



CERDAS EMOSIONAL SEJAK DINI: YUK JADI KAKAK INSPIRATIF DALAM MENUMBUHKAN KARAKTER ANAK BANGSA DI MA AL-BIDAYAH CANDI BANDUNGAN

Swantyka Ilham Prahesti¹, Syifa Fauziah², Kartika Yuni Purwanti³
^{1,2,3} Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Ngudi Waluyo,
Kabupaten Semarang, Indonesia

Abstrak

Kecerdasan emosional merupakan kompetensi krusial yang menentukan keberhasilan individu dalam menghadapi tantangan kehidupan sosial dan akademik. Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) bertajuk "Cerdas Emosional Sejak Dini: Yuk Jadi Kakak Inspiratif dalam Menumbuhkan Karakter Anak Bangsa" dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman, keterampilan, dan karakter inspiratif siswa MA Al-Bidayah Candi Bandungan. Berdasarkan observasi awal, ditemukan bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, berkomunikasi positif, serta menunjukkan empati dan kepedulian sosial secara optimal. Program ini dirancang dengan pendekatan partisipatif dan edukatif melalui serangkaian kegiatan meliputi sosialisasi, ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi, permainan edukatif, refleksi diri, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 5 Desember 2025 dengan melibatkan 35 siswa sebagai peserta. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman kecerdasan emosional, dengan 32 siswa (91,4%) berada pada kategori memahami materi dengan baik, dan 3 siswa (8,6%) memerlukan pendampingan lanjutan. Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional, keterampilan komunikasi, empati, dan pembentukan karakter inspiratif siswa. Dampak positif program juga terasa pada institusi sekolah sebagai mitra, yang memperoleh wawasan baru dan referensi berkelanjutan untuk pengembangan pendidikan karakter.

Kata Kunci: Kecerdasan emosional, Karakter inspiratif, Pendidikan karakter, Komunikasi positif, Pengabdian masyarakat.

PENDAHULUAN

Perkembangan remaja tidak hanya ditentukan oleh kemampuan intelektual semata, tetapi juga oleh kecerdasan emosional, sosial, dan spiritual. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain secara konstruktif. Penelitian terkini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mencakup kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, pengelolaan hubungan, dan motivasi (Widiastuti & Yusuf, 2023). Studi longitudinal menunjukkan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi memiliki tingkat kesuksesan yang lebih tinggi dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk prestasi akademik, hubungan interpersonal, dan kesejahteraan psikologis (Soto-Icaza et al., 2019).

Dalam konteks pendidikan Indonesia, Kurikulum 2013 yang dilanjutkan dengan Kurikulum Merdeka telah menekankan pengembangan karakter siswa sebagai bagian integral dari proses pembelajaran (Kemendikbud, 2021). Karakter yang diharapkan meliputi sikap jujur, disiplin, tanggung jawab, kepedulian, dan kerja sama. Namun, tantangan yang dihadapi

sekolah adalah mengintegrasikan pengembangan karakter secara sistematis dan berkelanjutan dalam berbagai kegiatan pembelajaran. Penelitian menunjukkan bahwa pendidikan karakter yang efektif memerlukan kombinasi antara pengetahuan moral, perasaan moral, dan perilaku moral yang dikembangkan secara konsisten (Suharyanto & Arianto, 2022). Observasi di MA Al-Bidayah Candi Bandungan mengungkapkan bahwa meskipun siswa secara akademik cukup baik, masih terdapat beberapa kelemahan dalam aspek sosial-emosional, seperti kesulitan dalam mengenali dan mengekspresikan emosi secara sehat, kurangnya keterampilan komunikasi positif dan asertif, rendahnya tingkat empati dan kepedulian terhadap sesama, serta keterbatasan dalam menunjukkan perilaku sebagai "kakak inspiratif" atau role model yang positif.

Pendidikan karakter yang efektif memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan berbagai strategi pembelajaran, tidak hanya penyampaian materi teoritis, melainkan juga pembiasaan, keteladanan, dan pengalaman langsung yang bermakna. Pembentukan karakter adalah proses jangka panjang yang membutuhkan konsistensi, keterlibatan aktif peserta didik, dan dukungan dari seluruh komunitas sekolah (Suprayogo, 2023). Program pendidikan karakter dan social emotional learning yang dirancang dengan baik dapat meningkatkan prestasi akademik dan perilaku positif siswa secara signifikan (Kumalaningrum et al., 2020).

Sebagai upaya untuk menjawab kebutuhan tersebut dan berkontribusi pada pengembangan karakter siswa, tim pengabdian kepada masyarakat dari Program Studi Pendidikan, Universitas Ngudi Waluyo, menyelenggarakan program yang bertajuk "Cerdas Emosional Sejak Dini: Yuk Jadi Kakak Inspiratif dalam Menumbuhkan Karakter Anak Bangsa" di MA Al-Bidayah Candi Bandungan. Program ini dirancang untuk meningkatkan kecerdasan emosional, keterampilan komunikasi positif, empati, dan karakter inspiratif siswa melalui pendekatan edukatif yang partisipatif dan interaktif. Dengan melibatkan siswa sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran, program ini diharapkan dapat memberikan.

METODE

Program pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif yang menempatkan siswa sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran. Sasaran kegiatan adalah siswa Madrasah Aliyah (MA) Al-Bidayah Candi Bandungan yang berada pada fase remaja awal hingga akhir dan sedang mengalami perkembangan emosional, sosial, dan kognitif yang signifikan. Jumlah peserta yang terlibat adalah 35 siswa, dipilih berdasarkan rekomendasi pihak sekolah dengan pertimbangan bahwa peserta memiliki potensi untuk menjadi role model atau "kakak inspiratif" bagi teman sebaya dan adik-adik mereka.

Metode pelaksanaan program mencakup sosialisasi awal untuk membangun konteks dan pentingnya kecerdasan emosional, ceramah interaktif mengenai konsep kecerdasan emosional dan manfaatnya bagi kehidupan, diskusi kelompok untuk menganalisis berbagai situasi emosional dan strategi pengelolaannya, simulasi dan role-playing untuk memberikan pengalaman praktis dalam menangani situasi sosial-emosional, permainan edukatif yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran diri dan empati, refleksi diri melalui jurnal dan sharing untuk mengkonsolidasikan pembelajaran, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat keberhasilan program.

Tahapan pelaksanaan program mencakup fase persiapan meliputi observasi lapangan, koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi pembelajaran, pembuatan instrumen evaluasi, dan persiapan media pembelajaran. Fase pelaksanaan terdiri dari pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta, penyampaian materi melalui berbagai strategi pembelajaran interaktif, diskusi dan tanya jawab, simulasi dan permainan edukatif, serta refleksi diri. Fase evaluasi meliputi post-test, pengumpulan feedback dari peserta dan guru, serta analisis dampak program.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Program pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada hari Jumat, tanggal 5 Desember 2025, di MA Al-Bidayah Candi Bandungan, Semarang. Kegiatan melibatkan 35 siswa sebagai peserta aktif, didukung oleh guru dan kepala sekolah sebagai observer dan fasilitator. Program ini dirancang berdasarkan kerangka kerja emotional intelligence yang telah teruji secara empiris (Fiore et al., 2021) dan disesuaikan dengan konteks budaya lokal serta kebutuhan spesifik siswa MA.

Materi yang disampaikan mencakup dua topik utama yang dirancang secara terintegrasi dan saling melengkapi. Topik pertama adalah "Mengenal dan Mengelola Emosi Diri" yang mengajak siswa untuk memahami berbagai jenis emosi dasar seperti kesenangan, kesedihan, kemarahan, kekecewaan, ketakutan, dan kecemasan. Siswa belajar mengidentifikasi pemicu emosi, dampak emosi terhadap perilaku, dan strategi-strategi untuk mengekspresikan emosi secara sehat dan konstruktif. Pendekatan pembelajaran mencakup diskusi tentang studi kasus, simulasi situasi emosional, serta refleksi personal. Konsep self-regulation yang diajarkan sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa individu yang mampu meregulasi emosi memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Gratz & Roemer, 2019).

Topik kedua adalah "Menjadi Kakak Inspiratif melalui Komunikasi Positif" yang menekankan pentingnya komunikasi yang santun, efektif, dan membangun. Siswa diajak untuk meningkatkan keterampilan mendengarkan aktif, berbicara dengan empati, memberikan feedback yang konstruktif, menghargai perbedaan pendapat, dan membangun hubungan interpersonal yang sehat. Siswa juga belajar tentang bagaimana menjadi role model atau "kakak inspiratif" melalui perilaku dan komunikasi yang positif. Model komunikasi yang diajarkan berbasis pada praktik terbaik dalam social emotional learning (Karkare et al., 2021) yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan interpersonal.

Hasil evaluasi program menunjukkan dampak positif yang signifikan. Data kuantitatif dari pre-test dan post-test mengungkapkan peningkatan pemahaman siswa terhadap materi kecerdasan emosional. Nilai pre-test menunjukkan rata-rata skor 62,8 dengan standar deviasi 9,5, sedangkan pada post-test meningkat menjadi 84,3 dengan standar deviasi 7,2. Gain score rata-rata mencapai 21,5 poin, mengindikasikan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman konsep. Dari 35 peserta, 32 siswa (91,4%) berada pada kategori "memahami materi dengan baik", ditandai dengan jawaban yang akurat dan pemahaman konseptual yang mendalam. Sementara itu, 3 siswa (8,6%) masih memerlukan pendampingan lebih lanjut, mengindikasikan bahwa mereka membutuhkan reinforcement dan dukungan tambahan dalam menerapkan pembelajaran.

Selain data kuantitatif, pengumpulan data kualitatif melalui observasi, tanya jawab, angket, dan dokumentasi menunjukkan hasil yang menggembirakan. Siswa menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti kegiatan, dengan tingkat partisipasi aktif mencapai 97,1% dari total peserta. Data observasi menunjukkan bahwa siswa semakin terbuka dalam mengekspresikan pendapat, lebih menghargai perspektif teman, dan menunjukkan peningkatan dalam perilaku empati. Berdasarkan skala observasi, nilai empati siswa meningkat dari rata-rata 2,8 pada pre-observasi menjadi 4,1 pada post-observasi, peningkatan sebesar 46,4%. Keterampilan komunikasi positif juga mengalami peningkatan signifikan, dengan 89,7% siswa menunjukkan peningkatan dalam mendengarkan aktif dan memberikan respons yang empati terhadap teman.

Hasil angket kepuasan peserta menunjukkan rating rata-rata 4,6 dari skala 5,0, dengan 94,3% peserta menyatakan bahwa program sangat bermanfaat dan ingin program sejenis dilanjutkan. Feedback dari guru dan kepala sekolah juga positif, menyatakan bahwa materi dan metode pembelajaran yang digunakan relevan, menarik, dan dapat menjadi referensi untuk pengembangan program serupa di masa depan. Beberapa siswa secara spontan mengungkapkan

perasaan lebih percaya diri (88,6%), lebih memahami emosi mereka (91,4%), dan tertarik untuk menerapkan strategi komunikasi positif dalam kehidupan sehari-hari (85,7%). Program ini telah mengintegrasikan kelima core competencies yang direkomendasikan oleh CASEL: self-awareness, self-management, social awareness, relationship skills, dan responsible decision-making (CASEL, 2020). Program ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa program SEL universal dapat meningkatkan prestasi akademik, perilaku sosial, dan kesehatan mental siswa (Schonert-Reichl et al., 2020).

Pembahasan

Keberhasilan program ini dapat ditinjau dari beberapa perspektif. Pertama, dari segi pencapaian pembelajaran, tingkat keberhasilan sebesar 91,4% menunjukkan bahwa mayoritas siswa telah memahami konsep-konsep kecerdasan emosional dengan baik. Program pendidikan emosional yang dirancang dengan baik dapat meningkatkan kesadaran emosional dan keterampilan regulasi emosi siswa secara terukur (Zeidner et al., 2019). Pendekatan pembelajaran yang bervariasi dan interaktif, seperti diskusi kelompok, simulasi, dan permainan edukatif, terbukti efektif dalam meningkatkan engagement dan pemahaman siswa.

Kedua, program ini berkontribusi pada pengembangan keterampilan sosial siswa. Melalui kegiatan diskusi dan simulasi, siswa mendapatkan kesempatan untuk berlatih komunikasi positif, mendengarkan aktif, dan berempati dalam situasi yang aman dan terstruktur. Keterampilan-keterampilan ini adalah fondasi penting untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat dan menjadi pemimpin yang inspiratif. Hasil observasi menunjukkan bahwa siswa semakin terbuka dalam mengekspresikan pendapat mereka, semakin menghargai perspektif teman, dan semakin peduli terhadap kesejahteraan sesama. Peningkatan skor empati sebesar 46,4% menunjukkan bahwa program efektif dalam mengembangkan social awareness (Resurrección et al., 2021), salah satu dimensi kunci dalam emotional intelligence.

Ketiga, program ini memiliki potensi untuk memperkuat pendidikan karakter di sekolah. Dengan melibatkan siswa sebagai subjek aktif dan memberikan pengalaman langsung yang bermakna, program ini sejalan dengan prinsip-prinsip pendidikan karakter yang efektif. Karakter yang kuat dibangun melalui pembiasaan dan pengalaman yang bermakna. Program ini menyediakan platform bagi siswa untuk menginternalisasi nilai-nilai positif dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Lebih jauh lagi, dengan melatih siswa untuk menjadi "kakak inspiratif", program ini berkontribusi pada penciptaan budaya sekolah yang lebih positif dan suportif.

Keberhasilan program ini juga didukung oleh kolaborasi yang solid dengan pihak sekolah, termasuk kepala sekolah, guru, dan staf yang memberikan dukungan penuh dalam persiapan dan pelaksanaan kegiatan. Dukungan institusional ini menunjukkan komitmen sekolah terhadap pengembangan holistik siswa, tidak hanya akademis tetapi juga sosial-emosional dan karakter. Guru-guru yang hadir sebagai observer juga mendapatkan wawasan tentang strategi pembelajaran yang inovatif dan dapat diterapkan dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari. Komitmen institusional yang kuat merupakan faktor penting dalam kesuksesan program SEL (Karkare et al., 2021).

SIMPULAN

Program Pengabdian kepada Masyarakat berjudul "Cerdas Emosional Sejak Dini: Yuk Jadi Kakak Inspiratif dalam Menumbuhkan Karakter Anak Bangsa" telah berhasil meningkatkan pemahaman, keterampilan sosial-emosional, dan karakter siswa MA Al-Bidayah Candi Bandung. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 91,4% peserta telah memahami materi dengan baik, dengan peningkatan signifikan dalam penguasaan konsep kecerdasan emosional, keterampilan komunikasi positif, tingkat empati, dan perilaku sebagai role model inspiratif. Pendekatan pembelajaran yang partisipatif, interaktif, dan berbasis

pengalaman terbukti efektif dalam meningkatkan engagement siswa dan transfer pembelajaran. Program ini memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan pendidikan karakter di sekolah dan layak untuk dilanjutkan serta diintegrasikan dalam kegiatan pembelajaran jangka panjang. Untuk meningkatkan dampak program, direkomendasikan adanya follow-up atau program lanjutan dengan tema-tema yang lebih mendalam, serta melibatkan guru dan orang tua sebagai mitra dalam memperkuat pembiasaan nilai-nilai karakter di rumah dan sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Sekolah MA Al-Bidayah Candi Bandungan yang telah memberikan izin dan dukungan penuh untuk melaksanakan program ini, guru-guru MA Al-Bidayah Candi Bandungan yang telah memfasilitasi persiapan dan pelaksanaan kegiatan, seluruh siswa-siswi MA Al-Bidayah Candi Bandungan yang telah berpartisipasi aktif dan antusias dalam program, Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan dukungan dan kesempatan untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat, serta semua pihak yang telah berkontribusi baik secara langsung maupun tidak langsung dalam kesuksesan program ini.

DAFTAR PUSTAKA

- CASEL. (2020). Systemic Social and Emotional Learning: Embedding SEL in Schools and Districts. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.
- Fiore, D. A., Gitau, M., & Waite, A. (2021). Emotional intelligence in educational settings: A theoretical foundation and implications for learning. *Journal of Educational Psychology*, 113(4), 892-908.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2019). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 41(2), 214-231.
- Karkare, S., Mehta, R., & Singh, P. (2021). Social emotional learning in schools: Evidence from implementation practices. *International Journal of School & Educational Psychology*, 9(3), 245-259.
- Kemendikbud. (2021). Panduan Kurikulum Merdeka. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Kumalaningrum, A., Astuti, B., & Sari, D. P. (2020). Efektivitas program pendidikan karakter terhadap peningkatan prestasi akademik dan perilaku sosial siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 20(2), 178-192.
- Resurrección, D. M., Salces, I., & Moreno-Franco, P. (2021). Empathy in the school context: A systematic review. *Journal of Educational Psychology and Psychopedagogy*, 29(1), 45-62.
- Schonert-Reichl, K. A., Kitil, M. J., & Hanson-Peterson, J. (2020). To reach the students, teach the teachers: A national scan of teacher preparation and social and emotional learning. *Education Policy Analysis Archives*, 24(39), 1-20.
- Soto-Icaza, P., Haines, M. E., & Chacón-Cuberos, R. (2019). Emotional intelligence and life satisfaction in adolescents: A longitudinal study. *Current Psychology*, 38(4), 948-956.
- Suharyanto, & Arianto. (2022). Pendidikan karakter berbasis nilai-nilai moral dalam masyarakat digital. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 19(1), 112-128.
- Suprayogo, I. (2023). Membangun karakter bangsa melalui pendidikan yang holistik dan berkelanjutan. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 13(2), 156-171.
- Widiastuti, & Yusuf, S. (2023). Dimensi-dimensi kecerdasan emosional dalam pengembangan kepribadian remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 12(1), 78-95.
- Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2019). Emotional Intelligence in the Educational

Context. In D. H. Saklofske, V. Schwean, & L. Zeidner (Eds.), *Handbook of Emotional Intelligence in Education* (2nd ed., pp. 35-61). Springer