

INTEGRASI PEMBELAJARAN SOSIAL EMOSIONAL DALAM MATA PELAJARAN IPA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN TINDAKAN PERUNDUNGAN DI SEKOLAH

Dina Ika Tsary, Ismi Novita Sari, Izzatul Layla Syamsi, Kholifatul Laila, Novia Sigma Amalina, Bilqis Fatimatus S

Program Studi Pendidikan Profesi Guru Prajabatan, Sekolah Pascasarjana, Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

*Corresponding author, email: ppg.trifadhilah00828@program.belajar.id

doi: 10.17977/um065.v4.i2.2024.6

Kata kunci

Pembelajaran
Sosial-Emosional
Perundungan

Abstrak

Kasus perundungan di lingkungan pendidikan di Indonesia cukup memprihatinkan. Data menunjukkan bahwa 84% anak mengalami kekerasan di sekolah serta 130 kasus perundungan terjadi di Institusi Pendidikan. Perundungan dapat menyebabkan dampak negatif seperti gangguan psikologis, trauma dan depresi. Salah satu upaya yang efektif untuk mencegah dan mengurangi tindakan perundungan di sekolah adalah dengan menerapkan pembelajaran sosial-emosional. Pembelajaran ini membantu peserta didik mengembangkan keterampilan mengelola emosi, memecahkan masalah, berempati, membuat keputusan, dan menjalin hubungan positif. Pembelajaran sosial-emosional dapat diintegrasikan dalam mata pelajaran IPA, seperti diskusi kelompok, permainan peran dan kegiatan *mindfulness*.

1. Pendahuluan

Kasus perundungan di Indonesia cukup memprihatinkan, sebanyak 84% anak mengalami kekerasan di lingkungan sekolah (ICRW, 2015) dan pada tahun 2023 sebanyak 130 kasus perundungan terjadi di institusi pendidikan (KPAI, 2023). Data ini menunjukkan bahwa perundungan menjadi masalah yang sangat serius dan mengkhawatirkan di lingkungan pendidikan di Indonesia. Kasus-kasus perundungan yang dilaporkan memiliki berbagai latar belakang dan alasan seperti perbedaan status sosial-ekonomi, penampilan fisik bahkan prestasi akademik.

Perundungan merupakan perilaku intimidasi yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok yang merasa lebih kuat terhadap korban yang lebih lemah secara fisik atau mental, dengan cara melukai secara fisik, verbal, atau emosional/psikologis, yang berulang kali dan tanpa perlawanan untuk menyebabkan penderitaan pada korban (Mardhiyyah et al., 2022). Contoh perilaku perundungan meliputi pukulan, teriakan, penghinaan, memberi stigma negatif, dan lain sebagainya.

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi seseorang sehingga melakukan tindak perundungan baik kepada teman sejawat ataupun orang yang lebih muda. Menurut Ariesto (2009) beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya perundungan diantaranya karena keluarga yang bermasalah, pihak sekolah yang cenderung mengabaikan tanda-tanda dini yang menjadi bibit dari aksi perundungan di sekolah, faktor kelompok sebaya, kondisi lingkungan sosial, serta pengaruh dari tayangan televisi maupun media cetak (Nugroho et al., 2020)

Kasus perundungan yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan dampak negatif kepada korban seperti gangguan psikologis dan mental, trauma dan depresi akibat perlakuan-perlakuan yang kurang bertanggung jawab serta memungkinkan akan menghambat proses pembelajaran di sekolah (Rahmatullah & Azhar, 2020). Dampak negatif ini dapat berlanjut hingga dewasa dan dapat mempengaruhi kehidupan sosial, akademik maupun karir korban di kemudian hari.

Tindakan perundungan yang terjadi di sekolah dapat dicegah dengan melibatkan kerjasama antara berbagai pihak, meliputi pihak sekolah, seperti kepala sekolah, guru, dan tenaga kependidikan, serta peserta didik dan orang tua (Whitted & Rupper, 2005). Sebagai upaya pencegahan aksi perundungan di sekolah, pihak sekolah dapat membuat suatu kebijakan atau peraturan khusus terkait perundungan (Swearer, et al, 2012). Berdasarkan hasil sejumlah penelitian, pembelajaran sosial-emosional dapat menjadi salah satu strategi yang terbukti efektif untuk diterapkan dan menjadi bagian dari kebijakan untuk mencegah dan mengurangi tindakan perundungan di sekolah (Smith & Low, 2013; Nickerson, et al, 2019; Divecha & Brackett, 2020; Yang, et al, 2020).

Pembelajaran sosial emosional adalah komponen penting dalam pendidikan dan dalam relasi sosial manusia. Ini membantu individu (anak dan dewasa) mengembangkan kemampuan dasar untuk hidup dengan baik. Fokus tidak hanya pada diri sendiri; sebaliknya, fokus pada keterampilan, kemampuan, dan hubungan yang baik dengan orang lain dan lingkungan. Elias, dkk (1997, 2006) menyatakan bahwa proses belajar sosial emosional adalah ketika seseorang belajar mengenali dan mengelola emosinya, menyelesaikan masalah, dapat berempati, membuat keputusan yang baik, dan bertanggung jawab. Pembelajaran sosial emosional adalah evolusi dari teori kecerdasan emosi Goleman (2001) dan kecerdasan majemuk Gardner (1993). Pembelajaran sosial emosional dapat dijadikan program preventif dan promotif (peningkatan) adalah tujuan pembelajaran ini. Preventif berarti meningkatkan keterampilan sosial emosional untuk mencegah masalah perilaku.

Pembelajaran sosial emosional yang diterapkan dalam pendidikan. Menurut Collaborative for Academic Social and Emotional Learning (CASEL) Pembelajaran sosial emosional dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan sosial emosional peserta didik meliputi:

1.1. Kesadaran Diri (*Self-awareness*)

Kemampuan untuk memahami emosi, pemikiran, dan nilai-nilai yang mempengaruhi perilaku dalam berbagai situasi. Dengan meningkatkan kesadaran diri, individu dapat lebih baik mengelola emosi dan merespons situasi dengan bijaksana.

1.2. Manajemen Diri (*Self-management*)

Kemampuan untuk mengatur emosi, pemikiran, dan perilaku secara efektif dalam situasi yang berbeda. Melalui manajemen diri, individu dapat mengendalikan reaksi emosional dan mengambil tindakan yang tepat dalam berbagai konteks.

1.3. Pengambilan Keputusan yang Bertanggung Jawab (*Responsible decision making*)

Membuat pilihan yang tepat dan konstruktif dalam situasi tertentu. Dengan mengembangkan kemampuan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab, individu dapat mempertimbangkan nilai-nilai, konsekuensi, dan perspektif lain sebelum membuat keputusan.

1.4. Kesadaran Sosial (*Social awareness*)

Kemampuan untuk memahami perspektif yang berbeda, termasuk berempati terhadap individu dengan latar belakang yang berbeda. Dengan meningkatkan kesadaran sosial, individu dapat memahami dan menghargai perbedaan, serta berinteraksi secara lebih efektif dengan orang lain.

1.5. Keterampilan Sosial (*Relationship skills*)

Kemampuan untuk menjalin dan mempertahankan hubungan yang sehat dan efektif dengan individu dari latar belakang yang berbeda. Melalui keterampilan hubungan, individu dapat berkomunikasi dengan baik, bekerja sama dalam tim, dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain.

Mengingat pentingnya pembelajaran sosial emosional untuk meningkatkan keterampilan peserta didik dalam mengenali dan mengelola emosinya, mencari solusi permasalahan, membuat keputusan yang tepat, berempati, dan bertanggung jawab, maka pembelajaran sosial emosional ini perlu diimplementasikan dalam pembelajaran. Oleh karena itu perlu adanya kolaborasi dari pihak

sekolah dengan lingkungan sekolah. Pembelajaran sosial emosional dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut.

1. Secara rutin yaitu pelaksanaan pembelajaran sosial emosional yang situasi atau kondisi ditentukan kemudian atau melalui program tertentu di luar pembelajaran akademik.
2. Terintegrasi dalam mata pelajaran tertentu yaitu penerapan pembelajaran sosial-emosional yang terintegrasi dalam pelajaran tertentu. Peserta didik dapat berbicara tentang masalah tertentu, bekerja dalam kelompok, bermain peran, atau aktivitas lainnya.
3. Budaya yang melekat pada karakter peserta didik atau budaya di sekolah dapat berarti belajar menyelesaikan masalah dengan damai, menghargai pendapat orang lain, dll.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian studi literatur dengan mengkaji sebanyak 25 Jurnal yang memiliki korelasi antara kondisi sosial emosional peserta didik dengan bentuk-bentuk perundungan di sekolah. Hasil dari beberapa referensi yang sudah dikaji digunakan untuk menemukan bagaimana integrasi pembelajaran sosial emosional terutama pada mata pelajaran IPA sebagai upaya untuk mencegah tindakan perundungan di sekolah.

3. Hasil dan Pembahasan

Pembelajaran sosial emosional dilatarbelakangi oleh keyakinan bahwa siswa tidak hanya cukup dengan menguasai kemampuan akademis saja. Kehadiran aspek sosial dan emosional patut turut diperhatikan sehingga dalam penelitiannya memaparkan bahwa pembelajaran sosial emosional dibutuhkan untuk memotivasi siswa dalam belajar (Ricky, et, al, 2023). Pembelajaran sosial emosional (PSE) dimana dalam praktik dan kebijakannya berkompetensi untuk memahami dan mengelola emosi, mengatur dan meraih tujuan positif, merasakan dan menunjukkan perhatian kepada orang lain, menegakkan dan mengelola hubungan positif, dan membuat keputusan yang dapat dipertanggungjawabkan. Pembelajaran sosial emosional sebagai pendekatan yang digunakan menyampaikan pelajaran sosial emosional secara eksplisit, kemudian menemukan kesempatan untuk memperkuat pemikiran siswa. Sehingga dalam pelaksanaannya terdapat 3 ruang lingkup 1) Rutin, artinya dilaksanakan di luar waktu belajar akademik, 2) Terintegrasi dalam mata pelajaran, dan 3) Protokol artinya menjadi budaya atau aturan di sekolah yang telah disepakati bersama. Beberapa contoh aktivitas implementasi PSE dapat dilakukan dengan membentuk komunitas di sekolah dan mengadakan asesmen untuk perencanaan program, mengkomunikasikan dengan pihak sekolah, menjadi penggerak PSE, mempromosikan dukungan organisasi, bertindak sebagai penghubung untuk mengkoordinasikan dan mengintegrasikan sekolah-keluarga-komunitas PSE, serta melakukan monitoring dan evaluasi.

Pembelajaran sosial emosional dapat diintegrasikan dengan mata pelajaran di sekolah. Terdapat sejumlah strategi yang berbasis literasi sehingga dapat dilakukan sehingga siswa dapat terlibat aktif, dapat berlatih mengelola emosi, serta meningkatkan literasi sosial-emosional. Guru dapat memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi sebagai refleksi untuk mengungkapkan perasaan mereka. Media yang dipakai untuk refleksi untuk belajar mengelola sosial dan emosional turut dipertimbangkan bagi siswa yang merasa kurang nyaman jika mengekspresikannya secara terbuka. Selain itu, guru perlu untuk mengajarkan secara teknis bagaimana cara mengekspresikan atau mengontrol emosi dengan sehat, seperti membuat jurnal harian, *ice breaking*, aktivitas *mindfulness*. Penerapan model *problem-based learning* juga turut berkontribusi dalam pembelajaran sosial emosional. Pada tahap diskusi dalam model *problem-based learning*, siswa melatih kemampuan kesadaran sosial dalam berkolaborasi menyelesaikan isu yang ada. Dengan demikian, diskusi, kolaborasi, bekerja sama, dapat meningkatkan kemampuan kesadaran sosial dan menciptakan harapan bersama serta memastikan semua kebutuhan orang yang terlibat dalam kelompok tersebut dapat terpenuhi. Beberapa upaya tersebut semakin hari akan membuat siswa akan lebih mengenal diri sendiri dan sadar akan hal-hal apa saja yang membuat mereka bersemangat atau tidak, lebih mudah melampiaskan emosi dengan baik sehingga tidak mengganggu aktivitas produktif dalam proses belajar. (Irawati, N. 2023).

Stress akademik menjadi salah satu dampak negatif akibat tidak terlaksananya pembelajaran sosial emosional yang baik di sekolah. Stress akademik dapat dialami oleh siswa yang dipicu oleh beberapa keadaan seperti ujian, minimnya prestasi, prokrastinasi, tugas sekolah, sistem pembelajaran yang tidak relevan serta minimnya motivasi internal siswa. Pembelajaran sosial emosi dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi serta daya tahan dalam mengelola emosi. Selama proses belajar berlangsung, sejatinya terdapat hubungan emosional manusia dewasa yaitu guru dengan anak-anak yaitu siswa. Keberadaan PSE menghubungkan di antara keduanya sehingga dapat terjalin hubungan yang positif dalam belajar. Sederhananya implementasi pembelajaran sosial emosional dapat membangkitkan semangat dan motivasi siswa melalui berbagai macam metode yang mendukung. (Baiq & Hariz, 2021).

Menurut Kusumardi (2014) untuk mencegah dan mengatasi perundungan dengan pembelajaran sosial emosional, berikut adalah strategi yang dapat diterapkan yaitu:

3.1. Pengembangan Kesadaran Emosional.

Pengembangan kesadaran emosional ini dapat distimulasi melalui pembelajaran sosial emosional, peserta didik diajarkan untuk mengenali dan mengelola emosi mereka dengan baik. Dengan memahami emosi mereka sendiri dan orang lain, peserta didik dapat menghindari konflik yang berpotensi memicu perundungan.

3.2. Peningkatan Empati.

Pembelajaran sosial emosional juga membantu dalam membangun empati terhadap orang lain. Perilaku memahami perasaan dan pengalaman orang lain, peserta didik akan lebih cenderung untuk berempati dan tidak melakukan perundungan.

3.3. Pembelajaran Keterampilan Sosial

Model pembelajaran sosial emosional dapat mengajarkan peserta didik untuk memiliki keterampilan sosial seperti komunikasi yang efektif, kerjasama, dan penyelesaian konflik secara positif. Hal ini dapat membantu mengurangi kemungkinan terjadinya perundungan di lingkungan sekolah.

3.4. Penerapan Mindfulness

Teknik *mindfulness* dapat membantu peserta didik untuk mengendalikan emosi, tetap tenang, dan membuat keputusan yang bertanggung jawab. Peserta didik dapat mengurangi potensi terlibat dalam perilaku perundungan melalui kegiatan melatih kesadaran diri dan mengelola stres.

3.5. Pembelajaran Berbasis Kesadaran

Mengintegrasikan pembelajaran berbasis kesadaran diri dalam kurikulum dapat membantu peserta didik untuk mengontrol emosi, meningkatkan kesejahteraan mental, dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain.

Penerapan strategi pembelajaran sosial emosional secara konsisten dan terintegrasi dalam lingkungan pendidikan, maka sekolah dapat menciptakan budaya yang menjunjung tinggi keadilan, menghargai keberagaman, dan mencegah terjadinya perundungan (Trimurtini dkk, 2020). Oleh karena itu penerapan pembelajaran sosial emosional ini sangat efektif jika diimplementasikan dalam pembelajaran di lingkungan pendidikan. Dukungan sekolah dan guru sangat penting dalam melaksanakan pembelajaran sosial emosional anti perundungan menjadi lebih efektif dan berkelanjutan dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang aman dan positif bagi semua peserta didik. Berikut adalah beberapa cara dukungan tersebut dapat diimplementasikan:

1. **Pelatihan dan Pengembangan Profesional:** Sekolah dapat menyediakan pelatihan dan pengembangan profesional kepada guru mengenai pembelajaran sosial emosional dan strategi anti-perundungan. Dengan memahami konsep ini secara mendalam, guru akan lebih siap untuk mengimplementasikannya dalam pembelajaran sehari-hari.
2. **Integrasi dalam Kurikulum:** Sekolah dapat memastikan bahwa pembelajaran sosial emosional dan pencegahan perundungan terintegrasi dalam kurikulum sekolah. Hal ini

memungkinkan guru untuk mengajarkan keterampilan sosial emosional kepada peserta didik secara terstruktur dan konsisten.

3. **Pendekatan Kolaboratif:** Guru dapat bekerja sama dengan tim manajemen sekolah, konselor, dan orang tua untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pembelajaran sosial emosional. Kolaborasi ini memperkuat pesan anti-perundungan dan memperluas dampaknya di seluruh lingkungan sekolah.
4. **Pengawasan dan Pemantauan:** Sekolah dapat melakukan pengawasan dan pemantauan secara rutin terhadap interaksi antar peserta didik untuk mendeteksi potensi kasus perundungan. Guru juga dapat memainkan peran penting dalam mengawasi perilaku peserta didik dan memberikan intervensi jika diperlukan.
5. **Penguatan Keterlibatan Sosial:** Sekolah dapat mengadakan kegiatan ekstrakurikuler atau program sosial yang mendorong keterlibatan sosial positif di antara peserta didik. Dengan menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung, peserta didik akan merasa lebih aman dan terhindar dari perilaku perundungan.

Terdapat beberapa pembelajaran sosial-emosional yang dapat diterapkan untuk mencegah dan mengurangi tindakan perundungan yang terjadi di sekolah. Berikut ini adalah sejumlah program yang telah terbukti secara efektif dapat mencegah dan mengurangi kasus perundungan.

3.6. Second Step: Student Success Through Prevention (SS-SSTP) Middle School Program

Program SS-SSTP (Committee for Children, 2008) adalah program pembelajaran sosial-emosional berbasis sekolah yang bersifat universal dan bertujuan untuk mengurangi kekerasan dan mendorong keberhasilan akademis di kalangan siswa sekolah menengah. Program ini memiliki dampak yang signifikan secara statistik dalam mengurangi agresi fisik (Espelage, et al, 2013). Program ini juga menawarkan keunggulan dalam mengurangi tindakan perundungan di kalangan siswa penyandang disabilitas (Espelage, et al, 2015). SS-SSTP juga secara tidak langsung mengatasi kekerasan di sekolah dengan memasukkan pelajaran terkait intimidasi.

SS-SSTP mencakup dua rancangan pembelajaran yang terpisah: 1) untuk kelas 6 (15 pelajaran), dan 2) untuk kelas 7 dan 8 (13 pelajaran). Setiap pelajaran berdurasi 50 menit dapat dibagi menjadi dua sesi kelas berdurasi 25 menit. Pelajaran diberikan setiap minggu atau setengah minggu sepanjang tahun ajaran, dan mencakup pengajaran langsung, diskusi kelompok, latihan diadik, refleksi, permainan peran, dan kerja mandiri. Ada juga tugas pekerjaan rumah, kegiatan penyuluhan, dan pelajaran yang terintegrasi dengan kegiatan di kelas. Setiap pelajaran disertai DVD yang menggambarkan wawancara dengan remaja sekolah menengah dan demonstrasi keterampilan.

Kurikulum setiap kelas mencakup topik yang berkaitan dengan pengembangan kompetensi sosial-emosional dan pencegahan intimidasi. Komponen pengembangan kompetensi sosial-emosional SS-SSTP meliputi pembelajaran tentang empati, komunikasi asertif, regulasi emosi, dan pemecahan masalah. Sebaliknya, pelajaran pencegahan intimidasi berbeda-beda di setiap kelas. Kurikulum penindasan di kelas 6 hanya mencakup pelajaran yang berkaitan dengan mengenali perundungan dan intervensi orang sekitar. Pelajaran perundungan di kelas 7 mencakup topik-topik seperti menanggapi perundungan, perundungan di dunia maya, dan pelecehan seksual.

Kurikulum SS-SSTP bersifat interaktif dan berbasis keterampilan. Siswa menerima umpan balik dinamis atas kinerja mereka dan terlibat dalam kerja kolaboratif sepanjang program, memastikan bahwa setiap komponen diperoleh oleh peserta didik dan diperkuat.

SS-SSTP didasarkan pada literatur yang menunjukkan bahwa faktor risiko dan perlindungan tertentu ditemukan meningkatkan atau menurunkan kemungkinan perilaku bermasalah atau nakal, termasuk agresi, kekerasan, dan penggunaan narkoba (Fraser, 1997). Program ini menargetkan risiko spesifik dan faktor perlindungan di kalangan remaja yang terkait dengan kekerasan, agresi, dan penggunaan narkoba. Faktor risiko yang diidentifikasi oleh program ini mencakup sikap yang mendukung terhadap perilaku bermasalah (seperti agresi atau penyalahgunaan zat), perilaku yang tidak pantas, penolakan teman sebaya, dan impulsivitas. Faktor pelindung yang menjadi sasaran meliputi keterampilan sosial, keterhubungan dengan sekolah dan keterlibatan dengan guru dan

teman sebaya yang positif, serta penerapan norma-norma konvensional tentang penyalahgunaan narkoba dan prestasi sekolah.

SS-SSTP juga mengambil pendekatan kesehatan masyarakat, yang mendorong pengajaran keterampilan sosial kepada generasi muda yang diperlukan untuk menangani situasi sosial yang negatif atau tidak nyaman. Secara lebih lanjut, struktur SS-SSTP didasarkan pada teori pembelajaran sosial, yang menyarankan bahwa pembelajaran harus berbasis keterampilan, dan keterampilan harus diperkuat melalui penguatan positif dan negatif serta kerja kelompok (Bandura, 1977).

Prinsip SS-SSTP ini dapat diadopsi sebagai program pembelajaran sosial-emosional yang dapat diterapkan di sekolah-sekolah di Indonesia. SS-SSTP terbukti dapat menurunkan agresi fisik di lingkungan sekolah (Espelage, et al, 2013). Kelebihan lainnya adalah SS-SSTP dapat diterapkan untuk mengurangi tindakan perundungan di kalangan siswa penyandang disabilitas (Espelage, et al, 2015). Dalam penerapannya, pihak sekolah dapat melakukan sejumlah penyesuaian yang cocok dengan kurikulum yang berlaku di Indonesia dan budaya di sekolah yang bersangkutan. Pihak sekolah juga dapat mempertimbangkan untuk mengaitkannya dengan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5).

4. School-Based Social and Emotional Learning (SEL) Programs

Program ini dirancang untuk mendorong pengembangan lima kompetensi sosial-emosional untuk memberikan landasan bagi penyesuaian dan kinerja akademik siswa yang lebih baik, yang dapat menghasilkan perilaku sosial yang lebih positif, lebih sedikit masalah perilaku, dan lebih sedikit tekanan emosional (Durlak, et al, 2011). Latihan ini dinilai efektif dalam mengurangi masalah tingkah laku siswa dan stres emosional, termasuk perilaku perundungan (Durlak, et al, 2011).

Pembelajaran sosial-emosional adalah proses siswa memperoleh dan menerapkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang terkait dengan lima rangkaian kompetensi sosial-emosional yang saling terkait: (1) kesadaran diri, (2) manajemen diri, (3) kesadaran sosial, (4) keterampilan menjalin hubungan, dan (5) pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Program ini berbasis sekolah yang bersifat universal dan dirancang untuk mendorong pengembangan kompetensi inti ini, dan mengajarkan siswa untuk memahami dan mengelola emosi, menetapkan dan mencapai tujuan, merasakan dan menunjukkan empati, membangun dan memelihara hubungan, dan membuat keputusan yang bertanggung jawab (CASEL, 2014).

Program SEL berbasis sekolah yang universal menargetkan semua siswa di sekolah, dan tidak hanya mereka yang menunjukkan perilaku bermasalah. Program SEL telah dilaksanakan di sekolah dasar, menengah, dan atas.

Dalam lingkungan sekolah, program SEL menggabungkan dua strategi pendidikan yang membantu meningkatkan kinerja sekolah dan pengembangan generasi muda. Strategi pertama mengajarkan siswa tentang memproses, mengintegrasikan, dan menerapkan keterampilan sosial dan emosional secara selektif. Keterampilan sosial dan emosional mencakup mengidentifikasi emosi dari isyarat sosial, penetapan tujuan, resolusi konflik, dan pengambilan keputusan. Siswa diajarkan untuk menerapkan keterampilan ini dengan cara yang sesuai dengan perkembangan, kontekstual, dan budaya. Beberapa program mengajarkan siswa untuk menerapkan kompetensi sosial-emosional untuk mencegah terjadinya perilaku bermasalah tertentu, seperti penggunaan narkoba, kekerasan antar siswa, intimidasi, dan kegagalan melanjutkan pendidikan.

Strategi kedua dari program SEL berbasis sekolah melibatkan pengembangan perkembangan kompetensi sosial-emosional siswa dengan menciptakan lingkungan belajar yang aman dan penuh perhatian yang menggabungkan inisiatif teman sebaya dan keluarga, peningkatan manajemen kelas dan praktik pengajaran, dan aktivitas pembangunan komunitas seluruh sekolah. Pendekatan ini memungkinkan siswa untuk merasa dihargai, mengalami motivasi yang lebih besar untuk berprestasi, dan mengembangkan serangkaian kompetensi sosial-emosional yang dapat membawa pada hasil yang positif.

Kedua strategi dalam program SEL ini dapat diterapkan di sekolah di Indonesia, meliputi sekolah dasar dan menengah, untuk mengurangi perundungan. Penelitian Durlak, et al (2011) membuktikan bahwa program SEL mampu menghasilkan perilaku sosial yang lebih positif dan lebih sedikit masalah perilaku, serta dinilai efektif dalam mengurangi masalah tingkah laku siswa dan stres emosional, termasuk perilaku perundungan.

5. SIMPULAN

Perundungan merupakan perilaku intimidasi yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok yang merasa lebih kuat terhadap korban yang lebih lemah secara fisik atau mental. Dengan diintegrasikannya program SEL yang dirancang untuk mendorong pengembangan lima kompetensi sosial-emosional (kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan menjalin hubungan, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab) untuk memberikan landasan bagi penyesuaian dan kinerja akademik siswa yang lebih baik, yang dapat menghasilkan perilaku sosial yang lebih positif, lebih sedikit masalah perilaku, dan lebih sedikit tekanan emosional dapat menjadi solusi agar peristiwa perundungan dapat diminimalisir, hal ini sesuai dengan hasil penelitian Durlak, et al (2011) yang membuktikan bahwa program SEL mampu menghasilkan perilaku sosial yang lebih positif dan lebih sedikit masalah perilaku, serta dinilai efektif dalam mengurangi masalah tingkah laku siswa dan stres emosional, termasuk perilaku perundungan.

6. DAFTAR RUJUKAN

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review*, 84(2), 191-215.
- CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning). 2014. "What is Social and Emotional Learning?" Chicago, Ill.: CASEL.
- Divecha, D., & Brackett, M. (2020). Rethinking school-based bullying prevention through the lens of social and emotional learning: A bioecological perspective. *International Journal of Bullying Prevention*, 2(2), 93-113.
- 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., Kessler, R., SchwabStone, M. E., & Shriver, T. P. 1997. *Promoting Social and Emotional Learning*, Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Elias, M. J. & Schwab, Y. 2006. *From Compliance to Responsibility: Social and Emotional Learning and Classroom Management*. dalam C. Evertson & C. S. Weinstein (Eds.) *Handbook for Classroom Management: Research, Practice and Contemporary Issues*, Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum
- Espelage, D. L., Low, S., Polanin, J. R., & Brown, E. C. (2013). The impact of a middle school program to reduce aggression, victimization, and sexual violence. *Journal of Adolescent Health*, 53(2), 180-186.
- Espelage, D. L., Rose, C. A., & Polanin, J. R. (2015). Social-emotional learning program to reduce bullying, fighting, and victimization among middle school students with disabilities. *Remedial and special education*, 36(5), 299-311.
- Fraser, M. W. (1997). *Risk and resilience in childhood: An ecological perspective*. Washington, DC: NASW press.
- Goleman, D., 2001. *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Raya
- Gardner, H. (1993). *Multiple intelligences: The theory in practice*. Basic books.
- Nickerson, A. B., Fredrick, S. S., Allen, K. P., & Jenkins, L. N. (2019). Social emotional learning (SEL) practices in schools: Effects on perceptions of bullying victimization. *Journal of school psychology*, 73, 74-88.
- Kusumardi, Adi. 2014. Strategi Pembelajaran Sosial Emosional dalam Pencegahan Perundungan, Bullying pada Kurikulum Merdeka. *Lenternal: Learning and Teaching Journal*: 5(1), 10-26.
- Rahmatullah, A. S., & Azhar, M. (2020). Pendidikan Dini Sadar Virus Bullying Di Sekolah Atau Madrasah. *Jurnal Abdidas*, 1(4), 261-276.
- Smith, B. H., & Low, S. (2013). The role of social-emotional learning in bullying prevention efforts. *Theory into practice*, 52(4), 280-287.
- Swearer, S. M., Espelage, D. L., & Napolitano, S. A. (2012). *Bullying prevention and intervention: Realistic strategies for schools*. Guilford press.
- Trimurtini, Muslikah, Kurniana Bektiningsih, Florentina Widihastrini, and Sri Susilaningsih. 2020. Optimalisasi Pelayanan Pembelajaran Bagi Anak Slow Learner Dan Pencegahan Perundungan Di Sekolah Inklusi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3(2): 12-20.
- Whitted, K. S., & Dupper, D. R. (2005). Best practices for preventing or reducing bullying in schools. *Children & Schools*, 27(3), 167-175.

- Yang, C., Chan, M. K., & Ma, T. L. (2020). School-wide social emotional learning (SEL) and bullying victimization: Moderating role of school climate in elementary, middle, and high schools. *Journal of school psychology, 82*, 49-69.
- Mardhiyyah, R., Maryam, Lady, Fajriana, A. D., Firmansyah, H. F., Ilham, Faktkhurrahman, & , Fatmasari Lubis, S.T., M. T. (2022). Pencegahan Perundungan / Bullying Terhadap Anak. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 2-6.
- Nugroho, S., Handoyo, S., & Hendriani, W. (2020). Identifikasi Faktor Penyebab Perilaku Bullying di Pesantren: Sebuah Studi Kasus. *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan, 17(2)*, 1-14. [https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2020.vol17\(2\).5212](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2020.vol17(2).5212)
- Widiastuti, S. (2021). Pembelajaran Sosial Emosional dalam Domain Pendidikan: Implementasi dan Asesmen. *7(4)*, 964-972. <http://dx.doi.org/10.58258/jupe.v7i4.4427>
- Avandra, R. Neviyami, s., Irdamurni., (2023) Pembelajaran Sosial Emosional Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik di Sekolah Dasar. *9(2)*, 5560-5570. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.1314>
- Nuraeni, I., Kholilah, M.K., Ani, N., Lestari, R., Rostika, D., (2023) Mengintegrasikan Pembelajaran Sosial dan Emosional pada Pembelajaran di Sekolah Dasar. *7 (2)*, 449-458. https://doi.org/10.36841/cermin_unars.v7i2.3901
- Yuliandri, B., S., Wijaya, H., E., (2021) Social Emotional Learning (SEL) to Reduce Student Academic Stress during the COVID-19 Pandemic., *1(1)*, 1-8.