



## **PEMBELAJARAN SOSIAL DAN EMOSIONAL (PENGALAMAN PRAKTIS PENDIDIKAN GURU PENGGERAK)**

Tri Riswakhyuningsih<sup>1</sup>, Eva Susiati<sup>2</sup>, Wulandari<sup>3</sup>, Duryat<sup>4</sup>, Helmi Khusnul Fatekhah<sup>5</sup>,  
Kumariyah<sup>6</sup>  
SMPN 2 Subah<sup>1</sup>, SDN Menjangan<sup>2</sup>, SDN Tulis 01<sup>3</sup>, SDN Proyonanggan 10<sup>4</sup>, SDN Sembojo<sup>5</sup>,  
SDN Kaliboyo 01<sup>6</sup>  
tririswakhyuningsih@gmail.com

### **ABSTRAK**

Pembelajaran Sosial dan Emosional (PSE) merupakan modul ke-6 dari 10 modul dalam Program Pendidikan Guru Penggerak. Penelitian ini bertujuan membagikan pengalaman pembelajaran PSE dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif. Sumber data berasal dari modul, tugas mandiri, tugas kelompok, dan jurnal refleksi. Data dikumpulkan melalui telaah modul, eksplorasi Learning Management System, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan teknik triangulasi. Proses pembelajaran mengikuti alur “MERDEKA”: Mulai dari Diri, Eksplorasi Konsep, Ruang Kolaborasi, Demonstrasi Kontekstual, Elaborasi Pemahaman, Koneksi Antar Materi, dan Aksi Nyata. Pada tahap Mulai dari Diri, peserta merefleksikan pengalaman menghadapi krisis pribadi, kemampuan membangun hubungan positif, serta dampaknya terhadap pembelajaran. Eksplorasi Konsep mencakup pentingnya PSE, kerangka kerja CASEL, dan implementasinya. Dalam Ruang Kolaborasi, peserta menyusun dan mendiskusikan program penguatan kompetensi sosial dan emosional di sekolah. Demonstrasi Kontekstual dilakukan melalui penerapan PSE dalam skenario pembelajaran. Elaborasi Pemahaman dilakukan melalui pembelajaran mandiri dan kolaboratif untuk memperdalam pemahaman PSE berbasis kesadaran penuh (mindfulness). Koneksi Antar Materi dilakukan dengan menyusun kesimpulan dan menghubungkan PSE dengan modul-modul sebelumnya. Aksi Nyata dilakukan dengan membagikan implementasi PSE di lingkungan sekolah.  
**Kata Kunci:** Guru Penggerak, Pendidikan Guru Penggerak, Pembelajaran Sosial dan Emosional

### **ABSTRACT**

*Social and Emotional Learning (SEL) is the 6th of 10 modules in the Teacher Leadership Program. This study aims to share learning experiences related to SEL using a qualitative descriptive method. The Data sources include the module, individual assignments, group tasks, and reflective journals. Data were collected through module review, Learning Management System exploration, and documentation, and analyzed using triangulation techniques. The learning process followed the “MERDEKA” flow: Starting from Self, Concept Exploration, Collaboration Space, Contextual Demonstration, Understanding Elaboration, Interconnection, and Real Action. In Starting from Self, participants reflected on personal crises, their ability to build positive relationships, and the impact on their learning. Concept Exploration covered the importance of SEL, the CASEL framework, and its implementation. In the Collaboration Space, participants discussed and developed initiatives to strengthen social and emotional competencies in schools. Contextual Demonstration involved applying SEL in learning scenarios. Understanding Elaboration was achieved through self-directed and collaborative learning focused on mindfulness-based SEL. Interconnection involved synthesizing conclusions and linking SEL to previous modules. Real Action was carried out by sharing the implementation of SEL within the school environment.*

**Keywords:** Leading Teacher, Leading Teacher Education, Social and Emotional Learning



Lisensi

Lisensi Internasional Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0.

## 1. Pendahuluan

Pembelajaran Sosial dan Emosional (PSE) merupakan modul ke-6 dari 10 modul yang dipelajari dalam pendidikan guru penggerak. Ruang lingkup materi meliputi pentingnya PSE, kerangka kerja CASEL (*Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning*), dan implementasi PSE. Ruang kolaborasi, mendiskusikan dan menyusun inisiatif program penguatan Kompetensi Sosial dan Emosional (KSE) bagi murid dan rekan sejawat di sekolah [11].

Melalui pengajaran dan pendidikan, guru berinteraksi dengan murid dengan berbagai karakter dan tingkah laku serta berusaha menciptakan hubungan yang harmonis di kelas. Tantangan dalam proses pembelajaran, seperti kurangnya motivasi belajar, sering bolos, kurang disiplin, dapat menimbulkan respon emosional dari guru [5].

Krisis karakter pada murid dapat dicegah salah satunya dengan PSE. Integrasi keterampilan sosial emosional dalam pembelajaran dapat meningkatkan kecerdasan intelektual dan sosial emosional murid [9].

PSE menjadi komponen penting dalam pendidikan holistik. PSE membekali murid dengan pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Murid mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang dibutuhkan dalam hidup. Membantu membangun hubungan yang sehat, membuat keputusan yang bertanggung jawab, dan mencapai tujuan hidup. PSE dan pendidikan yang berpihak pada murid saling berkaitan. Pendidikan yang berpihak pada murid menekankan pengakuan akan keberagaman individu dalam hal kemampuan, minat, budaya, dan cara belajar. Integrasi PSE dalam proses pembelajaran yang berpihak pada murid, membantu menciptakan lingkungan belajar yang inklusif [1].

PSE membantu murid dalam mengembangkan kesadaran diri, pengendalian diri, dan keterampilan interpersonal yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Diperlukan usaha untuk memahami guru dan siswa tentang PSE. Guru mengikuti pelatihan tentang PSE sedangkan murid diberi pemahaman tentang PSE dan manfaatnya [8].

Pelaksanaan PSE dapat dilakukan dengan cara kegiatan rutin di sekolah, integrasi dalam pembelajaran di kelas [4] serta pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari di rumah dan integrasi ke dalam kegiatan ekstrakurikuler [7]. Guru perlu mendesain PSE untuk membangun hubungan yang positif dalam ekosistem pendidikan [4].

Pemahaman guru tentang KSE diperlukan agar dapat merencanakan pembelajaran dan penilaian dengan baik. KSE yang diintegrasikan adalah kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab [10].

Pembelajaran berbasis proyek dapat diterapkan untuk membantuk perkembangan sosial emosional murid. Antusias murid selama pembelajaran berbasis proyek, mampu menunjukkan perkembangan sosial emosional yang baik, seperti memiliki empati, saling membantu, bekerjasama, menjalin hubungan baik saat berdiskusi, dan dapat berkomunikasi dengan cukup baik [6].

PSE dapat meningkatkan motivasi belajar murid. Membantu murid mengembangkan keterampilan sosial dan emosional, sehingga menjadi lebih percaya diri dan antusias dalam mengikuti pelajaran dan meningkatkan motivasi belajarnya [3].

Rumusan masalah dalam penelitian adalah bagaimana proses pembelajaran sosial dan emosional pada pendidikan guru penggerak? Tujuan penelitian adalah berbagi pengalaman pembelajaran sosial dan emosional pada pendidikan guru penggerak. Manfaat penelitian adalah hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi dalam menerapkan pembelajaran sosial dan emosional.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian dilakukan dengan metode deskriptif kualitatif [12]. Sumber data berupa modul pembelajaran sosial dan emosional, tugas mandiri, tugas kelompok, dan jurnal refleksi. Data dikumpulkan dengan cara menelaah modul, eksplorasi *Learning Management System*, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan teknik triangulasi.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Capaian modul adalah peserta mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman dan nyaman sehingga seluruh individu di sekolah dapat meningkatkan kompetensi akademik dan kesejahteraan psikologis (*well-being*) secara optimal. Proses pembelajaran menggunakan alur 'MERDEKA': mulai dari diri, eksplorasi konsep, ruang kolaborasi, demonstrasi kontekstual, elaborasi pemahaman, koneksi antar materi, dan aksi nyata [11].

#### Mulai dari diri

Refleksi KSE dengan menjawab pertanyaan. Merefleksikan pengalaman diri dalam menghadapi sebuah krisis pribadi dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan orang lain.

Selama menjadi pendidik, Anda tentu pernah mengalami sebuah peristiwa yang dirasakan sebagai sebuah kesulitan, kekecewaan, kemunduran, atau kemalangan, yang akhirnya membantu Anda bertumbuh menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya. Apa kejadiannya, kapan, di mana, siapa yang terlibat, apa yang membuat Anda memilih merefleksikan peristiwa tersebut, dan bagaimana kejadiannya? *Gagal menembus ajang ITSF*. Bagaimana Anda menghadapi krisis tersebut (*coping*)? Bagaimana Anda dapat bangkit kembali (*recovery*) dan bertumbuh (*growth*) dari krisis tersebut? *Mengikuti webinar, belajar dari narasumber*.

Gambarkan diri Anda setelah melewati krisis tersebut. Apa hal terpenting yang telah Anda pelajari dari krisis tersebut? Bagaimana dampak pengelolaan krisis tersebut terhadap diri Anda dalam menjalankan peran sebagai pendidik? *Menyajikan proses pembelajaran pembelajaran yang lebih baik*.

Sebagai pendidik, Anda tentu pernah bertemu murid yang memiliki pemahaman diri, ketangguhan, atau kemampuan membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Setujukah Anda bahwa faktor-faktor tersebut membantu ia menjalani proses pembelajaran dengan lebih optimal di sekolah? Jelaskan jawaban Anda dengan bukti atau contoh yang mendukung. *Setuju. Mereka nyaman dengan teman yang satu frekuensi*.

Dari kedua refleksi di atas, apa yang dapat Anda simpulkan tentang hubungan antara KSE dengan keberhasilan dalam pengelolaan krisis Anda dan pembelajaran murid Anda? *Berusaha memperbaiki kesalahan dengan memperluas koneksi*.

Harapan dan ekspektasi. Setelah menjawab pertanyaan-pertanyaan sebelumnya, apa yang Anda harapkan untuk pembelajaran selanjutnya? *Belajar menjadi lebih baik*. Setelah menjawab pertanyaan-pertanyaan sebelumnya, apa yang Anda harapkan untuk pembelajaran selanjutnya? *Merefleksi dan berusaha memperbaiki pembelajaran*.

#### Eksplorasi konsep

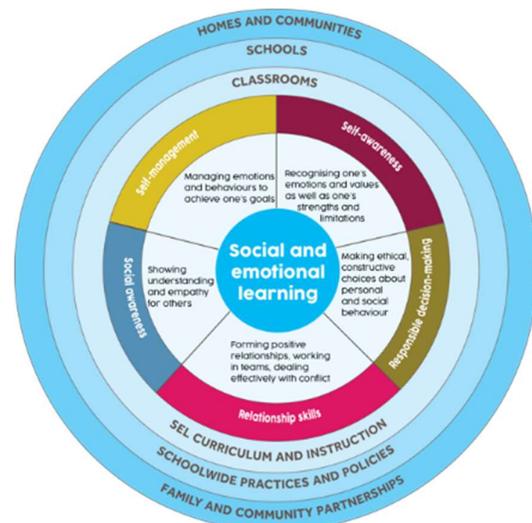
Melihat video "PSE Berbasis Kesadaran Penuh" di <https://www.youtube.com/watch?v=qudWs52iY-k>. Secara mandiri mempelajari pentingnya PSE, kerangka kerja CASEL, dan implementasi PSE.

**Konsep PSE.** Filosofi Ki Hajar Dewantara bahwa pendidik adalah penuntun segala kekuatan kodrat yang ada pada anak-anak, agar mereka sebagai manusia dan anggota masyarakat dapatlah mencapai keselamatan dan kebahagiaan yang setinggi-tingginya. Tugas pendidik sebagai pemimpin pembelajaran adalah menumbuhkan motivasi mereka untuk dapat membangun perhatian yang berkualitas pada materi dengan merancang pengalaman belajar yang mengundang dan bermakna. Urgensi PSE adalah peningkatan kompetensi sosial dan emosional, terciptanya lingkungan belajar yang lebih positif, peningkatan sikap positif dan toleransi murid terhadap dirinya, orang lain dan lingkungan sekolah. Implementasi PSE di kelas terbukti dapat menghasilkan pencapaian akademik yang lebih baik dan kesejahteraan psikologis (*well-being*) secara optimal. Kesadaran menuntun tumbuh kembang murid secara holistik sudah menjadi perhatian pendidik sejak lama. Berawal dari teori Kecerdasan Emosi Daniel Goleman, dikembangkanlah CASEL (*Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning*) sebagai konsep Pembelajaran Sosial dan Emosional (PSE).

**Well-being.** *Well-being* diartikan sebagai kondisi nyaman, sehat, dan

bahagia. *Well-being* adalah sebuah kondisi individu yang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat memenuhi kebutuhan dirinya dengan menciptakan dan mengelola lingkungan dengan baik, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup mereka lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya. *Well-being* murid yang optimal adalah keadaan emosional yang berkelanjutan (relatif stabil) yang ditandai dengan: sikap dan suasana hati yang secara umum positif, relasi yang positif dengan sesama murid dan guru, resiliensi, optimalisasi diri, dan tingkat kepuasan diri yang tinggi berkaitan dengan pengalaman belajar mereka di sekolah.

**Definisi PSE.** PSE memungkinkan murid dapat Memahami, menghayati, dan mengelola emosi (kesadaran diri), menetapkan dan mencapai tujuan positif (pengelolaan diri), merasakan dan menunjukkan empati kepada orang lain (kesadaran sosial), membangun dan mempertahankan hubungan yang positif (keterampilan berelasi), dan membuat keputusan yang bertanggung jawab (pengambilan keputusan yang bertanggung jawab). Kerangka sistematis dan kolaboratif pembelajaran kompetensi sosial dan emosional CASEL meliputi: penciptaan lingkungan belajar yang tepat serta terkoordinasi untuk meningkatkan pembelajaran akademik, sosial, dan emosional semua murid; kemitraan/kerjasama sekolah-keluarga-komunitas untuk membentuk lingkungan belajar dan pengalaman yang bercirikan hubungan/relasi yang saling mempercayai dan berkolaborasi; kurikulum dan pembelajaran yang jelas dan bermakna, dan evaluasi secara berkala.



Adapted from the Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL) 2004.

Gambar 1. Kerangka CASEL (<https://www.mentallyhealthyschools.org>)

**5 KSE.** Terdapat 5 KSE: kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. **Kesadaran diri** merupakan kemampuan untuk memahami perasaan, emosi, dan nilai-nilai diri sendiri, dan bagaimana pengaruhnya pada perilaku diri dalam berbagai situasi dan konteks kehidupan. **Manajemen diri** merupakan kemampuan untuk mengelola emosi, pikiran, dan perilaku diri secara efektif dalam berbagai situasi dan untuk mencapai tujuan dan aspirasi. **Kesadaran sosial** merupakan kemampuan untuk memahami sudut pandang dan dapat berempati dengan orang lain termasuk mereka yang berasal dari latar belakang, budaya, dan konteks yang berbeda-beda. **Keterampilan berelasi** merupakan kemampuan untuk membangun dan mempertahankan hubungan-hubungan yang sehat dan suportif. **Pengambilan keputusan yang bertanggung jawab** merupakan kemampuan untuk mengambil pilihan-pilihan membangun yang berdasar atas kepedulian, kapasitas dalam mempertimbangkan standar-standar etis dan rasa aman, dan untuk mengevaluasi manfaat dan konsekuensi dari bermacam-macam tindakan dan perilaku untuk kesejahteraan psikologis (*well-being*) diri sendiri, masyarakat, dan kelompok.

**Hubungan 5 KSE dengan 6 dimensi profil pelajar Pancasila.** Sebagai

contoh, ketika seorang murid perlu mengeluarkan ide yang baru dan orisinal untuk memecahkan masalah (dimensi kreatif) diperlukan juga kemampuan bernalar kritis untuk melihat permasalahan yang ada. Dalam situasi tersebut, murid menerapkan kesadaran diri dan manajemen diri. Selanjutnya, solusi yang dihasilkannya juga perlu mempertimbangkan akhlak kepada makhluk hidup lain yang dapat dimunculkan dari dimensi beriman, bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa dan berakhlak mulia. Dalam situasi tersebut, murid me-

nerapkan KSE kesadaran sosial dan keterampilan berelasi. Dalam mewujudkan solusinya, murid pun perlu melibatkan orang lain dengan tetap menghargai keragaman latar belakang yang dimiliki (dimensi gotong royong dan keberbhinnekaan global). Dalam tahap ini, murid menerapkan KSE kesadaran sosial, keterampilan relasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab.

**Kesadaran penuh (*mindfulness*) sebagai dasar penguatan 5 KSE.** Melatih kemampuan memperhatikan adalah kelanjutan nyata yang harus dilakukan dalam PSE. Mengarahkan sepenuhnya perhatian pada kegiatan yang sedang dilakukan, menyimak apa yang sedang dibicarakan, mengobservasi sekeliling kita, mengajar di kelas, mendengar penyampaian informasi dalam pertemuan guru, membaca modul. Contoh praktik kesadaran penuh (*mindfulness*) adalah ketika di dalam rapat, kita pada saat rapat, kita mendengarkan dengan seksama setiap informasi yang diberikan oleh kepala sekolah dan pendapat guru lain. Contoh lain adalah ketika guru mengamati proses belajar murid: gerak-gerik, raut wajah, bahkan sesederhana cara murid memandang saat materi sedang diberikan.

**Prinsip kesadaran penuh (*mindfulness*).** Kesadaran penuh diartikan sebagai kesadaran yang muncul ketika seseorang memberikan perhatian secara sengaja/sadar pada kondisi saat sekarang. Dilandasi rasa ingin tahu (tanpa menghakimi) dan kebaikan yang sebenarnya telah ada dalam diri manusia secara alami tanpa perlu diajarkan ataupun ditumbuhkan. Akan tetapi, pikiran merupakan bagian diri kita yang seringkali sulit dikendalikan. Sehingga

kesadaran penuh yang sebenarnya telah dimiliki secara alami mengalami hambatan untuk benar-benar dialami.

**Praktik kesadaran penuh (*mindfulness*).** Merupakan semua aktivitas yang dilakukan secara sadar. Praktik paling mendasar dan sederhana adalah melatih dan menyadari napas dengan teknik **STOP** (Stop/berhenti, Take a deep breath/tarik napas dalam, Observe/amati dan Proceed/lanjutkan).



Gambar 2. *Mindfulness* dengan Teknik STOP

**Praktik kesadaran penuh memperkuat 5 KSE.** Mempraktikkan kesadaran penuh membawa fokus kita kembali pada saat ini, memberikan waktu dan kesempatan untuk mengenal emosi, perasaan, dan pikiran apa adanya, tanpa penilaian dan penghakiman, namun dengan kepedulian. Pengenalan dan penerimaan emosi, perasaan, dan pikiran yang sedang dialami, akan membuat Anda mampu mengidentifikasi cara pengelolaan yang tepat. Indikasi pencapaian kompetensi kesadaran diri dan manajemen diri sudah terlihat. Emosi yang telah dikenali, diterima, dan dikelola akan menumbuhkan empati dan pikiran yang terbuka untuk memahami orang lain dan situasi di luar diri dengan sikap yang netral. Hal ini membuka ruang yang luas bagi suatu relasi positif dapat terjalin. Dengan sendirinya, kompetensi kesadaran sosial dan keterampilan berelasi semakin terasah.

**Implementasi PSE.** Mencakup sekolah, keluarga, dan masyarakat. Sejalan dengan prinsip tiga pusat pendidikan Ki Hajar Dewantara. Kolaborasi ketiganya dapat mewujudkan pendidikan yang berkualitas untuk meningkatkan kompetensi dan kesejahteraan psikologis murid. Di sekolah, KSE diintegrasikan dalam

pembelajaran, adanya pelibatan murid, dan lingkungan sekolah yang mendukung.

**Kaitan PSE dengan Standar Nasional Pendidikan.** PSE berupaya menciptakan lingkungan dan pengalaman belajar yang menumbuhkan 5 KSE. Pembelajaran 5 KSE tersebut dapat menghasilkan murid-murid yang berkarakter, disiplin, santun, jujur, peduli, responsif, proaktif, mendorong anak untuk memiliki rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, sosial, budaya, dan humaniora. Semua ini selaras dengan Standar Kompetensi Lulusan dan Standar Isi dalam Standar Nasional Pendidikan.

Menganalisa kegiatan KSE dan penjelasannya. 1. Melibatkan murid dalam membuat keyakinan kelas atau peraturan sekolah untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan nyaman, KSE yang dikembangkan adalah keterampilan berelasi (mengembangkan relasi/hubungan positif). 2. Memberikan kesempatan pada murid untuk membaca buku pilihannya dalam suasana yang kondusif, KSE yang dikembangkan adalah kesadaran diri (mengembangkan minat). 3. Memberikan kesempatan pada murid untuk merefleksikan proses pembelajaran yang sudah diikuti, KSE yang dikembangkan adalah pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (menyadari bahwa keterampilan berpikir kritis sangat berguna baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah). 4. Mengadakan dialog interaktif tentang bagaimana membangun tanggung jawab/etika dalam penggunaan media sosial, KSE yang dikembangkan adalah kesadaran sosial (mempertimbangkan pandangan orang lain). 5. Memberikan fleksibilitas pada murid untuk mengerjakan tugas, KSE yang dikembangkan adalah manajemen diri (menggunakan keterampilan merancang dan mengorganisasi). 6. Memberikan kesempatan pada murid untuk mengelola sebuah kegiatan, KSE yang dikembangkan adalah keterampilan berelasi (menunjukkan sikap kepemimpinan dalam kelompok).

Refleksi ide pembelajaran KSE. *Kesadaran diri, membuat kesepakatan proyek membuat model sel. Manajemen diri, menentukan alat dan bahan yang dibutuhkan untuk model sel. Kesadaran sosial, bersedia*

*membawa alat dan bahan yang ditugaskan. Keterampilan berelasi, bekerja dalam kelompok untuk membuat model sel. Pengambilan keputusan yang bertanggung jawab, mempresentasikan model sel yang dibuat.*

Menonton dan membuat refleksi video penerapan PSE di kelas dan sekolah di <https://www.youtube.com/watch?v=X-Jg-ihX4u8>. *Yang ingin saya perdalam lebih lanjut adalah mengembangkan aspek manajemen diri murid*

Refleksi tindak lanjut. *Rencana yang akan diterapkan untuk penguatan KSE diri bentuk penguatan KSE pada diri sendiri dan rekan sejawat adalah berkolaborasi. Alasannya, kolaborasi merupakan kekuatan penting untuk mencapai tujuan.*

Diskusi kasus.

#### **Pengantar dan latar belakang**

Bapak Eling adalah seorang guru PPKN SMP selama lebih dari 15 tahun. 5 tahun belakangan, ia juga berperan sebagai wakil kepala sekolah bidang kemuridan. Selain mengajar PPKN, perannya sebagai wakil kepala sekolah memberikannya tanggung jawab untuk merancang kebijakan pendisiplinan murid, melakukan supervisi dan sebagai pendamping dalam kegiatan-kegiatan dan aktivitas-aktivitas yang berhubungan dengan kemuridan. Pada bulan September, kepala sekolah menunjuk Bapak Eling sebagai ketua panitia perayaan ulang tahun sekolah.

#### **Kasus 1**

Saat itu jam pelajaran terakhir. Sebelum rapat panitia besar ulang tahun sekolah untuk memfinalisasi acara, Bapak Eling masuk ke kelas 9 untuk mengajar mata pelajaran PPKN. Sejak pagi, Bapak Eling sudah mengajar 3 kelas yang berbeda secara berurutan. Pada pelajaran ini, anak-anak diizinkan menggunakan gawai mereka untuk mengerjakan proyek kelompok. Setelah beberapa saat Bapak Eling melakukan pengecekan apakah setiap murid bekerja sesuai tugas dan tanggung jawab mereka. Saat mendekati meja salah satu murid, Diana, Pak Eling mendapati muridnya itu sedang menggunakan gawainya untuk mengerjakan tugas

pelajaran lain. Bapak Eling spontan mengeluarkan kata-kata dengan nada tinggi. *“Jadi ini yang dari tadi kamu lakukan?”* Seisi ruang kelas terkejut. Wajah Diana memerah. Ia tampak malu dan tidak menyangka Bapak Eling merespon sekeras itu.

Apakah situasi yang dihadapi Bapak Eling? Mohon uraikan dengan singkat, padat, dan jelas. *Banyak pikiran dan pekerjaan yang datang bersamaan.*

Berdasarkan pemahaman tentang KSE kesadaran diri yang berlandaskan kesadaran penuh (*mindfulness*) yang sudah Anda pelajari, bagaimana Bapak Eling dapat merespon situasinya dengan kompetensi tersebut? Jelaskan alasan Anda. *Manajemen diri, mengelola emosi dan kendali diri.*

### **Kasus 2**

Setelah kegiatan belajar-mengajar berakhir, Bapak Eling memimpin rapat panitia besar yang akan memutuskan revisi akhir acara. Rapat yang berlangsung selama kurang lebih 1 jam menghasilkan tugas baru bagi Pak Eling untuk mempelajari perubahan proposal acara. Pak Eling perlu memastikan semua perencanaan, pengaturan personil, dan pengaturan anggaran sudah tepat. Sesuai rencana, panitia acara sudah harus mulai bekerja setelah proposal disetujui oleh kepala sekolah. Oleh karena itu, Bapak Eling diminta untuk mengirimkan proposal ini kepada kepala sekolah selambat-lambatnya lusa. Karena mendahulukan proposal ini, Bapak Eling pun lupa menyiapkan rubrik untuk pembelajaran PPKN keesokan harinya. Paginya, Bapak Eling, masuk kelas dan lupa mengunduh rubrik proyek PPKN sehingga proses pembelajaran sempat tersendat. Pada akhirnya, semua pekerjaan tidak ada yang terselesaikan sampai sehari sebelum hari pengumpulan.

Apakah situasi yang dihadapi Bapak Eling? Mohon uraikan dengan singkat, padat, dan jelas! *Tugas wajib dan tambahan yang datang bersamaan.*

Berdasarkan pemahaman Anda tentang KSE manajemen diri berlandaskan kesadaran penuh (*mindfulness*) yang sudah Anda pelajari, bagaimana Bapak Eling dapat merespon situasinya dengan kompetensi tersebut? Jelaskan alasan Anda! *Keterampilan berelasi. Berkomunikasi secara efektif dengan panitia yang lain untuk membantunya dalam membuat proposal. Juga berkomunikasi dengan muid untuk mengunduh sendiri rubrik proyek.*

### **Kasus 3**

Saat mempelajari proposal acara perayaan ulang tahun sekolah di antara jam mengajar dan mengoreksi pekerjaan murid-murid, Bapak Eling menyadari salah seorang murid kelas 9 yang berprestasi dalam kejuaraan renang tidak mengumpulkan tugasnya. Murid tersebut mengungkapkan pada Bapak Eling bahwa dia sebenarnya merasakan lelah dan mengantuk saat berada di dalam kelas maupun di rumah karena latihan keras menjelang kejuaraan bulan depan. Bapak Eling menilai, seharusnya murid tersebut bekerja lebih keras sebagai konsekuensi dari pilihannya menjadi murid atlet. Murid tersebut meminta keringanan ataupun kesempatan untuk mengumpulkan tugasnya saat jam pulang sekolah namun Bapak Eling memutuskan tidak menerima dan konsekuensinya adalah murid tersebut tidak mendapatkan nilai tugas.

Apakah situasi yang dihadapi Bapak Eling? Mohon uraikan dengan singkat, padat, dan jelas. *Kurang fokus mengajar karena sambil mempelajari proposal acara perayaan ulang tahun sekolah.*

Berdasarkan pemahaman tentang KSE kesadaran sosial berlandaskan kesadaran penuh (*mindfulness*) yang sudah Anda pelajari, bagaimana Bapak Eling dapat merespon situasinya dengan kompetensi tersebut? Jelaskan alasan Anda. *Pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Berlatih membuat keputusan beralasan/masuk akal, setelah menganalisis informasi, data, dan fakta.*

### **Kasus 4**

Setelah selesai memeriksa proposal acara perayaan ulang tahun sekolah, Bapak Eling mengirimkan proposal tersebut kepada kepala sekolah. Ternyata proposal yang dikirimkan oleh Bapak Eling dinilai tidak sesuai oleh kepala sekolah karena isinya harus sesuai dengan pengarah awal yaitu agar acara lebih banyak melibatkan orang tua murid dan penyesuaian anggaran agar sesuai dengan budget yang diberikan sekolah. Bapak Eling tidak menyangka jika dia harus melakukan koreksi dan koordinasi ulang dengan tim acara. Revisi proposal tentu akan memakan waktu lagi dan Bapak Eling sudah membayangkan ini akan menghambat tugas-tugasnya yang lain. Bapak Eling mengungkapkan hal ini kepada panitia. Bapak Eling mengungkapkan bahwa dia tidak mau mengubah proposal dan meminta Wakil Ketua Panitia tersebut yang merevisi proposal.

Apakah situasi yang dihadapi Bapak Eling? Mohon uraikan dengan singkat, padat, dan jelas! *Kegagalan dalam bekerja.*

Berdasarkan pemahaman tentang KSE keterampilan berelasi berlandaskan kesadaran penuh (*mindfulness*) yang sudah Anda pelajari, bagaimana Bapak Eling dapat merespon situasinya dengan kompetensi tersebut? Jelaskan alasan Anda! *Kesadaran sosial. Mempertimbangkan pandangan orang lain.*

### **Kasus 5**

Kepala sekolah memiliki kepercayaan besar pada Bapak Eling serta melihat pengalaman yang dimiliki sudah jauh lebih banyak, ia diberi tanggung jawab ekstra dibanding dengan guru-guru yang lain. Itu sebabnya Bapak Eling dipilih untuk menjadi penanggung jawab acara penting sekolah dan menjadi wakil sekolah di forum Musyawarah Guru Mata Pelajaran (MGMP). Sebaliknya, setelah bekerja selama beberapa tahun di sekolah yang sama, Bapak Eling merasa mulai kewalahan dengan berbagai tanggung jawab tambahan yang harus dijalankan. Awalnya Bapak Eling merasa tugas tambahan tersebut sangat menantang. Meski demikian,

sekarang dia tidak merasakannya lagi. Ditambah dirinya merasa akhir-akhir ini, kinerjanya sebagai guru juga semakin menurun. Karena itu, Bapak Eling terpikir untuk menulis surat pengunduran diri.

Apakah situasi yang dihadapi Bapak Eling? Mohon uraikan dengan singkat, padat, dan jelas! *Ketidaksesuaian antara harapan dengan kenyataan.*

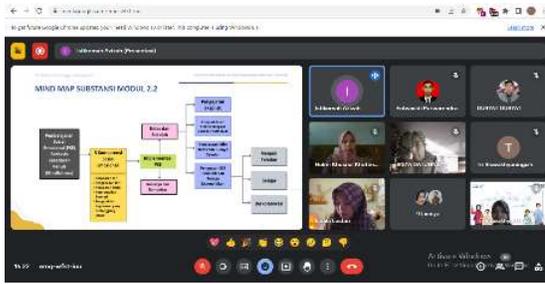
Berdasarkan pemahaman tentang KSE pengambilan keputusan yang bertanggung jawab berlandaskan kesadaran penuh (*mindfulness*) yang sudah Anda pelajari, bagaimana Bapak Eling dapat merespon situasi tersebut dengan kompetensi tersebut? Jelaskan alasan Anda! *Kesadaran diri. Memupuk efikasi diri (suatu bentuk kepercayaan atau keyakinan terkait kemampuan dirinya sendiri).*

### **Ruang kolaborasi**

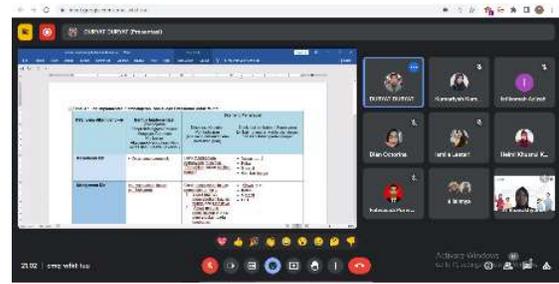
Diskusi ide-ide penerapan pembelajaran 5 KSE di sekolah dipandu fasilitator. Manjawab pertanyaan pemantik.

Apakah kekuatan Anda dalam bekerja sama dengan orang lain? Bagaimana Anda mengelola kekuatan tersebut untuk dapat bersinergi dengan CGP lain? *Inisiator. Mengkolaborasikan ide sendiri dengan ide orang lain untuk mencapai kesepakatan bersama.* Apakah kemampuan kerja sama yang ingin Anda tingkatkan dalam diri Anda? *Fokus pada tujuan, bukan saling berdiskusi satu sama lain di luar konteks diskusi yang sebenarnya.*

Apakah ide pembelajaran 5 KSE yang dapat Anda terapkan di kelas dan sekolah Anda? *Model pembelajaran make a match untuk pembelajaran IPA yang menyenangkan: Setiap siswa mendapat satu buah kartu; Tiap siswa memikirkan jawaban/soal dari kartu yang dipegang; Setiap siswa mencari pasangan yang mempunyai kartu yang cocok dengan kartunya (soal jawaban); Setiap siswa yang dapat mencocokkan kartunya sebelum batas waktu diberi poin; Setelah satu babak kartu dikocok lagi agar tiap siswa mendapat kartu yang berbeda dari sebelumnya; Demikian seterusnya; Kesimpulan.*



Gambar 3. Ruang Kolaborasi Diskusi dan presentasi ide penerapan 5 KSE.



Gambar 4. Presentasi Kelompok Materi presentasi kelompok adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Presentasi Kelompok

KSE yang dikembangkan	Bentuk Implementasi (Pengajaran Eksplisit/Integrasi Praktek Mengajar Guru dan Kurikulum Akademik/Penciptaan Iklim Kelas dan Budaya Sekolah)	Skenario Penerapan	
		Deskripsi Kegiatan Pembelajaran (apa yang dilakukan dan dikatakan guru)	Deskripsi tambahan: Siapa yang terlibat, di mana, waktu dan durasi, dan kebutuhan/perengkapan
Kesadaran diri	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <u>Pengajaran eksplisit Penerapan P5</u></li> <li>2. Integrasi praktek mengajar guru dan kurikulum akademik <u>Pertanyaan pemantik</u></li> <li>3. Penciptaan iklim kelas dan budaya sekolah <u>Menyiapkan anak untuk mengikuti pembelajaran</u></li> </ol>	<p>Guru menyampaikan kepada murid kegiatan yang akan dilakukan dan tujuannya</p> <p>Guru memberikan pertanyaan misalnya, "Pernahkah kalian melihat bunga?"</p> <p>Guru menyiapkan anak dengan cara menata ruang kelas "Ayo anak-anak kita tata ruang kelas kita agar nyaman".</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa, guru, dan warga sekolah</li> <li>2. <u>Kelas dan lingkungan sekolah</u></li> <li>3. <u>Awal kegiatan</u></li> <li>4. <u>Sarana terkait</u></li> </ol>
Manajemen diri	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <u>Pengajaran eksplisit Menyampaikan tujuan P5</u></li> <li>2. Integrasi praktek mengajar guru dan kurikulum akademik <u>Menyampaikan tujuan pembelajaran</u></li> <li>3. Penciptaan iklim kelas dan budaya sekolah <u>Mengajak anak memahami manfaat kelas yang nyaman</u></li> </ol>	<p>Guru menjelaskan tujuan P5. Guru berkata, "Tujuan P5 yakni mewujudkan profil pelajar Pancasila"</p> <p>Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yaitu "Jadi setelah pembelajaran ini selesai, kalian diharapkan dapat menyebutkan bagian bunga dan fungsinya, menjelaskan proses penyerbukan pada tumbuhan, dan menjelaskan proses pemuahan pada tumbuhan"</p> <p>Guru mengajak siswa untuk menata ruang kelas. Guru berkata, "Anak-anak mari kita tata ruang kelas kita agar nyaman"</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa, guru, dan warga sekolah</li> <li>2. <u>Kelas dan lingkungan sekolah</u></li> <li>3. <u>Awal kegiatan</u></li> <li>4. <u>Sarana terkait</u></li> </ol>
Kesadaran sosial	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <u>Pengajaran eksplisit Tanya jawab manfaat P5</u></li> <li>2. Integrasi praktek mengajar guru dan kurikulum akademik <u>Tanya jawab materi pembelajaran</u></li> <li>3. Penciptaan iklim kelas dan budaya sekolah <u>Mengajak anak memahami manfaat kelas yang nyaman</u></li> </ol>	<p>Guru memberikan pertanyaan. Contoh : "Apa manfaat P5?"</p> <p>Guru memberikan pertanyaan, "Apa fungsi putik pada bunga?"</p> <p>Guru memberikan pertanyaan manfaat situasi lingkungan kelas. "Apa manfaat lingkungan kelas yang nyaman?"</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa, guru, dan warga sekolah</li> <li>2. <u>Kelas dan lingkungan sekolah</u></li> <li>3. <u>Awal kegiatan</u></li> <li>4. <u>Sarana terkait</u></li> </ol>

<p><u>Keterampilan relasi</u></p>	<p>1. Pengajaran eksplisit <i>Curah pendapat kegiatan P5 yang akan dilakukan</i></p> <p>2. Integrasi praktek mengajar guru dan kurikulum akademik <i>Diskusi kelompok</i></p> <p>3. penciptaan iklim kelas dan budaya sekolah <i>Berbagi pendapat tentang penataan kelas</i></p>	<p>Guru mengajak siswa melakukan curah pendapat tentang berbagai kegiatan P5</p> <p>“Anak-anak menurut kalian kegiatan apa yang bisa dilakukan sebagai bentuk pelaksanaan P5?”</p> <p>Guru membagikan lembar kerja (LK) Guru mengatakan, “Anak-anak silahkan dibaca petunjuk cara mengerjakan lembar kerja”</p> <p>Guru mengajak siswa mengeluarkan pendapatnya “Anak-anak silahkan kalian utarakan manfaat penataan kelas!”</p>	<p>1. Siswa, guru, dan warga sekolah</p> <p>2. <u>Kelas dan lingkungan sekolah</u></p> <p>3. <u>Awal kegiatan</u></p> <p>4. <u>Sarana terkait</u></p>
<p><u>Pengambilan keputusan yang bertanggung jawab</u></p>	<p>1. Pengajaran eksplisit <i>Menampilkan kegiatan P5</i></p> <p>2. Integrasi praktek mengajar guru dan kurikulum akademik <i>Presentasi hasil diskusi kelompok</i></p> <p>3. Penciptaan iklim kelas dan budaya sekolah <i>Penerapan kesepakatan kelas tentang kenyamanan kelas</i></p>	<p>Guru memberikan kesempatan pada siswa untuk menampilkan kegiatan P5</p> <p>“Anak-anak silahkan kalian tampilkan kegiatan P5 masing-masing kelompok”</p> <p>Guru meminta siswa mempresentasikan hasil diskusi. Guru mengatakan, “Silahkan secara bergiliran tiap kelompok untuk mempresentasikan hasil diskusinya”</p> <p>Guru mengajak siswa untuk untuk konsisten melaksanakan kesepakatan kelas.</p> <p>“Marilah anak-anak kita laksanakan kesepakatan kelas dengan penuh tanggung jawab.</p>	<p>1. <u>Siswa, guru, dan warga sekolah</u></p> <p>2. <u>Kelas dan lingkungan sekolah</u></p> <p>3. <u>Awal kegiatan</u></p> <p>4. <u>Sarana terkait</u></p>

### Demonstrasi kontekstual

Mengimplementasikan KSE dalam skenario pembelajaran. Contohnya pada pembelajaarn IPA SMP materi sel.

Pendahuluan. Menyampaikan tujuan dan skenario pembelajaran (manajemen diri).  
Pertanyaan pemantik: Apa yang menyebabkan tubuh bertambah tinggi? (kesadaran diri).

Kegiatan inti menggunakan model *Discovery Learning*.  
*Stimulation*: Mengapa rambut alis tidak dapat tumbuh memanjang seperti rambut di kepala? (kesadaran diri).  
*Problem Statement*: Apa peranan mikroskop dalam penemuan sel? (pengambilan keputusan yang bertanggung jawab).  
*Data collection*: Bersama kelompok, mengamati sel bawang merah (keterampilan berelasi).  
*Data processing*: Diskusi sel yang diamati (keterampilan berelasi).  
*Verification*: Memverifikasi hasil diskusi dengan sumber belajar (pengambilan keputusan yang bertanggung jawab).  
*Generalization*: Menyimpulkan hasil pembelajaran

(pengambilan keputusan yang bertanggung jawab).

### Elaborasi pemahaman

Bersama instruktur mengelaborasi pemahamannya tentang PSE.



Gambar 5. Elaborasi Pemahaman

### Koneksi antar materi

Mengambil makna dari pengalaman yang berkaitan dengan pembelajaran 5 KSE, membuat kesimpulan keterkaitan pembelajaran yang berpihak pada murid dengan PSE, dan membuat koneksi materi pembelajaran sosial dan emosional dengan modul-modul sebelumnya.



Koneksi Antar Materi (Modul 2.2)

## Pembelajaran Sosial dan Emosional

**Perubahan** setelah mempelajari Pembelajaran Sosial dan Emosional Sebagai Pemimpin Pembelajaran

**Pengetahuan**  
Bertambahnya wawasan tentang pembelajaran sosial dan emosional. Tingkat pemahaman saya tentang KSE semakin luas sehingga diharapkan mampu menerapkan pada pembelajaran di kelas.

**Keterampilan**  
Setelah mempelajari modul ini, saya dapat menerapkan KSE ini pada situasi pembelajaran yang sesungguhnya. Saya menjadi paham langkah-langkah yang harus dijalankan.

**Sikap**  
Sebagai pemimpin pembelajaran, saya akan lebih bijak dalam menghadapi situasi siswa dan mengerti cara menangani hal yang berkaitan dengan KSE.

# KAITAN PSE DENGAN MATERI SEBELUMNYA

Filosofi Pendidikan  
Nilai dan Peran Guru  
Budaya Positif

Visi & Misi

Pembelajaran Berdiferensiasi

## Pembelajaran Sosial & Emosional

Pembelajaran Sosial dan Emosional sangat mendukung dalam upaya menyiapkan psikis murid. Murid diharapkan dapat fokus dan siap dalam mengikuti proses pembelajaran sehingga dapat mewujudkan hasil yang optimal

## Pertanyaan...

**Kalimat Rumpang**

1. Sebelum mempelajari modul ini, saya berpikir bahwa materi ini sulit sehingga terlihat sukar untuk dilakukan dalam penerapan pada pembelajaran. Setelah mempelajari modul ini, ternyata materi ini mampu membantu kita dengan langkah yang mudah untuk diterapkan pada pembelajaran nyata.
2. Berkaitan dengan kebutuhan belajar dan lingkungan yang aman dan nyaman untuk memfasilitasi seluruh individu di sekolah agar dapat meningkatkan kompetensi akademik maupun kesejahteraan psikologis (well-being), 3 hal mendasar dan penting yang saya pelajari adalah:
  1. Peningkatan 5 kompetensi KSE
  2. Lingkungan belajar yang sportif
  3. Peningkatan sikap pada diri sendiri, respek dan toleransi terhadap orang lain serta lingkungan sekolah.

**3** Berkaitan dengan no 2, perubahan yang akan saya terapkan di kelas dan sekolah:

1. Bagi Murid  
Setelah mempelajari materi pada modul ini saya akan mengusahakan untuk menerapkan pembelajaran sosial dan emosional pada kegiatan sehari-hari
2. Bagi Teman Sejawat  
Berbagi dan berkolaborasi

**Koneksi Antar Materi**  
Modul 2.2. Pembelajaran Sosial dan Emosional (PSE)



Tri Riwakhyuningsih, M.Pd.  
Guru IPA SMPN 2 Subah, Kab. Batang, Prov. Jawa Tengah

Perubahan pengetahuan, keterampilan, sikap sebagai pemimpin pembelajaran setelah mempelajari PSE

PSE dilakukan secara kolaboratif oleh seluruh warga sekolah. Adanya proses kolaborasi, memungkinkan murid dan PTK memperoleh dan menerapkan pengetahuan, keterampilan dan sikap positif mengenai aspek sosial dan emosional agar dapat:

1. memahami, menghayati dan mengelola emosi (kesadaran diri)
2. menetapkan dan mencapai tujuan positif (manajemen diri)
3. merasakan dan menunjukkan empati kepada orang lain (kesadaran sosial)
4. membangun dan mempertahankan hubungan yang positif (keterampilan membangun relasi)
5. membuat keputusan yang bertanggung jawab. (pengambilan keputusan yang bertanggung jawab)

**Kaitan PSE dengan modul-modul sebelumnya**

PSE	Di	Filosofi Pendidikan Nasional KHD	Nilai dan Peran GP	Visi GP	Budaya Positif
Menerapkan pengetahuan, keterampilan dan sikap positif mengenai aspek sosial dan emosional	Memenuhi kebutuhan belajar murid dan membantu mencapai hasil belajar yang optimal.	1. Pengajaran kebutuhan belajar 2. Pendidikan sebagai 'pamong'	Nilai: berpihak pada murid  Peran: pemimpin pembelajaran	Meraih prestasi tinggi dan berbudi pekerti mulia (MERPAT I BELIA)	Guru sebagai manajer

Sebelum mempelajari modul ini, saya berpikir bahwa PSE dapat diimplementasikan secara parsial sehingga belum menerapkan PSE berbasis kesadaran penuh (*mindfulness*).

Setelah mempelajari modul ini, ternyata PSE dapat diimplementasikan dengan berbasis kesadaran penuh (*mindfulness*) melalui:

1. Pengajaran eksplisit
2. Integrasi dalam praktek mengajar dan kurikulum akademik
3. Penciptaan iklim kelas dan budaya sekolah
4. penguatan pembelajaran sosial emosional pendidik dan tenaga kependidikan (PTK) di sekolah.

3 hal mendasar dan penting yang dipelajari berkaitan dengan well-being:

1. Sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain
2. Membuat keputusan dan mengatur tingkah lakunya sendiri
3. Memenuhi kebutuhan dirinya dengan menciptakan dan mengelola lingkungan dengan baik

Perubahan yang akan diterapkan di kelas dengan murid-murid

Menciptakan kestabilan emosional murid. Dapat dilihat dari sikap dan suasana hati yang secara umum positif, relasi yang positif dengan sesama murid dan guru, resiliensi, optimalisasi diri, dan tingkat kepuasan diri yang tinggi berkaitan dengan pengalaman belajarnya di sekolah.

Perubahan yang akan diterapkan di sekolah dengan rekan sejawat

Mendukung PTK secara reguler untuk mengembangkan kompetensi sosial, emosional budaya mereka sendiri, berkolaborasi satu sama lain, membangun hubungan saling percaya, dan memelihara komunitas yang erat.

Gambar 6. Koneksi Antar Materi

**Aksi nyata**

Membagikan pemahaman tentang implementasi PSE melalui 4 indikator yaitu: pengajaran eksplisit, integrasi dalam praktek mengajar guru dan serta kurikulum akademik, penciptaan iklim kelas dan sekolah, dan penguatan kompetensi sosial dan emosional rekan sejawat di sekolah kepada rekan sejawat atau komunitas, dan merefleksikannya.

**Refleksi Pengalaman**

**Peristiwa**  
*PSE dilakukan secara kolaboratif oleh seluruh warga sekolah. Adanya proses kolaborasi, memungkinkan murid dan PTK memperoleh dan menerapkan*

pengetahuan, keterampilan dan sikap positif mengenai aspek sosial dan emosional agar dapat: memahami, menghayati dan mengelola emosi (kesadaran diri); menetapkan dan mencapai tujuan positif (manajemen diri); merasakan dan menunjukkan empati kepada orang lain (kesadaran sosial); membangun dan mempertahankan hubungan yang positif (keterampilan membangun relasi); membuat keputusan yang bertanggung jawab. (pengambilan keputusan yang bertanggung jawab).

### **Perasaan**

Sebelum mempelajari modul ini, saya berpikir bahwa PSE dapat diimplementasikan secara parsial sehingga belum menerapkan PSE berbasis kesadaran penuh (mindfulness). Setelah mempelajari modul ini, ternyata PSE dapat diimplementasikan dengan berbasis kesadaran penuh (mindfulness) melalui: pengajaran eksplisit; integrasi dalam praktek mengajar dan kurikulum akademik; penciptaan iklim kelas dan budaya sekolah; penguatan pembelajaran sosial emosional pendidik dan tenaga kependidikan (PTK) di sekolah.

### **Pembelajaran**

Hal mendasar dan penting yang dipelajari berkaitan dengan well-being: sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain; membuat keputusan dan mengatur tingkah lakunya sendiri; memenuhi kebutuhan dirinya dengan menciptakan dan mengelola lingkungan dengan baik.

### **Pembelajaran**

Menerapkan PSE di kelas dengan murid-murid dengan cara menciptakan kestabilan emosional murid. Dapat dilihat dari sikap dan suasana hati yang secara umum positif, relasi yang positif dengan sesama murid dan guru, resiliensi, optimalisasi diri, dan tingkat kepuasan diri yang tinggi berkaitan dengan pengalaman belajarnya di sekolah.

### **Penerapan**

Menerapkan PSE di sekolah dengan rekan sejawat dengan cara mendukung PTK secara reguler untuk mengembangkan kompetensi sosial, emosional budaya mereka sendiri, berkolaborasi satu sama lain, membangun hubungan saling percaya, dan memelihara komunitas yang erat.

Tantangan dalam proses pembelajaran, seperti kurangnya motivasi belajar murid [5] dapat dicegah melalui PSE [1]. PSE membantu murid mengembangkan kesadaran diri [8] sehingga kecerdasan intelektual dan sosial emosional meningkat [9].

Pemahaman guru tentang KSE membantu diperlukan untuk merencanakan pembelajaran dengan baik [10]. PSE dapat diintegrasikan dalam lingkungan sekolah [4] maupun keluarga [7]. Misalnya integrasi PSE dengan pembelajaran berbasis proyek [6] dapat meningkatkan motivasi belajar murid [3].

Rumusan masalah dalam penelitian adalah bagaimana proses pembelajaran sosial dan emosional pada pendidikan guru penggerak? Tujuan penelitian adalah berbagi pengalaman pembelajaran sosial dan emosional pada pendidikan guru penggerak. Manfaat penelitian adalah hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi dalam menerapkan pembelajaran sosial dan emosional.

## **4. Kesimpulan**

Kegiatan pembelajaran modul nilai-nilai dan peran guru penggerak menggunakan alur "MERDEKA": mulai dari diri, eksplorasi konsep, ruang kolaborasi, demonstrasi kontekstual, elaborasi pemahaman, koneksi antar materi, dan aksi nyata. Mulai dari diri, refleksi pengalaman diri dalam menghadapi krisis pribadi, kemampuan membangun hubungan yang positif dengan orang lain dan pengaruhnya terhadap pembelajarannya. Eksplorasi konsep, eksplorasi pentingnya PSE, kerangka kerja CASEL, dan implementasi PSE. Ruang kolaborasi, mendiskusikan dan menyusun inisiatif program penguatan kompetensi sosial dan emosional di sekolah. Demonstrasi

kontekstual, mendemonstrasikan PSE dalam skenario pembelajaran. Elaborasi pemahaman, mengelaborasi pemahaman PSE berbasis kesadaran penuh melalui pembelajaran mandiri dan gotong royong. Koneksi antar materi, membuat kesimpulan dan koneksi PSE dengan modul-modul sebelumnya. Aksi nyata, membagikan pemahaman implementasi PSE.

## 5. Daftar Pustaka

- [1] M. Sudarsono, “Menelaah Penerapan Pembelajaran Sosial Emosional dan Perwujudannya dalam Pendidikan yang Berpihak pada Murid,” *J. Muria Res. Guid. Couns.*, vol. 3, no. 1, pp. 79–90, 2024, doi: 10.24176/mrgc.v3i1.12539.
- [2] S. H. Syamsul Hadi, “Pembelajaran Sosial Emosional sebagai Dasar Pendidikan Karakter Anak Usia Dini,” *J. Teknodik*, pp. 227–240, 2013, doi: 10.32550/teknodik.v0i0.104.
- [3] R. Avandra, Neviyarni S, and Irdamurni, “Pembelajaran Sosial Emosional terhadap Motivasi Belajar Murid di Sekolah Dasar,” *Didakt. J. Ilm. PGSD STKIP Subang*, vol. 9, no. 2, pp. 5560–5570, 2023, doi: 10.36989/didaktik.v9i2.1314.
- [4] M. Husnaini, E. Sarmiati, and S. M. Harimurti, “Pembelajaran Sosial Emosional: Tinjauan Filsafat Humanisme terhadap Kebahagiaan dalam Pembelajaran,” *J. Educ. Res.*, vol. 5, no. 2, pp. 1026–1036, 2024, doi: 10.37985/jer.v5i2.887.
- [5] R. Ellis, S. Mahaly, and I. Papalia, “Peningkatan Kapasitas Guru melalui Pembelajaran Kompetensi Sosial Emosional di SMP Al Hilal Haya,” *Ger. für Gesellschaft*, vol. 2, no. 2, pp. 120–127, 2023, doi: 10.30598/jgefuege.2.2.120-127.
- [6] A. F. Rahmawati and I. N. Hidayah, “Analisis Perkembangan Kompetensi Sosial Emosional Siswa SMP Kelas 7 pada Model Project Based Learning,” *J. Pembelajaran, Bimbing. ...*, vol. 4, no. 2, 2024, doi: 10.17977/um065.v4.i2.2024.3.
- [7] T. A. Dewi, “Upaya Pembentukan Karakter Melalui Social and Emotional Learning (SEL) pada Mata Pelajaran IPS di SMP,” *PROMOSI (Jurnal Pendidik. Ekon.*, vol. 4, no. 2, pp. 13–22, 2016, doi: 10.24127/ja.v4i2.636.
- [8] L. Azizah and T. Mulyono, “Implementasi Pembelajaran Sosial Emosional oleh Guru Bahasa Jawa SMP Negeri,” vol. 5, no. 4, pp. 6373–6382, 2024.
- [9] M. Masyithah, “Penerapan Teknik Keterampilan Sosial Emosional pada Pembelajaran IPA Materi Bioteknologi dan Produksi Pangan Siswa Kelas IX-1 di SMP Negeri 4 Bolo Tahun Pelajaran 2020/2021,” *JagoMIPA J. Pendidik. Mat. dan IPA*, vol. 1, no. 2, pp. 135–146, 2021, doi: 10.53299/jagomipa.v1i2.76.
- [10] G. Y. Sumertayasa, I. G. Suwindia, and I. M. A. Winangun, “Integrasi Kompetensi Sosial Emosional (KSE) pada Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMP Negeri 2 Kubutambahan,” *JIIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, vol. 8, no. 1, pp. 801–806, 2025.
- [11] Modul 2.1. Pembelajaran Sosial dan Emosional (PSE) dalam Pendidikan Guru Penggerak. <https://lms25-gp.simpkb.id/course/view.php?id=1034>.
- [12] Sugiyono. 2013. *Cara Mudah Menyusun: Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. Bandung: Alfabeta.