

# PENGARUH PENDIDIKAN EMOSI TERHADAP PERTUMBUHAN KUALITAS IMAN MAHASISWA TEOLOGI

Marmi Srihartati

Rio Ferdian

[mamikmei6592@gmail.com](mailto:mamikmei6592@gmail.com)

[rioferdian2801@gmail.com](mailto:rioferdian2801@gmail.com)

**Sekolah Tinggi Teologi Presbyterian Indonesia**

---

## Abstrak

*Tujuan penelitian ini adalah untuk memperhatikan pentingnya pendidikan emosi dalam meningkatkan pertumbuhan kualitas iman mahasiswa teologi. Seorang mahasiswa teologi adalah orang terpanggil dan memfokuskan hidupnya untuk menanggapi panggilan Tuhan. Dalam pengenalan akan kebenaran Firman Tuhan seharusnya menjadikan mahasiswa teologi mengerti maksud dan rencana Tuhan dalam hidupnya. Kategori emosi khawatir yang dihadapi mahasiswa teologi memberi dampak kehidupan iman mengenai pengenalan identitas pribadi. Kajian ini dilakukan dengan studi kepustakaan dan literatur serta analisis empiris. Peran kunci pendidikan emosi membantu mahasiswa teologi mengelola dan mendidik kekhawatiran yang mungkin menghambat pertumbuhan iman mereka dan pemahaman yang lebih luas dalam menemukan nilai-nilai spiritual terhadap identitas diri. Temuan penelitian membuktikan bahwa pendidikan emosi efektif dalam membekali mahasiswa dengan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi tantangan emosional yang muncul dalam perjalanan iman. Implikasi praktis menjadi hasil dalam penelitian ini, agar setiap mahasiswa teologi bisa mendapat pemahaman emosi khawatir yang benar serta mampu melayani secara seimbang terhadap pengenalan Allah melalui Firman-Nya.*

**Kata Kunci:** Pendidikan, Emosi, Identitas, Iman, Khawatir.

## Abstract

*The aim of this research is to pay attention to the importance of emotional education in increasing the growth of the quality of faith of theology students. A theology student is a called person and focuses his life on responding to God's call. Getting to know the truth of God's Word should make theology students understand God's intentions and plans for their lives. The emotional category of worry faced by theology students has an impact on the life of faith regarding the recognition of personal identity. This study was carried out using literature study and literature synthesis as well as empirical analysis. The key role of emotional education is helping theology students manage and educate concerns that may hinder their growth in faith and broader understanding in finding spiritual values towards self-identity. Research findings prove that emotional education is effective in equipping students with the skills necessary to face the emotional challenges that arise in the journey of faith. Practical implications are the results of this research, so that every theology student can gain a correct understanding of the emotion of worry and be able to serve in a balanced way towards knowing God through His Word.*

**Keywords:** Education, Emotional, Identity, Faith, Anxiety.

## PENDAHULUAN

Dalam konteks pendidikan teologi, seringkali perhatian utama tertuju pada pengembangan pengetahuan secara teologis dan doktrin dengan mengesampingkan aspek emosional. Harus penting disadari bahwa emosi manusia memainkan peranan penting dalam kehidupan mahasiswa teologi. Salah satu emosi yang sering dihadapi ini adalah emosi khawatir. Mahasiswa teologi sering mengalami beban emosi yang berat dalam menjalani proses pendidikannya. Khawatir terkait tuntutan tugas dari dosen, pelayanan gereja, dan ketakutan gagal, menjadi faktor yang mempengaruhi kualitas iman.

Ketika kita memikirkan emosi dalam dunia pendidikan, maka kita menyadari bahwa emosi tidak terlalu di sorot dalam dunia pendidikan formal. Padahal para pakar pendidikan dan psikologis sudah mengusulkan agar pembelajaran terkait emosi ini seharusnya masuk dalam kurikulum. Daniel Goleman dalam bukunya berkata, Peran IQ dalam keberhasilan di dunia kerja hanya menempati posisi kedua sesudah kecerdasan emosi dalam menentukan pencapaian prestasi puncak dalam pekerjaan<sup>1</sup>. Namun sangat disayangkan pendidikan emosi, justru menjadi prioritas yang terlupakan, orang-orang makin lama makin tidak memikirkan hal ini. Stephen Tong mengatakan “dalam Filsafat Yunani (Gerika), orang-orang selalu menekankan bahwa yang menggerakkan emosi seseorang itu adalah rasio. Rasio menjadi suatu hal yang mutlak dan tertinggi. Logika yang harus menjadi ukuran kebenaran. Tetapi tidak mungkin itu bisa jadi patokan untuk memecahkan masalah, karena manusia sudah jatuh dalam dosa. Waktu manusia jatuh dalam dosa, apa yang ada dalam dirinya tentu telah tercemar. Dan seringkali keputusan yang diambil salah, sehingga menimbulkan kekacauan dalam kehendak, emosi, dan pemikiran<sup>2</sup>. Menurut data, banyak pendidikan-pendidikan, baik dari sekolah dasar sampai perguruan tinggi saat ini menekankan cara berpikir menghafal. Mereka menganggap orang yang menghafal banyak, itu yang pintar dan cerdas<sup>3</sup>. Penilaian yang hanya diukur dengan angka akademis ini tidak membawa pengaruh begitu positif dalam iman. Akibatnya banyak orang yang pintar menjadi sompong lalu ia tidak mempedulikan yang di bawahnya, menganggap diri hebat dan merendahkan temannya. Semakin tinggi dirinya punya prestasi, semakin tidak lagi ingat kepada pencipta. Itu sebab kita perlu minta pimpinan Roh Kudus untuk menyadari hal ini.

---

<sup>1</sup> Daniel Goleman, *Working With Emotional Intelligence*, (Jakarta: PT Gramedia, 2020), hal 7.

<sup>2</sup> Stephen Tong, *Pengudusan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2007), hal 3.

<sup>3</sup> Zaki Mubarak, *Problematika Pendidikan Kita: Masalah-masalah Pendidikan Faktual dari Guru, Sekolah dan Dampaknya*, (Depok: Gading Pustaka Depok, 2019), hal 18.

Penelitian ini akan meneliti pengaruh emosi khawatir mahasiswa teologi terhadap pertumbuhan kualitas iman berdasarkan Injil Matius 6: 25-34. Di tengah arus perkembangan zaman yang semakin maju ini, keinginan akan sesuatu seolah menjadi kebutuhan yang harus dipenuhi, bahkan walaupun kita tampaknya tidak memerlukan hal itu. Ada orang yang begitu khawatir akan hidupnya di masa depan, namun ada juga yang sangat khawatir akan masa lalunya akan terulang kembali. Melihat hal ini, Yesus dalam Injil Matius 6:25-34<sup>4</sup>, mengatakan jangan khawatir akan hidup, baik apa yang ingin di makan atau minum dan juga tentang pakaian. Sebenarnya perikop ini memberikan suatu identifikasi kepada kita, terkait pengenalan Identitas diri dan mengetahui kehendak Allah. Ferry Yang dalam bukunya mengatakan “tujuan pendidikan emosi adalah penguasaan diri, manusia sangatlah sulit menguasai diri, bahkan banyak orang cenderung tidak mampu menguasai diri”<sup>5</sup>.

Masalah ini yang penulis sorot kepada Mahasiswa-mahasiswa Sekolah Tinggi Teologi, yang begitu banyak mengalami kekhawatiran selama proses perkuliahan. Dalam kondisi beriman, namun hanya mengetahui iman itu sebatas apa yang disampaikan Pendeta, Dosen atau lainnya, akhirnya kekhawatiran itu menguasai diri, dan sampai tidak sadar akan identitas nya lagi. Jimmy Pardede mengatakan “Bagaimana cara agar Kristus terlihat melalui kita? dengan cara kita mulai melatih emosi kita untuk Kristus, emosi yang didorong oleh karena pengorbanan Kristus dan itu yang dikeluarkan demi Kristus”<sup>6</sup>. Matius 6: 25-34 berbunyi, tetapi carilah dahulu kerajaan Allah dan kebenaran-nya,,, sebenarnya memberikan suatu rahasia kepada kita sekaligus kunci untuk menyelesaikan masalah mendasar manusia terkait emosi kekhawatiran ini, terkhusus bagi mahasiswa Teologi.

Oleh karena itu, melalui penelitian ini, diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih baik terhadap pentingnya pendidikan emosi dengan konteks Mahasiswa Teologi dan implikasinya bagi kualitas pertumbuhan iman serta pengenalan identitas yang benar. Dengan memahami dan menggali lebih dalam, diharapkan penelitian ini memberikan wawasan yang luas terhadap pengembangan pelayanan atau program-program holistik, tidak hanya membentuk pemimpin rohani yang berkualitas tetapi juga membentuk pemimpin rohani yang memiliki keseimbangan emosional yang baik.

---

<sup>4</sup> Alkitab LAI, *TB*.

<sup>5</sup> Ferry Yang *Pendidikan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2022), hal 6.

<sup>6</sup> Jimmy Pardede, *Kasih Allah, Doa, dan Keberanian Berjuang* (Jakarta: Momentum, 2024), hal 177.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan menggunakan kajian atau studi literatur yang menganalisa teks dari Matius 6: 25-34. Metodologi kualitatif untuk memperoleh data yang valid guna membangun sebuah teori yang berkaitan dengan tema atau pokok penelitian. Siskha berkata, penelitian kualitatif merupakan riset yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis dengan pendekatan induktif. Pendekatan dalam penelitian kualitatif menitik beratkan kepada makna, penalaran, situasi dan definisi dalam konteks tertentu, dengan melihat hubungan dengan kehidupan sehari-hari<sup>7</sup>.

Maksud metodologi ini ialah mengkaji dan mengelaborasi setiap sumber, informasi dan data-data yang diperoleh dari pustaka. Sumber-sumber literatur studi yang penulis gunakan yaitu buku utama alkitab terjemahan baru, alkitab penuntun *study bible*, dan tafsiran Injil Matius. Buku pendukung lainnya yaitu; buku-buku dasar-dasar iman kristen yang berhubungan dengan teks tentang pendidikan emosi. Selain itu juga menggunakan buku-buku penunjang lainnya yang berhubungan dengan judul. Penulis juga menggunakan jurnal teologi serta aplikasi digital yang bersangkutan dengan teks.

## PEMBAHASAN DAN HASIL

### PEMBAHASAN

#### A. Definisi Istilah

##### 1. Istilah Emosi

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, emosi adalah luapan perasaan yang berkembang dan surut di waktu singkat, keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis; (seperti kegembiraan, kesedihan, kepahitan, kecintaan, keberanian, yang bersifat subjektif).<sup>8</sup> Kata emosi diterjemahkan dalam bahasa inggris yaitu *emotion*, merupakan jenis nomina sintaksis (kata benda)<sup>9</sup>. Dalam makna paling harafiah, *Oxford English Dictionary* mendefinisikan emosi adalah setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu; setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap.<sup>10</sup> Yang biasanya menjadi masalah hubungan antara manusia adalah

<sup>7</sup> Siskha Putri Sayekti, S.Ag., M.Si, *Meteodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi*, (Bandung: Media Sains Indonesia, 2022), hal 123.

<sup>8</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008), hal 261.

<sup>9</sup> Kamus Lengkap, *Inggris – Indonesia*, (Surabaya: Mitra Belajar, 2005), hal 125.

<sup>10</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2022), hal 409.

masalah emosi. Emosi adalah kunci yang menentukan apakah hubungan akan menjadi retak atau menjadi makin harmonis dan lain sebagainya. Mau tidak mau setiap manusia dikendalikan oleh emosi-nya. Bahkan ketika diri manusia itu seperti tidak memiliki emosi, masalahnya tetap pada emosi<sup>11</sup>. Yulia dalam artikelnya menulis bahwa, emosi tertuju pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak, emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu<sup>12</sup>.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa emosi adalah perasaan yang mendorong seseorang untuk mampu berekspresi, dengan kecenderungan untuk bertindak yang menimbulkan reaksi jasmaniah pada seseorang sehingga orang lain dapat mengetahui kondisi seorang tersebut. Emosi melibatkan perasaan suka atau ikut ambil bagian dalam pengalaman; baik itu marah, gembira, bahagia, menangis karena sedih, takut, khawatir, dan cemas.

## 2. Pendidikan Emosi

Ferry Yang mengatakan “Pengalaman sangat diperlukan di dalam memahami makna dari suatu emosi. Bahkan untuk mengetahui perbedaan sedih dengan gembira saja, orang tidak bisa hanya membaca buku teks, apalagi untuk memahami”<sup>13</sup>. Itu sebab di dalam Pendidikan Emosi, pengalaman konkret harus ada, pengalaman pribadi sangatlah diperlukan<sup>14</sup>. Pendidikan emosi membuat kita mampu memahami emosi dengan lebih baik, dengan pemahaman yang dididik ini membuat kita bisa mengurangi kecemasan, stress, khawatir dalam kehidupan sehari-hari. Pater Salovey mengatakan “emosi seorang mencakup kemampuan untuk memahami, menilai, dan mengekspresikan secara akurat; kemampuan untuk mengakses dan menghasilkan perasaan ketika perasaan tersebut memfasilitasi pemikiran; dan kemampuan untuk mengatur emosi untuk mendorong pertumbuhan emosional dan intelektual.”<sup>15</sup>

## 3. Identitas Diri

Dalam kamus besar bahasa indonesia kata identitas adalah ciri-ciri atau keadaan khusus seseorang, jati diri<sup>16</sup>. Anthony Hoekema mengatakan “Identitas sejati adalah pengertian yang lebih tinggi, lebih kaya, dan luas, yang ditemukan dalam Iman kepada orang percaya”<sup>17</sup>. Penerimaan Tuhan terhadap kita, memampukan kita untuk menemukan identitas kita lebih

<sup>11</sup> Ferry Yang, *Pendidikan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2022), hal 12.

<sup>12</sup> Yulia Suryanti, *Emotional Learning, Sebagai Pengembangan Pendidikan Karakter*, <https://snpe.fkip.uns.ac.id>, Diakses 04 Mei 2025.

<sup>13</sup> Ferry Yang Ph.D, *Pendidikan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2022), hal 545.

<sup>14</sup> Ibid, hal 546.

<sup>15</sup> Pater Salovey, *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*, (New York: Basic Books, 1997), hal 10-11.

<sup>16</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008), hal 366.

<sup>17</sup> Anthony Hoekema, *Created God's Image*, (Surabaya: Momentum, 2003), hal 47.

dalam, dan limpah asal kita berakar dalam Dia. Paul Tillich mengatakan “identitas diri ditemukan dalam keberanian dan keyakinan seorang yang berakar dalam kepercayaan pada pemeliharaan Tuhan; identitas yang sejati itu muncul ketika sedang menghadapi kecemasan eksistensial dengan iman.”<sup>18</sup>

#### 4. Kekhawatiran

Kekhawatiran merupakan suatu keadaan atau kondisi takut akan sesuatu atau ragu terhadap apa yang dipikirkan, melihat dengan cara tidak percaya. Kekhawatiran memiliki kecenderungan membawa seorang kepada imajinasi yang liar tidak jarang imajinasi yang liar memimpin seseorang untuk mengambil keputusan dan tindakan yang tidak etis.<sup>19</sup> David Powlison mengatakan “pada pusat dari kekhawatiran terletak ilusi bahwa kita mampu mengendalikan hal-hal yang tak terarah; kekhawatiran mengasumsikan kemungkinan untuk mengendalikan hal-hal yang tidak bisa dikendalikan.”<sup>20</sup> Jadi khawatir pun seolah tidak selalu memiliki implikasi negatif. Hal yang positif adalah ketika kekhawatiran itu dipikirkan dalam bentuk tanggung jawab, dan kedua kekhawatiran itu dipikirkan dengan bentuk berserah, namun ketika berserah lalu meninggalkan tanggung jawab. Dalam konkordansi alkitab, kekhawatiran pada Matius 6:25 memiliki keserupaan dengan khawatir yang dikatakan Yesus pada Lukas 8:14”<sup>21</sup>, dalam pengertian orang yang khawatir akan merasa ditekan oleh keadaan, terjepit, hingga tidak mampu untuk tumbuh.

### B. Kajian Biblika

#### 1. Latar Belakang Kitab

Kitab Matius merupakan kitab pertama dari Perjanjian Baru, yang ditulis oleh Matius sendiri. Jika Injil Markus ditulis untuk orang Romawi dan Injil Lukas ditujukan kepada Teofilus dan semua orang percaya bukan Yahudi. Injil Matius tampak banyak hal, termasuk 1). Ketergantungan-nya pada pernyataan, janji, nubuat Perjanjian Lama untuk membuktikan bahwa Yesus memang Mesias yang sudah lama dinantikan; 2). Hal menurut garis silsilah Yesus; 3). Pernyataan-nya yang berulang-ulang bahwa Yesus adalah Anak Daud; 4). Penggunaan istilah khas Yahudi seperti Kerajaan Surga, (yang searti dengan Kerajaan Allah) sebagai ungkapan

---

<sup>18</sup> Paul Tillich, *Courage to Be*, (New Haven: Yale University Press, 1952) hal 35-36.

<sup>19</sup> Ferry Yang *Pendidikan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2022), hal 36.

<sup>20</sup> David Powlison, *Kondisi dan Konseling Manusia Melalui Lensa Alkitab Memandang Dengan Perspektif Baru*, (Surabaya: Momentum, 2011), hal 131.

<sup>21</sup> D.F. Walker, *Konkordasi Alkitab*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1978), hal 250.

rasa hormat orang yahudi yang segan menyebut nama Tuhan Allah sembarangan. Ada sifat keyahudian pada Injil ini<sup>22</sup>.

Dalam bukunya Bavink, tema kitab ini diambil dari pengakuan Petrus dalam pasal 16:16 yaitu, Yesus adalah Raja Mesianis. Kitab ini di tulis pada tahun 60-an Masehi. Tanggal dan tempat Injil ini berasal tidak dapat dipastikan. Akan tetapi ada alasan kuat untuk beranggapan bahwa Matius menulis sebelum tahun 70 Masehi. Cara Injil Matius bercerita adalah pendek dan sederhana selalu soal-soal pokok saja yang disebutnya, yakni hal-hal penting; tidak mau menuliskan soal-soal kecil berbeda dengan Markus dan Lukas. Sebaliknya Matius sering menceritakan khotbah-khotbah dan pengejaran Tuhan Yesus lebih sempurna daripada penulis-penulis lain<sup>23</sup>.

Jika diperhatikan, Matius sebelumnya adalah seorang pemungut cukai, di kalangan orang Yahudi pada saat itu, pemungut cukai bukanlah gelar kehormatan, melainkan sebutan itu memiliki arti hina dan juga golongan orang berdosa. Perhatikan pada peristiwa orang lewi yang mengundang Yesus untuk makan, di sana juga ada banyak pemungut cukai (Matius 9: 11; Markus 2: 15; Lukas 5: 29). Tentu saja Matius juga termasuk dalam golongan ini dan sebab itu, Matius mengenal Yesus dan Yesus mengenal Matius, disinilah awal mula perjumpaan Matius sebelum menjadi rasul. Matius mengikut Yesus tanpa ragu-ragu, ketika Yesus mengatakan ikutlah Aku! pada saat duduk di rumah cukai.

Matius merasa malu tentang pekerjaanya sendiri, ketika dia mencatat nama 12 murid, dia menggunakan kata ‘pemungut cukai’, pekerjaan yang memalukan, di belakang namanya (Matius 10:3).<sup>24</sup> Matius menulis kitab Injil ini dengan pengertian yang sangat mendalam melalui peristiwa-peristiwa Perjanjian Lama, yang meliputi nubuatan-nubuatan dalam Mazmur, Yesaya, Yeremia, Mikha, dan Zakharia, dengan membuktikan Yesus Kristus adalah pemenuhan daripada nubuatan itu.<sup>25</sup> Pergumulan Matius sebelum mengenal Yesus tentunya pergumulan rohani yang sangat dalam. Sebelum bertobat, ia hidup dengan perasaan penyesalan, duka dan sedih, tetapi setelah mengikuti Tuhan Yesus, ia merasakan sukacita dan kebebasan hati nurani, menjadi rendah hati, tidak banyak bicara namun pelayanan dengan sungguh.

Ro,Wo berpandangan, tampaknya Matius sudah mendapatkan pendidikan yang tinggi<sup>26</sup> karena dalam masa itu, untuk menjadi seorang pemungut cukai, bukanlah orang biasa. Seorang

<sup>22</sup> Leon Morris, *Teologi Perjanjian Baru*, (Malang: Gandum Mas, 2006), hal 155-156.

<sup>23</sup> J.H. Bavink, *Sejarah Kerajaan Allah Perjanjian Baru*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1982), hal 23.

<sup>24</sup> Ro, Woo Ho, *Manusia Kepunyaan Allah*, (Tangerang: Yayasan YASKI, 2010), hal 137.

<sup>25</sup> Ibid, hal 139.

<sup>26</sup> Ibid, hal 140.

yang bekerja dikantor cukai setidaknya menguasai cara berhitung dan berbagai macam bahasa, seperti bahasa Yunani, Aram dan Roma. Hubungan pasal 6 mengenai hal kekhawatiran tidak bisa terlepas dengan topik Tuhan Yesus khotbah di bukit. Khotbah saat itu Tuhan Yesus tujukan kepada orang yang terabaikan pada saat itu. Tuhan Yesus sendiri meyakini mereka itu adalah umat Allah bahkan umat pilihan. Walaupun mereka memiliki relasi dan pandangan yang tidak benar, serta tidak selaras dengan kebenaran dan kehendak Allah, sama seperti orang Farisi atau para ahli taurat. Tuhan Yesus menekankan pentingnya manusia mengalami pembaharuan hidup dengan iman yang bertumbuh dan emosi yang di didik sesuai dengan kebenaran Firman Tuhan.

## 2. Jangan Kuatir Akan Kebutuhanmu

Matius 6:25 “karena itu Aku berkata kepadamu: Janganlah kuatir akan hidupmu, akan apa yang yang hendak kamu makan atau minum, dan janganlah kuatir pula akan tubuhmu, akan apa yang hendak kamu pakai. Bukankah hidup itu lebih penting dari pada makanan dan tubuh itu lebih penting dari pada pakaian? Stephen Tong mengatakan “disini hidup dibagi dua, yaitu hidup rohaniah yang bersifat kekal dan melampaui hidup sehari-hari di dunia ini, dan hidup jasmaniah yang diwujudkan dalam tubuh ini selama berapa puluh tahun di dunia sementara ini”<sup>27</sup>. Hidup memang adalah suatu hal yang menuntut keprihatinan terhadap dunia. Ferry Yang mengatakan “ketika bertumbuh, imajinasi manusia dipenuhi oleh hal-hal yang bisa dilakukan, yang seharusnya terjadi, apa yang akan terjadi, apa yang hendak direncanakan, apa yang sudah terjadi. Semuanya ini bercampur menjadi satu membentuk imajinasi-nya dan akhirnya berpengaruh terhadap emosi khawatir di dalam hatinya”<sup>28</sup>

Matthew Henry dalam tafsiran nya menulis, ada dua hal jenis kekhawatiran di sini; *Pertama*, kekhawatiran yang membuat gelisah dan menyiksa, yang membuat pikiran kacau-balau dan membuatnya tergantung di awang-awang, yang mengganggu sukacita di dalam Allah, dan mengaburkan pengharapan kita di dalam-Nya, yang mengganggu tidur, dan menghalangi kita untuk menikmati diri kita sendiri, teman-teman kita, dan semua yang sudah diberikan Allah kepada kita. *Kedua*, kekhawatiran yang membuat ragu-ragu dan tidak percaya. Allah telah berjanji untuk menyediakan bagi umat kepunyaan-Nya segala hal yang diperlukan bagi kehidupan<sup>29</sup>. Penulis menyadari hal ini sebagai suatu yang penting dalam sikap Iman. Semua yang Tuhan ciptakan memiliki dan memancarkan kemuliaan-nya. Dalam kekhawatiran, hanya menyulitkan relasi dan penilaian kita terhadap kasih Allah. Orang yang khwatir

---

<sup>27</sup> Stephen Tong, *Pengudusan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2007), hal 131.

<sup>28</sup> Ferry Yang, *Pendidikan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2022), hal 31.

<sup>29</sup> Matthew Henry, *Tafsiran Injil Matius 1-14*, (Surabaya: Momentum, 2007), hal 268.

merupakan orang yang meragukan cinta kasih Allah atas hidupnya. Oleh karena itu Tuhan Yesus mengajarkan jangan khawatir. Kekhawatiran menjadi masalah yang besar sekali, karena kekhawatiran mempengaruhi keputusan yang akan diambil seseorang.

Seorang yang khawatir bisa salah mengambil keputusan dan bisa baik juga dalam mempertimbangkan keputusan. Karena perasaan khawatir berkaitan dengan sikap tidak ingin salah langkah. Stephen Tong mengatakan ada dua aspek kekhawatiran seseorang: “pertama, orang yang suka khawatir paling sedikit adalah orang yang menaruh hati di dalam hal-hal tertentu. Dari sudut pandang positif kita bisa menghargai orang yang khawatir. Kita khawatir tentang hal gereja berarti kita menaruh hati di dalam gereja. mengkhawatirkan sesuatu berarti kita mempunyai hati dalam hal tersebut, betul-betul ada minat untuk memperhatikan. Kedua, orang khawatir pasti pintar. Orang pintar bisa khawatir, karena ia menganalisis, sesudah menganalisis, lalu melihat kesulitan, baru mungkin bisa kuatir. Orang bodoh tidak bisa kuatir, karena sikapnya masa bodoh”<sup>30</sup>.

Tuhan Yesus dalam Injil Matius 6: 25-34 langsung menghadapi emosi khawatir. Jika diperhatikan bagaimana mungkin Yesus mengatakan jangan khawatir, sedangkan sebagai dirinya yang adalah Allah, Ia mengetahui segala sesuatu, Ia tahu bahwa beberapa saat lagi Ia akan dihina, disiksa, bahkan sampai mati di kayu salib, namun ketika Dia menjalani *via dolorosa*, Ia tidak khawatir sedikitpun. Sepertinya tampak tidak cocok Matius 6:25 ini dengan kisah hidup-Nya. Seringkali ketika mendengar kata “jangan khawatir” perasaan menjadi tampak bahagia dan tampak seperti dibius oleh imajinasi bahwa hidup akan terpenuhi dan terjamin. Namun satu rahasia dari ayat ini adalah bentuk pertanggungjawaban. Ferry Yang memberi pemahaman bahwa, kata jangan khawatir mengandung makna absolut dan tidak bisa diganggu gugat, yaitu bahwa Allah mempedulikan kita. Allah yang peduli ini adalah Allah yang menjaga masa depan kita, tidaklah identik dengan janji manis pembiusan, melainkan ini bentuk mengenal identitasnya dalam Allah<sup>31</sup>.

## 2.1 Identitas Diri

Setelah manusia jatuh dalam dosa, ada satu emosi manusia yang paling menonjol adalah perasaan takut. Dalam kejadian 3: 9-10, yaitu ketika Allah memanggil manusia, dimanakah engkau? Pada saat itu manusia bersembunyi dengan alasan takut. Perasaan takut ini yang membuat manusia menyadari keadaan tidak pantas di hadapan Allah. Dari takut menjadi

---

<sup>30</sup> Stephen Tong, *Pengudusan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2007), hal 135.

<sup>31</sup> Ferry Yang, *Pendidikan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2022), hal 41.

khawatir, setelah khawatir menjadi tidak bisa berpikir dengan baik. Khawatir paling berbahaya itu adalah khawatir akan sesuatu yang dikhawatirkan. Penulis memberikan contoh seperti khawatir akan makan, akan pakaian, akan besok mau ngapain dan lain sebagainya, semua sesuatu dikhawatirkan, akhirnya hidupnya adalah hidup yang penuh khawatir. Mengapa Mahasiswa Teologi bisa khawatir, bukankah mengaku sudah percaya Tuhan? Secara tersirat Yesus memberikan jawaban bahwa dalam Injil Matius kekhawatiran ialah orang yang kehilangan Identitas.

Stephen Tong mengatakan “Manusia belum mengetahui secara tepat identitas diri-nya sendiri. Apa artinya manusia berada di tengah alam semesta yang sedemikian besar? Ke mana arah tujuan manusia? ternyata manusia tidak tahu jawabannya”<sup>32</sup>. Di manakah posisi manusia? Alkitab dengan jelas mengatakan bahwa manusia hampir sama dengan Allah, dan sedikit lebih rendah daripada malaikat yang menguasai bumi. Dalam pribahasa tionghoa berbunyi “Berdiri menginjak bumi, tegak menopang langit” sehingga di tengah sorga dan bumi, kita dapat berdiri tegak disertai dengan identitas yang beres<sup>33</sup>. Manusia hidup penuh dengan kesusahan dan ketidakpuasan karena manusia tidak mau menerima posisi yang asli yang Tuhan berikan. Manusia mau lebih tinggi. Perasaan ingin tinggi menjadi perasaan yang dipikirkan sehingga terekam dalam pikiranya terus menerus, ini yang di sebut khawatir.

Mahasiswa Teologi yang masih khawatir berlebihan memiliki suatu masalah dalam pengenalan-nya akan Allah. Dalam bahasa Yunani khawatir adalah merimnate (μεριμνᾶτε)<sup>34</sup> yang memiliki definisi prihatin atau cemas. Dalam bahasa inggris kuatir adalah “worry, afraid, anxiety”<sup>35</sup>. Worry seperti kuatir yang kita alami, kita tahu dan mengerti namun kita tidak bisa berkuasa atasnya, sehingga kita takut atau *afraid* secara mendetail. Tetapi anxiety berbeda dengan worry. Hal ini diperkuat oleh argumen Stephen Tong memberi komentar, anxiety dalam bahasa jerman adalah *angst* lebih mendalam dari sekedar kekuatiran mendetail, melainkan *angst* adalah kekhawatiran yang totalitas dari semua khawatir, ketakutan yang total bukan lagi tentang makanan, minuman, pakaian, anak, politik, atau masyarakat melainkan *my existence in facing nonexistence* (aku yang ada sedang menghadapi kondisi menjadi tidak ada; aku yang sekarang hidup menghadapi kondisi kematian), orang yang demikian sedang menghadapi sesuatu yang tidak diketahuinya sama sekali apa yang akan terjadi kemudian. Itulah yang mengakibatkan ketakutan luar biasa, total *worry* atau *anxiety*<sup>36</sup>.

---

<sup>32</sup> Stephen Tong, *Mengetahui Kehendak Allah*, (Surabaya: Momentum, 1999), hal 42.

<sup>33</sup> Ibid, hal 43.

<sup>34</sup> Bibble Works 10.

<sup>35</sup> John M. Echols, *Kamus Indonesia-Inggris*, (Jakarta: Gramedia, 1992), hal 313.

<sup>36</sup> Stephen Tong, *Pengudusan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2007), hal 141.

Jadi seorang yang khawatir (*anxiety*) bukan hanya memiliki perasaan cemas seperti biasa, melainkan perasaan takut yang membuat dirinya tidak mengerti lagi siapa identitas-nya. Emosi khawatir bukanlah emosi biasa, emosi ini timbul karena keterpisahan manusia dengan Allah. Manusia yang jatuh dalam dosa, tidak hanya terpisah dengan keadaan di usir dari taman eden. Melainkan keterpisahan batin karena kehilangan identitas tersebut.

## 2.2 Kuatir Dan Pertumbuhan Iman

Ada pepatah mengatakan: kemarin adalah sejarah, besok adalah misteri, dan hari ini adalah pemberian atau hadiah. Orang yang hidup dalam kekhawatiran adalah orang yang kebanyakan memikirkan hari besok yang belum tentu terjadi. Filsuf dan penulis menjelaskan bahwa berbagai hasil penelitian tentang kekhawatiran secara umum, menunjukkan sekitar 85% hal-hal yang kita khawatirkan tidak pernah terjadi. Terlalu memikirkan masa lalu bahkan hidup di dalamnya, bisa menjadi depresi, itu sebab fokus seharusnya ada pada masa sekarang. Mahasiswa teologi seharusnya tidak khawatir karena percaya Tuhan menjaga. Mengatasi emosi kekhawatiran perlu dilakukan dengan iman. James mengatakan “Iman itu tidak berlalu menjadi sejarah, tetapi berlanjut sepanjang hidup sebagai realitas masa kini. Iman bukan hanya berlanjut, tetapi juga bertumbuh lebih kuat ketika secara lebih lagi mengenal sifat orang yang dipercayai. Dengan mengambil contoh melihat iman Abraham mengalahkan keraguan di tengah penderitaan emosional yang hebat”<sup>37</sup>. Herman Bavinck mengatakan “nature iman telah didefinisikan sebagai mengetahui, menyetujui, mempercayai, dan berlindung”<sup>38</sup>. Jadi orang yang percaya dan mengaku beriman baik di kalangan mahasiswa teologi sekalipun harus memiliki empat nature ini secara penuh dalam mendidik emosi nya. Beriman dengan sungguh berarti menyerahkan secara totalitas kepada Tuhan dan melihat bagaimana Tuhan berkarya dalam hidupnya dengan bertanggung jawab atas iman nya.

Iman bukan berarti melepas tanggung jawab dan menyerahkan pada Tuhan begitu saja. Serahkan pada Tuhan, bukan berarti Tuhan ambil alih tanggung jawab. Serahkan kepada Tuhan berarti, Tuhan memberi kita kekuatan dan bijaksana untuk mengerjakannya dan kita harus bertanggung jawab. Anthony Hoekema mengatakan “iman dalam Perjanjian Baru yang sering digunakan adalah *pistis* dan kata kerja *pisteuein*; *Pistis* dapat dipergunakan dalam pengertian ‘Iman yang dengannya kita mempercayai’ (*Fides qua creditur*), untuk menyatakan suatu keyakinan atas kebenaran dari suatu hal”<sup>39</sup>. Sesuatu yang diyakini sebagai kebenaran itu perlu dikerjakan, jadikan itu beban yang Tuhan berikan. Banyak diantara mahasiswa teologi yang

---

<sup>37</sup> James Montgomery Boice, *Dasar-Dasar Iman Kristen*, (Surabaya: Momentum, 2011), hal 470-471.

<sup>38</sup> Herman Bavinck, *Dogmatika Reformed*, (Surabaya: Momentum, 2011), hal 696.

<sup>39</sup> Anthony A. Hoekema, *Diselamatkan Oleh Anugrah*, (Surabaya: Momentum, 2006), hal 177.

mengaku sudah beriman namun masih tetap ragu akan imannya. Hal ini seperti yang dikatakan Ferry Yang, Kita khawatir bahwa jika kita hidup taat kepada Allah, maka hidup kita akan lebih susah. Kita khawatir jika kita hidup mengikut Allah, maka kita akan mengalami penderitaan. Kita khawatir akan masa depan kita menjadi anak Allah. Kita khawatir mimpi kita tidak akan tercapai jika menyerahkan diri kepada Allah<sup>40</sup>. Hal kekhawatiran seperti inilah yang penulis temukan di kalangan Mahasiswa-mahasiswi teologi, kurang percaya terhadap pemeliharaan Tuhan dan terlebih lagi tidak meyakini identitas dalam diri-Nya bahwa Allah menjaga dan menjamin. Menjadi identifikasi bahwa, orang percaya, yang masih kuatir berlebihan dalam mengikut Tuhan, berarti belum memiliki iman yang sejati terhadap pemeliharaan-Nya.

Pendidikan sekarang tidak memperhatikan emosi seperti ini. Pendidikan justru mengajarkan secara tidak langsung untuk tidak mempedulikan perasaan itu. Pendidikan secara tidak sadar di desain sedemikian untuk menidurkan emosi manusia. Pendidikan membias emosi manusia, supaya emosi tidak dimunculkan secara ekspresif. Pembiasan dilakukan dengan cara membohongi diri sendiri, yaitu memotivasi diri sendiri untuk mencapai sesuatu<sup>41</sup>. Inilah yang sekarang banyak dilakukan motivator-motivator. Kekhawatiran perlu dihadapi dengan sikap tanggung jawab terhadap apa yang dikhawatirkan. Pembiasan terhadap apa yang dikhawatirkan ini tidaklah menyelesaikan kepiluan dan gejolak dalam hati karena sumber kekhawatiran tidak di sentuh. Hal ini seperti orang yang sudah jatuh dalam kecanduan yang hidupnya perlu obat-obatan setiap saat untuk membias diri. Tetapi hal tersebut tidak akan pernah bisa menyelesaikan apa yang menjadi masalah mendasarnya. Sikap jujur kepada Allah ketika menghadapi pergumulan menjadi hal yang penting. Karena melalui pergumulan, seseorang mampu melihat pekerjaan Kristus melalui Roh Kudus-Nya yang membuat kita peka dan bertumbuh dalam kualitas iman sejati. Yakub Susabda mengatakan “*Knowledge and behavior are embedded in everyone's core beliefs about the nature of God*; Pengetahuan dan respons iman kita berasal dari pengenalan kita akan hakikat Allah”.<sup>42</sup>

### 2.3 Peran Roh Kudus Dalam Pendidikan Emosi

Salah satu hal yang paling fundamental dalam iman Kristen yang harus kita pahami bahwa dalam pendidikan emosi, Roh Kudus punya peran yang sangat penting bagi pertumbuhan iman seseorang. Roh Kudus yang adalah pribadi, yang memimpin seseorang masuk dalam segala kebenaran. Ia mempunyai emosi sama seperti manusia. Dalam Efesus

---

<sup>40</sup> Ferry Yang, *Pendidikan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2022), hal 39.

<sup>41</sup> Ibid.

<sup>42</sup> Yakub Susabda, *Integrasi Teologi & Psikologi*, (Jakarta: Perkantas, 2020), hal 81.

4:30<sup>43</sup>, Roh Kudus juga bisa menjadi sedih dan pilu karena ketidaktaan manusia. Stephen Tong mengatakan “Roh Kudus bukan saja berintelek, tetapi juga sumber segala intelektual dan bukan hanya memiliki rasio, tetapi Ia melebihi rasio yang ada. Roh Kudus mempunyai kemauan serta kemampuan memimpin manusia dalam mengambil keputusan dan juga ketetapan”.<sup>44</sup>

Pendidikan emosi akan bisa dipahami dengan jelas dan limpah jika melibatkan pimpinan Roh Kudus. Kita harus menaruh perasaan emosi kepada otoritas yang lebih tinggi, yang lebih bisa menolong dan memberi bimbingan. Salah satu peran Roh Kudus adalah memberikan kita hikmat dan pengertian untuk mengelola emosi khawatir ini. Pendidikan sekuler tidak mengajarkan hal demikian. Pendidikan diluar kekristenan mengajarkan dengan sugesti pada diri sendiri, memotivasi diri, seolah tidak akan terjadi apa-apa, dan semua bisa tertangani dengan baik. Namun perlu kita perhatikan, manusia adalah makhluk yang tidak bisa lepas dari sifat dasarnya yaitu membutuhkan penolong. Ini yang Roh Kudus kerjakan, dengan karunia yang Ia berikan bagi kita, salah satunya karunia pengendalian diri. Khawatir terkadang dapat menguasai pikiran dan membuat kehilangan fokus, namun Roh Kudus dapat memberi bijaksana agar tidak terjebak dalam kekhawatiran yang berkepanjangan. Ia mengingatkan, mengajarkan, untuk mengandalkan Allah sepenuhnya. Ketika percaya kepada Allah, emosi dari rasa khawatir tidak mengendalikan diri seterusnya, melainkan seseorang menjadi mampu mempercayakan segalanya kepada Allah.

### 3. Analisa Kontekstual

Analisis kontekstual adalah metode tafsiran yang mempertimbangkan hubungan antara bagian yang diberikan ke keseluruhan dari tulisan seorang penulis, untuk pemahaman yang lebih baik hasil dari pengetahuan keseluruhan pemikiran yang ada. Konteks berasal dari 2 kata, yaitu: *Kon (bersama sama)* dan *Teks (tersusun)*. Jadi secara khusus konteks diartikan sebagai ayat-ayat sesudah atau sebelum ayat (bagian) yang dipelajari<sup>45</sup>. Di sini penulis akan menyoroti bagian dari nats kunci.

Pada Injil Matius 6:25-26 Yesus mengatakan seolah, kekhawatiran akan hal dunia yang dapat binasa ini adalah khawatir yang tidak penting, khawatir yang tidak memiliki makna dalam hidup. Dengan suatu kalimat yang Yesus tegaskan adalah “Bukankah hidup itu lebih penting di banding makanan yang ujung-ujungnya juga menjadi kotoran, dan bukankah tubuh itu lebih penting daripada fashion?”. Dilanjut ayat (26) memberikan gambaran bagi siapa yang

<sup>43</sup> LAI, “*dan janganlah kamu mendukakan Roh Kudus Allah.....*”

<sup>44</sup> Stephen Tong, *Allah Tritunggal*, (Surabaya: Momentum, 2014), hal 85.

<sup>45</sup> Kresbinol Laboar, *Dasar-dasar Hermenutika*, (Yogyakarta: ANDI, 2017), hal 53.

khawatir silahkan lihat kepada alam. Jika khawatir persolan perut silahkan perhatikan burung yang tidak menabur; Jika khawatir akan apa yang dikenakan silahkan lihat kepada bunga yang ada di hutan yang tidak di rawat, namun tetap indah. Kedua kebutuhan ini penulis simpulkan dengan istilah “kebutuhan identitas”.

Pada Injil Matius 6: 27 Yesus memberikan retorika bagi kita dengan mengatakan “siapakah yang khawatir bisa menambahkan sehasta pada hidup?”. Memberi identifikasi yang tegas bagi kita. Jika khawatir hidup tidak ada yang berubah, umur tidak akan bertambah dengan khawatir, tidak ada yang baik dengan memikirkan hal berlebihan tanpa dikerjakan. Bahkan sampai pada ayat (32) Yesus menunjukan hanya orang yang tidak mengenal Allah yang khawatir. Orang kafir khawatir karena tidak menemukan identitas dengan benar, mereka khawatir karena melihat hidup dengan sebatas makan dan minum yang dapat binasa.

Pada Injil Matius 33-34 Yesus tampak memberi suatu kunci untuk menjawab soal-soal emosi berkaitan khawatir ini. Ia mengatakan dengan mencari kerajaan Allah dan kebenaranya memberikan jalan keluar terhadap permasalahan khawatir. Penekanan Yesus pada bagian ini menjelaskan bahwa kehidupan mesti mengetahui identitas yang sesuai dengan kehendak Allah.

Jadi dari konteks di atas, dapat disimpulkan bahwa pertumbuhan emosi dan iman yang berkualitas bisa didik dengan terlebih dahulu mengerti kehendak Allah atas hidup kita. Yesus secara manusia tidak mungkin tidak khawatir. Namun ketika Ia mengatakan *Jangan Khawatir*, ini bukanlah sekedar kata-kata manis untuk pembiusan diri. Kristus sudah mengerti tugas dan kehendak Bapa akan Diri-Nya di dunia ini, bagi kerajaan Bapa yang ada di dunia. Jadi pengenalan akan Allah terkait dengan pengenalan akan diri. Disitu-lah manusia bisa menemukan identitas.

#### 4. Makna Teologis

Yesus mengingatkan murid-murid untuk tidak menyiksa diri mereka sendiri dengan hal yang memusingkan perjalanan hidup mereka. Dengan segala emosi khawatir dan kecemasan dari berbagai masalah yang tidak sesuai kehendak Allah. Matthew Henry mengatakan “Jika kita berdoa dan memohon pimpinan Roh Kudus setiap hari, kita dapat memperoleh kekuatan untuk menanggung dan mengatasi masalah-masalah emosi yang berkaitan khawatir, serta kita di persenjatai untuk melawan godaan-godaan yang menyertainya, dan jangan biarkan hal-hal khawatir menggoyahkan kita”<sup>46</sup>.

---

<sup>46</sup> Matthew Henry, *Tafsiran Injil Matius 1-14*, (Surabaya: Momentum, 2007), hal 285.

Di sini ada frasa yang begitu penting yang ditekankan Yesus secara teologis adalah kata *mencari*. Kata mencari mencakup banyak kesepakatan. Jika ingin mencari berarti ingin menemukan, dan apa yang dicari pastilah sesuatu yang berharga. Seorang tidak akan mungkin mau mencari batu jika tidak membutuhkannya, walaupun batu tampaknya tidak terlalu bernilai dibanding emas. Tetapi Yesus memberi bagi kita suatu hal berharga untuk dicari. Ada dua hal, *pertama*, kerajaan Allah dan *kedua*, kebenarannya.

Yesus mengatakan kata ini, memberitahukan sekaligus memperingati bahwa, manusia sebenarnya sudah kehilangan apa yang murni akan dirinya yaitu, pengenalan akan Allah yang sejati. Manusia merupakan identitas sesungguhnya, bahwa diciptakan itu untuk kemuliaan Tuhan. Matthew Henry dalam tafsirannya menulis, kita harus ingat bahwa kekekalan adalah tujuan akhir manusia dan kekudusan adalah jalanya<sup>47</sup>. Manusia tidak akan menemukan makna kehidupan tanpa mengerti apa yang menjadi tujuan hidupnya. Stephen Tong mengatakan “tujuan akhir umat manusia adalah hidup dengan memuliakan Allah dan menikmati Dia senantiasa.<sup>48</sup> Tujuan inilah yang diungkapkan Yesus dengan menempuh jalan “*mencari*” sesuatu sesuai dengan kehendak Allah, yaitu menghadirkan kerajaan Allah di dunia ini dengan standar kebenaran Allah.

Dalam tafsiran Wyclife dituliskan bahwa kata (*Hai orang kurang percaya*), ungkapan yang dipergunakan empat kali dalam Injil Matius, satu kali di dalam Injil Lukas ini, merupakan dorongan untuk bertumbuh di dalam Iman maupun sebagai teguran”.<sup>49</sup> Manusia yang cenderung terobsesi dan khawatir akan kebutuhan yang dapat binasa, Yesus dengan tegas dan lembut mengungkapkan suatu janji “*Bapamu tahu apa yang kamu perlukan*”. Yesus tahu segala apa yang kita perlukan, mengenai hidup dan kebutuhan umat-Nya, dan Allah berkenan memberikan kerajaan itu. Dalam bagian sebelumnya Yesus mengajarkan doa yang begitu agung yaitu “berikanlah kami pada hari ini makanan kami secukupnya” tidak lebih dan tidak kurang. Kekhawatiran adalah keinginan manusia, kerajaan Allah dan kebenaran yang dimiliki Tuhan seharusnya menjadi keinginan. Keinginan utama untuk mewujudkan kerajaan Allah dan kebenaran-Nya yang nyata di dunia ini. Pandanglah kekhawatiran atau kecemasan sebagai suatu kerinduan yang kudus, sesuai dengan pimpinan Roh, untuk bisa peka dan belajar menghadapi itu dengan sikap iman yang mau terus bertumbuh.

---

<sup>47</sup> Ibid, hal 282.

<sup>48</sup> Stephen Tong, *Pengudusan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2007), hal 184.

<sup>49</sup> Tafsiran Alkitab Wyclife, (Malang: Gandum Mas, 2013), hal 51.

### C. HASIL PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti uraikan dalam karya ilmiah ini, maka ada beberapa poin penting yang perlu diperhatikan, mengenai pendidikan emosi khawatir ini terhadap kualitas pertumbuhan iman seorang hamba Tuhan:

*Pertama*, pengarahan dan pendampingan perlu disediakan untuk menghadapi emosi kekhawatiran. Seorang yang khawatir, perlu memiliki orang yang dewasa iman dalam pengenalan-nya akan Allah, sudah mengerti siapa dirinya dan untuk apa hidup di dunia. David Powlison mengatakan “seorang pelatih sepak bola sangat tidak mengetahui hal apa yang akan terjadi jika pertandingan di mulai, dan pluit pertama dibunyikan. Ia bahkan tidak tahu siapa yang menendang bola tersebut sampai mereka membuang undi. Ia bukannya tidak siap, pelatih akan selalu siap, dan ia telah mengatur strategi atas apa yang akan terjadi”<sup>50</sup>.

*Kedua*, kita perlu perhatikan, kesusahan dan kekhawatiran pasti selalu ada di setiap harinya. Jika kita perhatikan pada ayat Matius 6:25-34 “Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai kesusahan sendiri. Kesusahan sehari cukuplah untuk sehari”. Kesusahan memang menjadi bagian kita. Dan kesusahan masa depan itu hanyalah imajinasi, yang membuat kita khawatir akan hal yang belum tentu terjadi<sup>51</sup>. Tuhan Yesus menuntut kita mengerti proses yang terjadi hari ini berkaitan dengan kehendak-Nya. Dan jika khawatir, khawatir-lah karena kehendak Allah yang belum dikerjakan.

*Ketiga*, kekhawatiran perlu dihadapi dengan secara sehat dan bukan dibius atau dimatikan. Seorang yang khawatir perlu memiliki sikap berani dalam ambil keputusan. Perhatikan dari perkataan Yesus dari Matius 6:25-34. yang mengigatkan untuk tidak khawatir akan apa yang terjadi didepan, Ia tahu akan menghadapi kematian yang menggerikan. Ferry Yang mengatakan “Dalam kesusahan-Nya, Yesus menyadari bahwa Bapa tidak akan meninggalkan Dia. Ia beriman bahwa Bapa tetap mempedulikan Dia”<sup>52</sup>. Inilah kepastian sejati itu, kepastian identitas yang mutlak. Yang tak bisa digantikan oleh apapun juga. Tanpa mengerti identitas sebagai hamba-Nya yang jelas. Maka, kata “*jangan khawatir*” hanyalah pembiusan sebagai kata-kata manis.

*Keempat*, Emosi Khawatir dapat mempengaruhi pertumbuhan iman. Di dalam iman, Mahasiswa Teologi seharusnya merasakan bukti jaminan Allah atas hidup. James Boice mengatakan “Jika Allah memilih dan memanggil kita untuk percaya kepada Kristus, Ia

---

<sup>50</sup> David Powlison, *Kondisi dan Konseling Manusia Melalui Lensa Alkitab Memandang Dengan Perspektif Baru*, (Surabaya: Momentum, 2011), hal 141.

<sup>51</sup> Ferry Yang, *Pendidikan Emosi*, (Surabaya: Momentum, 2022), hal 51.

<sup>52</sup> Ibid, hal 52.

meminta kepada kita, hal yang paling bijaksana yang dapat kita lakukan, yaitu memercayai Firman yang dari-Nya”<sup>53</sup>. Iman yang sejati adalah iman yang memiliki pengetahuan dan fokus kepada Allah. Seorang yang beriman pastilah memiliki pengetahuan siapakah Yesus itu. Calvin mengatakan yang dikutip oleh James “Iman itu mesti bersandar kepada pengetahuan sejati alih-alih pada ketidaktahuan, bahwa iman ini mencakup kepastian, bahwa Alkitab adalah pelindungnya”<sup>54</sup>. Seorang yang khawatir adalah orang yang tidak memiliki pengetahuan tentang firman Allah yang hidup itu, bukan hanya tidak mengerti, tetapi orang yang khawatir juga bisa jauh dari Tuhan karena fokus nya sudah tidak benar. Apa yang dipikirkan bukanlah lagi tentang kehendak Allah melainkan kehendak dan ambisi pribadi yang mengakibatkan kualitas iman-nya semakin memburuk dan tidak mengalami pertumbuhan.

#### **D. SIMPULAN**

Dari penelitian ini, penulis menyoroti perlunya pembaruan dari pendidikan teologi untuk memasukan pendidikan emosi ini, dalam bagian integral pembelajaran. Jadi para hamba Tuhan yang dibentuk di Sekolah Tinggi Teologi, tidak hanya mendapat ilmu secara akademis, tetapi juga secara emosional. Mahasiswa teologi dapat bertanggungjawab terhadap emosi yang ada pada mereka dengan iman yang kuat, serta memperkuat hubungan mereka pada Tuhan.

Pendidikan emosi tidaklah hanya berfokus terhadap pemahaman teoritis, tetapi juga pemahaman pengalaman konkret yang mampu membantu mahasiswa mengenali bentuk-bentuk emosi dalam diri mereka, terkhusus yang penulis fokuskan pada penelitian ini ialah emosi khawatir. Dengan penekanan pada pendidikan emosi ini, penulis berharap lembaga pendidikan teologi, sekolah alkitab, dan seminari-seminari, dapat menghasilkan lulusan yang lebih siap melayani masyarakat dan gereja secara holistik maupun emosional, dengan seimbang, penuh integritas, dan keberanian iman yang berkualitas.

#### **E. DAFTAR PUSTAKA**

- Alkitab. (2017). *Perjanjian Baru* . Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia.
- Bavinck, H. (2011). *Dogmatika Refomed*. Surabaya : Momentum .
- Bavink, P. (1982). *Sejarah Kerajaan Allah Perjanjian Baru*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Bible Works 10*. (n.d.).

---

<sup>53</sup> James Montgomery Boice, *Dasar-Dasar Iman Kristen*, (Surabaya: Momentum, 2011), hal 466.

<sup>54</sup> Ibid.

- Echols, J. M. (1992). *Kamus Indonesia Inggris*. Jakarta: Gramedia.
- Goleman, D. (2020). *working With Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia.
- Henry, M. (2007). *Tafsiran Injil Matius 1-14*. Surabaya : Momentum.
- Ho, P. R. (2010 ). *Manusia Kepunyaan Allah* . Tanggerang : Yayasan Yaski .
- Hoekema, A. (2003). *Created God' Image*. Surabaya : Momentum.
- Hoekema, A. (2006 ). *Diselamatkan Oleh Anugrah* . Surabaya: Momentum.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia*. (2008). Jakarta: Gramedia.
- Laboar, K. (2017). *Dasar-dasar Hermenutika*. Yogyakarta: ANDI.
- Pardede, J. (2024). *Kasih Allah, Doa, dan Keberanian Berjuang*. Jakarta: Momentum.
- Montgomery, B. J. (2011). *Dasar-dasar Iman Kristen* . Surabaya: Momentum.
- Morris, L. (2006). *Teologi Perjanjian Baru* . Malang: Gandum Mas.
- Mubarak, D. Z. (2019). *Problematika Pendidikan Kita: Masalah-masalah Pendidikan Faktual dari Guru, Sekolah dan Dampaknya*. Depok: Gading Pustaka Depok.
- Yang, F. (2022). *Pendidikan Emosi*. Surabaya: Momentum.
- Powlison, D. (2011). *Kondisi dan Konseling Manusia Melalui Lensa Alkitab Memandang Dengan Perspektif Baru*. Surabaya : Momentum.
- Salovey, P. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Education Implications*. New York : Basic Books.
- Sayekti, S. P. (2022). *Meteodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi* . Bandung: Media Sains Indonesia.
- Suriyanti, Y. (2024, Mei 4). Emotional Learning . *Pengembangan Pendidikan Karakter*.
- Susabda, Y. B. (2020). *Integrasi Teologi & Psikologi* . Jakarta: Perkantas.
- Tafsiran Alkitab Wyclife*. (2013). Malang : Gandum Mas.
- Tillich, P. (1952). *Courage to Be*. New Haven : Yale University Press.
- Tong, S. (1999). *Mengetahui Kehendak Allah* . Surabaya : Momentum.
- Tong, S. (2007). *Pengudusan Emosi*. Surabaya: Momentum.
- Tong, S. (2014). *Allah Tritunggal*. Surabaya: Momentum.
- Walker, D. D. (1978). *Konkordansi Alkitab*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.