

**PEMBELAJARAN SOSIAL EMOSIONAL SEBAGAI STRATEGI PENGUATAN
DIMENSI PROFIL LULUSAN DI SEKOLAH DASAR KELAS V SDN 103 KOTA
BENGKULU**

Septa Apriwani¹, Tiara Juliasari², Desy Hanisa Putri³, Jhon Travolta⁴, Neza
Agusdianita⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Bengkulu

1septaapriwani123@gmail.com, 2tiarajuliasari14@gmail.com,
3desyhanisaputri@gmail.com, 4jhontravolta230192@gmail.com,
5nezaagusdianita@unib.ac.id

ABSTRACT

This study aims to describe the implementation of social emotional learning (SEL) as a strategy to strengthen the graduate profile dimensions of fourth-grade students at SDN 103 Kota Bengkulu. The shift in Indonesia's Merdeka Curriculum toward a deep learning approach requires strengthening students' attitudes, character, and psychological well-being, not only their cognitive abilities. This study employed a qualitative case study approach. Data were collected through semi-structured interviews with the classroom teacher and the school principal, participatory classroom observation, and documentation of teaching materials and students' work. Data were analyzed using the Miles and Huberman interactive model, comprising data reduction, data display, and conclusion drawing, with credibility established through source and method triangulation. The findings indicate that the five core SEL competencies, namely self-awareness, self-management, social awareness, relationship skills, and responsible decision-making, have been integrated by the teacher into daily classroom routines through emotional check-ins, class agreements, group work, and end-of-lesson reflection. This implementation contributed to strengthening several graduate profile dimensions, particularly communication, collaboration, independence, health (psychological well-being), and critical reasoning. The study also identified supporting factors, such as principal support and a positive classroom climate, as well as inhibiting factors, including limited instructional time and variation in students' emotional characteristics.

Keywords: *social emotional learning; graduate profile dimensions; elementary school; merdeka curriculum; case study*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi pembelajaran sosial emosional (PSE) sebagai strategi penguatan dimensi profil lulusan pada siswa kelas V SDN 103 Kota Bengkulu. Perubahan Kurikulum Merdeka yang mengarah pada pendekatan pembelajaran mendalam (deep learning) menuntut penguatan aspek sikap, karakter, dan kesejahteraan psikologis peserta didik, tidak hanya aspek kognitif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur dengan guru

kelas dan kepala sekolah, observasi partisipatif terhadap proses pembelajaran di kelas, serta dokumentasi berupa perangkat ajar dan hasil karya siswa. Analisis data dilakukan dengan model interaktif Miles dan Huberman, meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan, yang keabsahannya diperiksa melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi lima kompetensi inti pembelajaran sosial emosional yaitu kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab telah diintegrasikan guru ke dalam rutinitas harian pembelajaran melalui kegiatan pemeriksaan emosi, kesepakatan kelas, kerja kelompok, serta refleksi akhir pembelajaran. Implementasi tersebut berkontribusi terhadap penguatan sejumlah dimensi profil lulusan, khususnya pada aspek komunikasi, kolaborasi, kemandirian, kesehatan (kesejahteraan psikologis), dan penalaran kritis. Penelitian ini juga mengidentifikasi faktor pendukung berupa dukungan kepala sekolah dan iklim kelas yang positif, serta faktor penghambat berupa keterbatasan waktu pembelajaran dan variasi karakteristik emosional siswa.

Kata Kunci: pembelajaran sosial emosional; dimensi profil lulusan; sekolah dasar; kurikulum merdeka; studi kasus

A. Pendahuluan

Pendidikan dasar memiliki peran strategis dalam membentuk fondasi karakter, sikap, dan keterampilan hidup peserta didik sejak usia dini. Kebijakan Kurikulum Merdeka yang kini bertransformasi ke arah pendekatan pembelajaran mendalam (*deep learning*) menegaskan bahwa keberhasilan pendidikan tidak lagi diukur semata dari capaian akademik, melainkan juga dari penguatan dimensi profil lulusan yang meliputi aspek keimanan dan ketakwaan, kewargaan, penalaran kritis, kreativitas, kolaborasi, kemandirian, kesehatan, dan komunikasi. Kedelapan dimensi tersebut

merupakan hasil pengembangan dari enam dimensi Profil Pelajar Pancasila sebelumnya dan dirancang untuk membentuk lulusan yang utuh secara kognitif, afektif, dan sosial (Widagdo, 2025). Dimensi-dimensi tersebut tidak dapat berkembang optimal tanpa adanya penguatan aspek sosial dan emosional peserta didik sebagai fondasi yang mendasarinya.

Pembelajaran sosial emosional (PSE) merupakan proses pembelajaran yang membantu peserta didik memperoleh dan menerapkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang diperlukan untuk memahami dan mengelola emosi, menetapkan dan mencapai tujuan positif, menunjukkan empati terhadap

orang lain, membangun dan mempertahankan hubungan yang positif, serta membuat keputusan yang bertanggung jawab (CASEL, 2020). Sejalan dengan kerangka tersebut, PSE juga dipahami sebagai pendekatan pembelajaran yang mengajarkan regulasi diri, pemantauan diri, dan kemampuan bersosialisasi dalam lingkungan belajar (Nuraeni et al., 2023). Kerangka kompetensi ini umumnya dikelompokkan ke dalam lima kompetensi inti, yaitu kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Kelima kompetensi tersebut sejalan dengan kebutuhan penguatan dimensi profil lulusan pada Kurikulum Merdeka, khususnya pada aspek komunikasi, kolaborasi, kemandirian, dan kesehatan psikologis peserta didik.

Berdasarkan hasil pengamatan awal di SDN 103 Kota Bengkulu, khususnya pada siswa kelas V, ditemukan gejala-gejala seperti sebagian siswa yang masih kesulitan mengelola emosi ketika berselisih pendapat dengan teman, rendahnya rasa percaya diri sebagian siswa saat menyampaikan pendapat di depan

kelas, serta belum optimalnya kerja sama dalam kegiatan kelompok. Temuan awal ini sejalan dengan sejumlah penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa penguatan pembelajaran sosial emosional berkontribusi signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik sekolah dasar (Avandra et al., 2023). Kondisi ini mendorong peneliti yang juga berperan sebagai guru kelas untuk menerapkan dan sekaligus mengkaji pembelajaran sosial emosional sebagai salah satu strategi dalam penguatan dimensi profil lulusan di kelas yang diampu.

Berbeda dengan penelitian-penelitian terdahulu yang banyak mengkaji pembelajaran sosial emosional melalui pendekatan kajian konsep domain dan asesmen secara umum (Widiastuti, 2022) atau melalui integrasi tematik lintas mata pelajaran (Nuraeni et al., 2023), penelitian ini disusun berdasarkan pengalaman langsung peneliti dalam merancang, melaksanakan, dan mengamati penerapan pembelajaran sosial emosional di kelas nyata, sehingga diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih kontekstual dan aplikatif bagi guru sekolah dasar lain yang menghadapi kondisi serupa.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) bagaimana implementasi pembelajaran sosial emosional pada siswa kelas V SDN 103 Kota Bengkulu; (2) bagaimana kontribusi pembelajaran sosial emosional terhadap penguatan dimensi profil lulusan siswa; dan (3) faktor apa saja yang mendukung dan menghambat implementasi pembelajaran sosial emosional tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi pembelajaran sosial emosional, menganalisis kontribusinya terhadap penguatan dimensi profil lulusan, serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat pelaksanaannya di kelas V SDN 103 Kota Bengkulu.

B. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus (*case study*). Pendekatan ini dipilih karena peneliti bermaksud memahami secara mendalam dan kontekstual bagaimana pembelajaran sosial emosional diimplementasikan pada satu kelas tertentu beserta dinamikanya, bukan untuk melakukan

generalisasi pada populasi yang lebih luas.

2. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SDN 103 Kota Bengkulu, tepatnya pada siswa kelas V, pada semester 1 (ganjil) Tahun Pelajaran 2026/2027. Pengumpulan Data dilaksanakan pada tanggal 21 sampai 23 September 2026.

3. Subjek dan Informan Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa kelas V SDN 103 Kota Bengkulu yang berjumlah 29 siswa orang. Informan penelitian terdiri atas guru kelas V, kepala sekolah, dan beberapa siswa kelas V yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan pertimbangan keberagaman karakteristik sosial-emosional.

4. Teknik Pengumpulan Data

- Wawancara semi terstruktur, dilakukan kepada guru kelas, kepala sekolah, dan perwakilan siswa untuk menggali persepsi dan pengalaman terkait pelaksanaan pembelajaran sosial emosional.

- Observasi partisipatif, dilakukan oleh peneliti selama proses pembelajaran berlangsung di kelas untuk mengamati secara langsung

interaksi, sikap, dan perilaku sosial-emosional siswa.

- Dokumentasi, berupa perangkat ajar (modul ajar), foto kegiatan pembelajaran, catatan lapangan, dan hasil karya siswa yang relevan dengan pembelajaran sosial emosional.

5. Instrumen Penelitian

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri (human instrument), yang dibantu dengan pedoman wawancara, lembar observasi, dan alat dokumentasi (kamera/alat perekam).

6. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang terdiri atas tiga tahap, yaitu reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), dan penarikan simpulan/verifikasi (*conclusion drawing/verification*) (Miles & Huberman, 1994). Ketiga tahap tersebut dilakukan secara berulang (*siklikal*) sepanjang proses pengumpulan data berlangsung.

7. Teknik Keabsahan Data

Keabsahan data diperiksa melalui triangulasi sumber (membandingkan data dari guru, kepala sekolah, dan siswa) serta

triangulasi teknik (membandingkan hasil wawancara dengan hasil observasi dan dokumentasi) (Sugiyono, 2019) untuk memastikan konsistensi dan kredibilitas temuan penelitian.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SDN 103 Kota Bengkulu merupakan salah satu sekolah dasar yang telah menerapkan Kurikulum Merdeka dengan pendekatan pembelajaran mendalam. Kelas V yang menjadi lokasi penelitian terdiri atas 29 siswa dengan latar belakang sosial dan karakter yang beragam. Sebelum penelitian ini dilaksanakan, pembelajaran di kelas tersebut masih berfokus pada penguatan aspek akademik, sementara penguatan aspek sosial-emosional belum dilakukan secara terstruktur.

2. Implementasi Pembelajaran Sosial Emosional di Kelas V

Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa implementasi pembelajaran sosial emosional dilakukan guru secara terintegrasi dalam rutinitas pembelajaran harian, bukan sebagai mata pelajaran yang

berdiri sendiri. Berikut adalah uraian implementasi kelima kompetensi inti pembelajaran sosial emosional yang ditemukan di lapangan.

Tabel 1 Implementasi Kelima Kompetensi Inti Pembelajaran Sosial Emosional yang Ditemukan Di Lapangan

Kompetensi PSE	Bentuk Implementasi di Kelas
Kesadaran Diri	Kegiatan "cek emosi pagi" menggunakan kartu emosi/roda perasaan sebelum pembelajaran dimulai, sehingga siswa terbiasa mengenali dan menamai emosi yang dirasakan.
Manajemen Diri	Pembiasaan teknik menenangkan diri sederhana (menarik napas dalam, hitung mundur) yang diperkenalkan guru saat siswa menunjukkan tanda-tanda emosi negatif.
Kesadaran Sosial	Diskusi reflektif tentang perasaan tokoh dalam teks bacaan serta kegiatan saling menghargai pendapat teman dalam diskusi kelompok.
Keterampilan Berelasi	Pembentukan kesepakatan kelas (class agreement) yang disusun bersama siswa di awal semester, serta kerja kelompok heterogen yang membiasakan siswa berkomunikasi dan bekerja sama.
Pengambilan Keputusan yang Bertanggung Jawab	Kegiatan refleksi akhir pembelajaran yang mengarahkan siswa untuk mengevaluasi sikap dan pilihan tindakan mereka selama proses belajar.

Guru kelas menyampaikan bahwa pembiasaan cek emosi pagi pada mulanya menghadapi kendala karena sebagian siswa belum terbiasa mengungkapkan perasaan secara terbuka. Namun, setelah dilakukan secara konsisten, siswa menjadi lebih terbuka dan mampu mengenali kondisi emosinya sendiri sebelum memulai pembelajaran. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian terbaru yang menggunakan instrumen berbasis kerangka CASEL pada siswa sekolah dasar kelas rendah, yang menunjukkan bahwa kesadaran diri (*self-awareness*) dan keterampilan berelasi (*relationship skills*) cenderung menjadi dimensi sosial-emosional yang paling kuat berkembang, sementara manajemen diri (*self-management*) masih menjadi aspek yang paling membutuhkan penguatan (Humeiroh et al., 2025).

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa kesepakatan kelas yang disusun bersama-sama di awal semester menjadi acuan bersama dalam menyelesaikan konflik antarsiswa secara mandiri, tanpa selalu melibatkan campur tangan guru. Hal ini sejalan dengan salah satu prinsip pembelajaran

sosial emosional, yaitu mendorong peserta didik untuk mampu membuat keputusan yang bertanggung jawab atas tindakannya sendiri. Pembentukan kesepakatan kelas sebagai wahana pembelajaran keterampilan berelasi ini juga ditemukan efektif pada penelitian integrasi PSE di sekolah dasar lain, yang menegaskan bahwa kesepakatan kelas dapat menjadi pintu masuk sederhana namun berdampak dalam menumbuhkan regulasi diri siswa (Nuraeni et al., 2023).

3. Kontribusi Pembelajaran Sosial Emosional terhadap Penguatan Dimensi Profil Lulusan

Berdasarkan triangulasi hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, ditemukan bahwa implementasi pembelajaran sosial emosional berkontribusi terhadap penguatan sejumlah dimensi profil lulusan sebagai berikut.

Tabel 2 Implementasi Pembelajaran Sosial Emosional Berkontribusi Terhadap Penguatan Sejumlah Dimensi Profil Lulusan

Dimensi Profil Lulusan	Temuan Kontribusi Pembelajaran Sosial Emosional
Komunikasi	Siswa menunjukkan peningkatan keberanian dalam menyampaikan pendapat dan

Dimensi Profil Lulusan	Temuan Kontribusi Pembelajaran Sosial Emosional
	perasaan secara verbal, baik dalam diskusi kelompok maupun presentasi di depan kelas.
Kolaborasi	Kerja sama dalam kelompok menjadi lebih efektif, ditandai dengan berkurangnya dominasi satu siswa dan meningkatnya pembagian peran yang lebih merata.
Kemandirian	Siswa mulai mampu mengelola emosi dan menyelesaikan tugas maupun konflik sederhana secara mandiri tanpa selalu bergantung pada intervensi guru.
Kesehatan	Iklim kelas menjadi lebih tenang dan suportif; frekuensi konflik antarsiswa yang berujung pada tangisan atau pertengkaran menurun dibandingkan sebelum penerapan pembelajaran sosial emosional.
Penalaran Kritis	Kegiatan refleksi akhir pembelajaran melatih siswa untuk mengevaluasi sikap, pilihan tindakan, dan dampaknya terhadap diri sendiri maupun orang lain.
Kewargaan	Sikap empati dan saling menghargai perbedaan pendapat semakin tampak dalam interaksi sehari-hari di kelas.

Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pembelajaran sosial emosional bukan sekadar program tambahan, melainkan strategi mendasar yang menopang pencapaian dimensi profil lulusan secara menyeluruh, khususnya pada dimensi-dimensi yang berkaitan langsung dengan sikap dan keterampilan hidup peserta didik. Peningkatan keberanian berkomunikasi dan motivasi belajar yang teramati pada penelitian ini juga memperkuat temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan hubungan positif antara pembelajaran sosial emosional dan motivasi belajar peserta didik sekolah dasar (Avandra et al., 2023).

4. Faktor Pendukung dan Penghambat Implementasi

Beberapa faktor pendukung yang teridentifikasi antara lain dukungan penuh dari kepala sekolah dalam bentuk kebijakan dan fasilitas, iklim sekolah yang terbuka terhadap inovasi pembelajaran, serta antusiasme siswa terhadap kegiatan-kegiatan reflektif yang bersifat interaktif. Peran dukungan kepala sekolah dan penguatan ekosistem pembelajaran ini sejalan dengan

kerangka implementasi sistemik pembelajaran mendalam yang menekankan sinergi antara tingkat kelas, satuan pendidikan, dan ekosistem eksternal (Widagdo, 2025). Sementara itu, faktor penghambat yang ditemukan meliputi keterbatasan alokasi waktu pembelajaran di tengah padatnya muatan kurikulum, variasi karakteristik emosional siswa yang membutuhkan pendekatan berbeda-beda, serta belum meratanya pemahaman orang tua mengenai pentingnya pembelajaran sosial emosional di rumah.

5. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam memaknai temuan. Pertama, penelitian dilaksanakan pada satu kelas di satu sekolah dasar sehingga temuan tidak dimaksudkan untuk digeneralisasi pada konteks sekolah lain dengan karakteristik berbeda. Kedua, posisi peneliti sebagai guru kelas yang juga menjadi partisipan-pengamat berpotensi memunculkan bias subjektif dalam interpretasi data, meskipun telah diupayakan mitigasi melalui triangulasi sumber dan teknik. Ketiga, durasi pengamatan yang

terbatas pada satu semester belum dapat menangkap dampak jangka panjang pembelajaran sosial emosional terhadap penguatan dimensi profil lulusan secara menyeluruh.

Keterbatasan-keterbatasan ini membuka ruang bagi penelitian lanjutan dengan desain penelitian tindakan kelas multisiklus atau studi longitudinal pada beberapa sekolah untuk memperkuat generalisasi temuan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran sosial emosional telah diimplementasikan secara terintegrasi dalam rutinitas pembelajaran harian di kelas IV SDN 103 Kota Bengkulu melalui kegiatan pemeriksaan emosi, pembiasaan manajemen diri, kesepakatan kelas, kerja kelompok, dan refleksi akhir pembelajaran. Implementasi tersebut berkontribusi nyata terhadap penguatan dimensi profil lulusan, khususnya pada aspek komunikasi, kolaborasi, kemandirian, kesehatan psikologis, penalaran kritis, dan kewargaan. Faktor pendukung utama adalah dukungan kepala sekolah dan iklim kelas yang positif, sedangkan

faktor penghambat utama adalah keterbatasan waktu dan variasi karakteristik emosional siswa.

Berdasarkan simpulan tersebut, disarankan agar sekolah menyediakan pelatihan berkelanjutan bagi guru mengenai strategi pembelajaran sosial emosional, serta melibatkan orang tua melalui sosialisasi agar penguatan sosial-emosional siswa dapat berlanjut secara konsisten di lingkungan rumah. Rekomendasi ini sejalan dengan kebutuhan penguatan kompetensi pedagogis guru secara berkelanjutan sebagaimana ditekankan dalam kerangka implementasi pembelajaran mendalam di Indonesia (Widagdo, 2025). Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji efektivitas pembelajaran sosial emosional pada jenjang kelas yang berbeda atau dengan desain penelitian tindakan kelas untuk melihat perkembangan dari waktu ke waktu.

DAFTAR PUSTAKA

Avandra, R., Neviyarni S., & Irdamurni. (2023). Pembelajaran sosial emosional terhadap motivasi belajar peserta didik di sekolah dasar. *Didaktik: Jurnal Ilmiah*

- PGSD STIKP Subang, 9(2), 5560-5570.
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2020). *CASEL's SEL framework: What are the core competence areas and where are they promoted? Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*.
- Goleman, D. (2007). *Emotional intelligence: Kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ* (terj.). PT Gramedia Pustaka Utama.
- Humeiroh, N. A., Azzahra, N. S., Fadila, N. D., Mawaddah, N. A., Kamelia, N. D., & Iskandar, S. (2025). Peran guru dalam mengidentifikasi emosi siswa sekolah dasar dan implementasi EmotioNotes sebagai strategi pengelolaan kelas. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 6(2), 4.
- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia. (2025). *Panduan pembelajaran mendalam pada Kurikulum Merdeka*. Kemendikdasmen.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook* (2nd ed.). Sage Publications.
- Nuraeni, I., Kholillah, M., Ani, N., Lestari, R., & Rostika, D. (2023). Mengintegrasikan pembelajaran sosial dan emosional pada pembelajaran di sekolah dasar. *Cermin: Jurnal Penelitian*, 7(2), 449–458.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Widagdo, T. B. (2025). Pandangan konseptual pembelajaran mendalam menuju "transformasi pendidikan". *Jurnal Cerdik: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 4(2), 51–75.
- Widiastuti, S. (2022). Pembelajaran sosial emosional dalam domain pendidikan: Implementasi dan asesmen. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(4), 964–972.