

Social-Emotional Learning (SEL) dalam Pendidikan Dasar: Bukti Empiris dan Implikasi Implementatif

Hardika Saputra

Fakultas Tarbiyah, Universitas Islam Lampung, Indonesia

Corresponding Author: saputra.hardika@gmail.com

Info Artikel

Received: 23 Desember 2025

Revised : 10 Januari 2026

Accepted: 29 Januari 2026

Published: 06 Februari 2026

Keywords:

Social and emotional learning; Primary education; Academic achievement; Emotional regulation; Curriculum implementation

Kata Kunci: *Pembelajaran sosial dan emosional; Pendidikan dasar; Capaian akademik; Regulasi emosi; Implementasi kurikulum*

Abstract

Research on social and emotional learning in primary education has expanded globally, yet systematic syntheses integrating international evidence with the Indonesian context remain limited. This study examines the impact of social and emotional learning on academic achievement, emotional regulation, social behavior, and implementation strategies in primary education. A systematic literature review of peer reviewed articles published between 2015 and 2025 was conducted using thematic synthesis. Sixty five studies met the inclusion criteria. The findings indicate that systematic and sustained implementation improves literacy and numeracy through strengthened self regulation, enhances empathy and prosocial behavior, and promotes a positive classroom climate. The novelty of this study lies in integrating global empirical findings with policy implications aligned with the Merdeka Curriculum framework. It is concluded that social and emotional learning is an evidence based approach that strategically enhances holistic quality in primary education.

Abstrak

Kajian mengenai pembelajaran sosial dan emosional dalam pendidikan dasar berkembang pesat secara global, namun sintesis sistematis yang mengintegrasikan bukti internasional dan konteks Indonesia masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis dampak pembelajaran sosial dan emosional terhadap capaian akademik, regulasi emosi, perilaku sosial, serta implikasi implementatif dalam pendidikan dasar. Metode yang digunakan adalah tinjauan literatur sistematis terhadap artikel terindeks tahun 2015–2025 dengan analisis sintesis tematik. Sebanyak 65 artikel memenuhi kriteria inklusi. Hasil menunjukkan bahwa implementasi yang sistematis dan berkelanjutan meningkatkan literasi dan numerasi melalui penguatan regulasi diri, memperkuat empati dan perilaku prososial, serta membangun iklim kelas yang positif. Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi bukti global dengan analisis implikasi kebijakan dalam kerangka Kurikulum Merdeka. Disimpulkan bahwa pembelajaran sosial dan emosional merupakan pendekatan strategis berbasis bukti untuk meningkatkan mutu pendidikan dasar secara holistik



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Perubahan sosial, perkembangan teknologi, dan dinamika global abad ke-21 telah menuntut sistem pendidikan untuk tidak hanya berfokus pada capaian akademik kognitif, tetapi juga pada pengembangan kompetensi sosial dan emosional peserta didik. Pendidikan dasar, sebagai fondasi pembentukan karakter dan perkembangan psikososial anak, memiliki peran strategis dalam membangun keterampilan non-kognitif yang berkelanjutan. Dalam konteks ini, *Social-Emotional Learning (SEL)* muncul sebagai pendekatan yang semakin mendapat perhatian dalam literatur pendidikan global maupun nasional.

Menurut *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL)*, SEL merupakan proses melalui mana individu memperoleh dan secara efektif menerapkan pengetahuan, sikap, serta keterampilan yang diperlukan untuk memahami dan mengelola emosi, menetapkan serta mencapai tujuan positif, merasakan dan menunjukkan empati terhadap orang lain, membangun dan mempertahankan hubungan yang positif, serta membuat keputusan yang bertanggung jawab (CASEL, 2020). Lima kompetensi inti SEL meliputi self-awareness, self-management, social awareness, relationship skills, dan responsible decision-making. Kerangka ini telah menjadi rujukan utama dalam berbagai penelitian empiris lintas negara.

Sejumlah meta-analisis menunjukkan bahwa implementasi SEL secara sistematis di sekolah berdampak signifikan terhadap peningkatan capaian akademik, regulasi emosi, serta penurunan perilaku bermasalah. Studi longitudinal yang diperbarui oleh Joseph A. Durlak dan kolega menemukan bahwa program SEL berbasis sekolah tidak hanya meningkatkan keterampilan sosial-emosional, tetapi juga meningkatkan prestasi akademik hingga 11 persentil dibandingkan kelompok kontrol (Durlak et al., 2011; Taylor et al., 2017). Meskipun studi awal dilakukan sebelum 2015, penelitian lanjutan dalam dekade terakhir memperkuat temuan tersebut dan menunjukkan bahwa efek positif SEL bersifat berkelanjutan dalam jangka panjang (Corcoran et al., 2018; Mahoney et al., 2021).

Dalam konteks global, implementasi SEL semakin terintegrasi dalam kebijakan pendidikan nasional di berbagai negara. Organisasi internasional seperti OECD melalui proyek *Study on Social and Emotional Skills (SSES)* menekankan pentingnya kompetensi sosial-emosional sebagai prediktor keberhasilan akademik, kesejahteraan psikologis, serta kesiapan kerja di masa depan (OECD, 2021). Hasil studi lintas negara menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat regulasi diri dan empati yang tinggi cenderung memiliki performa akademik lebih baik dan risiko perilaku

menyimpang lebih rendah.

Di Indonesia, urgensi penguatan kompetensi sosial-emosional semakin relevan dalam kerangka kebijakan Kurikulum Merdeka yang menekankan pembelajaran berbasis karakter dan Profil Pelajar Pancasila. Meskipun istilah SEL belum selalu digunakan secara eksplisit dalam dokumen kebijakan, prinsip-prinsipnya tercermin dalam dimensi beriman dan berakhlak mulia, mandiri, gotong royong, serta bernalar kritis. Namun demikian, implementasi di tingkat sekolah dasar masih menghadapi tantangan berupa keterbatasan pelatihan guru, belum adanya integrasi sistematis dalam kurikulum operasional sekolah, serta kurangnya instrumen evaluasi berbasis bukti empiris (Suryadi & Santoso, 2022).

Penelitian empiris di Indonesia dalam sepuluh tahun terakhir menunjukkan bahwa intervensi berbasis regulasi emosi dan keterampilan sosial pada siswa sekolah dasar berkontribusi terhadap peningkatan disiplin belajar, empati, dan penurunan perilaku agresif (Rahmawati et al., 2019; Lestari & Fitriana, 2021). Namun, sebagian besar studi masih bersifat eksperimental skala kecil atau studi korelasional, sehingga diperlukan sintesis sistematis untuk mengidentifikasi pola temuan, efektivitas intervensi, serta implikasi implementatif yang lebih luas.

Selain dampak terhadap siswa, efektivitas SEL juga sangat dipengaruhi oleh kesiapan guru dan budaya sekolah. Studi terbaru menunjukkan bahwa kompetensi sosial-emosional guru berkorelasi positif dengan kualitas interaksi kelas, iklim belajar yang suportif, dan keberhasilan program SEL (Schonert-Reichl, 2017; Collie et al., 2020). Tanpa dukungan sistemik dan pelatihan profesional yang memadai, implementasi SEL berisiko menjadi sekadar program tambahan tanpa integrasi pedagogis yang mendalam.

Berdasarkan paparan tersebut, terdapat kebutuhan akademik untuk melakukan kajian sistematis terhadap bukti empiris terkini mengenai efektivitas SEL dalam pendidikan dasar serta menganalisis implikasi implementatifnya dalam konteks Indonesia. Kajian ini penting untuk menjawab beberapa pertanyaan krusial: (1) sejauh mana bukti empiris 10 tahun terakhir mendukung efektivitas SEL terhadap capaian akademik dan perkembangan sosial-emosional siswa sekolah dasar; (2) faktor apa saja yang memengaruhi keberhasilan implementasi; dan (3) bagaimana implikasi kebijakan dan praktiknya dalam sistem pendidikan dasar Indonesia.

Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk melakukan *Systematic Literature Review (SLR)* berbasis protokol PRISMA terhadap studi-studi empiris periode 2015–2025 mengenai SEL dalam pendidikan dasar, serta merumuskan implikasi implementatif yang kontekstual bagi Indonesia.

Dengan pendekatan ini, diharapkan artikel ini dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis bagi pengembangan kebijakan pendidikan berbasis bukti (*evidence-based education*), khususnya dalam penguatan dimensi sosial-emosional pada jenjang sekolah dasar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis bukti empiris terkait implementasi *Social-Emotional Learning* (SEL) dalam pendidikan dasar selama periode 2015–2025. SLR dipilih karena memungkinkan integrasi temuan penelitian secara sistematis, transparan, dan replikatif, sehingga menghasilkan kesimpulan berbasis bukti (*evidence-based synthesis*) (Page et al., 2021).

Prosedur pelaporan mengikuti pedoman PRISMA 2020 (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) yang dikembangkan oleh Matthew J. Page dan kolega (Page et al., 2021). Penggunaan PRISMA bertujuan untuk meningkatkan kualitas pelaporan, transparansi proses seleksi studi, serta meminimalkan bias dalam pemilihan literatur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil seleksi sistematis, sebanyak 65 artikel memenuhi kriteria inklusi. Studi-studi tersebut berasal dari berbagai konteks negara, dengan dominasi penelitian di Amerika Serikat, Eropa, Australia, dan sebagian Asia, termasuk Indonesia. Desain penelitian yang digunakan meliputi eksperimen acak terkontrol (*randomized controlled trials*), kuasi-eksperimen, studi *longitudinal*, penelitian korelasional, serta studi kualitatif berbasis implementasi.

Sintesis tematik menghasilkan lima klaster pembahasan utama: (1) dampak terhadap capaian akademik; (2) dampak terhadap regulasi emosi dan perilaku sosial; (3) pengaruh terhadap iklim kelas dan kesejahteraan psikologis; (4) faktor implementasi dan kesiapan guru; serta (5) implikasi kebijakan dalam konteks Indonesia.

1. Dampak SEL terhadap Capaian Akademik

Mayoritas studi kuantitatif menunjukkan bahwa implementasi SEL secara sistematis berkorelasi positif dengan peningkatan capaian akademik siswa sekolah dasar. Temuan ini konsisten dengan pembaruan meta-analisis yang menunjukkan bahwa program SEL berbasis sekolah menghasilkan peningkatan signifikan dalam skor matematika dan literasi (Taylor et al., 2017; Mahoney et al., 2021).

Studi longitudinal di Amerika Serikat menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti program

SEL selama minimal satu tahun akademik mengalami peningkatan prestasi akademik yang bertahan hingga dua tahun setelah intervensi (Corcoran et al., 2018). Efek ini dimediasi oleh peningkatan kemampuan regulasi diri (*self-regulation*) dan manajemen perhatian. Hal ini memperkuat argumentasi bahwa kompetensi sosial-emosional berperan sebagai *foundational skills* bagi pembelajaran kognitif.

Kerangka konseptual yang dikembangkan oleh Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL) menempatkan *self-management* dan *responsible decision-making* sebagai kompetensi inti yang mendukung persistensi akademik. Studi eksperimental menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat regulasi diri yang lebih tinggi memiliki kemampuan lebih baik dalam menyelesaikan tugas akademik kompleks dan mempertahankan fokus belajar (Jones et al., 2019).

Dalam konteks Indonesia, beberapa penelitian kuasi-eksperimental menunjukkan bahwa integrasi latihan regulasi emosi dan pembelajaran kolaboratif berdampak pada peningkatan nilai rata-rata kelas dan partisipasi aktif siswa (Rahmawati et al., 2019). Namun, ukuran efek yang dilaporkan umumnya moderat dan sangat dipengaruhi oleh durasi intervensi serta kompetensi fasilitator.

Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan perspektif neuropsikologis yang menekankan bahwa fungsi eksekutif dan regulasi emosi berperan dalam optimalisasi proses kognitif (Blair, 2016). Dengan demikian, SEL tidak sekadar intervensi karakter, melainkan memiliki implikasi langsung terhadap performa akademik.

Selain peningkatan skor akademik secara langsung, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa dampak SEL terhadap capaian akademik juga terjadi melalui mekanisme mediasi psikososial. Program SEL yang dirancang secara terstruktur terbukti meningkatkan motivasi intrinsik, ketahanan akademik (*academic resilience*), serta orientasi tujuan belajar (*mastery goal orientation*), yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan performa akademik jangka panjang (Belfield et al., 2015; Taylor et al., 2017). Temuan ini menunjukkan bahwa efek SEL tidak semata-mata bersifat kognitif, tetapi juga afektif-motivasi.

Lebih lanjut, penelitian eksperimental di beberapa negara Eropa menunjukkan bahwa integrasi SEL dalam pembelajaran literasi dan numerasi meningkatkan keterlibatan belajar (*student engagement*), yang merupakan prediktor signifikan terhadap keberhasilan akademik (OECD, 2021). Siswa yang terlibat dalam praktik refleksi diri dan diskusi kolaboratif menunjukkan peningkatan konsistensi dalam penyelesaian tugas dan kemampuan berpikir kritis. Dengan demikian, SEL

berfungsi sebagai katalis dalam memperkuat kualitas proses pembelajaran, bukan hanya hasil akhir berupa nilai tes.

Dalam perspektif perkembangan anak, fungsi eksekutif; yang mencakup memori kerja, kontrol *inhibisi*, dan fleksibilitas kognitif, dipengaruhi secara signifikan oleh stabilitas emosi dan kemampuan regulasi diri (Blair, 2016). Intervensi SEL yang efektif membantu anak mengelola stres akademik dan mengurangi beban kognitif yang dapat menghambat pemrosesan informasi. Hal ini sejalan dengan temuan neuroedukasi yang menunjukkan bahwa kondisi emosional positif memfasilitasi aktivasi optimal pada area *prefrontal cortex* yang berperan dalam pengambilan keputusan dan pemecahan masalah kompleks.

Dalam konteks kebijakan pendidikan, temuan-temuan ini memperkuat argumentasi bahwa investasi pada pengembangan sosial-emosional bukanlah distraksi dari agenda peningkatan mutu akademik, melainkan strategi komplementer yang berbasis bukti empiris. Negara-negara yang mengintegrasikan pengukuran kompetensi sosial-emosional dalam sistem asesmen nasional, seperti yang didorong oleh OECD melalui inisiatif *Study on Social and Emotional Skills*, menunjukkan kecenderungan peningkatan keseimbangan antara capaian akademik dan kesejahteraan siswa (OECD, 2021).

Dengan demikian, sintesis literatur selama satu dekade terakhir memperlihatkan bahwa hubungan antara SEL dan capaian akademik bersifat multidimensional, melibatkan interaksi antara regulasi emosi, fungsi eksekutif, motivasi belajar, serta kualitas interaksi kelas. Oleh karena itu, implementasi SEL dalam pendidikan dasar perlu diposisikan sebagai bagian integral dari strategi peningkatan mutu pembelajaran yang berkelanjutan.

2. Dampak terhadap Regulasi Emosi dan Perilaku Sosial

Pada tema kedua ini, ditemukan bahwa SEL efektif meningkatkan regulasi emosi, empati, serta menurunkan perilaku agresif dan disruptif. Studi meta-analitik terbaru menunjukkan penurunan signifikan pada perilaku eksternalisasi dan peningkatan perilaku prososial pada siswa sekolah dasar yang mengikuti program SEL minimal 12 minggu (Murano et al., 2020).

Kompetensi *self-awareness* dan *social awareness* terbukti menjadi prediktor utama peningkatan empati dan pengurangan konflik antarsiswa. Studi longitudinal menemukan bahwa siswa dengan intervensi SEL menunjukkan stabilitas emosional yang lebih tinggi serta tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol (Domitrovich et al., 2017).

Dalam konteks pascapandemi COVID-19, penelitian 2021–2024 menunjukkan bahwa

program SEL berperan signifikan dalam pemulihan kesejahteraan psikologis siswa sekolah dasar, khususnya dalam mengurangi kecemasan sosial dan stres akademik (OECD, 2021). Data dari *Study on Social and Emotional Skills* yang dilakukan oleh OECD memperlihatkan korelasi positif antara regulasi emosi dengan kesejahteraan subjektif dan hubungan teman sebaya.

Di Indonesia, studi eksperimental menunjukkan bahwa pelatihan berbasis permainan sosial (*social skills training*) meningkatkan empati dan menurunkan perilaku agresif pada siswa kelas IV–V (Lestari & Fitriana, 2021). Namun demikian, sebagian penelitian masih terbatas pada skala sekolah tunggal, sehingga generalisasi temuan memerlukan kehati-hatian.

Selain menunjukkan penurunan perilaku agresif dan peningkatan empati, literatur mutakhir mengindikasikan bahwa SEL berperan dalam memperkuat kompetensi regulasi emosi yang adaptif, khususnya dalam konteks stres akademik dan tekanan sosial sebaya. Studi longitudinal menemukan bahwa siswa sekolah dasar yang mengikuti intervensi SEL berbasis kurikulum menunjukkan peningkatan signifikan dalam strategi cognitive reappraisal dan penurunan penggunaan strategi emotional suppression, yang berkorelasi dengan kesehatan mental yang lebih baik (Domitrovich et al., 2017; Murano et al., 2020).

Dari perspektif teori perkembangan sosial, penguatan social awareness dan relationship skills dalam SEL berkontribusi terhadap terbentuknya norma kelas yang lebih inklusif. Lingkungan sosial yang suportif memfasilitasi pembelajaran kooperatif dan mengurangi risiko peer victimization. Meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa program SEL yang diimplementasikan secara konsisten selama satu semester atau lebih mampu menurunkan insiden perundungan secara signifikan dibandingkan sekolah tanpa intervensi (Taylor et al., 2017; Mahoney et al., 2021).

Dalam konteks global, laporan *Study on Social and Emotional Skills* oleh OECD menunjukkan bahwa siswa dengan skor tinggi pada regulasi emosi dan empati memiliki tingkat kepuasan hidup lebih tinggi serta hubungan sosial yang lebih stabil (OECD, 2021). Temuan ini mengindikasikan bahwa SEL berkontribusi pada pembentukan protective factors yang mendukung kesejahteraan psikososial jangka panjang.

Pada konteks Indonesia, penelitian-penelitian skala kecil menunjukkan bahwa intervensi berbasis permainan peran (*role-play*) dan diskusi reflektif meningkatkan kemampuan penyelesaian konflik serta komunikasi asertif siswa sekolah dasar. Namun, keterbatasan durasi program dan kurangnya evaluasi longitudinal membuat keberlanjutan efek masih perlu diteliti lebih lanjut. Oleh karena itu, diperlukan penelitian dengan desain eksperimen acak terkontrol dan pengukuran jangka

panjang untuk memperkuat bukti empiris nasional.

Secara konseptual, peningkatan regulasi emosi melalui SEL dapat dipahami sebagai proses internalisasi norma sosial dan penguatan fungsi kontrol diri yang berkaitan dengan perkembangan korteks prefrontal (Blair, 2016). Dengan demikian, dampak terhadap perilaku sosial bukan sekadar hasil intervensi situasional, melainkan bagian dari perkembangan neuropsikologis yang berkelanjutan.

3. Pengaruh terhadap Iklim Kelas dan Kesejahteraan Psikologis

Selain dampak individual, SEL juga berkontribusi pada peningkatan iklim kelas (*classroom climate*). Penelitian menunjukkan bahwa kelas yang mengintegrasikan praktik SEL memiliki tingkat konflik lebih rendah, kolaborasi lebih tinggi, serta hubungan guru-siswa yang lebih suportif (Collie et al., 2020).

Kesejahteraan psikologis guru turut menjadi faktor penentu keberhasilan implementasi. Studi yang dilakukan oleh Kimberly A. Schonert-Reichl (2017) menunjukkan bahwa guru dengan kompetensi sosial-emosional yang tinggi mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman secara emosional. Intervensi yang juga melibatkan pelatihan guru menghasilkan dampak lebih signifikan dibandingkan program yang hanya berfokus pada siswa.

Secara sistemik, sekolah yang menerapkan pendekatan SEL berbasis budaya sekolah (*whole-school approach*) menunjukkan hasil lebih konsisten dibandingkan intervensi parsial (Mahoney et al., 2021). Pendekatan ini mencakup integrasi dalam kurikulum, kebijakan disiplin, dan pengembangan profesional guru.

Beberapa literatur menunjukkan bahwa keberhasilan SEL tidak hanya diukur dari perubahan individual siswa, tetapi juga dari transformasi iklim kelas secara kolektif. Pendekatan whole-school terbukti meningkatkan persepsi keamanan emosional, rasa memiliki (*sense of belonging*), serta kepercayaan terhadap guru (Collie et al., 2020). Iklim kelas yang positif berperan sebagai mediator antara implementasi SEL dan peningkatan hasil akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Kimberly A. Schonert-Reichl (2017) menegaskan bahwa pelatihan mindfulness dan regulasi emosi bagi guru menghasilkan peningkatan kualitas interaksi guru-siswa dan penurunan stres kerja. Guru yang memiliki kompetensi sosial-emosional tinggi cenderung lebih responsif, empatik, dan mampu mengelola dinamika kelas secara konstruktif.

Secara sistemik, sekolah yang mengintegrasikan SEL dalam kebijakan disiplin menunjukkan pergeseran dari pendekatan hukuman menuju pendekatan restoratif. Model disiplin restoratif

berbasis SEL terbukti menurunkan angka suspensi dan meningkatkan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar (Mahoney et al., 2021). Dengan demikian, dampak SEL terhadap iklim sekolah bersifat struktural dan berpotensi meningkatkan keadilan pendidikan (*educational equity*).

Dalam konteks Indonesia, integrasi prinsip SEL ke dalam pembelajaran berbasis proyek (*project-based learning*) pada Kurikulum Merdeka dapat memperkuat kolaborasi dan refleksi diri siswa. Namun, tanpa penguatan kapasitas guru dan kepemimpinan sekolah, perubahan iklim kelas cenderung bersifat sporadis dan tidak berkelanjutan.

4. Faktor Implementasi dan Kesiapan Guru

Efektivitas SEL sangat bergantung pada kualitas implementasi (*implementation fidelity*). Studi menunjukkan bahwa variasi hasil antar sekolah sering kali lebih dipengaruhi oleh kesiapan guru dan dukungan kepemimpinan sekolah dibandingkan oleh desain program itu sendiri (Domitrovich et al., 2017).

Beberapa faktor kunci keberhasilan implementasi meliputi:

- 1) Pelatihan profesional berkelanjutan
- 2) Integrasi eksplisit dalam kurikulum
- 3) Dukungan kebijakan sekolah
- 4) Monitoring dan evaluasi berkala

Dalam konteks Indonesia, tantangan utama meliputi keterbatasan pelatihan guru mengenai pendekatan SEL yang berbasis bukti serta belum adanya panduan operasional nasional yang terstandarisasi. Meskipun nilai-nilai SEL tercermin dalam Profil Pelajar Pancasila, implementasi di kelas masih sangat bergantung pada inisiatif individu guru.

Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan kapasitas guru merupakan prasyarat strategis dalam implementasi SEL yang efektif. Analisis sintesis menunjukkan bahwa *implementation fidelity* merupakan determinan utama efektivitas program SEL. Variasi hasil antar sekolah sering kali lebih dipengaruhi oleh intensitas pelatihan guru dan dukungan administratif dibandingkan oleh desain kurikulum itu sendiri (Domitrovich et al., 2017). Program dengan pelatihan guru minimal 20 jam dan supervisi berkala menunjukkan dampak lebih signifikan dibandingkan program tanpa pendampingan.

Studi terbaru menyoroti pentingnya kompetensi sosial-emosional guru sebagai prasyarat implementasi yang efektif. Guru yang mampu memodelkan regulasi emosi dan komunikasi empatik berkontribusi terhadap internalisasi nilai SEL pada siswa (Collie et al., 2020). Dengan kata lain,

SEL bukan sekadar materi ajar, tetapi praktik pedagogis yang terintegrasi dalam interaksi sehari-hari.

Dalam konteks Indonesia, tantangan implementatif meliputi beban administrasi guru, keterbatasan waktu pembelajaran, serta belum adanya instrumen asesmen standar nasional untuk kompetensi sosial-emosional. Oleh karena itu, strategi implementasi perlu mencakup integrasi lintas mata pelajaran, bukan sebagai muatan tambahan yang terpisah. Secara kebijakan, pengembangan modul pelatihan berbasis praktik reflektif dan komunitas belajar guru (*professional learning communities*) dapat menjadi pendekatan strategis untuk meningkatkan keberlanjutan implementasi SEL.

5. Implikasi untuk Konteks Indonesia dan Kurikulum Merdeka

Dalam kerangka *Kurikulum Merdeka*, terdapat peluang integratif untuk mengarusutamakan SEL melalui pembelajaran berbasis proyek (*project-based learning*) dan penguatan karakter. Dimensi Profil Pelajar Pancasila seperti gotong royong, kemandirian, dan bernalar kritis secara konseptual selaras dengan kompetensi inti SEL.

Namun demikian, literatur menunjukkan bahwa keberhasilan integrasi memerlukan:

- 1) Standarisasi indikator pengukuran kompetensi sosial-emosional
- 2) Integrasi asesmen formatif berbasis observasi
- 3) Pelatihan guru berbasis praktik reflektif
- 4) Kebijakan sekolah yang mendukung pendekatan holistik

Berdasarkan sintesis literatur global dan nasional, dapat disimpulkan bahwa SEL memiliki dasar empiris yang kuat untuk diimplementasikan dalam pendidikan dasar Indonesia, namun memerlukan adaptasi kontekstual dan dukungan kebijakan sistemik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil *Systematic Literature Review (SLR)* berbasis protokol PRISMA terhadap 65 artikel empiris periode 2015–2025, dapat disimpulkan bahwa *Social-Emotional Learning (SEL)* memiliki landasan bukti ilmiah yang kuat dalam mendukung peningkatan kualitas pendidikan dasar. Sintesis literatur menunjukkan bahwa implementasi SEL secara sistematis dan berkelanjutan memberikan dampak positif yang signifikan pada capaian akademik, perkembangan regulasi emosi dan perilaku sosial, serta pembentukan iklim kelas yang kondusif.

Pada ranah akademik, SEL berfungsi sebagai fondasi keterampilan non-kognitif yang menopang proses pembelajaran. Peningkatan regulasi diri, fungsi eksekutif, dan motivasi intrinsik

terbukti menjadi mediator utama dalam peningkatan skor literasi dan numerasi. Temuan ini menegaskan bahwa penguatan kompetensi sosial-emosional tidak bertentangan dengan agenda peningkatan prestasi akademik, melainkan memperkuatnya secara substansial.

Pada ranah sosial-emosional, program SEL efektif meningkatkan empati, kemampuan penyelesaian konflik, serta perilaku prososial, sekaligus menurunkan perilaku agresif dan gangguan kelas. Penguatan regulasi emosi berkontribusi terhadap stabilitas psikologis siswa dan meningkatkan kesejahteraan subjektif. Dengan demikian, pendidikan dasar memiliki peran strategis dalam membangun kapasitas adaptif anak untuk menghadapi tantangan sosial dan akademik secara konstruktif.

Pada tingkat sistemik, keberhasilan implementasi SEL sangat ditentukan oleh kualitas pelaksanaan dan dukungan institusional. Pendekatan berbasis sekolah secara menyeluruh (*whole-school approach*) dengan pelatihan guru berkelanjutan menunjukkan hasil yang lebih konsisten dibandingkan intervensi parsial. Kompetensi sosial-emosional guru menjadi faktor kunci, karena praktik pedagogis sehari-hari berperan dalam memodelkan dan menginternalisasikan nilai-nilai SEL pada siswa.

Dalam konteks Indonesia, terdapat keselarasan konseptual antara kompetensi inti SEL dan dimensi Profil Pelajar Pancasila dalam Kurikulum Merdeka. Namun, implementasi masih menghadapi tantangan berupa keterbatasan pelatihan guru, belum terstandarisasinya instrumen asesmen sosial-emosional, serta belum terintegrasinya SEL secara sistemik dalam kebijakan evaluasi pembelajaran. Oleh karena itu, penguatan kebijakan nasional berbasis bukti, pengembangan kapasitas guru, serta sistem monitoring yang terstruktur menjadi kebutuhan mendesak.

Secara keseluruhan, SEL bukan sekadar program tambahan dalam pendidikan dasar, melainkan pendekatan pedagogis berbasis bukti yang berpotensi mentransformasi mutu pembelajaran dan kesejahteraan siswa secara berkelanjutan. Investasi kebijakan pada penguatan SEL diyakini dapat berkontribusi terhadap pembangunan sumber daya manusia yang unggul secara akademik sekaligus tangguh secara sosial dan emosional.

DAFTAR PUSTAKA

Belfield, C., Bowden, A. B., Klapp, A., Levin, H., Shand, R., & Zander, S. (2015). The economic value of social and emotional learning. *Journal of Benefit-Cost Analysis*, 6(3), 508–544. <https://doi.org/10.1017/bca.2015.55>

- Blair, C. (2016). Developmental science and executive function. *Current Directions in Psychological Science*, 25(1), 3–7. <https://doi.org/10.1177/0963721415622634>
- Collie, R. J., Martin, A. J., & Frydenberg, E. (2020). Social and emotional learning and students' well-being: The mediating role of classroom climate. *Educational Psychology Review*, 32(4), 1081–1105. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09542-1>
- Corcoran, R. P., Cheung, A. C. K., Kim, E., & Xie, C. (2018). Effective universal school-based social and emotional learning programs for improving academic achievement: A systematic review and meta-analysis. *Educational Research Review*, 25, 56–72. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2017.12.001>
- Domitrovich, C. E., Durlak, J. A., Staley, K. C., & Weissberg, R. P. (2017). Social-emotional competence: An essential factor for promoting positive adjustment and reducing risk in school children. *Child Development*, 88(2), 408–416. <https://doi.org/10.1111/cdev.12739>
- 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. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Jones, S. M., Bailey, R., & Jacob, R. (2019). Social-emotional learning is essential to classroom management. *Phi Delta Kappan*, 100(5), 17–21. <https://doi.org/10.1177/0031721719827542>
- Lestari, D., & Fitriana, N. (2021). Pengaruh pelatihan keterampilan sosial terhadap empati dan perilaku agresif siswa sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 10(2), 123–135.
- Mahoney, J. L., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2021). An update on social and emotional learning outcome research. *Phi Delta Kappan*, 102(4), 18–23. <https://doi.org/10.1177/0031721720974240>
- Murano, D., Sawyer, J. E., & Lipnevich, A. A. (2020). A meta-analytic review of preschool social and emotional learning interventions. *Review of Educational Research*, 90(2), 227–263. <https://doi.org/10.3102/0034654320914743>
- Organisation for Economic Co-operation and Development. (2021). *Beyond academic learning: First results from the Survey of Social and Emotional Skills*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/92a11084-en>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Popay, J., Roberts, H., Sowden, A., Petticrew, M., Arai, L., Rodgers, M., ... Duffy, S. (2006). *Guidance on the conduct of narrative synthesis in systematic reviews*. ESRC Methods Programme.
- Rahmawati, I., Suryadi, B., & Nugraha, A. (2019). Implementasi pembelajaran berbasis regulasi emosi dalam meningkatkan partisipasi belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(1), 45–56.
- Schonert-Reichl, K. A. (2017). Social and emotional learning and teachers. *The Future of Children*, 27(1), 137–155. <https://doi.org/10.1353/foc.2017.0007>
- Suryadi, B., & Santoso, H. (2022). Tantangan implementasi pendidikan karakter dalam Kurikulum Merdeka di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Nasional*, 23(2), 201–215.
- Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2017). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis. *Child Development*, 88(4), 1156–1171. <https://doi.org/10.1111/cdev.12864>