

Penguatan Mental dan Spiritual Berbasis Kecerdasan Emosional Pada Siswa Kelas VII SMA Negeri 1 Baubau

Irma Purnamayanti¹, Safaruddin Yahya², Muhammad Ridwan³, Madi⁴, Maudin⁵, Darmayanti⁶, La Jusu⁷, Sulasri⁸, Muhammad Zaidir⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Universitas Muhammadiyah Buton

⁹Universitas Yapis Papua

Email safaruddinyahya28@gmail.com

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.4914>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 23 Dec 2025

Revised: 28 Dec 2025

Accepted: 12 Jan 2025

Kata Kunci:

Pembinaan Mental, Spiritual, Kecerdasan Emosional, Siswa SMA, Baubau.

Keywords:

Mental Development, Spiritual Development, Emotional Intelligence, Senior High School Students, Baubau.



ABSTRACT

Pembinaan mental dan spiritual peserta didik menjadi aspek penting dalam membentuk karakter siswa yang berakhlak, tangguh, dan berkepribadian seimbang di tengah tantangan era digital. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran emosional, motivasi diri, serta nilai-nilai spiritual siswa melalui workshop peningkatan kecerdasan emosional (Emotional Quotient/EQ) dan pelatihan public speaking Islami di SMAN 1 Baubau. Kegiatan ini dilaksanakan pada 16–17 Oktober 2025 dengan melibatkan 50 siswa aktif yang dipilih secara purposif. Metode pelaksanaan meliputi ceramah interaktif, simulasi, diskusi kelompok, dan praktik komunikasi berbasis nilai-nilai Islam. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa dalam mengenali dan mengelola emosi, berkomunikasi positif, serta menumbuhkan niat dan keikhlasan dalam setiap aktivitas. Penguatan aspek spiritual juga tampak dari perubahan sikap siswa yang lebih disiplin, reflektif, dan berorientasi pada nilai-nilai religius. .

Mental and spiritual development of students is an essential aspect in shaping character that is morally grounded, resilient, and balanced amid the challenges of the digital era. This community service program aimed to enhance students' emotional awareness, self-motivation, and spiritual values through an Emotional Quotient (EQ) enhancement workshop and Islamic public speaking training at SMAN 1 Baubau. The activity was conducted on October 16–17, 2025, involving 50 active students selected purposively. The implementation methods included interactive lectures, simulations, group discussions, and communication practices based on Islamic values. The results indicated an improvement in students' ability to recognize and manage emotions, communicate positively, and cultivate sincerity and intention in their daily activities. Strengthening of the spiritual aspect was also reflected in changes in students' attitudes, becoming more disciplined, reflective, and oriented toward religious values.



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

How to Cite: Irma Purnamayanti et al (2026). Penguatan Mental dan Spiritual Berbasis Kecerdasan Emosional Pada Siswa Kelas VII SMA Negeri 1 Baubau, <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.4914>

PENDAHULUAN

Pendidikan pada masa remaja merupakan fase penting dalam pembangunan kapasitas mental dan spiritual siswa, karena pada periode ini individu mengalami perubahan emosi, identitas, dan tanggung jawab sosial yang signifikan (Sam, 2020) Kecerdasan emosional (KE) telah diidentifikasi sebagai aspek penting yang mendukung kesejahteraan psikologis remaja, termasuk kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi dalam dinamika sosial sekolah dan keluarga. Lebih lanjut, spiritualitas juga berperan sebagai landasan nilai untuk membentuk integritas dan makna hidup siswa dalam konteks pendidikan karakter. Penelitian menunjukkan bahwa pengembangan KE dan kecerdasan spiritual (KS) dapat memperkuat mental siswa secara keseluruhan (Tumanggor et al., 2020).

Kecerdasan emosional tidak hanya memengaruhi prestasi akademik, tetapi juga hubungan interpersonal dan mekanisme coping siswa dalam menghadapi stres sekolah. Kemampuan siswa untuk

mengatur emosi dan membangun hubungan positif berkontribusi terhadap suasana sekolah yang suportif dan berorientasi pada perkembangan karakter (Yakin et al., 2024). Penelitian empiris menjelaskan bahwa pendidikan yang memadukan KE dan KS mampu mengurangi konflik internal dan meningkatkan kesejahteraan emosional siswa. Di sisi lain, kecerdasan spiritual membantu siswa menemukan makna dalam aktivitas belajar dan kehidupan sehari-hari, sehingga meningkatkan ketahanan mental ketika mengalami tekanan akademik maupun sosial (Ihlas et al., 2025).

Spiritualitas yang terinternalisasi sering kali dikaitkan dengan pembangunan moral, rasa syukur, serta toleransi terhadap perbedaan antarindividu di lingkungan sekolah. Hubungan positif antara spiritual well-being dan kecerdasan emosional telah ditemukan dalam studi remaja, mengindikasikan pentingnya integrasi kedua dimensi tersebut dalam penguatan mental (Zulkhairi et al., 2025). Pergeseran paradigma pendidikan modern mengarah pada pengembangan *holistic education*, dimana aspek emosional dan spiritual tidak lagi dianggap sekunder terhadap kemampuan akademik semata. Penerapan strategi pendidikan berbasis KE dan KS mampu meningkatkan kualitas hubungan siswa–guru, kapasitas siswa dalam menyelesaikan konflik interpersonal, serta menanamkan rasa tanggung jawab dan empati dalam interaksi sosial mereka (Warlizasusi, 2020).

Hal tersebut di atas sejalan dengan kebutuhan zaman yang menuntut generasi muda memiliki kompetensi emosional dan spiritual yang kuat mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain serta terhindar dari gangguan jiwa. Kesehatan mental juga terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan (Aulia Herawati et al., 2025).

Di tingkat sekolah menengah pertama dan atas, siswa berada pada transisi perkembangan individu yang kompleks, sehingga dibutuhkan pendekatan pembelajaran yang lebih humanistik untuk membangun ketahanan mental. Penelitian terkait bimbingan dan konseling telah memperlihatkan bahwa pendekatan yang memadukan pembinaan KE dan KS dapat memperkuat kemampuan siswa dalam mengenal diri sendiri, merespon tekanan sosial, dan mengembangkan relasi interpersonal yang sehat (Muchtaron et al., 2019). Penelitian di konteks Indonesia menemukan bahwa kecerdasan emosional dan spiritual memiliki pengaruh positif terhadap prestasi belajar dan hasil pendidikan lain seperti motivasi belajar dan disiplin nilai agama. Hasil-hasil tersebut mengindikasikan bahwa siswa tidak hanya memerlukan pengetahuan akademik, tetapi juga kompetensi non-kognitif berupa pengelolaan emosi dan spiritualitas untuk mencapai keseimbangan mental dan moral (Sugiarti, 2021).

Khususnya di lingkungan sekolah menengah atas seperti SMA Negeri 1 Baubau, tantangan perkembangan remaja dapat beragam, mulai dari tekanan akademik, masalah sosial, hingga pencarian makna hidup. Kecerdasan emosional dan spiritual yang kuat dapat membantu siswa untuk meningkatkan *resilience* atau daya tahan mental dalam menghadapi berbagai tantangan tersebut, sekaligus membentuk karakter siswa yang tangguh dan adaptif. Oleh karena itu, model pembelajaran dan program sekolah yang menanamkan kecerdasan emosional dan spiritual secara simultan dipandang penting untuk memperkuat mental siswa kelas VII. Pendidikan karakter yang terintegrasi dengan aspek emosional dan spiritual memberikan landasan bagi siswa untuk mengembangkan kontrol diri, empati sosial, serta kesadaran spiritual yang memungkinkan mereka untuk bertindak secara etis dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, penguatan mental siswa melalui KE dan KS dapat berkontribusi terhadap stabilitas psikologis siswa, seperti pengurangan perilaku bermasalah atau tekanan mental. Penelitian menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada pengembangan KE dan KS berpotensi membantu remaja menghadapi dinamika emosional dengan lebih efektif dan mengurangi risiko stres yang berkepanjangan. Dengan demikian, kajian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menerapkan pendekatan penguatan mental dan spiritual berbasis kecerdasan emosional bagi siswa kelas VII di SMA Negeri 1 Baubau sebagai upaya strategis untuk membentuk generasi muda yang tidak hanya unggul secara akademik tetapi juga matang secara emosional dan spiritual dalam menghadapi tantangan masa depan.

METODE

Subjek kegiatan PKM adalah siswa kelas VII SMA Negeri 1 Baubau, yang dipilih berdasarkan pertimbangan perkembangan psikologis remaja awal. Pada fase ini, siswa berada dalam masa transisi

yang ditandai dengan fluktuasi emosi, pencarian identitas diri, serta meningkatnya kebutuhan akan penguatan nilai dan kontrol diri. Intervensi kecerdasan emosional dan spiritual pada usia ini dinilai strategis karena memiliki dampak jangka panjang terhadap pembentukan kepribadian dan ketahanan mental siswa. Tahap awal pelaksanaan PKM diawali dengan identifikasi dan analisis kebutuhan mitra melalui observasi lapangan dan diskusi dengan guru bimbingan konseling serta wali kelas. Tahapan ini bertujuan untuk memetakan kondisi awal mental, emosional, dan spiritual siswa, sehingga program yang dirancang sesuai dengan kebutuhan nyata di lingkungan sekolah.

Pendekatan analisis kebutuhan ini penting dalam penelitian dan pengabdian berbasis konteks agar intervensi yang dilakukan bersifat relevan dan tepat sasaran. Tahap selanjutnya adalah sosialisasi dan edukasi yang dilaksanakan melalui ceramah interaktif dan diskusi kelompok. Materi yang disampaikan mencakup konsep dasar kecerdasan emosional, seperti kesadaran diri, pengelolaan emosi, empati, dan keterampilan sosial, serta penguatan kecerdasan spiritual sebagai landasan nilai dalam pengambilan keputusan dan pembentukan sikap mental yang sehat. Penyampaian materi dilakukan secara komunikatif dan kontekstual agar mudah dipahami oleh siswa dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)

Pelaksanaan Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini berlangsung di SMA Negeri 1 Baubau dengan sasaran utama siswa kelas VII sebagai kelompok usia remaja awal yang berada pada fase transisi psikologis dan emosional. Kegiatan PKM dirancang secara sistematis untuk menjawab kebutuhan mitra sekolah terkait penguatan mental, spiritual, dan karakter siswa di tengah tantangan akademik, sosial, serta perkembangan teknologi yang memengaruhi stabilitas emosi peserta didik.

1. Identifikasi Awal Kondisi Mental dan Emosional Siswa

Pada tahap awal pelaksanaan, tim PKM melakukan observasi dan pemetaan kondisi siswa melalui diskusi informal dengan guru BK dan wali kelas. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa sebagian siswa kelas VII masih mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, seperti mudah tersinggung, kurang percaya diri, kecemasan menghadapi pelajaran, serta lemahnya kesadaran spiritual dalam memaknai proses belajar. Kondisi ini menjadi dasar penyusunan materi dan pendekatan PKM yang menitikberatkan pada penguatan kecerdasan emosional dan spiritual secara terpadu. Temuan awal ini memperkuat urgensi pelaksanaan PKM sebagai upaya preventif untuk mencegah munculnya masalah psikologis yang lebih kompleks, sekaligus sebagai langkah strategis dalam membangun karakter siswa sejak dini.

2. Pelaksanaan Sosialisasi Konseptual Kecerdasan Emosional dan Spiritua

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan secara klasikal dan interaktif dengan pendekatan komunikatif sesuai karakteristik siswa kelas VII. Materi sosialisasi mencakup pengenalan konsep kecerdasan emosional (kesadaran diri, pengelolaan emosi, empati, dan keterampilan sosial) serta kecerdasan spiritual sebagai landasan nilai, makna hidup, dan pembentukan akhlak. Hasil kegiatan sosialisasi menunjukkan meningkatnya pemahaman siswa terhadap pentingnya mengenali dan mengelola emosi secara sehat. Siswa mulai menyadari bahwa emosi negatif bukan untuk ditekan, melainkan dikelola secara positif dengan pendekatan spiritual seperti refleksi diri, doa, dan sikap sabar.

Tim PKM yang diwakili oleh beberapa pemateri menjelaskan bagaimana internalisasi Nilai Spiritual dalam Penguatan Mental Siswa dapat dimulai dari kesadaran bahwa keikhlasan, rasa syukur, tanggung jawab, dan kesadaran diri sebagai makhluk beriman dimana menuntut ilmu bagian dari proses ibadah. Nilai-nilai tersebut disampaikan secara kontekstual dan aplikatif agar mudah dipahami serta diterapkan dalam kehidupan sehari-hari siswa. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa siswa mulai mampu mengaitkan pengalaman emosional yang mereka alami dengan nilai spiritual yang diyakini. Hal ini tampak dari perubahan cara siswa memaknai kegagalan belajar, konflik dengan teman, serta tekanan akademik sebagai bagian dari proses pendewasaan diri.



Melalui latihan sederhana seperti simulasi pengendalian emosi, komunikasi empatik, dan kerja sama kelompok. Siswa diberikan contoh konkret bagaimana mengekspresikan emosi secara tepat tanpa menyakiti orang lain serta bagaimana menyelesaikan konflik secara damai. Hasil pendampingan menunjukkan adanya perubahan perilaku positif, seperti menurunnya sikap reaktif, meningkatnya kemampuan mendengarkan, dan tumbuhnya rasa empati terhadap teman. Guru pendamping juga mencatat adanya peningkatan kualitas interaksi sosial siswa di dalam kelas.



Melalui pendekatan kecerdasan emosional, siswa diarahkan untuk mengenali potensi diri dan membangun kepercayaan diri secara sehat. Kegiatan refleksi dan motivasi diberikan untuk membantu siswa memahami bahwa setiap individu memiliki keunikan dan kemampuan yang dapat dikembangkan. Hasil kegiatan ini menunjukkan meningkatnya motivasi belajar siswa, terutama dalam keberanian bertanya, menyampaikan pendapat, dan mengikuti kegiatan kelas. Siswa menjadi lebih percaya diri dan tidak mudah merasa rendah diri ketika menghadapi kesulitan akademik. Keterlibatan guru dan pihak sekolah menjadi faktor pendukung utama keberhasilan PKM. Guru berperan sebagai fasilitator lanjutan yang membantu memperkuat nilai-nilai kecerdasan emosional dan spiritual dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari. Hasil diskusi dengan guru menunjukkan bahwa program ini relevan dengan kebutuhan sekolah dan sejalan dengan penguatan pendidikan karakter. Guru menyambut baik model PKM ini sebagai alternatif pendekatan pembinaan mental siswa yang lebih humanis dan kontekstual.



Evaluasi dilakukan melalui pengamatan langsung, diskusi reflektif, dan umpan balik dari siswa dan guru. Secara umum, siswa menunjukkan perubahan positif dalam sikap, seperti lebih tenang, kooperatif, dan bertanggung jawab. Selain itu, siswa lebih mampu mengelola tekanan emosi dan menunjukkan kesadaran spiritual dalam pengambilan keputusan sehari-hari. Hasil evaluasi ini mengindikasikan bahwa PKM memberikan dampak nyata terhadap penguatan mental dan spiritual siswa, meskipun pelaksanaan masih bersifat awal dan membutuhkan keberlanjutan program. Capaian utama PKM ini meliputi: Meningkatnya pemahaman siswa tentang kecerdasan emosional dan spiritual. Terbentuknya sikap mental yang lebih positif dan adaptif. Meningkatnya kualitas interaksi

Penguatan Mental dan Spiritual Berbasis Kecerdasan Emosional Pada Siswa Kelas VII SMA Negeri 1 Baubau, Irma Purnamayanti, Safaruddin Yahya, Muhammad Ridwan, Madi, Maudin, Darmayanti, La Jusu, Sulasri, Muhammad Zaidir

sosial dan motivasi belajar siswa. Tersusunnya model awal penguatan mental dan spiritual berbasis kecerdasan emosional yang dapat direplikasi. Capaian ini menunjukkan bahwa PKM tidak hanya berorientasi pada kegiatan sesaat, tetapi juga menghasilkan luaran yang memiliki nilai keberlanjutan.



Program PKM ini memiliki potensi keberlanjutan melalui integrasi nilai kecerdasan emosional dan spiritual ke dalam kegiatan pembelajaran, bimbingan konseling, dan program pembinaan karakter sekolah. Dengan dukungan sekolah, program ini dapat dikembangkan menjadi kegiatan rutin yang berdampak jangka panjang bagi perkembangan mental siswa. Keberlanjutan ini menjadi nilai tambah penting dalam konteks hibah, karena menunjukkan bahwa PKM tidak berhenti pada kegiatan, tetapi berorientasi pada perubahan perilaku dan budaya sekolah. Secara keseluruhan, hasil pelaksanaan PKM ini menegaskan bahwa pendekatan penguatan mental dan spiritual berbasis kecerdasan emosional sangat relevan diterapkan pada siswa kelas VII. Program ini berkontribusi dalam membangun generasi muda yang tangguh secara mental, matang secara emosional, dan kuat secara spiritual, sehingga mampu menghadapi tantangan pendidikan dan kehidupan sosial di masa depan.

Setelah sosialisasi, kegiatan dilanjutkan dengan tahap pendampingan dan praktik, yang bertujuan untuk membantu siswa mengaplikasikan kecerdasan emosional dan spiritual dalam interaksi sosial dan aktivitas belajar. Pendampingan dilakukan melalui simulasi kasus, latihan pengendalian emosi, komunikasi empatik, serta refleksi nilai spiritual. Metode praktik langsung ini efektif dalam membangun keterampilan sosial-emosional siswa dan mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan. Tahap refleksi dan evaluasi dilaksanakan untuk menilai efektivitas program PKM terhadap perubahan sikap dan perilaku siswa. Evaluasi dilakukan melalui diskusi reflektif, pengamatan langsung, serta umpan balik dari siswa dan guru pendamping. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif-kualitatif untuk menggambarkan perkembangan kesadaran emosional, ketahanan mental, dan internalisasi nilai spiritual siswa setelah mengikuti kegiatan PKM. Pendekatan evaluatif ini memungkinkan penilaian dampak program secara holistik dan kontekstual.

Instrumen yang digunakan dalam pelaksanaan PKM meliputi lembar observasi perilaku emosional dan sosial siswa, panduan diskusi reflektif, serta kuesioner sederhana untuk mengukur respons dan persepsi peserta terhadap kegiatan. Penggunaan instrumen kualitatif ini dipilih karena mampu menangkap perubahan non-kognitif secara lebih mendalam, khususnya pada aspek mental dan spiritual yang sulit diukur secara kuantitatif.

Keberhasilan program PKM ditentukan berdasarkan beberapa indikator, antara lain meningkatnya kesadaran emosional siswa, perubahan sikap dan perilaku sosial yang lebih positif, serta tumbuhnya kesadaran spiritual dalam menghadapi permasalahan akademik dan sosial. Indikator-indikator ini digunakan untuk menilai capaian program sekaligus menjadi dasar perumusan rekomendasi keberlanjutan kegiatan di sekolah mitra. Model evaluasi berbasis perubahan perilaku ini sejalan dengan pendekatan evaluasi program pelatihan dan pengembangan karakter.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di SMAN 1 Baubau melalui workshop peningkatan kecerdasan emosional dan pelatihan public speaking Islami terbukti memberikan dampak positif terhadap penguatan mental dan spiritual peserta didik. Integrasi pendekatan pengembangan Emotional Quotient (EQ) dengan nilai-nilai spiritual Islam mampu meningkatkan kesadaran emosional, kemampuan pengelolaan diri, serta keterampilan komunikasi siswa secara lebih positif dan konstruktif. Selain itu, kegiatan ini berkontribusi pada pembentukan karakter siswa yang lebih disiplin, reflektif, dan berorientasi pada nilai-nilai religius dalam menghadapi tantangan era digital.

Metode pelaksanaan yang bersifat partisipatif melalui ceramah interaktif, simulasi, diskusi kelompok, dan praktik langsung terbukti efektif dalam mendorong keterlibatan aktif siswa dan internalisasi nilai-nilai yang disampaikan. Dengan demikian, program PKM ini dapat menjadi model pembinaan mental dan spiritual berbasis kecerdasan emosional yang relevan untuk diterapkan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah menengah guna mendukung penguatan karakter dan kesiapan siswa menghadapi dinamika sosial yang terus berkembang.

REFERENSI

- Aulia Herawati, Putri Dewi Sinta, Siti Nurhidayatul Marati, & Herlini Puspika Sari. (2025). Peran Pendidikan Islam Dalam Membangun Karakter Generasi Muda di Tengah Arus Globalisasi. *Jurnal IHSAN Jurnal Pendidikan Islam*, 3(2), 370–380. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i2.987>
- Ihlas, I., Haerul, H., Fauziah, N., & Nurdiniawati, N. (2025). Mewujudkan Tiga Pilar Kesuksesan Dalam Pendidikan: Alim-Faqih, Akhlaqul Karimah, Dan Kemandirian. *TAJID: Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Kemanusiaan*, 9(1), 353–368. <https://doi.org/10.52266/tajid.v9i1.4307>
- Muchtarom, M., Winarno, W., & Suryono, H. (2019). Implementasi penguatan pendidikan karakter untuk mengembangkan kecerdasan moral di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 4(3), 47–61. <https://doi.org/10.24269/jpk.v4.n3.2019.pp47-61>
- Sam, S. (2020). Konsep Kesehatan Mental Dalam Al-Qur'An Dan Implikasinya Terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Misbah. *Atta'dib Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(2), 18–29. <https://doi.org/10.30863/attadib.v1i2.961>
- Sugiarti, T. (2021). *Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Analisis Terhadap Keseimbangan Badan Dan Jiwa Manusia Menurut Abu Zaid Al-Balkhi Dalam Psikologi Kognitif*. 2(01).
- Tumanggor, R. O., Mularsih, H., & Jakarta, U. T. (2020). Hubungan spiritual well-being dan kecerdasan emosi pada sikap toleransi bagi kaum remaja 1. 5(2), 132–144. <https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.958>
- Warlizasusi, J. (2020). Manajemen Personalia Pendidikan Islam. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Issue Mi). CV. media sains indonesia.
- Yakin, A., Ridwan, M., & Yahya, S. (2024). Strategi Guru Pendidikan Agama Islam dalam Mengatasi Krisis Moral di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan Kabupaten Muna. *Sang Pencerah: Jurnal Ilmiah Universitas Muhammadiyah Buton*, 10(2), 384–392. <https://doi.org/10.35326/pencerah.v10i2.5271>
- Zulkhairi, A., Nuriyati, T., Hafizzam Akmal, M., & Zulfahmil. (2025). Konsep pendidikan Islam menurut Al Ghazali dan relevansinya di era modern. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(5), 52–65.