

KECERDASAN EMOSIONAL DALAM PROSES BELAJAR MENGAJAR: SEBUAH TELAAH LITERATUR

Fitriana Khusnul Khotimah, Lucia Hernawati, Augustina Sulastri

Jurusan Magister Sains Psikologi,

Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata,

fitrianakhk14@gmail.com¹

Abstrak.

Kepribadian seseorang berkembang seiring dengan proses pendidikan yang dijalani, baik itu pendidikan formal ataupun pendidikan non formal, namun pada praktiknya pendidikan selama bertahun-tahun hanya berfokus membicarakan tentang kebijakan dan kurikulum sehingga sering mengabaikan kualitas individu. Kecerdasan emosional bermanfaat dalam proses belajar mengajar dikelas, pengembangan psikoevaluasi siswa, menumbuhkan motivasi akademik, mempengaruhi prestasi akademik dan meningkatkan kesejahteraan guru secara psikologis. Tujuan penelitian ini adalah untuk meneliti dengan tinjauan literature tentang bagaimana peran kecerdasan emosional guru dan siswa dalam praktik pendidikan. Metode analisis yang digunakan dengan merangkum sumber jurnal dari data base EBSCO, e-resources perpusnas RI, google scholar dan ProQuest tahun 2015-2022 dengan kata kunci *Emotional Intelligence AND Education*. Hasil dari penelusuran di data base ditemukan lebih dari 20 artikel/jurnal dengan kata kunci tersebut setelah direduksi didapatkan 10 jurnal yang dianggap paling sesuai. Hasil studi menemukan bahwa kecerdasan emosional sebagai suatu kemampuan untuk mengakses dan menghasilkan perasaan yang dapat memfasilitasi sebuah pemikiran (prestasi akademik, motivasi akademik, dan melindungi guru dari kelelahan secara emosional terhadap pekerjaannya). Akhirnya hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan di dunia pendidikan dalam merancang tujuan serta program baik untuk guru maupun siswa.

Kata Kunci : *emotional intelligence, education, literature review, guru, siswa*

ABSTRACT.

Personality develops along with the educational process, both through formal and non-formal education. However, for many years, educational practice has tended to focus more on policies and curricula, often neglecting the quality of individuals. Emotional intelligence plays an important role in classroom teaching and learning, psycho-evaluative development of students, fostering academic motivation, improving academic achievement, and supporting teachers' psychological well-being. The purpose of this study is to examine the role of teachers' and students' emotional intelligence in educational practice through a literature review. The analysis method involved summarizing journal sources from EBSCO, e-resources of the National Library of Indonesia, Google Scholar, and ProQuest databases, published between 2015 and 2022, using the keywords Emotional Intelligence AND Education. The search yielded more than 20 journal articles, which were then narrowed down to 10 most relevant articles. The study found that emotional intelligence is the ability to access and generate feelings that can facilitate thinking, support academic achievement, enhance academic motivation, and protect teachers from emotional exhaustion in their work. The findings are expected to provide valuable insights for the education sector in designing goals and programs for both teachers and students.

Keywords: *emotional intelligence, education, literature review, teachers, students*

PENDAHULUAN

Masalah yang fundamental selama bertahun-tahun di dunia pendidikan adalah terkait dengan kebijakan dan kurikulum. Sementara itu kecerdasan emosional sering kali diabaikan sebagai kualitas individu baik guru maupun siswa (Schopes et al., 2019). Ranah lain dimana kecerdasan emosional menjadi begitu penting yaitu pada bidang pendidikan. Kepribadian seseorang berkembang selama mereka mengenyam pendidikan (formal ataupun non formal). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional yang tinggi berkontribusi pada tingkat disiplin siswa selama proses belajar mengajar dikelas (Fabio et al., 2016). Namun selain pada siswa, guru juga harus memiliki kecerdasan emosional yang mumpuni, karena hanya seorang guru yang kompeten secara emosional yang mampu menangani dan bertanggung jawab terkait dengan kontribusi yang lebih banyak terhadap kinerja akademik. (Poulou, 2016).

Raghubi (2018) mengatakan bahwa ada 4 atribut kecerdasan emosional yang terbukti mempengaruhi kesejahteraan emosional diantara individu dan dinilai bisa meningkatkan kemampuan untuk berlatih bagi siswa dan guru. 4 atribut tersebut yaitu kesadaran diri, management diri, kesadaran sosial, dan hubungan sosial. Oleh karena itu Kotsou, et al (2019) dalam penelitiannya mengatakan bahwa studi tentang kecerdasan emosional menjadi penting bagi calon guru, guru dan siswa untuk melihat dampak langsung keberhasilan kerja ataupun akademik. Hal tersebut juga dikuatkan oleh beberapa peneliti (Aguadez & Pantoja 2015, Valdes et al 2018, Scoble 2020) yang sepakat bahwa zaman baru menuntut adanya perubahan pada wajah pendidikan, untuk mencapai taraf manusia seutuhnya dan memaksimalkan potensi manusia kuncinya terletak pada keselarasan antara pikiran dan emosi. Jadi tidak hanya pada tataran kognitif

saja tetapi juga pada aspek sosial dan emosional, dalam hal ini pendidikan merupakan instrument yang cocok untuk mencapai keselarasan tersebut.

Mayer dan Solovey (dalam Tuyakova,et al, 2022) sudah menyuarakan bahwa tujuan pendidikan yang paling utama adalah melatih siswa agar cerdas secara emosional dan pendidikan perlu memahami bahwa kecerdasan emosional sebagai suatu kemampuan untuk mengakses dan menghasilkan perasaan yang memfasilitasi sebuah pemikiran. Pendapat tersebut semakin kuat karena pakar kecerdasan Gardner (dalam Arias et al, 2022) melalui karyanya “Frames of Mind” mengatakan bahwa, kecerdasan merupakan potensi yang bersifat genetic yang harus dikembangkan oleh Pendidikan. Ada 8 kecerdasan yaitu, linguistic, logis-matematis, spasial, kinestetik,music,alam-ekologis, intrapersonal dan interpersonal. Interpersonal adalah kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan baik dengan orang lain dan memahami orang lain sedangkan intrapersonal mengacu pada kehidupan emosional seseorang dan kemampuan untuk mengarahkan perilaku seseorang itu sendiri.

Dalam kaitannya dengan hal tersebut, kutipan singkat dari Goleman (dalam Arias et al, 2022) mengatakan bahwa hubungan antara amigdala (struktur limbik) dan neokorteks merupakan pusat dari Kerjasama antara hati dan kepala, antara pikiran dan perasaan. Syaraf-syaraf ini yang akan menjelaskan mengapa emosi menjadi dasar pemikiran yang efektif, baik untuk membuat keputusan yang cerdas ataupun berpikir secara jernih. Mangas, et al (2002) mengatakan bahwa kecerdasan emosional ternyata dapat menjadi sebuah strategi coping tentang kesejahteraan staf pengajar yaitu, tentang bagaimana emosi dirasakan, diasimilasi, dipahami, kemudian diatur dalam lingkungan kerja mereka. Penelitian tersebut sejalan dengan Valente, et al (2019) dalam artikelnya yang

menyimpulkan bahwa, seorang guru yang memiliki kecerdasan emosional mampu memanagement kedisiplinan dengan baik, guru dengan kecerdasan emosional yang baik juga mampu dengan mudah memahami keadaan emosional siswa dan dapat menyesuaikan diri dengan perilaku mereka. Larina (2017) melengkapi dua pernyataan tersebut, kecerdasan emosional melindungi guru dari kelelahan emosional. Oleh karena itu seorang guru penting untuk melatih kecerdasan emosionalnya, karena seorang guru dituntut untuk memiliki kepekaan dan pengetahuan tentang bagaimana mengoptimalkan kualitas hubungan interpersonal dengan siswa mereka.

Mekanisme yang menjelaskan hubungan antara kecerdasan emosional dan keberhasilan akademik belum dipahami dengan jelas, hal ini dikarenakan adanya perbedaan definisi keberhasilan akademik masing-masing individu. Beberapa penelitian menemukan hubungan langsung antara kecerdasan emosional dan keberhasilan akademik serta berkontribusi pada kinerja kognitif seseorang diluar kecerdasan umum. Estrada et al (2021) dalam artikelnya mengatakan bahwa Pendidikan untuk pembangunan berkelanjutan membutuhkan kompetensi penting yang harus dikuasai oleh siswa, meliputi : empati, simpati, solidaritas, kasih sayang, dan berpikir terbuka. Hal tersebut merupakan studi tentang kecerdasan emosional pada siswa yang harus dikembangkan untuk melindungi keterlibatan siswa terkait dengan prestasi akademik mereka. Namun penelitian yang lain tidak menemukan hubungan langsung, tetapi menunjukkan bahwa variable seperti penyesuaian atau adaptasi dengan sekolah atau universitas menjembatani kecerdasan emosional dengan kinerja akademik. Contohnya seperti siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi menunjukkan keterlibatan sosial yang lebih

aktif dan positif dalam hubungan antar pribadi yang pada akhirnya memfasilitasi siswa tersebut berkembang secara kognitif dan intelektual yang mengarah pada akademik yang lebih baik.

Selain itu, penelitian Shafait et al. (2021) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berkorelasi positif dengan hasil belajar dan efikasi akademik mahasiswa, meskipun hubungan tersebut dimediasi oleh faktor-faktor seperti keterlibatan sosial dan rasa percaya kepada guru. Temuan ini sejalan dengan Estrada et al. (2021) yang menegaskan bahwa kecerdasan emosional berperan sebagai kompetensi kunci dalam pendidikan berkelanjutan, karena mendorong siswa untuk memiliki empati, kasih sayang, dan keterlibatan aktif dalam proses belajar. Dengan demikian, pendidikan yang menekankan pengembangan kecerdasan emosional tidak hanya meningkatkan prestasi akademik, tetapi juga membentuk generasi yang lebih resilien, berdaya saing, dan mampu menghadapi tantangan global secara holistik.

Kecerdasan emosional penting dalam pendidikan karena proses belajar mengajar tidak hanya menuntut keterampilan kognitif, tetapi juga pengelolaan emosi yang sehat. Goleman (dalam Manizar, 2016) menekankan bahwa emosi memengaruhi cara seseorang berpikir, mengambil keputusan, dan berinteraksi dengan lingkungannya. Dalam konteks kelas, siswa dengan kecerdasan emosional tinggi lebih mampu mengatasi stres akademik, menjalin hubungan positif dengan teman sebaya, serta menumbuhkan motivasi intrinsik dalam belajar. Sebaliknya, rendahnya kecerdasan emosional dapat menghambat keterlibatan siswa, menurunkan kepercayaan diri, dan meningkatkan risiko perilaku menyimpang. Hal ini menegaskan bahwa pengembangan kecerdasan emosional harus menjadi bagian integral dari tujuan pendidikan, tidak hanya sebatas pencapaian kognitif.

METODE

Penelitian ini menggunakan sistematika metode penelitian literature review. Sebuah tinjauan literatur sistematis dapat didefinisikan sebagai metode sistematis untuk mengumpulkan dan mensintesis hasil penelitian sebelumnya yang dapat berfungsi sebagai dasar untuk pengembangan pengetahuan, menciptakan pedoman untuk kebijakan dan praktik, memberikan bukti efek, dan jika dilakukan dengan baik, dapat menghasilkan ide-ide baru dan arah untuk bidang tertentu. Snyder (2019). Penggunaan ini metode yang dipilih untuk mengumpulkan hasil penelitian dari luar negeri ataupun jurnal nasional yang membahas mengenai kecerdasan emosional dalam kaitannya dengan Pendidikan. Tujuan dari tinjauan literatur ini adalah untuk memberikan referensi dan pembahasan mengenai pentingnya kecerdasan emosional bagi guru dan juga bagi siswa untuk meningkatkan kesejahteraan guru, menghindarkan guru dari kelelahan dalam pekerjaannya,

mengoptimalkan proses mengajar guru dan juga bagaimana kecerdasan emosional bisa memotivasi dan berpengaruh pada kinerja akademik siswa. Metode yang digunakan dalam *Literature Review* yaitu simplified approach, artikel yang digunakan difokuskan atau dikhususkan pada artikel penelitian yang didalamnya terdapat abstrak, pendahuluan, metode, hasil dan diskusi. Penelusuran berita terkait kecerdasan emosional, prestasi akademik, guru, siswa diperoleh dari sumber akses terbuka. Strategi pencarinya menggunakan database e-resource perpusnas RI, EBSCO, google scholar dan ProQuest. Kata kunci dalam pencarian artikel yaitu “Emosional Intelligence” AND “Education”. Penelitian ini membatasi jurnal atau artikel ilmiah dari tahun 2015-2022, ada banyak sekali artikel yang muncul namun disesuaikan dengan topik penelitian akhirnya diambil 10 jurnal yang sesuai 7 jurnal internasional dan 3 jurnal nasional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.

Matriks Hasil Analisa Artikel atau Jurnal

<i>Author, Tittle, Journal</i>	<i>Method</i>	<i>Result</i>
Manizar, Ely. 2016. <i>Mengelola Kecerdasan Emosi</i> . Jurnal Tadrib Vol 2 No 2 Edisi desember 2016	Literature Review	Artikel ini menjelaskan tentang pengertian emosi, teori-teori emosi, pengertian kecerdasan emosi, dan bagaimana mengelola kecerdasan emosi dalam lingkup pembelajaran. Hasil penelitian pada artikel ini adalah bahwa kecerdasan emosi merupakan bagian dari kajian psikologi dan dapat dikembangkan melalui pembelajaran. Kecerdasan emosional perlu dilatih sejak dini agar anak mampu mengembangkan emosi yang positif, ada beberapa cara untuk melatih kecerdasan emosional, diantaranya yaitu :

		<p>Mengajarkan nilai budaya dimana anak lahir dan dibesarkan, mengembangkan emosi anak yang dinilai lebih dominan, memperkenalkan anak bentuk emosi verbal ataupun non verbal, disiplin dan konsisten, anak perlu diajarkan mengungkapkan emosi yang humanis (diterima lingkungannya), dan memupuk rasa empati kepada orang lain. Hal tersebut merupakan bekal awal dalam mengembangkan kecerdasan emosional pada anak.</p>
<p>Maftukhah, Nur ajeng, Nurhalim, Khomsun, dan Isnarto. 2017. <i>Kemampuan Berpikir Kreatif dalam Pembelajaran Model Connecting Organizing Reflecting Extending Ditinjau dari Kecerdasan Emosional</i>. Journal Of Primary Education, JPE (6), (3) http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpe</p>	<p>Mix Method (kuantitatif dan Kualitatif) dengan desain penelitian <i>Concurrent Embedded</i></p>	<p>Hasil studi mengatakan bahwa terdapat pengaruh positif antara kecerdasan emosional terhadap kemampuan berpikir kreatif, nilainya mencapai 80.2 %. Siswa dengan kecerdasan emosional yang tinggi mempunyai profil berpikir kreatif pada level (TKBK 3) yaitu, fluency, originality, dan elaboration. Siswa dengan kecerdasan emosional yang sedang mempunyai profil berpikir kreatif pada level (TKBK 2) yaitu, flexibility dan elaboration. Siswa dengan kecerdasan emosional yang rendah mempunyai profil berpikir kreatif pada level (TKBK 1) yaitu, fluency. Siswa dengan kecerdasan emosional yang tinggi mampu melewati semua tahapan berpikir kreatif dengan baik, siswa dengan kecerdasan emosional sedang juga mampu melewati tahapan berpikir kreatif namun ada tahapan yang belum terlampaui seperti tahap iluminasi sedangkan siswa dengan kecerdasan emosional yang rendah hanya mampu melewati tahap persiapan saja sehingga dinilai kurang mampu melewati tahapan berpikir kreatif.</p>

<p>Febrianti, Lisa dan Rachmawati, Lucky. 2018. <i>Pengaruh Kecerdasan emosional dan Disiplin Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa di SMAN 3 Nganjuk</i>. JUPE, Vol 6, No 2, 69-75.</p>	<p>Penelitian Kuantitatif dengan jenis penelitian Asosiatif Kausal yaitu mencari hubungan sebab akibat dari variable-variabel penelitian dan dianalisis dengan path analysis</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa variable kecerdasan emosional dan disiplin belajar berpengaruh secara signifikan terhadap hasil belajar siswa, nilainya mencapai 48.6%. kecerdasan emosional memiliki 5 indikator (kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati dan kemampuan bersosialisasi), dengan meningkatkan masing-masing indikatornya maka hasil belajar juga akan meningkat. Selain berguna dalam Pendidikan, kecerdasan emosional juga berguna dalam kehidupan siswa diluar sekolah.</p>
<p>Tuyakova, et al. 202. <i>Developing Emotional Inteligence in student Teacher in Universities</i>. Journal Humanities & Social Sciences Communications. Vol 9 No 55 https://doi.org/10.1057/s41599-022-01173-w</p>	<p>Hall Emotional Intelligence Test (EQ Test) dengan sampel acak mencakup 40 mahasiswa dari univ nasional Eurasia dan 46 mahasiswa dari univ regional K zhubanov Aktobe</p>	<p>Hasil dari studi ini menarik, yaitu bahwa pelatihan EQ terbukti meningkatkan kecerdasan emosional. Ditemukan perbedaan antara calon guru perempuan dan laki-laki, dimana calon guru perempuan lebih mampu mencapai goals dalam setiap poin kecerdasan emosional dibanding calon guru laki-laki. Selain itu dalam sesi wawancara ditemukan bahwa pelatihan emosional dapat meningkatkan kualitas proses Pendidikan.</p>
<p>Arias, Julia, et al. 2022. <i>Emotional Intelligence and Academic Motivation in Primary School Student</i>. Journal Psicologia: Refexão e Critica (2022) 35:14 https://doi.org/10.1186/s41155-022-00216-0</p>	<p>Quasi-Eksperimental Design</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi positif dan signifikan antara kecerdasan emosional pada seluruh indicator (kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati dan kemampuan bersosialisasi) terhadap tingkat motivasi akademik. Siswa perempuan memiliki indeks kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa laki-laki sedangkan pada aspek motivasi akademik tidak ditemukan perbedaan menurut jenis kelamin.</p>
<p>Shafait, Zahid,et al. 2021. <i>An Assessment of Student Emotional Intelligence, Learning Outcomes, and Academic Efficacy : A Correlation Study in higher Education</i>. Journal PLOS ONE. (16) (8)https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255428</p>	<p>Cross Sectional</p>	<p>Hasil studi menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki dampak yang signifikan terhadap hasil belajar siswa, walaupun tidak ditemukan berhubungan secara</p>

		langsung antara kecerdasan emosional dan hasil belajar dibangun melalui kepercayaan siswa pada guru dalam orientasi belajar tetapi dijembatani oleh hubungan langsung dari hasil belajar dan efikasi akademik siswa yang terbentuk.
Estrada, Marta, et al. 2021. <i>Does Emotional Intelligence Influence Academic Performance? The Role of Compassion and Engagement in Education for Sustainable Development</i> . Journal Sustainability 2021, 13, 1721. https://doi.org/10.3390/su13041721	Kuantitatif dengan diuji melalui kuesioner dan ANOVA untuk melihat multilinearitas data	Hasil penelitian ini mengkonfirmasi hipotesis penelitian yaitu, kecerdasan emosional terbukti memiliki hubungan yang positif terhadap kasih saying dan tingkat komitmen yang kemudian dari hubungan tersebut menghasilkan kinerja akademik yang lebih baik. Temuan ini mendorong untuk mengembangkan kecerdasan emosional baik jangka pendek di terapkan didalam kelas ataupun jangka Panjang dalam melatih warga negara yang sehat.
Jahan, Shah Saif, et al. 2022. <i>Exploring the Association Between Emotional Intelligence and Academic Performance and Stress Factors among Dental Students : A Scoping Review</i> . Journal Dent. J. 2022, 10, 67. https://doi.org/10.3390/dj10040067	Analisis Naratif (Scoping Review)	Tinjauan ini menemukan bahwa kecerdasan emosional memiliki dampak yang besar terhadap keberhasilan mahasiswa kedokteran gigi. Kecerdasan emosional juga menjadi instrumen utama dalam mengatasi stress dan emosi negatif. Mahasiswa dengan skor kecerdasan emosional yang tinggi terbukti memiliki kemampuan mengorganisasi, kepemimpinan dan kemajuan dalam karirnya. Tinjauan ini juga menemukan adanya perbedaan antara perempuan dan laki-laki terkait dengan kecerdasan emosional mereka, walaupun skornya sama-sama tinggi tetapi aspek atau indicator kecerdasan emosionalnya berbeda. Perempuan : empati, pendekatan bersosialisasi, memiliki ruang yang lebih besar dalam pikirannya terkait pemrosesan emosional, lebih ekspresif dan sensitive. Laki-laki : kesadaran diri, kesadaran sosial dan ketrampilan social

<p>Mangas, Susana Lucas, et al. 2022. <i>Emotional Intelligence, Psychological Well-Being and Burnout of Active and In-Training Teachers</i>. International Journal of Environmental Research and Public Health. 19, 3514. https://doi.org/10.3390/ijerph19063514</p>	<p>Kuantitatif dengan menggunakan Tes TMMS-24 Spanyol dan tes SBI . analisis data menggunakan korelasi Pearson</p>	<p>Hasil penelitian menyoroti secara total hubungan antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis dengan burnout pada masing-masing variable. Hasilnya menunjukkan burnout memiliki korelasi yang tinggi dan hubungan yang positif dengan kesejahteraan psikologi dibandingkan dengan kecerdasan emosional. Pada hasil analisis komparatif terlihat bahwa kecerdasan emosional signifikan dalam pengembangan keprofesionalan pada guru yang aktif namun tidak signifikan pada guru yang statusnya magang. Secara garis besar temuan dalam artikel ini mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis akan berdampak pada burnout dan kecerdasan emosional adalah jalan untuk sampai pada kesejahteraan psikologis sehingga mampu mencegah terjadinya burnout pada guru.</p>
<p>Valente, sabina, et al. 2018. <i>The Relationship between Teacher's Emotional Intelligence and Classroom Discipline Management</i>. Journal Psychol Schs. 2019;56:741–750. DOI: 10.1002/pits.22218</p>	<p>Kuantitatif dengan kuesioner kompetensi emosional, model pengukuran dengan analisis factorial dan model structural sebab akibat</p>	<p>Hasil penelitian ini mengatakan bahwa bahwa seorang guru yang cerdas secara emosional menghadirkan manajemen disiplin yang lebih besar. Guru yang menghadirkan emosi keterampilan persepsi dan ekspresi dengan mudah memahami keadaan emosional siswa dan menyesuaikan perilaku mereka. Oleh karena itu, mereka dapat mengubah aktivitas di dalam kelas ketika mereka memahami bahwa siswa mengalami demotivasi. Studi lain mengungkapkan hubungan antara kemampuan kecerdasan emosional dan self efficacy guru, melabeli keduanya sebagai karakteristik mendasar seorang guru.</p>

Goleman (dalam Manizar, 2016) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*);

menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (the appropriateness of emotion and its expression) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

Daniel Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosi bukan berarti memberikan kebebasan kepada perasaan untuk berkuasa melainkan mengelola perasaan sedemikian rupa sehingga terekspresikan secara tepat dan efektif. Valente, et al (2020) berpendapat bahwa mengajar merupakan suatu kegiatan atau aktivitas yang memiliki beban kerja emosional dengan demikian seseorang yang berprofesi sebagai pengajar atau guru penting untuk melatih kecerdasan emosi mereka. Selain untuk mengoptimalkan kualitas interpersonal dengan siswa kecerdasan emosional juga terbukti menghindarkan guru dari kelelahan emosional atau burnout dan menjadi salah satu jalan mencapai kesejahteraan psikologis dalam pekerjaannya. 5 Indikator diatas menjadi acuan untuk meneliti kecerdasan emosional dari 10 jurnal yang diambil dalam literature ini.

Hasil penelitian dari Valente (2020) sejalan dengan Manizar (2016) yaitu Pembelajaran yang berkualitas sangat tergantung dari motivasi pelajar dan kreatifitas pengajar. Pembelajar yang memiliki motivasi tinggi ditunjang dengan pengajar yang mampu mengelolah kecerdasan emosi siswa akan membawa pada keberhasilan pencapaian target belajar. Target belajar dapat diukur melalui perubahan sikap dan kemampuan siswa melalui proses belajar. Desain pembelajaran yang baik, ditunjang fasilitas yang memadai, ditambah dengan kreatifitas guru akan membuat peserta didik lebih mudah mencapai target belajar. Pendapat yang sama juga diungkapkan dari hasil penelitian Mangas (2022) bahwa hasil ini mencerminkan kemungkinan kegunaannya untuk desain model Pendidikan yang mempromosikan pelatihan guru yang memadai, yang berdampak pada kualitas pendidikan, kesejahteraan psikologis, dan pengembangan karir profesional guru di masa depan, sesuai dengan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan. Temuan yang lain terkait dengan kecerdasan emosi yang penting bagi pengajar yaitu datang dari

hasil penelitian Valentine Sabrina (2018) bahwa guru yang menghadirkan persepsi emosional yang lebih besar menunjukkan manajemen disiplin kelas yang lebih rendah, sebaliknya, guru dengan tingkat ekspresi emosional dan regulasi emosional yang lebih tinggi menghadirkan manajemen disiplin yang lebih besar di kelas. Diverifikasi bahwa guru dengan nilai persepsi dan ekspresi emosional yang lebih tinggi kompetensi yang lebih besar untuk menangani emosi.

MELATIH KECERDASAN EMOSIONAL

1. Mayer dan Solve (dalam Tuyakova, et al, 2022) cara melatih kecerdasan emosional dengan 4 blok tematik untuk guru, latihan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan perilaku emosional dan mengembangkan kemampuan mereka terkait dengan mengidentifikasi, memahami, dan mengelola emosi seseorang. Disediakan 4 blok tematik:

Blok 1 : Mengidentifikasi emosi yang muncul

Blok 2 : Bagaimana menggunakan emosi untuk memfasilitasi proses berpikir. Contoh : menilai tentang mata yang terbelalak dan mulut terbuka menandakan kejutan sedangkan tubuh yang dingin menandakan kecemasan.

Blok 3 : Kombinasi dari teori dan praktek, berisi emosi dasar seperti : takut, gembira, marah, sedih, jijik. Lalu disediakan ilustrasi ekspresi wajah

Blok 4 : Mengembangkan kemampuan untuk mengidentifikasi emosi dalam diri dan emosi orang lain.

2. Cara yang dilakukan untuk mengembangkan kecerdasan emosi dalam pembelajaran Goleman (dalam Manizar,2016) :

a. Menciptakan iklim pembelajaran yang demokratis.

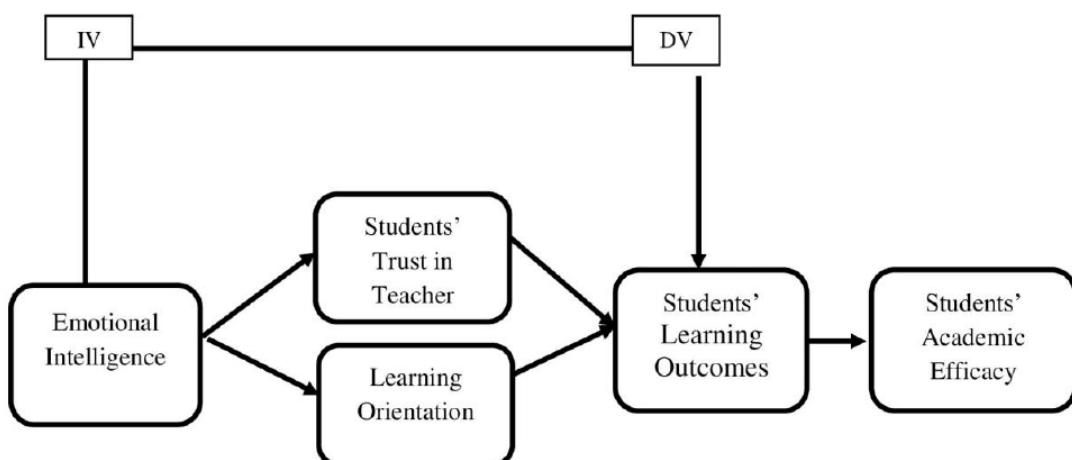
a. Mengembangkan sikap empati, dan merasakan apa yang dirasakan oleh peserta didik.

- b. Membantu peserta didik menemukan solusi dalam setiap masalah yang dihadapinya.
- c. Melibatkan peserta didik secara optimal dalam pembelajaran, baik secara fisik, sosial
- d. maupun emosional.
- e. Merespon setiap perilaku peserta didik secara positif, dan menghindari respon negatif.
- f. Menjadi teladan dalam menegakkan aturan dan disiplin dalam pembelajaran.

KECERDASAN EMOSIONAL DAN HASIL BELAJAR SISWA

Kecerdasan emosional merupakan predictor yang fundamental untuk memunculkan kepercayaan dalam Pendidikan. Kurangnya kemampuan siswa dalam mengelola kecerdasan emosinya berdampak buruk bagi perkembangan jangka Panjang siswa terutama pada hasil belajar dan sosialnya. Shafait (2021) dalam hasil penelitiannya membahas tentang siswa yang cerdas secara emosional akan menuntut lebih banyak pembelajaran dan terlibat dalam Kerjasama. Hal tersebut menunjukkan adanya komitmen dalam belajar, kecerdasan emosional merangsang variable kognitif siswa untuk berkomitmen terhadap hasil belajarnya.

Gambar 1. Kecerdasan Emosional dan Hasil Belajar



Hasil studi Shafait (2021) sama dengan pembahasan Arias (2021) yang membahas mengenai siswa dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi lebih termotivasi untuk belajar dan mengerjakan tugas sekolahnya. Artinya siswa dengan kapasitas kecerdasan emosional yang lebih besar, lebih terampil dalam memahami persepsi dan meregulasi emosi yang memungkinkan mereka untuk menerapkan ketampilan sosialnya. Pada artikel ini juga dijelaskan bahwa kognisi dan emosi bekerja pada area otak yang sama baik

perempuan dan laki-laki oleh karena itu siswa dapat diberi tugas-tugas yang membangkitkan minat dan rasa ingin tahu siswa, yang memungkinkan mereka untuk mengembangkan kreativitas dan pemikiran kritis dan reflektif, yang menantang mereka, yang dilakukan secara kooperatif dan dengan dukungan teknologi informasi dan komunikasi, kami membuat siswa terlibat secara emosional dalam pembelajaran. Model pendidikan ini berkontribusi pada pembentukan integral siswa, memungkinkan

mereka memperoleh keterampilan dan alat yang diperlukan untuk menghadapi tantangan abad kedua puluh satu. Pembahasan tersebut dilengkapi dan dikuatkan melalui studi Maftukhah, dkk (2017) bahwa Kecerdasan emosional juga memiliki hubungan dengan cara siswa berpikir kreatif. Munandar (dalam Maftukhah, dkk, 2017) meninjaunya melalui 4 aspek yaitu, *Fluency* (mampu memahami secara menyeluruh dari sebuah informasi), *Flexibility* (menyajikan alternatif penyelesaian masalah), *Originality* (menyajikan ide masalah yang berbeda), *Elaboration* (Langkah-langkah penyelesaian dengan urut dan rinci).

Estrada, Marta, et al (2021) dalam artikelnya memberikan bukti empiris bahwa hubungan kinerja akademik dan kecerdasan emosional dimediasi oleh kasih sayang dan keterlibatan. Kontribusi utama dari studi ini adalah untuk melihat kinerja akademik dan kecerdasan emosional dalam konteks Pendidikan yang nantinya akan digunakan untuk pembangunan berkelanjutan dengan memasukkannya dalam model kasih sayang dan keterlibatan sebagai variabel mediasi dalam hubungan. Adanya welas asih merupakan inovasi tambahan karena variabel ini biasanya terbatas pada bidang teologi, filsafat, atau sosiologi, dan, baru-baru ini, organisasi, dan oleh karena itu, analisisnya dari perspektif pendidikan. Dalam lingkungan pendidikan, kecerdasan emosional memainkan peran penting sebagai sumber daya individu dan anteseden yang memungkinkan siswa untuk lebih berbelas kasih terhadap sesama siswa dan juga terhadap diri mereka sendiri. Pada intinya studi ini ingin melihat pendidikan yang lebih humanistik yang menggabungkan bahasa baru dan konten baru di mana pelatihan teknis profesional berjalan seiring dengan pembelajaran moral dan sosio-emosional, di mana wacana pedagogis terletak tidak hanya dalam sarana, tetapi juga dalam apa yang dipelajari.

Jahan, et al (2022) melengkapi 4 artikel diatas, dimana kecerdasan emosional tidak hanya penting bagi pengajar dan siswa saja namun bagi mahasiswa khususnya mahasiswa kedokteran gigi yang diteliti pada studi ini. Mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang lebih baik, lebih mampu dan lebih siap untuk menghadapi tuntutan stress dari sebuah pelatihan klinis. Mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang tinggi juga dikonfirmasi lebih mahir melihat, memahami, dan mengelola suasana hatinya dan oranglain sehingga menjadi penting dalam kursus klinis mereka serta mereka juga tidak rentan akan kelelahan. Kecerdasan emosional juga menjadi faktor dalam seberapa baik hubungan intrapersonal dan interpersonal bekerja dan seberapa baik dokter gigi melakukan pekerjaan mereka, dan juga dapat memprediksi apakah seorang dokter gigi akan sukses dalam karir mereka.

SIMPULAN

Dari 10 artikel Jurnal yang meneliti tentang kecerdasan emosional dapat disimpulkan bahwa, kecerdasan emosional dalam Pendidikan merupakan sebuah instrumen penting yang wajib dimiliki dan dilatih secara terus menerus oleh tenaga pengajar (guru), siswa (semua jenjang Pendidikan) dan mahasiswa. Kecerdasan emosional adalah konsep yang relative baru yang dinilai penting untuk mulai dikaji efek jangka panjang dan jangka pendeknya pada proses pendidikan. Kecerdasan emosional bermanfaat dalam proses belajar mengajar dikelas, pengembangan psikoevaluasi siswa, menumbuhkan motivasi akademik, mempengaruhi prestasi akademik dan meningkatkan kesejahteraan guru secara psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Aguadez, M. C., & Pantoja, M. J. (2015). Innovar desde un proyecto educativo de inteligencia emocional en Primaria. *Tendencias pedagógicas*, 26, 69–88.
- American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder: DSM-5 (ed.5)*. Arlington, VA: American Psychiatric Association
- Arias, Julia, et al. (2022). Emotional Intelligence and Academic Motivation in Primary School Student. *Journal Psicología: Refexão e Crítica* 35:14 <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00216-0>
- Estrada, Marta, et al. (2021). Does Emotional Intelligence Influence Academic Performance? The Role of Compassion and Engagement in Education for Sustainable Development. *Journal Sustainability* 2021, 13, 1721. <https://doi.org/10.3390/su13041721>
- Fabio A, Saklofske DH, Tremblay PF (2016) Psychometric properties of the Italian trait emotional intelligence questionnaire (I-TEIQue). *Pers Individ Differ* 96:198–201. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.009>
- Febrianti, Lisa dan Rachmawati, Lucky. (2018). Pengaruh Kecerdasan emosional dan Disiplin Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa di SMAN 3 Nganjuk. *JUPE*, Vol 6, No 2, 69-75
- Jahan, Shah Saif, et al. (2022). Exploring the Association Between Emotional Intelligence and Academic Performance and Stress Factors among Dental Students : A Scoping Review. *Journal Dent. J.* 2022, 10, 67. <https://doi.org/10.3390/dj10040067>
- Larina AT . (2017). The role of emotional intelligence in preventing emotional burnout of teachers. *Int Res J* 10:121–123
- Maftukhah, Nur ajeng, Nurhalim, Khomsun, dan Isnarto. (2017). Kemampuan Berpikir Kreatif dalam Pembelajaran Model Connecting Organizing Reflecting Extending Ditinjau dari Kecerdasan Emosional. *Journal Of Primary Education, JPE* (6), (3).
- Manizar, Ely. (2016). *Mengelola Kecerdasan Emosi*. Jurnal Tadrib Vol 2 No 2 Edisi desember 2016
- Mangas, Susana Lucas, et al. (2022). Emotional Intelligence, Psychological Well-Being and Burnout of Active and In-Training Teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 19, 3514. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063514>
- Raghbir AE (2018) Emotional intelligence in professional nursing practice: a concept review using Rodgers's evolutionary analysis approach. *Int J Nurs Sci* 5(2):126–130. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2018.03.004>
- Schoeps K, Tamarit A, Barrera U, Barrón RG (2019) Effects of emotional skills training to prevent burnout syndrome in school teachers. *Ansiedad Estrés* 25:7–13. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.01.002>
- Shafait, Zahid,et al. (2021). An Assessment of Student Emotional Intelligence, Learning Outcomes, and Academic Efficacy : A Correlation Study in higher Education. *Journal PLOS ONE*. (16) (8)<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255428>
- Tuyakova, et al. (2022). Developing Emotional Inteligience in student Teacher in Universities. *Journal Humanities & Social Sciences Communications*.Vol 9 No 55 <https://doi.org/10.1057/s41599-022-01173-w>

Valdes, V., & Gutierrez, P. (2018). Las Urgencias Pedagogicas en la Sociedad del aprendizaje y el conocimiento. Un estudio para la reflexion sobre la calidad en el nuevo modelo educativo. *Multidisciplinary Journal of Educational Research*, 8, 1–28. <https://doi.org/10.17583/remie.2018.3199.0>

Valente, sabina, et al. (2018). The Relationship between Teacher's Emotional Intelligence and Classroom Disicipline Management. *Journal Psychol Schs.* 2019;56:741–750. DOI: 10.1002/pits.22218