

PSIKOLOGI AGAMA SEBAGAI ALAT INTERVENSI DALAM MENGATASI EMOSIONAL PADA PESERTA DIDIK

Rahayu Fuji Astuti, Universitas Potensi Utama, Medan, Sumatera Utara

E-mail: rahayu.pujia@potensi-utama.ac.id

Dwi Afri Yani, UIN Sumatera Utara

E-mail: dwiafri0301213159@uinsu.ac.id

Nazliyani Pane, UIN Sumatera Utara

E-mail: nazliyanipane@gmail.com

Mita Safira Br Rambe, UIN Sumatera Utara

E-mail: msafira543@gmail.com

Fatih Alwi Haya Lubis, UIN Sumatera Utara

E-mail: fatihalwihayalubis@gmail.com

Siti Nur Aminah Tanjung, UIN Sumatera Utara

E-mail: sitinuraminah736@gmail.com

Hafiz Luthfi, UIN Sumatera Utara

E-mail: hafizlutfi1990@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran psikologi agama sebagai alat intervensi dalam mengatasi emosional pada peserta didik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan library research atau studi kepustakaan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini melibatkan berbagai sumber literatur yang relevan dan kredibel, termasuk buku, jurnal ilmiah, artikel, dan dokumen lainnya yang berkaitan dengan teori kecerdasan emosi yang dikembangkan oleh Daniel Goleman. Hasil dari penelitian ini ialah terdapat 5 komponen dasar kecerdasan emosional menurut Daniel Goleman, diantaranya pengaturan diri, motivasi, empati dan kecerdasan social. Kemudian terdapat beberapa pendekatan psikologi agama yang dapat digunakan sebagai alat intervensi dalam mengatasi masalah emosional pada peserta didik, meliputi dukungan sosial, penerapan nilai-nilai agama, pemahaman diri, perkembangan emosional, dan relisiensi. Kesimpulan dari penelitian ini Psikologi Agama berfungsi sebagai alat intervensi dalam memahami dan mengatasi masalah kejiwaan yang berkaitan dengan keyakinan religious pada peserta didik. Selain itu dukungan sosial keagamaan dapat diperoleh dari kelompok atau teman sebaya.

Kata Kunci: Psikologi Agama, Intervensi, Emosional

Abstract

This research aims to determine the role of religious psychology as an intervention tool in dealing with emotions in students. The method used in this research is a qualitative method with a library research or

literature study approach. Data collection techniques in this research involve various relevant and credible literature sources, including books, scientific journals, articles and other documents related to the theory of emotional intelligence developed by Daniel Goleman. The results of this research are that there are 5 basic components of emotional intelligence according to Daniel Goleman, including self-regulation, motivation, empathy and social intelligence. Then there are several religious psychology approaches that can be used as intervention tools in overcoming emotional problems in students, including social support, application of religious values, self-understanding, emotional development, and resilience. The conclusion from this research is that Religious Psychology functions as an intervention tool in understanding and overcoming psychological problems related to religious beliefs in students. Apart from that, religious social support can be obtained from groups or peers.

Keywords: Psychology of Religion, Intervention, Emotional

Pendahuluan

Kecerdasan emosional merupakan salah satu kecerdasan yang perlu dikembangkan sejak usia dini. Kecerdasan emosional dapat juga diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengenali, merasakan, memahami, mengelola, memotivasi diri sendiri dan orang lain serta mampu mengaplikasikan dalam kehidupan pribadi dan sosialnya (Ma'arif & Zulia, 2021). Kecerdasan emosional juga dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengenali emosi diri dan orang lain serta mampu membedakan perbedaan emosi yang muncul serta mampu mengontrol maupun mengelola perasaan dan emosi pada situasi yang sulit (Chandra & Alam, 2021). Kecerdasan emosional merupakan salah satu indikator keberhasilan

berbagai aspek kehidupan seseorang. Oleh karena itu penting untuk dikembangkan sejak dini. Kemampuan anak mengembangkan kecerdasan emosi berkorelasi positif dengan keberhasilan akademis, sosial dan kesehatan mentalnya (Muslim, 2022).

Anak dengan kecerdasan emosional yang baik, identik dengan anak yang bahagia, memiliki motivasi tinggi dan mampu bertahan di berbagai kondisi. Pengembangan kecerdasan emosional pada anak tidak terlepas dari peran penting orang tua dan pendidik dalam memberikan stimulasi. Faktor pendukung dalam pengembangan kecerdasan emosional antara lain latar belakang pola asuh yang didasari pengalaman pribadi, pendidikan yang memadai dan status ekonomi yang baik. Sedangkan, faktor penghambat pengembangan kecerdasan emosional

adalah trauma yang dimiliki orang tua, kurangnya kesadaran dalam pendidikan dan status ekonomi yang rendah (Novitasari et al., 2019).

Konsep nilai dalam pendidikan Islam terdiri dari banyak hal yang mencakup pengembangan kepribadian positif seseorang dalam kehidupannya dan berusaha semaksimal mungkin melaksanakan ajaran agama Islam, membangun potensi kekuatan jiwa (*al-quwwah al-nafsiyah*), menjauhkan seseorang dari tradisi kehidupan yang membawa kehancuran atau hal yang bisa menghancurkan tindakan yang buruk. Singkatnya konsep nilai-nilai dalam pendidikan Islam mencakup bimbingan atas potensi kepribadian positif seseorang atau dengan kata lain seseorang mampu bertakwa dengan sebaik-baiknya (Astuti, 2015).

Pendidik memiliki peranan dalam memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar dengan cara yang tepat, sehingga anak dapat berempati dan bahagia. Salah satu kegiatan yang dapat pendidik ciptakan yaitu melibatkan anak dalam aktivitas drama kreatif. Pengembangan kecerdasan emosional pada anak banyak dipengaruhi oleh faktor pengasuhan, pembimbingan dan keteladanan (Widianingsih, 2018). Pengasuhan pada anak yang melibatkan kecerdasan emosional dapat dilakukan melalui gaya pengasuhan respon positif dimana orang tua dapat memberikan pengawasan, menuntut anak untuk mencapai kematangan dan

menekankan disiplin secara positif. Pembimbingan dapat dilakukan oleh orang tua maupun pendidik dengan membimbing anak untuk mengenali emosi diri dan emosi orang lain serta meregulasi emosi. Kegiatan keteladanan digunakan oleh pendidik dan orang tua dengan memberikan contoh perilaku-perilaku baik yang harus dimiliki oleh anak (Kurniasari, 2016).

Akhir-akhir ini, kemerosotan moral menjadi perhatian utama. Nilai-nilai keadilan, kejujuran, kebaikan, kebenaran, pertolongan dan kasih sayang seolah menjadi sesuatu yang langka. Ada banyak laporan tentang peningkatan ketidakseimbangan emosional, peningkatan angka bunuh diri, prevalensi perang, dan kerentanan moral dalam kehidupan sehari-hari (Kistoro, 2018). Banyak kasus pelanggaran remaja tentang perkelahian, bunuh diri, depresi, perilaku seks bebas, pencurian, penggunaan narkoba dan tindakan kriminal lainnya. Munculnya penipuan, penindasan, saling menyakiti, perampasan, pencurian dan Tindakan asusila lainnya. Fenomena tersebut turut mewarnai dan mempengaruhi dunia pendidikan. Situasi ini membuat citra pendidikan kita semakin tidak menarik sehingga mengurangi kepercayaan masyarakat terhadap otoritas dunia pendidikan kita (Mardjun, 2019).

Generasi saat ini memiliki lebih banyak masalah emosional daripada

generasi sebelumnya, kesepian dan murung, kasar, tidak sopan, gugup, cemas, impulsif dan agresif. Fenomena-fenomena ini menunjukkan bahwa manusia telah mengalami berbagai penyimpangan dan mengabaikan salah satu aspek penting dari kehidupan, yaitu kecerdasan emosional (Kistoro, 2018). Menyeimbangkan kegiatan pendidikan yang focus tidak hanya pada kognitif dan psikomotorik, tetapi juga pada aspek emosional agar kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan tidak menyimpang. Oleh karena itu, pendidikan harus mengutamakan kecerdasan emosional serta kecerdasan intelektual dan keterampilan praktis. Pendidikan umum dan pendidikan Islam cenderung berhasil dalam pengembangan kecerdasan dan kemampuan intelektual, tetapi kurang berhasil dalam pengembangan kecerdasan emosional (Nisa & Susandi, 2021).

Mengabaikan kecerdasan emosional beresiko menimbulkan kelemahan tertentu baik dalam keterampilan pribadi maupun sosial. Kecerdasan emosional jika tidak berjalan sebagaimana mestinya, akan menimbulkan stress, yang gejala-gejalanya antara lain cemas, panikan, gugup, mudah tersinggung dan marah, selalu merasa gelisah, kelelahan yang hebat, bermalasan, takut, dan lainnya. Sejak awal abad ke-19, para professional medis mulai mengenali keterkaitan antara kondisi psikis dengan penyakit fisik. Keterkaitan ini

menimbulkan kecacatan atau gangguan pada fisik akibat gangguan mental (Somapsikotis) dan gangguan mental dapat menyebabkan penyakit fisik (Psikosomatik) (Abudin Nata, 2018).

Kecerdasan emosional dibutuhkan dalam kehidupan seseorang, karena seseorang butuh untuk mengenali emosi diri dan emosi orang lain. Berdasarkan penelitian sebelumnya ditemukan bahwa generasi saat ini banyak mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi dan membangun hubungan dengan orang lain. Generasi saat ini cenderung lebih kesepian, murung, mengalami kecemasan, gugup, impulsif dan agresif (Yuliana et al., 2020).

Berdasarkan kenyataan yang terjadi saat ini banyak permasalahan yang muncul terkait psikolog peserta didik, salah satunya terdapat stigma terkait kesehatan mental, yang dapat membuat peserta didik enggan mencari bantu atau berbicara tentang masalah emosional mereka. Tidak semua peserta didik atau pendidik memiliki pemahaman yang memadai tentang psikologi agama dan bagaimana penerapannya dapat membantu. Tidak semua sekolah atau institusi pendidikan memiliki akses ke psikolog atau konselor yang terlatih dalam psikologi agama. Berbagai latar belakang agama dapat mempengaruhi penerimaan intervensi, pendekatan yang tidak sensitif terhadap keyakinan individu dapat mengurangi efektivitas.

Berdasarkan hal tersebut, tujuan penelitian ini berkaitan dengan kecerdasan emosional berdasarkan teori Daniel Goleman. Teori ini mengemukakan bahwa kecerdasan emosional terdiri dari beberapa komponen. Penulisan ini mencakup konsep psikologi agama, teori, faktor, pengembangan dan penerapan psikologi agama yang diterapkan pada peserta didik. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menggunakan teori Daniel Goleman untuk menganalisis psikologi agama sebagai alat intervensi dalam mengatasi emosional pada peserta didik.



Gambar 1. Sistematika Penulisan

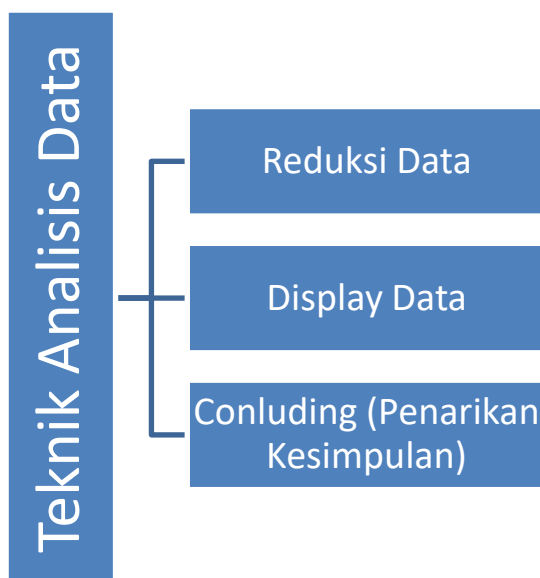
METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan

pendekatan *library research* atau studi kepustakaan (Sugiyono, 2018) yang bertujuan untuk menganalisis teori Daniel Goleman dalam perkembangan kecerdasan emosi peserta didik. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini melibatkan pengumpulan berbagai sumber literatur yang relevan, termasuk buku, jurnal ilmiah, artikel, dan dokumen lainnya yang berkaitan dengan teori kecerdasan emosi yang dikembangkan oleh Daniel Goleman. Sumber-sumber tersebut diperoleh melalui penelusuran di perpustakaan, jurnal, website dan lainnya (Fitria, 2024).

Sedangkan metode analisis data dalam studi kepustakaan ini melibatkan beberapa tahap. *Pertama*, reduksi data yaitu menelaah, mendeskripsikan dan menemukan hal-hal yang berkaitan dengan emosional masing-masing yang dimiliki peserta didik dan bagaimana peran psikologi agama di lingkungan peserta didik (Umrati & Hengki Wijaya, 2020). *Kedua*, Display Data yaitu mengumpulkan sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer adalah jenis dan sumber data yang diperoleh secara langsung dari sumber pertama, baik individu maupun kelompok. Adapun sumber data dari penelitian ini adalah peserta didik yang mengalami emosional pada psikologinya. Sumber data sekunder merupakan sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data. Data sekunder yang diperlukan dalam penyusunan

penelitian ini seperti buku Daniel Goleman yang berkaitan dengan kecerdasan emosional peserta didik (Muhammad Rizal, 2022). *Ketiga, Concluding* atau penarikan Kesimpulan dari semua materi dan analisis yang telah dilakukan agar dijadikan makna dari bagaimana psikologi agama ini sebagai alat intervensi dalam mengatasi emosional peserta didik pada teori Daniel Goleman (Untung Lasiyono & Wira Yudha Alam, 2024).



Gambar 2. Teknik Analisis Data

PEMBAHASAN

Psikologi agama berfungsi untuk memahami orang-orang dalam konteks komitmen iman mereka. Dalam kehidupan sehari-hari dapat dilihat, bagaimana manusia baik secara individu maupun secara berkelompok

dan manusia dalam hubungannya dengan kelompoknya bertingkah laku. Seorang guru misalnya, berhasil membangkitkan motivasi belajar murid-muridnya. Seorang pemimpin berhasil menggerakkan hanya dengan pidato. Semua ini merupakan contoh penerapan psikologi secara berhasil dalam kehidupan sehari-hari (Rosyad, 2021).

Perilaku manusia sangatlah kompleks sehingga hampir tidak mungkin mencari penyebab yang Tunggal dan terpisah bagi ketidakstabilan emosional atau perilaku. Beberapa faktor fisik atau lingkungan dapat meningkatkan kemungkinan berkembangnya suatu masalah. Misalnya, adanya garis keturunan yang menderita depresi mungkin dapat menambah kemungkinan bagi seseorang mempunyai masalah depresi. Meskipun demikian, hal ini mungkin tidak akan terjadi jika individu tidak menghadapi peristiwa-peristiwa yang dapat memunculkan depresi (Smith, 2019).

Konsep Psikologi Agama

Pada psikologi agama memiliki ruang lingkup pembahasannya tersendiri yang dibedakan dari disiplin ilmu yang mempelajari masalah agama yang lainnya. Sebagai contoh, dalam tujuan psikologi agama dan ilmu perbandingan agama memiliki tujuan yang jauh berbeda yakni mengembangkan pemahaman terhadap agama dengan mengaplikasikan metode-metode

penelitian yang bertipe bukan agama dan bukan teologis. Bedanya adalah bila ilmu perbandingan agama cenderung memusatkan perhatiannya pada agama-agama primitive dan eksotis tujuannya adalah untuk mengembangkan pemahaman dengan memperbandingkan satu agama dengan agama lainnya. Sebaliknya psikologi agama, memusatkan kajiannya pada agama yang hidup dalam budaya suatu kelompok atau masyarakat itu sendiri. Kajiannya terpusat pada pemahaman terhadap perilaku keagamaan tersebut dengan menggunakan psikologi (Yusron, 2022).

Ruang lingkup yang menjadi bidang studi psikologi agama mencakup (Dona Tihnike & dkk, 2024)

1. Berbagai macam emosi yang muncul di luar kesadaran yang terlibat dalam kehidupan keagamaan sehari-hari orang biasa. Contohnya: perasaan ketenangan, pasrah, dan penyerahan.
2. Cara seseorang merasakan dan mengalami hubungannya dengan Tuhan secara personal. Contohnya: perasaan lega batin.
3. Pengkajian, penelitian, dan analisis terhadap pengaruh keyakinan akan kehidupan setelah mati atau akhirat pada setiap orang.
4. Penelitian dan analisis terhadap kesadaran dan perasaan seseorang terhadap keyakinan tentang surga, neraka, dosa, dan pahala yang

mempengaruhi sikap dan perilaku mereka dalam kehidupan.

5. Penelitian dan analisis terhadap pengaruh pemahaman seseorang terhadap ayat-ayat suci terhadap perasaan lega batinnya. Semua aspek ini termasuk dalam kesadaran keagamaan dan pengalaman keagamaan.

Adapun urgensi mempelajari psikologi agama pada fase anak-anak, remaja, dewasa dan lansia (lanjut usia) adalah agar kita bisa mempelajari dan memahami (Dessy Syofiyanti & dkk, 2021):

1. Timbulnya keagamaan pada anak, remaja, dewasa dan lansia (lanjut usia).
2. Sifat-sifat atau ciri-ciri keagamaan pada anak, remaja, dewasa dan lansia (lanjut usia) dalam kehidupan sehari-hari.
3. Proses perkembangan jiwa keagamaan pada anak, remaja, dewasa dan lansia (lanjut usia) dalam kehidupan sehari-hari, serta bagaimana psikologis orang lanjut usia dalam menghadapi kematian, apakah takut akan kematian atau pasrah dengan jalan takdir yang diberikan Tuhan kepadanya.
4. Proses keagamaan pada lingkungan keluarga, karena keluarga merupakan dasar pembentukan jiwa keagamaan sejak dini bagi anak.
5. Proses lembaga pendidikan juga terdapat proses didikan jiwa keagamaan pada siswa, terlihat

bagaimana kurikulum dan pendidik menanamkan proses keagamaan kepada siswa di sekolah.

6. Serta pada proses pengaruh keagamaan pada lingkungan masyarakat apakah kesadaran keagamaan menjadi lebih baik, atau malah sebaliknya menjadi menurun dan tidak taat pada agamanya.

Jadi, dalam psikologi agama tidak dibahas masalah-masalah yang terkait dengan doktrin atau prinsip-prinsip kepercayaan inti suatu agama. Begitu pula, tidak membahas masalah yang terkait dengan kepercayaan pada hal-hal gaib, seperti Tuhan dan sifat-sifat-Nya, atau surga dan neraka.

Pengaruh Dukungan Sosial Keagamaan sebagai Peserta Didik

Menurut Sarafino (Hasan et al., 2014) Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang diterima oleh seseorang dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial memang bisa berasal dari mana saja, salah satunya adalah teman sebaya. Teman sebaya merupakan komponen yang ada di dalam lingkungan sekolah. Dukungan sosial merupakan ketersediaan sumber daya yang memberikan kenyamanan fisik dan psikologis yang didapat melalui interaksi individu dengan orang lain sehingga individu tersebut merasa dicintai, dihargai, diperhatikan dan diterima di kelompok sosialnya (Amarullah et al., 2023).

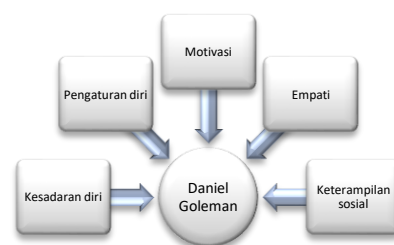
Pendapat yang sejalan disampaikan oleh House, bahwa

dukungan sosial merupakan hubungan antara individu yang terdapat aktivitas memberikan bantuan dengan beberapa aspek. Fungsi dukungan sosial teman sebaya yang paling penting adalah teman sebaya dapat menjadi sumber informasi. Teman sebaya memiliki peran penting karena mereka lebih dominan menggunakan waktunya saat sekolah dan bertemu dengan banyak teman sebayanya. Peserta didik akan lebih banyak berinteraksi dan bertukar pikiran kepada teman sebayanya, dari hal tersebut maka dukungan sosial yang diberikan teman sebaya akan banyak memiliki pengaruh dengan prestasi belajar peserta didik. Hal tersebut lebih banyak dilihat dari seberapa banyak waktu yang dihabiskan individu bersama teman sebayanya. Menurut Jumiyanti, teman sebaya dapat dijadikan sebagai sumber informasi, karena informasi yang didapatkan dari teman sebaya biasanya ialah informasi yang menarik (Nugraha & Darminto, 2020).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan peserta didik telah memiliki hubungan sosial teman sebaya yang baik. Dukungan sosial yang diterima peserta didik berupa dukungan yang diberikan oleh teman sebaya dengan memberikan pertolongan kepada individu ketika berada dalam situasi yang sulit di mana dukungan yang dapat diberikan, yaitu dengan menghargai, mencintai, dan memberikan bantuan yang dibutuhkan oleh individu tersebut.

Konsep Komponen Kecerdasan Emosional Anak Teori Daniel Goleman

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teori kecerdasan emosi yang dikembangkan oleh Daniel Goleman memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan kecerdasan emosi anak usia dini. Literatur yang dianalisis mengungkapkan bahwa anak-anak yang dibimbing dalam pengembangan kecerdasan emosinya cenderung menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka sendiri serta emosi orang lain. Selain itu, penerapan teori Goleman dalam lingkungan pendidikan dan keluarga terbukti meningkatkan keterampilan sosial, empati, dan kemampuan untuk membangun hubungan yang positif. Anak-anak yang didukung dengan pendekatan ini juga menunjukkan peningkatan dalam aspek-aspek penting seperti motivasi diri, pengendalian impuls, dan ketahanan terhadap stres. Kesimpulannya, integrasi teori kecerdasan emosi Goleman dalam pendidikan anak usia dini berkontribusi positif terhadap perkembangan emosi yang sehat dan seimbang, yang pada gilirannya mendukung pertumbuhan sosial dan akademis anak secara keseluruhan (Daniel Goleman, 2024).



Gambar 3. Teori Daniel Goleman

Menurut Daniel Goleman dasar kecerdasan Emosional terdapat 5 komponen kecerdasan emosional diantaranya;

Kesadaran Diri

Kesadaran diri yaitu, mengetahui apa yang dirasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri; memiliki tolak ukur yang realitas atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat (Daniel Goleman, 2024).

Dalam buku *Kecerdasan Emosional*, Daniel Goleman memaparkan contoh kesadaran diri yaitu:

“Alkisah, di Jepang ada seorang Samurai yang suka bertarung. Samurai ini menantang seorang guru Zen untuk menjelaskan konsep surga dan neraka. Tetapi pendeta menjawab dengan nada menghina, “Kau hanyalah orang bodoh, aku tidak mau menyia-nyiakan waktu untuk orang macam kamu.” Merasa harga diri direndahkan, Samurai itu naik darah. Sambil menghunus pedang, ia berteriak, “Aku dapat membunuhmu karena kekurangajaranmu.” “Nah,” jawab pendeta itu dengan tenang, “Itulah neraka.” Takjub melihat

kebenaran yang ditunjukkan oleh sang guru, amarah yang menguasai diri samurai itu menjadi tenang, menyarungkan pedangnya, dan membungkuk sambil mengucapkan terima kasih pada sang pendeta itu atas penjelasannya. Kesadaran mendadak Samurai terhadap gejolak perasaannya adalah inti dari kecerdasan emosional, yaitu kesadaran akan perasaan diri sendiri waktu perasaan itu timbul. Kesadaran diri tidak terbatas pada mengamati diri dan mengenali perasaan akan tetapi juga menghimpun kosa kata untuk perasaan dan mengetahui hubungan antara pikiran, perasaan, dan reaksi.

Menurut Daniel Goleman kesadaran seseorang terhadap titik lemah serta kemampuan pribadi seseorang juga merupakan bagian dari kesadaran diri. Adapun ciri orang yang mampu mengukur diri secara akurat adalah:

- a. Sadar tentang kekuatan-kekuatan dan kelemahan-kelemahannya.
- b. Menyempatkan diri untuk merenung, belajar dari pengalaman.
- c. Terbuka terhadap umpan balik yang tulus, bersedia menerima perspektif baru, mau terus belajar dan mengembangkan diri sendiri.
- d. Mampu menunjukkan rasa humor dan bersedia memandang diri sendiri dengan perspektif yang luas (Daniel Goleman, 2024).

Kesadaran diri memang penting apabila seseorang ceroboh, tidak memperhatikan dirinya secara akurat,

maka hal itu akan merugikan dirinya dan berdampak negatif bagi orang lain. Oleh sebab itu, manusia harus pandai-pandai mencari tahu siapa dirinya. Kesadaran diri juga tidak lepas dari rasa percaya diri. Percaya diri memberikan asuransi mutlak untuk terus maju. Walaupun demikian, percaya diri bukan berarti nekad. Menurut Daniel Goleman rasa percaya diri erat kaitannya dengan “efektivitas diri”, penilaian positif tentang kemampuan kerja diri sendiri. Efektivitas diri cenderung pada keyakinan seseorang mengenai apa yang ia kerjakan dengan menggunakan ketrampilan yang ia miliki (Daniel Goleman, 2024).

Pengaturan Diri

Menurut Daniel Goleman pengaturan diri adalah pengelolaan impuls dan perasaan yang menekan. Dalam kata Yunani kuno, kemampuan ini disebut *sophrosyne*, “hati-hati dan cerdas dalam mengatur kehidupan, keseimbangan, dan kebijaksanaan yang terkendali”. Lima kemampuan pengaturan diri yang umumnya dimiliki oleh staf performer adalah pengendalian diri, dapat dipercaya, kehati-hatian, adaptabilitas, dan inovasi (Daniel Goleman, 2024).

Motivasi

Motivasi yaitu, menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk

bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi (Daniel Goleman, 2024).

Adapun selain itu yang berkaitan dengan motivasi adalah optimisme. Menurut Daniel Goleman optimisme seperti harapan berarti memiliki pengharapan yang kuat bahwa secara umum, segala sesuatu dalam kehidupan akan sukses kendati ditimpa kemunduran dan frustrasi. Dari titik pandang kecerdasan emosional, optimisme merupakan sikap yang menyangga orang agar jangan sampai jatuh dalam kemasabodohan, keputusasaan atau depresi bila dihadang kesulitan, karena optimisme membawa keberuntungan dalam kehidupan asalkan optimisme itu realistis. Karena optimisme yang naif membawa malapetaka (Daniel Goleman, 2024).

Empati

Menurut Daniel Goleman, empati adalah memahami perasaan dan masalah oranglain dan berfikir dengan sudut pandang mereka, menghargai perbedaan perasaan orang mengenai berbagai hal. Menurut Daniel, kemampuan mengindera perasaan seseorang sebelum yang bersangkutan mengatakannya merupakan intisari empati. Orang sering mengungkapkan perasaan mereka lewat kata-kata, sebaliknya mereka memberi tahu orang lewat nada suara, ekspresi wajah, atau cara komunikasi nonverbal lainnya. Kemampuan memahami cara-cara komunikasi yang sementara ini

dibangun di atas (Daniel Goleman, 2024).

Kecakapan-kecakapan yang lebih mendasar, khususnya kesadaran diri (*self-awareness*) dan kendali diri (*self control*). Tanpa kemampuan mengindra perasaan individu atau menjaga perasaan itu tidak mengombang-ambingkan seseorang, manusia tidak akan peka terhadap perasaan orang lain. Empati menekankan pentingnya mengindra perasaan dari perspektif orang lain sebagai dasar untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat. Bila kesadaran diri terfokus pada pengenalan emosi sendiri, dalam empati perhatiannya diraihkan pada pengenalan emosi orang lain. Seseorang semakin mengetahui emosi sendiri, maka ia akan semakin terampil membaca emosi orang. Dengan demikian, empati dapat di pahami sebagai kemampuan mengindra perasaan dan perspektif orang lain (Daniel Goleman, 2024).

Keterampilan Sosial

Menurut Daniel Goleman keterampilan sosial (*social skills*) adalah kemampuan untuk menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, menggunakan keterampilan untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah, menyelesaikan perselisihan untuk bekerjasama dalam tim.

Dalam memanasifestasikan kemampuan ini dimulai dengan mengelola emosi sendiri yang pada akhirnya manusia harus mampu menangani emosi orang lain. Menurut Goleman, menangani emosi orang lain adalah seni yang mantap untuk menjalin hubungan, membutuhkan kematangan dua ketrampilan emosional lain yaitu manajemen diri dan empati. Dengan landasan keduanya, keterampilan berhubungan dengan orang lain akan matang. Ini merupakan kecakapan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Tidak dimilikinya kecakapan ini akan membawa pada ketidakcakapan dalam dunia sosial atau berulangnya bencana antar pribadi. Sesungguhnya karena tidak dimilikinya keterampilan-keterampilan inilah yang menyebabkan orang-orang yang otaknya encer pun gagal dalam membina hubungannya.

Dalam berhubungan dengan orang lain, manusia menularkan emosinya kepada orang lain atau sebaliknya semakin trampil seseorang secara sosial, semakin baik mengendalikan sinyal yang dikirimkan. Kesadaran sosial juga didasarkan pada kemampuan perasaan sendiri, sehingga mampu menyetarakan dirinya terhadap bagaimana orang lain beraksi. Menurut Daniel Goleman, apabila kemampuan antar pribadi ini tidak diimbangi dengan kepekaan perasaan terhadap kebutuhan dan perasaan diri sendiri serta bagaimana cara

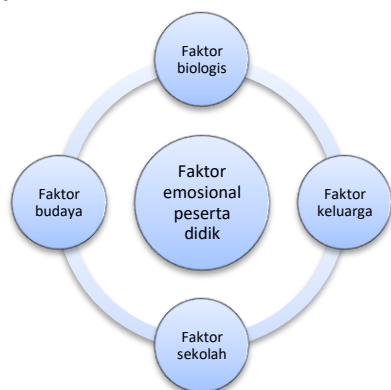
memenuhinya, maka ia akan termasuk dalam golongan bunglon-bunglon sosial yang tidak peduli sama sekali bila harus berkata ini dan berbuat itu (Daniel Goleman, 2024).

Dengan demikian, Pemikiran Daniel Goleman tentang kecerdasan emosi walau dalam dataran fakta, ia tidak mengungkap secara langsung tentang pendidikan, namun ia mampu memberikan kontribusi riil dalam mewujudkan pembaharuan pendidikan Islam, sehingga terdapat ciri khas yang mampu mewujudkan pendidikan Islam di Indonesia menjadi sebuah model yang bisa dijadikan rujukan untuk menciptakan pendidikan berkarakter dan berbudi luhur yang tinggi sesuai dengan tuntunan agama Islam. Dengan kecerdasan emosional tersebut seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilih kepuasan dan mengatur suasana hati. Daniel Goleman (*emotional intelligence*) menyebutkan bahwa kecerdasan emosi lebih berperan ketimbang IQ atau keahlian dalam menentukan siapa yang akan menjadi Bintang dalam suatu pekerjaan.

Faktor Penyebab Permasalahan Emosional Pada Peserta Didik

Konsep lain yang penting dalam semua teori adalah gagasan bahwa faktor-faktor yang berkontribusi meningkatkan resiko suatu kelainan. Sangatlah tidak biasa untuk menemukan satu penyebab yang mengarah langsung pada suatu

kelainan. Biasanya, beberapa faktor bersama-sama berkontribusi terhadap berkembangnya suatu masalah. Dalam hampir semua kasus, pertanyaan tentang apa yang secara spesifik menyebabkan kelainan ini tidak dapat dijawab karena tidak ada yang mengetahui secara pasti. Namun, para professional sering kali mengetahui factor-faktor yang menempatkan anak-anak pada resiko, yaitu keadaan atau kondisi yang meningkatkan kemungkinan seorang anak terkena gangguan tersebut (Astri Sutisnowati, 2024).



Gambar 4. Faktor emosional peserta didik

Faktor biologis

Perilaku dan emosi mungkin dipengaruhi oleh faktor genetik, neurologis, atau biokimia, atau kombinasi dari faktor-faktor tersebut. Tentu saja, ada hubungan antara tubuh dan perilaku, dan oleh karena itu masuk akal untuk mencari faktor penyebab biologis untuk gangguan emosional atau perilaku tertentu. Misalnya, paparan alkohol pada masa prenatal

dapat menyebabkan berbagai jenis kecacatan, termasuk gangguan emosional dan perilaku. Namun jarang sekali yang bisa menunjukkan hubungan antara faktor biologis tertentu dan gangguan emosi atau perilaku (Jeffrey, 2021).

Bagi sebagian besar anak-anak dengan gangguan emosi atau perilaku, tidak ada bukti nyata yang menunjukkan bahwa faktor biologis sajalah yang menjadi akar masalah mereka. Namun, bagi mereka yang menderita kelainan parah dan berat, bukti sering kali menunjukkan bahwa faktor biologis berkontribusi terhadap kondisi mereka. Selain itu, semakin banyak bukti yang menunjukkan bahwa pengobatan sangat membantu dalam mengatasi masalah banyak atau sebagian besar siswa dengan gangguan emosi atau perilaku jika mereka menerima psikofarmakologi mutakhir (Parmawi, 2019).

Semua anak dilahirkan dengan gaya perilaku atau temperamen yang ditentukan secara biologis. Meskipun temperamen bawaan anak-anak dapat diubah melalui cara mereka dibesarkan, beberapa orang telah lama percaya bahwa anak-anak dengan apa yang disebut sebagai temperamen sulit cenderung mengalami gangguan emosi atau perilaku. Namun, tidak ada hubungan satu-ke-satu antara temperamen dan kelainan. Seorang anak yang sulit mungkin ditangani dengan baik atau seorang anak dengan temperamen yang mudah ditangani

dengan sangat buruk sehingga hasilnya akan sangat berbeda dari apa yang diperkirakan berdasarkan gaya perilaku awal. Faktor biologis lain selain temperamen (misalnya, penyakit, malnutrisi, dan trauma otak) dapat memengaruhi anak-anak untuk mengalami masalah emosional atau perilaku. Penyalahgunaan zat juga dapat menyebabkan masalah emosional dan perilaku (Indah Fajar Rosalina, 2024).

Gangguan emosi dan perilaku pada hakikatnya merupakan fenomena sosial, baik disebabkan oleh faktor biologis atau tidak. Penyebab gangguan emosi dan perilaku jarang semata-mata bersifat biologis atau psikologis. Ketika kelainan biologis terjadi, hampir selalu menimbulkan masalah psikososial yang kemudian juga berkontribusi terhadap gangguan emosional atau perilaku. Pengobatan mungkin memberikan manfaat yang besar, namun pengobatan bukanlah satu-satunya intervensi yang diperlukan. Aspek psikologis dan sosial dari gangguan ini juga harus ditangani (Jarvis, 2019).

Faktor keluarga

Bahkan dalam kasus gangguan emosional atau perilaku yang parah, tidak mungkin menemukan temuan penelitian yang konsisten dan valid yang memungkinkan menyalahkan orang tua. Orang tua yang sangat baik kadang-kadang mempunyai anak-anak dengan gangguan emosi atau perilaku yang sangat serius, dan orang tua yang tidak kompeten, lalai, atau kasar

kadang-kadang mempunyai anak-anak yang tidak mengalami gangguan emosi atau perilaku yang berarti. Hubungan antara pola asuh orang tua dan gangguan emosional atau perilaku tidaklah sederhana, namun beberapa praktik pengasuhan anak jelas lebih baik daripada yang lain (Netty Herawati, 2022).

Pendidik harus menyadari bahwa sebagian besar orang tua yang memiliki anak dengan gangguan emosional atau perilaku, ingin anak mereka berperilaku lebih baik dan akan melakukan apa pun untuk membantu mereka. Orang tua seperti ini membutuhkan dukungan, bukan celaan atau kritik untuk menghadapi keadaan keluarga yang sangat sulit. Federasi Keluarga untuk Kesehatan Mental Anak dibentuk pada tahun 1989 untuk membantu memberikan dukungan dan sumber daya tersebut, dan para orang tua berorganisasi di banyak daerah untuk saling membantu dalam mencari bantuan tambahan (Lestari, 2016).

Faktor Sekolah

Beberapa anak sudah mengalami gangguan emosi atau perilaku ketika mereka mulai bersekolah; yang lain mengalami gangguan serupa selama masa sekolah mereka, mungkin sebagian karena pengalaman buruk di kelas. Anak-anak yang menunjukkan gangguan ketika mereka memasuki sekolah mungkin menjadi lebih baik atau lebih buruk tergantung pada cara mereka dikelola

di kelas (Ni'matuzahroh, Sulivan Ftiriati, 2023)

Pengalaman di sekolah tidak diragukan lagi sangat penting bagi anak-anak, namun seperti halnya faktor biologis dan keluarga, kita tidak dapat membenarkan banyak pernyataan tentang bagaimana pengalaman tersebut berkontribusi terhadap kesulitan perilaku anak. Temperamen dan kompetensi sosial seorang anak dapat berinteraksi dengan perilaku teman sekelas dan guru dalam berkontribusi terhadap masalah emosional atau perilaku. Bahaya yang sangat nyata adalah bahwa anak-anak yang menunjukkan perilaku bermasalah akan terjebak dalam spira interaksi negatif, yang mana mereka menjadi semakin jengkel dan jengkel oleh guru dan teman sebayanya. Dalam mempertimbangkan bagaimana guru mungkin berkontribusi terhadap perilaku yang tidak teratur, mereka harus mempertanyakan diri mereka sendiri tentang pengajaran akademis, harapan, dan pendekatan terhadap manajemen perilaku. Guru tidak boleh menyalahkan perilaku tidak teratur yang tidak mereka kontribusikan, namun sama pentingnya bagi guru untuk menghilangkan kontribusi apa pun yang mungkin mereka berikan terhadap perilaku buruk siswanya (Magdalena, 2021).

Faktor budaya

Anak-anak, keluarga mereka, dan sekolah tertanam dalam budaya yang memengaruhi mereka. Selain

keluarga dan sekolah, banyak kondisi lingkungan yang memengaruhi ekspektasi orang dewasa: terhadap anak-anak dan ekspektasi anak terhadap diri mereka sendiri serta teman sebayanya. Orang dewasa mengomunikasikan nilai-nilai dan standar perilaku kepada anak-anak melalui berbagai kondisi budaya, tuntutan, larangan, dan model. Beberapa pengaruh budaya: tertentu muncul dalam pikiran kita: tingkat kekerasan di tingkat masyarakat (Akhraini, 2024).

Dia (khususnya televisi dan film), penggunaan teror sebagai sarana pemaksaan, tersedianya narkoba dan tingkat penyalahgunaan narkoba, perubahan standar perilaku seksual, tuntutan agama dan pembatasan perilaku, dan ancaman kecelakaan nuklir, terorisme, atau perang. Teman sebaya merupakan sumber pengaruh budaya yang penting, terutama setelah anak memasuki kelas atas di sekolah dasar (Hidayah, 2014).

Permasalahan yang menyebabkan emosional pada peserta didik bisa saja dikarenakan faktor yang telah dijelaskan di atas. Dengan adanya faktor tersebut sebagai individu bisa menyeimbangkan setiap kondisi yang dihadapinya.

Pendekatan Psikologi Agama Sebagai Alat Intervensi Dalam Mengatasi Emosional Pada Peserta Didik

Pendekatan psikologi agama berfungsi sebagai alat intervensi dalam

memahami dan mengatasi masalah kejiwaan yang berkaitan dengan keyakinan religious. Psikologi agama meneliti bagaimana keyakinan memengaruhi perilaku dan pengalaman emosional individu, serta sebaliknya, bagaimana kondisi mental dapat mempengaruhi penghayatan agama seseorang. Psikologi agama ini dapat menjadikan alat intervensi yang efektif dalam mengatasi masalah emosional pada peserta didik. Beberapa pendekatan yang dapat digunakan antara lain:



Gambar 5. Pendekatan psikologi agama

Dukungan sosial

Dukungan social lebih menekankan pada proses di mana peserta didik belajar untuk berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan sosialnya. Ini mencakup beberapa aspek penting yaitu: 1) kemampuan berinteraksi; peserta didik belajar cara berkomunikasi dengan orang lain, termasuk berbicara, mendengarkan

dan memahami isyarat non-verbal. 2) pembentukan hubungan; mereka membangun hubungan dengan teman sebaya, guru dan anggota keluarga yang membantu mereka mengembangkan rasa kepercayaan dan dukungan social. 3) kerja sama dan kolaborasi; melalui interaksi social, peserta didik belajar bekerja sama, berbagi dan berkolaborasi dalam kelompok (Suyadi, 2010).

Penerapan nilai-nilai agama

Dasar utama pengembangan psikologi islam adalah Al-Qur'an dan Al-Hadis sehingga ada kesan hanya untuk umat islam untuk umat islam namun arah dari usaha ini adalah meningkatkan kesejahteraan umat manusia. Kemampuan seseorang untuk mengenali atau memahami nilai agama yang terletak pada nilai-nilai luhurnya serta menjadikan nilai-nilai dalam bersikap dan bertingkah laku merupakan ciri dari kematangan beragama, jadi kematangan beragama terlihat dari kemampuan seseorang untuk memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari. Ia menganut suatu agama karena menurut keyakinannya agama tersebutlah yang terbaik. Karena itu ia berusaha menjadi penganut yang baik, keyakinan itu ditampilkannya dalam sikap dan tingkah laku keagamaan yang mencerminkan ketaatan terhadap agamanya (Yusron, 2022).

Pemahaman diri

- a) Langkah pertama yang dapat memahami diri adalah mengenali emosi dalam perkembangan emosional. Peserta didik perlu belajar untuk mengenali berbagai emosi yang mereka rasakan, baik itu positif maupun negative. Hal ini penting untuk membantu mereka memahami diri sendiri dan orang lain, yang dapat dilakukan dengan
 - 1) Kesadaran Emosi: Mengenali emosi melibatkan kesadaran akan perasaan diri sendiri pada berbagai situasi. Ini termasuk mampu mengidentifikasi perasaan seperti senang, sedih, marah, atau takut.
 - 2) Labeling Emosi: Memberikan nama atau label pada emosi yang dirasakan membantu peserta didik mengartikulasikan perasaan mereka dengan lebih baik (Hariyono, 2024).
- b) Mengekspresikan emosi secara tepat adalah bagian penting dari komunikasi interpersonal dan kesejahteraan emosional, melalui:
 - 1) Ekspresi Verbal: Mengajarkan peserta didik cara mengekspresikan emosi mereka melalui kata-kata dengan cara yang tepat dan efektif.
 - 2) Ekspresi Non-Verbal: Peserta didik juga belajar mengekspresikan emosi melalui bahasa tubuh, ekspresi wajah, dan intonasi suara (Hariyono, 2024).
- c) Pengaturan emosi adalah kemampuan untuk mengelola dan mengendalikan perasaan agar dapat

merespons situasi dengan cara yang tepat, melalui: 1) Teknik Pengelolaan Stres (Hariyono, 2024).

- d) Pemahaman emosi orang lain atau empati adalah kemampuan untuk merasakan dan memahami apa yang dirasakan oleh orang lain, melalui: 1) Mendengarkan Aktif; 2) Perspektif-Taking (Hariyono, 2024).

Perkembangan emosional

Perkembangan emosional mencakup kemampuan peserta didik untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka sendiri serta merespons emosi orang lain. Ini mencakup aspek-aspek penting dari perkembangan emosional meliputi (Susianti Selarasndari, Amelia Vinayastri, 2018):

- a) Kesadaran Diri: Mengenali emosi diri sendiri dan memahami bagaimana perasaan tersebut mempengaruhi pikiran dan tindakan.
- b) Pengelolaan Emosi: Mengembangkan keterampilan untuk mengatur emosi, seperti menenangkan diri saat marah atau kecewa.
- c) Empati: Kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang orang lain rasakan, yang merupakan dasar dari hubungan yang sehat dan saling menghargai.
Untuk mendukung perkembangan sosial dan emosional, penting bagi pendidik untuk menciptakan lingkungan belajar yang

aman dan inklusif melalui berbagai langkah seperti: Membangun Hubungan Positif, Mengajarkan Keterampilan Sosial, Mendorong Partisipasi.

Selanjutnya strategi untuk mendukung perkembangan emosional peserta didik dapat dilakukan melalui (Mashar, 2015):

- a) Pendidikan Emosional: Mengajarkan peserta didik tentang emosi dan bagaimana mengelolanya melalui program pendidikan emosional atau pembelajaran sosial-emosional (SEL).
- b) Model Peran Positif: Guru dan orang dewasa lainnya harus menjadi model peran positif dalam mengelola emosi mereka sendiri dan berinteraksi dengan orang lain.
- c) Dukungan Emosional: Memberikan dukungan emosional kepada peserta didik, termasuk menyediakan waktu dan ruang untuk mereka berbicara tentang perasaan mereka.

Resiliensi

Resiliensi merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengatasi dan pulih dari tekanan, stres, atau trauma. Ini adalah sifat yang penting dalam kehidupan karena membantu seseorang tetap tegar dan terus maju di tengah tantangan dan rintangan. Berikut adalah alasan mengapa resiliensi sangat penting (Niken Bayu Argaheni, Grhasta Dian Perestroika, 2023):

- a) Menghadapi perubahan dan ketidakpastian. Kehidupan tidak selalu stabil dan bisa berubah dalam sekejap mata. Orang yang memiliki resiliensi yang kuat lebih mampu menghadapi perubahan dan ketidakpastian, baik itu dalam karir, hubungan, atau situasi hidup lainnya.
- b) Meningkatkan kesehatan mental. Resiliensi juga dikaitkan dengan kesehatan mental yang lebih baik. Orang yang lebih dapat mengatasi stres dan tekanan dalam hidup cenderung mengalami depresi dan kecemasan yang lebih sedikit.
- c) Menumbuhkan kepercayaan diri. Resiliensi dapat membantu seseorang membangun kepercayaan diri dan merasa lebih kuat dalam menghadapi tantangan. Orang yang lebih mudah bangkit dari kegagalan atau kesulitan cenderung merasa lebih percaya diri dan siap menghadapi tantangan selanjutnya.
- d) Meningkatkan kreativitas dan inovasi. Orang yang lebih fleksibel dan adaptif cenderung lebih kreatif dan inovatif dalam mencari solusi untuk masalah yang dihadapi. Karena mereka mampu menghadapi perubahan dan menyesuaikan diri dengan situasi baru, mereka memiliki kemampuan untuk berpikir di luar kotak dan menemukan cara baru untuk menyelesaikan masalah.

- e) Meningkatkan hubungan sosial. Orang yang lebih resiliensi cenderung lebih baik dalam membangun hubungan sosial yang sehat dan positif. Mereka mampu mengatasi konflik dan kesulitan dalam hubungan dan cenderung memiliki jaringan dukungan sosial yang lebih kuat.
- f) Meningkatkan produktivitas dan kinerja. Orang yang lebih mudah pulih dari kesulitan atau kegagalan cenderung lebih produktif dan efektif dalam pekerjaan mereka. Mereka memiliki kemampuan untuk memfokuskan energi dan sumber daya mereka pada tujuan mereka dan mengatasi hambatan yang mungkin muncul di sepanjang jalan.
- g) Meningkatkan kebahagiaan dan kualitas hidup. Orang yang lebih resiliensi cenderung merasa lebih bahagia dan puas dengan hidup mereka secara keseluruhan. Mereka lebih mampu mengatasi masalah dan tantangan yang muncul dan merasa lebih siap untuk menghadapi masa depan dengan optimisme dan keyakinan.

Dalam mengatasi emosional peserta didik maka harus adanya psikologi agama sebagai alat intervensi. Beberapa pendekatan yang telah dijelaskan bisa menjadi solusi dalam mengatasi psikologi agama pada peserta didik. Melalui perspektif ahli yaitu Daniel Goleman yang menjelaskan komponen kecerdasan emosional

berhubungan dengan emosional peserta didik yang dihadapi pada masa sekarang.

Kesimpulan

Kecerdasan emosional anak menurut Daniel Goleman mempunyai 5 komponen dasar diantaranya kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati dan keterampilan sosial. Psikologi agama mencakup dukungan sosial, dimana peserta didik dan lingkungannya diperoleh dari kelompok atau teman sebaya. Penerapan nilai-nilai agama seperti rasa syukur, dan kasih sayang dapat membantu peserta didik mengatasi kecemasan dan stress. Pemahaman diri dalam mengatasi perasaan negative, dan mengelola emosi yang ada pada diri peserta didik. Kemudian resiliensi agar dapat mengatasi dan pulih dari tekanan, stres, atau trauma. Selain itu, dukungan sosial berbasis keagamaan juga dapat diperoleh teman sekelompok. Bantuan ini termasuk memberikan dukungan seperti dengan menghargai, mencintai, dan memberikan bantuan yang dibutuhkan oleh individu tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Abudin Nata. (2018). *Psikologi Pendidikan Islam*. PT Raja Grafindo Persada.
- Akhraini, L. A. (2024). *Perilaku Manusia Dalam Perspektif Psikologi Lintas Budaya*. UB Press.
- Amarullah, S., Maulidi, A., Syarifudin, E.,

- & Fauzi, A. (2023). Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 10(10), 4607–4617.
- Astri Sutisnowati, D. (2024). *Pengantar Anak Berkebutuhan Khusus dan Pendidikan Inklusif*. Publika Indonesia Utama.
- Astuti, R. F. (2015). Internalisasi Nilai-Nilai Agama Berbasis Tasawuf Di Pondok Pesantren Salafiyah Al-Qadir Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Islam Dan Keguruan*, 3(2), 11–12.
- Chandra, & Alam. (2021). A Descriptive Study on How Students' Emotional Quotient (EQ) Affected in Online Learning. *Indonesian Journal of Learning Studies IJLS*, 1(1), 20–29.
- Daniel Goleman. (2024). *EMOTIONAL INTELLIGENCE Kecerdasan Emosional*. Gramedia Pustaka Utama.
- Dessy Syofiyanti, & dkk. (2021). *Teori Psikologi Agama*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Dona Tihnike, Siti Yumnah, Nurhidayanti Pratiwi, Imam Faisal Hamzah, D. (2024). *Psikologi Agama*. CV. Basya Utama.
- Fitria, E. (2024). Komparasi Sistem Pendidikan Finlandia dan Singapura. *Jurnal Genesis Indonesia*, 3(01), 34–48. <https://doi.org/10.56741/jgi.v3i0.1.501>
- Hariyono, D. (2024). *Perkembangan Peserta Didik (Teori dan Implementasi Perkembangan Peserta Didik Pada Era Digital)*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Hasan, Handayani, & Psych. (2014). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Siswa Tunarungu Di Sekolah Inklusi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(2), 128–135.
- Hidayah, N. dan A. A. (2014). *Landasan Sosial Budaya dan Psikologi Pendidikan*. Gunung Samudera.
- Indah Fajar Rosalina, D. (2024). *Buku Ajar Psikologi Komunikasi*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Jarvis, M. (2019). *Teori-Teori Psikologi: Pendekatan Modern Untuk Memahami Perilaku, Perasaan dan Pikiran Manusia*. Nusa Media.
- Jeffrey. (2021). *Gangguan Psikologis Konsepsi dan Aplikasi Psikologi*. NUSAMEDIA.
- Kistoro. (2018). Kecerdasan Emosional Dalam Pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 10(1), 1–18.
- Kurniasari. (2016). Gaya Pengasuhan Dan Kecerdasan Emosi Anak. *Sosio Informa*, 2(2), 185–202.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga* (4th ed.). Kencana.
- Ma'arif, & Zulia. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orangtua Terhadap Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini. *Journal of Early Childhood Islamic Education*, 8(1), 30–66.
- Magdalena, I. (2021). *Psikologi*

- Pendidikan Dalam Perspektif Pendidikan Guru Sekolah Dasar.* Tim CV Jejak.
- Mardjun. (2019). Urgensi Pendidikan Islam Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Hunafa*, 4(4), 333–338.
- Mashar, R. (2015). *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya.* Kencana.
- Muhammad Rizal. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif.* PENERBIT PRADINA PUSTAKA.
- Muslim, M. (2022). Pengembangan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Dalam Pengalaman Nilai-Nilai Al-Qur'an di SMAN 4 Kabupaten Pandeglang. *Islamika (Jurnal Agama, Pendidikan, Dan Sosial Budaya)*, 16(1), 76–92. <https://doi.org/https://doi.org/10.33592/islamika.v16i1.2491>
- Netty Herawati, D. (2022). *Pemberdayaan Psikologi Keluarga.* CV. Adanu Abimata.
- Ni'matuzahroh, Sulivan Ftriati, A. P. (2023). *Psikologi Sekolah: Konsep, Isu, Intervensi Sekolah Peka Mental Health.* Universitas Muhammadiyah Malang.
- Niken Bayu Argaheni, Grhasta Dian Perestroika, R. A. S. (2023). *Bidan Inspiratif Untuk Negeri Inovasi REKIS.* CV. Jejak.
- Nisa, & Susandi. (2021). Kontribusi Pendidikan Islam dalam Menumbuhkan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Pendidikan Islam*, 4(2), 154–170.
- Novitasari, P. P., Hanafi, S., Naim, M., Sultan, U., Tirtayasa, A., Serang, K., Serang, K., Unyur, K., Serang, K., Serang, K., Emosional, K., & Dini, A. U. (2019). Pola Asuh Orang Tua Tunggal Dalam Menunjang Perkembangan Kecerdasan Emosional Pada Anak Usia Dini Di Kelurahan Unyur, Kecamatan Serang, Kota Serang, Provinsi Banten. *Jurnal Eksistensi Pendidikan Luar Sekolah*, 4(2), 190–198. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30870/e-plus.v4i2.7314>
- Nugraha, S. A., & Darminto, E. (2020). Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prestasi Belajar Peserta Didik. *Jurnal BK UNESA*, 11(4), 484–490.
- Parmawi, A. (2019). *Psikologi Belajar.* Deepublish.
- Rosyad, R. (2021). *Pengantar Psikologi Agama Dalam Konteks Terapi.* UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Smith, D. (2019). *Sekolah Untuk Semua Teori dan Implementasi Inklusi.* Nuansa Cendekia.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&d.* Alfabeta.
- Susianti Selarasndari, Amelia Vinayastri, H. M. (2018). *Metode Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini.* Edu Publisher.
- Suyadi. (2010). *Psikologi Belajar Anak Usia Dini.* Pedagogia.
- Umrati, & Hengki Wijaya. (2020).

- Analisis Data Kualitatif Teori Konsep Dalam Penelitian Pendidikan.* Sekolah Tinggi Theologia Jaffray.
- Untung Lasiyono, & Wira Yudha Alam. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif.* CV. Mega Press Nusantara.
- Widianingsih. (2018). Pengaruh Program Pendidikan Fullday School Terhadap Perkembangan Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 3(1).*
- Yuliana, Pujiastuti, & Hartati. (2020). Efektifitas Terapi Musik Klasik Monzat Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi Pada Anak Sekolah Usia Dasar. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama, 9(1), 46.*
- Yusron, M. dan. (2022). *Psikologi Agama.* Tunas Gemilang Press.