

## Penyuluhan Edukatif: Manajemen Emosional Spiritual Perspektif Islam dan Penerapannya

Siti Uswatun Khasanah<sup>1\*</sup>, Marhamah<sup>2</sup>, Ishak Syahroji<sup>3</sup>, Madian<sup>4</sup>, Diniel Abrar<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Pascasarjana PAI, Universitas Islam Jakarta. Jl. Balai Rakyat Utan Kayu Kec. Matraman, Jaktim

<sup>5</sup>Pimpinan Cabang Muhammadiyah Turkiye.

E-mail: [sitiuswatun@uid.ac.id](mailto:sitiuswatun@uid.ac.id)

\* Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.3954>

### ARTICLE INFO

### ABSTRACT

#### Article history:

Received: 24 Dec 2025

Revised: 30 Dec 2025

Accepted: 05 Jan 2026

#### Kata Kunci:

EQ, SQ, Manajemen Emosional-Spiritual, Islam.

#### Keywords:

EQ, SQ, Emotional-Spiritual Management, Islam.

Kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ) merupakan dua kecerdasan yang memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian manusia secara paripurna menurut Islam. Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Internasional antara Universitas Islam Jakarta dan Pimpinan Cabang Muhammadiyah Turkiye bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat terkait manajemen emosional dan spiritual sesuai tuntunan Islam. Metode pelaksanaan berupa penyuluhan edukatif, diskusi, dan tanya jawab melalui webinar yang diikuti pekerja migran Indonesia di Turkiye, pelajar, mahasiswa, dan orang tua di Indonesia. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kesadaran dan kemampuan peserta dalam mengelola emosi negatif serta penguatan praktik spiritual seperti shalat, zikir, membaca Al-Qur'an, dan pengamalan nilai iman serta taqwa. Empat aspek pengembangan SQ dalam Islam yang ditekankan adalah al-Qalb, al-Ruh, an-Nafs, dan al-Aql. Dengan demikian, kegiatan ini berkontribusi pada penguatan karakter dan stabilitas psikologis peserta dalam menghadapi tantangan kehidupan.

*Emotional intelligence (EQ) and spiritual intelligence (SQ) are two intelligences that play a crucial role in shaping a complete human personality according to Islam. The International Community Service Program (PKM) between the Islamic University of Jakarta and the Muhammadiyah Turkiye Branch aims to increase public understanding regarding emotional and spiritual management according to Islamic guidance. The implementation method consisted of educational counseling, discussions, and a Q&A session via webinars attended by Indonesian migrant workers in Turkiye, schoolchildren, and parents in Indonesia. The results of the activity demonstrated an increase in participants' awareness and ability to manage negative emotions and a strengthening of spiritual practices such as prayer, dhikr (remembrance of God), reading the Quran, and practicing the values of faith and piety. The four aspects of SQ development emphasized in Islam are al-Qalb (the heart), al-Ruh (spirit), an-Nafs (the soul), and al-Aql (the mind). Thus, this activity contributed to strengthening the character and psychological stability of participants in facing life's challenges.*



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

**How to Cite:** Siti Uswatun Khasanah, et al. (2025). Penyuluhan Edukatif: Manajemen Emosional Spiritual Perspektif Islam dan Penerapannya, 4(3). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.3954>

## PENDAHULUAN

Islam menekankan keseimbangan antara kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual sebagai pondasi terbentuknya kepribadian insan kamil. Kecerdasan emosional berkaitan dengan kemampuan mengenali, memahami, serta mengelola emosi diri dan orang lain secara konstruktif. Kecerdasan spiritual memberikan arah nilai, makna hidup, serta orientasi ibadah kepada Allah SWT sebagai tujuan tertinggi kehidupan manusia.

Konsep kecerdasan spiritual, pertama kali diperkenalkan oleh Zohar dan Marshall, telah memengaruhi perkembangan istilah baru yang dikenal sebagai kecerdasan spiritual Islam (Zohar &

Marshall, 2007). Pendapat lain mengatakan bahwa kecerdasan emosional pertama kali diciptakan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Universitas Harvard dan John Mayer dari Universitas New Hampshire untuk menggambarkan kualitas emosional yang diyakini penting bagi kesehatan (Sarnoto, 2014). Goleman mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengenali dan memproses emosi dalam diri sendiri dan orang lain (Jorfi et al., 2014). Di sisi lain, Ginanger mendefinisikan kondisi psikologis untuk menjadi manusia dewasa sebagai sesuatu yang ditandai dengan kemampuan untuk merasakan, memahami, dan menerapkan kekuatan dan kepekaan emosional secara efektif sebagai sumber energi, informasi, koneksi, dan pengaruh manusia. Saya menafsirkannya sebagai kecerdasan yang dapat memotivasi dan restrukturisasi hubungan sosial (Agustian, 2005). Kecerdasan emosional memungkinkan seseorang untuk memproses emosinya sedemikian rupa sehingga tindakan dan pikirannya benar-benar berada di bawah bimbingan dan arahan yang tepat. Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak yang mempengaruhi terbentuknya dan terciptanya kecerdasan emosional (Sarnoto, 2014)

Kecerdasan Spiritual telah menjadi fokus dari beberapa penelitian, yang secara konsisten menganggapnya sesuai dengan kapasitas batin individu untuk menjaga kemurnian pikiran dan jiwa (Akhtar et al., 2018; Baharuddin & Ramli, 2014; Hastuti, 2016; Khan, 2016, Rahman & Shah, 2015). Menurut Baharuddin dan Ismail, kecerdasan spiritual dalam perspektif Islam dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menjaga hubungan baik dengan Allah SWT dan sesama manusia, yang merupakan konteks Amal Ma'ruf Nahi Munkar (Baharuddin & Ramli, 2013). Pernyataan ini memperjelas bahwa konsep kecerdasan spiritual pada hakikatnya dan erat kaitannya dengan nilai-nilai dan ajaran agama, khususnya dalam Islam. Sebuah hadits dari Nabi Muhammad (saw) mengatakan: "Ingatlah bahwa di dalam tubuhmu ada potongan-potongan daging. Jika itu baik, maka seluruh tubuhnya baik. Jika ini rusak, seluruh tubuh akan rusak. Ketahuilah, bahwa itu adalah hati" (H.R. Bukhari dan Muslim).

Dari perspektif Islam, kecerdasan spiritual mengacu pada kemampuan untuk menjaga hubungan baik dengan konteks kejahatan (amar ma'ruf nahi munkar) atau dengan Allah SWT dan orang lain. Kecerdasan spiritual Islam dapat membimbing seseorang agar berlaku adil dan terhindar dari segala bentuk tipu daya yang dapat merugikan orang lain. Lebih jauh lagi, kecerdasan spiritual Islam menuntun kita untuk tetap sabar dan bertawakal kepada Allah ketika kita dizalimi dalam hubungan kita.

Utman Najati menegaskan, kecerdasan emosional merupakan landasan fundamental untuk mencapai tujuan hidup yang hakiki, dan dua pilar utama konsep ini adalah pengendalian diri serta aspek mental dan sosial. Pertama, pengendalian diri dianggap sebagai landasan penting kecerdasan emosional. Seseorang yang memiliki pengendalian diri yang kuat mengembangkan kepribadian yang matang dalam proses peningkatan pengendalian diri, yang merupakan kepribadian, yang dekat dengan Musumeen. Hal ini tercermin dalam sikap-sikap seperti penuh perhatian, kesabaran, kewaspadaan, kehati-hatian, ketenangan, kemauan untuk tidak mudah menyerah, dan kemampuan untuk mengendalikan keinginan. Karakter yang berbudi luhur merupakan hasil usaha yang terus menerus untuk mengembangkan pengendalian diri (Hamdan, 2017). Kedua, dari sudut pandang Najati, kecerdasan emosional memiliki dimensi mental dan sosial. Aspek spiritual dan sosial ditekankan sebagai bagian integral dari pendidikan manusia. Ini termasuk mengembangkan keimanan kepada Allah SWT dan membangun hubungan dengan orang lain. Orang yang berserah diri kepada Allah menunjukkan keimanannya melalui amal saleh dan memberikan manfaat bagi dirinya sendiri maupun orang lain (Masrurroh, 2014).

Kecerdasan intelektual sangat dihargai dalam masyarakat Indonesia, khususnya di bidang pendidikan (Syaparuddin & Elihami, 2020). Orang tua dan guru sering kali hanya fokus pada peningkatan kecerdasan otak dan tidak berupaya meningkatkan jenis kecerdasan lain secara bersamaan. Orang-orang bersaing satu sama lain untuk meraih kesuksesan, mereka mendambakan kehidupan sejahtera, dan mereka hanya dapat membangun masyarakat madani melalui pendidikan terbaik yang memungkinkan. Namun di sisi lain, ada beberapa hal yang tidak cukup diperhatikan masyarakat dalam menentukan kesuksesan seseorang. Yaitu kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual.

Kecerdasan emosional (EQ) dianggap lebih penting dan esensial untuk kesuksesan daripada kecerdasan intelektual (IQ) (Lubis, 2018). Banyak penelitian telah menunjukkan bahwa meskipun IQ tinggi diperlukan untuk mencapai kesuksesan, EQ-lah yang sebenarnya menentukan apakah seseorang mencapai kinerja puncak (Agustian, 2008). Kecerdasan emosional memiliki pengaruh besar terhadap pengelolaan diri dan interaksi dengan orang lain. Sekalipun Anda memiliki kemampuan intelektual yang hebat, jika Anda tidak memiliki EQ yang sesuai, Anda belum tentu akan berhasil. Di sisi lain, orang

dengan kecerdasan emosional tinggi mampu mengendalikan emosinya sendiri, memahami perasaan orang lain, dan membangun hubungan interpersonal yang kuat. Semua faktor ini adalah kunci kesuksesan di banyak bidang kehidupan.

Bagi masyarakat pekerja migran Indonesia di Turkiye, tantangan pekerjaan, budaya berbeda, dan tekanan psikologis sering memengaruhi stabilitas emosi dan spiritualitas dalam menjalankan peran keluarga maupun sosial. Oleh karena itu, pembekalan manajemen emosional dan spiritual sangat dibutuhkan untuk menciptakan keluarga sakinah serta meningkatkan kualitas keberagamaan dalam kehidupan sehari-hari.

Program PKM ini dirancang sebagai upaya solusi edukatif berkelanjutan dalam memperkuat kesadaran peserta mengenai urgensi EQ dan SQ untuk mencapai kesuksesan dunia dan kebahagiaan akhirat.

## METODE

Kegiatan ini dilaksanakan secara online (webinar), yang merupakan hasil kerjasama antara Universitas Islam Jakarta (UID) dan pengurus cabang Muhammadiyah Turkiye, pada hari Sabtu, 16 September 2023, dengan tema penyuluhan: “Menejemen Pendidikan Emosional dan Pendidikan Spiritual Menurut Islam”. Narasumber dalam pengabdian ini adalah dosen dan mahasiswa Pascasarjana Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Jakarta, yakni: Prof. Dr. Marhamah, M.Pd, Dr. Siti Uswatun Khasanah, MA. Hum, dan Dr. Ishak Saihroji, M.Pd. Peserta dalam kegiatan ini masyarakat pekerja Indonesia di Turkiye, pelajar Indonesia yang di Turkiye, serta masyarakat, orang tua dan mahasiswa di Indonesia.

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah 1) Penyuluhan (dengan menyampaikan materi EQ & SQ perspektif Islam), 2) diskusi (pertukaran pengalaman religius masyarakat migran), dan 3) Sesi tanya jawab. Tanya jawab ini digunakan dalam rangka mengidentifikasi masalah dan pemberian solusi praktis untuk mengatasi pemasalahan yang ada di masyarakat tersebut. Metode interaktif dipilih untuk memberikan pemberdayaan nilai secara langsung terkait pentingnya komunikasi keluarga, pengelolaan emosi, dan penguatan ibadah sebagai manajemen spiritual kehidupan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kecerdasan spiritual Islam menjadikan individu menjadi manusia yang lebih baik, meningkatkan ketaatannya kepada Allah SWT, memulihkan kemanusiaannya, memperkuat dirinya untuk menghadapi tantangan hidup, dan memungkinkannya mengelola waktu dan tanggung jawabnya dengan bijaksana.

Dalam Islam, ada indikator berbeda yang dapat membentuk kecerdasan spiritual. Tanda-tanda tersebut antara lain iman, taqwa, shalat lima waktu, zikir, membaca Al Quran, shalat Isya, puasa Ramadhan, membayar zakat, datang ke masjid, shalat malam, dan menuntut ilmu, perjalanan untuk melihat amal shaleh dan lingkungan hidup. Lebih jauh lagi, ada empat aspek yang membentuk kecerdasan spiritual Islam, yaitu:

### ***Al-Qalb.***

Kecerdasan spiritual mengacu pada hati yang lembut, memiliki dimensi spiritual yang dalam dan terhubung dengan sisi spiritualnya. Konsep ini ditegaskan oleh Allah SWT dalam Surah Kaf 37:44: Artinya: “Sesungguhnya ini benar-benar menjadi peringatan bagi orang-orang yang mempunyai hati atau yang menggunakan pendengarannya untuk memberi kesaksian.” (Q.S. Qaf/50: 37). Baharuddin dan Ismail mengatakan dalam *al-Qalb* adalah terbentuknya keimanan dan ketaqwaan. prinsip yang menentukan apakah tindakan seseorang baik atau buruk (Baharuddin dan Ismail, 2016). Area *Al-Qalb* dinilai sebagai indikator yang sesuai dengan konsep kecerdasan spiritual Islam, yakni meliputi kemampuan mengenali Tuhan dan mengubah keyakinan seseorang untuk mengikuti hukum Allah, atau termasuk sebaliknya. Mereka mengklaim bahwa kotoran pikiran dapat menimbulkan masalah seperti syirik, nifaq, fasiq dan lain-lain. Baharuddin dan Ismail juga menemukan bahwa area *al-Qarb*, atau hati, memegang peranan penting dalam membentuk kehidupan seseorang, termasuk kemampuan untuk memengaruhi atau menghentikan tindakan dan perilaku. Baharuddin & Ismail, 2016)

Ahmad Faridh dalam kitabnya *Tazkiyat an-nufus* memuat pemikiran Imam Ibnu Rajab, Ibnu Qoyyim al Jauziyah dan Al-Ghazali bahwa ada tiga macam ciri-ciri hati, yaitu: *qalbun saliim* (hati yang

sehat), *qalibun maridh* (hati yang sakit), dan *qalibun mayyit* (hati yang mati). Ketiga hati inilah yang akan menentukan watak dan kepribadian seseorang, baik sebagai pribadi yang rendah atau mulia.

1. *Qalibun Saliim* (hati yang sehat). Hati yang sehat adalah hati yang selamat, hati yang mau menerima, mencintai dan condong kepada kebenaran. Sebagaimana Firman-Nya: Allah berfirman dalam kitab-Nya; “(yaitu) di hari harta dan anak-anak laki-laki tidak berguna kecuali orang-orang yang menghadap Allah dengan hati yang bersih”. (Q.S. As-syuara ayat 88-89)
2. *Qalibun Maridh* (hati yang sakit). Hati yang sakit adalah hati yang hidup, tetapi menderita sakit. Hati semacam ini sering mengalami kebimbangan antara melakukan kebenaran dan kebatilan. Penyakit hati ini disebabkan oleh beberapa hal, antara lain hasad, riya, ujub (sombong), dendam, dan lain-lain.
3. *Qalibun Mayyit* (hati yang mati). Hati yang mati adalah hati yang sepenuhnya dikuasai hawa nafsu sehingga terhalang dan tidak dapat mengenal Tuhannya. Hari-harinya dipenuhi dengan rasa bangga terhadap diri sendiri, sama sekali tidak mau beribadah kepada Tuhan, tidak mau melakukan perintah-Nya dan segala hal yang diridhai-Nya. Sebagaimana terdapat dalam firman-Nya (Q.S. Al-An’Am; 110); Dan (begitu pula) Kami memalingkan hati dan penglihatan mereka seperti pertama kali mereka tidak beriman kepadanya (Al-Qur’an), dan Kami biarkan mereka bingung dalam kesesatan.

#### **Al-Ruh.**

Ghazali menjelaskan bahwa al-ruh adalah kekuatan batin yang berasal dari pikiran Tuhan, tidak dapat dirasakan oleh pancaindra manusia, dan tidak terikat oleh dimensi atau ukuran fisik. Beberapa ayat dalam Al-Quran, seperti ayat 85 Surat Al-Isra, menggambarkan alam hati. Artinya: “Dan mereka bertanya kepadamu (Muhammad) tentang ruh. Katakanlah: “Hati itu milik Tuhanmu, tetapi sedikit sekali pengetahuanmu tentangnya” Surah Al-Isra Ayat 85 menegaskan bahwa hakikat ruh adalah milik Tuhanmu, dan hanya sedikit pula pengetahuan yang diberikan kepadamu. Hati merupakan rahasia yang hanya diketahui oleh Allah dan manusia tidak dapat mengingkarinya. Keberadaan pikiran itu sendiri hanya dapat disadari melalui pengamatan diri. Jadi, kita dapat mengambil kesimpulan bahwa Al-Ruhl merupakan hak dan wewenang mutlak Allah dan bahwa pengetahuan manusia tentang hakikat Al-Ruhl sangat terbatas. Ilmu ini memberikan pemahaman bahwa hati yang bijak dapat memperkuat keimanan dan ketaatan dalam menjalankan ibadah yang sejatinya hanya ditujukan kepada Allah SWT. Oleh karena itu, kawasan Al-Ruff berpotensi meningkatkan kepercayaan, keimanan dan kemudahan dalam menjalankan seluruh perintah Allah SWT yang mengikat (Hakamah, 2015).

#### **An-Nafs.**

*An-Nafs* dapat diartikan sebagai panggilan amarah dan nafsu manusia, dan sebagai elemen halus yang disebut al-Latifa. Agar tercapainya kedamaian di wilayah An-Nafs, Allah menganjurkan umatnya untuk senantiasa mengingat-Nya melalui dzikir (Baharuddin & Ismail, 2015). Allah telah menjelaskan ruang lingkup An-Nafs dalam Firman-Nya, yang disebutkan dalam ayat 28 Surat Al-Radh. Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman, yang hatinya menjadi tenteram dengan mengingat Allah. ” Ingatlah. Hanya dengan mengingat Allah, hati dapat menemukan kedamaian” Ayat 28 Surah Radha adalah hati orang-orang yang beriman kepada Allah. Hati memperoleh kedamaian melalui empat cara mengingat Allah: mengingat Allah ketika beramal saleh, mengingat nikmat Allah, mengingat janji Allah kepada umat Islam, dan memahami Al-Quran. An-nafs, dalam konteks kecerdasan spiritual, didefinisikan sebagai kemampuan untuk melakukan perbuatan baik dan mematuhi hukum Allah. Jiwa manusia terbagi menjadi tiga alam: an- nafs al-ammara bi al-su‘, an-nafs al-lawwamah, dan al-nafs al-mutmainnah. Agar terhindar dari An-nafs al-Ammara bi-al-su dan An-nafs al-Ra'wama serta mencapai An-nafs al-Mutma'ina, maka seorang muslim harus mensucikan wilayah An-nafs dengan cara: mengikuti hukum berikut: Allah, larangan-Nya, mengingat Allah dan Allah, dan melakukan tindakan terpuji dalam kehidupan sehari-hari (Ahmad & Noor, 2021).

#### **Al-Aql.**

Dalam ranah al-'Aql terdapat dua makna: unsur (al-qalb) yakni pengenalan fakta dan pengungkapan hakikat ilmu dalam pikiran, dan ilmu yang memungkinkan dipahaminya berbagai ilmu dan Al-Latifah di alam (Al-Ghazali, 2011). Al-'Aql dalam konteks ini mengacu pada pikiran yang memiliki kemampuan untuk menyelidiki dan menganalisis masalah serta peristiwa, memperoleh hikmah dari suatu masalah tertentu, dan menarik kesimpulan dari masalah tersebut. Alam Al-Aql merupakan sumber kekuatan untuk membayangkan, merenungkan dan merefleksikan kebesaran dan kekuasaan

Allah. Bersama Al-Aql, kecerdasan spiritualmu akan meningkat dan hidupmu akan menjadi lebih bermakna. Ketika orang menggunakan Al-Aql, mereka dibimbing oleh kesaksian kebenaran Islam untuk mengatur diri mereka sendiri, keluarga mereka, komunitas mereka, dan bangsa mereka dengan lebih baik (Nurjanah, 2018).

PKM Internasional yang diadakan oleh Universitas Islam Jakarta bekerjasama dengan Pimpinan Cabang Muhammadiyah Turkiye ini dalam pelaksanaannya menggunakan metode penyuluhan ini memberikan wawasan yang mendalam tentang bagaimana manajemen emosional dan spiritual dalam Islam. Pengabdian ini juga menghasilkan perubahan positif dalam persepsi, sikap, dan interaksi masyarakat pekerja imigran Indonesia Turkiye dalam mengontrol emosi, membagi waktu antara pekerjaan, tanggungjawab keluarga, bagaimana membangun komunikasi yang baik antar pasangan khususnya dalam meningkatkan kecerdasan emosional dan spiritual.



**Gambar 1.** Pelaksanaan webinar series 2

Beberapa hasil dari Pengabdian kepada Masyarakat International ini adalah:

**Penguatan Manajemen Emosional.**

Setelah mengikuti kegiatan, peserta mengalami peningkatan pemahaman dalam mengendalikan amarah, mengurangi keserakahan dan ketakutan berlebih, menghindari kecemburuan, kedengkian, dan kebencian, mencegah sikap arogansi dan menumbuhkan rasa malu sebagai penjaga akhlak. Keseluruhan aspek tersebut merupakan akhlak mulia dalam Islam yang menjadi indikator kedewasaan emosional seorang muslim

**Peningkatan Kecerdasan Spiritual.**

PKM internasional ini membuat peserta semakin terdorong dalam meningkatkan iman dan taqwa, menunaikan shalat tepat waktu dan memperbanyak ibadah nawafil, membaca Al-Qur'an dan zikir harian, partisipasi dalam kegiatan keagamaan, dan penguatan nilai amal shalih dalam kehidupan sosial. Empat struktur fundamental SQ Islam yang dibahas dan diaplikasikan seperti dalam tabel berikut:

**Tabel 1.** Struktur Kecerdasan Spiritual

Aspek	Peran dan SQ
al-Qalb	Sumber iman, kendali akhlak dan perilaku
al-Ruh	Energi spiritual untuk ketaatan kepada Allah
an-Nafs	Upaya penyucian jiwa menuju pribadi yang tenang
al-Aql	Rasionalitas yang memandu pengambilan keputusan

**Perubahan perilaku dan sikap sosial**

Peserta pekerja migran lebih memahami: pentingnya komunikasi harmonis dalam keluarga, pembagian waktu antara pekerjaan dan spiritualitas, solusi konflik rumah tangga melalui pendekatan keagamaan yang lembut dan bijak.

Hal ini memperlihatkan keberhasilan PKM dalam memberikan intervensi langsung pada problem sosial-emosional peserta serta sesi-sesi presentasi dan diskusi yang dilakukan membawa peserta untuk mengeksplorasi lebih dalam nilai-nilai keagamaan yang mendasari masyarakat pekerja migran Indonesia

yang berada di Turkiye, tokoh agama, pelajar, para orang tua, dan pelajar Indonesia. Diskusi yang terbuka dan santai menjadikan peserta untuk berbagi pandangan, pengalaman, dan solusi terkait dengan dinamika keagamaan yang mereka alami. Tidak hanya itu, sesi diskusi dan tanya-jawab juga memberikan manfaat besar bagi peserta. Mereka memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang pentingnya manajemen emosional dan spiritual, serta strategi penyelesaian konflik yang efektif dalam memecahkan masalah yang mereka hadapi dalam keseharian.

### **SIMPULAN**

Kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ) sama pentingnya bagi setiap orang. EQ berhubungan dengan kemampuan untuk memahami dan mengendalikan emosi mereka sendiri dan emosi orang lain. SQ terkait dengan kemampuan untuk memahami dan menghubungkan dengan makna dan tujuan dalam hidup. Dalam konteks Islam, EQ dan SQ berperan penting dalam membentuk kepribadian muslim yang ideal. Ajaran Islam menekankan bahwa manusia harus mampu mengendalikan emosi, berhubungan harmonis dengan orang lain, dan mengenali tujuan hidupnya. PKM internasional ini berhasil memberikan dampak positif dalam meningkatkan kecerdasan emosional yang tercermin dari kemampuan peserta mengelola emosi negatif sesuai tuntunan Islam, memperkuat kecerdasan spiritual melalui peningkatan kualitas ibadah dan pengamalan nilai-nilai keimanan dalam kehidupan sehari-hari dan mendorong terbentuknya kepribadian muslim yang lebih sabar, tenang, serta adaptif dalam menghadapi tantangan hidup sebagai pekerja migran, dan Pembinaan EQ dan SQ secara simultan terbukti memperkuat karakter muslim dan menjadi strategi penting membina keluarga serta masyarakat yang religius dan berdaya.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya Penyuluhan Edukatif “Manajemen Emosional-Spiritual Perspektif Islam dan Penerapannya” dapat terlaksana dengan baik, lancar, dan penuh keberkahan. Melalui kegiatan penyuluhan ini, kami berharap tumbuhnya kesadaran akan pentingnya manajemen emosi dan penguatan spiritual sebagai landasan membentuk pribadi muslim yang tenang, berakhlak mulia, serta mampu menghadapi dinamika kehidupan modern dengan bijak.

### **REFERENSI**

- Agustian, A. G. (2008). *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient; The ESQ Way* 165 1 Ihsan, 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam. Agra Publishing.
- Ahmad, M. S., & Noor, A. F. (2021). *STIMULASI AL-QUR'AN DALAM MENINGKATKAN IMUNITAS SPIRITUAL PERSEPEKTIF QS. AR-RA'D: 28*. Jurnal STIU Darul Hikmah, 7(2), 158–174.
- Al-Ghazali, I. (2011). *Ihya 'Ulumuddin: Keajaiban Hati*. Khatulistiwa Press.
- Baharuddin, E., & Ismail, Z. (2016). *Spiritual Intelligence Forming Ulul Albab's Personality*. Global Journal of Business and Social Science Review, 4(2), 67–76.
- Hakamah, Z. (2015). *Ruh dalam perspektif al-qur'an dan sains moderen*. UNIVERSUM: Jurnal KeIslaman Dan Kebudayaan, 9(02), 243–253.
- Hamdan, S. R. (2017). *Kecerdasan emosional dalam Al-Qur'an*. Schema: Journal of Psychological Research, 35–45.
- Hastuti, R. (2016). *The Efficacy of Leader's Islamic Spiritual Intelligence Toward Employee Emotional Well-being*. Iqtishadia: Jurnal Kajian Ekonomi Dan Bisnis Islam STAIN Kudus, 9(2), 352–375.
- Jorfi, H., Jorfi, S., Fauzy, H., Yaccob, B., & Nor, K. M. (2014). *The impact of emotional intelligence on communication effectiveness: Focus on strategic alignment*. African Journal of Marketing Management, 6(6), 82–87.
- Khan, S., Arshad, M. A., & Khan, K. (2018). *Self-development through soul management: Context of Islamic spiritual intelligence*. Research Journal of Commerce Education & Management Sciences, 1(1), 95–107
- Lubis, S. (2018). *Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam*. HIKMAH: Jurnal Pendidikan Islam, 6(2), 237–258.

- Masruroh, A. (2014). Konsep Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Pendidikan Islam. *MUDARRISA: Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 6(1), 61–87.
- Nurjanah, A. F. (2018). Konsep 'Aql Dalam Al-Qur'an Dan Neurosains. *Nazhruna: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 276–293.
- Sarnoto, A. Z. (2014). Kecerdasan Emosional Dan Prestasi Belajar: Sebuah Pengantar Studi Psikologi Belajar. *Profesi| Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Keguruan*, 3(1), 46–56.
- Syaparuddin, S., & Elihami, E. (2020). Peningkatan Kecerdasan Emosional (EQ) Dan Kecerdasan Spiritual (SQ) Siswa Sekolah Dasar SD Negeri 4 Bilokka Sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Diri Dalam Proses Pembelajaran PKn. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(1), 11–29.
- Zohar, D., & Marshall, I. (2007). *SQ-Kecerdasan spiritual*. Mizan Pustaka.