translated by J. D. Martin Pp. Xiv+330. London: S.C.M. Press, 1972. 375.” *The Journal of Theological Studies* XXV, no. 1 (January 1974): 146–48. <https://doi.org/10.1093/jts/XXV.1.146>.
- Mark, Gloria, Daniela Gudith, and Ulrich Klocke. “The Cost of Interrupted Work: More Speed and Stress.” *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, April 6, 2008, 107–10.
<https://doi.org/10.1145/1357054.1357072>.
- Miller, Earl K., and Jonathan D. Cohen. “An Integrative Theory of Prefrontal Cortex Function.” *Annual Review of Neuroscience* 24, no. 1 (March 2001): 167–202.
<https://doi.org/10.1146/annurev.neuro.24.1.167>.
- Murphy, Roland E. *The Tree of Life: An Exploration of Biblical Wisdom Literature*. Chicago: Wm. B. Eerdmans Publishing Co, 2002.
- Newsom, Carol Ann, ed. *Women’s Bible Commentary*. 3rd ed. Louisville: Westminster John Knox Pr, 2012.
- Ophir, Eyal, Clifford Nass, and Anthony D. Wagner. “Cognitive Control in Media Multitaskers.” *Proceedings of the National Academy of Sciences* 106, no. 37 (September 2009): 15583–87. <https://doi.org/10.1073/pnas.0903620106>.
- Perdue, Leo G. *Wisdom & Creation: The Theology of Wisdom Literature*. Nashville, Tenn: Abingdon Pr, 1994.

- Rubinstein, Joshua S., David E. Meyer, and Jeffrey E. Evans. "Executive Control of Cognitive Processes in Task Switching." *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance* 27, no. 4 (2001): 763–97. <https://doi.org/10.1037/0096-1523.27.4.763>.
- Ruether, Rosemary Radford. *Sexism and God-talk: toward a feminist theology*. [4th print]. Boston: Beacon Press, 1998.
- Russell, Letty M. *Church in the Round: Feminist Interpretation of the Church*. 1st ed. Louisville, Ky: Westminster/J. Knox Press, 1993.
- Scott, Joan Wallach. *Gender and the Politics of History*. Revised edition. Gender and Culture. New York: Columbia University Press, 1999.
- Women, UN. *Progress on the Sustainable Development Goals: The Gender Snapshot 2023*. New York: UN Women, 2023.
- Zed, Mestika. Mestika Zed, "*Metode Penelitian Kepustakaan*", ed. ke-3 (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2018).

TENTANG PENULIS

Yudika Setiawan Tampubolon merupakan lulusan Magister Sosiologi Agama Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), Salatiga. Minat penelitiannya meliputi teologi feminis, sosiologi agama, budaya Batak, gender, dan pendidikan Kristen, terutama dalam kajian relasi agama, budaya, dan keadilan gender. Penulis aktif melakukan penelitian dan menulis karya ilmiah di bidang teologi kontekstual, perempuan, dan transformasi sosial di Indonesia.