

# Studi Biblika dan Reflektif: Mazmur 121 “Sebuah Perjalanan Hidup Mengikut Tuhan” [Biblical and Reflective Study: Psalm 121 “A Journey of Life Following God”]

*Luke Eka Putra*<sup>1</sup>

<sup>1)</sup> Universitas Pelita Harapan, Indonesia

Correspondence email: [luke.putra@uph.edu](mailto:luke.putra@uph.edu)

Received: 15/01/2026

Accepted: 06/02/2026

Published: 31/01/2026

## Abstract

*This paper examines Psalm 121:1–2 from both a biblical and reflective perspective by understanding life as a journey of faith, rather than a pursuit of specific achievements. Starting from the reality of human life—filled with challenges, struggles, and uncertainties—Psalm 121 is read within the context of the Songs of Ascents (Psalms 120–134) as a series of hope-filled songs of God’s people who are journeying toward Jerusalem. This study explores the historical and geographical background of Israel’s pilgrimage, which was fraught with risks and threats, thus shaping a theological metaphor of total dependence on God. A lexical analysis of the verb “to lift up one’s eyes” (נָסָא, nāsā’) compared with the verb “to see” (רָאָה, rā’āh) in the narratives of Genesis and Samuel shows a shift in meaning: from a type of seeing that leads to sin to a seeing of faith directed toward God. Furthermore, an examination of the word “help” (עֲזָרָה, ‘ezer) affirms that the help from the Lord in Psalm 121 is not merely temporary assistance, but rather God’s active and eternal accompaniment as Creator. The paper concludes with a theological reflection relevant to modern life, emphasizing that in a journey filled with spiritual crises, believers are called to direct their gaze and hope solely toward the Lord, the Maker of Heaven and Earth.*

**Keywords:** Divine Help, faith journey, Pilgrimage, lift up, Psalm 121, Songs of Ascents, Theological Reflection

## Pendahuluan

Hidup dapat digambarkan sebagai sebuah perjalanan. Salah satu sudut pandang untuk melihat hidup adalah sebuah perjalanan menuju kembali kepada debu tanah, seperti yang dituliskan dalam Kejadian 3:19 “...sampai engkau kembali lagi menjadi tanah, karena dari situlah engkau diambil; sebab engkau debu dan engkau akan kembali menjadi debu.” Namun, orang Kristen seharusnya memahami kehidupan sebagai sebuah perjalanan untuk bertemu dengan Junjungan dan Juruselamat: Yesus Kristus, bukan sekedar kembali menjadi debu. Bila hidup dilihat sebagai sebuah perjalanan, maka yang namanya perjalanan tidaklah mudah. Ada rute yang harus dilalui, ada jarak tempuh yang harus dijalani, ada peristiwa dan hal-hal yang kadang sudah diduga atau diperkirakan, tetapi ada juga kejadian-kejadian yang tak terduga atau terpikirkan akan terjadi.

Cerita perjalanan umat Allah, di mana Musa memimpin bangsa Israel, pergi dari Mesir menuju tanah perjanjian, menjadi perjalanan yang memberikan penjelasan bahwa ada banyak

peristiwa yang terjadi, seperti mereka dikejar oleh Firaun dan prajuritnya, sedang di depan terbentang Laut Teberau (Keluaran 14).

Cerita lain adalah kehidupan Hana yang mandul karena Tuhan menutup kandungannya, dan dengan kepedihan hatinya, ia menjalani kehidupan dan berharap kepada Tuhan (1 Samuel 1). Demikian juga perjalanan hidup Daud, seorang gembala yang kemudian diurapi untuk menjadi raja Israel. Perjalanan menuju istana raja menjadi perjalanan yang penuh dengan lika-liku dalam kehidupan Daud yang mewakili bangsa Israel melawan bangsa Filistin yang diwakili oleh Goliat, walaupun ada banyak keraguan orang-orang terhadap dia (1 Samuel 17). Hidup dalam pengejaran Raja Saul, sampai mengalami kondisi yang terjepit dan harus berpura-pura gila (1 Samuel 21: 10–15). Pada akhirnya, Daud duduk di istana menjadi raja seperti yang Allah janjikan.

Kisah-kisah di atas menjadi cerita yang paling tidak memberikan gambaran kepada pembaca, bahwa dalam menjalani perjalanan hidup tidak mudah, dan membuat semua mencari pengharapan atau pertolongan. Kepada siapakah pertolongan dan pengharapan itu diserukan atau disampaikan? Oleh karena itu, Penulis mengajak pembaca untuk bergumul dengan Mazmur 121. Bahasan Mazmur 121 yang akan dituliskan dari perspektif Biblika dan Reflektif dalam perjalanan hidup melewati pergumulan yang Tuhan izinkan.

Beberapa pertanyaan yang perlu untuk diperhatikan adalah: Apa makna historis Mazmur 121 dalam konteks kumpulan Nyanyian Ziarah (Mazmur 120–134)? Bagaimana kondisi geografis dan risiko perjalanan ziarah menuju Yerusalem membentuk metafora teologis dalam Mazmur 121? Bagaimana makna kata kerja “melayangkan mata” (נָשָׂא, *nāśā*) dalam Mazmur 121:1 dibandingkan dengan penggunaan kata “melihat” (רָאָה, *rā’āh*) dalam narasi Kejadian dan Samuel? Serta menjelaskan bagaimana bagian dari pembahasan ini menjadi suatu refleksi bagi pembaca dalam perjalanan hidup bersama dengan Tuhan.

## Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian kepustakaan (*library research*). Pendekatan ini dipilih untuk menelaah Mazmur 121:1-2 secara mendalam melalui analisis studi biblika dan teologis yang bersumber pada teks Alkitab dan literatur akademik yang relevan.

## Konteks Biblika Mazmur 121

Dalam konteks Biblika Mazmur 121, satu pertanyaan yang harus dijawab dalam penggalan konteksnya adalah: Apa makna historis Mazmur 121 dalam konteks kumpulan Nyanyian Ziarah (Mazmur 120–134)? Dalam membaca Mazmur 121, kita harus melihat Mazmur 120 sebagai konteks dekat dari Mazmur 121. Dalam konteks dekat ini dari Mazmur 120, kita menemukan lokasi orang Israel saat itu adalah tinggal di Mesekh dan Kedar (ayat 5), dan kondisi di sana, mereka hidup dikelilingi dengan orang yang suka berdusta, menipu (ayat 2) dan membenci perdamaian (ayat 6). Itulah gambaran kesesakan yang mereka hadapi saat itu. Artinya bila kita menyukai Taurat Tuhan dan hidup tengah-tengah orang yang berdosa, maka hal itu akan menjadi sebuah ketidaknyamanan dalam keseharian.

## Arti Ziarah

Ziarah adalah suatu perjalanan menuju suatu tempat. Dalam perjalanan menuju suatu tempat, maka perlu diketahui keadaan atau rute ziarah yang dilalui atau digambarkan.

Sehingga kita perlu menjawab satu pertanyaan: Bagaimana kondisi geografis dan risiko perjalanan ziarah menuju Yerusalem membentuk metafora teologis dalam Mazmur 121?

Mazmur 121 adalah bagian dari kumpulan "Nyanyian Ziarah" dalam bahasa Ibrani disebut *Shir HaMa'alot*, yang meliputi Mazmur 120 hingga 134.<sup>1</sup> Mazmur-mazmur ini sering dianggap sebagai nyanyian umat Israel ketika mereka melakukan perjalanan menuju Yerusalem untuk mengikuti tiga perayaan besar, yaitu Paskah, Pentakosta, dan Hari Raya Pondok Daun, atau ketika mereka mendaki ke Bait Allah.<sup>2</sup>

Ada 2 hal yang bisa menjadi perhatian kita dalam melihat nyanyian ziarah sebagai sebuah bentuk perjalanan. Pertama, perjalanan ini memiliki makna spiritual, yakni umat Allah mengingat karya penyelamatan-Nya dan memperbarui komitmen mereka kepada-Nya. Nyanyian ini tidak hanya menjadi bagian dari ritual, tetapi juga menggambarkan perjalanan iman umat Israel menuju kehadiran Tuhan di Yerusalem, sering kali dengan penuh sukacita, harapan, dan keyakinan bahwa Tuhan akan menjaga mereka sepanjang perjalanan.<sup>3</sup> Kedua, penggambaran perjalanan yang penuh tantangan. Mazmur ini mencerminkan keadaan orang-orang yang melakukan perjalanan ke Yerusalem, yang sering kali melintasi medan yang sulit, seperti bukit-bukit, padang gurun, dan daerah yang rawan bahaya. Karena itu, Mazmur ini berbicara tentang perlindungan Tuhan dalam menghadapi tantangan tersebut.<sup>4</sup> Dalam buku "Mazmur Ziarah" yang dituliskan oleh Paul S. Hidajat, dikatakan bahwa Mazmur 121 berisi dan berfokus kepada pengharapan iman dalam menjalani perjalanan kehidupan.<sup>5</sup>

## Makna "Melayangkan Mata ke Gunung-gunung"

### Makna "Melayangkan Mata"

Hal lain yang menarik untuk diteliti adalah frasa "melayangkan mataku." Frasa ini sesuatu yang tidak dapat dilewatkan, karena dalam Alkitab terdapat cerita-cerita yang terkait dengan mata yang melihat atau melayangkan pandangan kepada sesuatu atau seseorang. Oleh karena itu, tulisan ini membandingkan frasa "melayangkan mata" (נָשָׂא, *nāšā'*) dalam Mazmur 121:1 dengan kata "melihat" (רָאָה, *rā'āh*) dalam narasi Kejadian dan Samuel untuk memahami maknanya secara mendalam.

Ayat 1 "Aku melayangkan mataku ke gunung-gunung". Kalimat "Aku melayangkan mataku ke gunung-gunung" dalam versi ESV: "I lift up my eyes to the hills." Kata "melihat" menggunakan kata "*nasa*." Ada beberapa kisah dalam Alkitab yang menggunakan Kata "melihat" dalam cerita Alkitab. Pertama, Kejadian 3: 6 "Perempuan itu melihat (*ra'ah*), bahwa buah pohon itu baik untuk dimakan dan sedap kelihatannya, lagi pula pohon itu menarik hati

<sup>1</sup> David G. Barker, "The Lord Watches over You": A Pilgrimage Reading of Psalm 121," *Bibliotheca Sacra* 152, no. 606 (April 1995), <https://www.galaxie.com/article/bsac152-606-03>.

<sup>2</sup> Barker, "The Lord Watches over You," 163. The Term נָשָׂא is apparently related to the pilgrim's ascent of Mount Zion to Jerusalem for worship. Lihat juga Eugene H. Peterson, *A Long Obedience in the Same Direction: Discipleship in an Instant Society*, 2nd ed. (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 2000).

<sup>3</sup> Ralph F. Wilson, "Introduction to the Song of Ascent (Psalms 120-134)," *JesusWalk Bible Study Series*, 2026, <https://www.jesuswalk.com/ascent/00-intro.htm>.

<sup>4</sup> Michael Weiner, "Psalm 121: Of Pilgrims, Perils, and a Personal God," *The Lehrhaus*, July 13, 2020, <https://thelehrhaus.com/scholarship/psalm-121-of-pilgrims-perils-and-a-personal-god/>.

<sup>5</sup> Paul S. Hidajat, *Mazmur Ziarah: Kesusakan Pengharapan Perjumpaan dengan Tuhan* (Jakarta: Pelihat & STT Cipanas, 2022), 35.

karena memberi pengertian.” Kedua, Kejadian 13: 10 – “Lalu Lot **melayangkan (nasa')** pandangannya dan **dilihatnyalah (ra'ah)**, bahwa seluruh Lembah Yordan banyak airnya, seperti taman TUHAN, seperti tanah Mesir, sampai ke Zoar.” Ketiga, 2 Samuel 11: 2 - ketika Daud bangun dari tempat pembaringannya, lalu berjalan-jalan di atas sotoh istana, **tampak (ra'ah)** kepadanya dari atas sotoh itu seorang perempuan sedang mandi. Apakah ada kesamaan atau tidak dalam penggunaan kata utama: רָאָה (*rā'â*) di ketiga cerita tersebut?

Dalam Kejadian 3:6, Kejadian 13:10, dan 2 Samuel 11:2, kata yang dominan adalah רָאָה (*rā'â*), yang memang *secara dasar* berarti “melihat”. Namun dalam Alkitab Ibrani, *rā'â* tidak netral. Menurut *Brown–Driver–Briggs Hebrew Lexicon*, *rā'â* memiliki spektrum makna: melihat secara fisik, memperhatikan dengan saksama, menilai, menginginkan, memilih bahkan “mempertimbangkan untuk bertindak.”<sup>6</sup>

Dapat kita simpulkan bahwa kata *rā'â* sering kali menjadi pintu masuk kehendak dan keputusan, bukan sekadar aktivitas mata. Demikian juga Kejadian 13:10 – tambahan kata נָסָא' (*nāsā'*) - “Lalu Lot melayangkan pandangannya (*nāsā'*) dan melihat (*rā'â*) ...” Di sini ditemukan: *nāsā'* = “mengangkat”, “mengarahkan dengan sengaja” dan *rā'â* = melihat dengan evaluasi. Artinya: Lot tidak sekadar melihat secara kebetulan, tetapi *secara sadar mengarahkan pandangannya* untuk menilai pilihan hidup. Karena itu, didapatkan pola teologisnya adalah: melihat → menilai → mengingini → jatuh<sup>7</sup>

Jika tiga teks ini dibaca berdampingan, muncul pola naratif yang konsisten:

| Teks        | Melihat ( <i>rā'â</i> ) | Evaluasi                           | Tindakan                    |
|-------------|-------------------------|------------------------------------|-----------------------------|
| Kej. 3:6    | Hawa melihat            | “baik”, “sedap”,<br>“menarik hati” | mengambil & makan           |
| Kej.13:10   | Lot melihat             | “seperti taman TUHAN”              | memilih & mendekat ke Sodom |
| 2 Sam. 11:2 | Daud melihat            | keter tarikan seksual              | mengambil istri orang       |

Oleh karenanya penulis menyimpulkan bahwa dalam ketiganya, *rā'â* berfungsi sebagai titik awal dosa, karena penglihatan tidak ditundukkan pada firman Tuhan dan mata menjadi penentu visi hidup, bukan ketaatan. Ini selaras dengan Matius 6:22, di mana “mata” bukan sekedar organ biologis, tetapi pusat orientasi batin.<sup>8</sup>

### Makna "Gunung-Gunung"

Ayat 1 "Aku melayangkan mataku ke gunung-gunung", melalui ayat 1, kita menemukan bahwa pemazmur melayangkan matanya atau melihat ke gunung-gunung. Apakah makna dari gunung-gunung bagi pemazmur dan bangsa Yahudi? Bagaimana simbol “gunung-gunung” dalam Mazmur 121:1 dapat dipahami secara ambivalen sebagai ancaman sekaligus penunjuk kepada kehadiran ilahi? Dalam Mazmur 121:1, gunung menggambarkan sebuah momen reflektif dari pemazmur, yang dalam konteks perjalanan ziarah mungkin

<sup>6</sup> Francis Brown, Samuel R. Driver, and Charles A. Briggs, *A Hebrew and English Lexicon of the Old Testament* (Oxford: Clarendon Press, 1906).

<sup>7</sup> Ludwig Koehler and Walter Baumgartner, *The Hebrew and Aramaic Lexicon of the Old Testament*, rev. by Walter Baumgartner and Johann Jakob Stamm, vol. 4 (Leiden: Brill, 1994).

<sup>8</sup> Willem A. VanGemeren, gen. ed., *New International Dictionary of Old Testament Theology and Exegesis*, vol. 1 (Grand Rapids, MI: Zondervan, 1997). Mata sering dipahami sebagai **instrumen hati** dan **kehendak**.

melambangkan dua hal utama: kebutuhan akan pertolongan dan juga representasi dari ancaman potensial yang dihadapi sepanjang perjalanan menuju Yerusalem.<sup>9</sup>

Secara simbolis, gunung-gunung bisa menggambarkan medan perjalanan yang berat, penuh bahaya atau tantangan yang mengintai para peziarah saat mereka mendekati Yerusalem.<sup>10</sup> Hal senada juga diungkapkan sebuah artikel menyatakan bahwa umat Israel secara historis menyanyikan Mazmur 121 sebagai bagian dari *Songs of Ascent* (Nyanyian Ziarah) saat melakukan perjalanan menuju Yerusalem.<sup>11</sup> Gunung-gunung di ayat 1 menunjuk ke bukit-bukit Yerusalem, khususnya Gunung Zion, sebagai tujuan ziarah mereka. Ini menjadikan Mazmur 121 semacam “manual” spiritual atau litani perjalanan bagi jemaah yang berjalan melewati medan rawan bahaya, dan pengharapan serta perlindungan ada pada Tuhan.<sup>12</sup> Namun, bagian ini juga bisa dilihat sebagai awal dari pergumulan spiritual – apakah bantuan akan datang dari gunung-gunung itu sendiri atau dari Tuhan, yang dianggap sebagai Penjaga dan Pencipta segala sesuatu.

Gunung-gunung yang dimaksud juga merujuk pada perbukitan di sekitar Yerusalem, khususnya Gunung Zion, tempat Bait Suci Tuhan berdiri, yang menjadi tujuan ziarah mereka. Dalam interpretasi lain, beberapa sarjana berpendapat bahwa mengangkat mata ke gunung bisa menandakan sebuah pencarian akan pertolongan, bukan pada dewa-dewa setempat yang disembah di bukit-bukit (sebagaimana terjadi di kebudayaan non-Israel), tetapi pada Tuhan Allah Israel yang berdaulat.<sup>13</sup>

## Makna gunung bagi orang Yahudi

### *Gambaran Kedekatan dengan Tuhan*

Dalam tradisi Yahudi, gunung sering kali menjadi simbol penting dalam berbagai konteks religius. Salah satu contohnya adalah Gunung Sinai, tempat di mana Tuhan memberikan hukum Taurat kepada bangsa Israel. Gunung ini melambangkan tempat pertemuan antara manusia dan Tuhan, sebuah lokasi yang sakral dan penuh spiritualitas. Gunung Zion, tempat berdirinya Bait Allah di Yerusalem adalah pusat penyembahan dan iman bagi orang Yahudi. Gunung Zion sering disimbolkan sebagai tempat Tuhan tinggal di tengah-tengah umat-Nya.<sup>14</sup> Demikian pula dalam Alkitab, gunung sering dipandang sebagai tempat wahyu ilahi dan penyingkapan Tuhan, seperti yang terjadi di Gunung Sinai dan Gunung Horeb. Secara simbolis, gunung melambangkan kedekatan dengan Tuhan, dan

<sup>9</sup> David Guzik, “Psalm 121 – The God Who Keeps and Helps,” *Enduring Word Bible Commentary*, <https://enduringword.com/bible-commentary/psalm-121/>.

<sup>10</sup> David T. Adamo and Bukola Olusegun, “The Assurance that Yahweh Can and Will Keep His Own: An Exegesis of Psalm 121:1–8,” *Theologia Viatorum* 46, no. 1 (March 2022), <https://doi.org/10.4102/tv.v46i1.125>. Perhaps, one would rather think of the mountains that the pilgrim would have to travel that are full of gorges, ravens, wild beasts and robbers. Amos Hakham, *The Bible: Psalms with the Jerusalem Commentary (Da 'at Mikra)*, trans. Israel V. Berman (New York: Judaica Press, 2003), 293.

<sup>11</sup> Michael D. Goulder, “The Songs of Ascents and Nehemiah,” *Journal for the Study of the Old Testament* 22, no. 75 (September 1997), <https://doi.org/10.1177/030908929702207503>.

<sup>12</sup> Adamo and Olusegun, “The Assurance that Yahweh Can and Will Keep His Own.”

<sup>13</sup> Weiner, “Psalm 121.” Lihat juga “Psalms 121,” *Sefaria: A Living Library of Jewish Texts*, 2023, <https://www.sefaria.org/Psalms.121?lang=bi>.

<sup>14</sup> Hulisani Ramantswana, “Mount Sinai and Mount Zion: Discontinuity and Continuity in the Book of Hebrews,” *In die Skriflig/In Luce Verbi* 47, no. 1 (May 2013), <https://doi.org/10.4102/ids.v47i1.90>.

orang-orang yang pergi ke Yerusalem harus melewati perbukitan ini, yang juga bisa diartikan sebagai perjalanan menuju pencerahan dan kedekatan dengan yang Ilahi.<sup>15</sup>

### *Gambaran Kesulitan*

Dalam konteks Mazmur 121, frasa "Aku melayangkan mataku ke gunung-gunung" dapat dilihat sebagai pengakuan akan perjalanan fisik maupun spiritual yang dilakukan umat Israel ketika mereka berjalan menuju Yerusalem. Gunung-gunung tersebut adalah bagian dari pengalaman ziarah mereka karena mereka mengandalkan perlindungan Tuhan dalam medan yang sulit dan penuh bahaya.<sup>16</sup> Bahaya yang dapat mengancam perjalanan tersebut dapat dipahami dari beberapa gambaran Alkitab.

Pertama, dalam Habakuk 4 : 8 – Turunlah kepadaku dari gunung Libanon, pengantin-Ku, datanglah kepadaku dari gunung Libanon, turunlah dari puncak Amana, dari puncak Senir dan Hermon, dari liang-liang singa, dari pegunungan tempat macan tutul! Kedua, Lukas 10 : 25 – 37 yang menceritakan orang Samaria yang baik hati, kita bisa mendapatkan secuil informasi dari perjalanan dari Yerusalem ke Yeriko. Yerusalem berlokasi lebih tinggi di bandingkan dengan Yerikho yang berada di Lembah.<sup>17</sup> Perampokan terjadi dalam perjalanan ini. Darimana datangnya perampok ini? Bisa diasumsikan bahwa perampok ini bersembunyi di sekitar lembah, kemungkinan besar itu ada di lembah gunung dan menjadi tempat para perampok bersembunyi di gunung setiap saat, bisa menyerang orang yang ada dalam perjalanan. Paling tidak 2 bahaya ini yang bisa mengancam perjalanan bangsa Israel.

Sebuah pengertian sederhana dari Mazmur 121:1, "mengangkat mata ke gunung" bisa diartikan sebagai melihat ke arah Yerusalem, mencari pertolongan dari Tuhan yang berkuasa. Gunung di sini bukan sekadar geografis, lambang ancaman melainkan juga simbol kehadiran ilahi yang stabil dan kokoh. Gunung dalam tradisi Yahudi juga sering dikaitkan dengan pencarian dan pencapaian spiritual. Dalam literatur rabbinik, mendaki gunung kadang-kadang digunakan sebagai metafora untuk pertumbuhan rohani dan pencapaian pemahaman yang lebih tinggi tentang Tuhan dan hukum-Nya.<sup>18</sup>

### **Makna Kata 'Pertolongan' (‘ēzer)**

Apa makna teologis kata עֲזָרָה (‘ēzer) dalam Mazmur 121:2? "Pertolonganku ialah dari TUHAN, yang menjadikan langit dan bumi." Kemudian bagaimana penggunaannya dalam Perjanjian Lama memperkaya konsep pertolongan ilahi? Dalam Mazmur 121:2, kata "pertolongan" dalam bahasa Ibrani yang digunakan adalah "עֲזָרָה" (‘ēzer). Untuk memahami makna yang lebih dalam, mari kita uraikan beberapa aspek dari kata ini berdasarkan bahasa aslinya:

#### **Makna Kata "עֲזָרָה" (‘ēzer) dalam Bahasa Ibrani**

Kata ‘ēzer - berasal dari akar kata עָזַר (‘āzar) yang berarti "menolong," "mendukung," atau "memberikan bantuan." Dalam Perjanjian Lama, kata ini sering digunakan untuk

<sup>15</sup> "Mount Sinai," *My Jewish Learning*, <https://www.myjewishlearning.com/article/mount-sinai/>.

<sup>16</sup> "Mountains," *Sefaria: A Living Library of Jewish Texts*, 2026, <https://www.sefaria.org/topics/mountains?sort=Relevance&tab=notable-sources>.

<sup>17</sup> "Road to Jericho," *FaithND*, University of Notre Dame, accessed February 2, 2026, <https://faith.nd.edu/road-to-jericho/>.

<sup>18</sup> Michael Fishbane, *Biblical Myth and Rabbinic Mythmaking* (Oxford: Oxford University Press, 2003). Karya ini membahas simbolisme gunung dalam tradisi Yahudi, termasuk sebagai tempat wahyu ilahi dan pertumbuhan spiritual.



menggambarkan pertolongan yang datang dari Tuhan maupun dari manusia dalam konteks hubungan dan dukungan.<sup>19</sup> Kata ini kerap dipakai untuk menyebut pertolongan Allah kepada umat-Nya, sehingga memuat konotasi pertolongan yang kuat, efektif, dan menyelamatkan.<sup>20</sup> Karena itu, ketika Kejadian 2:18 menyebut perempuan sebagai *‘ezer kenegdo*, yang dimaksud bukanlah bawahan, melainkan mitra yang sepadan dan penolong yang membawa kekuatan yang Adam tidak miliki sendiri.<sup>21</sup> Dalam sebuah artikel R. David Freedman menunjukkan, bahwa dalam budaya Semitik kuno, *‘ezer* sering bernuansa bantuan militer atau dukungan dari pihak yang kuat, sehingga tidak mungkin dipahami sebagai inferioritas.<sup>22</sup> Dengan demikian, pemahaman secara Biblikal terhadap kata *‘ezer* menegaskan relasi kesepadanan atau kesetaraan dan kemitraan.

Kata : *‘ezer*- digunakan dalam beberapa ayat pada Alkitab, seperti pada Kejadian 2:18 – "Aku akan menjadikan penolong (עֵזֶר, *‘ezer*) baginya, yang sepadan dengan dia." Teks ini mengacu pada Hawa sebagai penolong bagi Adam. Kemudian, pada Mazmur 33:20 – "Jiwa kita menanti-nantikan TUHAN; Dialah penolong (עֵזֶר, *‘ezer*) dan perisai kita." Lalu, Mazmur 115:9-11 – Di sini Tuhan disebut sebagai "pertolongan" (*‘ezer*) dan "perisai" bagi umat-Nya. Dalam semua konteks ini, *‘ezer* tidak hanya berarti bantuan dalam bentuk sederhana, tetapi pertolongan yang menyelamatkan, menopang, dan melindungi dalam situasi genting.

Sebagai implikasi teologisnya, pemazmur tidak sekadar menyebutkan bahwa ia mendapat bantuan, tetapi menekankan bahwa pertolongan yang ia butuhkan berasal dari Tuhan yang menciptakan langit dan bumi. Tuhan bukan hanya sumber bantuan, tetapi juga satu-satunya yang memiliki kuasa atas segala sesuatu. Kata ini menunjukkan ketergantungan mutlak manusia kepada Tuhan, karena hanya Tuhan yang mampu memberikan pertolongan sejati yang tidak terbatas oleh kondisi duniawi.

Beberapa penekanan dan garis bawah (*highlight*) dapat dinyatakan dalam berapa poin berikut ini. Kata *‘ezer* dalam Mazmur 121:2 bukan hanya berarti bantuan biasa, tetapi pertolongan yang kuat, penyelamatan, dan penjagaan aktif dari Tuhan. Mazmur ini mengajarkan bahwa pertolongan dari Tuhan bukan hanya sekadar bantuan sesaat, tetapi sebuah perlindungan dan penyertaan yang berkelanjutan. Dengan menyebut Tuhan sebagai sumber pertolongannya, pemazmur menunjukkan iman bahwa Tuhan yang menciptakan alam semesta juga sanggup memelihara umat-Nya dalam segala situasi.

Dengan pemahaman ini, Mazmur 121:2 menjadi ayat yang penuh pengharapan bagi mereka yang percaya bahwa Tuhan adalah satu-satunya sumber pertolongan sejati. Dari sudut pandang pengakuan iman orang Kristen, Mazmur 121:2 "Pertolonganku ialah dari TUHAN, yang menjadikan langit dan bumi" menjadi pernyataan iman yang kuat mengenai

---

<sup>19</sup> Lena Christina Simbolon, "Ezer in the Context of Men Creation in Genesis 2:4b-25," *International Journal of Education, Theology, and Humanities* 3, no. 1 (December 2023), <https://doi.org/10.46965/ijeth.v3i1.62>.

<sup>20</sup> Brown, Driver, and Briggs, *Hebrew and English Lexicon*, 740–741.

<sup>21</sup> Victor P. Hamilton, *The Book of Genesis, Chapters 1–17*, vol. 1, New International Commentary on the Old Testament (Grand Rapids, MI: Eerdmans Publishing Company, 1990), 175–176.

<sup>22</sup> R. David Freedman, "Woman, a Power Equal to Man," *Biblical Archaeology Review* 9, no. 1 (January/February 1983), <https://library.biblicalarchaeology.org/article/woman-a-power-equal-to-man/>.

ketergantungan total kepada Tuhan sebagai satu-satunya sumber pertolongan sejati. Ayat ini dapat dikaji dalam beberapa aspek berikut:

1. Pengakuan Akan Tuhan Sebagai Sumber Pertolongan

Dalam iman Kristen, Tuhan bukan hanya sebagai pencipta langit dan bumi, tetapi juga sebagai Bapa yang memelihara dan menolong umat-Nya.

Calvin dalam *Commentary on the Book of Psalms (Vol. 5)* menjelaskan Mazmur 121:2 sebagai berikut: *"The Psalmist declares that his help comes from Jehovah, the Creator of heaven and earth. This is not a general statement, but a confession of faith. He turns away from all earthly sources of help and places his trust solely in God, who by His power and providence governs all things."*<sup>23</sup>

Calvin menekankan bahwa ini adalah pengakuan iman yang aktif, bukan sekadar pengakuan intelektual. Pemazmur menyatakan bahwa pertolongan sejati hanya berasal dari Tuhan, dan Tuhan yang dimaksud adalah Pencipta dan Pemelihara alam semesta. Ini sesuai dengan pengajaran dalam Pengakuan Iman Rasuli, yang dimulai dengan: "Aku percaya kepada Allah Bapa yang Mahakuasa, Khalik langit dan bumi."<sup>24</sup>

Mazmur 121:2 memperlihatkan bagaimana iman Kristen tidak hanya mengakui keberadaan Tuhan sebagai Pencipta, tetapi juga sebagai pribadi yang aktif menolong dan menopang umat-Nya. Ini menekankan relasi pribadi antara manusia dengan Tuhan—bukan hanya Tuhan yang jauh dan transenden, tetapi juga Tuhan yang dekat dan peduli terhadap kehidupan manusia.

2. Ketergantungan kepada Tuhan dalam Perjalanan Hidup

Mazmur 121 adalah bagian dari Nyanyian Ziarah, yang dinyanyikan oleh orang Israel ketika melakukan perjalanan ke Yerusalem. Ini melambangkan bagaimana kehidupan orang percaya juga merupakan perjalanan ziarah rohani, di mana kita harus terus bergantung pada Tuhan. Dalam Perjanjian Baru, konsep ini diperkuat dalam Ibrani 12:2: "Marilah kita melakukannya dengan mata yang tertuju kepada Yesus, yang memimpin kita dalam iman dan yang membawa iman kita itu kepada kesempurnaan." Seperti para peziarah dalam Mazmur 121 yang percaya bahwa Tuhan akan menjaga mereka, orang Kristen juga diajak untuk menaruh iman sepenuhnya kepada Tuhan dalam setiap langkah hidup mereka.

John Gill dalam karyanya *Exposition of the Old Testament*, menjelaskan Mazmur 121:2 sebagai berikut: *"My help cometh from the Lord, which made heaven and earth; not from hills*

---

<sup>23</sup> John Calvin, *Commentary on the Book of Psalms*, vol. 5, trans. James Anderson (Grand Rapids, MI: Christian Classics Ethereal Library), <https://ccel.org/ccel/calvin/calcom12/calcom12.i.html>.

<sup>24</sup> Jerome F. D. Creach, "Psalm 121, Between Text & Sermon," *Interpretation*, 1996. Along with the profession, "My help comes from the Lord" (Ps. 121:2a), is the qualifying title, "Maker of heaven and earth" (Ps. 121:2b). Although this description appears only once in this psalm it is important for the psalm's presentation of God for at least three reasons: first, the same label occurs two other times in the "Song of ascent" (Ps. 124:8; 134:3). The occurrence may be a later, editorial addition placed on a psalm that acts as "conclusion" to the collection (Ps. 120 – 134). Hence, it is possible that an editor understands "maker of heaven and earth" to be central tenet of faith in the Song of Ascent. Second, the psalm is for the occasion of pilgrimage. Even if on a journey from another region of Palestine, the traveler surely observed worship sites devoted to other deities (on "the hills"), gods perhaps believed by their adherents to have ordered the cosmos. Thus, to confess that Yahweh was "maker of heaven and earth" is part of the primary confessions of the church, the Apostles' Creed.



*or mountains, nor from any creature, but from the Lord only. The mention of Him as Creator is to show His power and ability to help, and His sovereignty over all things.*"<sup>25</sup>

Gill menekankan bahwa pemazmur menolak segala bentuk pertolongan duniawi, dan menyatakan bahwa Tuhan sebagai Pencipta adalah satu-satunya sumber pertolongan yang layak dipercaya. Ini menunjukkan kuasa Tuhan yang tidak terbatas untuk menolong umat-Nya dalam segala keadaan.

### 3. Pengharapan Kekal: Pertolongan Tuhan yang Tidak Berubah

Mazmur 121 juga mengandung janji bahwa Tuhan tidak pernah berubah dalam menolong umat-Nya. Ini selaras dengan Ibrani 13:8: "Yesus Kristus tetap sama, baik kemarin maupun hari ini dan sampai selama-lamanya." Pertolongan Tuhan bukan hanya untuk saat ini, tetapi juga untuk masa depan, bahkan sampai kehidupan kekal. Ini memberikan keyakinan bahwa setiap orang percaya dapat menghadapi kehidupan dengan penuh pengharapan, tanpa takut akan masa depan.

Dalam sudut pandang pengakuan iman Kristen, Mazmur 121:2 merupakan pernyataan keyakinan bahwa Tuhan adalah sumber pertolongan sejati dalam segala aspek kehidupan:

1. Sebagai Pencipta – Tuhan berdaulat atas segala sesuatu.
2. Sebagai Penolong – Tuhan peduli dan menopang umat-Nya dalam kehidupan sehari-hari.
3. Sebagai Pengharapan Kekal – Tuhan yang setia menolong hari ini, besok, dan sampai selama-lamanya.

Ligonier menguatkan bahwa pujian ini dibawakan sebagai pengakuan iman dan pengharapan pada Tuhan yang memelihara umat sepanjang perjalanan, baik di lembah maupun di bukit.<sup>26</sup>

Jadi, dalam pengakuan iman Kristen, ayat ini bukan hanya pernyataan tentang bantuan Tuhan dalam situasi sulit, tetapi juga komitmen iman bahwa hidup ini sepenuhnya berada dalam tangan Tuhan yang berdaulat, penuh kasih, dan setia.

## Relevansi teologis Mazmur 121 bagi konteks kehidupan modern yang sarat krisis eksistensial dan spiritual

Selain kenyamanan dan kenikmatan duniawi, kesulitan hidup yang kita lihat dalam hidup kita, bisa membawa kita kepada sebuah pemikiran kepada siapakah kita melihat pertolongan bagi kondisi kita saat ini? Mungkin ada orang yang terlintas untuk meminta pertolongan kepada kuasa-kuasa dunia, kekuatan-kekuatan gaib yang menjanjikan atau juga mengandalkan kekuatan diri sendiri.

Jika ini pernah kita lakukan, mari kita belajar dan merefleksikan hidup kita kepada ayat 1, bahwa sebuah pertolongan yang kita lihat tidak boleh berasal dunia yang fana. Sepanjang perjalanan hidup ini, ketika kita mencari pertolongan, kepada siapakah pandangan kita diarahkan? Bila merenungkan bagian ini, maka dalam perjalanan hidup di dunia ini, tantangan dan kesulitan yang terjadi bukan saja secara fisik, tetapi tantangan secara spiritual.

Kesulitan dan tantangan fisik, terlihat dan kita bisa paling tidak memikirkan bagaimana cara menghadapinya. Tetapi ketika tantangan spiritual itu ada di hadir dalam hidup kita, perlu sebuah kepekaan dan kesiapan dalam menghadapi tantangan ini. Karena apa?

<sup>25</sup> "John Gill, *Gill's Exposition of the Bible*, s.v. "Psalm 121," *BibleStudyTools.com*, <https://www.biblestudytools.com/commentaries/gills-exposition-of-the-bible/psalms-121/>.

<sup>26</sup> Robert VanDoodewaard, "Preserved Through Pilgrimage," *Ligonier Ministries*, January 23, 2021, <https://learn.ligonier.org/devotionals/preserved-through-pilgrimage>.

1 Petrus 5 : 8 - Sadarlah dan berjaga-jagalah! Lawanmu, si Iblis, berjalan keliling sama seperti singa yang mengaum-aum dan mencari orang yang dapat ditelannya. Gambaran dari Rasul Petrus, sangat jelas bahwa Iblis bersiap sedia, dalam segala waktu, situasi dan kondisi kita untuk menelan atau bahasa saya melenyapkan kehidupan kita dalam Tuhan.<sup>27</sup>

Oleh karena itu berdasarkan ayat 1, mari kita mengarahkan pandangan kita, ke gunung-gunung. Meskipun gunung bisa dipahami sebagai sumber masalah karena para pengintai dapat bersembunyi di sana, tapi gunung dan di atas gunung adalah sebuah simbol bahwa yang di Atas, itulah yang menjadi sumber pertolongan kita. Itulah sebabnya ayat 1 diakhiri dengan sebuah pertanyaan dari mana datang pertolonganku? Yang dilanjutkan dalam ayat 2 dengan sebuah pengakuan iman **“Pertolonganku ialah dari TUHAN, yang menjadikan langit dan bumi.”**

---

<sup>27</sup> [https://biblehub.com/commentaries/calvin/1\\_peter/5.htm](https://biblehub.com/commentaries/calvin/1_peter/5.htm). John Calvin, salah satu tokoh utama Reformasi, dalam komentarnya terhadap 1 Petrus, menekankan beberapa hal berikut:

1. Pentingnya sikap berjaga-jaga.
2. Kehidupan Kristen tidak pernah bebas dari ancaman, karena Iblis terus berusaha menggoyahkan iman orang percaya.
3. Panggilan untuk kesadaran dan kewaspadaan terus-menerus, karena godaan bisa datang kapan saja.
4. Kekuatan orang percaya tidak terletak pada dirinya sendiri, tetapi dalam ketergantungan penuh kepada Tuhan. Oleh karena itu, dia menekankan pentingnya berdoa dan berjaga-jaga dalam iman.

## Daftar Pustaka

- Adamo, David T., and Bukola Olusegun. "The Assurance that Yahweh Can and Will Keep His Own: An Exegesis of Psalm 121:1–8." *Theologia Viatorum* 46, no. 1 (March 2022): 1–7. <https://doi.org/10.4102/tv.v46i1.125>.
- Barker, David G. "'The Lord Watches over You': A Pilgrimage Reading of Psalm 121." *Bibliotheca Sacra* 152, no. 606 (April 1995): 163–81. <https://www.galaxie.com/article/bsac152-606-03>.
- Brown, Francis, Samuel R. Driver, and Charles A. Briggs. *A Hebrew and English Lexicon of the Old Testament*. Oxford: Clarendon Press, 1906.
- Calvin, John. *Commentary on the Book of Psalms*. Vol. 5. Translated by James Anderson. Grand Rapids, MI: Christian Classics Ethereal Library. <https://ccel.org/ccel/calvin/calcom12/calcom12.i.html>.
- Creach, Jerome F. D. "Psalm 121, Between Text & Sermon." *Interpretation*, 1996.
- Fishbane, Michael. *Biblical Myth and Rabbinic Mythmaking*. Oxford: Oxford University Press, 2003.
- Freedman, R. David. "Woman, a Power Equal to Man." *Biblical Archaeology Review* 9, no. 1 (January/February 1983): 56–58. <https://library.biblicalarchaeology.org/article/woman-a-power-equal-to-man/>.
- Gill, John. *Gill's Exposition of the Bible*. BibleStudyTools.com. <https://www.biblestudytools.com/commentaries/gills-exposition-of-the-bible/psalms-121/>.
- Goulder, Michael D. "The Songs of Ascents and Nehemiah." *Journal for the Study of the Old Testament* 22, no. 75 (September 1997): 43–58. <https://doi.org/10.1177/030908929702207503>.
- Guzik, David. "Psalm 121 – The God Who Keeps and Helps." *Enduring Word Bible Commentary*. <https://enduringword.com/bible-commentary/psalm-121/>.
- Hakham, Amos. *The Bible: Psalms with the Jerusalem Commentary (Da'at Mikra)*. Translated by Israel V. Berman. New York: Judaica Press, 2003.
- Hamilton, Victor P. *The Book of Genesis, Chapters 1–17*. Vol. 1. New International Commentary on the Old Testament. Grand Rapids, MI: Eerdmans Publishing Company, 1990.
- Hidajat, Paul S. *Mazmur Ziarah: Kesesakan Pengharapan Perjumpaan dengan Tuhan*. Jakarta: Pelihat & STT Cipanas, 2022.
- Koehler, Ludwig, and Walter Baumgartner. *The Hebrew and Aramaic Lexicon of the Old Testament*. Revised by Walter Baumgartner and Johann Jakob Stamm. Vol. 4. Leiden: Brill, 1994.
- "My Jewish Learning." "Mount Sinai." <https://www.myjewishlearning.com/article/mount-sinai/>.
- Peterson, Eugene H. *A Long Obedience in the Same Direction: Discipleship in an Instant Society*. 2nd ed. Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 2000.
- Ramantswana, Hulisani. "Mount Sinai and Mount Zion: Discontinuity and Continuity in the Book of Hebrews." *In die Skriflig/In Luce Verbi* 47, no. 1 (May 2013): 1–9. <https://doi.org/10.4102/ids.v47i1.90>.
- "Road to Jericho." *FaithND*. University of Notre Dame. Accessed February 2, 2026. <https://faith.nd.edu/road-to-jericho/>.

- Sefaria: A Living Library of Jewish Texts. "Mountains." 2026. <https://www.sefaria.org/topics/mountains?sort=Relevance&tab=notable-sources>.
- "Sefaria: A Living Library of Jewish Texts." "Psalms 121." 2023. <https://www.sefaria.org/Psalms.121?lang=bi>.
- Simbolon, Lena Christina. "Ezer in the Context of Men Creation in Genesis 2:4b-25." *International Journal of Education, Theology, and Humanities* 3, no. 1 (December 2023): 45-57. <https://doi.org/10.46965/ijeth.v3i1.62>.
- VanDoodewaard, Robert. "Preserved Through Pilgrimage." *Ligonier Ministries*. January 23, 2021. <https://learn.ligonier.org/devotionals/preserved-through-pilgrimage>.
- VanGemeren, Willem A., gen. ed. *New International Dictionary of Old Testament Theology and Exegesis*. Vol. 1. Grand Rapids, MI: Zondervan, 1997.
- Weiner, Michael. "Psalm 121: Of Pilgrims, Perils, and a Personal God." *The Lehrhaus*. July 13, 2020. <https://thelehrhaus.com/scholarship/psalm-121-of-pilgrims-perils-and-a-personal-god>.
- Wilson, Ralph F. "Introduction to the Song of Ascent (Psalms 120-134)." *JesusWalk Bible Study Series*. 2026. <https://www.jesuswalk.com/ascent/00-intro.htm>.