

# **PEMBELAJARAN SOSIAL EMOSIONAL DI SEKOLAH PENGGERAK SDN 3 GLINGGANGAN KECAMATAN PRINGKUKU PACITAN**

**Nurul Hadi Mustofa, Bambang Sumardjoko**  
**Magister Pendidikan Dasar, Sekolah Pascasarjana**  
**Universitas Muhammadiyah Surakarta**

## **Abstrak**

Fakta social..Sosial-emosional pada hakikatnya adalah pembelajaran yang dilakukan secara kolaboratif oleh seluruh warga sekolah. Proses kolaboratif ini memungkinkan anak-anak dan orang dewasa di sekolah memperoleh dan menerapkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap positif terkait aspek sosial dan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pedoman pelaksanaan pembelajaran sosial emosional di SD Negeri 3 Glinggangan Kecamatan Pringkuku. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif deskriptif. Lokasi penelitian di SD Negeri 3 Glinggangan Kecamatan Pringkuku. Penelitian dilakukan pada semester dua tahun pelajaran 2022/2023. Subyek penelitian tindakan kepala sekolah adalah guru SD Negeri 3 glinggangan kecamatan Pringkuku Kabupaten Pacitan. Teknik pengumpulan data kualitatif Diskriptif melalui data yang diperoleh dari observasi dan wawancara. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data kualitatif yang bersumber dari perolehan data observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas pada bagian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa dengan adanya pembinaan kepada guru mengenai pelaksanaan pembelajaran sosial emosional, guru menjadi lebih paham dan mampu mengendalikan emosi serta dapat menerapkan pembelajaran sosial emosional. kepada siswa dalam sistem pembelajaran

**Kata Kunci: pembelajaran social emosional; sekolah; pengerak**

## **Abstract**

Social-emotional is essentially learning that is done collaboratively by the whole school community. This collaborative process enables children and adults in the school to acquire and apply knowledge, skills and positive attitudes regarding social and emotional aspects. This research aims to describe the guidance on the implementation of social emotional at SD Negeri 3 Glingnggang, Pringkuku District. The type of research used in this research is descriptive qualitative research method, The research location is at SD Negeri 3 Glingnggang, Pringkuku District. The research was conducted in the second semester of the 2022/2023 academic year. The subject of the school principal's action research was the teacher of SD Negeri 3 Glingnggang, Pringkuku sub-district, Pacitan Regency. Descriptive qualitative data collection techniques through data obtained from observation and interviews. The data analysis technique used in this study is qualitative data analysis which originates from the acquisition of observational data. The results showed that based on the results of the research discussed in the previous section, it can be concluded that with the coaching to teachers regarding the implementation of social emotional learning, teachers become more understanding and able to control emotions and can apply social emotional learning to students in the learning system

**Keywords:** social emotional; drying; school

## **1. PENDAHULUAN**

Pembelajaran Sosial dan Emosional adalah sebuah teori pembelajaran yang mengacu kepada teori yang dikembangkan oleh Daniel Goleman, yaitu Emotional Intelligence (EI) atau Kecerdasan Emosional dan dan Social Intelligence (SI) atau Kecerdasan Sosial. Dua teori pada waktu yang berbeda, akan tetapi memiliki filosofi yang sama, di mana akar dari teori di atas adalah, bahwa untuk menghadapi kompleksitas persoalan di dunia modern hari ini, tidak cukup dengan bermodalkan kecerdasan intelektual saja (Intelligence Quotient), tapi juga dibutuhkan kecerdasan lain, yang dalam istilah Goleman disebut Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Sosial

Pembelajaran Sosial emosional adalah pembelajaran yang dilakukan secara kolaboratif seluruh komunitas sekolah. Proses kolaborasi ini memungkinkan anak dan orang dewasa di sekolah memperoleh dan menerapkan pengetahuan, keterampilan dan sikap positif mengenai aspek sosial dan emosional. Pembelajaran Sosial emosional bertujuan untuk : memberikan pemahaman, penghayatan 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 Sosial emosional adalah hal yang sangat penting. Pembelajaran ini berisi keterampilan-keterampilan yang dibutuhkan anak untuk dapat bertahan dalam masalah, sekaligus memiliki kemampuan memecahkannya, juga untuk mengajarkan mereka menjadi orang yang baik.

Salah satu tujuan dari pendidikan adalah mencetak generasi yang unggul dan cerdas serta memiliki karakter yang luhur. Adanya pendidikan juga diharapkan mampu mendorong perubahan menuju hal yang lebih baik dari generasi sebelumnya. Melalui pendidikan, bangsa Indonesia diharapkan mampu mencetak generasi yang kreatif, inovatif, solutif dan produktif dalam kemajuan bangsa. Dalam pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 secara eksplisit pendidikan tercantum bahwa mencerdaskan kehidupan bangsa merupakan tanggung jawab negara Pendidikan yang memerdekakan pada hakikatnya pembelajaran berpihak atau berpusat kepada murid (student centered learning) yang sudah dikembangkan oleh Ki Hajar Dewantara (KHD) sejak tahun 1922 di perguruan Taman Siswa. sebuah praktik baik dalam pendidikan yang memerdekakan setidaknya harus memenuhi 3 kriteria yaitu berpihak kepada murid atau sesuai dengan kebutuhan murid yang didasarkan kepada empati kepada murid. Dengan katalain ada bukti nyata perubahan positif yang dirasakan oleh murid dan bisa ditiru/diredupsi (dapat dirasakan oleh lebih banyak murid).

Menurut Mcgrath & Noble (2011), murid yang memiliki tingkat well-being yang optimum memiliki kemungkinan yang lebih tinggi untuk mencapai prestasi akademik, kesehatan fisik dan mental yang lebih baik, memiliki ketangguhan dalam menghadapi stress dan terlibat dalam perilaku sosial yang lebih bertanggung jawab. Hal tersebut didukung oleh peneliti Daniel Goleman, “kecerdasan intelektual menyumbang 20% kesuksesan Pembelajaran Sosial Emosional hidup manusia, selebihnya sekitar 80% berasal dari kecerdasan emosi dan sosial”. Ini membuktikan bahwa seorang yang sukses Pembelajaran Sosial Emosional tidak hanya memiliki kecerdasan pengetahuan saja, akan tetapi kecerdasan sosial-emosionalnya juga harus baik. Pembelajaran Sosial Emosional adalah proses pembelajaran yang dimulai dengan pembentukan kesadaran dan kontrol diri serta kemampuan dalam berkomunikasi. Hal ini penting diberikan kepada anak didik agar mereka mampu bertahan dan sekaligus dapat mengatasi setiap permasalahan sosial emosional yang dialaminya.

Menurut Rif Anuddin (5 September 2021), Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) bukanlah praktek pembelajaran yang dapat dikatakan baru. Di berbagai belahan dunia, integrasi Pembelajaran Sosial Emosional di ruang kelas ini sudah diterapkan sejak lama sebagai pendamping pembelajaran akademik di sekolah-sekolah mulai dari pendidikan dasar hingga pendidikan tinggi. Akan tetapi, dalam konteks pendidikan di Indonesia, PSE belum dapat dikatakan sebagai model pembelajaran yang secara umum dipraktekkan. Tulisan ini ditujukan untuk mengupas apa yang dinamakan dengan Pembelajaran Sosial Emosional, mengapa praktek pembelajaran ini penting dan relevan dalam konteks pendidikan di Indonesia, dan bagaimana langkah-langkah penerapannya.

Menurut Julia Alfiah Nurani ( 7 Maret 2023), Konsep Pembelajaran Sosial dan Emosional berdasarkan kerangka kerja CASEL (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning) yang bertujuan untuk mengembangkan 5 (lima) Kompetensi Sosial dan Emosional (PSE) yaitu: a. kesadaran diri, b. manajemen diri, c. kesadaran sosial, d. keterampilan berelasi, dan e. Pengambilan keputusan yang bertanggung jawab

Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) memainkan peranan yang sangat penting dalam pendidikan yang memerdekakan karena memuat keterampilan-keterampilan yang harus dimiliki oleh siswa untuk bertahan dalam masalah, kemampuan mencari solusinya dan juga bagaimana menjadi orang baik. Disamping itu, pembelajaran sosial emosional memberikan pengetahuan untuk memenuhi kebutuhan mental siswa dalam mengembangkan potensi dirinya sesuai dengan kodrat alam dan kodrat jamannya. Pembelajaran sosial emosional pada dasarnya pembelajaran yang dilakukan secara kolaboratif seluruh komunitas sekolah.

Proses kolaborasi ini memungkinkan anak dan orang dewasa di Sekolah memperoleh dan menerapkan pengetahuan, keterampilan dan sikap positif mengenai aspek sosial dan emosional. Adapun tujuan yang ingin dicapai adalah memberikan pemahaman, penghayatan 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. Berdasarkan hasil survey terhadap orang tua dan guru yang dilakukan oleh Goleman ditemukan fakta bahwa generasi di era modern ini lebih banyak mengalami permasalahan emosi dan sosial dibandingkan dengan generasi-generasi sebelumnya, di era modern ini mereka cenderung lebih impulsif, mudah cemas, pemurung, gugup dan agresif. Banyak generasi milenial yang masih memiliki kemampuan kurang baik dalam mengontrol emosi mereka. Biasanya, mereka lebih suka mencurahkan perasaannya di media sosial daripada menulis di buku harian. Ketika mereka bercerita, akan menyebabkan banyak orang yang membacanya di media sosial, mereka akan menumpahkan seluruh keluh kesah di sana yang juga berakibat mendapatkan respon negatif dari pembacanya. Kondisi ini menyebabkan generasi sekarang sulit memahami perasaan dirinya sendiri dan pikiran mereka sendiri juga sulit dalam memahami perasaan orang lain, (Riana Mashar, 2015). Pentingnya guru memahami dan menerapkan pembelajaran yang terintegrasi untuk pembelajaran sosial emosional yaitu untuk mengetahui bagaimana guru memenuhi kebutuhan belajar murid di sekolah, pengalaman apa yang diberikan kepada mereka, apa yang dipelajari murid dan bagaimana guru mendidik dan membimbing murid serta bagaimana mereka dapat menyelesaikan masalahnya. Pembelajaran yang terintegrasi dalam pembelajaran sosial emosional ini merupakan solusi dalam pembelajaran. Dalam pembelajaran ini, murid belajar berdasarkan minat dan kebutuhannya. Jadi mereka belajar bukan karena paksaan, tetapi memang karena itu adalah minat dan bakatnya, sehingga apa yang dilakukan murid merupakan sesuatu yang menyenangkan diri mereka. Dari latar belakang diatas peneliti bermaksud untuk melaksanakan dengan judul “Pelaksanaan Pembelajaran Sosial Emosional di sekolah Pengerak SDN 3 Glinggangan Kecamatan Pringkuku Kabupaten Pacitan”.

## **2. METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif yaitu library research (Sugiyono, 2018). Menurut (Sari & Asmendri, 2020) bahwa metode library research adalah suatu teknik pengumpulan data dengan melakukan pencarian dan membaca berbagai buku, literatur, catatan, serta berbagai laporan yang berkaitan dengan

permasalahan yang diinginkan penulis. Penulis juga mengambil sumber-sumber dari jurnal on line yang relevan dengan materi yang dibahas penulis

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **3.1 Pengertian Pembelajaran Sosial Emosional**

Pembelajaran Sosial Emosional merupakan pembelajaran yang bertujuan melatih kompetensi sosial emosional peserta didik sehingga tercapai keseimbangan antara kompetensi akademik dan sosial emosional yang dapat mengantarkan mereka menjadi individu-individu yang selamat dan bahagia. PSE sangat relevan dan perlu diterapkan di Indonesia secara menyeluruh, tidak hanya secara sporadis di beberapa institusi pendidikan yang sudah mengenal konsep PSE lebih dulu karena penerapan PSE sangat selaras dengan tujuan pendidikan nasional dan cita-cita pendidikan Ki Hajar Dewantara dan dapat membantu dalam mencetak pelajar Indonesia dengan Profil Pelajar Pancasila. Dalam menerapkan PSE, guru dapat menggunakan berbagai macam teknik yang disesuaikan dengan kebutuhan, tujuan pembelajaran, kompetensi sosial emosional yang ingin dilatih, dan jenjang pendidikan peserta didik yang diajarkan dimana guru dapat mendesain sendiri atau memodifikasi teknik-teknik PSE yang tepat.

PSE sangat penting karena Dengan perkembangan sosial dan emosional yang positif memudahkan anak untuk bergaul dan belajar lebih baik, serta kegiatan sosial lainnya. KSE memiliki peran penting dalam kehidupan sekolah. Warga sekolah dengan KSE yang baik dapat mengelola emosi mereka dengan baik, berinteraksi dengan orang lain dengan efektif, dan membuat keputusan yang tepat dalam situasi sosial yang kompleks, adanya pengembangan aspek sosial-emosional yaitu membantu anak untuk mengekspresikan diri. Anak-anak cenderung mengikuti tingkah laku dan cara berbicara orang di sekitarnya. Namun, anak tidak tahu bahwa itu baik atau tidaknya. Jadi, kamu bisa membantu si kecil untuk mengungkapkan emosinya sendiri. Signifikasinya Untuk memberikan pemahaman, Penghayatan dan kemampuan untuk mengelola emosi. Menetapkan dan mencapai tujuan positif.

Fenomena dalam Pembelajaran Sosial Emosional dalam kerangka CASEL ini mencakup 5 komponen yaitu: Kesadaran Diri (Self Awareness), Pengelolaan Diri (Self Management), Kesadaran Sosial (Social Awareness), Kemampuan Berinteraksi Sosial (Relationship Skills), Pengambilan Keputusan Bertanggung Jawab (Responsible Decision-Making).sehingga sangat sesuai jika diterapkan dalam pembelajaran setiap hari, Dampak dari keberhasilan dalam penerapan KSE (Kompetensi Sosial Emosional) tersebut tidak hanya pada kesuksesan diri seseorang dalam akademik yang lebih baik namun juga memberikan fondasi yang kuat bagi

seseorang untuk dapat sukses dalam berbagai area kehidupan mereka di luar akademik. Melalui kecerdasan emosi diharapkan semua unsur yang terlibat dalam pendidikan dan pembelajaran dapat memahami diri dan lingkungannya secara tepat, memiliki rasa percaya diri, tidak iri hati, tidak dengki, tidak cemas, tidak takut, murung, tidak mudah putus asa, dan tidak mudah marah.

Pembelajaran Sosial dan Emosional yang ditujukan untuk jenjang pendidikan usia dini hingga menengah ini dikembangkan pada tahun 1994 oleh sekelompok pendidik, peneliti, dan pendamping anak (salah satunya adalah Psikolog Daniel Goleman, pencetus teori Kecerdasan Emosi). Kerangka Pembelajaran Sosial dan Emosional berbasis penelitian ini bertujuan untuk mendorong perkembangan anak secara positif dengan program yang terkoordinasi secara lebih baik antara berbagai pihak dalam komunitas sekolah.

Pembelajaran Sosial dan Emosional adalah pembelajaran yang dilakukan secara kolaboratif oleh seluruh komunitas sekolah. Proses kolaborasi ini memungkinkan anak dan orang dewasa di sekolah memperoleh dan menerapkan pengetahuan, keterampilan dan sikap positif mengenai aspek sosial dan emosional.

Pembelajaran sosial dan emosional bertujuan: memberikan pemahaman, penghayatan dan kemampuan untuk 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 membangun relasi), membuat keputusan yang bertanggung jawab. (pengambilan keputusan yang bertanggung jawab).

Implementasi Pembelajaran Sosial dan Emosional (PSE) dapat dilakukan dengan 4 cara: Mengajarkan Kompetensi Sosial Emosional (KSE) secara spesifik dan eksplisit, Mengintegrasikan Kompetensi Sosial Emosional (KSE) ke dalam praktik mengajar guru dan gaya interaksi dengan murid, Mengubah kebijakan dan ekspektasi sekolah terhadap murid, Mempengaruhi pola pikir murid tentang persepsi diri, orang lain dan lingkungan.

Pendekatan SEL yang efektif seringkali menggabungkan empat elemen yang diwakili oleh akronim SAFE (<https://casel.org/what-is-sel/approaches/>): Sequential/berurutan: Aktivitas yang terhubung dan terkoordinasi untuk mendorong pengembangan keterampilan, Active/aktif: bentuk Pembelajaran Aktif yang melibatkan murid untuk menguasai keterampilan dan sikap baru, Focused/fokus: ada unsur pengembangan keterampilan sosial maupun personal, Explicit/eksplisit: tertuju pada pengembangan keterampilan sosial dan emosional tertentu secara eksplisit.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa bahwa peserta didik hanya bisa belajar dengan baik bilamana dalam suasana hati, iklim belajar dan dukungan lingkungan yang membahagiakan. Dengan belajar dalam situasi bahagia maka akan berdampak pada kecerdasan peserta didik, baik kecerdasan kognitif, afektif maupun psikomotoriknya. Paradigma Bahagia Itu Mencerdaskan bertalian erat dengan program Merdeka Belajar yang akhir-akhir ini secara massif digencarkan pemerintah, melalui Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemendikbudristek). Guru penggerak juga harus menggunakan segala kekuatan dan potensi yang ada pada diri untuk membangun budaya positif di sekolah. Budaya positif yang dikembangkan hendaknya dapat mendorong pemenuhan kebutuhan belajar siswa sesuai dengan kodrat yang dimilikinya. Hal ini senada dengan filosofi KHD yakni pendidikan itu harus berjalan sesuai dengan kodrat alam dan kodrat zaman.

Jika pembelajaran sosial emosional dengan pendekatan berkesadaran penuh (mindfulness) menjadi budaya positif di sekolah maka pembelajaran berdifferensiasi akan lebih mudah diterapkan karena peserta didik dapat lebih fokus, semangat, bertanggung jawab terhadap tugas dan pekerjaannya. Hal ini tentunya akan membahagiakan murid karena pembelajaran yang disajikan sesuai dengan kebutuhan belajar, minat dan profil mereka.

Melalui pembelajaran sosial emosional juga diharapkan dapat mewujudkan profil pelajar pancasila. Maka dengan demikian terwujudlah insan-insan masa depan yang cerdas, berkarakter, dan mumpuni yang dapat berdiri tegap menghadapi berbagai tantangan jaman, yang pada akhirnya berujung dengan melahirkan berbagai kebijaksanaan yang positif dan menguntungkan semua pihak.

### **3.2 Strategi penerapan Pembelajaran Sosial Emosional**

Dalam menerapkan PSE, terdapat berbagai macam teknik yang dapat dilakukan. Teknik-teknik ini dapat diterapkan dalam 3 ruang lingkup yaitu Rutin, Terintegrasi dalam Mata Pelajaran, dan Protokol. Penerapan PSE secara rutin merupakan penerapan PSE yang terjadwal misalnya kegiatan rutin yang dilakukan di sekolah seperti kegiatan membuat lingkaran pada pagi hari dimana masing-masing siswa menulis atau menyampaikan apa yang akan dicapai selama belajar pada hari tersebut. PSE terintegrasi mata pelajaran dapat dilakukan di sela-sela penyampaian materi misalnya dengan diskusi kasus atau diskusi penyelesaian masalah secara berkelompok. Sementara lingkup Protokol adalah penerapan PSE yang sudah menjadi kegiatan sekolah yang sudah menjadi sebuah tata tertib dan kebijakan sekolah yang berkaitan dengan PSE dan dilakukan secara mandiri oleh peserta

didik misalnya membangun hubungan sosial yang positif, penyelesaian masalah tanpa kekerasan dan lain sebagainya.

Beberapa teknik yang dapat dilakukan dalam menerapkan PSE diantaranya adalah teknik STOP (Stop, Take a deep breath, Observe, dan Proceed), PSE berbasis Mindfulness, identifikasi perasaan baik secara lisan maupun tulis dalam bentuk jurnal diri, membuat puisi akrostik, membuat kolase diri, memeriksa perasaan diri, menuliskan ucapan terima kasih bisa dalam bentuk surat yang ditujukan kepada orang terdekat atau orang lain, mengidentifikasi emosi dapat dilakukan dengan dipimpin guru secara lisan dengan beragam teknik, mindful eating yang biasanya dapat diterapkan di kelas rendah atau SD, mencari teman baru, mengenal situasi menantang, menyadari kondisi tubuh (Body scanning), kegiatan menulis surat, kegiatan role play atau bermain peran secara aktif, atau kegiatan menulis pengalaman dalam berdiskusi secara berkelompok. Teknik-teknik yang disebutkan di atas merupakan beberapa dari banyak cara yang dapat dilakukan guru dalam menerapkan PSE. Kegiatan-kegiatan tersebut dapat dimodifikasi sesuai kebutuhan, tujuan, kompetensi sosial emosional yang ingin dilatih, dan sesuai dengan jenjang pendidikan peserta didik.

PSE didefinisikan sebagai pembelajaran yang dikonsepsi untuk membentuk diri siswa supaya bisa menguasai kesadaran diri (self awareness), kemampuan berelasi, dan pengendalian diri yang baik. Seorang siswa yang berhasil menguasai PSE diharapkan mampu mempelajari sesuatu secara cepat, bersosialisasi, profesional, dan suka terhadap tantangan.

Tidak terbatas pada peran guru saja, penerapan pembelajaran PSE dapat didukung oleh keseluruhan peran yang ada di lingkup lingkungan sekolah, orang tua, dan lingkungan masyarakat. Dengan penerapan kolaboratif, anggota sekolah, orang tua, maupun lingkungan masyarakat diharapkan bisa saling berkontribusi satu sama lain.

Hal ini tentu lebih mudah untuk diaplikasikan mengingat PSE bukanlah sesuatu yang baru dan asing dalam lingkup dunia pendidikan. Sejak pendidikan dini hingga tingkat pendidikan lanjut dan pendidikan tinggi juga membutuhkan penerapan PSE dalam proses kegiatan belajar mengajarnya.

### **3.3 Kerangka CASEL, Pemahaman Lebih Dalam Terkait Pembelajaran Sosial Emosional**

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, pembelajaran sosial emosional merupakan suatu pola pembelajaran secara kolaboratif yang tak hanya berfokus pada guru sebagai pendidik dan siswa sebagai peserta didik saja, tetapi seluruh pihak di dalam lingkungan sekolah. PSE diharapkan mampu menanamkan aspek sosial dan emosional yang baik bagi para pihak yang terlibat.

Ada pun tujuan yang ingin dicapai dari hasil PSE adalah kemampuan mengolah, memahami, serta mengekspresikan diri secara sosial dan emosional di dalam setiap aktivitas kehidupan. Jadi, hasil PSE ini bisa dinilai dari bagaimana peserta didik mampu membangun relasi, mempelajari hal baru, adaptasi, hingga mencari jalan keluar ketika menjumpai beragam permasalahan sehari-hari. Dengan hadirnya pembelajaran sosial emosional, dunia pendidikan di Indonesia harus menyadari bahwa pembelajaran akademik saja ternyata belum cukup untuk dijadikan bekal seseorang dalam menghadapi kehidupan. Dibutuhkan keseimbangan berupa penguasaan sosial dan emosional yang tepat dan baik supaya seseorang juga bisa meraih kesuksesan dan kebahagiaan.

#### **4. PENUTUP**

Pembelajaran Sosial Emosional merupakan pembelajaran yang bertujuan melatih kompetensi sosial emosional peserta didik sehingga tercapai keseimbangan antara kompetensi akademik dan sosial emosional yang dapat mengantarkan mereka menjadi individu-individu yang selamat dan bahagia. PSE sangat relevan dan perlu diterapkan di Indonesia secara menyeluruh, tidak hanya secara sporadis di beberapa institusi pendidikan yang sudah mengenal konsep PSE lebih dulu karena penerapan PSE sangat selaras dengan tujuan pendidikan nasional dan cita-cita pendidikan Ki Hajar Dewantara dan dapat membantu dalam mencetak pelajar Indonesia dengan Profil Pelajar Pancasila. Dalam menerapkan PSE, guru dapat menggunakan berbagai macam teknik yang disesuaikan dengan kebutuhan, tujuan pembelajaran, kompetensi sosial emosional yang ingin dilatih, dan jenjang pendidikan peserta didik yang diajarkan dimana guru dapat mendesain sendiri atau memodifikasi teknik-teknik PSE yang tepat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Noble, T., and McGrath, H. (2015). PROSPER: A New Framework for Positive Education. *Psychology of Well-Being a SpringerOpen Journal*, 5, 3-12. Retrieved from <https://doi.org/10.1186/s13612-015-0030-2>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta. doi:ISBN 979-8433-71-8
- Adiyanti, M., & Khairat, MG. (2015). Self-esteem dan Prestasi Akademik sebagai Prediktor Subjective Well-being Remaja Awal. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 1. Retrieved..from <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajop/article/download/8815/6685>
- Alwisol . (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Ampuni, S., and Andayani, B. (2007). Memahami Anak dan Remaja Dengan Kasus Mogok Sekolah: Gejala, Penyebab, Struktur Kepribadian, Profil Keluarga, dan Keberhasilan Penanganan. *Jurnal Psikologi*, 34, 56. Retrieved from <https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7089/5541>