

# Urgensi Kecerdasan Emosional (*Emotional Intelligence*) Dalam Pembentukan Karakter Peserta Didik Pada Jenjang Sekolah Dasar: Tinjauan Teoritis dan Implikasinya Dalam Praktik Pendidikan

Fauziah\*, Ilma Fitriani, Nur Azmi Alwi, Salmaini Safitri Syam

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran kecerdasan emosional dalam pembentukan karakter peserta didik di jenjang sekolah dasar. Kecerdasan emosional diartikan sebagai kemampuan mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara efektif baik pada diri sendiri maupun orang lain. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur, mengambil sumber dari jurnal ilmiah, buku, artikel penelitian, dan dokumen kebijakan pendidikan terkait. Analisis dilakukan secara deskriptif-analitis untuk mengidentifikasi pola-pola tematik yang menunjukkan hubungan antara kecerdasan emosional dan pengembangan karakter anak usia sekolah dasar. Hasil kajian mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional terdiri dari lima komponen utama, yakni kesadaran diri, pengelolaan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Kelima aspek ini menjadi fondasi utama dalam membentuk karakter yang kuat dan sehat. Anak-anak dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung mampu mengelola stres, mengontrol impuls, menyelesaikan konflik secara konstruktif, serta menjalin hubungan sosial yang harmonis dengan teman sebaya dan guru. Pada jenjang sekolah dasar, pengembangan kecerdasan emosional dapat diterapkan melalui program pembelajaran sosial-emosional (SEL), kegiatan yang melibatkan diskusi, bermain peran, refleksi diri, dan penguatan budaya sekolah yang inklusif serta suportif. Peran guru sebagai teladan dan fasilitator sangat penting dalam membimbing siswa mengenali dan mengelola emosi mereka. Kesimpulannya, kecerdasan emosional merupakan aspek krusial dalam pendidikan karakter di sekolah dasar. Integrasi EQ dalam proses pembelajaran tidak hanya meningkatkan prestasi akademik tetapi juga membentuk individu yang matang secara emosional, bertanggung jawab, dan peduli sosial. Pendidikan karakter yang berfokus pada pengembangan kecerdasan emosional akan menghasilkan peserta didik yang mampu berkontribusi positif dalam kehidupan bermasyarakat.

**Kata Kunci:** Kecerdasan Emosional, Pendidikan Karakter, Sekolah Dasar

DOI:

<https://doi.org/10.47134/pgsd.v2i4.1569>

\*Correspondence: Fauziah

Email: [ziahf896@gmail.com](mailto:ziahf896@gmail.com)

Received: 21-06-2025

Accepted: 21-07-2025

Published: 21-08-2025



**Copyright:** © 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

**Abstract :** *This study aims to examine the role of emotional intelligence in shaping the character of elementary school students. Emotional intelligence is defined as the ability to recognize, understand, manage, and express emotions effectively, both in oneself and others. The research employs a qualitative approach using literature review as the main method, sourcing from scientific journals, books, research articles, and educational policy documents. Data were analyzed descriptively and analytically to identify thematic patterns that highlight the connection between emotional intelligence and character development in young learners. The findings reveal that emotional intelligence consists of five core components: self-awareness, self-management, motivation, empathy, and social skills. These aspects serve as the foundation for building strong and healthy character traits. Children with high emotional intelligence tend to manage stress better, control impulses, resolve conflicts constructively, and form harmonious relationships with peers and teachers. At the elementary level, the development of emotional intelligence can be implemented through social-emotional learning (SEL) programs, activities involving group discussions, role-playing, self-reflection, and the promotion of an inclusive and supportive school culture. Teachers play a vital role as models and facilitators in guiding students to recognize and regulate their emotions. In conclusion, emotional intelligence is a crucial element in character education at the elementary school level. Integrating EQ into the learning process not only enhances academic achievement but also fosters emotionally mature, responsible, and socially aware individuals. Character education that emphasizes emotional intelligence development will produce students who contribute positively to society.*

**Keywords:** Emotional Intelligence, Character Education, Elementary School

## Pendahuluan

Kecerdasan emosional dapat didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara efektif, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Konsep ini pertama kali diperkenalkan oleh psikolog Peter Salovey dan John D. Mayer, namun kemudian lebih dikenal luas melalui karya Daniel Goleman yang mempopulerkan istilah tersebut dalam bukunya berjudul *Emotional Intelligence* (Syachruraji, 2023). Kecerdasan emosional berisi keterampilan dalam mengatur emosi pribadi, merespons emosi orang lain dengan empati, memotivasi diri sendiri, serta menjalin hubungan sosial yang sehat dan konstruktif. Jika kecerdasan intelektual (IQ) sering dikaitkan dengan kemampuan kognitif seperti logika, analisis, dan daya pikir, maka kecerdasan emosional justru menekankan pada pengelolaan aspek afektif yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan seseorang dalam kehidupan sosial maupun akademik. Kecerdasan emosional telah menjadi salah satu kompetensi utama yang perlu ditanamkan sejak usia dini, khususnya pada jenjang pendidikan dasar. Ketika kita mengaitkan kecerdasan emosional dengan pembentukan karakter peserta didik, maka urgensinya menjadi semakin jelas dan relevan. Karakter adalah sekumpulan nilai-nilai moral dan etika yang menjadi pedoman perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan karakter tidak hanya sebatas pengajaran tentang benar dan salah, tetapi juga proses pembiasaan dan pembentukan sikap positif yang berasal dari kesadaran batin.

Kecerdasan emosional berperan karena ia menjadi fondasi utama dalam membangun kesadaran diri, empati, tanggung jawab, serta pengendalian diri semua hal yang merupakan elemen utama dalam karakter yang kuat dan sehat. Peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung mampu memahami dan mengelola perasaannya sendiri, sehingga mereka tidak mudah terbawa arus emosi negatif seperti marah, kecewa, atau iri hati. Sebaliknya, mereka akan lebih tenang dalam menghadapi masalah, lebih sabar dalam menyelesaikan tugas, serta lebih terbuka dalam menerima perbedaan dan bekerja sama dengan teman sebaya. Hal ini menjadi pondasi yang sangat penting dalam membentuk individu yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga matang secara emosional dan sosial. Pada jenjang sekolah dasar, di mana peserta didik berada dalam tahap perkembangan awal yang sangat menentukan, kecerdasan emosional sebaiknya diperkenalkan dan dilatihkan secara sistematis melalui pendekatan pendidikan yang bersifat holistik dan humanistik (Utami, 2024). Anak-anak usia sekolah dasar masih dalam tahap pembentukan identitas diri dan sangat mudah menyerap nilai-nilai dari lingkungan sekitar, baik dari guru, orang tua, maupun teman sebaya.

Masa ini adalah momentum yang sangat tepat untuk menanamkan fondasi karakter yang kuat melalui pengembangan kecerdasan emosional. Guru bukan hanya berperan sebagai pengajar materi pelajaran, tetapi juga sebagai teladan dan fasilitator perkembangan emosional anak. Pembelajaran yang memperhatikan aspek emosional akan menciptakan suasana kelas yang lebih kondusif, di mana peserta didik merasa aman, dihargai, dan diberi ruang untuk mengekspresikan diri secara positif. Misalnya, guru dapat mengajarkan teknik mengenali dan menyebutkan emosi, mendorong dialog antar siswa untuk mengembangkan empati, serta memberi pujian atas upaya positif yang dilakukan siswa dalam mengendalikan emosi atau menyelesaikan konflik.

Integrasi kecerdasan emosional ke dalam kurikulum sekolah dasar dapat dilakukan melalui berbagai strategi, baik secara eksplisit maupun implisit. Secara eksplisit, sekolah dapat mengadakan kegiatan pembelajaran sosial-emosional (*social-emotional learning/SEL*) sebagai bagian dari program pendidikan karakter yang dirancang khusus untuk melatih kemampuan mengelola emosi, menjalin hubungan sosial, dan mengambil keputusan yang bertanggung jawab. Materi pembelajaran seperti bercerita, bermain peran, diskusi kelompok, hingga refleksi pribadi dapat dimanfaatkan untuk menggali pengalaman emosional anak dan membimbing mereka menuju pemahaman serta pengelolaan emosi yang sehat. Sementara itu, secara implisit, nilai-nilai kecerdasan emosional dapat ditanamkan melalui budaya sekolah yang inklusif, adil, dan suportif (Fahri, 2025). Lingkungan sekolah yang mengedepankan rasa saling menghargai, kerja sama, dan komunikasi terbuka akan memperkuat pembelajaran emosional anak-anak secara alami. Pendidikan tidak hanya berorientasi pada capaian akademik, tetapi juga pada pembentukan pribadi yang berintegritas, peduli terhadap sesama, serta memiliki kontrol diri yang baik.

Menurut teori perkembangan Erik Erikson, tahap perkembangan psikososial anak usia sekolah dasar berada pada fase industri vs inferioritas, di mana anak mulai mengembangkan rasa percaya diri dan kompetensi melalui aktivitas belajar dan hubungan sosial. Dalam tahap ini, dukungan emosional yang tepat dari lingkungan sekitar, seperti guru dan orang tua, sangat menentukan keberhasilan anak dalam membangun rasa percaya diri dan kemampuan sosial (Rahmana, 2024). Jika anak mampu mengenali dan mengelola emosinya, maka ia akan lebih siap untuk menghadapi tantangan belajar, berinteraksi dengan teman, serta membangun hubungan interpersonal yang sehat. Perkembangan kecerdasan emosional juga berkontribusi terhadap peningkatan motivasi intrinsik dalam belajar. Anak-anak yang memiliki kontrol emosi yang baik akan lebih mampu memusatkan perhatian, menetapkan tujuan, dan bertahan dalam menghadapi kesulitan, sehingga mereka cenderung memiliki prestasi belajar yang lebih baik. Pendekatan pendidikan yang menempatkan aspek emosional sebagai bagian integral dari proses pembelajaran mampu mengakomodasi kebutuhan anak secara utuh. Konsep pendidikan yang menggabungkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik mencerminkan pandangan pendidikan sebagai proses pengembangan manusia seutuhnya (*whole child development*).

Pendidikan tidak hanya menyiapkan anak untuk sukses dalam ujian akademik, tetapi juga membekali mereka dengan kemampuan hidup (*life skills*) yang akan berguna dalam kehidupan sosial dan emosional mereka di masa depan. Sementara itu, secara praktis, integrasi kecerdasan emosional dalam sistem pendidikan dasar dapat menjadi solusi strategis dalam mengatasi berbagai persoalan yang berkaitan dengan perilaku negatif anak, seperti perundungan, ketidakmampuan menyelesaikan konflik, atau kecenderungan agresivitas. Peserta didik akan belajar untuk mengenali perasaan mereka sendiri dan orang lain, mengembangkan empati, serta menunjukkan sikap hormat dan toleransi dalam berinteraksi sosial (Nurikasari, 2023) Urgensi kecerdasan emosional dalam pembentukan karakter peserta didik pada jenjang sekolah dasar tidak dapat dipandang sebelah mata.

Di tengah tantangan pendidikan abad ke-21 yang menuntut peserta didik untuk memiliki *soft skills* yang kuat, kemampuan emosional menjadi salah satu aspek utama yang harus dikembangkan sejak dini. Sekolah sebagai institusi pendidikan formal memiliki peran sentral dalam membentuk karakter anak melalui pembelajaran yang tidak hanya fokus pada aspek kognitif, tetapi juga menyentuh ranah emosional dan sosial.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur sebagai teknik utama dalam pengumpulan dan analisis data. Studi literatur dipilih karena fokus penelitian ini adalah menelaah konsep, teori, dan temuan-temuan sebelumnya yang relevan dengan topik kecerdasan emosional dan pembentukan karakter peserta didik di jenjang sekolah dasar. Sumber-sumber data diperoleh dari berbagai literatur ilmiah seperti jurnal nasional dan internasional, buku akademik, artikel penelitian terdahulu, dan dokumen kebijakan pendidikan yang membahas keterkaitan antara kecerdasan emosional dan perkembangan karakter anak. Prosedur penelusuran data dilakukan secara sistematis melalui perpustakaan digital dan database online seperti *Google Scholar*, *Science Direct*, dan portal Garuda. Analisis data dilakukan dengan pendekatan deskriptif-analitis, yaitu dengan mengelompokkan, menginterpretasi, dan membandingkan isi literatur untuk menemukan pola-pola tematik yang berkaitan dengan urgensi kecerdasan emosional dalam pendidikan karakter. Peneliti mengidentifikasi elemen-elemen penting dari masing-masing referensi, seperti definisi, dimensi, manfaat kecerdasan emosional, serta penerapannya dalam konteks pendidikan dasar. Dari hasil sintesis literatur tersebut, peneliti menarik kesimpulan teoretis serta implikasi praktis yang dapat diterapkan oleh pendidik dan lembaga sekolah dasar dalam proses pembelajaran maupun pengembangan budaya sekolah.

## Hasil dan Pembahasan

### Konsep Kecerdasan Emosional (*Emotional Intelligence*) Dijelaskan Dalam Berbagai Teori Psikologi Dan Pendidikan

Kecerdasan emosional (*Emotional Intelligence* atau *EI*) merujuk pada kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengelola, dan menggunakan emosi mereka sendiri serta emosi orang lain dalam berbagai situasi. Konsep ini pertama kali diperkenalkan oleh Peter Salovey dan John Mayer pada tahun 1990 dan kemudian dipopulerkan oleh Daniel Goleman pada tahun 1995 dalam bukunya yang berjudul *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Kecerdasan emosional dipandang sebagai salah satu aspek penting dalam pengembangan karakter seseorang, terutama dalam konteks pendidikan, di mana emosi berperan penting dalam mempengaruhi kinerja akademik dan hubungan sosial. Kecerdasan emosional sering dikaitkan dengan kemampuan individu untuk memproses dan menanggapi rangsangan emosional. Menurut Salovey dan Mayer, kecerdasan emosional terdiri dari lima elemen utama: pengenalan diri (*self-awareness*), pengelolaan diri (*self-regulation*), motivasi diri (*self-motivation*), empati, dan keterampilan sosial (*social skills*) (Azizah, 2023).

Pengelolaan diri adalah kemampuan untuk mengontrol impuls dan emosi yang merugikan, sementara empati adalah kemampuan untuk memahami dan berbagi perasaan orang lain, yang sangat penting dalam interaksi sosial yang sehat.

Keterampilan sosial mencakup kemampuan untuk membangun hubungan yang efektif dan bekerja dalam tim, sedangkan motivasi diri merujuk pada kemampuan untuk mempertahankan semangat dan tujuan yang jelas dalam situasi yang penuh tantangan. Kecerdasan emosional lebih dari sekedar kemampuan untuk mengenali perasaan, tetapi juga bagaimana emosi itu diatur dan digunakan secara konstruktif dalam kehidupan sehari-hari. Kecerdasan emosional telah diidentifikasi sebagai faktor yang mempengaruhi keberhasilan akademik dan perkembangan sosial peserta didik. Pembelajaran yang efektif tidak hanya bergantung pada aspek kognitif atau intelektual, tetapi juga pada kemampuan individu untuk mengelola perasaan dan hubungan interpersonal mereka. Anak-anak sedang berada pada tahap perkembangan emosional yang krusial, di mana mereka mulai belajar tentang diri mereka sendiri dan bagaimana berinteraksi dengan orang lain. Teori lain yang sering dikaitkan dengan kecerdasan emosional adalah teori psikologi sosial yang dikembangkan oleh Daniel Goleman. Goleman mengembangkan model kecerdasan emosional yang terdiri dari lima komponen, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial (Simbolon, 2023). Kesadaran diri adalah fondasi dari kecerdasan emosional yang menjadikan seseorang untuk mengenali dan memahami perasaan mereka sendiri, sementara pengelolaan diri berkaitan dengan kemampuan untuk mengontrol perasaan negatif dan mempertahankan sikap positif dalam menghadapi tantangan.

Motivasi adalah dorongan internal untuk mencapai tujuan meskipun terdapat rintangan, sedangkan empati menjadikan individu untuk lebih peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain, suatu keterampilan yang sangat penting dalam membina hubungan yang harmonis. Terakhir, keterampilan sosial adalah kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik, bekerja dalam tim, dan mengelola konflik dengan cara yang konstruktif. Teori Goleman memberikan wawasan yang sangat relevan, karena anak-anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung memiliki kemampuan untuk membangun hubungan yang sehat dengan teman-teman sebaya, guru, dan orang tua mereka. Mereka juga lebih mampu mengelola stres dan kecemasan yang sering muncul dalam lingkungan pendidikan. Anak-anak dapat diberdayakan untuk mengenali dan mengelola perasaan mereka dengan cara yang positif, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kinerja akademik dan hubungan sosial mereka.

Ketika seorang siswa merasa cemas menghadapi ujian, kemampuan untuk mengelola kecemasan tersebut dengan cara yang positif akan mempengaruhi kinerjanya selama ujian. Sebaliknya, siswa yang tidak dapat mengelola perasaan mereka dengan baik mungkin akan merasa tertekan dan kesulitan untuk mencapai hasil yang maksimal. Teori kecerdasan emosional juga berhubungan erat dengan teori perkembangan anak yang diajukan oleh Erik Erikson (Utama, 2023). Dalam teori perkembangan psikososial Erikson, anak-anak pada usia sekolah dasar berada pada tahap inisiatif versus rasa malu dan ragu. Pada tahap ini, anak-anak mulai mengembangkan rasa percaya diri dan kemandirian, yang sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial mereka. Penguatan positif terhadap perilaku sosial yang baik, pengajaran keterampilan komunikasi yang efektif, serta pembinaan kemampuan mengelola perasaan dapat membantu anak-anak untuk mengembangkan rasa percaya diri dan kemandirian yang diperlukan untuk sukses dalam berbagai aspek kehidupan.

Implementasi kecerdasan emosional sering kali melibatkan pengajaran langsung tentang pengelolaan emosi, keterampilan sosial, serta pembinaan empati dan kesadaran diri. Salah satu pendekatan yang sering digunakan adalah program pembelajaran sosial-emosional (*Social-Emotional Learning* atau *SEL*). Program SEL bertujuan untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan dalam mengenali dan mengelola emosi mereka, berinteraksi dengan orang lain secara positif, dan membuat keputusan yang sehat. Di banyak sekolah dasar, program SEL telah diterapkan untuk membantu siswa dalam mengembangkan karakter yang positif dan mengurangi perilaku negatif, seperti agresi atau perundungan. Pengajaran kecerdasan emosional juga dapat dilakukan melalui aktivitas-aktivitas yang melibatkan refleksi diri, permainan peran, atau diskusi kelompok yang menekankan komunikasi efektif dan empati (Saihu, 2022). Kecerdasan emosional memiliki peran dalam pembentukan karakter peserta didik pada jenjang sekolah dasar. Anak-anak dapat belajar untuk mengenali dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik, membangun hubungan yang sehat dengan orang lain, serta mengatasi tantangan dalam kehidupan sosial dan akademik mereka. Pendidikan berperan dalam kecerdasan emosional dapat membantu membentuk individu yang lebih matang secara emosional, memiliki karakter yang baik, dan siap menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

### **Kecerdasan Emosional Penting Dalam Pembentukan Karakter Peserta Didik Di Jenjang Sekolah Dasar**

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengenali, memahami, mengelola, dan menggunakan emosi dengan cara yang positif dan konstruktif dalam berbagai situasi. Kecerdasan emosional menjadikan peserta didik untuk belajar bagaimana cara merespons perasaan mereka sendiri, memahami perasaan orang lain, serta mengatur perilaku mereka agar dapat beradaptasi dengan berbagai tuntutan sosial dan akademik di sekolah. Anak-anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik lebih cenderung menunjukkan kemampuan untuk mengelola emosi mereka dengan cara yang sehat, seperti mengatasi rasa frustrasi, cemas, atau marah tanpa melampiaskannya dalam perilaku yang merugikan diri sendiri atau orang lain. Hal ini tentunya berkontribusi pada pembentukan karakter yang kuat, di mana anak-anak belajar untuk bertanggung jawab atas tindakan mereka dan menghargai perasaan orang lain (Suprema, 2022). Keterampilan sosial yang baik menjadikan anak untuk berinteraksi secara efektif dengan teman sebaya, guru, dan anggota masyarakat lainnya. Anak-anak yang memiliki kecerdasan emosional tinggi lebih mudah untuk bekerja dalam kelompok, berbagi, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif.

Di sekolah dasar, anak-anak tidak hanya belajar ilmu pengetahuan, tetapi juga belajar untuk berinteraksi dengan teman-teman mereka dalam berbagai situasi, baik itu dalam permainan, diskusi kelompok, maupun kegiatan sekolah lainnya. Kemampuan untuk memahami perasaan orang lain, mendengarkan dengan empati, serta berkomunikasi secara efektif adalah aspek penting dalam pembentukan karakter mereka. Keterampilan sosial ini juga mendukung terciptanya lingkungan belajar yang harmonis dan penuh dukungan, di mana anak-anak merasa dihargai, diterima, dan mampu mengekspresikan diri mereka dengan bebas.

Kecerdasan emosional memiliki peran besar dalam kemampuan anak-anak untuk mengelola stres dan menghadapi tantangan yang muncul dalam kehidupan sekolah. Anak-anak sering kali menghadapi berbagai situasi yang bisa memicu perasaan cemas, takut, atau bahkan marah, seperti ujian, tugas yang menumpuk, atau konflik dengan teman. Anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu untuk menghadapi situasi tersebut dengan kepala dingin, mencari solusi yang rasional, dan menghindari reaksi impulsif yang dapat merugikan diri mereka sendiri atau orang lain.

Sebagai contoh, ketika seorang siswa menghadapi ujian yang membuatnya cemas, kemampuan untuk mengelola kecemasan tersebut dengan cara yang positif akan sangat membantu dalam meningkatkan fokus dan kinerja mereka. Sebaliknya, siswa yang tidak mampu mengelola emosi mereka dengan baik mungkin akan merasa sangat tertekan, yang dapat mengganggu konsentrasi dan kemampuan mereka untuk belajar. Kecerdasan emosional mendukung perkembangan rasa percaya diri anak-anak. Anak yang memahami perasaan mereka sendiri dan dapat mengelola perasaan tersebut dengan baik lebih mungkin untuk merasa yakin dalam menghadapi situasi yang penuh tantangan, baik itu dalam konteks akademik maupun sosial (Rosadi, 2024). Dalam dunia pendidikan, rasa percaya diri yang sehat sangat penting untuk mendorong anak agar mau mencoba hal-hal baru, mengatasi kegagalan, dan terus berkembang. Anak yang percaya diri akan lebih berani untuk bertanya ketika mereka tidak memahami materi pelajaran, berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, atau mengungkapkan pendapat mereka dalam diskusi kelas.

Kepercayaan diri yang dibangun melalui pengembangan kecerdasan emosional juga akan memberikan dampak positif pada perkembangan karakter mereka, di mana anak-anak merasa lebih berharga dan dihargai di lingkungan sekolah. Salah satu aspek penting dalam pembentukan karakter melalui kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengembangkan empati. Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang orang lain rasakan, serta merespons perasaan tersebut dengan cara yang sensitif dan penuh perhatian. Pada usia sekolah dasar, anak-anak mulai belajar tentang perbedaan, baik dalam hal latar belakang budaya, keyakinan, atau pengalaman hidup. Anak-anak yang dilatih untuk mengembangkan empati melalui pendidikan kecerdasan emosional akan lebih mudah beradaptasi dalam berinteraksi dengan teman-teman yang memiliki perbedaan, serta lebih mampu menunjukkan sikap toleransi dan penghargaan terhadap keragaman. Sebagai contoh, anak-anak yang memahami perasaan teman mereka yang sedang kesulitan atau merasa kesepian akan lebih cenderung untuk memberikan dukungan atau bantuan, yang pada gilirannya membangun hubungan yang lebih kuat dan lebih positif di antara mereka (Muhid, 2025).

Implikasi dari pengembangan kecerdasan emosional dalam pembentukan karakter peserta didik di sekolah dasar sangat luas. Kecerdasan emosional membantu anak-anak dalam mengelola perasaan mereka sendiri, berinteraksi dengan baik dengan orang lain, serta mengatasi tantangan yang muncul di kehidupan mereka. Kecerdasan emosional juga mempengaruhi bagaimana anak-anak memahami nilai-nilai sosial yang penting, seperti kejujuran, rasa tanggung jawab, kerja sama, dan rasa hormat terhadap orang lain.

Karakter yang dibentuk melalui kecerdasan emosional ini tidak hanya penting untuk kesuksesan akademik anak-anak, tetapi juga untuk kesejahteraan mereka secara keseluruhan, baik dalam konteks sosial maupun emosional. Anak-anak tidak hanya belajar bagaimana mengelola perasaan mereka sendiri, tetapi juga bagaimana berinteraksi secara positif dengan orang lain, mengatasi tantangan, dan membangun karakter yang baik. Pendidikan yang menekankan pengembangan kecerdasan emosional dapat membantu anak-anak untuk tumbuh menjadi individu yang lebih matang secara emosional, lebih percaya diri, dan lebih siap menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan mereka.

### **Implikasi Kecerdasan Emosional Dalam Praktik Pendidikan Karakter Di Lingkungan Sekolah Dasar**

EQ sendiri berisi lima komponen utama, yaitu kesadaran diri (*self-awareness*), pengelolaan diri (*self-management*), motivasi (*motivation*), empati (*empathy*), dan keterampilan sosial (*social skills*). Masing-masing komponen ini memiliki dampak langsung terhadap pembentukan karakter yang diinginkan dalam konteks pendidikan di sekolah dasar. Pengembangan EQ dalam pendidikan karakter di sekolah dasar tidak hanya berfokus pada peningkatan keterampilan sosial siswa, tetapi juga pada pembentukan nilai-nilai moral dan etika yang mendukung kehidupan bermasyarakat dan berbagi dalam lingkungan sekolah dan keluarga (Marthinopa, 2021). Pentingnya kecerdasan emosional dalam pendidikan karakter dimulai dari kesadaran diri, yang merupakan komponen pertama dalam EQ. Di usia sekolah dasar, anak-anak sedang belajar mengenali perasaan mereka sendiri, apakah itu perasaan senang, marah, sedih, atau takut. Pendidikan karakter yang efektif harus menciptakan lingkungan yang memungkinkan siswa untuk mengenali dan mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang sehat (Alwi, 2024). Misalnya, melalui diskusi kelompok atau kegiatan yang melibatkan interaksi sosial, guru dapat membantu siswa memahami perasaan mereka sendiri dan bagaimana perasaan tersebut memengaruhi perilaku mereka.

Kesadaran diri ini dapat mendukung pengembangan karakter siswa, karena mereka belajar untuk bertanggung jawab atas perasaan dan tindakan mereka. Komponen kedua dari EQ, yaitu pengelolaan diri, juga berperan besar dalam pendidikan karakter di sekolah dasar. Pengelolaan diri mencakup kemampuan untuk mengontrol impuls, mengelola stres, dan tetap tenang dalam situasi yang menantang. Banyak situasi yang dapat menantang pengelolaan diri siswa, seperti ketika mereka merasa frustrasi dengan tugas atau dalam menghadapi persaingan dengan teman-temannya. Melalui pembelajaran berbasis karakter, anak-anak dapat diajarkan untuk tidak hanya mengekspresikan perasaan mereka, tetapi juga untuk mengatur emosi mereka dengan cara yang konstruktif. Misalnya, ketika seorang siswa merasa marah atau kecewa, mereka dapat diajarkan untuk mengambil napas dalam-dalam, mengidentifikasi perasaan mereka, dan berbicara tentang perasaan tersebut secara terbuka dengan guru atau teman-teman mereka, tanpa melibatkan kekerasan atau perilaku negatif lainnya. Hal ini akan membantu mereka mengembangkan kemampuan untuk mengelola emosi mereka dalam kehidupan sehari-hari.

Motivasi adalah komponen ketiga dari EQ yang memiliki peranan dalam pendidikan karakter. Motivasi ini berhubungan dengan dorongan internal anak untuk mencapai tujuan mereka, baik itu tujuan akademik, sosial, maupun pribadi. Di sekolah dasar, anak-anak sedang belajar untuk membangun motivasi diri mereka, yang sangat penting untuk keberhasilan mereka dalam berbagai aspek kehidupan. Pendidikan karakter yang efektif akan membantu siswa untuk mengembangkan sikap positif terhadap tantangan dan kesulitan yang mereka hadapi. Misalnya, dengan memberikan dorongan yang tepat melalui pujian yang konstruktif dan umpan balik yang membangun, guru dapat membantu siswa mengembangkan rasa percaya diri dan ketekunan dalam menghadapi tugas atau tantangan baru. Dengan demikian, motivasi ini tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pembentukan sikap mental yang positif, seperti kerja keras, tanggung jawab, dan keinginan untuk terus belajar. Empati, sebagai komponen keempat dari EQ, juga memiliki peran yang sangat penting dalam pendidikan karakter di sekolah dasar. Empati adalah kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan orang lain, serta berusaha untuk melihat dunia dari perspektif mereka. Empati sangat dibutuhkan untuk membentuk sikap saling menghormati, menghargai perbedaan, dan bekerja sama dengan teman-teman. Pendidikan karakter yang berbasis empati mengajarkan siswa untuk menghargai perasaan orang lain dan mengambil tindakan yang positif untuk membantu mereka yang membutuhkan (Helsa, 2019). Misalnya, anak-anak dapat diberi kesempatan untuk bekerja dalam kelompok, berkolaborasi dengan teman sekelas yang berbeda latar belakangnya, atau melakukan kegiatan sosial yang mendukung mereka yang kurang beruntung. Siswa dapat belajar untuk memahami perasaan dan kebutuhan orang lain, yang pada gilirannya memperkuat hubungan antar siswa dan memperkaya pengembangan karakter mereka.

Komponen terakhir dari EQ, yaitu keterampilan sosial, berfokus pada kemampuan untuk berinteraksi secara efektif dengan orang lain. Keterampilan sosial ini mencakup kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik, bekerja dalam tim, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang sehat (Kharisna, 2021). Keterampilan sosial berfungsi sebagai fondasi untuk membangun hubungan yang baik antara siswa, guru, dan teman-teman mereka. Guru dapat mengembangkan keterampilan sosial siswa dengan memberikan kesempatan bagi mereka untuk berpartisipasi dalam diskusi kelompok, permainan kolaboratif, atau kegiatan kelompok lainnya yang menuntut kerja sama dan komunikasi. Siswa akan belajar untuk saling mendengarkan, mengungkapkan pendapat mereka dengan jelas, serta menyelesaikan perbedaan pendapat dengan cara yang damai dan penuh pengertian. Kemampuan ini sangat penting dalam membentuk karakter siswa yang dapat bekerja sama dalam berbagai situasi kehidupan, baik di sekolah maupun di masyarakat.

## Simpulan

Kecerdasan emosional (EQ) berperan dalam pembentukan karakter siswa sekolah dasar, karena membantu mereka mengenali dan mengelola emosi, berempati, serta membangun hubungan sosial yang positif. Pengembangan EQ melalui pembelajaran sosial-emosional (SEL) menciptakan lingkungan belajar yang harmonis dan mendukung rasa percaya diri siswa, yang pada gilirannya memperkuat karakter mereka dalam menghadapi tantangan.

Implikasi penting dari temuan ini menunjukkan bahwa integrasi EQ dalam pendidikan dasar tidak hanya meningkatkan prestasi sosial-akademik, tetapi juga membentuk individu yang matang secara emosional. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan dilakukan evaluasi jangka panjang terhadap efektivitas program EQ dalam berbagai konteks pendidikan, serta pengembangan modul praktis yang dapat diterapkan oleh guru dalam keseharian.

### Daftar Pustaka

- Alwi, N. A. (2024). Pengembangan media belajar literasi digital berbasis game edukasi dalam meningkatkan minat baca kelas 2 SD. *EDU RESEARCH*, 5(4), 257-261.
- Alwi, N. A., & Helsa, Y. (2019). Classroom action research for improving teacher's professionalism. *Journal of Physics: Conference Series*, 1321(2), 022093.
- Amanda, S., Zulkim, S. N., Adrias, A., & Alwi, N. A. (2024). Pengembangan media pembelajaran IPAS berbasis Wordwall untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra dan Budaya*, 2(4), 304-313.
- Damayanti, F., Rahayu, D., Adrias, A., & Syam, S. S. (2025). Penggunaan teknologi dalam membantu peserta didik sekolah dasar dengan kesulitan membaca: Literature review. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra dan Budaya*, 3(2), 297-307.
- Fitria, N. A., & Muhid, A. (2025). Penguatan kecerdasan emosional melalui model pembelajaran Gerlach and Ely: Literatur review. *Kuttab: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 9(1), 41-54.
- Indriani, R., Nurhasanah, A., & Syachruroji, A. (2023). Strategi pembelajaran afektif dalam pembinaan kecerdasan emosional peserta didik di kelas IV sekolah dasar. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(2), 3592-3600.
- Madani, N. N., Mardani, D., & Utami, D. (2024). Peran guru dalam membentuk kecerdasan emosional siswa kelas III Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(04), 248-263.
- Maulani, N. S. Y., Alwi, N. A., & Marthinopa, L. (2021). Analisis keterampilan berbicara siswa kelas V pada pembelajaran bahasa Indonesia di sekolah dasar. *Jurnal Cerdas Proklamator*, 9(Desember 2021), 28-37.
- Nasution, S. M., & Utama, M. (2023). Emotional coaching untuk mengembangkan kecerdasan emosional anak di lingkungan TPA Bantargebang. *Aptekmas Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 6(3), 09-18.
- Nurhasanah, A., Acesta, A., & Eliyanti Simbolon, M. (2023). Analisis kebutuhan pengembangan assesmen diagnostik non kognitif jenjang sekolah dasar. *Pedagogi: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 10(2), 46-54.
- Perdana, A. S., Alwi, N. A., Agasi, D., & Kharisna, F. (2021). Peningkatan keterampilan berbicara menggunakan model cooperative learning tipe artikulasi di kelas IV sekolah dasar. *basicedu*, 5, 6055-6061
- Rahmana, N. I. (2024). Peran orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emotional intelligence pada anak usia sekolah dasar di Yogyakarta. *Akhlaqul Karimah: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 3(01), 62-70.

- Rihaadah, F., & Fahri, M. (2025). Pengembangan kecerdasan spiritual dan emosional melalui kegiatan keagamaan di SDIT Al-Yasmin 2 Bogor. *Idarah Tarbawiyah: Journal of Management in Islamic Education*, 6(2), 184-194.
- Rohmah, R. M., Yusuf, A., & Azizah, R. (2023). Peran pendidikan holistik bagi pengembangan karakter anak usia dini. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 11(1), 154-165.
- Saihu, M. (2022). Intensifikasi kecerdasan emosional anak introvert melalui model pembelajaran kooperatif pada pendidikan dasar. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 11(03), 1063-1082
- Sari, U. A., Nadiroha, W., Adrias, A., & Syam, S. S. (2025). Analisis faktor rendahnya motivasi belajar siswa dalam mata pelajaran IPA di sekolah dasar. *Natural Science Education Research (NSER)*, 8(1), 111-116.
- Sastradiharja, E. J., Sarnoto, A. Z., & Nurikasari, N. (2023). Pengembangan kecerdasan emosi untuk meningkatkan sikap sosial siswa sekolah dasar. *Ulumuddin: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 13(1), 85-100.
- Suprima, S. (2022). Relevansi nilai-nilai pendidikan agama Islam dalam membentuk kecerdasan emosional siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Pendidikan Islam Al-Ilmi*, 5(1), 26-40.
- Susanti, E., Rodiawati, A., & Syam, S. (2017). Discovery learning untuk meningkatkan kemampuan pemahaman dan koneksi matematis. *Prosiding Seminar Nasional Matematika dan Pembelajarannya*, 1113
- Susanti, E., Safitri, S. S., & Syam, S. (2017). Peran guru dalam meningkatkan kemampuan literasi matematika siswa Indonesia. *Prosiding dipresentasikan dalam Seminar Matematika dan Pendidikan Matematika UNY*.
- Syam, S. S., Setyaningrum, W., & Retnawati, H. (2018). Student perceptions' towards mathematical literacy. *Proceedings of the 5th International Symposium on Mathematics Education Innovation*, 322-330.
- Syarif, J., Nursalim, E., & Rosadi, I. (2024). Kompetensi personality guru "aqidah akhlak" dalam membentuk emotional intelligence siswa (Studi Lapangan Madrasah Aliyah Negeri 1 Sampang). *PROFICIO*, 5(2), 345