

PERAN INTELEGENSI EMOSIONAL DALAM MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR PESERTA DIDIK

(Wina Apriana¹), (Saswitri Indra²), (Ainil Mardiah³), (Sinta⁴),
(Regina Okta Audini⁵), (Cintia Essa Bella⁶), (Hafiz Hidayat⁷)

(¹²³⁴⁵⁶⁷Pendidikan Dasar, Universitas Adzkia)

(¹wina.a@adzkia.ac.id), (²saswitri.indra@gmail.com),
(³am4213132@gmail.com), (⁴s.sinta@stkipadzkia.ac.id),
(⁵reginaaudini8@gmail.com), (⁶chintiaesabella@gmail.com),
(⁷hafizhidayat@adzkia.ac.id),

ABSTRACT

Education holds a strategic role in fostering national intelligence while shaping students to become independent, responsible, and competitive individuals. Alongside the development of modern educational paradigms, the cultivation of affective and socio-emotional aspects, particularly emotional intelligence, has become a crucial focus in supporting learning success and learner autonomy. Emotional intelligence, which includes the ability to recognize, understand, and manage one's own emotions as well as those of others, significantly contributes to enhancing students' motivation, stress management, and social skills. This study employed a literature review method to examine the relationship between emotional intelligence and learning autonomy within the context of formal education. The analysis reveals that emotional intelligence plays a significant role in improving students' independent learning abilities. Dimensions of emotional intelligence such as self-awareness, self-regulation, intrinsic motivation, empathy, and social skills positively influence students' capacity to manage their learning independently. Learners with higher emotional intelligence tend to cope better with academic stress, maintain motivation, and foster healthy social relationships. Additionally, social environment, family support, and school-based emotional training programs act as supporting factors in achieving optimal learning autonomy. The integration of emotional intelligence enhancement into learning processes is essential, especially in the era of the Merdeka Curriculum, which emphasizes the Pancasila Student Profile and technology-based independent learning.

Keywords: Emotional Intelligence, Learning Autonomy, Education

ABSTRAK

Pendidikan berperan strategis dalam mencerdaskan bangsa sekaligus membangun karakter peserta didik yang mandiri, bertanggung jawab, dan berdaya saing. Seiring perkembangan paradigma pendidikan modern, pengembangan aspek afektif dan sosial emosional, khususnya intelegensi emosional, menjadi fokus penting dalam menunjang keberhasilan belajar dan kemandirian peserta didik. Intelegensi

emosional, yang mencakup kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain, berkontribusi signifikan dalam meningkatkan motivasi, pengelolaan stres, dan keterampilan sosial peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur untuk mengkaji hubungan antara intelegensi emosional dan kemandirian belajar dalam konteks pendidikan formal. Analisis studi literatur menunjukkan bahwa intelegensi emosional berperan signifikan dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik di lingkungan pendidikan. Dimensi intelegensi emosional seperti kesadaran diri, pengelolaan diri, motivasi intrinsik, empati, dan keterampilan sosial berkontribusi positif terhadap kemampuan peserta didik dalam mengatur proses belajar secara mandiri. Peserta didik dengan tingkat intelegensi emosional yang baik cenderung mampu mengelola stres akademik, menjaga motivasi, serta menjalin hubungan sosial yang sehat. Selain itu, faktor lingkungan sosial, dukungan keluarga, dan program pelatihan emosional di sekolah turut menjadi faktor pendukung tercapainya kemandirian belajar yang optimal. Integrasi penguatan intelegensi emosional dalam proses pembelajaran sangatlah penting, terutama dalam era Kurikulum Merdeka yang menekankan profil pelajar Pancasila dan pembelajaran mandiri berbasis teknologi.

Kata Kunci: Intelegensi Emosional, Kemandirian Belajar, Pendidikan

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan sarana strategis dalam upaya mencerdaskan kehidupan bangsa sekaligus membangun karakter individu yang mandiri, bertanggung jawab, dan berdaya saing. Seiring perkembangan paradigma pendidikan modern, proses pembelajaran tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, melainkan juga menekankan pentingnya pengembangan aspek afektif dan sosial emosional peserta didik. Salah satu konsep yang belakangan menjadi perhatian para ahli pendidikan dan psikologi adalah intelegensi emosional (*emotional*

intelligence), yang diyakini memiliki peran penting dalam keberhasilan belajar dan pembentukan kemandirian peserta didik (Pare & Sihotang, 2023).

Intelegensi emosional pertama kali diperkenalkan oleh Salovey dan Mayer (1990), dan dipopulerkan lebih luas oleh Daniel Goleman (1995). Konsep ini merujuk pada kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi diri sendiri serta merespons emosi orang lain secara tepat. Intelegensi emosional tidak hanya berperan dalam interaksi sosial, tetapi juga memengaruhi berbagai aspek kehidupan, termasuk

dalam konteks pendidikan (Darwis & Rantika, 2018).

Di lingkungan sekolah, peserta didik dihadapkan pada berbagai situasi yang menuntut kemampuan pengelolaan emosi, seperti tekanan tugas, persaingan akademik, serta interaksi sosial dengan guru dan teman sebaya. Kegagalan dalam mengelola emosi sering kali menyebabkan kecemasan, stres, rendah diri, dan bahkan menurunnya motivasi belajar. Oleh sebab itu, intelegensi emosional menjadi faktor penting yang dapat memengaruhi keberhasilan proses pembelajaran (Husnianita & Jannah, 2021).

Salah satu aspek penting dalam pembelajaran yang berkaitan erat dengan intelegensi emosional adalah kemandirian belajar. Kemandirian belajar merupakan kemampuan peserta didik untuk mengatur, mengelola, dan memotivasi diri dalam proses belajar tanpa bergantung sepenuhnya pada orang lain. Peserta didik yang memiliki kemandirian belajar tinggi cenderung mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi aktivitas belajarnya secara mandiri (Setyowati, 2020).

Penelitian (Lestari et al., 2019) menunjukkan bahwa peserta didik

dengan intelegensi emosional tinggi memiliki kecenderungan lebih baik dalam mengatur emosi saat menghadapi kesulitan belajar, beradaptasi dengan lingkungan akademik, dan mempertahankan motivasi belajar dalam jangka panjang. Hal ini menunjukkan adanya hubungan erat antara intelegensi emosional dengan kemandirian belajar yang perlu ditelusuri lebih lanjut.

Di era Kurikulum Merdeka saat ini, kemandirian belajar menjadi salah satu profil pelajar Pancasila yang diharapkan dapat dimiliki oleh setiap peserta didik. Kurikulum ini menekankan pentingnya peserta didik memiliki kemampuan belajar sepanjang hayat, mampu menyelesaikan masalah secara mandiri, dan bertanggung jawab terhadap perkembangan dirinya. Untuk mencapai tujuan tersebut, penguatan aspek intelegensi emosional menjadi salah satu komponen strategis dalam mendukung pencapaian kemandirian belajar (Ghassani et al., 2023).

Selain itu, dalam konteks pendidikan modern yang didominasi oleh sistem pembelajaran berbasis teknologi dan digitalisasi, peserta didik

dituntut untuk lebih mandiri dalam mengakses, memahami, dan memanfaatkan berbagai sumber belajar. Kemandirian belajar di era digital bukan hanya soal kemampuan kognitif, tetapi juga kemampuan mengelola emosi, menghadapi tekanan, dan menjaga motivasi diri. Intelegensi emosional dalam hal ini berperan sebagai fondasi psikologis yang dapat membantu peserta didik menghadapi tantangan pembelajaran mandiri (Ristanti et al., 2023).

Secara psikologis, intelegensi emosional berkontribusi dalam pengembangan *self-awareness*, *self-regulation*, *motivation*, *empathy*, dan *social skills*. Kelima komponen ini merupakan modal penting bagi peserta didik dalam menghadapi berbagai situasi pembelajaran. *Self-awareness* memungkinkan peserta didik mengenali kekuatan dan kelemahan diri dalam belajar. *Self-regulation* membantu mereka mengontrol emosi negatif saat menghadapi kesulitan. *Motivation* menjadi pendorong utama dalam mencapai tujuan belajar. *Empathy* meningkatkan kemampuan memahami perasaan orang lain, sedangkan *social skills* mempermudah interaksi sosial di

lingkungan sekolah (Bariyyah & Latifah, 2019).

Dalam praktik pendidikan di sekolah dasar dan menengah, peserta didik yang memiliki intelegensi emosional baik cenderung lebih mudah mengelola tekanan akademik, lebih percaya diri, dan lebih mampu bertanggung jawab terhadap tugas-tugas belajarnya. Sebaliknya, peserta didik dengan intelegensi emosional rendah sering kali mengalami kesulitan dalam mengendalikan stres, mudah menyerah, serta kurang mampu menyelesaikan masalah belajar secara mandiri (Hadi Yasin, 2021).

Penguatan intelegensi emosional peserta didik perlu menjadi bagian integral dalam proses pembelajaran. Guru dapat merancang berbagai aktivitas yang tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pengembangan keterampilan emosional peserta didik. Misalnya, melalui diskusi kelompok, permainan edukatif, simulasi, atau refleksi diri yang mendorong peserta didik untuk mengenali dan mengelola emosinya. Selain melalui aktivitas pembelajaran, pengembangan intelegensi emosional juga dapat dilakukan melalui program bimbingan

konseling, kegiatan ekstrakurikuler, dan program sekolah berbasis karakter. Pendekatan holistik semacam ini diharapkan dapat membantu peserta didik membangun kesiapan emosional yang kuat dalam menghadapi tantangan akademik maupun sosial di lingkungan sekolah (Sukmawati et al., 2024).

Peran keluarga dan lingkungan sosial juga tidak dapat diabaikan dalam upaya mengembangkan intelegensi emosional peserta didik. Lingkungan keluarga yang hangat dan suportif akan membantu anak belajar mengelola emosinya dengan baik. Sebaliknya, lingkungan keluarga yang kurang harmonis sering kali menjadi faktor risiko munculnya gangguan emosi dan perilaku yang berdampak negatif terhadap proses belajar (Noviar & Maulidin, 2024).

Berbagai hasil penelitian di bidang psikologi pendidikan juga menyebutkan bahwa intelegensi emosional memiliki hubungan positif yang signifikan dengan hasil belajar, motivasi, dan kemampuan pemecahan masalah peserta didik. Peserta didik yang mampu mengelola emosinya secara efektif cenderung memiliki ketahanan belajar yang lebih baik, tidak mudah menyerah, serta

mampu mencari solusi alternatif saat menghadapi kesulitan belajar (Sarnoto & Romli, 2019).

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa intelegensi emosional merupakan faktor penting yang memengaruhi kemandirian belajar peserta didik. Dengan intelegensi emosional yang baik, peserta didik dapat lebih optimal dalam mengatur aktivitas belajarnya, mengendalikan emosi saat menghadapi tantangan, serta mempertahankan motivasi dalam meraih prestasi akademik. Sehingga, penelitian tentang peran intelegensi emosional dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik menjadi sangat relevan dan penting untuk dilakukan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dalam pengembangan strategi pembelajaran dan layanan pendidikan yang lebih humanis, efektif, dan adaptif terhadap kebutuhan psikologis peserta didik.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (*literature review*) untuk mengkaji peran intelegensi emosional dalam meningkatkan kemandirian belajar

peserta didik. pemilihan metode ini didasarkan atas pertimbangan efisiensi dan kemampuannya dalam menghimpun, menelaah, serta menganalisis berbagai hasil penelitian, teori, dan konsep-konsep relevan tanpa harus melakukan pengumpulan data secara langsung di lapangan (Masyhur, 2017). Prosedur pelaksanaan studi literatur dalam penelitian ini dilakukan secara sistematis melalui beberapa tahapan, yakni identifikasi topik dan perumusan masalah, penelusuran literatur, seleksi dan klasifikasi literatur, analisis isi literatur, serta penyusunan sintesis hasil kajian. Proses penelusuran literatur dilakukan dengan memanfaatkan berbagai basis data ilmiah nasional dan internasional, antara lain Google Scholar, Scopus, ScienceDirect, dan Garuda Ristek-BRIN. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian mencakup istilah “intelengensi emosional”, “*emotional intelligence*”, “kemandirian belajar”, “self-directed learning”, dan “hubungan intelegensi emosional dengan kemandirian belajar”. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah analisis isi (*content analysis*), yakni metode kualitatif yang bertujuan mengevaluasi makna, tema,

serta pola hubungan antar konsep dalam dokumen akademik secara sistematis, objektif, dan terstruktur (Sumarno, 2020). Hasil kajian kemudian disajikan dalam bentuk sintesis deskriptif analitik, dengan membandingkan temuan penelitian sebelumnya, mengidentifikasi persamaan maupun perbedaan, serta merumuskan kesimpulan sementara terkait keterkaitan intelegensi emosional dan kemandirian belajar peserta didik dalam konteks pendidikan formal.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Intelegensi Emosional

Intelegensi emosional pertama kali dipopulerkan oleh (Maulinda et al., 2020) sebagai kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta orang lain. Menurut (Wijaya, 2015), intelegensi emosional mencakup kemampuan persepsi emosional, fasilitasi pemikiran melalui emosi, pemahaman emosi, dan pengelolaan emosi. Di bidang pendidikan, intelegensi emosional menjadi faktor penting yang memengaruhi dinamika belajar peserta didik. (Suprihatin, 2019) menegaskan bahwa peserta

didik yang memiliki intelegensi emosional tinggi lebih mampu mengendalikan stres belajar, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta memiliki motivasi belajar yang kuat.

2. Dimensi Intelegensi Emosional

(Maulinda et al., 2020) mengklasifikasikan intelegensi emosional ke dalam lima dimensi utama, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. (Wijaya, 2015) memperluas model ini dengan empat kategori kemampuan emosional, yakni persepsi emosi, penggunaan emosi untuk memfasilitasi pikiran, pemahaman emosi, dan pengelolaan emosi. Dalam konteks pendidikan, (Suprihatin, 2019) menekankan bahwa setiap dimensi tersebut berkontribusi terhadap kemandirian belajar, di mana peserta didik yang mampu mengelola emosi lebih efektif dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial di lingkungan sekolah.

3. Kemandirian Belajar

Menurut (Sumarmo, 2022), kemandirian belajar adalah kemampuan individu untuk mengatur proses belajarnya secara mandiri, termasuk menetapkan tujuan, memilih strategi, memantau, serta

mengevaluasi pencapaian belajar. Aspek-aspek kemandirian belajar meliputi inisiatif belajar, pengendalian diri, motivasi intrinsik, serta ketekunan. (Khoerunnisa et al., 2021) menyatakan bahwa peserta didik dengan kemandirian belajar yang baik menunjukkan kemampuan dalam mengatur waktu, menetapkan target akademik, dan mampu belajar tanpa ketergantungan pada pengawasan guru. Hal ini selaras dengan pandangan (Farah et al., 2019) yang menekankan pentingnya aspek motivasi dan regulasi diri dalam pembentukan kemandirian belajar.

4. Hubungan Intelegensi Emosional dan Kemandirian Belajar

Penelitian (Sumarmo, 2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara intelegensi emosional dan kemandirian belajar mahasiswa. Peserta didik dengan tingkat intelegensi emosional tinggi lebih mampu mengatasi tekanan akademik dan menunjukkan inisiatif belajar yang lebih baik. Temuan serupa diungkapkan oleh (Khoerunnisa et al., 2021) yang menemukan bahwa intelegensi emosional berkorelasi positif terhadap *self-directed learning*

readiness di kalangan mahasiswa kedokteran. Peserta didik dengan kemampuan mengelola emosi yang baik cenderung lebih percaya diri dalam mengatur proses belajar mereka. Namun, studi pembandingan dari (Farah et al., 2019) menyatakan bahwa meskipun intelegensi emosional berpengaruh signifikan terhadap aspek afektif kemandirian belajar, faktor lingkungan sosial dan dukungan keluarga tetap menjadi variabel moderasi yang berperan penting. Sehingga, pengembangan intelegensi emosional perlu didukung oleh lingkungan belajar yang kondusif.

5. Peran Kesadaran Diri dalam Kemandirian Belajar

Kesadaran diri sebagai dimensi pertama intelegensi emosional berperan penting dalam proses refleksi diri peserta didik. (Farah et al., 2019) menjelaskan bahwa peserta didik yang memiliki kesadaran diri tinggi mampu mengenali kekuatan dan kelemahan dirinya dalam belajar. (Tabelak et al., 2024) menambahkan bahwa refleksi diri membantu peserta didik menetapkan tujuan belajar yang realistis dan memilih strategi belajar yang sesuai. Penelitian (Ulfah & Arifudin, 2020) mendukung pandangan ini dengan menunjukkan

bahwa peserta didik yang menyadari kondisi emosinya lebih mampu merencanakan aktivitas belajar secara efektif.

6. Peran Pengelolaan Diri dalam Kemandirian Belajar

Pengelolaan diri atau *self-regulation* adalah kemampuan individu dalam mengendalikan emosi, dorongan, dan perilaku yang dapat menghambat proses belajar. Menurut (Vania et al., 2019), peserta didik dengan kemampuan pengendalian diri yang baik dapat mengelola stres akademik, menunda kepuasan, dan memotivasi diri dalam mencapai target belajar. Studi (Hayati, 2025) menyatakan bahwa pengelolaan diri berperan dalam meminimalisir distraksi dan menjaga fokus belajar. Temuan ini diperkuat oleh penelitian (Ghufron, 2014) yang menyebutkan bahwa peserta didik yang mampu mengendalikan emosi negatif lebih persistensi dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.

7. Peran Motivasi Intrinsik dalam Kemandirian Belajar

Motivasi intrinsik merupakan dorongan internal yang berasal dari dalam diri individu untuk melakukan aktivitas tanpa paksaan eksternal. (Vania et al., 2019) menyebutkan

bahwa motivasi intrinsik adalah salah satu indikator intelegensi emosional yang berpengaruh terhadap pencapaian tujuan pribadi. Menurut (Hayati, 2025), peserta didik yang memiliki motivasi intrinsik tinggi lebih kreatif, gigih, dan mampu mengambil inisiatif dalam proses belajar. Studi (Ghufron, 2014) menunjukkan bahwa motivasi intrinsik menjadi mediator penting dalam hubungan antara intelegensi emosional dan kemandirian belajar.

8. Peran Empati dan Keterampilan Sosial

Empati dan keterampilan sosial membantu peserta didik membangun hubungan interpersonal yang sehat dengan guru dan teman sebaya. Menurut (Amrullah et al., 2018), lingkungan sosial yang suportif mendorong peserta didik lebih percaya diri dalam belajar mandiri. Penelitian (Faizah et al., 2023) menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki empati tinggi lebih mampu bekerja sama dalam tugas kelompok, berbagi strategi belajar, dan memberikan dukungan emosional. Hal ini secara tidak langsung meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi belajar mandiri.

9. Strategi Pengembangan Intelegensi Emosional di Sekolah

(Amrullah et al., 2018) menyarankan integrasi pelatihan intelegensi emosional dalam kurikulum sekolah untuk membantu peserta didik mengelola emosi, membangun hubungan sosial, serta meningkatkan motivasi belajar. (Faizah et al., 2023) menyatakan bahwa program literasi emosional efektif dalam menurunkan kecemasan akademik dan meningkatkan kemandirian belajar. Studi (Ghufron, 2014) merekomendasikan pelaksanaan workshop manajemen stres, pelatihan pengendalian emosi, serta pembelajaran berbasis proyek sebagai strategi untuk meningkatkan intelegensi emosional dan kemandirian belajar peserta didik.

E. Kesimpulan

Intelegensi emosional memiliki peran strategis dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik di lingkungan pendidikan formal. Intelegensi emosional, mencakup kemampuan mengenali, memahami, mengelola, serta mengekspresikan emosi diri dan orang lain secara tepat, terbukti berkontribusi signifikan

terhadap ketahanan peserta didik dalam menghadapi tantangan akademik. Peserta didik dengan tingkat intelegensi emosional yang baik cenderung mampu mengatur emosi, mengendalikan stres, serta menjaga motivasi belajar, khususnya dalam situasi belajar yang menekan dan menuntut kemandirian. Temuan ini sejalan dengan tuntutan Kurikulum Merdeka yang menempatkan kemandirian belajar sebagai salah satu dimensi utama dalam profil pelajar Pancasila. Selain itu, dimensi-dimensi intelegensi emosional seperti kesadaran diri, pengelolaan diri, motivasi intrinsik, empati, dan keterampilan sosial berperan langsung dalam membentuk sikap, perilaku, serta kebiasaan belajar peserta didik. Peserta didik dengan kesadaran diri yang baik dapat mengenali potensi dan kelemahannya dalam proses belajar, sementara kemampuan pengelolaan diri membantu mereka menghadapi tekanan emosional akibat kesulitan akademik. Motivasi intrinsik mendorong peserta didik untuk terus berupaya mencapai tujuan belajarnya tanpa bergantung sepenuhnya pada pihak lain. Penelitian ini juga menemukan bahwa faktor lingkungan

sosial, dukungan keluarga, dan kebijakan sekolah turut menjadi faktor moderasi yang mempengaruhi hubungan antara intelegensi emosional dan kemandirian belajar. Diperlukan integrasi penguatan aspek intelegensi emosional dalam berbagai program pendidikan, baik melalui pembelajaran intrakurikuler, ekstrakurikuler, maupun layanan bimbingan konseling untuk mendukung terciptanya kemandirian belajar yang optimal dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrullah, S., Tae, L. F., Irawan, F. I., Ramdani, Z., & Prakoso, B. H. (2018). Studi Sistematis Aspek Kreativitas dalam Konteks Pendidikan. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 187–200. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i2.3533>
- Bariyyah, K., & Latifah, L. (2019). Kecerdasan Emosi Siswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Jenjang Kelas. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 4(2), 68. <https://doi.org/10.29210/02379jpagi0005>
- Darwis, M., & Rantika, M. (2018). Konsep Integrasi Keilmuan dalam

- Perspektif Pemikiran Imam Suprayogo. *Fitra*, 4(1), 1–11.
- Faizah, N., Liliana, I., & Dewi, K. (2023). Menumbuhkan Sikap Sosial Emosional EMC 2 Terhadap Psychological Well-Being pada Siswa Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 13–22.
- Farah, M., Suharsono, Y., & Prasetyaningrum, S. (2019). Konsep diri dengan regulasi diri dalam belajar pada siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(2), 171–183. <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i2.8243>
- Ghassani, D. A., Nursa'adah, A., Septira, F., Effendi, M., Herman, T., & Hasanah, A. (2023). Kemandirian Belajar Siswa dalam Pembelajaran Matematika Menggunakan Kurikulum Merdeka. *Plusminus: Jurnal Pendidikan Matematika*, 3(2), 307–316. <https://doi.org/10.31980/plusminus.v3i2.1346>
- Ghufron, M. N. (2014). Prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari regulasi diri dalam belajar. *Quality: Journal of Empirical Research in Islamic Education*, 2(1), 136–149.
- Hadi Yasin, T. S. R. (2021). Pengaruh Profesionalisme Guru Terhadap Kecerdasan Emosional (Eq) Siswa. *Tahdzib Al-Akhlaq: Jurnal Pendidikan Islam*, 4(2), 40–59. <https://doi.org/10.34005/tahdzib.v4i2.1629>
- Hayati, N. (2025). Implementasi Program Mindfulness Untuk Meningkatkan Konsentrasi Dan Prestasi Belajar. *Jurnal Dedikasi Pengabdian Pendidikan*, 1(1), 43–51.
- Husniana, V. M., & Jannah, M. (2021). Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin pada kelas X Sekolah Menengah Atas boarding school. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 229–238.
- Khoerunnisa, N., Rohaeti, E. E., & Ningrum, D. S. ayu. (2021). Gambaran Self Regulated Learning Siswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid 19. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(4), 298. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i4.7433>
- Lestari, D. P., Sofah, R., & Putri, R. M.

- (2019). Tingkat Kecerdasan Emosi Peserta Didik Kelas Xi Di Sma Negeri 15 Palembang. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori Dan Praktik Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 11–20.
<https://doi.org/10.36706/jkk.v6i1.8498>
- Masyhur, F. (2017). Penelitian e-Government di Indonesia: Studi Literatur Sistematis dari Perspektif Dimensi Pemeringkatan e-Government Indonesia (PeGI). *JURNAL IPTEKKOM: Jurnal Ilmu Pengetahuan & Teknologi Informasi*, 19(1), 51.
<https://doi.org/10.33164/iptekkom.19.1.2017.51-62>
- Maulinda, R., Muslihin, H. Y., & Sumardi, S. (2020). Analisis Kemampuan Mengelola Emosi Anak Usia 5-6 Tahun (Literature Riview). *Jurnal Paud Agapedia*, 4(2), 300–313.
<https://doi.org/10.17509/jpa.v4i2.30448>
- Noviar, Y., & Maulidin, S. (2024). Peran Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Anak Yatim: Studi Di Yayasan Al-Nikmahbarikah Janah Jakarta Selatan. *Teacher : Jurnal Inovasi Karya Ilmiah Guru*, 4(2), 2588–2593.
- Pare, A., & Sihotang, H. (2023). Pendidikan Holistik untuk Mengembangkan Keterampilan Abad 21 dalam Menghadapi Tantangan Era Digital. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27778–27787.
- Ristanti, I., Subhan, K. F., Nissa, K., & Eviana, N. (2023). Digitalisasi Perencanaan Pendidikan Islam Di Madrasah. *Mapendis: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(1), 57–107.
- Sarnoto, A. Z., & Romli, S. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosional (Eq) Dan Lingkungan Belajar Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sma Negeri 3 Tangerang Selatan. *Andragogi: Jurnal Pendidikan Islam Dan Manajemen Pendidikan Islam*, 1(1), 55–75.
<https://doi.org/10.36671/andragogi.v1i1.48>
- Setyowati, W. W. (2020). Optimalisasi Prestasi Belajar Melalui Sikap Kemandirian Belajar Siswa Smk Jurusan Multimedia. *Jurnal Pendidikan Teknologi Dan Kejuruan*, 17(1), 105.

- <https://doi.org/10.23887/jptk-undiksha.v17i1.23018>
- Sukmawati, S., Halim, A., & Beddu, M. J. (2024). Upaya Guru Pendidikan Agama Islam dalam Penguatan Multi Intelegensi di SMP Swasta Nurul Jadid Batam. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 4(3), 1095–1105. <https://doi.org/10.53299/jppi.v4i3.677>
- Sumarmo, U. (2022). Kemandirian Belajar: Apa, Mengapa, dan Bagaimana dikembangkan pada Peserta Didik Oleh: Utari Sumarmo, FPMIPA UPI. *Academia.Edu*, 1983, 1–9.
- Sumarno. (2020). Analisis Isi Dalam Penelitian Pembelajaran Bahasa Dan Sastra. *Jurnal Elsa*, 18(2), 55.
- Suprihatin, T. (2019). Dampak Pola Asuh Orang Tua Tunggal (Single Parent Parenting) Terhadap Perkembangan Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Unissula*, 145–160.
- Tabelak, V., Damayanti, Y., & Mage, M. Y. C. (2024). Hubungan Antara Regulasi Diri Dalam Belajar dengan Kematangan Karier Pada Peserta Didik Kelas XI-XII SMAKr Pandhega Jaya Kupang. *Wacana Psikokultural*, 2(1), 49–58. <https://doi.org/10.24246/jwp.v2i1.12547>
- Ulfah, U., & Arifudin, O. (2020). Implementasi Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dalam Kurikulum 2013. *Jurnal Tahsinia*, 1(2), 138–146. <https://doi.org/10.57171/jt.v1i2.189>
- Vania, N. R., Supriatna, E., & Fatimah, S. (2019). Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Dalam Rangka Pengelolaan Stres Akademik Peserta Didik Kelas Viii Smp. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 2(6), 250. <https://doi.org/10.22460/fokus.v2i6.3541>
- Wijaya, M. A. (2015). Adopsi dan Penerapan Kompetensi Kecerdasan Emosi dalam Proses Rekrutmen dan Seleksi Fresh Graduates. *Jurnal Manajemen Teknologi*, 14(2), 132–150. <https://doi.org/10.12695/jmt.14.2.2>