

Mengapa Emosi Siswa SD Tak Boleh Diabaikan: Strategi Guru Mengelola Perkembangan Sosial-Emosional

Mochammad Choirul Umam¹

Universitas Nahdlatul Ulama Blitar, Indonesia

Email: choirulumam1603@gmail.com

Abstrak: Studi kualitatif ini mengkaji ragam emosi yang dialami siswa sekolah dasar dalam proses belajar, bagaimana guru merespons dinamika emosi tersebut, serta mengidentifikasi pendekatan pengajaran yang mendukung perkembangan sosial-emosional anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa mengekspresikan berbagai perasaan seperti kegembiraan, kecemasan, kemarahan, rasa malu, dan kekecewaan, dengan manifestasi yang berbeda antara siswa kelas bawah dan atas. Guru di kelas bawah cenderung menggunakan strategi yang lebih berorientasi emosional, sementara guru di kelas atas lebih sering menerapkan pendekatan kognitif. Meskipun belum menjadi bagian kurikulum yang terstruktur, beberapa pendidik telah mulai menerapkan pembelajaran sosial-emosional. Temuan ini menggarisbawahi urgensi penguatan kompetensi emosional guru serta perlunya integrasi eksplisit Pembelajaran Sosial-Emosional (SEL) dalam kegiatan belajar-mengajar.

Tersedia online di
<https://ojs.unublitar.ac.id/index.php/jtpdm>

Sejarah artikel

Diterima pada: 15 Juli 2025

Disetujui pada: 18 September 2025

Dipublikasikan pada: 30 September 2025

Kata kunci: emosi siswa, pengembangan sosial-emosional, kompetensi guru, pembelajaran sosial-emosional (SEL)

Abstract: This qualitative study explores the range of emotions experienced by elementary school students during learning, how teachers respond to these emotional dynamics, and identifies instructional approaches that foster children's social-emotional development. The findings reveal that students express diverse emotions, including joy, anxiety, anger, shame, and disappointment, with varying manifestations between lower and upper-grade students. Teachers in the lower grades tended to employ more emotionally-oriented strategies, whereas upper-grade teachers more frequently adopted cognitive approaches. Although not yet formally structured within the curriculum, some educators have begun implementing social-emotional learning. These findings underscore the critical importance of strengthening teachers' emotional competence and the necessity for the explicit integration of Social-Emotional Learning (SEL) into the teaching and learning process.

PENDAHULUAN

Pada jenjang pendidikan dasar, pengembangan karakter dan keterampilan sosial-emosional adalah fondasi utama yang harus berjalan beriringan. Sayangnya, banyak sekolah masih menitikberatkan pembelajaran pada aspek kognitif, sehingga dimensi emosional anak kerap terabaikan. Padahal, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kondisi emosional siswa sangat memengaruhi semangat belajar, partisipasi di kelas, dan kualitas interaksi sosial di sekolah (Goleman, 1995; Elias dkk., 1997).

Emosi merupakan bagian tak terpisahkan dari proses pendidikan. Durlak dkk. (2011) membuktikan bahwa integrasi Pembelajaran Sosial-Emosional (SEL) dapat meningkatkan prestasi akademik dan memupuk hubungan sosial yang sehat. Ini mengindikasikan bahwa pengalaman emosional dalam pembelajaran memiliki dampak jangka panjang terhadap pembentukan kepribadian anak.

Masa sekolah dasar adalah tahap penting bagi anak-anak untuk mengembangkan kemampuan mengenali dan mengelola emosi. Dalam konteks ini, Piaget (1952) menyatakan bahwa anak berusia 7-11 tahun, yang berada pada tahap operasional konkret, meskipun sudah mampu memahami perasaan orang lain, tetap memerlukan bimbingan untuk meregulasi emosi mereka sendiri. Dengan demikian, peran guru sangatlah penting sebagai pembimbing emosional, baik melalui interaksi langsung maupun dengan menciptakan lingkungan belajar yang suportif.

Namun, banyak guru belum dibekali cukup pengetahuan tentang pengelolaan emosi siswa. Respons guru terhadap ekspresi emosional anak seringkali spontan dan tanpa pendekatan reflektif. Strategi yang diterapkan cenderung reaktif, seperti teguran instan, alih-alih pendampingan emosional yang mendalam (Permatasari, 2025). Padahal, pendekatan yang berlandaskan kepekaan emosional terbukti dapat mengurangi tekanan psikologis siswa dan meningkatkan keaktifan belajar (Zins dkk., 2004).

Salah satu pendekatan yang relevan adalah model CASEL (2013), yang menggarisbawahi lima kompetensi inti: kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, kemampuan berinteraksi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Model ini dapat diterapkan melalui kegiatan reflektif, permainan kelompok, atau narasi yang menyentuh emosi anak. Meskipun demikian, Farman dan Hamzah (2024) mencatat bahwa pendekatan ini masih belum banyak terintegrasi dalam sistem pembelajaran sekolah dasar di Indonesia.

Melihat berbagai tantangan yang ada, penelitian ini hadir untuk menjelajahi lebih jauh bagaimana emosi siswa bergerak, seperti apa tanggapan para guru terhadapnya, dan mencari tahu metode belajar yang bisa mendukung perkembangan sosial-emosional anak. Dengan berpegang pada kerangka teori perkembangan dari Erikson, Vygotsky, dan Goleman, kami berharap studi ini dapat memperkaya cara kita memahami dan mempraktikkan pendidikan yang benar-benar berfokus pada tumbuh kembang anak secara menyeluruh.

METODE

Studi ini mengadopsi pendekatan kualitatif yang memadukan desain studi kasus dengan elemen etnografi mini. Pendekatan ini dipilih untuk memahami secara mendalam dan alami konteks sosial dan emosional siswa. Kami terlibat langsung dalam proses pembelajaran untuk menangkap dinamika emosional siswa secara otentik. Yin (2014) mendukung penggunaan studi kasus untuk mengeksplorasi fenomena kompleks yang terikat erat dengan konteksnya. Penambahan unsur etnografi mini juga memungkinkan observasi yang lebih partisipatif dan mendalam.

Subjek penelitian melibatkan guru, siswa, dan orang tua dari satu sekolah dasar negeri di Jawa Timur. Pemilihan informan dilakukan secara purposif, mempertimbangkan keberagaman jenjang kelas (kelas rendah dan tinggi) untuk melihat variasi ekspresi emosi dan perbedaan pendekatan guru. Guru yang dilibatkan adalah wali kelas dengan interaksi intensif, siswa dipilih berdasarkan pengamatan guru terhadap ekspresi emosional yang menonjol, dan orang tua dilibatkan untuk melengkapi data dengan perspektif dari lingkungan rumah.

Kami mengumpulkan data melalui tiga metode utama: observasi partisipatif, wawancara semi-terstruktur, dan pencatatan lapangan. Observasi dilakukan langsung di dalam kelas selama jam pelajaran untuk menangkap reaksi emosional siswa secara spontan. Wawancara dilakukan dengan guru, siswa, dan orang tua menggunakan panduan pertanyaan sesuai tujuan penelitian. Catatan lapangan digunakan untuk merekam peristiwa penting yang tidak tertangkap dalam wawancara atau observasi langsung.

Peneliti berperan sebagai instrumen utama, dibantu lembar observasi dan pedoman wawancara untuk menjaga konsistensi data. Untuk menjamin keabsahan temuan, dilakukan triangulasi sumber dan teknik. Data observasi dibandingkan dengan

hasil wawancara dan dokumen pendukung seperti catatan perkembangan siswa atau dokumentasi guru, untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif.

Untuk menganalisis data, kami menggunakan pendekatan tematik berdasarkan panduan Braun dan Clarke (2006). Tahapan analisisnya meliputi pengenalan data, pengkodean, identifikasi dan peninjauan tema, penamaan, hingga penulisan hasil. Proses ini bersifat siklus dan reflektif, memastikan tema-tema utama terkait emosi siswa, respons guru, dan strategi SEL dalam kelas tergambar secara akurat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Bentuk-Bentuk Emosi yang Muncul pada Siswa Selama Pembelajaran

Berdasarkan pengamatan langsung di kelas serta wawancara dengan guru, siswa, dan orang tua, terlihat jelas bahwa berbagai emosi mewarnai pengalaman belajar siswa sekolah dasar. Emosi seperti gembira, gugup, malu, kesal, dan kecewa sering muncul dalam berbagai situasi. Misalnya, rasa senang biasanya terlihat ketika siswa berhasil menyelesaikan tugas, mendapat pengakuan dari guru, atau berpartisipasi dalam kegiatan kelompok yang menyenangkan. Sebaliknya, kecemasan dan rasa malu seringkali muncul saat mereka harus tampil di depan kelas atau terlibat dalam situasi kompetitif yang membutuhkan keberanian individu.

Menariknya, siswa di kelas bawah (rendah) cenderung mengekspresikan emosi mereka secara lebih terbuka dan jujur, seperti menangis ketika kecewa atau tertawa spontan saat senang. Sementara itu, siswa di kelas atas (tinggi) mulai menunjukkan kemampuan mengendalikan emosi, meskipun ekspresi wajah atau bahasa tubuh masih mengisyaratkan suasana hati mereka. Hal ini konsisten dengan tahapan perkembangan kognitif Piaget, di mana anak-anak pada usia operasional konkret mulai memahami perspektif orang lain namun masih membutuhkan bimbingan dalam meregulasi perasaan secara mandiri.

2. Respons Guru terhadap Emosi Siswa

Guru di kelas rendah umumnya menunjukkan respons yang lebih hangat dan afektif. Mereka memberikan perhatian emosional melalui ucapan menenangkan, pelukan, atau pujian yang membangun rasa percaya diri anak. Pendekatan ini mencerminkan kepedulian guru terhadap kenyamanan psikologis anak selama belajar.

Di sisi lain, guru kelas tinggi lebih sering melibatkan siswa dalam dialog dan refleksi tentang pengalaman emosional mereka. Meskipun pendekatan ini lebih berfokus pada aspek kognitif, hal ini menunjukkan adanya upaya untuk membina regulasi emosi dan kemampuan berpikir reflektif siswa.

Namun, secara umum terlihat bahwa guru masih banyak mengandalkan naluri dan pengalaman pribadi dalam menanggapi emosi siswa. Minimnya pelatihan formal mengenai manajemen emosi membuat strategi guru belum sepenuhnya berlandaskan kerangka teoretis yang kuat. Akibatnya, banyak guru yang cenderung reaktif daripada proaktif dalam mendampingi siswa saat menghadapi gejala emosi (Permatasari, 2025).

3. Strategi Pembelajaran yang Mendukung Perkembangan Sosial-Emosional

Meskipun belum menjadi bagian eksplisit dari kurikulum, beberapa guru telah mulai menerapkan pendekatan pembelajaran yang menyentuh aspek sosial-emosional siswa. Kegiatan seperti diskusi reflektif setelah pelajaran, permainan kolaboratif yang menumbuhkan empati, serta penggunaan cerita bermoral, telah dimanfaatkan sebagai media untuk menstimulasi kesadaran emosi dan hubungan sosial.

Strategi ini selaras dengan model Pembelajaran Sosial-Emosional (SEL) dari CASEL (2013) yang menekankan lima kompetensi inti: kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan menjalin hubungan, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Dalam praktiknya, pendekatan ini lebih dominan diterapkan di kelas rendah, namun belum terintegrasi secara sistemis ke dalam RPP atau tujuan pembelajaran yang eksplisit.

Seperti diungkapkan oleh Farman dan Hamzah (2024), dominasi orientasi akademik masih menjadi penghambat utama dalam adopsi strategi sosial-emosional

secara menyeluruh. Konsekuensinya, aspek perkembangan emosi siswa seringkali tersisihkan dari fokus utama pembelajaran.

4. Implikasi terhadap Perkembangan Teori dan Praktik Pendidikan

Temuan penelitian ini memperkuat pandangan bahwa emosi memiliki pengaruh signifikan terhadap keterlibatan dan keberhasilan siswa dalam belajar. Emosi tidak hanya memengaruhi interaksi mereka dengan materi pelajaran, tetapi juga dinamika hubungan sosial di kelas. Dalam hal ini, guru memainkan peran krusial dalam mengenali dan mengelola emosi tersebut secara bijaksana.

Namun, keterbatasan dalam pelatihan profesional dan pemahaman teoretis membuat pendekatan yang digunakan guru belum optimal. Hal ini menunjukkan urgensi untuk menyediakan program pengembangan profesional yang menekankan pada kecerdasan emosional dan kemampuan membimbing siswa dalam ranah sosial-emosional.

Dari sisi teoretis, hasil penelitian ini mendukung pendekatan pendidikan yang menyeluruh dan berpusat pada anak (holistik-humanistik), sejalan dengan pemikiran Erikson, Vygotsky, dan Goleman. Penelitian ini juga menegaskan pentingnya integrasi pembelajaran sosial-emosional secara eksplisit dalam kurikulum, guna membangun lingkungan belajar yang aman, mendukung pertumbuhan karakter, dan meningkatkan kesiapan siswa menghadapi tantangan kehidupan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa dimensi emosional adalah inti dari pengalaman belajar siswa sekolah dasar. Anak-anak menunjukkan spektrum emosi yang kaya, mulai dari senang, cemas, malu, marah, hingga kecewa, dengan ekspresi yang bervariasi sesuai tingkatan kelas. Pola ekspresi ini mencerminkan proses perkembangan emosional yang berkelanjutan, menyoroti kebutuhan krusial akan bimbingan dalam mengenal diri dan mengelola perasaan mereka.

Respons guru terhadap dinamika emosi siswa juga beragam. Guru kelas bawah cenderung menggunakan pendekatan afektif yang mengutamakan kenyamanan emosional anak. Sebaliknya, guru kelas atas lebih sering mendorong siswa untuk merefleksikan dan mengelola diri melalui dialog. Meskipun demikian, sebagian besar pendekatan guru masih bersifat intuitif, belum sepenuhnya didasarkan pada teori atau pelatihan sistematis, sehingga efektivitasnya pun belum optimal.

Ada inisiatif positif di mana beberapa guru telah mulai menerapkan pembelajaran sosial-emosional, melalui refleksi sederhana, permainan yang membangun empati, dan penggunaan cerita sebagai sarana eksplorasi emosi. Namun, praktik-praktik ini belum terintegrasi secara formal ke dalam kurikulum atau rencana pembelajaran yang berkelanjutan. Hal ini mengindikasikan urgensi untuk meningkatkan kapasitas guru agar dapat mengimplementasikan pendekatan yang lebih sadar, terstruktur, dan berbasis teori dalam mendukung perkembangan sosial-emosional siswa.

Berdasarkan temuan ini, kami sangat menyarankan agar lembaga pendidikan, pembuat kebijakan, dan institusi pelatihan guru memberikan perhatian serius pada penguatan kompetensi guru dalam kecerdasan emosional dan pembelajaran sosial-emosional. Selain itu, integrasi Pembelajaran Sosial-Emosional (SEL) secara eksplisit ke dalam kurikulum pendidikan dasar harus segera diupayakan. Dengan langkah ini, sekolah dapat bertransformasi menjadi lingkungan belajar yang tidak hanya mengembangkan kemampuan kognitif, tetapi juga secara holistik membentuk karakter dan kesiapan sosial anak untuk masa depan yang berkelanjutan.

DAFTAR RUJUKAN

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 5–16.
- CASEL Guide. (2013). *Effective social and emotional learning programs: Preschool and elementary school edition*.

- 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., Zins, J. E., & Weissberg, R. P. (1997). *Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators*. ASCD.
- Farman, F., Hamzah, R. A., Winarto, W., Setyaningrum, P. M. P., Reissyaf, M., Misesani, D., ... & Rahmah, S. (2024). *Cooperative Learning dalam Kurikulum Merdeka*. Penerbit Mifandi Mandiri Digital, 1(01).
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Permatasari, S. J. (2025). Membangun koneksi sosial dan emosional pada anak usia dini. *Jurnal Kajian Pendidikan dan Cakrawala Pembelajaran*, 1(2), 70–82.
- Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children* (Vol. 8, No. 5). International Universities Press.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Warhamni, S. (2021). *Metode bimbingan agama orangtua asuh dalam mencegah dan mengatasi verbal abuse anak di panti asuhan Putera Muhammadiyah Ar-Ridho Medan Amplas*. (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara).
- Yin, R. K. (2009). *Case study research: Design and methods* (Vol. 5). Sage.
- Zins, J. E. (Ed.). (2004). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?*. Teachers College Press.