

Kecerdasaan emosional: Kunci sukses dalam akademik dan kehidupan sosial

Lukas Sri Utami

Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: 220102110098@student.uinmalang.ac.id

Kata Kunci:

kecerdasan emosional;
akademik; kehidupan sosial;
hubungan interpersonal

Keywords:

emotional intelligence;
academics; social life;
interperson relations

ABSTRAK

Kecerdasan emosional (KE) merupakan faktor kunci dalam mencapai kesuksesan baik dalam lingkungan akademik maupun sosial. Dalam dunia akademik, KE membantu individu mengelola stres, meningkatkan komunikasi, dan membangun hubungan positif. Dalam kehidupan sosial, KE memungkinkan individu untuk memahami dan merespons emosi orang lain dengan empati, menjaga hubungan interpersonal yang harmonis, serta mengelola konflik dengan lebih efektif. Namun, pengembangan KE menghadapi tantangan seperti kurangnya kesadaran, keterbatasan sumber daya, evaluasi yang sulit, integrasi kurikulum, dan resistensi terhadap perubahan. Untuk mengatasi tantangan ini, diperlukan upaya kolaboratif dari pendidik, pembuat kebijakan, dan komunitas untuk meningkatkan kesadaran, menyediakan pelatihan, dan mengembangkan metode evaluasi yang akurat. Dengan mengintegrasikan KE secara lebih struktural, dapat menciptakan lingkungan akademik yang mendukung dan masyarakat yang lebih empatik, memberikan manfaat jangka panjang bagi kesejahteraan emosional dan keberhasilan sosial individu.

ABSTRACT

Emotional intelligence (EI) is a key factor in achieving success in both academic and social settings. In the academic world, EI helps students manage stress, improve communication and build positive relationships. In social life, EI enables individuals to understand and respond to others' emotions with empathy, maintain harmonious interpersonal relationships, and manage conflict more effectively. However, EI development faces challenges such as lack of awareness, limited resources, difficult evaluation, curriculum integration, and resistance to change. Overcoming these challenges requires collaborative efforts from educators, policymakers and communities to raise awareness, provide training and develop accurate evaluation methods. By integrating EI more structurally, can create a supportive academic environment and a more empathic society, providing long-term benefits to individuals' emotional well-being and social success.

Pendahuluan

Dalam era yang semakin kompetitif dan kompleks ini, kecerdasan emosional menjadi salah satu faktor penting yang dapat menentukan keberhasilan seseorang, baik dalam ranah akademik maupun kehidupan sosial. Kecerdasan emosional, mengacu pada kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta orang lain. Konsep ini diperkenalkan oleh psikolog Daniel Goleman, yang menekankan bahwa KE memiliki peran yang sama pentingnya, bahkan lebih penting daripada IQ dalam menentukan kesuksesan seseorang (Saparwadi & Sahrandi, 2021).



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](#) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Kecerdasan emosional mencakup beberapa komponen utama, yakni kesadaran diri, pengelolaan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami emosi kita sendiri. Pengelolaan diri melibatkan kemampuan untuk mengendalikan emosi dan menyesuaikan diri dengan perubahan. Motivasi berkaitan dengan dorongan internal untuk mencapai tujuan. Empati adalah kemampuan untuk memahami perasaan orang lain, sedangkan keterampilan sosial mencakup kemampuan untuk berkomunikasi dan membina hubungan dengan baik (Tavib & Oemar, 2019).

Dalam konteks akademik, kecerdasan emosional memiliki dampak yang signifikan. Mahasiswa atau pelajar yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi stres, mengelola waktu dengan efektif, dan memiliki hubungan yang baik dengan individu lain. Mereka lebih mampu menghadapi tekanan ujian dan tugas, serta lebih terbuka terhadap kritik dan saran yang konstruktif. Kecerdasan emosional membantu mereka tetap termotivasi dan berkomitmen pada tujuan akademik mereka.

Kecerdasan emosional juga berkorelasi positif dengan prestasi akademik. Pelajar yang mampu mengelola emosi negatif seperti kecemasan atau ketakutan cenderung memiliki kinerja akademik yang lebih baik. Mereka lebih bisa fokus pada belajar dan menyerap informasi dengan lebih efektif. Selain itu, kemampuan untuk bekerja sama dalam kelompok, yang merupakan salah satu keterampilan sosial dari KE, juga penting dalam lingkungan akademik, seperti banyak tugas dan proyek dikerjakan secara tim.

Di luar lingkungan akademik, kecerdasan emosional juga berperan krusial dalam kehidupan sosial. Orang dengan KE tinggi cenderung memiliki hubungan interpersonal yang lebih baik. Mereka mampu berempati, mendengarkan dengan aktif, dan merespons secara tepat terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain. Hal ini membuat mereka lebih disukai dalam pergaulan, lebih mudah membangun jaringan sosial yang kuat, dan lebih berhasil dalam menjaga hubungan jangka panjang.

Empati, salah satu komponen utama KE, memungkinkan seseorang untuk memahami perspektif orang lain dan merespons dengan cara yang mendukung dan konstruktif. Dalam kehidupan sehari-hari, kemampuan ini membantu mengurangi konflik dan meningkatkan kualitas interaksi sosial. Orang yang empatik cenderung lebih mampu menegosiasikan solusi yang menguntungkan semua pihak dalam situasi yang penuh tekanan atau konflik.

Kecerdasan emosional juga sangat penting dalam dunia kerja. Banyak perusahaan kini mengakui bahwa kemampuan karyawan untuk bekerja sama dengan baik dalam tim, berkomunikasi secara efektif, dan mengelola stres merupakan aset yang tak ternilai. Karyawan dengan KE tinggi cenderung lebih produktif, lebih mudah beradaptasi terhadap perubahan, dan memiliki kepuasan kerja yang lebih tinggi (Aziz & Mangestuti, 2006). Mereka juga lebih efektif dalam posisi kepemimpinan, karena mampu menginspirasi dan memotivasi tim mereka.

Dalam konteks keluarga dan hubungan personal, kecerdasan emosional membantu menciptakan lingkungan yang harmonis dan penuh pengertian. Orang tua yang memiliki KE tinggi lebih mampu mengajarkan anak-anak mereka cara mengelola

emosi dan menghadapi tantangan hidup. Hal ini tidak hanya memperkuat ikatan keluarga, tetapi juga mempersiapkan anak-anak untuk sukses dalam kehidupan mereka sendiri.

Secara keseluruhan, kecerdasan emosional adalah kunci sukses yang sering kali diabaikan. Di dunia yang semakin mengutamakan keterampilan teknis dan intelektual, penting untuk tidak melupakan pentingnya mengembangkan KE. Melalui pendidikan dan pelatihan yang tepat, kecerdasan emosional dapat ditingkatkan, memberikan individu alat yang mereka butuhkan untuk berhasil dalam berbagai aspek kehidupan.

Pengembangan kecerdasan emosional bukan hanya tanggung jawab individu, tetapi juga institusi pendidikan, tempat kerja, dan masyarakat secara keseluruhan. Dengan meningkatkan kesadaran akan pentingnya KE dan menyediakan sumber daya untuk pengembangannya, kita dapat menciptakan generasi yang lebih berkembang secara emosional, lebih tangguh, dan lebih mampu mencapai kesuksesan dalam segala aspek kehidupan.

Pembahasan

Kecerdasan Emosional di Akademik

Dalam dunia pendidikan yang semakin kompetitif, kecerdasan emosional (KE) memainkan peran penting dalam menentukan kesuksesan akademik siswa (Patria, 2020). KE yang mencakup kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta orang lain, telah terbukti menjadi faktor krusial yang mempengaruhi kinerja akademik. Konsep ini menekankan bahwa selain kecerdasan intelektual (IQ), kemampuan mengelola emosi juga sangat penting untuk mencapai prestasi yang tinggi di sekolah dan universitas.

1. Pengelolaan Stres dan Tekanan

Salah satu aspek terpenting dari kecerdasan emosional dalam konteks akademik adalah kemampuan untuk mengelola stres dan tekanan. Siswa seringkali menghadapi berbagai tantangan, mulai dari ujian yang menumpuk hingga tenggat waktu tugas yang ketat. Siswa dengan KE tinggi cenderung lebih mampu mengatasi stres ini. Mereka memiliki strategi yang efektif untuk meredakan kecemasan, seperti teknik relaksasi, manajemen waktu yang baik, dan kemampuan untuk mencari bantuan saat diperlukan. Hal ini memungkinkan mereka untuk tetap fokus dan produktif, bahkan dalam situasi yang penuh tekanan.

2. Motivasi Diri

Motivasi adalah komponen utama dari kecerdasan emosional yang sangat relevan dalam lingkungan akademik. Siswa dengan motivasi diri yang tinggi memiliki dorongan internal untuk mencapai tujuan mereka. Mereka tidak hanya belajar untuk nilai, tetapi juga untuk pengetahuan dan pengembangan pribadi (Lestari, 2022). Motivasi ini membantu mereka tetap berkomitmen pada studi mereka, bahkan ketika menghadapi hambatan atau kegagalan. Dengan motivasi yang kuat, siswa lebih cenderung menetapkan tujuan yang realistik, membuat rencana untuk mencapainya, dan bekerja secara konsisten untuk mewujudkannya.

3. Kesadaran Diri dan Pengaturan Diri

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali emosi diri sendiri dan memahami bagaimana emosi tersebut mempengaruhi pikiran dan perilaku. Dalam konteks akademik, kesadaran diri membantu siswa mengidentifikasi kapan mereka merasa stres, cemas, atau kurang termotivasi. Pengaturan diri, yang melibatkan kemampuan untuk mengendalikan emosi dan menyesuaikan diri dengan situasi yang berubah, memungkinkan siswa untuk mengatasi perasaan negatif tersebut. Misalnya, seorang siswa yang sadar bahwa mereka merasa cemas sebelum ujian dapat menggunakan teknik relaksasi atau berbicara dengan mentor untuk meredakan kecemasan tersebut.

4. Empati dan Keterampilan Sosial

Meskipun fokus utama adalah pada prestasi akademik individu, kecerdasan emosional juga mencakup empati dan keterampilan sosial yang bermanfaat dalam lingkungan belajar kolaboratif. Empati memungkinkan siswa untuk memahami perspektif teman sekelas mereka dan bekerja sama dengan lebih efektif dalam proyek kelompok. Keterampilan sosial, seperti kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik dan membangun hubungan positif dengan guru dan teman sebaya, juga mendukung pengalaman belajar yang lebih holistik. Siswa dengan keterampilan sosial yang baik lebih mudah meminta bantuan, berbagi ide, dan berpartisipasi aktif dalam diskusi kelas.

5. Pengaruh Positif pada Prestasi Akademik

Penelitian telah menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara kecerdasan emosional dan prestasi akademik. Siswa dengan KE tinggi cenderung memiliki nilai yang lebih baik, tidak hanya karena mereka dapat mengelola stres dan tetap termotivasi, tetapi juga karena mereka lebih mampu mengatasi kegagalan dan bangkit kembali setelah mengalami kemunduran. Mereka cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap belajar dan lebih siap untuk mengambil inisiatif dalam pendidikan mereka.

6. Pengembangan Keterampilan KE di Lingkungan Akademik

Institusi pendidikan memainkan peran penting dalam mengembangkan kecerdasan emosional siswa. Program-program yang fokus pada pengembangan KE, seperti kelas keterampilan sosial, dan program mentoring, dapat membantu siswa maupun mahasiswa meningkatkan kemampuan emosional mereka. Selain itu, guru dan dosen yang mendukung pengembangan KE dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan inklusif, di mana siswa merasa dihargai dan didukung.

Kecerdasan emosional (KE) menjadi salah satu faktor penting yang dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam kehidupan sosial. Kecerdasan emosional mengacu pada kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta orang lain. Konsep ini menekankan bahwa kemampuan emosional memainkan peran yang sangat penting dalam membangun dan menjaga hubungan yang harmonis dan bermakna dengan orang lain.

Kecerdasan Emosional di Kehidupan Sosial

Dalam era modern yang semakin kompleks dan cepat berubah, kecerdasan emosional (KE) menjadi salah satu faktor penting yang dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam kehidupan sosial. Kecerdasan emosional mengacu pada kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta orang lain. Konsep ini menekankan bahwa kemampuan emosional memainkan peran yang sangat penting dalam membangun dan menjaga hubungan yang harmonis dan bermakna dengan orang lain.

1. Pemahaman Diri dan Pengelolaan Emosi

Salah satu komponen utama dari kecerdasan emosional adalah pemahaman diri, yaitu kemampuan untuk mengenali dan memahami emosi sendiri. Dengan pemahaman diri yang baik, seseorang dapat mengidentifikasi perasaan mereka, mengetahui apa yang memicu emosi tersebut, dan bagaimana emosi tersebut mempengaruhi perilaku mereka (Zulhadli, 2021). Pengelolaan emosi, yang melibatkan kemampuan untuk mengendalikan dan menyesuaikan emosi dalam berbagai situasi, memungkinkan individu untuk menghadapi situasi sulit dengan tenang dan bijaksana.

2. Empati dan Hubungan Interpersonal

Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Ini adalah komponen kunci dari kecerdasan emosional yang memungkinkan seseorang untuk membangun hubungan yang kuat dan bermakna. Dalam kehidupan sosial, empati membantu individu untuk merespons secara tepat terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain, sehingga menciptakan hubungan yang lebih mendalam dan memuaskan. Empati juga membantu mengurangi konflik dan meningkatkan kerjasama serta kepercayaan di antara individu.

3. Keterampilan Sosial

Keterampilan sosial adalah kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif dan harmonis. Ini mencakup kemampuan untuk berkomunikasi dengan jelas, mendengarkan dengan baik, dan menegosiasikan solusi dalam situasi yang penuh tekanan. Orang dengan keterampilan sosial yang tinggi cenderung lebih berhasil dalam membangun jaringan sosial yang kuat dan memiliki hubungan yang lebih stabil dan memuaskan. Mereka juga lebih mudah beradaptasi dalam berbagai situasi sosial, baik di lingkungan kerja, komunitas, maupun dalam hubungan personal (Lusiawati, 2013).

4. Pengelolaan Konflik

Kecerdasan emosional memainkan peran penting dalam pengelolaan konflik. Konflik adalah bagian tak terpisahkan dari setiap hubungan, tetapi cara seseorang mengelola konflik tersebut dapat menentukan keberhasilan hubungan tersebut. Dengan kecerdasan emosional yang baik, individu dapat menghadapi konflik dengan sikap yang konstruktif, mencari solusi yang menguntungkan semua pihak, dan menghindari eskalasi emosi yang tidak perlu. Ini membantu menjaga hubungan tetap sehat dan produktif.

5. Kepercayaan dan Kepemimpinan

Kecerdasan emosional juga berperan dalam membangun kepercayaan dan kepemimpinan. Pemimpin yang memiliki KE tinggi cenderung lebih mampu memahami kebutuhan dan perasaan anggota tim mereka, sehingga menciptakan lingkungan kerja yang lebih harmonis dan produktif. Mereka juga lebih efektif dalam memotivasi dan menginspirasi orang lain, serta lebih mampu menangani tekanan dan mengambil keputusan yang bijaksana dalam situasi sulit. Kepemimpinan yang didasari oleh KE sering kali menghasilkan tim yang lebih kompak dan sukses.

6. Kesejahteraan Emosional

Kecerdasan emosional tidak hanya mempengaruhi hubungan sosial, tetapi juga kesejahteraan emosional individu. Orang dengan KE tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres dan kecemasan, memiliki pandangan hidup yang lebih positif, dan merasa lebih puas dengan kehidupan mereka secara keseluruhan. Kesejahteraan emosional ini kemudian mempengaruhi bagaimana mereka berinteraksi dengan orang lain, menciptakan siklus positif yang mendukung hubungan sosial yang sehat.

7. Pengaruh Positif pada Komunitas

Individu dengan kecerdasan emosional yang baik juga cenderung memberikan pengaruh positif pada komunitas mereka. Mereka lebih mungkin terlibat dalam kegiatan sosial, menjadi relawan, dan mendukung inisiatif yang bermanfaat bagi masyarakat. Dengan kemampuan mereka untuk memahami dan berempati terhadap orang lain, mereka dapat memainkan peran penting dalam menciptakan komunitas yang lebih inklusif dan suportif.

8. Peran dalam Keluarga

Dalam konteks keluarga, kecerdasan emosional membantu menciptakan lingkungan yang penuh pengertian dan kasih sayang. Orang tua dengan KE tinggi lebih mampu mengajarkan anak-anak mereka cara mengelola emosi, menghadapi tantangan, dan berinteraksi dengan orang lain secara positif (Rahman, et al. 2023). Hal ini tidak hanya memperkuat ikatan keluarga, tetapi juga membekali anak-anak dengan keterampilan yang akan membantu mereka sukses dalam kehidupan mereka sendiri.

Tantangan dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional di Lingkungan Akademik dan Sosial

Tantangan dalam Lingkungan Akademik

a) Kurangnya Kesadaran dan Pemahaman

Banyak pendidik dan pembuat kebijakan masih belum menyadari pentingnya kecerdasan emosional (KE) dalam konteks akademik. Fokus yang terlalu besar pada prestasi akademik tradisional membuat pengembangan KE sering kali terabaikan.

b) Keterbatasan Sumber Daya

Pengembangan program KE membutuhkan sumber daya yang memadai, termasuk waktu, tenaga pengajar yang terlatih, dan materi pembelajaran yang tepat. Banyak institusi pendidikan mengalami keterbatasan anggaran dan fasilitas, yang menghambat implementasi program KE yang efektif.

c) Evaluasi dan Pengukuran KE

Mengukur kecerdasan emosional bukanlah hal yang mudah. Diperlukan alat dan metode pengukuran yang akurat, yang sering kali tidak tersedia di banyak sekolah dan universitas. Tanpa alat pengukuran yang tepat, sulit untuk mengevaluasi kemajuan siswa dalam pengembangan KE.

d) Integrasi dengan Kurikulum Akademik

Menemukan cara untuk mengintegrasikan pengembangan KE dengan kurikulum akademik yang sudah ada merupakan tantangan tersendiri. Program KE harus dirancang agar melengkapi, bukan mengganggu, pembelajaran akademik yang ada, yang memerlukan perencanaan dan kolaborasi yang matang.

e) Resistensi Terhadap Perubahan

Mengintegrasikan program KE ke dalam kurikulum sering kali menghadapi resistensi dari berbagai pihak yang belum terbiasa dengan pendekatan ini. Pendidik, siswa, dan orang tua mungkin merasa skeptis atau enggan berpartisipasi dalam program yang belum sepenuhnya mereka pahami atau nilai pentingnya.

Tantangan dalam Kehidupan Sosial

a) Stigma dan Misunderstanding

Banyak orang masih memiliki stigma terhadap pentingnya kecerdasan emosional, menganggapnya sebagai keterampilan yang tidak terlalu penting dibandingkan kemampuan intelektual. Misunderstanding ini menghambat adopsi luas KE dalam kehidupan sehari-hari.

b) Kurangnya Model Peran dan Pembelajaran Awal

Banyak individu tumbuh tanpa model peran yang baik dalam mengembangkan KE, baik di rumah maupun di sekolah. Kurangnya pembelajaran awal tentang KE membuat banyak orang dewasa mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan hubungan sosial mereka.

c) Tekanan Sosial dan Budaya

Tekanan sosial dan budaya yang mendorong kesuksesan material dan kompetisi sering kali mengabaikan pentingnya kesehatan emosional dan hubungan sosial yang baik. Lingkungan sosial yang kompetitif dapat menghambat pengembangan KE yang sehat.

d) Pengaruh Teknologi dan Media Sosial

Teknologi dan media sosial dapat mengganggu pengembangan KE, terutama di kalangan generasi muda. Interaksi online sering kali kurang dalam hal keterampilan komunikasi emosional, empati, dan pengelolaan konflik dibandingkan interaksi tatap muka.

e) Kesadaran Diri dan Pengembangan Berkelanjutan

Mengembangkan KE memerlukan kesadaran diri yang tinggi dan komitmen terhadap pengembangan berkelanjutan. Banyak individu tidak memiliki alat atau

dukungan yang diperlukan untuk terus berkembang secara emosional, sehingga menghambat kemampuan mereka untuk membangun hubungan sosial yang sehat dan bermakna.

Meskipun tantangan-tantangan ini cukup signifikan, dengan upaya bersama dari individu, pendidik, pembuat kebijakan, dan komunitas, pengembangan kecerdasan emosional dapat diwujudkan. Kesadaran akan pentingnya KE, dukungan sumber daya yang memadai, serta integrasi yang baik dalam kurikulum dan kehidupan sehari-hari adalah langkah-langkah kunci untuk mengatasi tantangan ini dan mencapai kesuksesan dalam lingkungan akademik dan sosial.

Kesimpulan dan Saran

Kecerdasan emosional (KE) adalah komponen penting dalam mencapai kesuksesan baik di lingkungan akademik maupun sosial. Dalam konteks akademik, KE membantu siswa mengelola stres, meningkatkan kemampuan komunikasi, dan membangun hubungan yang positif dengan rekan dan pengajar. Dalam kehidupan sosial, KE memungkinkan individu untuk memahami dan merespons emosi orang lain dengan empati, menjaga hubungan interpersonal yang harmonis, serta mengelola konflik dengan lebih efektif. Meskipun demikian, tantangan seperti kurangnya kesadaran, keterbatasan sumber daya, evaluasi yang sulit, integrasi kurikulum, dan resistensi terhadap perubahan tetap menjadi hambatan signifikan yang harus diatasi.

Untuk mengatasi tantangan ini, diperlukan upaya kolaboratif dari berbagai pihak. Pendidik dan pembuat kebijakan harus meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang pentingnya KE melalui pelatihan dan pengembangan program yang mendukung pengembangan emosional. Sekolah dan universitas perlu mengalokasikan sumber daya yang memadai dan mengembangkan metode evaluasi yang akurat untuk mengukur kemajuan KE siswa. Di sisi lain, dalam konteks sosial, penting untuk mengurangi stigma terhadap pengembangan emosional dan meningkatkan dukungan untuk pembelajaran KE sejak dini, baik di rumah maupun di lingkungan sekolah.

Dengan demikian, untuk mencapai kesuksesan yang menyeluruh, baik di bidang akademik maupun kehidupan sosial, penting bagi individu dan institusi untuk mengintegrasikan pengembangan kecerdasan emosional secara lebih terstruktur dan sistematis. Ini tidak hanya akan membantu menciptakan lingkungan belajar yang lebih mendukung, tetapi juga masyarakat yang lebih inklusif dan empatik. Upaya bersama untuk meningkatkan KE akan membawa manfaat jangka panjang, menciptakan individu yang lebih berkembang secara emosional dan mampu menjalin hubungan yang bermakna dan produktif di berbagai aspek kehidupan.

Daftar Pustaka

- Aziz, R., & Mangestuti, R. (2006). Pengaruh kecerdasan intelektual (IQ), emosional (EI) dan spiritual (SI) terhadap agresivitas pada mahasiswa UIN Malang. *EI-QUDWAH*. <https://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/lemlit/article/view/2027/0>
- Hakiki, A. R. R., Sumarmi, S., Bachri, S., & Mkumbachi, R. L. (2023). Pengembangan media pembelajaran progressive web app berbasis environmental learning untuk

- meningkatkan ecoliteracy siswa. *J-PIPS (Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial)*, 10(1), 1-20. <https://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/jpips/article/view/20995>
- Lestari, N. P. (2022). Pengaruh pola komunikasi mahasiswa dengan dosen pembimbing akademik dan motivasi belajar mahasiswa pendidikan ilmu pengetahuan sosial di UIN Malang. *Dinamika Sosial: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial* 1(1): 1–11. <http://etheses.uin-malang.ac.id/29640/>
- Lusiauwati. (2013). Kecerdasan emosi dan penyesuaian diri pada remaja awal di Panti Asuhan Uswatun Hasanah Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 1(2): 291–305.
- Patria, N. N. (2020). Hubungan antara kecerdasan emosi dan kemampuan adaptasi mahasiswa perantau Minangkabau di UIN Malang. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 1–72. <http://etheses.uin-malang.ac.id/26768/3/16410093.pdf>.
- Saparwadi, S., & Sahrandi, A. (2021). Mengenal konsep Daniel Goleman dan pemikirannya dalam kecerdasan emosi. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(1), 17-36.
- Tavib, T., & Oemar, F. (2019). Peran kecerdasan emosional guru dalam meningkatkan prestasi belajar siswa melalui budaya sekolah dan komitmen guru: Studi pada SMAN 8 Pekanbaru, Riau. *JMBT: Jurnal Manajemen dan Bisnis Terapan*, 1(2), 129-140.
- Zulphadli, M. (2021). Pembentukan karakter peduli lingkungan siswa pada sekolah adiwiyata: Studi kasus di Madrasah Ibtidaiyah Miftahul Ulum Kota Batu. *Masters thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/30579/>