

PENERAPAN PEMBELAJARAN SOSIAL EMOSIAONAL UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR: SEBUAH KAJIAN LITERATUR

Dina Ika Tsary^{1*}, Hayuni Retno Widarti²

¹PPG Pascasarjana

²Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

*Corresponding author, email: dina.ika.2331297@students.um.ac.id

doi: 10.17977/um065.v4.i9.2023.16

Kata kunci Keywords

Pembelajaran sosial-emosional
CASEL
Kompetensi sosial-emosional
Hasil belajar

Abstrak

Pembelajaran sosial-emosional merupakan sebuah kerangka kerja yang dikembangkan oleh Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran sosial-emosional mampu memberikan dampak positif terhadap prestasi akademik atau hasil belajar peserta didik. Sehingga, pembelajaran sosial-emosional dapat menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik. Kelebihan dari pembelajaran sosial-emosional ini bukan hanya hasil belajar yang ditingkatkan, tetapi berbagai aspek lain pun dapat dipengaruhi secara signifikan. Pada penerapannya di sekolah, pembelajaran sosial-emosional ini dapat menggunakan program seperti Social Decision Making and Social Problem Solving (SDM/SPS) dan The Resolving Conflict Creatively Program (RCCP).

Abstract

Social-emotional learning (SEL) is a framework developed by the Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). Various studies have shown that social-emotional learning can positively impact students' academic performance or learning outcomes. Consequently, social-emotional learning can serve as an alternative approach to enhancing students' learning outcomes. The advantages of social-emotional learning extend beyond improved learning outcomes, as it can significantly influence various other aspects. In its implementation in schools, social-emotional learning can utilize programs such as Social Decision Making and Social Problem Solving (SDM/SPS) and The Resolving Conflict Creatively Program (RCCP).

1. Pendahuluan

Pembelajaran sosial-emosional mulanya adalah sebuah istilah yang digunakan untuk mempromosikan upaya pencegahan dan kesehatan mental (Greenberg, et al, 2003). *Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL)* adalah organisasi yang secara khusus mempromosikan tujuan dari pembelajaran sosial-emosional hingga saat ini (Gueldner, et al, 2020). CASEL berperan sebagai penyusun strategi, kolaborator, penyelenggara, dan pendukung bagi individu dan organisasi yang memprioritaskan dalam mempromosikan perkembangan sosial-emosional dan performa akademik yang dimiliki oleh anak-anak (Weissberg, et al, 2015). CASEL juga merancang sebuah kerangka pembelajaran sosial-emosional yang dapat digunakan pada seluruh jenjang pendidikan (Weissberg & Cascarino, 2013) sehingga pembelajaran sosial-emosional dapat diterapkan di lingkungan pendidikan.

Pembelajaran sosial-emosional di lingkungan pendidikan dapat diimplementasikan pada tingkat sekolah maupun tingkat kelas (Weissberg, et al, 2015). Pada tingkat sekolah, pembelajaran sosial-emosional biasanya diwujudkan dalam bentuk kebijakan, praktik, dan struktur yang berkaitan dengan lingkungan belajar dan dukungan yang diberikan kepada peserta didik (Meyers, et al). Pada tingkat kelas, pembelajaran sosial-emosional dilaksanakan dengan melibatkan seluruh peserta didik dengan mengajarkan dan mencontohkan kompetensi sosial-emosional, menyediakan kesempatan bagi peserta didik untuk melatih dan mengasah kompetensi tersebut, dan memberi mereka kesempatan untuk mengimplementasikannya dalam berbagai kondisi (Weissberg, et al, 2015). Keberadaan keluarga peserta didik dan kerjasama dengan masyarakat di lingkungan sekitar sekolah dapat pula meningkatkan pengaruh pembelajaran sosial-emosional pada peserta didik ketika mereka berada di luar lingkungan sekolah (Weissberg, et al, 2015). Anggota masyarakat maupun organisasi dapat mendorong usaha pihak sekolah, terutama dalam memberikan kesempatan untuk mengasah dan menerapkan berbagai kompetensi sosial-emosional (Weissberg, et al, 2015). Kerjasama antara pihak sekolah, keluarga, dan masyarakat sekitar menjadi signifikan dalam keberhasilan pembelajaran sosial-emosional pada peserta didik.

Koordinasi yang baik antara sekolah, keluarga, dan masyarakat dalam pembelajaran sosial-emosional bagi peserta didik dapat memberikan berbagai keuntungan (Zins, 2004; Gueldner, et al, 2020). Tiga bidang utama yang memperoleh keuntungan dari penerapan pembelajaran sosial-emosional adalah dari segi sikap, perilaku, dan kinerja peserta didik di sekolah (Gueldner, et al, 2020). Program pembelajaran sosial-emosional terbukti layak dan efektif dalam berbagai konteks pendidikan di banyak negara di dunia dan menghasilkan keuntungan yang positif bagi peserta didik yang terlibat dari segi hasil akademik dan perilaku (Mahoney, et al, 2018). Berdasarkan hasil penelitian Panayiotou, et al (2019), hasil akademik peserta didik mengalami peningkatan karena dipengaruhi oleh pembelajaran sosial-emosional yang memberi dampak positif bagi kesehatan mental mereka. Jadi, pembelajaran sosial-emosional tidak hanya memainkan peran penting dalam mempengaruhi hasil non-akademik, tetapi juga memiliki peran penting dalam meningkatkan kinerja akademik peserta didik (Zins, 2004).

Berdasarkan pemaparan di atas, pembelajaran sosial-emosional memiliki peran yang penting pada bidang akademik peserta didik. Sehingga, pembelajaran sosial-emosional dapat menjadi pertimbangan untuk diimplementasikan dan diintegrasikan dengan mata pelajaran di sekolah, terutama pada mata pelajaran dengan hasil belajar yang rendah. Penerapan pembelajaran sosial-emosional akan membutuhkan kerjasama dari berbagai pihak dan penyesuaian dengan kurikulum serta budaya sekolah.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian studi literatur dengan mengkaji sebanyak 14 jurnal yang memiliki keterkaitan antara pembelajaran sosial-emosional dan hasil belajar peserta didik. Hasil dari beberapa referensi yang sudah dikaji digunakan untuk menemukan bagaimana pembelajaran sosial-emosional dapat diimplementasikan dan diintegrasikan dengan mata pelajaran untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik.

3. Hasil dan Pembahasan

Istilah pembelajaran sosial-emosional diciptakan oleh sekelompok peneliti, pendidik, dan pembela anak yang menghadiri pertemuan tahun 1994 yang diselenggarakan oleh *Fetzer Institute* dengan tujuan untuk memajukan upaya pencegahan gangguan kesehatan mental (Greenberg, et al, 2003). Istilah ini diperkenalkan sebagai sebuah kerangka konseptual untuk mempromosikan kompetensi sosial, emosional, dan akademik anak-anak dan untuk menjalin kerjasama dengan

sekolah-keluarga-masyarakat untuk mencapai tujuan tersebut (Elias, et al, 1997). Beberapa individu yang menjadi bagian dari kelompok tersebut kemudian menjadi pemain kunci dalam mendirikan CASEL, sebagai suatu organisasi dengan misi untuk membantu pembelajaran sosial-emosional berbasis bukti sebagai bagian penting dalam pendidikan dari jenjang pra-sekolah hingga sekolah tinggi (Weissberg, et al, 2015). CASEL, hingga saat ini, merupakan organisasi paling berpengaruh di dunia dalam mempromosikan tujuan pembelajaran sosial-emosional (Gueldner, et al, 2020). Selama 30 tahun, CASEL telah berperan sebagai penyusun strategi, kolaborator, penyelenggara, dan pendukung bagi individu maupun organisasi yang memprioritaskan untuk memajukan perkembangan sosial-emosional dan performa akademik yang dimiliki oleh anak-anak (Weissberg, et al, 2015).

Tidak ada definisi atau penjelasan resmi terkait pembelajaran sosial-emosional (Gueldner, et al, 2020). Meskipun demikian, Gueldner, et al (2020), meyakini bahwa definisi terkait pembelajaran sosial-emosional penting dalam menentukan parameter kerja sehingga pembelajaran sosial-emosional lebih mudah untuk dipahami dan memutuskan bahwa definisi yang sesuai adalah “melalui pembelajaran di kelas yang sesuai dengan perkembangan dan budaya serta penerapan pembelajaran dalam situasi sehari-hari, program pembelajaran sosial-emosional membangun keterampilan anak-anak untuk mengenali dan mengelola emosi mereka, menghargai perspektif orang lain, menetapkan tujuan positif, membuat keputusan yang bertanggung jawab, dan menangani situasi antar individu” (Greenberg, et al, 2003). Definisi lainnya adalah “pembelajaran sosial emosional adalah proses kita belajar mengenali dan mengelola emosi, peduli terhadap orang lain, mengambil keputusan yang baik, berperilaku etis dan bertanggung jawab, membina hubungan positif, dan menghindari perilaku negatif” (Zins, et al, 2004).

Pembelajaran sosial-emosional meningkatkan kapasitas peserta didik dalam mengintegrasikan kognitif, afektif, dan perilaku untuk menghadapi tugas dan tantangan sehari-hari secara efektif (Elias, et al, 1994). Lima kompetensi sosial-emosional yang dicanangkan oleh CASEL meliputi pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang terdiri dari kompetensi intrapersonal, interpersonal, dan kognitif (Hilton & Pellegrino, 2012). Lima kompetensi sosial-emosional tersebut adalah sebagai berikut (Weissberg, et al, 2015).

1. Kompetensi kesadaran diri meliputi pemahaman emosi diri, tujuan personal, dan nilai diri. Kompetensi ini juga meliputi menilai kekuatan dan keterbatasan diri, memiliki pola pikir yang positif, dan mempunyai optimisme atas diri sendiri. Kesadaran diri tingkat tinggi membutuhkan kemampuan untuk menyadari bagaimana pikiran, perasaan, dan tindakan saling berhubungan.
2. Kompetensi manajemen diri membutuhkan keterampilan dan sikap yang memfasilitasi kemampuan untuk meregulasi atau mengatur perasaan dan perilaku. Kompetensi ini meliputi kemampuan untuk menahan rasa gembira yang berlebihan, mengatur stres, mengontrol impuls, dan bertahan melalui tantangan dengan harapan dapat mencapai tujuan personal maupun pendidikan.
3. Kompetensi kesadaran sosial melibatkan kemampuan untuk mengambil perspektif pada hal-hal dengan latar belakang dan budaya yang berbeda dan untuk berempati. Kompetensi ini juga melibatkan pemahaman norma-norma sosial dan menyadari sumber daya dan dukungan dari keluarga, sekolah, serta masyarakat.
4. Keterampilan sosial menyediakan hal-hal yang dibutuhkan oleh anak-anak dalam membangun dan mempertahankan hubungan yang sehat dan menguntungkan, dan bertindak sesuai dengan norma yang berlaku. Kompetensi ini melibatkan komunikasi dengan jelas, bekerja sama, menolak tekanan sosial yang tidak pantas, bernegosiasi terkait konflik dengan cara konstruktif, dan meminta bantuan ketika dibutuhkan.
5. Pengambilan keputusan yang bertanggung jawab adalah suatu kompetensi yang memerlukan pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang dibutuhkan untuk membuat

pilihan-pilihan konstruktif terkait sikap personal dan interaksi sosial dalam latar yang beragam. Kompetensi ini membutuhkan kemampuan untuk mempertimbangkan standar etik, masalah keamanan, norma yang sesuai untuk perilaku yang berisiko, membuat evaluasi yang realistis atas konsekuensi dari berbagai aksi, serta mempertimbangkan kesehatan dan kesejahteraan diri maupun orang lain.

Pembelajaran sosial emosional memiliki dampak yang bervariasi dalam hal pencapaian akademik, namun di masa lalu banyak peneliti tidak mengevaluasi hasil tersebut (Zins, et al, 2004). Meskipun demikian, salah satu penelitian mengenai hubungan antara pembelajaran sosial-emosional dan kinerja akademik menyimpulkan bahwa dasar penelitian tersebut cukup kuat sehingga “tugas penting bagi sekolah dan guru adalah mengintegrasikan pengajaran keterampilan akademis dan sosial-emosional dalam pembelajaran di kelas” (Hawkins, 1997).

Saat ini menjadi lebih umum untuk mengatasi masalah akademis dan masalah sosial-emosional, serta mengukur hasil dari upaya tersebut (Zins, et al, 2004). Dalam tinjauan CASEL (2003) terhadap 80 program yang tersedia, 34% menyertakan metode untuk mendorong integrasi pembelajaran sosial-emosional dengan kurikulum akademik dan praktik pengajaran. Misalnya, beberapa program mendorong siswa untuk menerapkan keterampilan sosial-emosional, seperti penetapan tujuan untuk meningkatkan kebiasaan belajar mereka, menekankan integrasi pembelajaran sosial-emosional dengan materi pelajaran akademis dengan menyediakan pilihan literatur yang memerlukan penggunaan keterampilan penyelesaian masalah untuk menyelesaikan perselisihan antar tokoh dalam novel, dan mempromosikan praktik pengajaran seperti pembelajaran kooperatif dan manajemen kelas yang efektif. Semua pendekatan ini dapat memberikan dampak positif terhadap kinerja akademik, terutama pendekatan yang mengharuskan guru memperoleh dan menggunakan teknik pengajaran yang lebih efektif; 83% dari program tersebut menghasilkan keuntungan akademis. Selain itu, 12% dari program yang tidak secara spesifik menargetkan kinerja akademik terbukti berdampak pada prestasi akademik. Namun, angka ini mungkin akan lebih tinggi jika lebih banyak dari program-program tersebut yang menilai hasil akademis secara sistematis, karena program-program ini menyumbang 40% dari program pembelajaran sosial-emosional yang menghasilkan keuntungan akademis.

Selain memberikan keuntungan akademis bagi peserta didik, pembelajaran sosial-emosional memberi dampak positif terhadap kesehatan mental mereka (Panayiotou, et al, 2019). Tiga bidang utama yang memperoleh keuntungan dari penerapan pembelajaran sosial-emosional adalah dari segi sikap, perilaku, dan kinerja peserta didik di sekolah (Gueldner, et al, 2020). Program pembelajaran sosial-emosional terbukti layak dan efektif dalam berbagai konteks pendidikan di banyak negara di dunia dan menghasilkan keuntungan yang positif bagi peserta didik yang terlibat bukan hanya dari segi hasil akademik, namun juga perilaku (Mahoney, et al, 2018). Penerapan pembelajaran sosial-emosional dapat digunakan sebagai alternatif dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik, sekaligus memiliki keuntungan dalam berbagai aspek. Strategi pembelajaran sosial-emosional yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar adalah sebagai berikut.

3.1. Social Decision Making and Social Problem Solving (SDM/SPS)

Struktur program SDM/SPS meliputi hal-hal berikut (Elias, 2004).

- Memperkenalkan konsep keterampilan dan motivasi belajar; presentasi keterampilan dalam komponen perilaku yang konkrit.
- Memodelkan komponen perilaku dan memperjelas konsep melalui deskripsi dan contoh perilaku ketika tidak menggunakan keterampilan.
- Memberikan kesempatan untuk mempraktikkan keterampilan dalam aktivitas yang menyenangkan untuk memungkinkan umpan balik dan penguatan yang bersifat korektif sampai penguasaan keterampilan.

- Memberi label pada keterampilan dengan perintah atau isyarat, untuk membentuk “bahasa bersama” yang dapat digunakan untuk menyebut keterampilan tersebut dalam situasi lain di masa depan.
- Memberikan tugas latihan keterampilan di luar pembelajaran terstruktur.
- Menyediakan kegiatan tindak lanjut dan cara menggunakan petunjuk dalam bidang konten akademik dan situasi interpersonal sehari-hari.

3.2. The Resolving Conflict Creatively Program (RCCP)

Menurut Brown, et al. (2004), RCCP dimulai dengan komponen intinya: pengembangan profesional guru untuk mendukung mereka dalam memberikan pembelajaran reguler di kelas berdasarkan kurikulum RCCP. Pengembangan profesional meliputi: (1) kursus 25 jam untuk memperkenalkan guru pada konsep dan keterampilan dalam pembelajaran sosial dan emosional, dengan fokus pada resolusi konflik dan pendidikan keberagaman, dan pendekatan interaktif RCCP dalam mengajarkan keterampilan ini kepada anak-anak; dan (2) pembinaan kelas reguler oleh staf pengembang (umumnya 10 kunjungan kelas untuk setiap guru selama satu tahun ajaran). Pengajaran reguler dirancang untuk berarti setidaknya satu pelajaran dari kurikulum RCCP setiap minggunya. Durasi pelajaran bervariasi dari 20 menit hingga 1 jam tergantung usia siswa. Pengembang staf RCCP juga membantu guru mengintegrasikan ide dan keterampilan pembelajaran sosial dan emosional, ke dalam bidang kurikulum lainnya (seperti seni bahasa dan ilmu sosial) dan sepanjang hari sekolah. Selama bertahun-tahun, RCCP telah menambahkan komponen-komponen lain, termasuk mediasi sejawat, pelatihan untuk orang tua, pelatihan untuk administrator, dan pelatihan untuk pelatih untuk membangun kapasitas lokal. Panduan pengajaran RCCP menyediakan aktivitas interaktif sesuai usia yang dirancang untuk mengembangkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam berbagai topik yang berkaitan dengan pembelajaran sosial dan emosional, termasuk mendengarkan secara aktif, bersikap tegas, dan menangani perasaan.

Menurut Weissberg, et al. (2015), terdapat beberapa agenda yang dapat dilakukan untuk masa depan pembelajaran sosial-emosional. Agenda pertama yang dapat dilaksanakan adalah meningkatkan kualitas pembelajaran sosial-emosional. Meskipun sebagian besar program pembelajaran sosial-emosional telah memberikan hasil yang sukses, namun kita tetap perlu meningkatkan kualitasnya. Untuk mewujudkannya, kita dapat menyelidiki faktor-faktor penting yang menjadi kunci kesuksesan dari program-program sebelumnya dan berusaha meningkatkannya pada program-program lainnya. Agenda kedua adalah menyebarluaskan pembelajaran sosial-emosional agar mampu menjangkau wilayah yang lebih luas sehingga setiap peserta didik dapat mengikuti program ini dan turut menerima dampak positif dari program ini. Agenda terakhir adalah pemanfaatan potensi dari teknologi yang senantiasa mengalami kemajuan di masa depan. Pembelajaran sosial-emosional dapat diimplementasikan dengan menggunakan teknologi. Proses penilaian kompetensi sosial-emosional juga dapat dilakukan dengan bantuan teknologi.

4. Kesimpulan

Pembelajaran sosial-emosional terbukti membawa banyak pengaruh positif pada peserta didik. Salah satu dampak positif tersebut adalah prestasi akademik atau hasil belajar siswa. Terdapat beberapa program pembelajaran sosial-emosional yang dapat digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa, yakni program SDM/SPS dan RCCP. Di masa depan, kita perlu senantiasa melakukan inovasi terkait pembelajaran sosial-emosional, seperti melalui peningkatan kualitas, penyebarluasan ke berbagai daerah, dan pemanfaatan penggunaan teknologi.

Daftar Rujukan

- [1] Brown, J. L., Roderick, T., Lantieri, L. I. N. D. A., & Aber, J. L. (2004). *The Resolving Conflict Creatively Program: A school-*

based social and emotional learning program. Building academic success on social and emotional learning: What does the research say, 151-169.

- [2] Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. (2003). *Safe and sound: An educational leader's guide to evidence-based social and emotional learning programs*. Chicago: Author.
- [3] Elias, M. J., Weissberg, R. P., Hawkins, J. D., Perry, C. L., Zins, J. E., Dodge, K. A., ... & Wilson-Brewer, R. (1994). The school-based promotion of social competence: Theory, research, practice, and policy. *Stress, risk and resilience in children and adolescence: Processes, mechanisms, and interventions*, 269-315.
- [4] Elias, M., Zins, J. E., & Weissberg, R. P. (1997). *Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators*. Ascd.
- [5] Elias, M. J. (2004). Strategies to infuse social and emotional learning into academics. *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say*, 113-134.
- [6] Greenberg, M. T., Weissberg, R. P., O'Brien, M. U., Zins, J. E., Fredericks, L., Resnik, H., & Elias, M. J. (2003). Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning. *American psychologist*, 58(6-7), 466.
- [7] Gueldner, B. A., Feuerborn, L. L., & Merrell, K. W. (2020). *Social and emotional learning in the classroom: Promoting mental health and academic success*. Guilford Publications.
- [8] Hilton, M. L., & Pellegrino, J. W. (Eds.). (2012). *Education for life and work: Developing transferable knowledge and skills in the 21st century*. National Academies Press.
- [9] Mahoney, J. L., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2018). An update on social and emotional learning outcome research. *Phi Delta Kappan*, 100(4), 18-23.
- [10] Meyers, D., Gil, L., Cross, R., Keister, S., Domitrovich, C. E., & Weissberg, R. P. CASEL guide for schoolwide social and emotional learning. Chicago: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.
- [11] Panayiotou, M., Humphrey, N., & Wigelsworth, M. (2019). An empirical basis for linking social and emotional learning to academic performance. *Contemporary Educational Psychology*, 56, 193-204.
- [12] Weissberg, R. P., & Cascarino, J. (2013). Academic learning + social-emotional learning = national priority. *Phi Delta Kappan*, 95(2), 8-13.
- [13] Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., & Gullotta, T. P. (2015). *Social and emotional learning: Past, present, and future*.
- [14] Zins, J. E. (Ed.). (2004). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?*. Teachers College Press.