



IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN SOSIAL EMOSIONAL (PSE) DALAM KURIKULUM MERDEKA DI MI UNGGULAN NURIS

**¹Hanifah Rizki Mubarakah, ²Ivana Gabriella, ³Nurcholif Diah Sri Lestari,
⁴Dian Kurniati, ⁵Erfan Yudianto**

^{1,2,3,4,5}Magister Pendidikan Matematika, FKIP Universitas Jember
e-mail : hanifahrizki_08102000@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini membahas tentang Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) yang merupakan proses kolaboratif melibatkan seluruh komunitas sekolah untuk mengembangkan keterampilan sosial dan emosional peserta didik, serta bertujuan untuk menganalisis implementasi PSE Kurikulum Merdeka di MI Unggulan Nuris. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan kajian literatur, dokumentasi, dan wawancara dengan guru yang telah melaksanakan PSE di sekolah. Analisis data dilakukan menggunakan model analisis Miles & Huberman, yang melibatkan tiga tahap utama, yaitu proses pengumpulan data, verifikasi, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PSE di MI Unggulan Nuris diterapkan melalui kegiatan rutin seperti upacara, salat duha, kebersihan bersama, dan aktivitas berbaris. Selain itu, PSE diintegrasikan dalam proses pembelajaran dengan berbagai teknik seperti pertanyaan pemantik, *mindfulness*, dan pemilihan model pembelajaran. Temuan ini menunjukkan bahwa PSE dapat membentuk keseimbangan antara kompetensi akademik dan sosial emosional peserta didik sehingga mencetak individu yang memiliki kecerdasan sosial dan emosi yang baik.

Kata Kunci: Implementasi, Kurikulum Merdeka, MI Unggulan Nuris, Pembelajaran Sosial Emosional

Abstract

This study explores Social Emotional Learning (SEL), a collaborative process involving the entire school community to develop students' social and emotional skills. It aims to analyze the implementation of SEL in the Independent Curriculum at MI Unggulan Nuris. The research employs a descriptive qualitative approach. Data collection methods include literature review, documentation, and interviews with teachers who have implemented SEL in schools. Data analysis follows the Miles & Huberman model, encompassing three main stages: data collection, verification, and conclusion drawing. The findings reveal that SEL at MI Unggulan Nuris is implemented through routine activities such as ceremonies, duha prayers, collective cleaning, and marching activities. Additionally, SEL is integrated into the learning process using various techniques such as trigger questions, *mindfulness*, and the selection of appropriate learning models. These findings indicate that SEL fosters a balance between students' academic and social-emotional competencies, thus shaping individuals with well-developed social and emotional intelligence.

Keywords: Implementation, Merdeka Curriculum, MI Unggulan Nuris, Social-Emotional Learning

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah elemen fundamental yang berperan penting sebagai sarana untuk mentransfer ilmu dan pengetahuan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Pendidikan juga berperan dalam membentuk karakter dan kemampuan emosional serta sosial peserta didik. Dengan kata lain, pendidikan membantu siswa mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk berinteraksi dengan orang lain, mengelola emosi mereka, dan berkontribusi secara positif dalam masyarakat. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan memiliki cakupan yang luas dan mendalam, yang mencakup seluruh aspek kehidupan individu dan sosial.



Kurikulum Merdeka merupakan kebijakan pendidikan yang dirancang oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia sebagai upaya untuk menjawab tantangan pendidikan di era globalisasi. Kurikulum ini bertujuan untuk memberikan fleksibilitas kepada sekolah dalam mengembangkan pembelajaran yang berpusat pada peserta didik, sekaligus mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan abad ke-21. Penerapan Kurikulum Merdeka dilatarbelakangi oleh kebutuhan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran yang selama ini dianggap terlalu kaku dan terfokus pada hasil akademik. Studi menunjukkan bahwa kurikulum sebelumnya sering kali terlalu padat materi, sehingga guru lebih fokus pada pencapaian target kurikulum dibandingkan dengan kebutuhan siswa untuk berkembang secara holistik (Nuraeni et al., 2023). Dengan hadirnya Kurikulum Merdeka, proses pembelajaran diarahkan untuk lebih relevan, menyenangkan, dan kontekstual, dengan mempertimbangkan potensi, minat, dan kebutuhan siswa. Perubahan menuju Kurikulum Merdeka juga dipercepat oleh tantangan yang muncul selama pandemi COVID-19. Selama pandemi, metode pembelajaran konvensional terbukti tidak selalu efektif, terutama dalam pembelajaran daring. Banyak siswa kehilangan kesempatan untuk belajar secara optimal akibat keterbatasan akses, minimnya interaksi sosial, dan kurangnya dukungan emosional.

Menurut Yuhelmi (2022), situasi ini mendorong pemerintah untuk mengembangkan kebijakan kurikulum yang lebih adaptif, memungkinkan pendekatan belajar yang fleksibel dan sesuai dengan kebutuhan siswa di berbagai situasi. Kurikulum Merdeka lahir sebagai jawaban untuk membangun kembali sistem pendidikan yang lebih tangguh, responsif, dan relevan. Kurikulum selalu berkembang seiring dengan perubahan zaman, kemajuan teknologi, ilmu pengetahuan, kecerdasan siswa, serta kebutuhan masyarakat. Kurikulum Merdeka, yang diperkenalkan oleh pemerintah Indonesia, bertujuan untuk menciptakan kurikulum yang lebih sesuai dengan kebutuhan siswa dan memberikan alat bagi guru untuk menyusun materi pembelajaran yang menarik. Kurikulum ini lebih menekankan pada pengembangan kreativitas dan kegembiraan siswa, dengan memperhatikan nilai-nilai yang mereka anut. Keberhasilan implementasi Kurikulum Merdeka sangat bergantung pada peran guru yang aktif dalam mengembangkan dan melaksanakan kurikulum. Tanpa pelatihan yang memadai, kurikulum tidak akan efektif (Agustina et al., 2024). Berbeda dengan kurikulum sebelumnya, Kurikulum Merdeka lebih menonjolkan penghargaan terhadap individualitas dan potensi unik setiap peserta didik. Oleh karena itu, pencapaian peserta didik dalam



Kurikulum Merdeka tidak lagi diukur dengan standar yang seragam, melainkan disesuaikan dengan perkembangan dan kemajuan masing-masing individu. Dengan demikian, implementasi Kurikulum Merdeka diharapkan dapat mengubah proses pembelajaran yang sebelumnya kurang efektif menjadi lebih efektif dan lebih interaktif, sehingga mendorong pembelajaran yang lebih aktif dan relevan dengan kebutuhan siswa (Fitriah dkk, 2024).

Pendidikan di Indonesia sebelumnya menggunakan Kurikulum 2013 yang dinilai terlalu berorientasi pada hasil akademik dan kurang mendukung pengembangan holistik siswa. Penelitian oleh (Nuraeni et al., 2023) menunjukkan bahwa pembelajaran sering kali terjebak dalam rutinitas penyelesaian target kurikulum, sehingga kurang memberi ruang bagi siswa untuk mengembangkan aspek sosial dan emosional mereka. Kurikulum Merdeka, dengan fleksibilitasnya, bertujuan untuk mengatasi masalah tersebut dengan pendekatan yang lebih berpusat pada siswa. Kurikulum Merdeka dirancang untuk mendukung pencapaian Profil Pelajar Pancasila yang menjadi visi pendidikan nasional. Profil ini meliputi enam dimensi utama, yaitu beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan berakhlak mulia, berkebhinekaan global, bergotong royong, mandiri, bernalar kritis, dan kreatif. Menurut Sulistyowati et al (2023) menyatakan bahwa dimensi-dimensi tersebut bertujuan untuk mencetak generasi yang tidak hanya mampu bersaing secara global tetapi juga tetap berakar pada nilai-nilai budaya dan moral bangsa. Dalam konteks ini, Kurikulum Merdeka menjadi alat penting untuk memastikan bahwa setiap pembelajaran mendukung pengembangan karakter siswa secara seimbang antara intelektual, emosional, dan sosial.

Menurut Noble & McGrath (2014) siswa yang memiliki tingkat kesejahteraan (*well-being*) yang optimal cenderung memiliki peluang lebih besar untuk meraih prestasi akademik, kesehatan fisik dan mental yang lebih baik, serta ketahanan dalam menghadapi stres. Mereka juga lebih mungkin untuk terlibat dalam perilaku sosial yang bertanggung jawab. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Daniel Goleman, yang menyatakan bahwa kecerdasan intelektual hanya berkontribusi sebesar 20% terhadap kesuksesan seseorang, sementara sisanya sekitar 80% berasal dari kecerdasan emosional dan sosial. Dengan demikian, pengembangan kecerdasan sosial dan emosional sangat penting untuk keberhasilan holistik siswa, yang mencakup aspek akademis, kesehatan, dan kehidupan sosial mereka.

Pada tingkat sekolah dasar, faktor sosial dan emosional juga memiliki peran penting dalam pembentukan karakter anak. Pendidikan tidak boleh hanya menekankan akademis tetapi juga membina perkembangan sosial dan emosional anak. Kemampuan ini mencakup



kapasitas untuk pengambilan keputusan yang bertanggung jawab, membangun hubungan yang konstruktif, dan mengatur emosi. Menurut Ramadhani et al. (2024), anak usia sekolah dasar masih berada dalam fase krusial perkembangan emosinya, yang meliputi munculnya emosi marah, malu, butuh kasih sayang, rasa ingin tahu, dan kesenangan. Sejalan dengan hal tersebut, masa sekolah dasar merupakan masa kritis dalam perkembangan kepribadian siswa. Pada masa ini nilai-nilai dan sikap yang ditanamkan pada siswa sesuai dengan kondisi sosial emosional yang dialami dapat memberikan dampak sepanjang kehidupannya.

Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) adalah sebuah konsep pembelajaran yang berakar pada teori *Emotional Intelligence* (EI) atau Kecerdasan Emosional dan *Social Intelligence* (SI) atau Kecerdasan Sosial yang dikembangkan oleh Daniel Goleman. Kedua teori ini muncul pada waktu yang berbeda, namun memiliki filosofi yang sama. Inti dari teori ini adalah untuk menghadapi berbagai tantangan kompleks di dunia modern, kemampuan intelektual saja tidaklah cukup. Menurut Goleman, selain *Intelligence Quotient* (IQ), diperlukan juga kecerdasan lainnya, yaitu Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Sosial. (Solihin, 2023). PSE dapat dilakukan secara kolaboratif oleh seluruh komunitas sekolah. Kolaborasi ini memungkinkan siswa dan orang dewasa di sekolah untuk mengembangkan dan menerapkan pengetahuan, keterampilan, serta sikap positif terkait aspek sosial dan emosional.

Tujuan utama dari PSE meliputi beberapa hal penting: memberikan pemahaman yang mendalam dan kemampuan untuk mengelola emosi; menetapkan dan mencapai tujuan positif; merasakan dan menunjukkan empati kepada orang lain; membangun dan mempertahankan hubungan yang positif; serta membuat keputusan yang bertanggung jawab. Pembelajaran ini mengajarkan keterampilan yang esensial bagi anak-anak untuk menghadapi masalah, mengembangkan kemampuan dalam memecahkan masalah tersebut, serta menjadi individu yang baik dan berempati. Menurut Nengsih et al. (2024), konsep PSE dalam kerangka kerja CASEL (*Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*) bertujuan untuk mengembangkan lima kompetensi utama, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Kerangka ini menekankan bahwa keberhasilan peserta didik tidak hanya diukur dari pencapaian akademis tetapi juga dari kemampuan mereka dalam mengelola emosi dan interaksi sosial. Melalui penerapan kerangka CASEL, lembaga pendidikan dapat mengintegrasikan kompetensi sosial-emosional ke dalam praktik pengajaran sehari-hari dan gaya interaksi



dengan peserta didik. Hal ini menciptakan suasana sekolah yang mendukung perkembangan peserta didik secara menyeluruh, baik secara akademis maupun emosional.

Menurut Mustofa & Sumardjoko (2021), PSE sebenarnya bukan merupakan konsep baru dalam dunia pendidikan. Di berbagai negara, konsep pembelajaran ini telah lama diintegrasikan ke dalam ruang kelas sebagai pelengkap pembelajaran akademik, mulai dari pendidikan dasar hingga tingkat tinggi. Namun, dalam konteks pendidikan di Indonesia, PSE belum bisa dikatakan sebagai metode pembelajaran yang umum diterapkan. Dalam banyak kasus, PSE belum sepenuhnya dipraktikkan secara sistematis di sekolah-sekolah dasar. Sesuai dengan apa yang dinyatakan oleh Goleman, di era modern ini generasi muda menghadapi berbagai tantangan emosional dan sosial yang lebih kompleks dibandingkan generasi sebelumnya. Anak-anak cenderung lebih impulsif, mudah cemas, serta mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi mereka, yang dapat menghambat perkembangan sosial mereka secara keseluruhan. Generasi saat ini cenderung lebih memilih mengungkapkan perasaan mereka di media sosial daripada menulis di buku harian. Ketika mereka membagikan cerita tersebut, banyak orang dapat melihat dan memberikan tanggapan negatif. Akibatnya, hal ini membuat mereka kesulitan memahami perasaan mereka sendiri dan sulit memahami perasaan orang lain (Yuhelmi, 2022). Pendidikan di Indonesia dianggap belum berhasil dalam mengembangkan karakter sosial dan emosional siswa secara optimal. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya siswa yang sering mencontek, kurang menghormati orang yang lebih tua terutama guru dan orang tua, serta belum siap menghadapi perkembangan zaman seperti penggunaan media sosial. Akibatnya, mereka cenderung berpikir dangkal tanpa mempertimbangkan dampak dan kurang menerapkan toleransi (Nuraeni et al., 2023).

Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menunjukkan bahwa kasus-kasus yang berkaitan dengan masalah perilaku dan emosi pada anak-anak semakin meningkat, termasuk kekerasan verbal dan fisik di sekolah (Isabela & Anggraini, 2024). Pada kalangan peserta didik tidak sedikit yang terjerat kasus tawuran, pergaulan bebas, bahkan narkoba (Al-Gipari, 2021). Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) kluster Pendidikan, Pemanfaatan Waktu Luang, Kegiatan Budaya, dan Agama menyumbang sebanyak 412 kasus atau 13,9% dari total kasus keseluruhan. Sedangkan kasus kekerasan fisik dan psikis pada tahun 2021 tercatat mencapai 574. Dalam kasus tersebut sebagian pelaku adalah teman korban dan oknum pendidik serta tenaga kependidikan (Lu'lu'a Farah



Adiba, 2024). Penelitian lain yang menunjukkan angka kekerasan verbal dan fisik adalah penelitian yang dilakukan di SDN Kebraon 1 Surabaya pada tahun 2019. Dari 50 peserta didik sebagai subjek penelitian didapati hasil bahwa 40% peserta didik pernah mengalami tindak kekerasan verbal, 25% kekerasan fisik, dan 15% kekerasan psikologis (Christiana Elisabeth, 2019). Selain itu pada tahun 2022 Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI) merekam tren kasus kekerasan di sekolah sebanyak 194 kasus. Selain itu kasus perundungan yang terjadi di salah satu Sekolah Dasar di Kabupaten Malang juga menunjukkan mirisnya sebuah institusi pendidikan. Peserta didik kelas 2 SD ini mengalami perundungan yang dilakukan oleh kakak kelasnya yaitu kelas 6 SD. Dari kasus ini kita bisa melihat bagaimana rasa trauma yang diakibatkan dari ketakutan korban selama ini (Aini & Firmansyah, 2024).

Berbagai permasalahan yang berkaitan dengan masalah perilaku sosial dan emosional pada anak-anak menyoroti pentingnya PSE yang efektif di tingkat sekolah dasar untuk membantu siswa dalam mengembangkan kemampuan untuk mengelola emosi mereka dan berinteraksi dengan baik di lingkungan sosial. Pentingnya guru untuk memahami dan menerapkan pembelajaran yang terintegrasi dengan aspek sosial dan emosional. Hal ini bertujuan untuk memahami bagaimana guru dapat memenuhi kebutuhan belajar siswa di sekolah, jenis pengalaman yang diberikan kepada mereka, apa yang dipelajari siswa, serta bagaimana guru mendidik, membimbing, dan membantu siswa dalam menyelesaikan masalah mereka. Artikel ini akan membahas pentingnya implementasi PSE di sekolah dasar, metode penerapannya, serta dampak positif yang dapat dihasilkan dalam perkembangan karakter siswa, khususnya di MI Unggulan Nuris sebagai bagian dari penerapan Kurikulum Merdeka. Dengan adanya penerapan PSE yang terintegrasi, diharapkan siswa dapat tumbuh menjadi individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki keseimbangan emosi yang baik, kemampuan berempati, serta mampu menjalin hubungan sosial yang sehat. Penelitian tentang implementasi PSE di sekolah pernah dilakukan oleh beberapa peneliti antara lain oleh (Nuraeni et al., 2023), (Mustofa & Sumardjoko, 2021), ((Avandra et al., 2023) dan (Ramadhani et al., 2024). Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan perbedaan karena tempat yang berbeda maupun tambahan variabel yang dihubungkan dengan PSE juga berbeda, contohnya ada yang menghubungkan khusus dengan metode pembelajaran maupun dengan media pembelajaran saja. Pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk meneliti implementasi PSE secara komprehensif di MI Unggulan Nuris Jember yang belum pernah diteliti oleh peneliti lainnya.



METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk mengeksplorasi implementasi PSE di MI Unggulan Nuris. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mendapatkan gambaran yang mendalam mengenai pelaksanaan PSE, strategi yang diterapkan, serta dampak dari pembelajaran tersebut terhadap peserta didik di sekolah dasar. Pendekatan deskriptif kualitatif digunakan untuk menggali data dan memahami bagaimana PSE diterapkan di MI Unggulan Nuris, termasuk teknik-teknik, kegiatan rutin, dan integrasi ke dalam pembelajaran. Pendekatan ini berfokus pada memahami fenomena yang terjadi secara alami dalam konteks pembelajaran di sekolah. Pengumpulan data dilakukan dengan kajian literatur, dokumentasi dan wawancara dengan guru yang telah melaksanakan PSE di sekolah, hasil kajian dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti lain, dan berbagai informasi untuk menggali pemahaman tentang PSE serta strategi penerapan yang digunakan. Analisis data dilakukan menggunakan model analisis Miles & Huberman, yang melibatkan tiga tahap utama, yaitu proses pengumpulan data, verifikasi, dan penarikan kesimpulan melalui penelitian dan wawancara yang menyeluruh (Kholida et al., 2024). Melalui metode penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang komprehensif mengenai implementasi PSE di MI Unggulan Nuris, serta dampak positifnya bagi perkembangan karakter siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) di MI Unggulan Nuris mulai diterapkan secara serentak pada tahun ajaran 2023/2024 untuk siswa kelas I, II, dan III. Kemudian, pada tahun ajaran 2024/2025 cakupan PSE diperluas dari kelas I sampai kelas VI, seiring dengan penerapan penuh Kurikulum Merdeka di seluruh tingkat kelas. Berdasarkan hasil penelitian, penerapan pembelajaran sosial emosional di MI Unggulan Nuris telah terintegrasi dalam kegiatan sehari-hari, rutinitas sekolah, dan proses pembelajaran. Program ini bertujuan untuk melatih kemampuan siswa dalam mengelola rasa emosi; menumbuhkan rasa empati; membangun hubungan yang positif antar sesama teman, guru, maupun orang tua; serta mengambil keputusan yang dapat dipertanggungjawabkan. Pelaksanaan PSE di MI Unggulan Nuris mencakup tiga aspek utama, yaitu kegiatan rutin, pengintegrasian dalam mata pelajaran, dan kebijakan sekolah atau kegiatan protokoler.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan PSE di MI Unggulan Nuris sangat berhasil dalam membentuk karakter siswa. Pendekatan yang bersifat kolaboratif ini



melibatkan seluruh elemen di sekolah, termasuk guru, siswa, dan staf administratif. Program ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional dan misi Ki Hajar Dewantara untuk membentuk siswa yang berkarakter sesuai dengan Profil Pelajar Pancasila. Fokus utama dari program ini adalah menjaga keseimbangan antara kompetensi akademik dan keterampilan sosial emosional yang sangat penting dalam mendukung kesuksesan siswa, baik dalam prestasi akademik maupun dalam kehidupan sosial mereka. Metode pembelajaran seperti *STOP (Stop, Take a deep breath, Observe, and Proceed)*, *mindful eating*, dan *Problem Based Learning (PBL)* memberikan siswa beberapa keterampilan penting yang dapat digunakan untuk menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan sehari-hari.

1. Pengertian Pembelajaran Sosial Emosional

Menurut Nengsih et al. (2024), pembelajaran sosial emosional adalah metode pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan kesadaran diri, kemampuan berinteraksi, dan pengendalian diri yang baik pada siswa. Siswa yang berhasil menguasai PSE diharapkan dapat belajar dengan lebih cepat, berinteraksi sosial dengan efektif, menunjukkan sikap profesional, dan memiliki ketertarikan terhadap tantangan. Dukungan untuk implementasi PSE tidak hanya berasal dari guru, tetapi juga dari seluruh komunitas sekolah, orang tua, dan masyarakat. Dengan pendekatan kolaboratif ini, diharapkan semua anggota sekolah, keluarga, dan masyarakat dapat berperan serta dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional siswa. Pembelajaran sosial dan emosional untuk jenjang pendidikan usia dini hingga menengah dikembangkan pada tahun 1994 oleh sekelompok ahli pendidikan, peneliti, dan pendamping anak, termasuk psikolog Daniel Goleman yang terkenal dengan teorinya tentang kecerdasan emosi. Kerangka pembelajaran ini didasarkan pada penelitian dan bertujuan untuk mendukung perkembangan positif anak melalui program yang terkoordinasi dengan baik di antara berbagai pihak di komunitas sekolah. Implementasi PSE dilakukan secara kolaboratif oleh semua elemen dalam komunitas sekolah, sehingga siswa dan orang dewasa dapat menguasai serta menerapkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap positif yang berkaitan dengan aspek sosial dan emosional.

Pembelajaran sosial emosional bertujuan untuk mengembangkan keterampilan sosial emosional peserta didik agar mereka dapat mencapai keseimbangan antara kemampuan akademik dan sosial emosional, sehingga membantu mereka menjadi individu yang aman



dan bahagia. PSE bukanlah konsep baru dalam dunia pendidikan, penerapannya sudah relevan dan mudah diterapkan sejak pendidikan usia dini hingga pendidikan tinggi. PSE sangat penting untuk diterapkan secara menyeluruh di Indonesia, bukan hanya di sejumlah institusi pendidikan yang telah mengenal konsep ini sebelumnya. Dalam menerapkan PSE, guru dapat menggunakan berbagai metode yang disesuaikan dengan kebutuhan, tujuan pembelajaran, kompetensi sosial emosional yang ingin dikembangkan, dan tingkatan pendidikan siswa. Guru juga memiliki keleluasaan untuk merancang atau menyesuaikan teknik PSE yang tepat sesuai dengan konteks dan kebutuhan pembelajaran.

Kompetensi Sosial Emosional (KSE) memiliki peran yang krusial di lingkungan sekolah, di mana warga sekolah yang memiliki KSE yang baik mampu mengelola emosi dengan bijak, berkomunikasi dengan baik, dan membuat keputusan yang tepat dalam situasi sosial yang kompleks. Pengembangan aspek sosial-emosional ini memungkinkan anak untuk mengekspresikan diri dengan cara yang lebih sesuai. Anak-anak cenderung meniru perilaku dan cara berbicara orang di sekitarnya tanpa mempertimbangkan dampak baik maupun buruknya, sehingga guru memiliki peran yang sangat penting untuk membimbing siswa dalam mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang tepat. Sejalan dengan hal tersebut, PSE berperan untuk memberikan pemahaman, penghayatan, serta kemampuan kepada anak-anak dalam mengelola emosi, menetapkan tujuan positif, dan mencapainya.

Menurut Sulistyowati et al (2023), CASEL (*Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*) adalah organisasi yang memimpin dalam bidang pembelajaran sosial dan emosional (*Social and Emotional Learning* atau SEL) di tingkat global. Dalam kerangka CASEL, pembelajaran sosial emosional mencakup lima komponen utama, yaitu kesadaran diri (*self awareness*), pengelolaan diri (*self management*), kesadaran sosial (*social awareness*), kemampuan berinteraksi sosial (*relationship skills*), dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (*responsible decision-making*). Kelima komponen ini menjadikan pembelajaran sosial emosional sangat relevan untuk diterapkan secara konsisten dalam pembelajaran sehari-hari. Keberhasilan penerapan KSE tidak hanya berkontribusi pada peningkatan pencapaian akademik seseorang saja, tetapi juga membangun dasar yang kokoh untuk keberhasilan dalam berbagai aspek kehidupan. Kecerdasan emosional yang dikembangkan melalui PSE melibatkan semua pihak pendidikan untuk memahami diri sendiri dan lingkungan sekitar, memiliki rasa percaya diri, menghindari perasaan iri hati, dengki, cemas, takut, sedih berlebihan, putus asa, dan emosi yang tidak terkendali. Dengan



kata lain, pengembangan KSE mampu membentuk individu yang stabil secara emosional dan siap menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan sosial maupun akademik mereka.

Implementasi PSE dapat diterapkan melalui empat pendekatan utama, yaitu mengajarkan KSE secara spesifik dan eksplisit, mengintegrasikan KSE ke dalam praktik mengajar dan gaya interaksi antara guru dengan murid, menyesuaikan kebijakan dan ekspektasi sekolah terhadap murid, serta membentuk pola pikir murid terkait persepsi diri, orang lain, dan lingkungan sekitar. Pendekatan PSE yang efektif umumnya menggabungkan empat elemen utama yang disingkat sebagai SAFE: *Sequential* atau berurutan, yaitu aktivitas terstruktur yang saling terkait untuk mengembangkan keterampilan secara bertahap; *Active* atau aktif, yaitu menggunakan pembelajaran aktif yang melibatkan siswa untuk menguasai keterampilan dan sikap baru; *Focused* atau fokus, yaitu menyertakan unsur pengembangan keterampilan sosial maupun personal; dan *Explicit* atau eksplisit, yaitu menekankan pada pengembangan keterampilan sosial dan emosional tertentu secara langsung (Mustofa & Sumardjoko, 2021). Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa siswa hanya dapat belajar dengan optimal ketika suasana hati, lingkungan belajar, dan dukungan sekitar bersifat kondusif dan penuh kebahagiaan. Kondisi belajar yang menyenangkan berdampak positif pada kecerdasan siswa, mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Paradigma "bahagia itu mencerdaskan" sangat berkaitan erat dengan program Merdeka Belajar yang belakangan ini dicanangkan oleh pemerintah. Jika pembelajaran sosial emosional diterapkan sebagai budaya positif di sekolah maka penerapan pembelajaran berdiferensiasi akan lebih mudah diterapkan, karena siswa menjadi lebih fokus, antusias, dan bertanggung jawab terhadap tugas-tugasnya.

2. Strategi Penerapan Pembelajaran Sosial Emosional

Dalam penerapan PSE, terdapat berbagai strategi yang digunakan dalam tiga lingkup utama, yaitu kegiatan rutin, integrasi dalam mata pelajaran, dan beberapa protokol sekolah. Penerapan PSE secara rutin melibatkan aktivitas terjadwal, seperti kegiatan pagi hari di mana siswa berkumpul secara melingkar untuk menuliskan dan mengungkapkan tujuan belajar mereka untuk hari itu, sehingga menciptakan suasana positif dan fokus sejak awal. Selanjutnya, PSE yang terintegrasi dalam mata pelajaran bisa diterapkan pada saat penyampaian materi. Misalnya, guru dapat memanfaatkan diskusi kelompok dalam pemecahan masalah untuk melatih siswa bekerja sama, berempati, dan mendengarkan pendapat orang lain, yang merupakan bagian dari pengembangan keterampilan sosial dan



emosional. Pada lingkup protokol, PSE diterapkan sebagai bagian dari aturan atau kebijakan sekolah yang telah ditetapkan, di mana siswa secara mandiri menjalankan kegiatan yang memperkuat hubungan sosial yang positif, menyelesaikan konflik tanpa kekerasan, dan menegakkan nilai-nilai penting bagi perkembangan sosial dan emosional mereka. Melalui protokol ini, PSE menjadi bagian dari budaya sekolah, membentuk lingkungan yang mendukung kesehatan emosional dan sosial bagi seluruh warga sekolah.

Beberapa teknik lain yang dapat diterapkan untuk mengembangkan empati dan apresiasi meliputi membuat kolase diri, mengevaluasi perasaan pribadi, serta menulis surat ucapan terima kasih kepada orang terdekat atau lainnya. Cara efektif lain untuk memperdalam keterampilan relasi dan empati termasuk identifikasi emosi dengan bimbingan guru, praktik *mindful eating* yang cocok diterapkan di tingkat sekolah dasar, membangun hubungan pertemanan baru, mengenali situasi menantang, memperhatikan kondisi tubuh melalui *body scanning*, menulis surat, serta menuliskan pengalaman dalam diskusi kelompok. Teknik- teknik ini dapat disesuaikan oleh guru untuk memenuhi kebutuhan dan tujuan tertentu, sehingga pendekatan PSE yang diterapkan tetap relevan dan efektif bagi setiap kelompok.

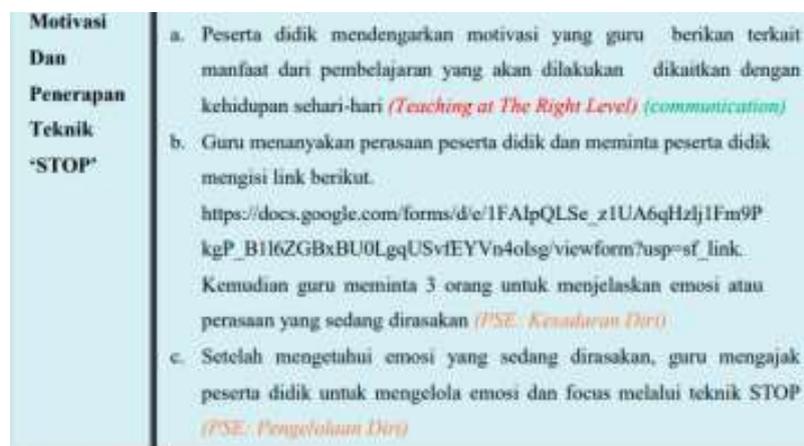
Pembelajaran sosial emosional di MI Unggulan Nuris tidak hanya diterapkan melalui kegiatan rutin yang terjadwal, tetapi juga diintegrasikan ke dalam proses pembelajaran sehari- hari. Berdasarkan wawancara dengan kepala sekolah dan guru, pembelajaran sosial emosional dirancang untuk menyatu dalam setiap aspek pengajaran serta menciptakan pendekatan yang holistik. Beberapa strategi yang digunakan untuk mendukung pembelajaran sosial emosional dalam kegiatan belajar antara lain melalui pertanyaan pemantik, latihan *mindfulness*, serta pemilihan model pembelajaran yang mendukung untuk membentuk sosial dan emosional siswa.

a. Pertanyaan Pemantik

Pertanyaan pemantik dirancang untuk membantu siswa berpikir kritis dan reflektif, memungkinkan mereka untuk lebih memahami diri sendiri dan orang lain. Di awal pembelajaran, guru dapat menggunakan pertanyaan pemantik untuk menggali perasaan peserta didik, seperti "Bagaimana kabarmu hari ini?" bisa digunakan untuk menciptakan ruang bagi siswa untuk mengungkapkan kondisi emosional mereka. Dalam beberapa kesempatan, guru juga dapat meminta siswa untuk memilih emotikon yang sudah disediakan oleh guru, yang dapat mewakili perasaan peserta didik pada saat itu. Melalui teknik ini, guru



dapat lebih mudah memahami keadaan emosional siswa. Hal ini memungkinkan guru untuk memberikan dukungan atau *coaching* kepada siswa yang mungkin sedang menghadapi masalah emosional ataupun sosial, sehingga tercipta lingkungan belajar yang lebih suportif dan responsif terhadap kebutuhan emosional setiap siswa. Di akhir pembelajaran, pertanyaan pemantik kembali digunakan untuk mengevaluasi pengalaman dan perasaan peserta didik. Guru dapat menanyakan, misalnya "Bagaimana perasaanmu setelah belajar hari ini?", "Apakah kamu menikmati pembelajaran ini?", "Adakah bagian yang menarik atau kurang menarik?" serta "Apakah ada kesulitan dalam memahami materi?". Pertanyaan-pertanyaan ini membantu guru memahami respon emosional siswa terhadap pembelajaran yang baru saja berlangsung. Selain itu, pertanyaan-pertanyaan tersebut memberikan wawasan tentang minat dan hambatan yang mungkin dihadapi peserta didik, sehingga guru dapat menyesuaikan metode dan pendekatan pembelajaran di masa mendatang. Dengan begitu, pengalaman belajar siswa dapat menjadi lebih positif, efektif, dan sesuai dengan kebutuhan individu mereka, serta mendukung perkembangan kognitif sekaligus emosional siswa secara seimbang.



Gambar 1. Kegiatan Pembelajaran Sosial Emosional dalam Modul Ajar Guru yang diterapkan di MI Unggulan Nuris

b. Pendekatan *Mindfulness*

Mindfulness atau kesadaran penuh adalah kemampuan seseorang untuk menyadari dan menerima setiap pengalaman yang dihadapi tanpa memberikan penilaian terhadap diri sendiri (Suputra et al., 2022). Kemampuan ini membantu seseorang untuk hadir secara penuh dalam momen sekarang, tanpa reaksi otomatis atau prasangka. Melalui pendekatan *mindfulness*, seperti mengidentifikasi perasaan secara lisan atau tertulis melalui jurnal pribadi serta



membuat puisi akrostik akan dengan mudah membantu siswa mengekspresikan emosi dan pikiran mereka dengan cara yang reflektif (Nur'Aini et al., 2022). Terdapat beberapa teknik *mindfulness* yang dapat dilakukan (Conden & Gonchar., 2017), yaitu: (1) *Two feet one breath*: mengambil napas dalam sambil tetap diam di satu posisi, (2) *Set intentions*: mengingatkan kembali tujuan utama agar tetap positif dalam setiap situasi, (3) "*I am aware*" *technique*: mengasah kemampuan diri untuk selalu sadar dan mengingat apa yang sedang dilakukan.

Berdasarkan wawancara dengan kepala sekolah dan guru di MI Unggulan Nuris, diketahui bahwa penerapan *mindfulness* dalam pembelajaran sosial dan emosional berbasis kesadaran penuh yang dilaksanakan secara terstruktur, terkoordinasi, aktif, fokus, dan eksplisit dapat menciptakan kesejahteraan hidup (*well-being*) di lingkungan sekolah. Kesejahteraan hidup ini merupakan tercermin dalam kemampuan seseorang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, mampu membuat keputusan yang bijak, mengendalikan perilaku, serta memenuhi kebutuhan pribadi dengan menciptakan dan mengelola lingkungan secara efektif. Selain itu, kesejahteraan ini juga ditandai dengan adanya tujuan hidup yang memberikan makna, serta dorongan untuk terus mengeksplorasi dan mengembangkan potensi diri.

c. Pemilihan Model Pembelajaran

Pemilihan model pembelajaran yang mendukung pengembangan sosial dan emosional sangat penting untuk memastikan bahwa interaksi dan aktivitas belajar tidak hanya berfokus pada kecerdasan akademik, tetapi juga melatih keterampilan sosial dan emosional siswa. Keterampilan ini sangat bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini membuat proses pembelajaran menjadi lebih holistik, membentuk siswa yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga matang secara sosial dan emosional. PSE dapat diintegrasikan ke dalam proses pembelajaran, salah satunya pada mata pelajaran Bahasa Indonesia. Dalam Capaian Pembelajaran (CP) fase A untuk kelas 1 SD pada Kurikulum Merdeka, peserta didik diharapkan mampu menunjukkan minat dan pemahaman, serta menyampaikan pesan, mengekspresikan perasaan dan gagasan, berpartisipasi dalam percakapan, dan terlibat dalam diskusi sederhana dengan interaksi interpersonal yang baik. Selain itu, mereka juga diajarkan untuk berbicara dengan santun di depan banyak orang. Berdasarkan CP tersebut, guru dapat mengembangkan materi yang mendukung PSE dengan mengajarkan kosakata yang berkaitan dengan emosi, seperti senang, sedih, marah, dan cemas. Dalam mengajarkan kosakata



emosi, guru dapat menerapkan metode *storytelling* dengan buku cerita bergambar yang membahas berbagai jenis emosi. Kegiatan *storytelling* ini efektif dalam memperkenalkan kosakata terkait emosi kepada siswa, sehingga mereka dapat lebih mudah mengidentifikasi, memberi label, dan mengekspresikan emosi yang mereka rasakan. Literatur yang berkualitas tinggi umumnya memuat karakter-karakter yang autentik, konflik yang realistis, serta resolusi yang mampu memvalidasi masalah emosi yang dialami oleh anak-anak. Selain itu, buku-buku tersebut juga memberikan contoh pengelolaan emosi yang sehat (Nuraeni et al., 2023). Buku cerita bergambar sendiri menggabungkan berbagai emosi melalui ilustrasi wajah yang menunjukkan berbagai ekspresi dan menyediakan topik-topik yang memicu diskusi tentang beragam perasaan dalam lingkungan belajar bersama anak-anak (Gonser, 2022). Metode ini membuka ruang untuk pembicaraan yang lebih luas tentang bagaimana mereka dapat memahami dan mengelola emosi dengan cara yang sehat. Hal ini mendukung pembelajaran sosial emosional yang komprehensif, menggabungkan aspek kognitif dan emosional dalam satu kegiatan pembelajaran yang menarik dan interaktif. Terdapat beberapa buku yang sangat cocok untuk mengenalkan emosi kepada siswa, seperti Buku Seri “Kenali Emosi” dari Tentang Anak, Buku “*It’s Okay to Cry: Semua Anak Boleh Menangis*” karya Mama Ani, Buku Seri “*Sometimes When*” karya Deborah Serani, Buku “*Grow Happy*” karya Jon Lasser, dan Buku “*Hito Merasa Kecewa*” karya Vidya Dwina Paramita. Buku-buku ini menawarkan cerita yang mendalam dan relevan tentang emosi, membantu anak-anak untuk mengenali dan mengelola perasaan mereka dengan cara yang sehat.

Selain memanfaatkan buku-buku cerita bergambar, guru dapat merancang PSE dengan menggunakan model *Problem Based Learning* (PBL). Dalam pendekatan ini, siswa diharapkan dapat terlibat aktif dalam diskusi dan pemecahan masalah yang berkaitan dengan pengelolaan emosi. Misalnya, setelah melakukan kegiatan *storytelling* dengan buku cerita bergambar, siswa dapat diminta untuk menemukan solusi untuk mengatasi emosi seperti rasa sedih, marah, atau cemas melalui cara-cara yang positif. Dalam kegiatan ini, guru juga dapat mengarahkan siswa untuk memahami dampak dari tidak mengekspresikan emosi secara sehat, baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Dengan pembelajaran ini, siswa akan lebih memahami cara-cara yang tepat untuk mengatasi emosi yang muncul, sehingga mereka dapat membangun hubungan yang lebih baik dengan diri sendiri maupun orang lain. Model PBL juga memungkinkan siswa untuk belajar dari situasi nyata melalui pemecahan masalah,



meningkatkan keterampilan sosial mereka, serta menciptakan lingkungan belajar yang kolaboratif.

PSE juga dapat diterapkan melalui model pembelajaran *role playing* atau bermain peran. Model ini efektif bagi siswa sekolah dasar karena sifatnya yang interaktif dan menyenangkan, sehingga siswa tidak mudah merasa bosan. Model pembelajaran *role playing* mengharuskan siswa untuk memerankan karakter sesuai dengan karakteristik tokoh yang diberikan, berdasarkan skenario yang sudah dirancang oleh guru. Melalui peran tersebut, siswa secara aktif terlibat dalam pembelajaran serta menghidupkan peran yang mereka mainkan. Bermain peran sangat cocok diterapkan pada anak-anak, karena bermain adalah bagian aktivitas yang alami dari dunia mereka. Dengan mengintegrasikan aktivitas bermain yang menyenangkan ke dalam pembelajaran, anak-anak menjadi lebih antusias untuk belajar dan mendapatkan pengetahuan baru, baik dari segi kognitif maupun keterampilan dalam berinteraksi dengan diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan (Jamilah, S., 2019). Keberhasilan pembelajaran dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah faktor lingkungan dan faktor dari peserta didik itu sendiri. Lingkungan yang positif akan mendukung perilaku yang baik, sehingga perkembangan sosial emosional siswa dapat berkembang dengan optimal. Sebaliknya, lingkungan yang kurang kondusif dapat mempengaruhi perilaku siswa ke arah negatif. Selain itu, faktor dari peserta didik juga sangat penting. Siswa perlu merasa aman, nyaman, dan senang selama proses pembelajaran. Perasaan positif ini akan membantu mereka lebih terbuka terhadap materi yang diajarkan dan lebih mudah mengelola emosi. Oleh karena itu, model pembelajaran yang melibatkan aktivitas kreatif dan interaktif, seperti *role playing* ini sangat cocok untuk diterapkan. Dengan melakukan model pembelajaran yang menarik ini, siswa diharapkan mampu mengelola keterampilan sosial emosional mereka dengan lebih baik, seperti kemampuan berkomunikasi, berempati, dan bekerja sama.

3. Kegiatan Rutin di MI Unggulan Nuris sebagai Implementasi Pembelajaran Sosial Emosional

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, implementasi PSE di MI Unggulan Nuris dilakukan melalui tiga pendekatan utama, yaitu kegiatan rutin, integrasi dengan proses pembelajaran, dan penerapan protokoler atau tata tertib sekolah. Pada kegiatan rutin, sekolah melakukan berbagai aktivitas yang bertujuan untuk membiasakan siswa menerapkan nilai-nilai sosial dan emosional yang positif. Beberapa kegiatan pembiasaan baik yang



dijalankan meliputi upacara bendera setiap hari Senin serta peringatan hari besar nasional, kegiatan kebersihan bersama, salat duha, dan baris pagi di depan kelas masing-masing. Setiap kegiatan tersebut tidak hanya membiasakan siswa pada keteraturan dan disiplin, tetapi juga mengajarkan mereka kerja sama, tanggung jawab, serta rasa hormat kepada orang lain dan lingkungan. Kegiatan pembiasaan baik ini memiliki keterkaitan yang erat dengan pengembangan keterampilan sosial emosional siswa di jenjang sekolah dasar. Berikut ini adalah penjelasan mendetail mengenai implementasi pembelajaran sosial emosional di MI Unggulan Nuris melalui kegiatan rutin, yang bertujuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi perkembangan sosial dan emosional siswa.

a. Upacara Bendera Hari Senin dan Upacara Hari Besar Nasional

Kegiatan upacara bendera adalah salah satu bentuk PSE yang berfokus pada pengembangan keterampilan pengelolaan diri. Dalam kegiatan ini, peserta upacara diharuskan untuk mengikuti upacara dengan sikap yang khidmat dan penuh penghormatan, sehingga siswa belajar mengelola emosi serta menahan keinginan untuk melakukan hal-hal lain, seperti bermain, berbicara dengan teman, atau melakukan tindakan di luar instruksi yang diberikan. Bagi siswa yang belum sepenuhnya mampu mengendalikan emosi, kegiatan upacara mengajarkan bahwa setiap kegiatan memiliki aturan yang harus dipatuhi. Mereka mulai memahami bahwa dalam setiap tindakan akan ada konsekuensi yang harus dipertanggungjawabkan, sehingga mengajarkan pentingnya disiplin sejak dini.

Pembiasaan upacara bendera di MI Unggulan Nuris dilaksanakan secara rutin pada hari Senin dan pada hari-hari besar nasional. Upacara dimulai pukul 06.30 WIB, yang diawali dengan persiapan berbaris berdasarkan kelas masing-masing. Siswa diharapkan memakai seragam lengkap, menjaga suasana yang tenang, dan tidak bergerak di luar instruksi yang diberikan. Aktivitas berbaris ini mengandung unsur penting dalam PSE, dimana siswa diajak untuk bekerja sama dengan teman sekelasnya, memperhatikan posisi diri sendiri dan teman lainnya, serta memahami pentingnya ketertiban. Apabila barisan kurang rapi, siswa dituntun untuk berkomunikasi dengan temannya secara sopan, tetap menjaga kekhidmatan, dan merapikan barisan bersama-sama. Dalam kegiatan upacara ini, indikator pembelajaran sosial dan emosional yang diterapkan mencakup manajemen diri, dimana siswa belajar mengontrol perilaku dan emosi mereka untuk tetap tenang dan fokus, serta kesadaran sosial, yang membantu mereka memahami pentingnya kolaborasi dan menjaga keharmonisan dalam kelompok.

Dalam kegiatan upacara bendera di MI Unggulan Nuris, guru bertugas secara terjadwal sebagai pembina upacara dan menyampaikan amanat dengan tema-tema yang telah ditentukan untuk mendukung pembelajaran sosial emosional. Tema-tema tersebut mencakup topik penting seperti anti perundungan, anti kekerasan, kejujuran, empati, disiplin, motivasi belajar, cinta tanah air, sopan santun, dan tema-tema lain yang relevan dengan pendidikan sosial emosional. Melalui kegiatan ini, peserta didik diharapkan tidak hanya mendengarkan, tetapi juga mampu mengenali diri, menganalisis situasi melalui amanat yang disampaikan, serta menyelesaikan masalah melalui contoh yang disampaikan oleh guru. Selain itu, kegiatan ini memberi ruang bagi siswa untuk melakukan evaluasi dan refleksi serta membantu mereka menumbuhkan keberanian untuk bertanggung jawab atas tindakan yang akan mereka lakukan. Amanat yang disampaikan dalam upacara akan berguna sebagai alat pembelajaran sosial emosional, memperkuat karakter dan kemampuan siswa dalam menghadapi situasi sosial dengan cara yang positif dan bertanggung jawab.



Gambar 2. Upacara Bendera di MI Unggulan Nuris

b. Kegiatan Berbaris Masuk Kelas

Kegiatan berbaris dimulai dengan siswa berbaris di dekat kelas masing-masing, dipimpin oleh ketua kelas yang bertugas untuk mengatur barisan dengan rapi. Guru memberikan tugas kepada ketua kelas untuk memimpin memastikan ketertiban dalam barisan. Selama kegiatan ini, dilakukan pemeriksaan kebersihan kuku, kelengkapan seragam, dan kerapian siswa. Setelah itu, ketua kelas memilih barisan yang paling rapi sebagai prioritas untuk memasuki kelas terlebih dahulu. Ketua kelas kemudian memilih barisan yang paling rapi untuk masuk kelas lebih dahulu. Kegiatan berbaris ini mengintegrasikan pembelajaran sosial emosional dalam bentuk pengambilan keputusan yang bertanggung



jawab, di mana ketua kelas harus menilai dan memilih barisan yang memenuhi kriteria ketertiban dan kerapian. Berdasarkan wawancara dengan guru dan hasil observasi, implementasi pembelajaran sosial emosional melalui kegiatan berbaris telah berjalan efektif dan memenuhi indikator untuk pembelajaran sosial emosional, terutama dalam hal pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Selain itu, kegiatan berbaris menuju kelas turut melatih kedisiplinan dan kesabaran peserta didik, yang merupakan aspek penting dalam pembentukan karakter dan keterampilan sosial emosional di jenjang pendidikan dasar.



Gambar 3. Peserta didik MI Unggulan Nuris melakukan kegiatan berbaris

c. Salat Duha

Salat duha merupakan salah satu kegiatan keagamaan rutin yang dilaksanakan di MI Unggulan Nuris yang berperan penting dalam mendukung pembelajaran sosial dan emosional serta pembentukan karakter siswa. Berdasarkan hasil observasi, kegiatan salat duha dilaksanakan pada pagi hari oleh kelas yang memiliki jadwal pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) di jam pertama. Peserta didik melaksanakan salat duha secara bersama-sama di mushala sekolah dengan bimbingan guru agama. Kegiatan ini tidak hanya melatih kedisiplinan dan tanggung jawab siswa dalam menjalankan ibadah, tetapi juga memperkuat kesadaran sosial dan kedekatan emosional antar peserta didik melalui pengalaman beribadah bersama. Melalui salat duha, siswa belajar untuk saling menghormati, menjaga ketenangan, dan mendukung satu sama lain dalam suasana yang khusyuk dan tertib. Kegiatan yang telah berlangsung cukup lama ini berjalan dengan lancar, menciptakan rutinitas positif yang memperkuat nilai-nilai karakter dan spiritualitas dalam keseharian siswa.

Berdasarkan hasil wawancara, pada awal pelaksanaan kegiatan salat duha sempat menghadapi beberapa kendala, seperti kurangnya fokus siswa dan kecenderungan mereka

untuk saling mengganggu. Hal ini menunjukkan bahwa keterampilan sosial emosional siswa masih memerlukan pengembangan, terutama dalam hal pengendalian diri dan kesadaran akan pentingnya ibadah. Namun, setelah memperoleh bimbingan dari guru, peserta didik mulai menunjukkan peningkatan dalam manajemen diri, khususnya dalam mengontrol emosi dan menahan keinginan untuk bermain selama pelaksanaan ibadah. Guru juga memberikan pemahaman mengenai tujuan dan manfaat salat duha, yang membantu siswa memahami nilai spiritual dan etika yang terkandung dalam kegiatan tersebut. Melalui pembiasaan yang dilakukan secara konsisten, peserta didik semakin mampu mengelola perasaan serta mengurangi emosi negatif, sehingga kegiatan salat duha dapat menjadi sarana pengembangan karakter yang positif. Pembelajaran ini melatih mereka untuk berperilaku lebih khusyuk dan bertanggung jawab dalam menjalankan ibadah, serta mendukung pembentukan karakter disiplin dan tenang.



Gambar 4. Pelaksanaan Salat Duha di MI Unggulan Nuris

d. Kebersihan Bersama

Kegiatan pembiasaan kebersihan bersama yang dilaksanakan setiap hari jumat pagi sebelum proses belajar mengajar adalah aktivitas positif yang memberi banyak manfaat bagi peserta didik. Dalam kegiatan ini, seluruh peserta didik diajak untuk membersihkan lingkungan sekolah secara gotong royong. Kegiatan ini merupakan bentuk penerapan pembelajaran sosial dan emosional di luar jam pelajaran formal. Tujuannya adalah untuk mengembangkan kemampuan sosial emosional peserta didik di MI Unggulan Nuris. Melalui kegiatan kebersihan bersama ini, beberapa indikator PSE yang dilatihkan meliputi kesadaran diri dan sosial, kemampuan membangun hubungan, serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Kesadaran diri dan sosial terbentuk ketika peserta didik langsung menyadari keadaan lingkungan sekitar mereka, memperhatikan kebersihan sekolah, dan

memahami dampak dari lingkungan yang kotor. Dalam hal ini siswa juga belajar membangun hubungan dengan teman-teman mereka melalui kerja samadan membentuk hubungan sosial yang positif saat bekerja sama membersihkan sekolah. Selain itu, peserta didik juga dilatih untuk mengambil keputusan yang bertanggung jawab dengan pengetahuan langsung tentang dampak positif dan negatif dari kebersihan. Peserta didik akan menjadi lebih berhati-hati dalam tindakan yang dapat merusak lingkungan, seperti membuang sampah sembarangan. Mereka akan belajar memahami bahwa setiap tindakan memiliki konsekuensi, dan pemahaman ini menjadi pelajaran penting yang dapat diterapkan dalam kegiatan sehari-hari yang lebih kompleks. Siswa akan menyadari bahwa keputusan yang mereka ambil harus dipertanggungjawabkan serta membangun dasar keterampilan sosial dan emosional yang berharga bagi perkembangan mereka.



Gambar 5. Pelaksanaan pembiasaan baik dengan menjaga kebersihan di MI Unggulan Nuris

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian mengenai penerapan Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) di MI Unggulan Nuris menunjukkan bahwa PSE bertujuan untuk melatih kompetensi sosial dan emosional siswa, sehingga tercipta keseimbangan antara kompetensi akademik dan sosial emosional yang dapat membuat mereka menjadi individu yang aman dan bahagia. PSE sangat relevan dan perlu diterapkan secara menyeluruh di Indonesia, bukan hanya secara sporadis di beberapa institusi yang sudah memahami konsep ini terlebih dahulu. Hal ini karena penerapan PSE selaras dengan tujuan pendidikan nasional dan cita-cita pendidikan Ki Hajar Dewantara serta dapat membantu dalam mencetak siswa Indonesia dengan Profil Pelajar Pancasila. Dalam pelaksanaan PSE, guru dapat menggunakan berbagai teknik yang disesuaikan dengan kebutuhan, tujuan pembelajaran, kompetensi sosial dan emosional yang



ingin dikembangkan, serta jenjang pendidikan siswa. Guru dapat mendesain atau memodifikasi teknik-teknik PSE yang tepat. Implementasi PSE dilakukan melalui kegiatan rutin, integrasi dalam mata pelajaran, serta penerapan kebijakan dan protokol sekolah yang mendukung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa PSE di MI Unggulan Nuris berhasil diterapkan dengan baik dan memberikan dampak positif pada perkembangan karakter siswa. PSE tidak hanya berfokus pada pengembangan akademik, tetapi juga membantu siswa dalam mengelola emosi, menjalin hubungan positif, dan membuat keputusan yang tepat. Penerapan PSE yang efektif menciptakan suasana belajar yang mendukung kesejahteraan siswa, meningkatkan disiplin, serta memperkuat kemampuan mereka dalam berempati dan bekerja sama. Secara keseluruhan, implementasi PSE di MI Unggulan Nuris menunjukkan bahwa pendidikan yang holistik, yang mencakup aspek akademik dan sosial emosional, sangat relevan dan penting untuk menghasilkan siswa yang sukses dan bahagia.

Penelitian ini memberikan gambaran mengenai implementasi PSE di MI Unggulan Nuris, tetapi masih terbatas pada satu lokasi penelitian. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dilakukan studi komparatif di berbagai sekolah dasar dengan latar belakang yang berbeda, seperti sekolah negeri, swasta, atau madrasah lainnya. Studi komparatif ini akan membantu memahami perbedaan dan persamaan dalam implementasi PSE serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Selain itu, penelitian lebih lanjut juga dapat fokus pada pengukuran kuantitatif mengenai dampak PSE terhadap peningkatan keterampilan sosial emosional dan prestasi akademik siswa, sehingga memberikan bukti empiris yang lebih kuat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Ucapan terima kasih ini penulis sampaikan kepada keluarga besar program studi Magister Pendidikan Matematika Universitas Jember, dosen-dosen pengampu mata kuliah analisis kurikulum dan matematika sekolah, dan para guru MI Unggulan Nuris Jember sebagai bentuk penghargaan yang tulus atas segala dukungan, bantuan dan kontribusi dari berbagai pihak yang tidak dapat disertakan sebagai penulis tetapi memiliki andil besar dalam penyelesaian penelitian ini. Semoga kerja sama dan bantuan yang telah diberikan menjadi amal kebaikan yang bermanfaat.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, K. H., Abqoriyun, M., Fahmi, N., Yudianto, E., Diah, N., & Lestari, S. (2024).



-
- Relevansi penerapan model pembelajaran terhadap pelajaran matematika berdasarkan kurikulum merdeka 1. *Aritmatika*, 5(1).
- Aini, Q., & Firmansyah, M. I. (2024). *Analisis Aksesibilitas Buku Teks PAI dan Pencegahan Bullying di Sekolah Dasar*. 9(1), 43–68.
- Al-Gipari, L. M. (2021). Pengaruh Manajemen Pendidikan Boarding School Dan Keteladanan Guru Terhadap Karakter Siswa Di SMA IT Rahmadiyah Cibinong, Bogor, Jawa Barat. *Tesis*, 1–235.
- Avandra, R., Neviyarni S, & Irdamurni. (2023). Pembelajaran Sosial Emosional Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Di Sekolah Dasar. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(2), 5560–5570. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.1314>
- Christiana Elisabeth. (2019). Identifikasi Bentuk Kekerasan dan Penangannya di Lingkungan Sekolah Dasar. *Child Education Journal*, 1(2), 58–64.
- Conden & Gonchar. (2017). Cultivating Mindfulness for Educators Using Resources From The New York Times. *New York*.
- Fitriah, Soraya Djamilah, R. N. (2024). *Pengembangan lkpd kurikulum merdeka berbasis pendekatan kontekstual pada materi perbandingan*. *Aritmatika*, 5(2).
- Gonser, S. (2022). *No Developing Emotional Literacy Across the Grade Levels*. Jing Jing Tsong.
- Isabela, M., & Anggraini, S. (2024). Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Bullying pada Siswa. *Journal on Education*, 06(03), 16998–17009.
- Jamilah, S. (2019). Pengembangan Sosial-Emosional Anak Melalui Metode Role Playing (Bermain Peran) Di Kelompok B Anak Usia Dini. *PELANGI: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 83–101. <https://doi.org/10.52266/pelangi.v1i1.282>
- Kholida, A., Susanti, D., & Jamiludin, M. F. (2024). Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi Dalam Kurikulum Merdeka Di SMPN 1 Panti Jember. *Aritmatika*, 5(1), 76–87.
- Lu'lu'a Farah Adiba. (2024). Evaluasi Program Social Emotional Learning Dalam Pengembangan Karakter Peserta Didik (Studi Kasus di SD Kharisma Bangsa dan SD Pribadi Depok) TESIS. *Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, 1–227.
- Mustofa, N. H., & Sumardjoko, B. (2021). Pembelajaran Sosial Emosional Di Sekolah



-
- Penggerak Sdn 3 Glinggangan Kecamatan Pringkuku Pacitan. *Andrew's Disease of the Skin Clinical Dermatology.*, 2, 1–9.
- Nengsih, A. A., Agusdianita, N., & Oktariya, B. (2024). Analisis Kesulitan Guru Kelas dalam Menerapkan 5 Unsur KSE (Kompetensi Sosial Emosional) pada Saat Proses Pembelajaran di Kelas VI SDN 20 Kota Bengkulu. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*, 7(3), 273–282. <https://doi.org/10.20961/shes.v7i3.91559>
- Noble, T., & McGrath, H. (2014). Increasing psychological well-being in clinical and educational settings: Cross-cultural advancements in positive psychology. In *Well-being and resilience in school settings* (Volume 8). Springer, Dordrecht. https://doi.org/10.1007/978-94-017-8669-0_9
- Nur'Aini, P., Mahfud, H., & Ardiansyah, R. (2022). Analisis dampak meditasi terhadap kemampuan peserta didik usia sekolah dasar dalam mengelola emosi diri. *Didaktika Dwija Indria*, 9(2), 110–114. <https://doi.org/10.20961/ddi.v9i2.49678>
- Nuraeni, I., Kholillah, khoirunnisa M., Ani, N., Lestari, R., & Rostika, D. (2023). Mengintegrasikan Pembelajaran Sosial dan Emosional pada Pembelajaran di Sekolah Dasar. *Cermin: Jurnal Penelitian*, 7(2), 449–458. https://doi.org/10.36841/cermin_unars.v7i2.3901
- Ramadhani, W., Miyono, N., & Masudah. (2024). Pelaksanaan Pembelajaran Sosial Emosional melalui Model Pembelajaran Bermain Peran (Role Playing) di Kelas II SD Negeri Bugangan 03 Semarang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 11443–11451.
- Solihin, A. (2023). Simiralitas Pendekatan Pembelajaran Az-Zarnuji Dan Kecerdasan Emosional Daniel Goleman. *Al-Hasanah : Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 8(1), 113–132. <https://doi.org/10.51729/81176>
- Sulistyowati, A., Hartinah, S., & Sudibyoy, H. (2023). Model Pembentukan Karakter Pelajar Pancasila dengan Pendekatan Collaborative for the Advancement of Social and Emotional learning (CASEL). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 10275–10282.
- Suputra, I. K. D., Rahayu, Y. P., & Dianovinina, K. (2022). Pengaruh Pelatihan Self-Compassion Terhadap Kontrol Diri Anak yang Berkonflik Dengan Hukum. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 11(3), 429. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v11i3.8218>
- Yuhelmi. (2022). Implementasi Pembelajaran Social Emotional Learning di Era Kurikulum



Merdeka di SD Binaan Kecamatan Padang Utara. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 7(4), 91–98.