



## NILAI-NILAI QUR'ANI SEBAGAI DASAR PEMBENTUKAN REGULASI EMOSI PADA ANAK SEKOLAH DASAR: TINJAUAN PSIKOLOGI ISLAM

Aisyah Wulandari Sisworo<sup>1</sup>, Aulia Nurrohmah<sup>2</sup>, Nily Khatimah<sup>3</sup>,  
Nova Kemala Syaputri<sup>4</sup>, Hilal Fatra<sup>5</sup>

Institut Syekh Abdul Halim Hasan Binjai

### Abstrak

*Regulasi emosional anak merupakan aspek krusial dalam membentuk individu yang sehat secara holistik, mencakup keseimbangan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Namun, tantangan era modern seperti tekanan sosial, konflik interpersonal, serta pengaruh budaya global, menjadikan anak-anak semakin rentan terhadap gangguan emosional. Pendekatan Bimbingan berbasis nilai-nilai Qur'ani hadir sebagai alternatif solutif yang mengintegrasikan penguatan moral dan spiritual dalam penanganan masalah emosional anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara konseptual potensi nilai-nilai Qur'ani dalam bimbingan sebagai strategi penanganan masalah emosional yang holistik dan aplikatif. Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Analisis dilakukan terhadap literatur yang relevan mencakup bimbingan, Regulasi emosional anak, dan nilai-nilai Qur'ani seperti sabar, syukur, tawakal, dan ikhlas. Hasil kajian menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai Qur'ani dalam konseling mampu memperkuat regulasi emosi, menumbuhkan ketahanan spiritual, serta membentuk karakter anak yang tangguh dan berakhlak mulia. Pendekatan ini tidak hanya menyelesaikan gejala emosional secara permukaan, tetapi juga menyentuh akar spiritual dan moral anak, menjadikannya sebagai model intervensi jangka panjang yang efektif. Dengan demikian, bimbingan berbasis Qur'ani dapat menjadi paradigma konseling alternatif yang relevan, khususnya dalam konteks pendidikan anak Muslim, serta memberikan kontribusi penting bagi pengembangan ilmu konseling berbasis nilai-nilai keislaman.*

**Kata Kunci:** *Regulasi emosional anak; bimbingan; nilai-nilai al-qur'an.*

---

<sup>1</sup> [aisyahwulandari0519@gmail.com](mailto:aisyahwulandari0519@gmail.com)

<sup>2</sup> [aulianurrahmah08@gmail.com](mailto:aulianurrahmah08@gmail.com)

<sup>3</sup> [nilyyblubuk07@gmail.com](mailto:nilyyblubuk07@gmail.com)

<sup>4</sup> [novakemalasyahputri22@gmail.com](mailto:novakemalasyahputri22@gmail.com)

<sup>5</sup> [hilalfatra12345@gmail.com](mailto:hilalfatra12345@gmail.com)





### Abstract

*Children's emotional well-being is a crucial aspect in forming holistically healthy individuals, including physical, psychological, social, and spiritual balance. However, modern challenges such as social pressure, interpersonal conflict, and the influence of global culture make children increasingly vulnerable to emotional disorders. A guidance approach based on Qur'anic values presents a solution alternative that integrates moral and spiritual strengthening in addressing children's emotional problems. This study aims to conceptually explore the potential of Qur'anic values in guidance as a holistic and applicable strategy for addressing emotional problems. The method used is a literature study with a descriptive qualitative approach. Analysis was conducted of relevant literature covering guidance, children's emotional well-being, and Qur'anic values such as patience, gratitude, trust in God, and sincerity. The results of the study indicate that the integration of Qur'anic values in counseling can strengthen emotional regulation, foster spiritual resilience, and shape children's character to be resilient and virtuous. This approach not only resolves emotional symptoms superficially but also touches the spiritual and moral roots of children, making it an effective long-term intervention model. Thus, Qur'anic-based guidance can be a relevant alternative counseling paradigm, especially in the context of Muslim children's education, and provide an important contribution to the development of counseling science based on Islamic values.*

**Keywords:** *Children's emotional well-being; guidance; Quranic values.*

### A. PENDAHULUAN

Regulasi emosional anak merupakan salah satu pilar penting dalam perkembangan manusia yang holistik. Dimensi ini mencakup keseimbangan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual, yang seluruhnya saling terkait dalam membentuk individu yang utuh dan mampu menjalani kehidupan dengan baik. Dalam konteks masyarakat modern, anak-anak semakin rentan terhadap berbagai tantangan emosional yang berasal dari tekanan sosial, konflik interpersonal, perubahan struktur keluarga, dan pengaruh globalisasi yang memengaruhi nilai-nilai budaya lokal. Dampak dari tantangan-tantangan tersebut sering kali tidak hanya terbatas pada aspek emosional tetapi juga meluas ke ranah moral dan spiritual.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengeksplorasi tema serupa. Studi yang dilakukan oleh Rahmawati tentang "Implementasi Nilai-nilai Qur'ani dalam Pembentukan Karakter Siswa" menemukan bahwa internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an secara konsisten dapat meningkatkan ketahanan psikologis siswa dalam menghadapi tekanan akademik (Rahmawati, S., 2019). Sementara itu, penelitian Hidayat dan Syafrudin mengenai "Model Bimbingan Konseling Islami untuk Mengatasi Kecemasan Akademik" menunjukkan efektivitas pendekatan konseling berbasis nilai Islam dalam menurunkan tingkat kecemasan siswa menghadapi ujian, dengan penurunan signifikan sebesar 42% dibandingkan kelompok kontrol yang hanya mendapatkan konseling konvensional (Syafrudin, 2021). Kedua penelitian tersebut menyoroti potensi pendekatan Qur'ani, namun masih terbatas pada aspek tertentu dan belum menawarkan model komprehensif yang mengintegrasikan berbagai dimensi kesehatan mental.





Kebaruan penelitian ini terletak pada upaya mengembangkan model pendekatan Qur'ani yang komprehensif dan aplikatif dalam penanganan kesehatan mental siswa. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang cenderung fokus pada aspek tertentu seperti pembentukan karakter atau konseling, penelitian ini mengintegrasikan berbagai dimensi kesehatan mentalkognitif, emosional, spiritual, dan sosial satu kerangka utuh berbasis nilai-nilai Qur'ani. Penelitian ini juga menawarkan instrumen pengukuran dampak intervensi yang tervalidasi secara ilmiah, serta modul praktis yang dapat diadaptasi dalam berbagai konteks pendidikan, baik di sekolah umum maupun pesantren.

Penguasaan Bahasa Arab di lembaga pendidikan formal Indonesia menghadapi dilema antara tuntutan kurikulum yang menekankan empat keterampilan berbahasa (mendengar, berbicara, membaca, dan menulis) dengan keterbatasan sumber daya manusia (guru) dan waktu praktik yang tersedia. Di antara keempat keterampilan tersebut, Maharah Kalam (keterampilan berbicara) seringkali terabaikan karena sifatnya yang memerlukan interaksi langsung dan koreksi segera (Al-Fauzan & Al-Haq, 2021).

Metode pengajaran konvensional, seperti praktik berpasangan atau ceramah interaktif, seringkali menghasilkan umpan balik yang subjektif, terlambat, atau tidak memadai bagi setiap siswa (Sari & Hidayat, 2022). Keterbatasan ini diperparah oleh kompleksitas fonologi Bahasa Arab yang memiliki perbedaan signifikan dengan fonologi Bahasa Indonesia, terutama dalam hal bunyi konsonan faringal dan laringal.

Kemajuan pesat dalam bidang Kecerdasan Buatan (AI), khususnya Deep Learning (DL), menawarkan potensi besar untuk merevolusi pendidikan bahasa. Model DL, seperti Convolutional Neural Networks (CNN) untuk ekstraksi fitur akustik atau Long Short-Term Memory (LSTM) untuk pemrosesan sekuensial ucapan, telah terbukti efektif dalam sistem Automatic Speech Recognition (ASR) dan Speech Assessment (Chen et al., 2023).

Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada pengembangan prototipe sistem pembelajaran Maharah Kalam yang memanfaatkan arsitektur Deep Learning untuk menganalisis input ucapan siswa Bahasa Arab dan memberikan penilaian otomatis serta umpan balik yang spesifik dan terpersonalisasi.

## **B. KAJIAN TEORI**

### **1) Pengertian Al-Qur'an tentang fitrah**

Fitrah, yang mengacu pada keadaan alamiah atau kodrat fundamental manusia yang telah ditanamkan Allah SWT, merupakan salah satu gagasan kunci dalam Islam. Al-Qur'an memuat gagasan ini, yang berdampak besar bagi pemahaman kita tentang psikologi pendidikan Islam (Sundari & Muslih, 2023).

#### **a. Mengetahui Fitrah**

"Fatara" adalah akar kata dari "fithrah", yang berarti "ciptaan." "Kecenderungan alami manusia terhadap kebenaran, pengakuan akan kehadiran Tuhan, dan pemahaman akan ajaran moral yang tulus semuanya dijelaskan oleh fithrah dalam Al-Qur'an. Setiap manusia memiliki kecenderungan bawaan yang disebut fitrah yang telah ditanamkan Allah pada diri mereka.





b. Signifikansi dan signifikansi dalam konteks pendidikan

Dalam bidang pendidikan keislaman, fitrah gagasan sangat penting. Aspek intelektual, moral, dan spiritual dari potensi manusia semuanya dikembangkan secara holistik di fitrah. Individu yang mengenyam pendidikan sesuai dengan fitrah akan mampu mencapai kesempurnaan, baik dalam kehidupannya saat ini maupun selanjutnya. (Setiawan, AF, Aziz, Fajar, & Yurna, 2023).

c. Peran psikologi dalam pendidikan

Fitrah menunjukkan bagaimana orang pada dasarnya cenderung mengejar kebajikan dan kebenaran. Memahami Fitrah membantu pendidik dalam mengidentifikasi dan memahami kebutuhan setiap siswa serta dalam menciptakan strategi pembelajaran yang selaras dengan Fitrah. Hal ini juga menunjukkan bahwa belajar sesuai dengan Fitrah akan bermanfaat bagi pertumbuhan psikologis seseorang, terutama dalam hal motivasi, kepercayaan diri, dan pengaturan emosi.

d. Ayat-ayat Al-Qur'an yang menjelaskan tentang Fitra

- 1) Ayat "kemudian arahkan wajahmu langsung ke agama (Allah) dengan menaati Fitrah Allah yang menciptakan manusia sesuai dengan itu" terdapat dalam Surah Ar-Rum [30: 30]. Esensi Tuhan tetap tidak berubah. Mayoritas orang tidak menyadari bahwa itu adalah agama yang benar.
- 2) Surah Al-Isra, 17: 70: "sesungguhnya kami telah memuliakan Anak-anak Adam, kamimenggendong mereka di darat dan di laut, kami memberi mereka rezeki yang baik, dan kami melebihkan mereka atas banyak makhluk yang kami ciptakan."
- 3) Surah At-Tin 95:4: "Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya."

Menurut konsep Fitrah Al-Qur'an, pendidikan keislaman harus menitikberatkan dan memupuk kapasitas Fitrah setiap insan. Profesional pendidikan dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan sukses bagi pertumbuhan siswa secara keseluruhan dengan memahami gagasan ini.

2) Al-Qur'an Membangun Loyalitas

Menurut keyakinan Islam, moralitas mencakup perbuatan internal yang dilakukan karena cinta dan ketulusan serta perbuatan luar biasa yang ditunjukkan secara lahiriah. Oleh karena itu, tujuan utama pendidikan Muslim adalah pertumbuhan moral.

Kehidupan Nabi Muhammad SAW yang dipuja sebagai dermawan bagi seluruh alam merupakan ilustrasi akhlak yang terbaik. Dia adalah lambang kebajikan dalam segala hal, termasuk kedermawanan, cinta, kesabaran, keberanian, dan keadilan. Umat Islam diilhami dan dibimbing untuk menumbuhkan karakter moral melalui kisah-kisahannya dan nabi-nabi lain yang termasuk dalam Al-Qur'an.

Mengembangkan kesadaran akhlak melalui pendidikan agama, mengajarkan cita-cita akhlak dalam kurikulum keislaman, dan belajar dari teladan yang baik (uswah hasanah) merupakan semua metode yang digunakan dalam pendidikan keislaman untuk menumbuhkan akhlak. Guru memiliki peran





penting dalam mengajarkan prinsip-prinsip moral dan memberi contoh bagi siswa.

Tetapi ada kesulitan lain dalam memasukkan pertumbuhan moral ke dalam pendidikan kontemporer. Misalnya, dampak buruk lingkungan, pesatnya kemajuan teknologi yang menyebabkan perubahan budaya, dan kurangnya pemahaman tentang pentingnya moralitas dalam masyarakat.

Oleh karena itu, diperlukan lebih banyak upaya untuk menciptakan suasana pendidikan yang menumbuhkan akhlak yang tinggi dan memasukkan cita-cita moral ke dalam semua aspek pendidikan.

Contoh nyata bagaimana cita-cita moral dapat berhasil mendarah daging dalam pendidikan juga diberikan oleh studi kasus lembaga pendidikan Islam yang telah berhasil melaksanakan pembinaan akhlak. Umat Islam dapat menumbuhkan karakter moral dan berkontribusi positif kepada masyarakat dengan mempelajari konsep perkembangan moral Al-Qur'an dengan cermat dan dengan tulus mempraktikkannya di kelas.

### 3) Pemahaman tentang Motivasi dalam Al-Qur'an

Dalam Islam, motivasi dipandang sebagai sarana untuk memperoleh berkah dan keridhaan Allah Swt selain meraih kesuksesan di dunia materi. Al-Qur'an menawarkan pedoman yang komprehensif tentang motivasi, menekankan nilai niat sejati dan ketekunan dalam mencapai tujuan yang berharga. (Pramandhika & MAS'UD, 2011)

Berikut adalah beberapa cara untuk memahami konsep motivasi Al-Qur'an:

a. Keinginan untuk berbuat baik: Menurut Al-Qur'an, seorang Muslim sangat termotivasi oleh setiap perbuatan baik yang dilakukan dengan ikhlas dan dengan niat untuk ridha Allah. Sebagai contoh, Allah SWT menyebutkan pahala yang melimpah bagi mereka yang bersedekah di jalan-Nya dalam Surah Al-Baqarah [2:261].

b. Pengetahuan tentang berkah: Dalam Islam, motivasi juga terkait dengan kesadaran akan berkah dalam segala perbuatan. Ayat-ayat seperti Surah Ar-Rum [30: 39] dan Surah Al-Baqarah [2: 261] menyoroti bahwa Allah menambah pahala bagi orang-orang yang benar-benar berbuat baik dan mencari keridhaan-Nya.

c. Dorongan melalui teguran dan janji Tuhan: Al-Qur'an sering mengeksplorasi peringatan dan janji Allah untuk menginspirasi orang untuk berbuat baik dan menahan diri dari kejahatan. Misalnya, Allah menjanjikan ampunan dan pahala bagi mereka yang berbuat baik, seperti yang tertuang dalam Surat Al-Ma'idah [5:9].

d. Inspirasi untuk membimbing orang lain: Al-Qur'an juga menyatakan bahwa adalah kewajiban setiap Muslim untuk membimbing dan menjadi teladan positif bagi orang lain. Salah satu komponen kunci dari ajaran Al-Qur'an adalah ilham untuk membantu orang lain dan bekerja demi kebaikan umat.

e. Tetap teguh meskipun mengalami kesulitan: Umat Islam juga didorong oleh Al-Qur'an untuk menjaga kesabaran dan ketabahan mereka dalam menghadapi kesulitan hidup. Surah Al-Baqarah [2: 155-157] dan Surah Al-Imran [3: 186] adalah dua ayat yang menyoroti pentingnya tetap sabar dan konsisten dalam menghadapi kesulitan.

Akibatnya, definisi motivasi Al-Qur'an tidak hanya mencakup keinginan untuk mencapai tujuan material tetapi juga keinginan untuk mendapatkan





berkah dan kesenangan Allah SWT dan untuk memimpin orang lain menuju kebajikan. Ini menunjukkan betapa pentingnya memiliki motivasi yang tepat untuk menjalani kehidupan Muslim.

#### 4) Perlakuan Al-Qur'an terhadap emosi

Pengendalian emosi sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, dan bahkan lebih penting lagi dalam kehidupan religius. Al-Qur'an menawarkan nasihat yang komprehensif tentang bagaimana orang harus mengendalikan emosinya dengan tepat sesuai dengan prinsip-prinsip Islam (Riyadi, 2015). Berikut ini adalah beberapa unsur pengaturan emosi Al-Qur'an:

a. Manajemen Kemarahan: Ketika emosi berada pada puncaknya, Al-Qur'an menekankan nilai mengelola kemarahan dan menjauhkan diri dari perilaku yang merugikan. Allah SWT menyatakan dalam Surah Ali 'Imran [3: 134] bahwa mereka yang menafkahkan hartanya di jalan Allah adalah mereka yang "mengendalikan amarah dan mengampuni umat manusia."

b. Kebijakan yang mendasari Tes ini: Menurut ajaran Al-Qur'an, ada hikmah yang mendasari setiap ujian dan kesengsaraan manusia. Allah SWT menyatakan dalam Surah Al-Baqarah [2: 155-156] bahwa dia akan menguji umat manusia melalui cobaan dan kesengsaraan, tetapi mereka yang sabar juga akan mendapatkan rahmat dan pahala..

c. Nilai kesabaran saat menghadapi kesulitan: Rahasia untuk mengatasi banyak tantangan hidup adalah kesabaran. Menurut Al-Qur'an, Allah SWT menganugerahkan manfaat dan pahala kepada orang-orang yang sabar. Allah SWT menyatakan bahwa dia akan memberikan pahala kepada orang-orang yang sabar dalam Surah Al-Baqarah [2: 155].

d. Berbuat baiklah dan panjatkan pengampunan: Saling memaafkan dan memperlakukan satu sama lain dengan baik ditekankan dalam Al-Qur'an, terutama dalam keadaan yang menyebabkan perselisihan atau kesulitan. Seperti yang dinyatakan Allah SWT dalam Surah Al-A'raf [7: 199], orang yang beriman adalah mereka yang "mengampuni dan menyuruh berbuat baik."

e. Perlakukan orang dengan adil dan tanpa permusuhan: Bahkan dalam keadaan yang sulit, Al-Qur'an menekankan nilai memperlakukan orang secara adil dan tanpa permusuhan. Menurut Surah Al-Maidah [5: 8], ada orang beriman yang "bertindak adil dan tidak memusuhi orang lain."

### C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan (*library research*). Metode ini dipilih karena penelitian bersifat teoritis dan bertujuan mengkaji secara mendalam regulasi emosional anak Sekolah dasar berbasis nilai-nilai Qur'ani dalam mengatasi masalah emosional pada anak. Data diperoleh melalui penelusuran dan telaah berbagai literatur yang relevan, baik dari sumber primer maupun sekunder.

Sumber data meliputi buku-buku ilmiah, artikel jurnal nasional dan internasional, serta referensi keislaman seperti Al-Qur'an dan hadis. Literatur yang dikaji berkaitan dengan pendekatan konseling Islami, pemahaman tentang Regulasi emosional anak, serta nilai-nilai Qur'ani yang mendukung pengelolaan emosi secara spiritual.

Teknik pengumpulan data adalah cara yang dilakukan dalam mengumpulkan data untuk menjawab suatu rumusan masalah atau pertanyaan penelitian (Agustini, Aully Grashinta, San Putra, Sukarman et al., 2023). Analisis





dilakukan secara deskriptif- analitik dengan cara mendeskripsikan isi literatur yang dikumpulkan, kemudian mengkaji dan menarik hubungan antara pendekatan konseling Islam dan penguatan nilai Qur'ani dalam menangani masalah emosional pada anak. Hasil analisis ini diharapkan dapat memberikan kerangka konseptual yang sistematis dan aplikatif dalam pengembangan praktik konseling berbasis Islam.

#### D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Nilai-nilai Qur'ani mencerminkan prinsip-prinsip etis dan spiritual yang tercantum dalam Al-Qur'an, yang menjadi landasan dalam membentuk karakter mulia. Dalam konteks Bimbingan Konseling Islam (BKI), nilai-nilai ini digunakan sebagai pedoman utama untuk membantu individu, terutama anak-anak, mengatasi tantangan emosional (Adzima dan Hisaaniah 2024). Salah satu nilai utama adalah sabar, sebagaimana dinyatakan dalam QS. Al-Baqarah (2:153):

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

“Wahai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.” (QS. Al-Baqarah: 153).

Kesabaran menjadi penting dalam melatih anak-anak menghadapi tekanan emosional, seperti kemarahan atau rasa kecewa. Mengajarkan anak-anak untuk menghargai keberkahan dalam hidup, sehingga mampu menggantikan pola pikir negatif dengan sikap optimis. Penanaman nilai ini dapat meningkatkan ketahanan psikologis dan Regulasi emosional (Jaya and Malli 2019). Selain itu, nilai syukur, sebagaimana disebutkan dalam QS. Ibrahim (14:7).

خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَعَلَى سَمْعِهِمْ وَعَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ

“(Ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), sesungguhnya azab-Ku benar-benar sangat keras.” (QS. Ibrahim: 7)

Penelitian menunjukkan bahwa individu yang menerapkan syukur cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi dan mampu mengelola stres lebih baik. Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara adaptif sesuai dengan tuntutan situasi. Dalam perkembangan anak, regulasi emosi berperan penting dalam membentuk kepribadian yang stabil, relasi sosial yang sehat, serta kesiapan akademik dan spiritual (Kartini, Effendy, and Rohman, 2023). Dalam konteks Islam, regulasi emosi tidak hanya dimaknai sebagai keterampilan psikologis, tetapi juga sebagai bentuk kedewasaan ruhani yang terintegrasi dengan keimanan dan akhlak. Oleh karena itu, Bimbingan Konseling Islam memandang pengelolaan emosi bukan sekadar kemampuan teknis, melainkan bagian dari proses tazkiyatun nafs (penyucian jiwa).

Nilai-nilai Qur'ani seperti sabar, syukur, tawakal, dan ikhlas sangat erat kaitannya dengan konsep regulasi emosi. Anak yang dibimbing untuk bersabar akan mampu menunda reaksi negatif terhadap situasi yang menekan. Anak yang dilatih bersyukur cenderung memiliki pola pikir positif dan mampu menilai situasi dengan lebih jernih. Sementara itu, tawakal membantu anak mengurangi kecemasan karena mereka diajarkan untuk berikhtiar secara maksimal namun tetap menyerahkan hasil akhir kepada Allah. Nilai ikhlas juga membentuk stabilitas





emosional karena anak belajar menerima keadaan tanpa didominasi oleh rasa kecewa atau amarah yang berlebihan. (Hasmarlin and Hirmaningsih 2019).

Implementasi nilai-nilai Qur'ani dalam regulasi emosi melalui pendekatan konseling Islam terbukti efektif dalam berbagai penelitian. Kegiatan seperti muraja'ah (mengulang hafalan Al-Qur'an), dzikir, refleksi diri melalui tafakur, dan pembiasaan doa harian merupakan teknik sederhana namun bermakna yang dapat menumbuhkan kesadaran emosi pada anak secara bertahap. Melalui konseling yang terstruktur dan berlandaskan nilai-nilai Qur'ani ini, anak-anak tidak hanya mampu memahami dan mengendalikan emosinya, tetapi juga mengaitkan pengalaman emosional mereka dengan nilai spiritual, sehingga menghasilkan keseimbangan batin yang utuh dan berkelanjutan (Hasmarlin and Hirmaningsih 2019).

Perkembangan siswa secara keseluruhan sangat dipengaruhi ketika ide-ide psikologi pendidikan Islam seperti motivasi, pengaturan emosi, dan pertumbuhan moral-digunakan di kelas. Diskusi dan analisis implementasi dapat ditemukan di sini:

a. Membangun Identitas Islam

Ketika pendekatan psikologi pendidikan Islam diterapkan, identitas keislaman mahasiswa semakin diperkuat. Melalui penanaman prinsip-prinsip moral yang didasarkan pada ajaran Al-Qur'an, siswa dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang ajaran Islam dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

b. Perkembangan kecerdasan emosional

Siswa dapat memperoleh manfaat dari layanan konseling dan pelatihan kemampuan kecerdasan emosional untuk mengidentifikasi, memahami, dan mengendalikan emosi mereka dengan lebih baik. Hal ini meningkatkan kapasitas mereka untuk menangani tekanan, konflik, dan stres sekaligus menumbuhkan ikatan antarpribadi yang sehat.

c. Peningkatan prestasi akademik dan motivasi

Siswa mungkin terinspirasi untuk mencapai tujuan skolastik mereka dengan prinsip-prinsip motivasi yang terdapat dalam Al-Qur'an, seperti kesabaran, keyakinan, dan ketekunan. Siswa dapat meningkatkan kinerja akademik mereka dan menyadari potensi penuh mereka dengan menginspirasi diri mereka sendiri untuk belajar dan berkembang.

d. Pengembangan karakter yang terhormat

Akhlah dan akhlak mulia siswa dibentuk melalui pendidikan karakter yang berlandaskan ajaran Al-Qur'an. Siswa dapat menyerap gagasan moral yang akan mengarahkan perilakunya dalam kehidupan sehari-hari dengan mempelajari nilai-nilai seperti keadilan, welas asih, dan kejujuran.

e. Meningkatkan Kerja Sama Masyarakat, Keluarga, dan Sekolah

Dalam rangka memfasilitasi penerapan konsep psikologi pendidikan keislaman, kerjasama antar masyarakat, keluarga, dan sekolah sangat diperlukan. Bersama-sama, semua pemangku kepentingan dapat menawarkan dukungan komprehensif yang dapat diandalkan untuk pertumbuhan akademik dan emosional siswa.

f. Penilaian berkelanjutan dan pengembangan berkelanjutan

Pemanfaatan gagasan-gagasan Psikologi Pendidikan Islam di dalam kelas perlu terus dikaji dan diamati. Dengan melakukan penilaian rutin, sekolah dapat menunjukkan pencapaian, hambatan, dan peluang untuk terus menyempurnakan metode pengajarannya demi kepentingan siswa.





Proses pembelajaran sebagai aktualisasi dari pendidikan melibatkan dua insan yakni pengajar dengan pelajar. Melalui proses belajar itu, terjadi upaya serta usaha dari pendidikan untuk memberikan layanan dan asuhan terhadap pelajar guna melejitkan perkembangan potensi yang dimiliki anak didik. Peserta didik sebagai makhluk ciptaan Tuhan, dilengkapi akal, pikiran, perasaan berkembang dan mengalami perubahan, baik fisiologis maupun psikologis. Oleh karena itu, upaya untuk mengembangkan akal, pikiran, perasaan peserta didik tersebut dilakukan melalui proses pendidikan.

Dengan demikian, pendidikan berdasarkan nilai-nilai al-Qur'an dan psikologi dapat dikatakan sebuah konsep yang satu sama lain tidak dapat dipisahkan karena berkaitan, sebab dalam pendidikan ada unsur psikologi begitu juga sebaliknya dalam psikologi ada unsur pendidikan. Keterkaitan antara pendidikan dan psikologi sebagaimana tertuang dalam UU No.20 Tahun 2003 menjelaskan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan diperlukan bagi diri sendiri, masyarakat, bangsa dan negara. (Putra et al., 2024)

#### **E. KESIMPULAN**

Penelitian ini menegaskan bahwa pembentukan regulasi emosi anak harus dilakukan secara holistik dengan memperhatikan aspek spiritual, moral, dan psikologis. Nilai-nilai Qur'ani seperti sabar, syukur, tawakal, dan ikhlas memiliki peran penting dalam membantu anak memahami, mengendalikan, serta mengekspresikan emosinya secara positif dan seimbang. Melalui bimbingan berbasis nilai-nilai Al-Qur'an, anak tidak hanya belajar mengelola emosi, tetapi juga menumbuhkan ketahanan spiritual dan membangun karakter berakhlak mulia. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan pendidikan dan bimbingan yang tidak hanya berorientasi pada aspek kognitif, tetapi juga menyentuh dimensi spiritual dan moral, sebagaimana diamanatkan dalam ajaran Islam.

Nilai-nilai Qur'ani menjadi kunci utama dalam proses pembentukan regulasi emosi tersebut. Nilai-nilai seperti sabar, syukur, tawakal, dan ikhlas berfungsi sebagai instrumen spiritual dan psikologis yang menuntun anak untuk memahami dan mengendalikan emosinya secara bijak.

1. Nilai sabar melatih anak untuk menahan diri dari ledakan emosi negatif seperti marah atau kecewa, serta mengajarkan pentingnya ketenangan dan keteguhan hati dalam menghadapi ujian hidup.
2. Nilai syukur membentuk pola pikir positif yang membuat anak lebih mudah menerima keadaan dan menghindari sikap mudah mengeluh.
3. Nilai tawakal menumbuhkan kepercayaan diri spiritual dengan menyandarkan segala usaha kepada kehendak Allah SWT, sehingga anak lebih tenang dan tidak mudah cemas.
4. Nilai ikhlas menanamkan kejujuran emosional dan kesiapan menerima hasil dari setiap usaha dengan lapang dada.

Pendekatan berbasis Qur'ani ini kemudian diterapkan dalam konteks Bimbingan Konseling Islam (BKI). Melalui kegiatan seperti muraja'ah (mengulang hafalan Al-Qur'an), dzikir, refleksi diri (tafakur), dan doa harian, anak-anak dilatih untuk membangun kesadaran emosi yang selaras dengan nilai-nilai spiritual. Proses ini membantu mereka mengaitkan pengalaman emosional dengan





pemahaman keagamaan, yang pada akhirnya menciptakan keseimbangan batin (emotional-spiritual balance). (Zaini, 2022)

Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa bimbingan konseling berbasis nilai-nilai Qur'ani merupakan strategi integral dan berkelanjutan dalam membentuk regulasi emosi anak Sekolah Dasar, serta menjadi kontribusi nyata bagi pengembangan psikologi dan pendidikan Islam modern.

#### **F. DAFTAR PUSTAKA**

Abuddin Nata. (2012). Tafsir Ayat-ayat Pendidikan (Tafsir Al-Ayat Al-Tarbawiy). Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Adzima, N., & Hisaaniah, A. (2024). Integrasi nilai-nilai Qur'ani dalam Bimbingan Konseling Islam. *Jurnal Psikologi Islam dan Pendidikan*, 9(1), 45–59.

Al-Fauzan, M., & Al-Haq, S. (2021). Pendekatan Maharah Kalam dalam Pembelajaran Bahasa Arab di Era Digital. *Jurnal Al-Lughah Al-'Arabiyyah*, 13(2), 77–90.

Azzahrah, F., Rahman, M. A., & Hidayati, F. (2023). Preventing mental health problems among high school students through Islamic peer support program: A randomized controlled trial. *Journal of School Mental Health*, 15(2), 187–202.

Badri, M. (2018). Abu Zayd al-Balkhi's Sustainance of the Soul: The Cognitive Behavior Therapy of A Ninth Century Physician. Herndon, VA: International Institute of Islamic Thought.

Chen, L., Zhang, Y., & Wei, H. (2023). Applications of Deep Learning Models in Automatic Speech Recognition for Language Education. *Journal of Educational Technology*, 20(1), 88–102.

Hasmarlin, R., & Hirmaningsih, N. (2019). Implementasi Nilai-Nilai Qur'ani dalam Konseling Islami untuk Penguatan Regulasi Emosi Anak. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(2), 111–126.

Hidayat, A., & Syafrudin, M. (2021). Model Bimbingan Konseling Islami untuk Mengatasi Kecemasan Akademik Siswa. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Islam*, 8(3), 220–235.

Jaya, L., & Malli, H. (2019). Konsep Syukur dalam Psikologi Islam dan Pengaruhnya terhadap Kesejahteraan Emosional Anak. *Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 7(1), 65–79.

Kartini, T., Effendy, R., & Rohman, M. (2023). Regulasi Emosi dan Ketahanan Spiritual Anak Usia Sekolah Dasar dalam Perspektif Psikologi Islam. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Islam*, 11(2), 156–172.

Pramandhika, M., & Mas'ud, A. (2011). Konsep Motivasi dalam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Studi Islam dan Psikologi*, 3(1), 23–39.





- Rahmawati, S. (2019). Implementasi Nilai-Nilai Qur'ani dalam Pembentukan Karakter Siswa. *Jurnal Pendidikan Islam Kontemporer*, 5(2), 90–103.
- Riyadi, S. (2015). Perlakuan Al-Qur'an terhadap Emosi Manusia: Analisis Psikologis dan Spiritual. *Jurnal Tafsir dan Psikologi Islam*, 4(1), 54–70.
- Agustini, Aully Grashinta, San Putra, Sukarman, F., Arfid Guampe, Jakub Saddam Akbar, M., Alridho Lubis, Iyam Maryati, Ririnisahawaitun, R., Mesra, Mike Nurmalia Sari, Paulus Robert Tuerah, M., & Vitha Rahmadhani, R. R. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif (Teori dan Panduan Praktis Analisis Data Kualitatif)* (M. P. rmayanti, S.Pd. (ed.)). PT. Mifandi Mandiri Digital.
- Putra, S., Yhani, P. C. C., Effendi, E., Purwaningrum, J. P., Tonasih, T., Ramadhan, S., Sarman, F., Ulia, A., & Warma, A. (2024). *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Individu dari Perspektif Psikologi*.
- Setiawan, D., Aziz, F. M., Fajar, A., & Yurna, Y. (2023). Pandangan Filsafat Pendidikan Islam terhadap Manusia dan Masyarakat. *Jurnal Pendidikan Berbasis Filsafat Islam*, 1(4), 52–63.
- Sundari, S., & Muslih, H. (2023). Implikasi Pedagogis dalam Pendidikan Islam Anak Usia Dini pada Konsep Fitrah untuk Anak dalam Penafsiran Al-Qur'an Ibnu Katsir. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, 5(1), 316–335.
- Syahid, A., & Elihami, E. (2018). Penerapan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam dalam Membentuk Karakter Pribadi yang Islami. *E-Journal Pendidikan*, 2(1), 79–96.
- World Health Organization. (2021). *Guidelines on Mental Health Promotive and Preventive Interventions for Adolescents*. Geneva: WHO.
- Zaini, A., & Malik, A. (2022). Islamic-based interventions for anxiety disorders among adolescents: A case study approach. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 24(4), 342–360.

