



Apa Yang Ditunjukkan Hasil Riset Tentang Pembelajaran Sosial Emosional?

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran sosial emosional terbukti memberikan dampak yang positif. Berikut ini adalah beberapa kesimpulan dari artikel yang memaparkan hasil riset yang berkaitan tentang pembelajaran sosial dan emosional.

Artikel berjudul: “Pembelajaran sosial dan emosional untuk kebaikan yang lebih besar: Memperluas lingkaran kepedulian manusia - *Social and emotional learning for the greater good: Expanding the circle of human concern*” (Chowkase, 2023)

Artikel ini menyimpulkan bahwa ketika generasi muda menghadapi tantangan global, penting bagi sekolah untuk memberi mereka lebih dari sekedar alat kognitif. Alat-alat sosial dan emosional juga diperlukan untuk membuat dunia menjadi tempat yang lebih baik. Terlepas dari afiliasi politik atau status sosial ekonomi, kita harus mengakui dampak tindakan kita terhadap orang lain di dunia yang saling terhubung saat ini. Dengan menanamkan sikap kepedulian yang tulus terhadap orang lain, generasi muda dapat membuat keputusan yang bertanggung jawab dan penuh kasih sayang yang berdampak positif pada diri mereka sendiri, orang lain, dan dunia di sekitar mereka. Memperluas wawasan pembelajaran sosial dan emosional ke arah ini akan membekali jutaan generasi muda dengan keterampilan agar dapat berkontribusi secara lebih efektif kepada masyarakat yang lebih luas. Penting untuk fokus tidak hanya pada manfaat pembelajaran sosial emosional bagi individu, namun juga pada perluasan lingkaran kepedulian generasi muda. Dengan melakukan hal ini, para pendidik dapat membantu generasi muda membangun kemampuan untuk peduli terhadap orang lain dan berkontribusi demi kebaikan yang lebih besar.

Artikel berjudul: “Bukti Pembelajaran Sosial dan Emosional: Analisis Meta Kontemporer Intervensi Pembelajaran Sosial Emosional Universal Berbasis Sekolah - *The State of Evidence for Social and Emotional Learning: A Contemporary Meta-Analysis of Universal School-Based SEL Intervention*” (Cipriano C., et.al 2023)

Artikel ini memberikan tinjauan sistematis dari bukti terkini intervensi pembelajaran sosial dan emosional (PSE) universal berbasis sekolah untuk peserta didik di taman kanak-kanak hingga kelas 12 dari tahun 2008 hingga 2020. Sampelnya mencakup 424 penelitian dari 53 negara, yang mencerminkan 252 intervensi PSE universal berbasis sekolah, yang melibatkan 575,361

peserta didik. Hasilnya menunjukkan bahwa, dibandingkan dengan kondisi kontrol, peserta didik



yang berpartisipasi dalam intervensi USB PSE mengalami peningkatan yang signifikan dalam keterampilan, sikap, perilaku, iklim dan keamanan sekolah, hubungan teman sebaya, fungsi sekolah, dan prestasi akademik.

Artikel berjudul: Pembelajaran Sosial Emosional Sebagai Dasar Pendidikan Karakter Anak Usia Dini (Hadi S, 2013)

Artikel ini menyimpulkan bahwa pendidikan karakter adalah penanaman nilai-nilai karakter kepada peserta didik yang meliputi komponen pengetahuan, kesadaran atau kemauan, dan tindakan untuk melaksanakan nilai-nilai tersebut, baik terhadap Tuhan Yang Maha Esa, diri sendiri, sesama, lingkungan, maupun kebangsaan sehingga menjadi manusia yang sempurna.

Pembelajaran sosial dan emosional pada anak merupakan dasar dalam penerapan pendidikan karakter bagi anak usia dini. Aspek sosial emosional anak akan berkembang secara berkelanjutan sejalan dengan proses pengembangan dan stimulasi yang diberikan kepada mereka. **Pembelajaran sosial dan emosional pada anak akan melahirkan kemampuan adaptasi secara kognitif maupun sosial.** Kompetensi-kompetensi sosial seperti kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, kemampuan berelasi dan pembuatan keputusan yang bertanggungjawab yang menjadi fokus pengembangan dalam proses pembelajaran juga berimplikasi pada tertanamnya karakter-karakter unggul dalam konteks sosial maupun konteks lainnya. Dengan metode bermain, modeling, story telling, drama dan lainnya dapat digunakan untuk mengembangkan aspek sosial emosional anak. Yang pada akhirnya akan tumbuh rasa percaya diri, penghargaan pada diri sendiri dan orang lain, berempati pada orang lain dan mampu mengkomunikasikan perasaannya secara tepat. Dan berimplikasi pada tertanam dan terbentuknya karakter-karakter unggul seperti mengenal diri, jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, berkepribadian menarik, mengikuti perubahan, mengambil risiko, mengendalikan diri, bersemangat, kerjasama, adil dan lain sebagainya.

Artikel berjudul: Penularan Stres Mungkin Terjadi di Antara Guru dan Peserta didik



(<https://neurosciencenews.com/education-stress-contagion-4580/>)

Artikel yang dipublikasikan secara daring oleh neurosciencenews.com ini menjelaskan tentang kesimpulan hasil penelitian yang dilakukan oleh Universitas British Columbia tentang hubungan antara kelelahan guru dan stres peserta didik.

Berikut ini adalah terjemahan bebas dari tulisan tersebut.

Penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kelelahan guru dan tingkat kortisol peserta didik, yang merupakan indikator biologis dari stres. Para peneliti mengumpulkan sampel air liur dari lebih 400 anak sekolah dasar dan menguji kadar kortisol mereka. Mereka menemukan bahwa di ruang kelas di mana guru mengalami lebih banyak kelelahan, atau perasaan kelelahan emosional, tingkat kortisol peserta didik meningkat. Tingkat kortisol yang lebih tinggi pada anak-anak sekolah dasar selama ini telah dikaitkan dengan kesulitan belajar serta masalah kesehatan mental.

“Hal ini menunjukkan bahwa penularan stres mungkin terjadi di kelas di antara peserta didik dan guru mereka,” kata Eva Oberle, penulis utama studi dan asisten profesor yang baru ditunjuk di Human Early Learning Partnership (HELP) di sekolah kependudukan dan kesehatan masyarakat UBC.

“Tidak diketahui apa yang terjadi pertama kali – peningkatan kortisol atau kelelahan guru. Kami menganggap hubungan antara stres peserta didik dan guru sebagai masalah siklus di kelas.” Oberle mengatakan iklim kelas yang penuh tekanan dapat disebabkan oleh kurangnya dukungan terhadap guru, yang dapat berdampak pada kemampuan guru dalam mengelola peserta didiknya secara efektif. Ruang kelas yang dikelola dengan buruk dapat menyebabkan

tidak terpenuhinya kebutuhan peserta didik dan meningkatkan stres. Hal ini dapat tercermin pada peningkatan kadar kortisol pada peserta didik. Alternatifnya, stres dapat berasal dari peserta didik, yang mungkin merasa lebih sulit untuk diajar karena meningkatnya kecemasan, masalah perilaku, atau kebutuhan khusus. Dalam skenario ini, guru mungkin merasa kewalahan dan melaporkan tingkat kelelahan yang lebih tinggi. *“Studi kami mengingatkan kita akan masalah sistemik yang dihadapi guru seiring dengan bertambahnya ukuran kelas dan berkurangnya dukungan terhadap guru,”* kata Oberle.



“Jelas dari sejumlah penelitian baru-baru ini bahwa mengajar adalah salah satu profesi yang paling menimbulkan stres, dan guru memerlukan sumber daya dan dukungan yang memadai dalam pekerjaannya untuk melawan kelelahan dan mengurangi stres di kelas,” kata profesor pendidikan UBC, Kimberly, Schonert-Reichl, rekan penulis studi dan direktur HELP. *“Jika kita tidak mendukung guru, kita berisiko mengalami kerugian tambahan bagi peserta didik’.* (diterjemahkan secara bebas)