

## **KETELADANAN MANAGEMEN EMOSI PEMIMPIN YANG BERDAMPAK POSITIF BAGI KOMUNITAS REMAJA KRISTEN**

**Marlina Martinus<sup>1</sup> Monica Santosa<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>, Sekolah Tinggi Teologi Soteria Purwokerto, Jawa Tengah, Indonesia

**Korespodensi : martinusmarlina907@gmail.com**

### **Abstract**

*This article explains how the exemplary emotional management of a leader in a Christian youth community, and the causes of the leader's anger. Management is the management of everything, and emotions are feelings that cause various feelings and thoughts. So it is very important for leaders to manage excessive emotional problems. In this article, the author writes several problems that can help leaders become integrity. In this article's research, the author uses qualitative methods, literature studies, with studies from books, journals that can help the author find data and describe the contents of the discussion. The results of this study explain the importance of emotional management in leadership, which brings an example to the community and others. Therefore, emotional management that has a positive impact on the Christian youth community can be emulated positively by Christian youth.*

**Keywords:** *Exemplary; Management; Leader; Christian Youth.*

### **Abstrak**

Artikel ini menjelaskan bagaimana keteladanan manajemen emosi seorang pemimpin didalam sebuah komunitas remaja kristen, dan penyebab timbulnya amarah pemimpin. Manajemen merupakan pengelolaan yang dalam segala hal, dan emosi merupakan perasaan yang menimbulkan berbagai macam rasa dan pikiran. Maka sangatlah penting bagi pemimpin untuk mengelolah masalah emosional yang berlebihan. Dalam artikel ini penulis, menuliskan beberapa masalah untuk yang dapat membantu pemimpin menjadi intergritas. Penelitian artikel ini, penulis menggunakan metode kualitatif, study literatur, dengan kajian dari buku, jurnal yang dapat membantu penulis mencari data dan menguraikan isi pembahasan. Hasil penelitian ini menjelaskan, begitu pentingnya manajemen emosional dalam kepemimpinan, yang membawa keteladanan bagi komunitas dan orang lain. Oleh karena itu, manajemen emosi yang berdampak positif dalam komunitas remaja kristen, dapat diteladani secara positif bagi remaja Kristen

**Kata Kunci:** Keteladanan; Manajemen; Pemimpin; Remaja Kristen.

### **PENDAHULUAN**

Emosi merupakan perasaan yang kompleks, emosi mengandung dua aspek sifat yaitu positif dan negatif. Semua orang merasakan emosi, emosi dapat berubah-ubah sesuai dengan stimulus. Stimulus emosional dapat berupa baik maupun tidak baik, ketika

emosi secara negatif dapat menyebabkan hukuman. Hal emosional ini sangat berpengaruh pada para pemimpin, seringkali pemimpin salah mengambil tindakan dalam keadaan emosi yang disebabkan dari kemarahan. Terutama pemimpin dalam komunitas remaja kristen, pemimpin kristen

dapat dipandang banyak orang sebagai pemimpin rohani. Sebagai pemimpin rohani seringkali mengambil tindakan yang tidak baik, sehingga merusak mental seseorang. Dalam hal ini para pemimpin butuh pelatihan management emosi yang berfungsi untuk menurunkan efek negatif emosi.<sup>1</sup>

Mengapa para pemimpin perlu mengolah emosi? Sebagai pemimpin seringkali menghadapi tekanan yang begitu tinggi dalam menjalani tugas dan tanggung jawab sebagai pemimpin dalam komunitas yang dibangun. Ada beberapa faktor yang menimbulkan emosi negatif para pemimpin yang memicu pada kemarahan sehingga komunitas yang telah dibangun menjadi hancur dan rusak. Penyebab dari faktor timbulnya kemarahan seorang pemimpin adalah tekanan dengan tanggung jawab, ekspektasi yang tinggi dari anggota komunitas yang dipimpin, sehingga menyebabkan tekanan dan kemarahan pemimpin. Adanya kemarahan didalam komunitas, karena kurangnya manajemen emosi, sehingga pemimpin tidak dapat mengontrol situasi. Misalnya dalam sebuah komunitas, timbulnya kemarahan pemimpin, dan sedang marah-marah kemudian pemimpin tidak melihat situasi dalam keadaan baik atau tidak baik, dapat menyebabkan kerusakan dalam komunitas.

Pada jaman sekarang telah banyak yang menjadi pemimpin, terutama pemimpin dalam komunitas remaja kristen. Menjadi

seorang pemimpin kristen yang terlibat dalam memimpin remaja kristen, perlu belajar untuk menguasai diri. Ketika menjadi seorang pemimpin yang berkualitas dalam komunitas remaja kristen dapat mempelajari ilmu psikologi tentang kecerdasan emosional untuk mengatasi amarah. Karena manusia adalah, salah satu ciptaan Tuhan yang memiliki perasaan rasa emosi, memiliki rasa emosi adalah bagian jiwa kemanusiaan yang normal.<sup>2</sup> Kepimpinan dalam bidang komunitas remaja kristen, dianggap sebagai pemimpin rohani yang memiliki perilaku baik, tetapi hal ini sangat bertentangan mengenai pandangan terhadap pemimpin rohani remaja kristen. Banyak pemimpin pada masa kini ketika berada dalam fase perdebatan dengan salah satu rekan komunitas mengambil tindakan yang secara negatif ini adalah salah satu tantangan yang berhadapan dengan pemimpin. Sebagai pemimpin yang sering mengambil tindakan negatif dalam komunitas, sehingga tidak dapat membangun komunitas yang tidak harmonis, dapat menimbulkan konflik, dan tidak saling mempercayai. Sesuai dengan pengalaman penulis yang sedang menghadapi seorang pemimpin yang perilakunya sering marah-marah dalam komunitas. Hal ini membuat para anggota komunitas tertekan, sehingga suasan dalam komunitas menjadi tidak harmonis.

Maka dari itu penulis, meneliti langkah-langkah untuk pemimpin komunitas remaja kristen dalam mengatasi emosional yang

---

<sup>1</sup> Yulastri Arif and Rika Sarfika, 'Pelatihan Manajemen Emosi Sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Kekerasan Pada Anak Usia Sekolah', 5.1 (2021), pp. 4-11.

<sup>2</sup> Risma Chintya and Masganti Sit, 'Analisis Teori Daniel Goleman Dalam Perkembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini', 4.1 (2024), pp. 159-68, doi:10.37680/absorbent.

berdampak negatif. Setiap perasaan emosi seseorang dapat bergejolak yang menyebabkan terjadinya perubahan pada ekspresi wajah, perasaan yang menangis, tertawa, marah dan terharu.<sup>3</sup> Emosional manusia terkadang perasaannya lebih berdominan pada kemarahan, perasaan ini tidak baik ketika seorang pemimpin komunitas remaja kristen salah mengambil keputusan dapat menciptakan suasana tidak damai

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penulisan ini penulis menggunakan studi literatur yang merupakan pengumpulan data secara pustaka, penulis mengumpulkan data dengan membaca buku dan mencari referensi lainnya, kemudian mengelolah penelitian. Metode studi literatur ini membantu penulis untuk menemukan data. Studi Literatur adalah salah satu cara penulis mengelolah data dengan menggunakan berbagai sumber. Dengan metode ini dapat membatu penulis untuk memecahkan masalah yang akan dibahas.

Penelitian ini penulis tidak fokus hanya pada salah satu sumber, melainkan mencari semua sumber-sumber data, sumber yang dianalisis penulis, baik artikel-artikel dan buku-buku yang mendukung topik. Dalam penelitian ini penulis menggunakan bahasa yang sistematis dan sederhana sehingga mudah dipahami oleh pembaca didalam pembahasan. Maka dari itu metode study literatur ini sangat membantu penulis untuk menyelesaikan tulisan, sehingga menjadi sebuah tulisan yang mudah dipahami oleh pembaca dari maksud dan tujuan masalah. Dengan ini juga mempermudah pembaca mengerti dari perpecahan masalah keteladanan manajemen emosi pemimpin yang berdampak positif bagi komunitas

remaja kristen.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam pembahasan ini, penulis menuliskan konsep perpecahan emosional para pemimpin remaja kristen yang berdampak positif. Apa yang menjadi faktor ketidak kontrolnya emosional para pemimpin remaja kristen? Dan bagaimana solusi dalam mengelolah emosi tersebut?.

### **Pentingnya Manajemen Emosi Kepemimpin Remaja Kristen**

Hidup dalam suatu komunitas adalah sesuatu hal yang penting ketika berada ditengah-tengah sosial yang baru dijumpai. Dalam kepemimpinan, pemimpin adalah seorang yang akan diutus dimanapun untuk melakukan tanggung jawab dengan baik. Ketika pengutusan atau inisiatif diri sendiri untuk menjadi seorang pemimpin dalam komunitas remaja kristen, apa yang menjadi pekerjaan seorang pemimpin dalam bidang komunitas remaja kristen? Pemimpin harus menuntun para remaja kristen didalam jalan yang benar. Dalam penuntunan pemimpin pasti memiliki banyak tantangan yang akan dihadapi, salah satu tantangan dalam pemimpin yaitu, susah untuk mengontrol rasa emosi.

Sesungguhnya para pemimpin membutuhkan terapi konseling dalam manajemen emosi. Manajemen merupakan salah satu pengelolaan yang secara sistematis. Setiap pemimpin dalam komunitas remaja kristen memerlukan pengetahuan

---

<sup>3</sup> Chintya and Sit, 'Analisis Teori Daniel Goleman Dalam Perkembangan Kecerdasan Emosi

Anak Usia Dini'.

dalam penerapan manajemen dalam kepeimpinannya, karena itu akan mempermudah proses kepemimpinan.<sup>4</sup> Kenapa hal ini begitu penting? Untuk menghindari dari konflik dan menjaga hubungan komunitas tetap sehat. Kemampuan pemimpin dalam mengelola emosi, sangat penting untuk menjadi pemimpin yang bijak, rendah hati, dan penuh kasih.

Kepemimpinan dalam komunitas remaja kristen, bukan hanya dari kemampuan untuk memimpin, tetapi menjadi inspirasi kasih Tuhan bagi remaja kristen. Pentingnya mengolah emosi dalam kepemimpinan, karena adanya kepercayaan seseorang terhadap pemimpin. Ketika pemimpin tidak mampu untuk mengolah emosional dengan baik, pemimpin akan kehilangan kepercayaan dan akan berpengaruh dalam aspek mental fisik. Para pemimpin dengan kemampuan memimpin harus sanggup melatih dalam komunitas yang dipimpin, untuk menerapkan kebenaran secara praktis.<sup>5</sup> Pentingnya untuk melatih kesehatan mental dalam kecerdasan emosional, kecerdasan dapat membantu pemimpin menyadari dari emosi yang dapat menimbulkan konflik.

### **Menjadi Pemimpin Yang Bersahabat Di Komunitas**

Pemimpin bukanlah hanya menjadi pemimpin yang memegang kuasa dalam komunitas, tetapi pemimpin dengan

komitmen membangun prinsip “pemimpin yang bersahabat.” Pemimpin yang bersahabat dalam komunitas remaja kristen, adalah salah satu bentuk panggilan yang mulia. Beberapa langkah prinsip yang dapat membentuk dan membantu menjadi pemimpin yang efektif didalam komunitas: (1) Luangkan waktu mendekati diri dengan anggota komunitas secara personal. (2) Mendengarkan keluhan dengan penuh hati yang menjadi kebutuhan mereka, dan bertimpati terhadap kebutuhan mereka. (3) Menginspirasi dan memotivasi anggota untuk terlibat dalam pelayanan dan kegiatan dll. (4) Melatih anggota komunitas dalam mengembangkan kepemimpinan yang berintegritas. Peran seorang pemimpin terus mendorong komunitas remaja untuk meningkatkan persahabatan dengan semua orang, dan menciptakan momen penting dalam peningkatan persahabatan.<sup>6</sup> Pemimpin dengan membangun visi yang bersahabat dapat membentuk keharmonisan komunitas.

Salah satu yang menjadi tantangan seorang pemimpin adalah membuat visi melekat, membuat visi tetap melekat ditengah-tengah komunitas sangatlah sulit. Andy Stanley memberikan solusi dalam mengatasi visi yang melekat dan mudah untuk dilakukan, dengan menyatakan visi yang secara sederhana dan mudah untuk diingat. Dalam membentuk visi pemimpin perlu manajemen *planing*

---

<sup>4</sup> Jurnal Teologi, Agama Kristen, And Vol No, ‘Pentingnya Penerapan Manajemen Dan Kepemimpinan’, 4.2 (2022), Pp. 117–30.s

<sup>5</sup> Teologi, Kristen, And No, ‘Pentingnya Penerapan Manajemen Dan Kepemimpinan’.

<sup>6</sup> Marthen Mau, ‘Peran Gembala Jemaat Sebagai Pemimpin Dalam Meningkatkan Persahabatan Dengan Semua Orang’, *Saint Paul’s Review*, 2.1 (2022), Pp. 54–67, Doi:10.56194/Spr.V2i1.19.

(perencanaan), *Organizing* (Penganisasian), *Actuating* (Pelaksanaan/tindakan), dan *Controlling* (pengawasan) untuk mencapai tujuan dalam komunitas yang baik.<sup>7</sup> Hal ini dapat membantu pemimpin dalam mengelolah jiwa kepemimpinan yang bermutu. Menjadi sahabat dalam komunitas yang dipimpin perlunya juga pengontrolan emosi, untuk membangun persahabatan yang harmonis dan bermakna bagi komunitas remaja kristen yang dibentuk pada masa kini.

### **Keteladanan Pempimpin Didalam Komunitas**

Pada jaman sekarang secara realita banyak pemimpin remaja kristen lebih cenderung dengan sistem kekerasan. Dengan adanya pengaruh ketidakompakkan anggota dalam komunitas sehingga menyebabkan pemimpin bertindak secara emosional dalam bentuk kekerasan. Dalam hal ini perlunya pemimpin melatih diri untuk melatih diri sendiri, dan mengolah emosional secara perlahan. Karena seorang pemimpin harus mampu memberikan motivasi kepada anggota, untuk tetap bekerjasama dengan penuh rasa tanggung jawab dalam menacapi tujuan.<sup>8</sup> Jhon C. Maxwell mengatakan bahwa pemimpin dapat membantu anggota untuk mengembangkan peta jalan menuju pertumbuhan. Pemimpin tidak menbedakan anggota dari berbagai suku, dan

merendahkan, melontarkan anggota dengan kata-kata yang dapat menyakitkan hati.

Keteladanan pemimpin komunitas remaja kristen sangatlah penting, karena pemimpin remeja dalam komunitas kristen adalah pekerjaan yang paling mulia dimuka bumi ini. Pemimpin seharusnya dapat memberi teladan, solusi dan memberikan jawaban dalam setiap kesulitan yang dihadapi oleh anggota komunitas remaja.<sup>9</sup> Ketika semakin banyak komunitas yang dipimpin, semakin berpotensi yang berpengaruh terhadap komunitas. Salah satu keteladanan pemimpin adalah mengajrkan anggota komunitas memiliki jiwa kepemimpinan yang berkualitas. Pemimpin komunitas remaja kristen, perlunya mencerminkan karakter dan ajaran-ajaran Kristus, yang membuat misi dan visi melekat.

### **Implikasinya di Komunitas Remaja Kristen**

Pemimpin yang yang dapat memimpin dirinya sendiri dengan baik akan memberikan dampak yang baik bagi komunitas dan orang lain disekitarnya. Dengan adanya manajemen kecerdasan emosional (*emosional quatient*) dapat membantu pemimpin berkolaborasi dalam komunitas. Teori ini dianalisis oleh para psikolog yang berargument, untuk membantu orang mengatasi emosional yang berlebihan, terlebih lagi untuk para pemimpin. Peter Salovey, John D. Mayer menerapkan

<sup>7</sup> Teologi, Kristen, And No, 'Pentingnya Penerapan Manajemen Dan Kepemimpinan'.

<sup>8</sup> Masfi Sya'fiatul Ummah, *No sTitle, Sustainability (Switzerland)*, 2019, XI  
<<http://Scioteca.Caf.Com/Bitstream/Handle/123456789/1091/Red2017-Eng-8ene.Pdf?Sequence=12&Isallowed=Y%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciurbeco.2008.06.005%0ahttps>

[//Www.Researchgate.Net/Publication/305320484\\_Sistem\\_Pembetulan\\_Terpusat\\_Strategi\\_Melestari](http://Www.Researchgate.Net/Publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari)>.

<sup>9</sup> Daniel, Fajar Panuntun and Eunike Paramita, 'Kaderisasi Pemimpin Melalui Pemuridan Kontekstual Sebagai Jawaban Dari Krisis Keteladanan Kepemimpinan', *Jurnal Kepemimpinan Kristen Dan Pemberdayaan Jemaat*, 1.1 (2020), pp. 1-15.

pengelolaan kecerdasan emosional, bertujuan untuk membantu memahami emosi positif dan negatif. Keterampilan manajemen emosi memiliki aura yang berdampak positif, dan membawa komunitas tetap bertahan.<sup>10</sup> Semua ini dapat membantu pemimpin mengatasi dampak negatif dari emosi, dan dapat mengenal diri sendiri.

Implikasinya bagi anggota komunitas dikalangan remaja kristen, sikap pemimpin dapat mencerminkan hal-hal yang baik. Kemudian anggota komunitas pun dapat meneladani dalam manajemen emosi. Hal ini pemimpin dapat menciptakan energi positif yang membuat para anggota komunitas dan orang lain dapat terbuka kepadanya, sehingga pemimpin dapat menumbuhkan relasi yang hangat.<sup>11</sup> Dengan menerima kepercayaan dari komunitas dan orang lain. Pemimpin harus menjaga kepercayaan, untuk menciptakan dampak yang baik didalam komunitas

### KESIMPULAN

Menjadi seorang pemimpin dalam komunitas remaja kristen, bukanlah komunitas yang kecil dan dianggap sepele. Namun dalam kepemimpinan harus memiliki kerendahan hati yang tulus dalam melayani. Komunitas remaja kristen adalah komunitas yang harus dibentuk dengan usaha yang benar-benar berusaha. Dalam penulisan ini penulis berusaha untuk memberikan motivasi, yang bisa membantu pemimpin remaja kristen dalam pelayanan, yang mampu dan berusaha untuk mengontrol emosi, memiliki kerendahan hati, terlebih lagi pemimpin tidak

mementingkan diri sendiri di dalam komunitas. Maka dengan adanya manajemen kecerdasan emosional (EQ) sangat penting untuk menguasai diri dan memiliki perasaan yang mendorong orang lain untuk tetap bertahan. Pemimpin juga perlu efektif dan berkomitmen, menjadi teladan bagi komunitas yang dipimpin. Melalui manajemen emosi, pemimpin dapat bertumbuh dan dipercaya didalam pelayanan komunitas remaja kristen dimasa kini. Pada artikel ini, penulis memberikan solusi bagi para pemimpin dalam mengelola emosi. Salah satu cara, yang dapat meredakan emosi, secara pribadi harus memiliki perasaan rasa belas kasihan terhadap orang lain. Dengan kata lainnya pemimpin harus berintrograsi, dan memanajemenkan emosi dengan pola yang baik. Untuk pada masa sekarang pemimpin perlu melatih diri untuk tetap berada difase ketenangan diri.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arif, Yulastri, And Rika Sarfika, 'Pelatihan Manajemen Emosi Sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Kekerasan Pada Anak Usia Sekolah', 5.1 (2021), Pp. 4–11
- Chintya, Risma, And Masganti Sit, 'Analisis Teori Daniel Goleman Dalam Perkembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini', 4.1 (2024), Pp. 159–68, Doi:10.37680/Absorbent
- Mau, Marthen, 'Peran Gembala Jemaat Sebagai Pemimpin Dalam Meningkatkan Persahabatan Dengan Semua Orang', *Saint Paul's Review*, 2.1 (2022), Pp. 54–

<sup>10</sup> Krido Siswanto, Ayu Rotama, and Kepemimpinan Kristen, 'Kecerdasan Emosi Dalam Kepemimpinan Kristen Di Abad 21', 1.1 (2021), pp. 15–20.

<sup>11</sup> Krido Siswanto and Ayu Rotama Silitonga, 'Kecerdasan Emosi Dalam Kepemimpinan Kristen Di Abad 21', *Jurnal Teologi Injili*, 1.1 (2021), pp. 15–20, doi:10.55626/jti.v1i1.2.

67, Doi:10.56194/Spr.V2i1.19

Panuntun, Daniel, Fajar, And Eunike

Paramita, 'Kaderisasi Pemimpin

Melalui Pemuridan Kontekstual Sebagai

Jawaban Dari Krisis Keteladanan

Kepemimpinan', *Jurnal Kepemimpinan*

*Kristen Dan Pemberdayaan Jemaat*, 1.1

(2020), Pp. 1–15

Siswanto, Krido, Ayu Rotama, And

Kepemimpinan Kristen, 'Kecerdasan

Emosi Dalam Kempemimpinan Kristen

Di Abad 21', 1.1 (2021), Pp. 15–20

Siswanto, Krido, And Ayu Rotama Silitonga,

'Kecerdasan Emosi Dalam

Kempemimpinan Kristen Di Abad 21',

*Jurnal Teologi Injili*, 1.1 (2021), Pp.

15–20, Doi:10.55626/Jti.V1i1.2

Teologi, Jurnal, Agama Kristen, And Vol

No, 'Pentingnya Penerapan Manajemen

Dan Kepemimpinan', 4.2 (2022), Pp.

117–30

Ummah, Masfi Sya'fiatul, *No Title*,

*Sustainability (Switzerland)*, 2019, XI

<[http://Scioteca.Caf.Com/Bitstream/Handle/123456789/1091/Red2017-Eng-](http://Scioteca.Caf.Com/Bitstream/Handle/123456789/1091/Red2017-Eng-8ene.Pdf?Sequence=12&Isallowed=Y%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciur)

[8ene.Pdf?Sequence=12&Isallowed=Y%](http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciur)

[0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciur](http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciur)

[beco.2008.06.005%0ahttps://Www.Res](http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciur)

[earchgate.Net/Publication/305320484\\_S](http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciur)

[istem\\_Pembetulan\\_Terpusat\\_Strategi\\_](http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciur)

[Melestari](http://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciur)>