

PEMBELAJARAN SOSIAL EMOSIONAL TERHADAP MOTIVASI BELAJAR
PESERTA DIDIK DI SEKOLAH DASAR

Ricky Avandra¹, Neviyarni S², Irdamurni³

¹²³Universitas Negeri Padang

¹andravan86@gmail.com, ²neviyarni.suhaili911@gmail.com

³irdamurni@fip.unp.ac.id,

ABSTRACT

Social and emotional learning is motivated by the belief that it is not enough for students to only develop their academic abilities. However, social and emotional aspects must also be developed. Various research results show that social-emotional competence plays an important role in learning and success in one's life. As an educator who is directly related to participants in school, he can see the low learning motivation of students as a result of the lack of implementation of social emotional learning carried out in classroom learning. This study aims to motivate students in learning through emotional social learning. This research uses library/literature research where data is obtained from literature reviews of various relevant journals, book reviews and others. Data after review will be concluded according to the problem being studied. The aim of the research is to provide understanding and knowledge about social emotional learning in learning to be able to increase students' motivation in learning. Data collection was carried out by looking for various literature studies, articles/journals that were relevant to the title of the study under study..

Keywords: Learning, social emotional, Development

ABSTRAK

Pembelajaran sosial dan emosional dilatar belakangi dari keyakinan bahwa peserta didik tidaklah cukup hanya mengembangkan kemampuan akademisnya. Namun Aspek sosial dan emosional juga harus dikembangkan. Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa kompetensi sosial-emosional berperan penting dalam belajar dan kesuksesan dalam hidup seseorang. Sebagai seorang pendidik yang secara langsung berhubungan dengan peserta di sekolah dapat melihat rendahnya motivasi belajar peserta didik akibat dari kurangnya pelaksanaan pembelajaran sosial emosional yang dilaksanakan dalam pembelajaran di kelas. Penelitian ini bertujuan untuk memotivasi peserta didik dalam belajar melalui pembelajaran sosial emosional. Penelitian ini menggunakan penelitian studi kepustakaan/literature dimana data yang didapatkan dari kajian pustaka berbagai jurnal yang relevan, telaah buku dan lainnya Data sesudah ditelaah akan disimpulkan sesuai masalah yang dikaji. Tujuan penelitian untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan tentang pembelajaran sosial emosional dalam pembelajaran untuk dapat meningkatkan motivasi peserta didik dalam belajar .

Pengumpulan data dilakukan dengan mencari berbagai kajian literature, artikel/jurnal yang relevan dengan judul kajian yang diteliti.

Kata Kunci: Pembelajaran, sosial emosional, Perkembangan

A. Pendahuluan

Perkembangan sosial pada anak ditandai dengan proses pencapaian kematangan dalam kehidupan sosialnya, bagaimana dia menyesuaikan diri dengan lingkungannya, berinteraksi dengan lingkungannya dan mengikuti aturan yang terdapat pada lingkungan sosialnya (Latifa, 2017).

Perkembangan sosial berarti perubahan perilaku agar mengikuti keadaan dengan tuntutan sosial. Tuntutan sosial itu tergantung di lingkungan dimana anak berkembang dan tergantung di budaya serta adat yang berlaku dalam lingkungannya, serta tergantung umur dan tugas perkembangannya.

Perkembangan sosial juga dapat diartikan sebagai pencapaian kematangan dalam hubungan sosial aktivitas pembelajaran untuk mengikuti serta beradaptasi menggunakan norma dan tata cara-adat dan hukum yg berlaku pada masyarakat. Perkembangan sosial anak Sekolah Dasar ditunjukkan adanya perubahan pada bentuk sikap/perbuatan serta perluasan

korelasi antara teman sebaya, selain menggunakan keluarga, anak juga mulai menjalin korelasi dengan sahabat seusianya atau kawan satu kelas, sehingga ruang gerak sosialnya semakin luar. pada masa ini, anak mulai bisa mengikuti keadaan menggunakan lingkungan lebih kurang, (egosentris) pada sikap yg kooperatif (berhubungan) atau mementingkan kepentingan orang lain (Tusyana & Trengginas, 2019).

Emosi merupakan perasaan intens yang ditunjukkan oleh seseorang atas suatu kejadian atau peristiwa (Latifa, 2017). Perkembangan emosional adalah perkembangan yang mana emosi adalah faktor yang dominan dalam mendorong sikap seseorang, begitu juga perilaku belajar.

American Academy of Pediatrics menyatakan bahwa perkembangan emosi mengacu pada kemampuan anak agar mempunyai pengetahuan dalam mengelola serta menampilkan emosi secara baik misalnya ungkapan emosi yang baik juga emosi yang tidak baik, anak bisa berinteraksi dengan temannya serta

orang yang dewasa (Nurmalitasari, 2015).

Perkembangan sosial emosional adalah kegiatan belajar beradaptasi untuk mengetahui situasi dan perasaan sewaktu berhubungan dengan orang lain pada keadaan sekitarnya. Pembelajaran sosial dan emosional dilaksanakan melalui mendengar, mengobservasi serta mengimitasi sesuatu yang diamatinya. Dodge, Colker, serta Heroman (2002) dalam Hildayani (2009: 10.3), Sewaktu anak-anak perkembangan sosial emosional hanya dalam lingkup sosialisasi. Yangmana anak belajar tentang nilai dan sikap yang diperolehnya dari orang sekitarnya. Pada tahap ini, ada 3 tujuan perkembangan sosial emosional. Pertama, memenuhi pemahaman diri (sense of self) dan berinteraksi dengan orang lain. kedua, tanggung jawab pada diri sendiri yang mencakup kemampuan menaati peraturan dan kebiasaan, menghormati orang lain, serta menggunakan prakarsa. Ketiga, menunjukkan sikap sosial seperti empati, saling memberi, dan mampu antri dengan tertib.

Perkembangan emosi begitu berhubungan dengan perkembangan

sosial anak. Bila anak sudah bisa berafiliasi dan memiliki emosi yang baik maka anak akan mampu berhubungan sosial bersama orang lain.

Pembelajaran sosial dan emosional dilatar belakangi oleh kenyataan bahwa tidaklah cukup jika peserta didik hanya mempelajari dan mengembangkan kemampuan akademiknya saja dalam pembelajaran proses . Setiap peserta didik diharapkan juga mengembangkan dimensi sosial dan emosional. Berdasarkan hasil penelitian memperlihatkan kemampuan sosial-emosi berperan cukup signifikan dalam keberhasilan akademis maupun kehidupan individu. Sebagai seorang pendidik yang berhubungan langsung dengan peserta didik di lingkungan pendidikan kita bisa melihat rendahnya motivasi belajar peserta didik akibat dari kurangnya pelaksanaan pembelajaran sosial emosional yang dilaksanakan di dalam kelas.

Pembelajaran sosial emosional (PSE) adalah kegiatan pembelajaran yang membantu anak mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang diperlukan untuk keberhasilan dalam kehidupannya.

PSE meliputi empat keterampilan utama, yaitu kesadaran diri, regulasi emosi, keterampilan sosial, dan tanggung jawab sosial. Dalam konteks pendidikan, PSE dapat membantu meningkatkan motivasi belajar anak di sekolah dasar.

Kesadaran diri ialah kesanggupan dalam memahami dan mengenali perasaan dan emosi sendiri. Dalam konteks pembelajaran, kesadaran diri dapat membantu anak-anak memahami kekuatan dan kelemahan mereka dalam belajar. Regulasi emosi adalah kemampuan untuk mengelola perasaan dan emosi dengan cara yang sehat dan efektif. Regulasi emosi dapat membantu anak-anak mengatasi stres dan kecemasan yang mungkin terkait dengan belajar di sekolah.

Keterampilan sosial meliputi kemampuan untuk berbicara dan berinteraksi secara baik, berkolaborasi dengan individu lain, dan menyelesaikan permasalahan secara efektif. Keterampilan sosial bisa membantu anak menciptakan interaksi yang sehat dengan kawan sekelas dan guru mereka. Tanggung jawab sosial adalah kemampuan untuk memahami konsekuensi berdasarkan tindakan yang dilakukannya dan bertanggung

jawab atas tindakan tersebut. Tanggung jawab sosial dapat membantu anak-anak menjadi peserta didik yang bertanggung jawab dan terlibat dalam lingkungan belajar mereka.

PSE dapat membantu meningkatkan motivasi belajar anak di sekolah dasar dengan memberikan keterampilan dan dukungan yang diperlukan untuk sukses di sekolah. Anak yang mempunyai keterampilan sosial dan emosional yang kuat akan lebih termotivasi untuk belajar dan berpartisipasi dalam lingkungan belajar mereka. Selain itu, PSE dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan yang terkait dengan belajar, yang dapat memengaruhi motivasi belajar anak.

Dalam rangka memastikan keberhasilan PSE untuk lebih motivasi belajar anak di sekolah dasar, penting untuk melibatkan wali murid dan pendidik dalam proses pembelajaran. Wali murid dan pendidik dapat bekerja sama untuk memberikan dukungan dan bimbingan kepada peserta didik dalam meningkatkan keterampilan sosial dan emosionalnya. Selain itu, penting untuk menciptakan situasi belajar yang kondusif dan mendukung, di mana peserta didik

merasa kondusif untuk belajar dan tumbuh.

Sardiman (Suryadi, 2019) pada kegiatan belajar, semangat/dorongan begitu dibutuhkan sebab hasil belajar akan maksimal jika ada motivasi". Peserta didik akan mampu belajar dengan baik jika pada diri peserta didik ada suatu harapan untuk belajar. Motivasi atau dorongan belajar akan mempengaruhi proses belajar peserta didik di sekolah, Jika peserta didik memiliki harapan atau dorongan maka mempengaruhi pada proses belajar akan aktif dalam kelas. Pada aktivitas belajar, tugas peserta didik merupakan belajar. Jika peserta didik tidak belajar sebagai mana mestinya maka perlu dianalisis penyebabnya.

Motivasi belajar peserta didik bisa klasifikasikan menjadi 2, yaitu motivasi dari dalam diri (internal motivation) serta motivasi dari luar (external motivation). Dorongan internal timbul karena adanya keinginan dari dalam, yaitu sebab adanya kebutuhan, sebaliknya dorongan eksternal ada sebab adanya keinginan yang berasal dari luar seperti lingkungan. Pada proses pembelajaran hal dari luar yg bisa mensugesti keinginan belajar peserta didik merupakan kinerja pendidik.

Keinginan belajar peserta didik mempunyai efek yang cukup bertenaga terhadap kesuksesan aktivitas hasil belajar peserta didik. Salah satu acuan mutu pembelajaran ialah terdapatnya dorongan maupun semangat belajar yang berasal dari para peserta didik

B. Metode Penelitian

Jenis penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah studi pustaka/literature menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Kajian pustaka/literature ini adalah suatu studi yang dipakai untuk mendapatkan data atau mengumpulkan informasi kepustakaan dengan cara menganalisis, membaca, dan menulis informasi penting serta membuatnya menjadi bahan kajian. Tujuannya adalah untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan tentang pembelajaran sosial emosional dalam pembelajaran. Penelitian ini bersifat nyata bahwa peneliti memiliki referensi langsung ke sumber atau bahan kajian, data study literature/kepustakaan sudah bersifat tetap dan siap digunakan. Data kepustakaan merupakan data sekunder atau data pendukung, sehingga peneliti tidak mendapatkan

data tentang informasi keahlian yang asli atau tangan pertama, melainkan data yang digunakan dari tangan kedua. Selanjutnya keadaan informasi studi literature/pustaka ini tidak dibatasi oleh ruang dan waktu (Zed, 2014).

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data adalah penelitian dokumenter yaitu teknik pengumpulan data dengan menganalisis isi dokumen yang berkaitan dengan masalah yang diteliti. Sumber data berupa hasil penelitian, buku dan artikel tentang subjek yang dipilih berfungsi sebagai sumber data.

Analisis data yang digunakan adalah analisis konten karena penelitian ini menelaah berbagai teori tentang perkembangan sosial dan emosional peserta didik. Menurut Weber "analisis konten merupakan suatu penelitian yang menggunakan sekumpulan prosedur untuk mendapatkan kesimpulan yang sah dari sebuah buku atau dokumen".

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Anak mempunyai beberapa dimensi perkembangan, salah satunya yaitu dimensi sosial-emosional. Walaupun "sosial" dan "emosional" ialah dua

kata dengan arti yang berbeda namun tidak dapat dipisahkan. Hal ini karena kedua dimensi tersebut tumpang tindih (Mulyani, 2014:145). Tujuan perkembangan sosial-emosional ini adalah supaya anak mempunyai rasa percaya diri, keterampilan sosial dan kemampuan mengelola emosi (Musringati, 2017:1).

Optimalisasi perkembangan sosial-emosi dipengaruhi oleh mutu kolaborasi diantara wali murid, pendidik dan lingkungan (Wahyuni, Syukri dan Miranda, 2015:2). Hal tersebut bisa dicapai menggunakan cara anak belajar mengenali diri dan lingkungannya. Proses pengenalan ini bisa hubungan antara anak dengan keluarga sehingga anak mampu membangun rasa diri. Mereka bisa bermain dengan teman seumurannya yang akan mengasah dan meningkatkan keterampilan sosial anak (Musringati, 2017:1-2). selanjutnya wali murid dan pendidik dapat mengembangkan aspek tersebut dengan menggunakan beberapa contoh/teladan (Nurjannah, 2017:52), seperti ibadah, interaksi timbal balik dengan orang lain, kerjasama, pakaian, tipe belajar, cara hidup dan lain-lain. Semakin banyak perilaku sosial-emosional anak

dilatih, semakin baik kemampuan pemecahan masalah mereka (Wahyuni, dkk, 2015:2).

Oleh karena itu, sebaiknya wali murid dan pendidik mengajak peserta didik bermain game sesering mungkin yang dapat melatih kemampuan sosial dan emosional anak. Wali murid dan pendidik bisa melakukan ini dengan bercerita, bermain peran, dll. Ketika wali murid dan guru memasukkan saran dan penekanan yang baik dan lingkungan yang mendukung mereka, keterampilan sosial-emosi anak tentu dapat berkembang secara baik.

Perkembangan sosial adalah kemampuan seorang anak untuk berhubungan dengan teman seumurannya, orang dewasa, dan masyarakat luas sehingga bisa menyesuaikan diri dengan baik sesuai dengan harapan bangsa dan negara (Mayar, 2013:459).

PSE ialah pembelajaran yang dilaksanakan secara kerjasama lintas satuan pendidikan. Proses kolaboratif ini dapat membuat peserta didik dan orang di satuan pendidikan mendapatkan dan mengaplikasikan pengetahuan, keterampilan, dan perilaku yang baik tentang dimensi sosial dan emosional. Tujuan PSE adalah untuk mengajarkan 1)

pemahaman, penghargaan, dan kemampuan mengontrol emosi, 2) menetapkan dan mencapai tujuan yang baik, 3) merasakan dan menunjukkan empati terhadap orang lain, 4) menjalin dan memelihara hubungan yang baik, dan 5) .. membuat keputusan yang dapat dipertanggung jawabkan.

PSE dapat dibagi atas tiga lingkup:

a. rutin:

Dalam keadaan yang telah ditetapkan di luar pembelajaran akademis, misalnya kegiatan pembiasaan seperti berdo'a sebelum belajar, membaca dan kegiatan literasi sebelum belajar dan lainnya

b. Terintegrasi dalam mata pelajaran :

misalnya refleksi setelah menyelesaikan suatu kompetensi pembelajaran, berdiskusi memecahkan masalah atau tugas kelompok dll.

c. Protokol :

Menjadi pembiasaan /membudaya atau peraturan satuan pendidikan yang telah menjadi keputusan bersama yang digunakan peserta didik secara mandiri atau sebagai praktik pada satuan pendidikan untuk menanggapi situasi atau peristiwa tertentu. Misalnya, menyelesaikan masalah dengan membicarakannya

secara baik-baik tanpa unsur kekerasan dan saling mendengarkan.

Pembelajaran sosial-emosional (PSE) mencakup keterampilan yang dibutuhkan peserta didik untuk menghadapi masalah, menyelesaikannya secara bersamaan, dan mengajari mereka menjadi lebih baik. PSE berusaha untuk menemukan keseimbangan antara orang-orang dan mengembangkan keterampilan pribadi yang diperlukan untuk sukses. Bagaimana kita sebagai pendidik memasukkan segala sesuatu dalam proses belajar sehingga anak belajar memposisikan dirinya secara baik dalam konteks lingkungan sekitar

PSE meliputi pengembangan keterampilan seperti pengaturan emosi, kerja sama, berkomunikasi dengan baik, bekerja sama dalam kelompok, dan membangun hubungan sosial yang sehat.

Penelitian telah menunjukkan bahwa pembelajaran sosial emosional dapat meningkatkan motivasi belajar anak sekolah dasar. Salah satu penelitian oleh Durlak et al. (2011) menemukan program PSE yang efektif dapat meningkatkan motivasi belajar anak sekolah dasar. Penelitian ini melibatkan 213 sekolah dasar di Amerika Serikat dan

melibatkan lebih dari 27000 peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program PSE yang sesuai bisa meningkatkan prestasi akademik dan semangat peserta didik dalam belajar.

Selanjutnya penelitian dari Elias et al. (2003) menemukan bahwa program PSE dapat membantu anak mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang diperlukan untuk berhasil di sekolah dan dalam kehidupannya sehari-hari. Penelitian ini melibatkan 2700 peserta didik dari 10 sekolah dasar di Amerika Serikat. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa program PSE dapat meningkatkan keterampilan sosial dan emosional peserta didik serta mengurangi perilaku negatif seperti agresi dan pelecehan.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Zins et al. (2004) menemukan bahwa program PSE dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Penelitian ini melibatkan 2700 peserta didik dari 9 sekolah dasar di Amerika Serikat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program PSE yang efektif dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik dan membantu mereka menjadi lebih berhasil di satuan

pendidikannya dan dalam sehariannya.

Dari ketiga penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran sosial emosional dapat meningkatkan motivasi belajar anak sekolah dasar. Program PSE yang efektif dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang diperlukan untuk keberhasilan di satuan pendidikan dan dalam sehariannya.

Selanjutnya Penelitian lain oleh Jones et al. (2015) menemukan bahwa PSE dapat membantu peserta didik mengatasi stres dan kecemasan yang terkait dengan lingkungan belajar. Dalam penelitian ini, peserta didik yang mengikuti program PSE menunjukkan peningkatan dalam kemampuan mereka untuk mengatasi stres dan kecemasan, serta peningkatan dalam motivasi belajar.

selanjutnya penelitian oleh Brackett et al. (2012) menunjukkan bahwa program PSE dapat membantu peserta didik meningkatkan keterampilan sosial-emosional mereka dan memperbaiki hubungan sosial mereka dengan teman sekelas. Dalam penelitian ini, peserta didik yang mengikuti program PSE menunjukkan peningkatan dalam kemampuan mereka untuk

mengenali dan mengatur emosi, serta peningkatan dalam keterampilan berkomunikasi dan bekerja sama dalam kelompok.

Secara keseluruhan, penelitian menunjukkan bahwa PSE dapat meningkatkan motivasi belajar anak sekolah dasar. Program PSE dapat membantu peserta didik mengatasi stres dan kecemasan, memperbaiki hubungan sosial mereka dengan teman sekelas, dan meningkatkan keterampilan sosial-emosional mereka secara keseluruhan.

D. Kesimpulan

Pembelajaran sosial emosional dapat meningkatkan motivasi belajar anak sekolah dasar. Program pembelajaran sosial emosional yang efektif dapat membantu peserta didik mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang baik, sehingga mereka menjadi lebih percaya diri dan antusias dalam mengikuti pelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

Brackett, M.A., Rivers, S.E., Reyes, M.R., Elbertson, N.A., & Salovey, P. (2012). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER feeling words curriculum. *Learning and Individual Differences*, 22(2), 218-224.

- Dewi, M. P., Neviyarni, S., & Irdamurni, I. (2020). Perkembangan bahasa, emosi, dan sosial anak usia sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(1), 1-11.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child development*, 82(1), 405-432.
- Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, R. P., Frey, K. S., Greenberg, M. T., Haynes, N. M., ... & Shriver, T. P. (2003). Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators (Vol. 1). ASCD.
- Hildayani, Rini, dkk. 2009. Psikologi Perkembangan Anak. Jakarta: Universitas Terbuka
- Jones, S.M., Bouffard, S.M., & Weissbourd, R. (2015). Educators' social and emotional skills vital to learning. *Phi Delta Kappan*, 96(2), 8-13.
- Latifa, U. (2017). Aspek Perkembangan pada Anak Sekolah Dasar: Masalah dan Perkembangannya. *Journal of Multidisciplinary Studies*, 1(2), 185–196.
- Mayar, Farida. 2013. Perkembangan Sosial Anak Usia Dini sebagai Bibit untuk Masa Depan Bangsa. *Jurnal Al-Ta'lim*. Vol. 1 (6), hlm 459-464.
- Mulyani, Novi. 2014. Upaya Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Raushan Fikr*. Vol. 3 (2), hlm. 133-147.
- Musringati. 2017. Mengembangkan Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini pada Kelompok B melalui Metode Bercerita di TK Al Ikhlas. STKIP Siliwangi Bandung.
- Nurjannah. 2017. Mengembangkan Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia Dini melalui Keteladanan. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. Vol.14 (1), hlm. 5061
- Nurmalitasari, F. (2015). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah. *Buletin Psikologi*, 23(2), 103. <https://doi.org/10.22146/bpsi.10567>
- Suryadi, S. (2019). Peranan Perkembangan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Dalam Kegiatan Pembelajaran Dan Perkembangan Dunia Pendidikan. *Jurnal Informatika*, 3(3), 9–19. <https://doi.org/10.36987/informatika.v3i3.219>
- Tusyana, E., & Trengginas, R. (2019). Analisis Perkembangan Sosial-Emosional Anak. *Jurnal Iventa*, 3(1), 18–26.
- Wahyuni, S., Syukri, M., dan Miranda, D. 2015. Peningkatan Perkembangan Sosial Emosional melalui Pemberian Tugas Kelompok pada Anak Usia 5-6

Tahun. Universitas Tanjungpura,
Pontianak. Hlm. 1-15

Zed, M. (2014). Metode Penelitian
Kepustakaan. Jakarta: Yayasan
Pustaka Obor Indonesia

Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang,
M. C., & Walberg, H. J. (Eds.).
(2004). Building academic
success on social and emotional
learning: What does the research
say?. Teachers College Press.