



Pelatihan Kecerdasan Emosional bagi Guru PAUD melalui Pendekatan Reflektif Berbasis *Points of You* di HIMPAUDI Cipayung, Jakarta Timur

Emotional Intelligence Training for Early Childhood Teachers through a Reflective Points of You Approach at HIMPAUDI Cipayung, East Jakarta

Debora Justice Valentina¹, Siti Handayani Maulidina², Dian Andrayani³, *Annisa Syafira Efrinal⁴

¹⁻⁴Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Indonesia

*Penulis Korespondensi: annisasafira@upnvj.ac.id

Riwayat artikel:

Naskah Masuk: 26 Desember 2025;

Revisi: 24 Januari 2026;

Diterima: 07 Februari 2026;

Terbit: 09 Februari 2026;

Keywords: *Community Service; Early Childhood Education; Emotional Intelligence; Social-Emotional Learning; Teacher Training.*

Abstract: *Emotional intelligence (EI) is an essential competency for early childhood education (ECE) teachers in fostering supportive and emotionally responsive learning environments. However, many ECE teachers in Indonesia have limited access to structured EI training. This community service program aimed to strengthen the emotional intelligence of non-formal ECE teachers from HIMPAUDI Cipayung, East Jakarta, through interactive lectures and reflective practice using Points of You (Flow) cards. The training focused on four EI domains: self-awareness, self-management, social awareness, and relationship management. Results showed a substantial improvement in participants' understanding, with average scores increasing from 30.5 (pre-test) to 90.9 (post-test). Most participants (85%) reported that the training was beneficial and expressed readiness to apply the strategies in classroom practice. Observations also indicated improved teacher confidence in managing children's emotions and building positive interactions. These findings demonstrate that reflective and experiential EI training effectively enhances ECE teachers' emotional competencies and supports the creation of a positive social-emotional learning environment.*

Abstrak

Kecerdasan emosional (emotional intelligence/EI) merupakan kompetensi penting bagi guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dalam menciptakan lingkungan belajar yang hangat dan responsif secara emosional. Namun, masih banyak guru PAUD di Indonesia yang belum memperoleh pelatihan EI secara terstruktur. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan kecerdasan emosional guru PAUD nonformal HIMPAUDI Cipayung, Jakarta Timur, melalui pemaparan materi interaktif dan praktik reflektif menggunakan kartu *Points of You (Flow)*. Pelatihan menekankan empat domain EI: kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, dan manajemen hubungan. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan, dengan rata-rata skor naik dari 30,5 (pre-test) menjadi 90,9 (post-test). Sebagian besar peserta (85%) menyatakan pelatihan bermanfaat dan siap menerapkannya dalam praktik mengajar. Observasi juga menunjukkan peningkatan kepercayaan diri guru dalam mengelola emosi anak dan membangun interaksi positif. Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan EI berbasis refleksi dan pengalaman efektif dalam memperkuat kompetensi emosional guru PAUD serta mendukung terciptanya lingkungan belajar sosial-emosional yang positif.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional; Pelatihan Guru; Pembelajaran Sosial-Emosional; Pendidikan Anak Usia Dini; Pengabdian Masyarakat.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memegang peran strategis dalam membentuk fondasi perkembangan anak, termasuk aspek emosional dan sosial yang sangat menentukan arah kepribadian dan karakter bangsa di masa depan. Guru PAUD sebagai pendidik utama

merupakan agen perubahan yang berperan penting dalam membentuk kecerdasan emosional anak sejak dini. Namun, efektivitas mereka sangat bergantung pada kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) yang dimiliki untuk membantu terciptanya iklim belajar yang hangat, empatik, dan kondusif. Studi penelitian modern telah menunjukkan adanya korelasi positif antara peningkatan EQ guru dengan kualitas interaksi mereka di kelas dan perkembangan sosial-emosional anak didik (Wahyuni, Raihana, Utami, Lubis, & Anriani, 2021). Memiliki kecerdasan emosional dan kesadaran diri (*mindfulness*) yang baik dan mampu meningkatkan kemampuan regulasi diri dan komunikasi guru PAUD yang membantu mereka memiliki hubungan yang baik dengan para anak didik berusia belia (Wang, Pan, Yu, & Song, 2023).

Peningkatan kecerdasan emosional pada guru PAUD juga memiliki relevansi yang tinggi terhadap pembentukan karakter anak dalam menghadapi tantangan zaman. Dalam dunia yang semakin kompleks terutama kesenjangan pendidikan antar generasi, kemampuan anak untuk berempati, mengelola stres, dan beradaptasi secara sosial sangat dipengaruhi oleh contoh perilaku yang ditunjukkan oleh guru mereka (Gun, 2025). Guru yang mampu menunjukkan pengendalian diri, pengenalan emosi, dan komunikasi asertif menurut Wang, Pan, Yu, dan Song (2023) dapat menjadi model peran yang efektif bagi anak-anak dalam mengembangkan kompetensi emosional. Membekali guru dengan kecakapan emosional tidak dapat dianggap sebagai pelengkap, melainkan menjadi elemen inti dari penguatan mutu pendidikan di tingkat dasar (Aranditio, 2025)

Kecerdasan emosional merupakan salah satu kemampuan yang penting dan harus dimiliki oleh pendidik yang terlibat dalam pendidikan anak usia dini. Kecerdasan ini mencakup bagaimana guru dalam memiliki kemampuan pengelolaan emosi, kecerdasan komunikasi yang efektif, dan kemampuan dalam membangun relasi yang berkualitas dengan anak didik (Jones & Kahn, 2017). Di tingkat kebijakan nasional, kepedulian pemerintah terhadap aspek kesehatan mental di sekolah juga semakin meningkat. Salah satu wujudnya adalah program “Pelatihan Pertolongan Pertama Luka Psikologis (P3LP)” yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan RI pada 18 Juli 2025. Program ini dilaksanakan untuk membangun kompetensi guru sebagai penolong pertama ketika anak mengalami tekanan emosional, dengan prinsip 3M: Memperhatikan, Mendengarkan, dan Menghubungkan untuk mencegah krisis psikologis pada anak usia sekolah dasar hingga PAUD (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024) Hal ini menunjukkan perhatian bahwa penting sekali guru mendapat pelatihan berkelanjutan dalam membentuk lingkungan belajar yang aman dan sehat psikologis salah satunya dengan meningkatkan kecerdasan emosional .

Namun demikian, masih banyak guru pendidikan anak usia dini di berbagai wilayah Indonesia yang belum mendapatkan pelatihan yang memadai dalam bidang kecerdasan emosional. Keterbatasan sumber daya, kurangnya pelatihan yang sistematis, dan rendahnya prioritas terhadap aspek emosional dalam kurikulum pelatihan guru menjadi tantangan besar dalam meningkatkan kualitas pendidik anak usia dini. Padahal, berdasarkan data dari Kemendikbudristek (2024), hanya 37% guru PAUD nonformal di wilayah DKI Jakarta yang pernah mengikuti pelatihan pengembangan kepribadian dan sosial-emosional (Aranditio, 2025). Fakta ini menunjukkan adanya kesenjangan besar antara tuntutan ideal pendidikan karakter dengan kondisi aktual di lapangan. Oleh sebab itu, kolaborasi antara perguruan tinggi dan organisasi profesi seperti HIMPAUDI menjadi salah satu solusi yang menjanjikan untuk menjembatani kesenjangan ini.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen Prodi Manajemen Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta ini juga menjadi wujud nyata dari implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi dalam mendukung pembangunan pendidikan. Keterlibatan aktif akademisi dalam penguatan kapasitas guru PAUD dapat mendorong terciptanya ekosistem pendidikan yang responsif, inklusif, dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis peserta didik. Pelatihan yang diberikan tidak hanya meningkatkan kesadaran guru terhadap pentingnya pengelolaan emosi, tetapi juga membekali mereka dengan strategi konkret dalam menghadapi dinamika emosional di ruang kelas. Dalam jangka panjang, intervensi semacam ini diharapkan dapat berdampak sistemik terhadap kualitas pendidikan dasar di Indonesia, dengan menjadikan guru PAUD sebagai agen perubahan dalam membentuk generasi yang cerdas secara intelektual dan emosional (Wahyuni et al., 2021).

Berdasarkan konteks tersebut, tim Dosen Prodi Manajemen Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di Himpunan PAUD (HIMPAUDI) Cipayung, Jakarta Timur. Pelatihan yang dilaksanakan ini menekankan peningkatan kecerdasan emosional guru melalui pendekatan aplikatif untuk mengasah kemampuan empati, mengelola tekanan emosi, dan membangun interaksi yang positif. Inisiatif ini relevan dan strategis karena guru PAUD nonformal seringkali mengalami keterbatasan akses terhadap pelatihan profesional, sebagaimana termuat dalam laporan media edukatif. Dengan dukungan pedoman ilmiah dan kebijakan pemerintah terbaru, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana pelatihan *emotional intelligence* dapat memberdayakan guru PAUD sebagai garda terdepan dalam mencerdaskan generasi, sekaligus merekomendasikan strategi penguatan berkelanjutan yang didasari bukti empiris dan kontekstual.

2. METODE

Pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen manajemen Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta ini dilakukan di di Himpunan PAUD (HIMPAUDI) Cipayung, Jakarta Timur. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat kali ini menggunakan 2 metode, yaitu:

Metode 1: Presentasi dan Tanya Jawab

Kegiatan diawali dengan seminar interaktif bertema “*Pentingnya Kecerdasan Emosional Bagi Pendidik Anak Usia Dini*”. Sosialisasi ini bertujuan membangun kesadaran peserta akan pentingnya peran Kecerdasan Emosional dalam meningkatkan kualitas pengasuhan dan pembelajaran anak usia dini. Materi disampaikan oleh narasumber dari tim dosen Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, dengan pendekatan komunikatif dan berbasis studi kasus.

Daniel Goleman dalam bukunya *Emotional Intelligence* mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi kekecewaan, mengendalikan dorongan hati, menunda kepuasan sesaat, mengatur suasana hati, menjaga pikiran tetap jernih di bawah tekanan, memiliki empati, dan memelihara harapan. Dari definisi ini, terlihat bahwa kecerdasan emosional tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengenali emosi diri sendiri, tetapi juga kemampuan mengelola emosi dalam hubungan dengan orang lain.

Konsep yang diperkenalkan Goleman menekankan pentingnya dua jenis kecerdasan, yaitu kecerdasan personal dan kecerdasan sosial. Kecerdasan personal (intrapersonal) adalah kemampuan mengenali dan memahami diri sendiri, sedangkan kecerdasan sosial (interpersonal) adalah kemampuan memahami orang lain dan membangun relasi yang sehat. Pandangan ini sejalan dengan teori kecerdasan majemuk yang dikemukakan oleh Howard Gardner, yang membagi kecerdasan manusia ke dalam berbagai aspek, termasuk kecerdasan interpersonal dan intrapersonal.

Goleman juga menegaskan bahwa kecerdasan emosional memegang peran lebih besar dibandingkan kecerdasan intelektual (IQ) dalam menentukan kesuksesan seseorang. Menurutnya, IQ hanya menyumbang sekitar 20% terhadap keberhasilan hidup, sedangkan 80% lainnya ditentukan oleh faktor lain, termasuk kecerdasan emosional. Hal ini merupakan respon terhadap fenomena yang sering ditemui di masyarakat, di mana banyak individu dengan IQ tinggi justru tidak mampu tampil lebih baik dibanding mereka yang memiliki EQ yang baik.

Salah satu keunggulan kecerdasan emosional adalah sifatnya yang dapat dikembangkan. Tidak seperti IQ yang cenderung tetap sejak lahir dan sulit ditingkatkan secara

signifikan, kecerdasan emosional dapat tumbuh dan berkembang sepanjang hidup melalui pembelajaran dan pengalaman. Dengan melatih keterampilan seperti pengendalian diri, empati, dan kemampuan sosial, seseorang dapat meningkatkan kecerdasan emosionalnya dan pada akhirnya lebih siap menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan.

Dengan metode ini, peserta dibimbing memahami empat domain Kecerdasan Emosional, yaitu self-awareness, self-management, social awareness, dan relationship management. Materi disampaikan melalui ceramah ringan, diskusi kelompok, dan refleksi pengalaman nyata peserta sebagai guru PAUD (Goleman, 2017).

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami emosi diri sendiri, termasuk dampaknya terhadap pikiran, perilaku, dan orang lain. Kompetensi utama dalam domain ini adalah kesadaran emosi diri, yaitu menyadari perasaan yang sedang dialami, memahami penyebabnya, serta mengenali kekuatan dan kelemahan diri sendiri. Orang dengan kesadaran diri yang baik mampu lebih objektif dalam mengambil keputusan dan lebih bijak dalam merespons situasi.

Pengelolaan Diri mencakup kemampuan untuk mengendalikan emosi negatif, beradaptasi terhadap perubahan, dan tetap termotivasi dalam berbagai kondisi. Orang yang memiliki pengelolaan diri yang baik dapat menghadapi tekanan dengan lebih tenang dan efektif. Ada beberapa kompetensi penting, yaitu: (1) Pengendalian diri emosional, yaitu mampu mengelola emosi sehingga tidak meledak-ledak atau mengambil keputusan tergesa-gesa; (2) Kemampuan beradaptasi, yaitu dapat menyesuaikan diri dengan perubahan dan menghadapi tantangan dengan fleksibilitas; (3) Orientasi pada pencapaian, yaitu berfokus pada hasil terbaik dan selalu berusaha meningkatkan diri; dan (4) Pandangan positif, yaitu tetap optimis meskipun menghadapi hambatan.

Kesadaran Sosial adalah kemampuan untuk memahami perasaan, kebutuhan, dan kepentingan orang lain. Kemampuan ini penting untuk membangun hubungan yang sehat dan efektif dengan orang lain. Kompetensi di dalam domain ini mencakup empati berupa kemampuan merasakan dan memahami emosi orang lain dan kesadaran organisasi untuk memahami dinamika sosial, nilai, dan norma yang berlaku di dalam suatu kelompok atau organisasi.

Manajemen Hubungan berkaitan dengan keterampilan membangun, mempertahankan, dan memperkuat hubungan dengan orang lain. Manajemen hubungan yang baik membantu seseorang menciptakan jaringan sosial yang kuat dan harmonis. Kompetensi yang termasuk di dalamnya adalah:

- a. Pengaruh, yaitu mampu mempengaruhi orang lain dengan cara yang positif.
- b. Melatih dan membimbing, yaitu memberikan dukungan dan arahan kepada orang lain agar berkembang.
- c. Manajemen konflik, yaitu menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif.
- d. Kerja sama tim, yaitu mampu bekerja efektif dalam kelompok.
- e. Kepemimpinan yang menginspirasi, yaitu memotivasi dan menggerakkan orang lain dengan visi yang jelas.

Metode 2: Praktek

Praktek dilakukan dengan teknik *points of you* menggunakan kartu Flow, yaitu dengan menganalisis dan mengeksplorasi gambar yang memicu emosi, untuk melatih pengenalan dan regulasi emosi. Kartu flow berfungsi untuk memantik para peserta untuk memikirkan mengenai bagaimana perasaan mereka terhadap kartu yang dipilih.

Phototherapy merupakan salah satu teknik terapi yang menekankan kepada pemahaman kepada diri lewat foto atau gambar yang sudah disediakan untuk memantik

Flow dari *Points of You* adalah sebuah alat refleksi yang dirancang untuk menumbuhkan kesadaran penuh (*mindfulness*) dan kehadiran diri dalam kehidupan sehari-hari. Alat ini membantu individu maupun kelompok untuk menyadari momen-momen “di antara” yang sering terlewatkan, seperti naik dan turunnya emosi, pergerakan dan keheningan, serta ketidakpastian dan kejelasan. Flow hadir dalam satu set yang berisi 65 kartu foto dengan gambar-gambar inspiratif, buku panduan penuh warna yang mengeksplorasi setiap kartu melalui cerita, kutipan, dan pertanyaan reflektif, serta 12 kartu *layout* dan 4 kartu fokus yang memandu proses eksplorasi mendalam.

Flow dapat digunakan untuk berbagai tujuan, mulai dari eksplorasi diri, pendampingan satu lawan satu, hingga fasilitasi kelompok yang lebih besar. Dengan pendekatan visual dan reflektif, peserta diajak memilih kartu yang resonan dengan perasaan atau situasi mereka, lalu mendalaminya melalui pertanyaan-pertanyaan yang membuka perspektif baru. Alat ini sangat bermanfaat karena mampu menciptakan dialog yang terbuka, membantu memahami emosi, membangun ketahanan diri, serta memperkuat keseimbangan batin.

Flow lebih menekankan pada keheningan batin dan kehadiran dalam momen sekarang. Dengan menggunakan Flow, peserta dapat memperlambat ritme kehidupan yang serba cepat, mengamati diri dengan jujur, dan menemukan kekuatan dari dalam untuk menghadapi tantangan yang ada.

Awalnya, para peserta diajak untuk memilih gambar pada kartu yang mereka sukai. Pilihan kartu para peserta dapat berdasarkan pada gambar yang menarik perhatian mereka,

suatu kegiatan yang mereka sukai, suatu benda yang mereka sukai ataupun gambar berdasarkan hal yang mereka tengah alami. Kartu flow yang sudah dipilih oleh peserta, berikutnya akan dijadikan alat untuk melihat lebih dalam tentang hal-hal yang tengah mereka rasakan saat itu. Perasaan dan emosi yang sedang dirasakan oleh para peserta dapat dijabarkan saat melihat kartu yang berisi foto yang telah dipilih sebelumnya.

3. HASIL

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat bertema “*Pentingnya Kecerdasan Emosional bagi Pendidik Anak Usia Dini*” bagi para guru PAUD yang tergabung dalam HIMPAUDI Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur dilaksanakan dalam dua sesi, yaitu Sesi Presentasi dan Tanya Jawab serta Sesi Praktik menggunakan metode *Points of You (Flow)*.

Sesi pertama, merupakan sesi presentasi dan tanya jawab yang dilakukan pada tanggal 11 Juli 2025. Dalam pelaksanaannya, Narasumber memberikan paparan mengenai pentingnya kecerdasan emosional bagi guru-guru PAUD yang harus berhadapan dengan anak-anak yang memiliki beragam kepribadian. Setelah memahami pengertian dan bagaimana kecerdasan emosional memiliki peranan yang penting bagi kesehatan mental, para guru PAUD diajak untuk memahami beragam dimensi dalam kecerdasan emosional, yaitu self awareness, self management, social awareness dan relationship management.

Sesi kedua, merupakan sesi praktek metode point of view dengan menggunakan kartu flow. Kegiatan diawali dengan sesi pembukaan, dilanjutkan dengan pengenalan narasumber sebelum memasuki inti pelatihan. Pada awal pelatihan, peserta terlebih dahulu mengisi pretest untuk mengetahui gambaran diri awal mereka. Setelah itu, kegiatan berlangsung sesuai prosedur penggunaan kartu *Points of You* (Efrat Shani & Yaron Golan, 2007).

Tahap kedua adalah Expand, yaitu memperluas cara pandang peserta dengan mencoba melihat hal-hal yang biasanya luput dari perhatian. Peserta diminta memilih satu kartu *Points of You* dan mengamati detail gambar secara mendalam, meliputi warna, bentuk, maupun tekstur. Selanjutnya, mereka dipandu untuk menyadari pikiran, perasaan, asosiasi, serta hal-hal yang menimbulkan rasa suka atau tidak suka. Untuk memperkaya proses dialog, fasilitator membacakan buku yang berisi cerita, refleksi, serta kutipan yang berkaitan dengan foto pilihan peserta.

Tahap ketiga adalah Focus, yaitu proses menemukan atau menyadari insight yang muncul pada tahap sebelumnya. Peserta diarahkan untuk menuliskan insight tersebut secara jelas sehingga dapat terinternalisasi dan menumbuhkan semangat perubahan secara alami.

Tahap keempat adalah Doing, yang menekankan pada kesadaran penuh peserta dalam

menerjemahkan insight yang diperoleh menjadi langkah nyata dalam kehidupan sehari-hari.

Pembahasan

Kartu *Points of You* berisi kumpulan gambar yang dirancang untuk membawa individu menyentuh lapisan bawah sadarnya. Media ini digunakan dalam proses pembinaan dengan menekankan perubahan serta pengembangan potensi diri saat ini, sehingga dapat membantu seseorang untuk berkembang, menyelesaikan masalah, dan berfokus pada masa depan (Csermelyné Gáspár, 2020).

Penggunaan kartu *Points of You* melalui empat tahapan, yaitu Pause, Expand, Focus, dan Doing. Pause menjadi tahap awal yang mengajak individu berhenti sejenak, hadir secara penuh, serta mengalami transisi dari kesibukan menuju kesadaran diri. Tahap Expand bertujuan memperluas sudut pandang melalui pengamatan dan pengalaman baru, sehingga coachee maupun trainee dapat membuka wawasan, perasaan, dan cara pandang berbeda. Selanjutnya, tahap Focus membantu individu menemukan pemahaman paling signifikan dari proses sebelumnya untuk dijadikan dasar pengambilan keputusan. Tahap terakhir, Doing, mengarahkan peserta beralih dari potensi menjadi tindakan nyata yang dapat diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui pertanyaan yang tepat dan pengamatan foto secara mendalam, seseorang dapat memperoleh pemahaman yang jelas serta membuka akses menuju aspek implisit atau bawah sadar (Irbath, 2019).

Secara ilmiah, penggunaan kartu *Points of You* memungkinkan individu menemukan insight dalam dirinya, sehingga lebih mudah mengenali jati diri. Hal ini sejalan dengan pandangan Dzikran (2017) yang menekankan bahwa mengenal diri dapat dimulai dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan pada diri sendiri, menjawabnya secara jujur, lalu membuat pemetaan dari jawaban tersebut. Dengan demikian, seseorang akan lebih mampu memahami potensi maupun keterbatasan dirinya secara mendalam.

Kegiatan pengabdian masyarakat bertema *Pentingnya Kecerdasan Emosional bagi Pendidik Anak Usia Dini* bagi para guru PAUD yang tergabung dalam HIMPAUDI Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan para guru PAUD dalam mengetahui penggunaan kecerdasan emosional yang baik dalam meningkatkan kemampuan mereka dalam kegiatan belajar dan mengajar dengan menggabungkan konsep psikologis dan keilmuan teori manajemen sumber daya manusia. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan, dari rata-rata skor 30,5 menjadi 90,9. Selain itu, 85% guru menyatakan terbantu dengan materi yang ditampilkan dan berminat untuk menggunakannya untuk meningkatkan kualitas dalam

membersamai anak-anak usia dini dalam belajar.

Luaran yang dihasilkan dari kegiatan ini antara lain berita dalam laman berita daring terkait laporan kegiatan pengabdian masyarakat kelompok dosen Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta dan dokumentasi kegiatan dalam bentuk foto, video, dan hasil evaluasi pembelajaran. Selain itu, kegiatan ini menghasilkan rencana tindak lanjut berupa Pengabdian ini membuktikan bahwa guru PAUD memiliki keinginan besar dalam memperbaiki kemampuan mengajar melalui pelatihan yang baik.

4. DISKUSI

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan bersama dosen UPN Veteran Jakarta dan PDBI menunjukkan adanya peningkatan pemahaman pendidik PAUD terhadap kecerdasan emosional sebagai kompetensi penting dalam pengelolaan kelas dan interaksi dengan peserta didik. Kecerdasan emosional guru di PAUD berkaitan dengan kemampuan mengenali emosi diri dan anak, mengatur respons emosional, serta membangun hubungan sosial yang harmonis dengan peserta didik dan rekan sejawat (emotional intelligence). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecerdasan emosional merupakan kompetensi yang berkontribusi signifikan terhadap keterlibatan anak, kualitas interaksi pembelajaran, serta efektivitas proses belajar-mengajar di pendidikan anak usia dini (Farina & Aslamiah, 2024).

Selama pelatihan, pendidik dilatih untuk menerapkan dimensi-dimensi kecerdasan emosional, seperti mengenali dan mengelola emosi dalam konteks pembelajaran sehari-hari. Hal ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa guru dengan kecerdasan emosional yang tinggi dapat menciptakan lingkungan kelas yang positif, suportif, dan kondusif bagi perkembangan sosial emosional anak, termasuk kemampuan empati serta perolehan keterampilan interpersonal (Kasheem, Baroud & Almajri, 2025).

Observasi selama kegiatan menunjukkan bahwa pendidik PAUD mengalami peningkatan kepercayaan diri dalam menghadapi situasi emosional anak, seperti menangani frustrasi, konflik antarteman, atau respon terhadap perbedaan tingkah laku. Hal ini konsisten dengan temuan studi yang menunjukkan bahwa guru dengan kecerdasan emosional tinggi memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik dan cenderung membangun hubungan yang positif dengan peserta didik sehingga menciptakan iklim kelas yang harmonis dan efektif (Saleh et al., 2025).

Di sisi lain, pelatihan penggunaan media belajar yang mendukung kecerdasan emosional, seperti kegiatan bermain peran, kartu emosi, dan dialog terarah, memungkinkan

pendidik untuk mengintegrasikan aspek emosional dalam aktivitas pembelajaran. Strategi semacam ini relevan dengan gagasan *Social-Emotional Learning (SEL)* yang menekankan pembelajaran emosional yang eksplisit dan terintegrasi dalam pengalaman kelas agar anak mampu mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka (Kasheem et al., 2025).

Secara keseluruhan, hasil pelatihan menunjukkan bahwa penguatan kecerdasan emosional pendidik berimplikasi positif terhadap kemampuan mereka dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang responsif terhadap kebutuhan emosional anak PAUD, serta memperkaya praktik penggunaan media belajar yang mendukung perkembangan sosial emosional anak secara holistik. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sudah dilakukan sesuai tahap yang direncanakan dari tahap perencanaan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi untuk mengetahui dan menganalisis bagaimana peningkatan kecerdasan emosional guru melalui pendekatan aplikatif untuk mengasah kemampuan empati, mengelola tekanan emosi, dan membangun interaksi yang positif. Tim Dosen Prodi Manajemen Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta bertujuan melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini agar berguna dalam meningkatkan kualitas guru PAUD yang bergabung dalam Himpunan PAUD (HIMPAUDI) Cipayung, Jakarta Timur.

Pada Gambar 1, Gambar 2, dan Gambar 3 adalah jalan nya kegiatan yang dilakukan pada saat presentasi, tanya jawab, praktek dengan menggunakan kartu Points of You (Flow) serta pengisian Post Test oleh peserta.



Gambar 1. Penyuluhan tentang Pentingnya Kecerdasan Emosional Bagi Pendidik Anak Usia Dini pada Guru PAUD di HIMPAUDI Cipayung.



Gambar 2. Pembagian kartu *Points of You (Flow)*.



Gambar 3. Pengisian *Post Test*.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan bersama guru PAUD HIMPAUDI Cipayung, Jakarta Timur, menunjukkan bahwa pelatihan kecerdasan emosional dengan pendekatan aplikatif dan reflektif mampu meningkatkan pemahaman serta kesadaran guru terhadap pentingnya pengelolaan emosi dalam proses pembelajaran anak usia dini. Peningkatan skor pre-test ke post-test yang sangat signifikan menunjukkan bahwa materi dan metode yang digunakan efektif dalam memperkuat kompetensi emosional guru.

Melalui kombinasi pemaparan konsep kecerdasan emosional dan praktik reflektif menggunakan kartu *Points of You (Flow)*, peserta tidak hanya memahami aspek teoretis, tetapi juga mampu mengaitkannya dengan pengalaman pribadi dan situasi nyata di kelas. Guru menjadi lebih mampu mengenali emosi diri, mengelola respons emosional, menunjukkan empati, serta membangun hubungan yang lebih positif dengan anak didik.

Pelatihan ini juga berdampak pada meningkatnya kepercayaan diri guru dalam menghadapi dinamika emosional anak, seperti konflik, frustrasi, dan perbedaan perilaku. Dengan demikian, penguatan kecerdasan emosional guru terbukti berkontribusi pada terciptanya lingkungan belajar yang lebih hangat, suportif, dan responsif terhadap kebutuhan sosial-emosional anak. Secara keseluruhan, kegiatan ini menegaskan bahwa pengembangan kecerdasan emosional bukan sekadar pelengkap, tetapi merupakan bagian penting dari peningkatan kualitas guru PAUD. Oleh karena itu, diperlukan pelatihan berkelanjutan serta kolaborasi yang lebih luas antara perguruan tinggi, organisasi profesi, dan pemangku kebijakan agar penguatan kompetensi sosial-emosional guru dapat dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada pihak HIMPAUDI Cipayung khususnya kepada Ketua HIMPAUDI dan para guru yang telah memberikan izin, dukungan, serta partisipasinya dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- Aranditio, S. (2025, May 13). Memperkuat PAUD nonformal untuk wajib belajar 13 tahun. *Kompas.id*. <https://www.kompas.id>
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence and its relation to workplace outcomes. In R. J. Sternberg & S. B. Kaufman (Eds.), *Handbook of emotional intelligence* (pp. 395–419). Jossey-Bass.
- Csermelyné Gáspár, T. (2020). Creative application of phototherapy tools in education [English translation]. *Különleges Bándsmód – Interdisciplinary Journal*, 6(2), 119–124. <https://doi.org/10.18458/KB.2020.6.119>
- Dzikran, A. (2017). *Kuasai dirimu: Panduan membangun mind-set dan mental sukses*. Pustaka Alvabet.
- Farina, M., & Aslamiah. (2024). Peran kecerdasan emosional guru pada pendidikan anak usia dini. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*. <https://doi.org/10.23969/jp.v10i04.38093>
- Goleman, D., & Boyatzis, R. E. (2017). Emotional intelligence has 12 elements: Which do you need to work on? *Harvard Business Review*.
- Gun, F. P. (2025). Strategi pengembangan kompetensi sosial-emosional bagi guru PAUD. *PEDASUD: Jurnal Ilmu Pendidikan Guru Sekolah Dasar dan Usia Dini*, 2(1), 25–30. <https://doi.org/10.70134/pedasud.v2i1.335>
- Irbath, N. (2019). Coaching dan training dengan Points of You® untuk membangun jembatan emas pusat karier. *Proceeding Indonesia Career Center Network Summit IV*, 1(1), 57–60. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/ICCN/article/view/3093>

- Jones, S. M., & Kahn, J. (2017). *The evidence base for how we learn: Supporting students' social, emotional, and academic development*. Aspen Institute.
- Kasheem, A., Baroud, N., & Almajri, S. K. (2025). The role of emotional intelligence in enhancing teacher–student relationships in rural schools. *SIBATIK Journal*. <https://doi.org/10.54443/sibatik.v4i8.3158>
- Kemendikbudristek. (2024). *Laporan tahunan pendidikan anak usia dini*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024, July 17). Kemenkes latih guru jadi penolong pertama luka psikologis di sekolah. *InfoPublik*. <https://infopublik.id/kategori/nasional-sosial-budaya/929510/kemenkes-latih-guru-jadi-penolong-pertama-luka-psikologis-di-sekolah>
- Marly. (2020). *Points of You L.1 (Hello Points workshop)*. MARLY Bring out the Best. <https://marly.co.id/points-of-you-l-1-hello-points-workshop>
- Saleh, A. Y., Hibatullah, M. D. A., et al. (2025). The role of emotional intelligence in teacher perception of student–teacher relationships. *Jurnal Pendidikan Progresif*, 13(2). <https://doi.org/10.23960/jpp.v13.i2.202350>
- Shani, E., & Golan, Y. (2007). *Points of You: The coaching game* (A. Hirawan, Trans.). Points of You Ltd.
- Wahyuni, I. W., Raihana, R., Utami, D. T., Lubis, A. N., & Anriani, E. (2021). Kecerdasan emosi dan kompetensi sosial guru PAUD. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3), 172–178. <https://doi.org/10.31004/aulad.v4i3.105>
- Wang, Y., Pan, B., Yu, Z., & Song, Z. (2023). The relationship between preschool teacher trait mindfulness and teacher–child relationship quality: The chain mediating role of emotional intelligence and empathy. *Current Psychology*, 43(3), 2667–2678. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04512-5>