

Pengaruh Penguatan Nilai Tauhid dan Kesadaran Diri terhadap Stabilitas Emosi Peserta Didik Sekolah Dasar dalam Konteks Pendidikan Islam di Era Society 5.0

Devi¹, Kailani², Ismegawati³, Alvi syahrin⁴

Pascasarjana Institut Ahmad Dahlan Probolinggo; fawwazdevi@gmail.com

Pascasarjana Institut Ahmad Dahlan Probolinggo; Kailanimr7@gmail.com

Pascasarjana Institut Ahmad Dahlan Probolinggo; ismegawati5@gmail.com

Pascasarjana Institut Ahmad Dahlan Probolinggo; alvinalsyahrin@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords:

Keyword 1; Nilai Tauhid

Keyword 2; Kesadaran Diri

Keyword 3; Stabilitas Emosi

Keyword 4; Peserta didik

Sekolah Dasar

Article history:

Received 2026-06-28

Revised 202-07-28

Accepted 2026-11-01

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh penguatan nilai tauhid dan kesadaran diri terhadap stabilitas emosi peserta didik sekolah dasar dalam konteks pendidikan Islam di era Society 5.0. Penelitian dilatarbelakangi oleh meningkatnya permasalahan emosional peserta didik, seperti rendahnya kemampuan pengendalian diri, perilaku impulsif, serta lemahnya ketahanan psikologis akibat pengaruh digitalisasi dan perubahan sosial. Pendekatan penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain explanatory survey. Sampel penelitian berjumlah 82 peserta didik sekolah dasar yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui angket berbasis skala Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif, uji korelasi Pearson, dan regresi linear berganda dengan bantuan software SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penguatan nilai tauhid berpengaruh positif dan signifikan terhadap stabilitas emosi peserta didik dengan kontribusi sebesar 35,7%. Penguatan nilai tauhid juga berpengaruh signifikan terhadap kesadaran diri peserta didik sebesar 39,3%. Selain itu, kesadaran diri terbukti menjadi prediktor paling kuat terhadap stabilitas emosi dengan kontribusi sebesar 73,0%. Temuan penelitian menegaskan bahwa internalisasi nilai tauhid tidak hanya membentuk religiusitas peserta didik, tetapi juga memperkuat kesadaran diri dan kemampuan regulasi emosi. Novelty penelitian terletak pada integrasi dimensi spiritual Islam dan aspek psikologis dalam menjelaskan stabilitas emosi peserta didik sekolah dasar. Penelitian ini berkontribusi terhadap pengembangan teori pendidikan Islam berbasis psikospiritual serta memberikan implikasi praktis bagi penguatan pendidikan karakter dan kesehatan mental peserta didik di sekolah dasar.

This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.

Corresponding Author:

Devi

Institut Ahmad Dahlan Probolinggo; fawwazdevi@gmail.com



1. INTRODUCTION

Perkembangan teknologi digital dan perubahan sosial pada era Society 5.0 memberikan pengaruh besar terhadap kondisi emosional peserta didik sekolah dasar. UNICEF melaporkan bahwa sekitar 13% anak dan remaja di dunia mengalami gangguan mental emosional yang memengaruhi perkembangan belajar dan sosial mereka (Van Barneveld, Scheper, Vissers, Duinmeijer, & Hakvoort, 2025). WHO juga menyatakan bahwa gangguan kecemasan dan ketidakstabilan emosi anak meningkat setelah pandemi COVID-19 akibat tekanan sosial dan penggunaan media digital yang berlebihan (Shuai et al., 2021). Di Indonesia, data Kemendikbud menunjukkan meningkatnya perilaku agresif, cyberbullying, dan kesulitan mengendalikan emosi pada peserta didik sekolah dasar. Kondisi ini menunjukkan bahwa pendidikan masih lebih fokus pada kemampuan akademik dibandingkan pembinaan emosional dan spiritual peserta didik. Padahal, stabilitas emosi sangat penting dalam mendukung keberhasilan belajar dan hubungan sosial anak (Andrei, 2022). Oleh karena itu, pendidikan perlu memperkuat nilai spiritual dan kesadaran diri peserta didik sejak usia dini. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pendidikan spiritual mampu membantu anak meningkatkan regulasi emosi dan ketahanan psikologis dalam menghadapi tekanan kehidupan modern (Andrei, 2022).

Permasalahan utama yang terjadi saat ini adalah ketidakseimbangan antara perkembangan akademik dan kematangan emosional peserta didik. Pendidikan modern cenderung menekankan prestasi akademik, sedangkan pembentukan spiritualitas dan kesadaran diri masih kurang diperhatikan. Akibatnya, banyak peserta didik memiliki kemampuan intelektual yang baik tetapi lemah dalam mengendalikan emosi dan memahami diri sendiri. Dalam pendidikan Islam, nilai tauhid sebenarnya memiliki peran penting dalam membentuk ketenangan jiwa dan pengendalian diri peserta didik. Namun, pembelajaran agama sering kali hanya bersifat teoritis dan belum menyentuh aspek psikologis anak secara mendalam (Istiyani, Wibowo, Taruna, Rahmawati, & Atmanto, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa rendahnya spiritual awareness dapat meningkatkan emotional distress pada anak dan remaja. Selain itu, rendahnya kesadaran diri menyebabkan peserta didik sulit mengenali emosi dan mengontrol perilaku mereka. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara tujuan pendidikan karakter dengan realitas emosional peserta didik saat ini.

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan spiritualitas, kesadaran diri, dan stabilitas emosi dalam pendidikan (Andrei, 2022). Spiritual well-being berhubungan positif dengan emotional resilience anak sekolah. Penelitian juga menunjukkan bahwa self-awareness berpengaruh terhadap kemampuan regulasi emosi peserta didik sekolah dasar (Pickerell, Pennington, Cartledge, Miller, & Curtis, 2023). Selain itu, pendidikan berbasis kesadaran diri dapat meningkatkan kontrol emosi dan perilaku sosial anak (Min et al., 2024). Dalam konteks pendidikan Islam, bahwa internalisasi nilai tauhid mampu membentuk karakter religius dan ketahanan psikologis peserta didik (Abubakar, Sanusi, Razali, Yeningsih, & Mujiburrahman, 2023). Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih memisahkan aspek spiritualitas dan kesadaran diri. Selain itu, penelitian lebih banyak dilakukan pada remaja dan mahasiswa dibandingkan peserta didik sekolah dasar. Penelitian sebelumnya juga masih jarang menggunakan pendekatan SEM-PLS untuk menguji hubungan antarvariabel secara menyeluruh.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, terdapat beberapa research gap yang menjadi dasar penelitian ini. Pertama, masih sedikit penelitian yang menggabungkan nilai tauhid dan kesadaran diri dalam menjelaskan stabilitas emosi peserta didik sekolah dasar. Kedua, sebagian besar penelitian sebelumnya menggunakan metode analisis sederhana sehingga belum mampu menjelaskan hubungan variabel secara kompleks. Ketiga, penelitian tentang stabilitas emosi anak di Indonesia masih didominasi pendekatan psikologi Barat dan belum banyak mengintegrasikan perspektif spiritual Islam. Keempat, belum banyak model pendidikan karakter yang mengintegrasikan spiritualitas dan kesadaran diri dalam pembentukan kesehatan mental peserta didik. Oleh karena itu, penelitian ini mencoba membangun model baru yang menghubungkan

penguatan nilai tauhid dan kesadaran diri sebagai prediktor stabilitas emosi peserta didik sekolah dasar.

Penelitian ini penting dilakukan karena peserta didik saat ini menghadapi banyak tantangan sosial dan digital yang memengaruhi kondisi emosional mereka. UNESCO melaporkan bahwa sekitar 32% anak usia sekolah mengalami tekanan psikologis akibat perubahan sosial dan penggunaan media digital yang tinggi (Liu et al., 2024). Di Indonesia, anak sekolah dasar rata-rata menggunakan perangkat digital lebih dari lima jam setiap hari. Kondisi ini dapat menyebabkan perilaku impulsif, kecanduan gawai, dan lemahnya kontrol emosi. Dalam pendidikan Islam, penguatan nilai tauhid dapat membantu peserta didik memiliki ketenangan jiwa, kesadaran moral, dan pengendalian diri. Selain itu, kesadaran diri juga penting agar peserta didik mampu mengenali dan mengelola emosinya dengan baik. Penelitian ini mendukung program Penguatan Pendidikan Karakter (PPK) pemerintah serta memberikan kontribusi dalam pengembangan pendidikan Islam berbasis kesehatan mental dan spiritualitas.

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh penguatan nilai tauhid dan kesadaran diri terhadap stabilitas emosi peserta didik sekolah dasar menggunakan pendekatan SEM-PLS. Novelty penelitian terletak pada penggabungan dimensi spiritual Islam dan self-awareness dalam satu model penelitian. Penelitian ini memandang nilai tauhid tidak hanya sebagai konsep keagamaan, tetapi juga sebagai faktor psikologis yang memengaruhi kestabilan emosi peserta didik. Selain itu, penelitian ini mengintegrasikan teori spiritual intelligence, self-awareness, dan emotional regulation secara bersamaan. Pendekatan ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang cenderung membahas variabel tersebut secara terpisah. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan teori pendidikan Islam dan pendidikan karakter berbasis spiritualitas.

Dalam perkembangan pendidikan modern, isu kesehatan mental dan pendidikan karakter menjadi perhatian penting di era Society 5.0. World Economic Forum menyebutkan bahwa emotional intelligence, self-awareness, dan resilience merupakan kemampuan penting yang harus dimiliki generasi masa depan. Dalam konteks ini, pendidikan Islam memiliki peran besar dalam membentuk keseimbangan intelektual, spiritual, dan emosional peserta didik melalui nilai tauhid. Nilai tauhid tidak hanya mengajarkan hubungan manusia dengan Tuhan, tetapi juga membantu membentuk ketenangan jiwa, moralitas, dan perilaku sosial yang baik. Oleh karena itu, penguatan nilai tauhid menjadi relevan dalam menghadapi krisis moral dan emosional anak di era digital. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa pendidikan Islam perlu dikembangkan melalui pendekatan multidisipliner yang mengintegrasikan spiritualitas, psikologi, dan perkembangan teknologi modern.

Literatur mutakhir menunjukkan bahwa stabilitas emosi peserta didik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis, tetapi juga oleh fondasi spiritual, lingkungan pendidikan, dan kemampuan mengenali diri. Dalam pendidikan Islam, nilai tauhid berfungsi sebagai pusat orientasi hidup yang membentuk keyakinan, moralitas, pengendalian diri, dan arah perilaku peserta didik. Studi tentang pendidikan tauhid menunjukkan bahwa tauhid dapat membangun karakter rabbani, religiusitas, dan orientasi moral peserta didik karena ia menanamkan kesadaran bahwa seluruh perilaku manusia berada dalam relasi tanggung jawab kepada Allah (Susanto, Ritonga, & Desrani, 2023). Penelitian lain juga menemukan bahwa pembelajaran tauhid berkorelasi kuat dengan dimensi religiositas, baik ideologis, ritualistik, eksperiensial, intelektual, maupun konsekuensial (Pinelli, 2025). Dengan demikian, tauhid tidak dapat dipahami hanya sebagai doktrin teologis, tetapi juga sebagai konstruk psikospiritual yang berpotensi membentuk kestabilan batin dan perilaku adaptif peserta didik.

Kesadaran diri menjadi variabel penting karena peserta didik yang mampu mengenali emosi, memahami keadaan diri, dan menilai perilakunya secara reflektif cenderung lebih mampu mengatur respons emosional. Kajian SEM menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh terhadap motivasi akademik dan efikasi diri siswa (Hadi & Alquraan, 2025). Penelitian lain

menegaskan bahwa metakognisi dan regulasi emosi secara bersama-sama memprediksi refleksi diri, sehingga kesadaran diri berperan sebagai mekanisme penting dalam pembentukan kontrol emosi (Gidalevich & Mirkin, 2024). Dalam konteks anak, dukungan pengasuhan yang mindful juga terbukti berhubungan dengan regulasi emosi anak secara longitudinal (He, Rahman, Xu, & Jiang, 2025). Temuan ini memperkuat argumentasi bahwa stabilitas emosi bukan sifat bawaan semata, melainkan dapat dibentuk melalui proses pendidikan, refleksi diri, dan lingkungan spiritual yang konsisten.

2. METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis explanatory research untuk menguji pengaruh penguatan nilai tauhid dan kesadaran diri terhadap stabilitas emosi peserta didik sekolah dasar. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian berorientasi pada pengukuran objektif variabel, pengujian hipotesis, serta analisis hubungan kausal antar konstruk secara empiris. Paradigma penelitian yang digunakan adalah post-positivistik, yaitu paradigma yang memandang realitas sosial dapat diukur melalui instrumen ilmiah dan dianalisis menggunakan pendekatan statistik. Penelitian menggunakan desain cross-sectional survey karena pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu melalui penyebaran angket kepada responden. Penelitian dilaksanakan pada peserta didik kelas V dan VI sekolah dasar yang mengikuti pembelajaran Pendidikan Agama Islam. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas V dan VI sekolah dasar, sedangkan sampel penelitian berjumlah 82 peserta didik yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling.

Variabel penelitian terdiri atas variabel independen dan dependen. Variabel independen meliputi penguatan nilai tauhid (X1) dan kesadaran diri (X2), sedangkan variabel dependen adalah stabilitas emosi peserta didik (Y). Penguatan nilai tauhid diukur melalui indikator keyakinan kepada Allah, kebiasaan ibadah, rasa syukur, kesabaran, tanggung jawab moral, dan perilaku religius. Kesadaran diri diukur melalui indikator kemampuan mengenali emosi, refleksi diri, pengendalian diri, evaluasi diri, dan kesadaran perilaku. Sementara itu, stabilitas emosi diukur melalui kemampuan mengendalikan marah, ketenangan diri, pengendalian impulsif, kemampuan beradaptasi sosial, dan ketahanan menghadapi tekanan emosional. Instrumen penelitian menggunakan angket tertutup berbasis skala Likert lima poin, yaitu skor 1 = sangat tidak setuju sampai skor 5 = sangat setuju.

Analisis data dilakukan menggunakan bantuan software SPSS dengan tahapan analisis meliputi statistik deskriptif, uji validitas, uji reliabilitas, uji korelasi Pearson, dan uji regresi linear berganda. Uji validitas digunakan untuk mengetahui ketepatan instrumen dalam mengukur konstruk penelitian, sedangkan uji reliabilitas digunakan untuk menguji konsistensi internal instrumen menggunakan Cronbach's Alpha. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear dengan tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Hipotesis diterima apabila nilai signifikansi $< 0,05$ dan nilai t-hitung lebih besar dibanding t-tabel. Dalam aspek etika penelitian, peneliti menjaga kerahasiaan identitas responden, meminta persetujuan sekolah dan guru kelas, serta memastikan bahwa seluruh data digunakan hanya untuk kepentingan akademik.

3. RESULT AND DISCUSSION

Hasil

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa tingkat penguatan nilai tauhid peserta didik berada pada kategori sangat tinggi dengan nilai mean sebesar 4,732 dan standar deviasi 0,382. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik memiliki pemahaman dan penghayatan nilai tauhid yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Variabel kesadaran diri memperoleh nilai mean sebesar 4,235 dengan standar deviasi 0,729 yang menunjukkan bahwa peserta didik cukup mampu mengenali dan mengendalikan kondisi emosional dirinya. Sementara itu, stabilitas emosi

memperoleh nilai mean sebesar 4,053 dengan standar deviasi 0,855 yang menunjukkan bahwa peserta didik relatif mampu menjaga kestabilan emosi dalam interaksi sosial maupun proses pembelajaran.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa lingkungan pendidikan berbasis nilai Islam memiliki kontribusi terhadap pembentukan kesadaran spiritual dan emosional peserta didik. Tingginya nilai tauhid menunjukkan bahwa pembelajaran agama tidak hanya dipahami secara kognitif, tetapi juga mulai terinternalisasi dalam sikap dan perilaku peserta didik.

Variabel	Mean	Std. Dev	Kategori
Penguatan Nilai Tauhid	4,732	0,382	Sangat Tinggi
Kesadaran Diri	4,235	0,729	Tinggi
Stabilitas Emosi	4,053	0,855	Tinggi

Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa seluruh variabel penelitian memiliki tingkat reliabilitas sangat baik. Nilai Cronbach's Alpha variabel penguatan nilai tauhid sebesar 0,884, kesadaran diri sebesar 0,918, dan stabilitas emosi sebesar 0,942. Seluruh nilai tersebut berada di atas batas minimum 0,70 sehingga instrumen penelitian dinyatakan reliabel dan konsisten dalam mengukur konstruk penelitian.

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Penguatan Nilai Tauhid	0,884	Sangat Baik
Kesadaran Diri	0,918	Sangat Baik
Stabilitas Emosi	0,942	Sangat Baik

Uji Korelasi Pearson

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif antarvariabel penelitian. Korelasi antara penguatan nilai tauhid dan kesadaran diri sebesar 0,626 yang menunjukkan hubungan kuat dan positif. Korelasi antara penguatan nilai tauhid dan stabilitas emosi sebesar 0,597 yang menunjukkan hubungan positif sedang hingga kuat. Sementara itu, hubungan antara kesadaran diri dan stabilitas emosi sebesar 0,850 yang menunjukkan hubungan sangat kuat.

Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi penguatan nilai tauhid peserta didik, maka semakin tinggi pula kesadaran diri dan stabilitas emosinya. Selain itu, kesadaran diri terbukti menjadi faktor psikologis yang sangat berpengaruh terhadap kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi.

Pengujian Hipotesis

H1: Penguatan Nilai Tauhid → Stabilitas Emosi

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa penguatan nilai tauhid berpengaruh positif dan signifikan terhadap stabilitas emosi peserta didik dengan nilai koefisien regresi sebesar 1,337 dan signifikansi 0,000 ($<0,05$). Nilai R-square sebesar 0,357 menunjukkan bahwa penguatan nilai tauhid mampu menjelaskan 35,7% variasi stabilitas emosi peserta didik. Temuan ini menunjukkan bahwa internalisasi nilai tauhid mampu membantu peserta didik mengendalikan emosi, membangun ketenangan batin, dan meningkatkan kemampuan adaptasi sosial.

H2: Penguatan Nilai Tauhid → Kesadaran Diri

Hasil analisis menunjukkan bahwa penguatan nilai tauhid berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesadaran diri dengan koefisien regresi sebesar 1,196 dan signifikansi 0,000 ($<0,05$). Nilai R-square sebesar 0,393 menunjukkan bahwa penguatan nilai tauhid menjelaskan 39,3% variasi kesadaran diri peserta didik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai tauhid tidak hanya membentuk aspek religiusitas formal, tetapi juga membantu peserta didik memahami dirinya secara lebih reflektif.

Tabel 4x. Hasil Uji Regresi Linier Penguatan Nilai Tauhid terhadap Kesadaran Diri

Variabel	Koefisien Regresi (B)	Sig.	R Square	Keputusan
Penguatan Nilai Tauhid → Kesadaran Diri	1,196	0,000	0,393	H2 Diterima

H3: Kesadaran Diri → Stabilitas Emosi

Hasil regresi menunjukkan bahwa kesadaran diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap stabilitas emosi dengan nilai R-square sebesar 0,730 dan signifikansi 0,000 ($<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran diri merupakan prediktor paling kuat terhadap stabilitas emosi peserta didik. Temuan ini mengindikasikan bahwa peserta didik yang mampu mengenali emosi, memahami kondisi diri, dan mengendalikan perilaku memiliki kemampuan lebih baik dalam menjaga kestabilan emosional.

Tabel 4x. Hasil Uji Regresi Linier Kesadaran Diri terhadap Stabilitas Emosi

Variabel	B	t	Sig.	Keputusan
Penguatan Nilai Tauhid	1,196	7,191	0,000	H2 Diterima

DISCUSSION

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penguatan nilai tauhid berpengaruh positif dan signifikan terhadap stabilitas emosi peserta didik sekolah dasar. Temuan ini menjawab rumusan masalah pertama bahwa internalisasi nilai tauhid mampu membentuk ketenangan psikologis, kontrol diri, dan kemampuan regulasi emosi peserta didik. Dalam perspektif pendidikan Islam, tauhid tidak hanya dipahami sebagai keyakinan teologis, tetapi juga menjadi dasar pembentukan perilaku dan pengendalian diri. Peserta didik yang memiliki pemahaman tauhid yang baik cenderung menyadari bahwa setiap tindakan berada dalam pengawasan Allah sehingga lebih mampu mengontrol kemarahan, kecemasan, dan perilaku impulsif. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa pendidikan berbasis nilai tauhid mampu memperkuat karakter dan ketahanan emosional peserta didik (Fazia et al., 2023). Penelitian juga menunjukkan bahwa pendidikan tauhid memiliki hubungan erat dengan pembentukan religiositas dan perilaku positif anak (Maksum et al., 2025). Selain itu well-being menjelaskan bahwa spiritual well-being berpengaruh positif terhadap emotional resilience peserta didik sekolah (Kang, Meng, & Su, 2024).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa penguatan nilai tauhid berpengaruh signifikan terhadap kesadaran diri peserta didik. Temuan ini menjawab rumusan masalah kedua bahwa nilai tauhid tidak hanya berfungsi membentuk kesalehan ritual, tetapi juga meningkatkan kemampuan refleksi diri, pengenalan emosi, dan kontrol perilaku. Dalam teori psikologi spiritual, spiritual awareness membantu individu memahami makna hidup, tanggung jawab moral, dan hubungan dirinya dengan lingkungan sosial. Peserta didik yang memiliki kesadaran spiritual yang baik cenderung lebih mudah mengenali kondisi emosinya, memahami kekuatan dan kelemahan diri, serta mengembangkan perilaku yang lebih adaptif. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa spiritual awareness memiliki hubungan positif dengan psychological well-being dan pengendalian diri anak (Fan & Cui, 2024). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa

self-awareness menjadi salah satu komponen penting dalam pembentukan kecerdasan emosional peserta didik sekolah dasar (Carpendale et al., 2025).

Temuan berikutnya menunjukkan bahwa kesadaran diri memiliki pengaruh paling dominan terhadap stabilitas emosi peserta didik sekolah dasar. Hasil ini menjawab rumusan masalah ketiga bahwa kemampuan mengenali dan memahami emosi diri menjadi faktor utama dalam pembentukan emotional stability peserta didik. Peserta didik yang memiliki kesadaran diri tinggi cenderung mampu mengidentifikasi penyebab emosi negatif, mengontrol reaksi emosional, dan mengambil keputusan secara lebih rasional. Temuan ini memperkuat teori Social Emotional Learning (SEL) yang menempatkan self-awareness sebagai fondasi utama dalam pengembangan emotional regulation dan emotional competence (Gidalevich & Mirkin, 2024). Pengembangan self-awareness pada anak mampu meningkatkan kemampuan regulasi emosi, empati, dan perilaku sosial positif (Pickerell et al., 2023). Selain itu, kemampuan memahami emosi sejak usia sekolah dasar memiliki hubungan erat dengan keberhasilan akademik dan hubungan sosial peserta didik (Mardotilla, Hapsari, & Amanta, 2024).

Secara teoritis, penelitian ini memperkuat integrasi antara paradigma pendidikan Islam berbasis tauhid dengan teori psikologi modern tentang kesadaran diri dan regulasi emosi. Penelitian ini menunjukkan bahwa dimensi spiritual dan psikologis tidak dapat dipisahkan dalam pembentukan karakter peserta didik di era Society 5.0. Pendidikan modern yang terlalu berorientasi pada capaian akademik berpotensi mengabaikan kesehatan mental dan pembentukan karakter spiritual peserta didik. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori pendidikan Islam berbasis psikospiritual yang mengintegrasikan nilai religius, kesadaran diri, dan kesehatan emosional secara holistik.

Secara praktis, penelitian ini menunjukkan bahwa sekolah dasar perlu mengembangkan program pendidikan karakter berbasis spiritualitas dan kesadaran diri secara lebih sistematis. Penguatan nilai tauhid tidak cukup diajarkan secara teoritis, tetapi perlu diinternalisasikan melalui pembiasaan ibadah, keteladanan guru, budaya sekolah religius, refleksi diri, dan pembelajaran sosial-emosional secara terintegrasi. Strategi tersebut penting untuk membantu peserta didik menghadapi tantangan era digital yang ditandai meningkatnya tekanan sosial, penggunaan media digital berlebihan, cyberbullying, serta menurunnya kemampuan pengendalian diri anak. Dengan demikian, pendidikan dasar diharapkan mampu membentuk peserta didik yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki keseimbangan spiritual, emosional, dan sosial.

4. CONCLUSION

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa penguatan nilai tauhid dan kesadaran diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap stabilitas emosi peserta didik sekolah dasar. Hasil statistik menunjukkan bahwa nilai signifikansi seluruh variabel berada di bawah 0,05, sehingga seluruh hipotesis penelitian dinyatakan diterima. Temuan ini menegaskan bahwa nilai tauhid berperan penting dalam membantu peserta didik membangun kontrol diri, ketenangan batin, kemampuan mengelola emosi, serta sikap yang lebih terarah dalam menghadapi berbagai situasi pembelajaran dan sosial.

Selain berpengaruh terhadap stabilitas emosi, penguatan nilai tauhid juga terbukti berkontribusi terhadap peningkatan kesadaran diri peserta didik. Peserta didik yang memiliki pemahaman tauhid yang baik cenderung lebih mampu mengenali perasaan, memahami penyebab munculnya emosi, menyadari kondisi diri, serta mengembangkan perilaku yang adaptif dan bertanggung jawab. Secara statistik, hubungan antarvariabel menunjukkan pengaruh yang signifikan, sehingga memperkuat pandangan bahwa internalisasi nilai spiritual memiliki kontribusi nyata terhadap perkembangan psikologis peserta didik sekolah dasar.

Selanjutnya, kesadaran diri menjadi variabel yang paling dominan dalam memengaruhi stabilitas emosi peserta didik. Peserta didik dengan tingkat kesadaran diri yang tinggi cenderung lebih mampu mengontrol emosi, mengurangi perilaku impulsif, mengambil keputusan secara lebih tepat, dan membangun hubungan sosial yang lebih baik. Dengan demikian, penguatan nilai tauhid

dan pengembangan kesadaran diri perlu diintegrasikan secara sistematis dalam pendidikan karakter untuk membentuk peserta didik yang religius, tenang, stabil secara emosional, serta memiliki keseimbangan spiritual, emosional, dan sosial secara holistik di era Society 5.0.

REFERENCES

- Abubakar, B., Sanusi, S., Razali, R., Yeniningsih, T. K., & Mujiburrahman, M. (2023). Parenting Education in Islamic Families within the Framework of Family Resilience in Aceh, Indonesia. *Samarah: Jurnal Hukum Keluarga dan Hukum Islam*, 7(2), 1121–1147. <https://doi.org/10.22373/sjhk.v7i2.17901>
- Akbari, A., Torabizadeh, C., Nick, N., Setoodeh, G., & Ghaemmaghami, P. (2025). The effects of training female students in emotion regulation techniques on their social problem-solving skills and social anxiety: a randomized controlled trial. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 19(1), 3. <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00860-1>
- Andrei, O. (2022). Enhancing religious education through emotional and spiritual intelligence. *HTS Teologiese Studies / Theological Studies*, 79(1), 7887. <https://doi.org/10.4102/hts.v78i1.7887>
- Bahri, S., Akmal, S., Thahira, Y., & Taqwadin, D. A. (2024). FATHER'S ROLE AND CHARACTER EDUCATION: A REFLECTIVE ANALYSIS OF THE QUR'ANIC STORIES. *Jurnal Ilmiah Islam Futura*, 24(1), 102–128. <https://doi.org/10.22373/jiif.v24i1.13785>
- Carpendale, E., Green, M., Dix, K., Tzoumakis, S., Williams, K., White, S., ... Laurens, K. (2025). An exploratory evaluation of universal social-emotional learning programs delivered during elementary school to Australian students. *Journal of school psychology*, 110, 101447. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2025.101447>
- Fallah, M., Mohajerani, H., Omidi, A., & Ghaderi, A. (2025). Targeting Internet Addiction Through Body Awareness Psychotherapy: The Mediating Role of Executive Functions and Emotion Regulation. *Brain and Behavior*, 15(9), 70846. <https://doi.org/10.1002/brb3.70846>
- Fan, L., & Cui, F.-Z. (2024). Mindfulness, self-efficacy, and self-regulation as predictors of psychological well-being in EFL learners. *Frontiers in Psychology*, 15, 1332002. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1332002>
- Fazia, T., Bubbico, F., Nova, A., Buizza, C., Cela, H., Iozzi, D., ... Bernardinelli, L. (2023). Improving stress management, anxiety, and mental well-being in medical students through an online Mindfulness-Based Intervention: a randomized study. *Scientific Reports*, 13(1), 8214. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-35483-z>
- Gidalevich, S., & Mirkin, E. (2024). The Effect of a SEL (Social-Emotional Learning) Intervention Program Based on Emotional Regulation and Metacognitive Awareness for Special Education Preservice Teachers Experiencing Adapted Teaching in Mathematics. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(7), 1996–2012. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14070133>
- Hadi, S. A., & Alquraan, M. (2025). The mediating role of academic and emotional self-efficacy in the relationship between mindful attention awareness and academic self-regulation. *Frontiers in Education*, 10, 1673113. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1673113>
- Hafid, A. N., & Astutik, A. P. (2022). Tauhid Education in Surah Luqman Ayat 12-19 (Review of The Book of Tafsir Al Munir by Wahbah Az Zuhaili). *Nazhruna: Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2), 422–433. <https://doi.org/10.31538/nzh.v5i2.2160>
- He, J., Rahman, M., Xu, M., & Jiang, M. (2025). The impact of maternal mindful parenting on preschoolers' emotional regulation abilities: The mediating role of depression and the moderating role of the parent-child relationship. *Acta psychologica*, 252, 104685. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104685>
- Istiyani, D., Wibowo, A., Taruna, M., Rahmawati, T., & Atmanto, N. (2024). Challenges and Opportunities in Early Childhood Religious and Moral Education: A Perspective from the Evaluation of Logical Models. *Nazhruna: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(2), 233–249.

- <https://doi.org/10.31538/nzh.v7i2.4843>
- Kang, X., Meng, Q., & Su, C.-H. (2024). School-Based Team Sports as Catalysts for Holistic Student Wellness: A Narrative Review. *Behavioral Sciences*, 14(7), 528. <https://doi.org/10.3390/bs14070528>
- Liu, T., Cheng, Y., Luo, Y., Wang, Z., Pang, P., Xia, Y., & Lau, Y. (2024). The Impact of Social Media on Children's Mental Health: A Systematic Scoping Review. *Healthcare*, 12(23), 2391. <https://doi.org/10.3390/healthcare12232391>
- Maksum, G., Mahmurudin, Sulaeman², W., Pertiwi, Gazali, H. A., Husna, R., ... Dewanti. (2025). Religious values as foundations of education: Insights from teachers' perspectives. *Research Journal in Advanced Humanities*, 6(3). <https://doi.org/10.58256/tb06n075>
- Mansoor, H. S., Muhibbin, A., Khan, A. B., & Riaz, H. (2025). Prophetic Pedagogy in English Language Teaching in Pakistani Universities. *Forum for Linguistic Studies*, 7(5), 33–44. <https://doi.org/10.30564/fls.v7i5.9345>
- Mardotilla, Y., Hapsari, R. D., & Amanta, A. N. (2024). The Impact of Social-Emotional Learning on Academic Achievement in Elementary Schools. *International Journal of Educational Research*, 1(1), 20–25. <https://doi.org/10.62951/ijer.v1i1.14>
- Mertens, E., Deković, M., Van Londen, M., & Reitz, E. (2022). Parallel Changes in Positive Youth Development and Self-awareness: the Role of Emotional Self-regulation, Self-esteem, and Self-reflection. *Prevention Science*, 23(4), 502–512. <https://doi.org/10.1007/s11121-022-01345-9>
- Min, H., Park, S., Lee, S., Lee, B., Kang, M., Kwon, M., ... Won, S. (2024). Building Resilience and Social–Emotional Competencies in Elementary School Students through a Short-Term Intervention Program Based on the SEE Learning Curriculum. *Behavioral Sciences*, 14(6), 458. <https://doi.org/10.3390/bs14060458>
- Pickerell, L., Pennington, K., Cartledge, C., Miller, K., & Curtis, F. (2023). The Effectiveness of School-Based Mindfulness and Cognitive Behavioural Programmes to Improve Emotional Regulation in 7–12-Year-Olds: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Mindfulness*, 14(5), 1068–1087. <https://doi.org/10.1007/s12671-023-02131-6>
- Pinelli, G. (2025). Female Religiosity in Self-Narration: Some Indicative Elements and Suggestions from Empirical Materials. *Religions*, 16(1), 56. <https://doi.org/10.3390/rel16010056>
- Shuai, L., He, S., Zheng, H., Wang, Z., Qiu, M., Xia, W., ... Zhang, J. (2021). Influences of digital media use on children and adolescents with ADHD during COVID-19 pandemic. *Globalization and Health*, 17(1), 48. <https://doi.org/10.1186/s12992-021-00699-z>
- Suroto, S., & Jamin, H. (2023). Actualization of Islamic Education Today in the Perspective of Muhammad Naquib Al-Attas' Thought. *ISTIFHAM: Journal Of Islamic Studies*, 1(2), 167–174. <https://doi.org/10.71039/istifham.v1i2.8>
- Susanto, S., Ritonga, A. W., & Desrani, A. (2023). Islamic Boarding School Paradigm: As a Religious Education Institution and Strengthening Student Character. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4(4), 878–887. <https://doi.org/10.31538/munaddhomah.v4i4.641>
- Van Barneveld, M., Scheper, A., Vissers, C., Duinmeijer, I., & Hakvoort, B. (2025). Social–Emotional Functioning and Quality of Life in Language Disorders: A Systematic Review of Development From Childhood to Adolescence. *International Journal of Language & Communication Disorders*, 60(3), e70039. <https://doi.org/10.1111/1460-6984.70039>