



SERI PENGHARAPAN HIDUP

# Tolong, Aku Merasa Tak Berharga







# Tolong, Aku Merasa Tak Berharga

LINDA DIMINTA PINDAH ke sekolah lain karena nilai-nilainya yang jelek menjatuhkan reputasi sekolahnya. Sekolah favorit tersebut tidak memberikan toleransi kepada siswa yang gagal dalam ujian tingkat nasional. Di rumah, orangtuanya membandingkan Linda dengan saudaranya yang sering menjadi peringkat teratas di kelasnya. “Kenapa kamu bodoh sekali? Kenapa kamu tidak belajar lebih keras lagi seperti adikmu?” tanya orangtuanya. Sambil menangis, Linda berjalan masuk ke kamarnya. Ia berpikir, *Apakah orangtuaku hanya mengasihiku kalau nilaiku bagus? Apakah sekolah cuma peduli soal nilai?*

Sonny baru saja terkena PHK. Pria yang berumur 55 tahun itu diberhentikan karena ada banyak pekerja muda yang lebih cepat dan baik dalam

bekerja. “Keahlian dan pengalamamu sudah ketinggalan zaman,” demikian kata atasannya. Sambil membereskan meja kerjanya dengan perasaan sedih, Sonny berpikir, *Apakah itu cara orang menilaiku? Pekerja yang tidak berguna karena sudah tua?*

Randy, seorang pekerja sosial, sedang menikmati hari liburnya dengan berkeliling kota ketika seorang pengemis menghampiri dan berlutut meminta makan di hadapannya. Randy merasa terusik sekaligus sedih melihat ada orang yang harus berbuat itu. Ia berharap dapat membantu setiap orang, tetapi orang miskin ada di mana-mana. Ia berpikir, *Bagaimana dengan harga dirinya? Mengapa ia harus merendahkan dirinya hanya demi sepiring nasi?*

Pernahkah Anda mengalami semua hal tadi? Pernahkah Anda merasa tidak berharga? Apakah Anda merasa orang-orang tidak menghargai diri Anda? Ketahuilah, Anda tidak sendiri.

Banyak dari kita, di tengah dunia yang serba cepat dan sarat kompetisi ini, merasa hanya seperti sebuah angka, atau bagian dari satu mesin besar yang terus bergerak. Kita lebih sering

diukur dari prestasi kita di sekolah, apa yang kita hasilkan di tempat kerja, dan berapa penghasilan kita. Rasanya tidak ada yang benar-benar menghargai kita sebagai pribadi; harga diri kita dikaitkan dengan kemampuan dan prestasi kita.

Tidak heran banyak dari kita yang kemudian bertanya: *Berapa harga diri saya? Apa yang membuat saya berharga?*

## Mengukur Harga Diri

**BAGAIMANA CARA KITA** mengukur harga diri seseorang?

Bila kita memilah-milah tubuh kita menjadi sejumlah komponen kimiawi seperti karbon, oksigen, dan hidrogen, kita mungkin akan menemukan bahwa tubuh kita tidak begitu besar nilainya, mungkin beberapa juta rupiah saja.

Sementara itu, dari segi ekonomis, kita diukur menurut keahlian, pengalaman, dan status yang kita miliki. Sayangnya, banyak dari kita yang diukur dengan cara ini. Seseorang dibanding-bandingkan dengan melihat harta kekayaannya, jumlah pendapatannya, dan seberapa besar kontribusinya kepada perusahaan dan organisasi yang mempekerjakannya.

Namun, bagaimana bila kita tidak memiliki keahlian, kemampuan, atau talenta yang diinginkan orang? Bagaimana bila kita tidak kaya, menarik, karismatik, atau bertalenta? Bagaimana bila kita . . . biasa-biasa saja?

Lalu, bagaimana dengan bayi, pengungsi, dan narapidana yang tidak punya apa-apa dan sering dianggap bukan siapa-siapa di dunia ini? Bagaimana dengan orang-orang yang sudah tua, cacat, atau melarat? Apakah mereka berharga?

## **Setiap Orang Berharga**

BILA ANDA MENGAMBIL selembar uang, misalnya lembaran 100.000 rupiah, Anda akan melihat nilai uang tersebut tidak bergantung pada keadaannya. Nilai uang tersebut intrinsik atau sudah terkandung di dalamnya. Entah uang kertas itu sudah lama atau masih baru, kotor atau bersih, nilainya tetap sama.

Pikirkanlah kebenaran ini: setiap manusia adalah seperti uang itu! Harga atau nilai diri kita yang sebenarnya tidak bergantung pada faktor-faktor luar—bagaimana penampilan kita, seberapa baiknya kita, apa saja yang telah kita



Apakah Anda menerima manfaat  
dari bacaan ini? **Berikan tanggapan  
dan usul Anda di sini.**



KOMENTAR



BACA ARTIKEL LAIN

---

Jika Anda ingin menerima  
*Seri Pengharapan Hidup* terbaru secara rutin  
atau ingin membagikan materi ini  
kepada orang lain, silakan:



Daftar di sini

lakukan, atau apa yang mampu kita lakukan. Baik kita kaya, cakap, elok rupa atau tidak, setiap dari kita memiliki nilai intrinsik. Meskipun kita mengalami jatuh miskin, menua, cacat, atau sakit yang seakan merenggut martabat kita sebagai manusia, hidup kita tetap bernilai.

Bila pernyataan ini sulit Anda terima, coba pikirkan tentang arti seorang bayi bagi ibunya. Kasih ibu yang begitu besar kepada anaknya tidak datang dari apa yang dapat dilakukan sang anak terhadapnya; ia mengasihi anaknya semata-mata karena bayi itu adalah miliknya.

Bila Anda merasa terlupakan dan tidak berharga, bila Anda merasa tidak ada yang peduli kepada Anda, ketahuilah bahwa Anda sungguh berharga, dan Anda sangat berharga bagi satu Pribadi.

Mungkin ini hal yang mengherankan, terutama bila Anda merasa belum pernah dikasihi apa adanya.

Bolehkah kami menceritakan tentang satu Pribadi yang menganggap Anda sangat bernilai? Bolehkah kami memperkenalkan Anda kepada Dia yang

melihat Anda sebagai seseorang yang sangat istimewa? Begitu berharganya Anda sampai Dia bersedia mati demi Anda. Nama-Nya Yesus.

## **Anda Istimewa di Mata Allah**

**ALKITAB**, yang dipercaya orang Kristen sebagai firman Allah, menceritakan bagaimana Allah menciptakan manusia. Allah tidak saja menciptakan laki-laki dan perempuan untuk menikmati hubungan pribadi dengan-Nya, Dia juga menciptakan setiap orang berbeda dan istimewa. Seseorang yang dekat dengan Allah pernah menyatakan demikian:

*Engkau menciptakan setiap bagian  
badanku,*

*dan membentuk aku  
dalam rahim ibuku*

*Waktu tulang-tulangku dijadikan, dengan  
cermat dirangkaikan dalam rahim ibuku,  
sedang aku tumbuh di sana  
secara rahasia,  
aku tidak tersembunyi bagi-Mu.*

*(Mazmur 139:13-15 BIS)*

Karena Allah menciptakan dan mengasihi setiap dari kita—seperti orangtua yang baik mengasihi anaknya—Dia mempedulikan setiap

orang sebagai secara pribadi. Dia peduli pada apa yang kita lakukan dan rasakan. Penulis yang sama juga mengatakan:

*Engkau tahu segala perbuatanku;  
dari jauh Engkau mengerti pikiranku.  
Engkau melihat aku,  
baik aku bekerja atau beristirahat,  
Engkau tahu segala yang kuperbuat.  
Bahkan sebelum aku berbicara,  
Engkau tahu apa yang hendak kukatakan.  
Engkau mengelilingi aku  
dari segala penjuru,  
dan Kaulindungi aku  
dengan kuasa-Mu.*

(Mazmur 139:2-5 BIS)

Di mata Allah yang menciptakan kita, kita istimewa dan berharga, tidak peduli status kekayaan, kesehatan, kebolehan, atau usia kita. Dia mengasihi kita apa adanya, karena kita ini milik-Nya.

## Yesus Mati untuk Dunia

NAMUN, MENGAPA KITA masih merasa tidak berharga? Mengapa juga orang memperlakukan kita dengan buruk? Semua itu karena dunia ini tidak sempurna. Hal itulah yang mempengaruhi hubungan Allah dengan manusia, dan hubungan antarmanusia.

Kedua hubungan yang rusak itu membuat kita tidak lagi merasa dihargai dan dikasihi.

Namun, Allah ingin memperbaiki hubungan kita dengan-Nya. Dia telah mengenal kita sebelum kita mengenal-Nya. Kini Dia ingin kembali menjalin hubungan dengan kita, untuk menunjukkan kepada kita bahwa Dia mengasihi setiap dari kita.

Lebih dari 2.000 tahun lalu, Allah datang ke dunia dalam wujud manusia bernama Yesus. Yesus datang untuk menunjukkan kepada kita bahwa satu-satunya jalan untuk menikmati hubungan yang telah dipulihkan itu adalah dengan percaya kepada-Nya. Saat Yesus hidup di dunia, Dia menunjukkan kepada kita bahwa Allah menghargai setiap jiwa dengan menjangkau dan melayani mereka, terutama orang-orang yang miskin, tertindas, tersingkir, dan terlupakan oleh masyarakat.

Dia tidak menjadikan penampilan, kekayaan, status, atau kebolehan seseorang sebagai dasar hubungan-Nya dengan mereka. Bagi-Nya, setiap pribadi sangat berharga dan berarti.

Hari ini, Dia menawarkan yang sama kepada kita semua—dan kepada Anda.

## Maukah Anda Percaya?

**ANDA ISTIMEWA** dan berharga bagi Yesus. Dia sangat rindu memulihkan identitas Anda sebagai ciptaan-Nya yang berharga dan meyakinkan Anda bahwa Anda selalu berharga di mata-Nya.

Jika Anda mengenal Yesus dan percaya kepada-Nya, Anda akan menemukan bahwa harga diri Anda tidak lagi bergantung pada apa yang dipikirkan atau dikatakan orang. Harga diri Anda juga tidak ditentukan oleh seberapa besar kontribusi Anda di dunia. Namun, harga diri Anda datang dari kesadaran bahwa Anda sekarang adalah milik Allah.

Bayangkan rasanya bila ayah Anda adalah seorang pemimpin yang sangat berkuasa. Itulah yang ditawarkan Yesus kepada Anda, yaitu status dan nilai diri yang Anda terima karena menjadi anak Allah. Betapa tenang dan aman diri Anda saat menyadari bahwa Anda adalah anak dari Allah Bapa yang kekal, Mahakuasa, dan Maha Pengasih! Anda akan dapat menjalani hidup dengan

keyakinan diri, karena Anda mengetahui bahwa Anda sangat dikasihi dan dihargai oleh Pribadi yang lebih besar dari siapa pun di dunia ini, dan yang mempedulikan Anda secara pribadi.

Sekalipun Anda menjadi anak Allah yang terkasih, tidak berarti semua masalah Anda langsung tuntas dan jalan hidup Anda selalu lancar. Namun, sebagai anak Allah, Anda mempunyai Allah Mahakuasa sebagai Bapa, dan Dia telah berjanji untuk selalu menyertai dan menolong Anda di sepanjang hidup Anda.

Jadi, maukah Anda mengenal Yesus?

Penerjemah: Helena Simatupang  
Editor Terjemahan: Dwiyanto Fadjaray  
Penata Letak & Perancang Sampul: Mary Chang

Kutipan ayat diambil dari teks Alkitab Kabar Baik dalam Bahasa Indonesia Sehari-hari © LAI 1985.  
© 2020 Our Daily Bread Ministries.  
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang.

*Indonesian Looking at Life “Help! I Feel Worthless”*



## Maukah Anda Mengenal Yesus?

*Kisah tentang Pengharapan* adalah buklet yang dapat membawa Anda lebih mengenal pribadi Yesus Kristus.



Pindai QR Code ini untuk membacanya secara daring, atau hubungi kami untuk mendapatkan edisi cetaknya tanpa dikenakan biaya.

Kunjungi <https://santapanrohani.org/sph> untuk melihat bacaan-bacaan yang akan membantu Anda menemukan pertolongan yang ditawarkan Allah melalui firman-Nya atas beragam pergumulan dan pertanyaan hidup Anda.

Materi terbitan kami lainnya, baik dalam bentuk cetak maupun digital, dapat Anda akses di [santapanrohani.org](http://santapanrohani.org)



# ANDA DAPAT MEMBERI DAMPAK YANG BERARTI!

Materi kami tidak dikenakan biaya.  
Pelayanan kami didukung oleh persembahan  
kasih dari para pembaca kami.

Jika Anda ingin mendukung pelayanan kami, Anda  
dapat mengirimkan persembahan kasih melalui  
rekening **“Yayasan ODB Indonesia”**

**BCA Green Garden A/C 253-300-2510**

**BNI Daan Mogot A/C 0000-570-195**

**Mandiri Taman Semanan A/C 118-000-6070-162**



QR Code Standar  
Pembayaran Nasional



Scan QR code ini untuk donasi  
dengan aplikasi e-wallet berikut:



**Yayasan  
ODB Indonesia**

Silakan konfirmasi persembahan kasih Anda  
melalui nomor kontak kami di halaman belakang  
buklet ini.

# Ingin lebih mengenal Tuhan? Bacalah firman-Nya dengan bantuan renungan *Santapan Rohani*

---

*Pilihlah media yang sesuai untuk Anda.*



## CETAK

Menerima edisi cetak secara triwulan.



## E-MAIL

Menerima e-mail secara harian.



## APLIKASI

Our Daily Bread/  
Santapan Rohani  
di Android & iOS.

### HUBUNGI KAMI:

📞 +62 21 2902 8950

📠 +62 815 8611 1002

📠 +62 878 7878 9978

📠 Santapan.Rohani

✉️ indonesia@odb.org

santapanrohani.org

ourdailybread.org/locations/

**Our Daily Bread Ministries**

PO Box 15, Kilsyth, VIC 3137, Australia

Tel: (+61-3) 9761-7086, [australia@odb.org](mailto:australia@odb.org)

**Our Daily Bread Ministries Ltd**

PO Box 74025, Kowloon Central Post Office, Kowloon, Hong Kong

Tel: (+852) 2626-1102, Fax: (+852) 2626-0216, [hongkong@odb.org](mailto:hongkong@odb.org)

**ODB Indonesia**

PO Box 2500, Jakarta 11025, Indonesia

Tel: (+62-21) 2902-8950, Fax: (+62-21) 5435-1975,  
[indonesia@odb.org](mailto:indonesia@odb.org)

**Daily Bread Co. Ltd**

PO Box 46, Ikoma Nara 630-0291, Japan

Tel: (+81-743) 75-8230, Fax: (+81-743) 75-8299, [japan@odb.org](mailto:japan@odb.org)

**Our Daily Bread Berhad**

PO Box 86, Taman Sri Tebrau, 80057 Johor Bahru, Malaysia

Tel: (+060-7) 353-1718, Fax: (+060-7) 353-4439, [malaysia@odb.org](mailto:malaysia@odb.org)

**Our Daily Bread Ministries**

PO Box 303095, North Harbour, Auckland 0751, New Zealand

Tel: (+64-9) 444-4146, [newzealand@odb.org](mailto:newzealand@odb.org)

**Our Daily Bread Ministries Inc**

PO Box 288, Greenhills 0410 Metro Manila, Philippines

Tel: (+63-2) 705-1355, Fax: (+63-2) 725-5058, [philippines@odb.org](mailto:philippines@odb.org)

**Our Daily Bread Ministries Asia Ltd**

5 Pereira Road, #07-01 Asiawide Industrial Building, Singapore 368025

Tel: (+65) 6858-0900, Fax: (+65) 6858-0400, [singapore@odb.org](mailto:singapore@odb.org)

**Our Daily Bread Ministries**

PO Box 19, Dehiwala 10350, Sri Lanka

Tel: (+94-11) 272 1252, Fax: (+94-11) 271-7626, [srilanka@odb.org](mailto:srilanka@odb.org)

**Our Daily Bread Ministries Foundation**

PO Box 47-260, Taipei 10399, Taiwan R.O.C.

Tel: (+886-2) 2585-5340, Fax: (+886-2) 2585-5349, [taiwan@odb.org](mailto:taiwan@odb.org)

**Our Daily Bread Ministries Thailand**

PO Box 35, Huamark, Bangkok 10243, Thailand

Tel: (+66-2) 718-5166, Fax: (+66-2) 718-6016, [thailand@odb.org](mailto:thailand@odb.org)

Persembahan kasih seberapa pun dari para pembaca di Indonesia memampukan Our Daily Bread Ministries untuk menjangkau orang-orang dengan hikmat Alkitab yang mengubah hidup. Kami tidak didanai atau berada di bawah kelompok atau denominasi apa pun.



Our Daily Bread

Ministries®

[santapanrohani.org](http://santapanrohani.org)