

ISSN	2961-7456 (e)
	2962-8576 (p)



EL-DARISA: Jurnal Pendidikan Islam

Volume 4 Nomor 1 Tahun 2025

<http://ejournal.staihwaduri.ac.id/index.php/eldarisa/>

PERAN EMOSI POSITIF DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN ISLAM PERSPEKTIF NEUROSAINS

Wasul Nuri

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

Email: 2207052030@webmail.uad.ac.id

Suyadi

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

Email: Suyadi@fai.uad.ac.id

Abstract: *The emotional potential bestowed by Allah SWT on humans is one of the things that must be considered in the educational process. The limbic system in the student's brain will respond to the emotions emitted by a teacher. A teacher must understand the importance of presenting positive emotions in learning, especially PAI, so that learning can be maximized. This study aims to see how far the role of positive emotions in learning Islamic education. This research is included in the category of library research using literature as a data source. Data analysis by examining various documents in the form of research journals or books related to research data using qualitative research data analysis techniques. The results of this study understand that emotional intelligence plays a role in raising and educating students, and developing this concept until they grow up later when they grow up. Islamic education is required to realize the inculcation of the values of piety and morals and uphold the truth in order to form noble human beings who have good morals. When a PAI teacher understands the science of managing emotions, implements neuroscience-based learning, students become more happy in learning PAI.*

Keywords:

Positive emotions, Islamic Education, Neuroscience

Abstrak: Potensi emosi yang dianugerahkan Allah SWT kepada manusia menjadi salah satu hal yang harus diperhatikan dalam proses pendidikan. Sistem limbik dalam otak peserta didik akan merespons emosi yang dipancarkan oleh seorang guru. Seorang guru harus memahami pentingnya menghadirkan emosi positif dalam pembelajaran khususnya PAI, agar pembelajaran yang dilakukan menjadi maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk melihat sejauh mana peran emosi positif dalam pembelajaran pendidikan Islam. Penelitian ini termasuk dalam kategori library research dengan menggunakan literatur-literatur sebagai sumber datanya. Analisis data dengan cara meneliti berbagai dokumen dalam bentuk jurnal penelitian ataupun buku-buku terkait dengan data-data penelitian dengan teknik analisis data penelitian kualitatif. Hasil penelitian ini memahami bahwa kecerdasan emosional berperan dalam membesarkan dan mendidik peserta didik, dan mengembangkan konsep ini hingga tumbuh sampai nanti ketika mereka dewasa. Pendidikan Islam dituntut untuk mewujudkan penanaman nilai-nilai ketaqwaan dan akhlak serta menegakkan kebenaran dalam rangka membentuk manusia luhur yang berakhlakul karimah. Ketika seorang guru PAI memahami ilmu tentang pengelolaan emosi, melaksanakan pembelajaran berbasis neurosains maka peserta didik menjadi lebih senang dalam pembelajaran PAI.

Kata Kunci:

Emosi positif, Pendidikan Islam, Neurosains

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan manusia diberi potensi oleh Allah SWT berupa Emosi. Emosi yang dikendalikan dengan baik akan membawa kepada suatu kondisi meningkatnya kualitas hidup manusia, peningkatan dari sisi antusias, kepuasan, saling percaya dan komitmen seperti yang disampaikan Martin dalam (Zulkarnain, 2018). Manusia dalam tumbuh kembangnya untuk menjadi dewasa membutuhkan emosi yang dapat dikelola dengan baik, agar keberhasilan manusia bukan semata-mata karena kecerdasan kognitif tetapi juga dibutuhkan kecerdasan emosi (Manizar, n.d.)

Banyak peneliti yang telah melakukan penelitian tentang emosi positif kaitanya dengan pendidikan Islam. Motivasi belajar dan kreatifitas pengajar akan menentukan seberapa tingkat kualitas dalam pembelajaran. (Wulandari & Suyadi, 2019). Ketika

seorang pendidik mengetahui bagaimana mengenali emosi peserta didik melalui cara-cara atau motivasi berbasis otak maka pembelajaran di dalam kelas akan terasa lebih menyenangkan bagi peserta didik. Rasa senang belajar inilah yang diharapkan oleh seorang pendidik dalam memberikan pembelajaran kepada peserta didik. Rasa senang inilah yang akan mengaktivasi otak dalam belajar sehingga peserta didik menjadi lebih termotivasi. Motivasi ini kemudian menjadi hal yang penting dalam mempengaruhi sistem limbik otak manusia. (Wulandari & Suyadi, 2019) sistem limbik inilah yang mempengaruhi emosional dan kognitif, juga bertanggung jawab pada pola tidur, denyut jantung, tekanan darah, imunitas, gairah sexual, denyut jantung yang sering disebut dengan bioritmik tubuh sebagaimana disampaikan Abdul Razak dalam (Wulandari & Suyadi, 2019). Dalam penelitiannya Wulandari dan Suyadi mencoba untuk menyajikan cara mengetahui dan mengolah kecerdasan emosional siswa. Sementara penelitian ini berusaha untuk mengetahui bagaimana peran emosi positif dalam pembelajaran pendidikan Islam.

Emosi positif juga akan memengaruhi prestasi belajar. Seorang guru akan menggunakan prestasi belajar sebagai salah satu indikator keberhasilan peserta didik dalam proses belajar mengajar. Tidak bisa dipungkiri bahwa memang banyak variable yang menjadi penyebab rendahnya prestasi seorang peserta didik. Factor yang menentukan prestasi peserta didik, diantaranya adalah faktor dari dalam (*internal*) dan factor dari luar (*eksternal*). (Prasetya, 2018) Faktor dari dalam diri siswa diantaranya: kecerdasan, emosi, kesehatan, sikap, motivasi, bakat dan minat. Sedangkan factor dari luar diantaranya: kurikulum, lingkungan belajar, sarana prasarana, persiapan mengajar dan masih banyak yang lainnya.

Ada pendapat yang mengatakan bahwa prestasi yang tinggi didapat dari bekal *Intelgensi Quotient* (IQ) yang tinggi. Walaupun memang IQ adalah bekal yang sangat potensial peserta didik dalam meraih prestasi yang tinggi. Menurut Goleman (2000: 44), IQ hanya berperan memberi 20% bagi kesuksesan seorang peserta didik dalam menuntul ilmu, selebihnya 80% didapatkan dari sumber-sumber lainnya. Diantaranya, EQ, motivasi, emosi positif, kemampuan bekerjasama dan empati. (Gusniwati, 2015) Kecerdasan emosional seseorang itu akan menjadi pemandu fikiran dan tindakan seseorang. Diharapkan dengan kemampuan seseorang dalam memanage kecerdasan emosionalnya maka prestasi belajar yang baik akan dapat diraih.

Keberhasilan pembelajaran ditentukan oleh seluruh aspek pembelajaran, baik itu siswa, guru ataupun lingkungan pembelajaran. Pendidik harus terus mengembangkan model dan metode pembelajaran, begitu juga ruang pembelajaran yang didesain menarik akan meningkatkan rangsangan otak di dalam proses belajar. Apabila hal tersebut tidak dikelola dengan baik maka bisa menyebabkan peserta didik mengalami penurunan konsentrasi dalam belajar. (Akbar & Suyadi, 2021) Penelitian yang dilakuakn oleh Akbar dan Suyadi ini dalam kesimpulannya menyampaikan bahwa keberhasilan pembelajaran dipengaruhi oleh musik, pencahayaan dan tata ruang. Dalam penelitian ini peneliti mencoba menunjukkan keberhasilan pendidikan ditentukan dari emosi positif yang difahami oleh seorang pendidik. Sudah saatnya guru merubah paradigma bahwa dalam pembelajaran guru mulai memasukkan konsep ilmu akal (neurosains) pada kurikulum pendidikan terutama Pendidikan Agama Islam. (Saifurrahman & Suyadi, 2019) Berangkat dari permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk melihat sejauh mana peran emosi positif dalam pembelajaran pendidikan Islam dilihat dari perspektif Neurosains.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kualitatif dan terfokus pada penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu serangkaian penelitian yang berkaitan dengan metode pengumpulan informasi kepustakaan (jurnal ilmiah, buku-buku dengan topik penelitian). Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitis yaitu. H. secara sistematis membongkar semua konsep kemudian memahami dan menjelaskan hasil deskripsi tujuan. Teknik pengumpulan data dilakukan secara manual atau digital dengan menelusuri referensi terkait. Data yang diperoleh dianalisis secara kualitatif dengan melalui cara berfikir induktif. (Akbar & Suyadi, 2021)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Emosi Positif dalam kajian Pendidikan Islam

Emosi pada manusia adalah keadaan organisme yang kompleks, seperti kebangkitan emosi, yang melibatkan perubahan luas pada organ, paling sering menghasilkan perasaan kuat yang mengarah pada perilaku atau perilaku tertentu. Berkaitan erat dengan kondisi tubuh, detak jantung, peredaran darah dan pernafasan,

hal itu bisa terwujud dalam senyuman, tawa, air mata dan kekecewaan atau kegembiraan. Emosi inilah yang kemudian menjadi salah satu pendorong seseorang untuk melakukan tindakan. (Baskara et al., n.d.) baik perilaku yang kelihatan maupun yang tidak tampak, seperti rasa takut, amarah, bahagia, sedih, cinta merupakan dinamika emosi manusia. Emosi positif adalah spiritualitas kemampuan mengarahkan pikiran dan perasaan dalam hubungan interpersonal sehingga seseorang memiliki nilai-nilai kehidupan, yang melandasi kemampuan berperilaku secara tepat. (Rais & Spiritual, n.d.)

Pada manusia, emosi tidak hanya berperan sebagai penopang hidup seperti yang terlihat pada hewan, namun selain itu emosi juga berperan sebagai energizer yang membawa gairah ke dalam kehidupan seseorang, bahkan emosi juga berperan sebagai pembawa pesan. (Martin, 2003: 50) Emosi terkadang disamakan dengan perasaan, namun keduanya bisa dibedakan. Perasaan lebih kuat daripada emosi, jadi perubahan yang disebabkan oleh emosi lebih jelas daripada emosi.. Chaplin dalam (Manizar, n.d.)

B. Sistim Limbik

Ada empat tingkat berbeda di otak manusia. Artinya, bagian bawah, yaitu. batang otak, dekat leher, disebut otak reptilia karena menyerupai otak reptilia berdarah dingin. Bagian ini mengontrol sebagian besar fungsi naluriah tubuh, seperti pernapasan dan detak jantung. Di bagian tengah, otak mamalia (sistem limbik melingkar), menyerupai otak mamalia berdarah panas.. (Dewi et al., 2018) Sistim limbik adalah serangkaian saraf yang terhubung secara langsung. Sistim limbik bisa dikatakan sebagai sitem emosi (Fitri, 2017) Pada bagian-bagian penting dari sistim limbik ini berkaitan dengan proses kegiatan belajar. Sistim limbik inilah pusat otak emosional manusia, secara evolusi lebih tua dari bagian *cortex cerebri*, artinya perkembangan otak manusia dimulai dengan pikiran emosional sebelum pikiran rasional. (Wulandari & Suyadi, 2019) Ada empat sistim limbik yang berhubungan langsung dengan memori belajar, yaitu *thalamus*, *hipothalamus*, *hippocampus* dan *amygdala* (Suyadi, 2022)

1. Thalamus

Thalamus berasal dari kata Yunani batin. Fungsi thalamus adalah untuk mengirimkan sinyal sensorik dan motorik ke korteks yang berhubungan dengan kesadaran, tidur dan kewaspadaan. Sederhananya, thalamus bertindak sebagai

penyampai pesan sensorik dari tubuh ke otak dan mengatur tingkat kesadaran. Saat belajar, thalamus menyampaikan informasi (termasuk materi pelajaran) ke bagian otak lainnya untuk tanggapan lebih lanjut.

2. Hipotalamus

Hipotalamus adalah bagian paling ventral dari korteks serebral, terletak di bawah thalamus dan di subthalamus ventromedial. Hipotalamus memiliki kemampuan untuk mengintegrasikan sinyal introseptif dari organ internal dan rongga berisi cairan dan membuat perubahan pada lingkungan internal. Hipotalamus bekerja dengan melepaskan beberapa hormon ke bagian lain dari otak yaitu *pituitari*, yang kemudian dikirimkan ke berbagai organ tubuh lainnya. Fungsi klain dari hipo talamus adalah mengontrol suhu tubuh, rasa lapar, haus. Selain itu juga berfungsi untuk mengontrol denyut jantung, mengendalikan suasana hati, mengelola dorongan seks dan mengatur siklus fisiologis harian.

3. Hippocampus

Hippocampus berasal dari kata Yunani untuk bagian sistem limbik otak yang berbentuk seperti kuda dan memiliki tiga lapis sel piramidal. Hippocampus terletak di lobus temporal dekat pusat otak. Bagian ini berfungsi untuk mengkonsolidasikan apa yang telah dipelajari dan mentransfer informasi dari memori pembelajaran ke penyimpanan jangka panjang melalui sinyal elektronik. (Wulandari & Suyadi, 2019). Pemrosesan ini membutuhkan waktu sampai hitungan hari bahkan berbulan-bulan. Secara konstan hippocampus ini memeriksa informasi yang disampaikan kepada memori belajar dan menghubungkannya dengan pengalaman-pengalaman atau informasi-informasi (termasuk materi-materi maupun rumus-rumus pelajaran) terdahulu yang telah disimpan.

4. Amygdala

Amygdala berasal dari bahas Yunani yang berarti '*almond* terletak menempel di ujung hippocampus. Struktur otak ini memainkan peran atau fungsi penting dalam mengelola emosi, khususnya rasa takut. Amigdala terletak di kedua sisi otak, yaitu belahan otak kanan dan kiri. Sisi kanan dikaitkan dengan emosi positif sedangkan sisi kiri dikaitkan dengan emosi positif dan negatif. Hubungan antara amigdala dan struktur otak ini menghubungkan fungsi kognitif (berpikir, belajar dan mengingat) dengan fungsi fisiologis tubuh (seperti pernapasan, detak jantung,

sentuhan atau penciuman). Bersama *Hippocampus*, *Amygdala* membuat ingatan atau memori lebih mudah di ingat. Sehingga momen yang bisa membangkitkan suasana emosional biasanya akan menghasilkan ingatan yang kuat, baik itu momen positif maupun momen negatif.

C. Emosi Positif, Motivasi dan Minat Belajar.

Motivasi adalah dorongan yang muncul dalam diri seorang peserta didik untuk melakukan sesuatu dan menghasilkan tujuan tertentu. Sedangkan motivasi belajar merupakan penggerak umum dari peserta itu sendiri, yang dapat menimbulkan kegiatan belajar atau proses belajar yang menjamin kesinambungan dan menuntun kegiatan belajar. Aktivitas belajar tidak akan muncul jika energi pendorong itu tidak ada (*motivasi*). Seorang peserta didik yang telah termotivasi akan berusaha dengan sungguh-sungguh untuk mempelajari materi pelajaran. (Prasetiya, 2017)

Menurut Marylin K Gowing dalam (Cahyani et al., 2020) bahwa ada empat aspek dalam motivasi belajar diantaranya: Dorongan mencapai sesuatu, Komitmen, Inisiatif, Optimis. Sedangkan menurut Frandsen dalam (Cahyani et al., 2020) aspek-aspek motivasi terdiri dari: Ingin tahu tentang hal-hal baru, kreatif, mengingat simpati orang tua, guru dan teman, mengganti kegagalan masa lalu dengan upaya baru, merasa percaya diri dalam menguasai mata pelajaran, memberikan penghargaan dan hukuman setelah belajar.

Motivasi belajar muncul dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya: Cita-cita, kemampuan peserta didik, kondisi fisiologis peserta didik dan kondisi psikologis peserta didik. Emosi positif merupakan salah satu kondisi psikologis peserta didik dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Peserta didik yang mampu mengendalikan dirinya termasuk di dalamnya emosi positifnya maka peserta didik tersebut akan mampu mengendalikan diri atau faham konsep dirinya. Dimana kemampuan mengendalikan dan memahami konsep dirinya akan berpengaruh pada motivasi belajarnya. (Asy'ari et al., 2014) Semakin baik kecerdasan emosi maka akan semakin baik juga motivasi belajarnya.

Kecerdasan Emosi seorang peserta didik adalah sikap pengendalian diri yang sejatinya bisa diupayakan dengan melakukan latihan untuk memperkuat kecerdasan emosinya agar selalu terbiasa pada kondisi selalu patuh pada upaya pengendalian diri.

(Halawa & Fensi, 2020) dengan kecerdasan inilah siswa menjadi tekun dalam proses belajarnya, dengan kecerdasan emosi ini kualitas hasil belajar menjadi bermutu. Ketika peserta didik sudah tekun dengan belajarnya dan kualitas belajarnya maksimal maka dapat diperkirakan prestasinya juga akan membaik.

Hal ini bisa kita amati pada fenomena yang sering muncul pada peserta didik yang memiliki prestasi bagus pada salah satu mata pelajaran tertentu, biasanya mereka juga menyukai mata pelajaran tersebut. Sebaliknya peserta didik yang memiliki prestasi buruk pada salah satu mata pelajaran tertentu biasanya mereka tidak menyukai mata pelajaran tersebut. Hal ini disebut *minat belajar*. Minat adalah kecenderungan yang akan mengarahkan peserta didik untuk menyukai bidang pelajaran tertentu. (Ajang Mulyadi, 2022) Fenomena suka atau tidak suka pada pelajaran tertentu itu muncul dari kecerdasan emosi seorang peserta didik. Apabila peserta didik menyadari dengan sepenuh hati permasalahan ini maka, mereka akan berusaha mengendalikan kecerdasan emosinya untuk memosisikan diri siap menyukai semua mata pelajaran yang akan mereka hadapi. Ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan motivasi belajar (Sarnoto & Romli, 2019)

D. Peran Emosi Positif dalam Pembelajaran Pendidikan Islam

Emosi didefinisikan sebagai menerapkan “gerakan” baik yang metafora maupun yang harfiah, untuk mengeluarkan perasaan. (Masruroh, n.d.) Kata emosi berasal dari bahasa Latin *emovere*, yang berarti menjauh. Arti kata ini menunjukkan bahwa kecenderungan untuk bertindak dalam pengertian adalah mutlak. Emosi, menurut Daniel Goleman, mengacu pada perasaan dan pemikiran yang khas, keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan tindakan. (Nauli Thaib Dosen Fakultas Tarbiyah IAIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2013) Dapat disimpulkan bahwa emosi adalah perasaan (kesan) yang mendorong individu untuk merespon atau berperilaku sebagai respon terhadap rangsangan baik internal maupun eksternal.

Kecerdasan (dalam bahasa Inggris disebut *intelligence* dan dalam bahasa Arab disebut *(al-dzaka)*, menurut pengertian bahasa, adalah pengertian, kecepatan dan kesempurnaan sesuatu. Dalam artian, kemampuan (*al-Qudrah*) untuk memahami secara sempurna. Pada saat yang sama, tergantung pada arti bahasanya, ada sesuatu yang harus dipahami, kecepatan dan kelengkapannya. Dalam artian, kemampuan

untuk memahami sesuatu dengan cepat dan lengkap. (Ansori & Aldi, 2017) Kecerdasan emosional terdiri dari lima bidang: Pertama, kenali emosi Anda sendiri, kedua, kendalikan emosi Anda. Tiga, motivasi diri, empat, mengenali perasaan orang lain, dan lima, membangun relasi. Emosi Islam dijelaskan secara rinci dalam Al-Qur'an, emosi ketakutan dijelaskan dalam QS, Al Qashas, 28: 21, perasaan marah dalam QS Al A'raf 7: 150, perasaan senang QS Ar Rahman, perasaan benci QS An Nisa 4 : 19, perasaan cinta dalam QS Ali Imran 3: 14, perasaan cemburu dalam QS Yusuf 12: 8-9, perasaan sedih Qs Thaha 20 : 40, perasaan iri hati QS Al Baqarah 2 : 109 Perasaan Menyesal dalam QS Al Maidah 5 : 30-31 Pada dasarnya Tuhan menggambarkan emosi manusia yang harus dipelajari dan diterapkan dalam kehidupan di dunia. (Masruroh, n.d.) Sedangkan sumber pendidikan Islam adalah Al-Quran dan As-Sunnah, korelasi ini menjadikan fungsi kecerdasan emosional sebagai bagian integral dari pendidikan Islam.

Pembelajaran pada hakekatnya meliputi tahapan kegiatan guru dan siswa dalam pelaksanaan program pembelajaran, seperti B. Rencana tindakan, waktu, indikator pencapaian hasil belajar dan tahapan pembelajaran pada setiap mata pelajaran. (Hanafy, 2014) Dalam pembelajaran, kecerdasan emosional berperan dalam mendidik dan membesarkan peserta didik, dan mengembangkan konsep ini hingga tumbuh sampai nanti ketika mereka mengabdikan di lingkungan kerja, keluarga, masyarakat yang intinya lingkungan yang mengharuskan berinteraksi dengan banyak orang. Pendidikan Islam dituntut untuk mewujudkan pengenalan nilai-nilai ketakwaan dan akhlak serta membela kebenaran guna membentuk pribadi yang berakhlak mulia. Sebagaimana diungkapkan oleh Al Ghazali bahwa konsep pembelajaran menekankan pada permasalahan moral atau akhlak. (Hermawan, 2014) Untuk mewujudkan ini, system pendidikan perlu didesain bisa mengakomodir bagi setiap kondisi peserta didik, sehingga bisa memahami dinamika kehidupan yang dialami oleh peserta didik menjadi lebih bermakna.

Orang dengan kecerdasan emosional yang lebih baik lebih tenang, lebih jarang sakit, lebih memperhatikan, berkomunikasi lebih baik dengan orang lain, memahami orang lain, dan berprestasi lebih baik di sekolah. (Jhon Gottman dalam (Nauli Thaib Dosen Fakultas Tarbiyah IAIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2013)). Keterampilan dalam mengelola emosi tidak datang secara tiba-tiba tetapi butuh proses dalam mempelajari

dan membiasakan dalam kehidupan. Keterampilan dalam mempelajari dan melatih kecerdasan emosional ini akan lebih baik jika dimulai dari masa anak-anak, karenanya akan semakin menerima pengalaman-pengalaman lebih banyak. Peran sekolah sebagai tempat pendidikan menjadi sangat penting begitu juga peran guru dalam membimbing peserta didik dalam melatih potensi kecerdasan emosional anak menjadi sangat penting.

Perkembangan kecerdasan emosional dalam pembelajaran PAI dapat dilihat dari segi empati, menghargai, mengungkapkan dan memahami emosi, pengendalian emosi, kemampuan memecahkan masalah pribadi, kebaikan hati, motivasi, kemandirian, keuletan, dan kemampuan beradaptasi. (Wulandari & Suyadi, 2019). Dalam hal ini guru PAI dituntut untuk mampu menghadirkan suasana yang menyenangkan dalam pembelajaran. Banyak cara yang bisa dilakukan oleh seorang guru untuk menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan. Seorang guru PAI hendaknya memulai pembelajaran dengan ramah, menyapa peserta didik dengan ramah, memahami kondisi peserta didik, sehingga ketika kegiatan belajar mengajar dimulai, peserta didik dapat mengikuti proses belajar mengajar dengan baik. Selanjutnya guru dalam menyampaikan materi pembelajaran hendaknya dengan penguasaan metode dan model pembelajaran yang kaya, Omar Muhammad Al Thoumy Al Saibany mengatakan ini dengan metodologi pengajaran Islam: 1) Menunjang siswa dalam mengembangkan pengetahuan, pengalaman dan keterampilan khususnya dalam berpikir ilmiah dan artistik diajarkan dalam satu unit. 2) Mengajarkan siswa berpikir secara mendalam, tekun, sabar dan teliti ketika belajar. 3) Mendorong tercapainya tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. 4) Menciptakan suasana belajar mengajar yang kondusif dan komunikatif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. (Ahyat, 2017) Pada akhirnya peserta didik akan merasa senang dan tidak bosan mengikuti pembelajaran PAI.

Guru PAI dituntut mampu mengembangkan potensi kecerdasan emosional anak. (Andriani & Rasto, 2019) Diantara kemampuan peserta didik dalam melatih kecerdasan emosi adalah dengan:

a. Mengenali Emosi Diri

Mengenal emosi diri sendiri sama saja mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kesadaran ini disebut oleh para ahli sebagai metamood

(kesadaran akan emosinya sendiri) menurut Mayer dan Goleman dalam (Nauli Thaib Dosen Fakultas Tarbiyah IAIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2013) kesadaran diri adalah waspada suasana hati maupun pikiran, kewaspadaan ini penting agar manusia tidak larut dalam aliran emosi dan dikuasai emosi.

b. Mengelola Emosi

Kemampuan mengelola emosi adalah kemampuan mengenali perasaan agar emosi tetap terkendali. Termasuk kemampuan untuk mengalihkan perhatian, meredakan kecemasan, depresi atau lekas marah, dan kemampuan untuk bangkit dari emosi yang menekan

c. Memotivasi Diri Sendiri

Motivasi merupakan modal awal untuk mengelola emosi, dengan motivasi akan mampu menghadirkan tekad untuk melawan kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, motivasi mampu menghasilkan perasaan positif seperti antusiasme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

d. Mengenali Emosi Orang lain

Mengenali perasaan orang lain disebut empati. Orang dengan kemampuan berempati dapat melihat hal-hal tersembunyi yang dibutuhkan orang lain. Sikap empati ini juga akan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam bergaul. Semakin orang mampu mengenali emosinya maka ia akan mampu membaca perasaan orang lain. Daniel Goleman dalam (Nauli Thaib Dosen Fakultas Tarbiyah IAIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2013)

e. Membina Hubungan

Kemampuan membina hubungan adalah kemampuan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Mereka yang pintar menjaga hubungan maka ia cenderung akan sukses dalam bidang apapun.

Kajian tentang emosi tidak bisa dilepaskan dari konsep-konsep agama sebagai pijakan dan landasan dalam pembahasan emosi. Apalagi kaitannya dengan pendidikan Islam. (Masruroh, n.d.) Pendekatan penelitian emosional yang diramu dengan konsep pendidikan Islam memberikan kontribusi terhadap keberhasilan pendidikan Islam.

SIMPULAN

Emosi adalah perasaan (kesan) yang mendorong orang untuk merespons atau berperilaku sebagai respons terhadap rangsangan internal dan eksternal. Pembelajaran pada hakekatnya meliputi tahapan kegiatan guru dan siswa dalam pelaksanaan program pembelajaran, seperti B. Rencana tindakan, waktu, indikator pencapaian hasil belajar dan tahapan pembelajaran pada setiap mata pelajaran.

Kecerdasan Emosi adalah salah satu faktor munculnya motivasi belajar dalam diri peserta didik. Kecerdasan Emosi merupakan perwujudan dari sikap pengendalian diri seorang peserta didik. Pengendalian diri ini bisa diupayakan dengan latihan atau membiasakan diri, tujuannya untuk memperkuat kecerdasan emosi. Ketika kecerdasan emosi sudah kuat maka dengan sendirinya peserta didik akan menjadi tekun dalam belajarnya, sehingga kualitas belajarnya akan berkualitas. Implikasinya adalah prestasi belajarnya juga akan meningkat. Hal ini bisa diamati pada fenomena suka atau tidak suka peserta didik pada mata pelajaran tertentu, semakin suka pelajaran tertentu maka hasil dari mata pelajaran tersebut akan bagus, begitu sebaliknya apabila peserta didik tidak menyukai pelajaran tertentu maka akan berdampak pada buruknya hasil mata pelajaran tersebut.

Dalam pembelajaran, kecerdasan emosional memegang peranan penting dalam pendidikan dan pengasuhan siswa, dan mengembangkan konsep ini hingga tumbuh sampai nanti ketika mereka mengabdikan diri di lingkungan kerja, keluarga, masyarakat yang intinya lingkungan yang mengharuskan berinteraksi dengan banyak orang. Pendidikan Islam dituntut untuk memahami pengenalan nilai-nilai ketakwaan dan akhlak serta membela kebenaran untuk membentuk manusia yang berakhlak mulia. Keutamaan atau keunggulan seorang guru mempelajari emosi dalam pembelajaran PAI dari perspektif neurosains ini adalah siswa senang belajar. Kebahagiaan berasal dari pembelajaran berbasis otak yang mampu mengaktifkan otak saat mulai belajar, seperti saklar lampu dalam posisi on yang berarti memori otak siap menerima. Guru PAI dituntut untuk mampu menghadirkan suasana yang menyenangkan dalam pembelajaran. Banyak cara yang bisa dilakukan oleh seorang guru untuk menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan. Seorang guru PAI hendaknya memulai pembelajaran dengan ramah,

menyapa peserta didik dengan ramah, memahami kondisi peserta didik, sehingga siswa dapat mengikuti proses belajar mengajar dengan benar di awal pembelajaran.

REFERENSI

- Ahyat, N. (2017). EDUSIANA : Jurnal Manajemen dan Pendidikan Islam. *Edusiana : Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Islam*, 4(1), 24–31.
- Ajang Mulyadi, S. W. (2022). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar. *Fahima*, 1(2), 71–84. <https://doi.org/10.54622/fahima.v1i2.81>
- Akbar, T. K., & Suyadi, S. (2021). Desain Pembelajaran Pendidikan Islam Berbasis Neurosains: Peran Musik, Pencahayaan dan Tata Ruang. *Intiqad: Jurnal Agama Dan Pendidikan Islam*, 13(1), 94–118. <https://doi.org/10.30596/intiqad.v13i1.5836>
- Andriani, R., & Rasto, R. (2019). Motivasi belajar sebagai determinan hasil belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 4(1), 80. <https://doi.org/10.17509/jpm.v4i1.14958>
- Ansori, M., & Aldi, S. (2017). Konsep Intellectual Emotional Spiritual Question (IESQ) dan Relevansinya dalam Pendidikan Islam. *Al Qodiri: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Keagamaan*, 13(2), 69–90.
- Asy'ari, M., Ekayati, I. N., & Matulesy, A. (2014). Konsep Diri, Kecerdasan Emosi dan Motivasi Belajar Siswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01). <https://doi.org/10.30996/persona.v3i01.372>
- Baskara, A., Soetjipto, H. P., & Atamimi, N. (n.d.). *Kecerdasan Emosi Ditinjau Dari Keikutsertaan Dalam Program Meditasi*. 35(2), 101–115.
- Cahyani, A., Listiana, I. D., & Larasati, S. P. D. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 3(01), 123–140. <https://doi.org/10.37542/iq.v3i01.57>
- Dewi, C. T., Fitri, N. W., & Soviya, O. (2018). Neurosains dalam Pembelajaran Agama Islam. *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(2), 259–280. <https://doi.org/10.21274/taalum.2018.6.2.259-280>
- Fitri, R. (2017). Metakognitif pada Proses Belajar Anak dalam Kajian Neurosains. *Jurnal Pendidikan (Teori Dan Praktik)*, 2(1), 56. <https://doi.org/10.26740/jp.v2n1.p56-64>

- Gusniwati, M. (2015). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Minat Belajar terhadap Penguasaan Konsep Matematika Siswa SMAN di Kecamatan Kebon Jeruk. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 5(1), 26–41. <https://doi.org/10.30998/formatif.v5i1.165>
- Halawa, F. A., & Fensi, F. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosi, Lingkungan Sekolah Terhadap Motivasi Belajar Dan Dampaknya Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Pengabdian Dan Kewirausahaan*, 4(2). <https://doi.org/10.30813/jpk.v4i2.2327>
- Hanafy, M. S. (2014). Konsep Belajar Dan Pembelajaran. *Lentera Pendidikan : Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 17(1), 66–79. <https://doi.org/10.24252/lp.2014v17n1a5>
- Hermawan, A. (2014). Konsep Belajar dan Pembelajaran Menurut Al-Ghazali. *Jurnal Qathruna*, 1(1), 84–98. <http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/qathruna/article/view/247>
- Manizar, E. (n.d.). *MENGELOLA KECERDASAN EMOSI*.
- Masruroh, A. (n.d.). *Konsep Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Pendidikan Islam (Anisatul Masruroh) Konsep Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Pendidikan Islam*.
- Nauli Thaib Dosen Fakultas Tarbiyah IAIN Ar-Raniry Banda Aceh, E. (2013). Hubungan Antara Prestasi Belajar Dengan Kecerdasan Emosional. In *Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA Februari: Vol. XIII* (Issue 2).
- Prasetya, B. (2017). Studi Korelasi Persepsi Kompetensi Profesionalisme Guru dan Lingkungan Sekolah dengan Motivasi Belajar PAI Kelas XI di SMA/SMK/MA se Kota Probolinggo. *Edukasi*, 05(02), 149–170. <http://ejournal.staim-tulungagung.ac.id/index.php/EDUKASI/article/view/300>
- Prasetya, B. (2018). Analisis Studi Korelasional Kecerdasan Emosional dan Minat Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 5(2), 165–184. <https://doi.org/10.53627/jam.v5i2.3484>
- Rais, A., & Spiritual, P. K. (n.d.). *e-ISSN: 2540-8348 p-ISSN: 2088-3390 Amin Rais, dkk., Pengembangan Kecerdasan Spiritual*. 09(02), 131–153.
- Saifurrahman, & Suyadi. (2019). Desain Pembelajaran Keagamaan Islam Berbasis Neurosains. *Al-Murabbi*, 6(1), 55–73.

- 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>
- Suyadi, S. (2022). *Neurosains Pendidikan Islam*.
- Wulandari, A., & Suyadi, S. (2019). Pengembangan Emosi Positif Dalam Pendidikan Islam Perspektif Neurosains. *Tadrib*, 5(1), 51–67. <https://doi.org/10.19109/tadrib.v5i1.3016>
- Zulkarnain, Z. (2018). Emosional: Tinjauan Al-Qur'an dan Relevansinya dalam Pendidikan. *Tarbawy: Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2), 183–197. <https://doi.org/10.32923/tarbawy.v5i2.836>