

Integrasi Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) dan Kecerdasan Emosional (EQ) untuk Memperkuat Karakter Siswa Sekolah Dasar: *Systematic Literature Review* (SLR)

Af Idatul Amalia¹, Galuh Mentari Putri²

Universitas Pamulang

Corresponding Author: dosen03327@unpam.ac.id, dosen03285@unpam.ac.id

Published: January, 2026

ABSTRAK

Integrasi Social and Emotional Learning (SEL) dan kecerdasan emosional (EQ) semakin dipandang sebagai pendekatan strategis dalam memperkuat karakter siswa sekolah dasar, khususnya di tengah tantangan era digital yang kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara sistematis peran integrasi SEL dan EQ dalam penguatan karakter siswa sekolah dasar, dengan menelaah dampak, tantangan, serta peluang implementasinya dalam praktik pendidikan. Studi ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) yang mengacu pada protokol PRISMA dengan menganalisis 43 artikel terpilih yang diterbitkan pada periode 2019–2024 dari berbagai basis data ilmiah bereputasi. Analisis dilakukan melalui sintesis konten dan pemetaan tematik terhadap temuan penelitian. Hasil kajian menunjukkan bahwa integrasi SEL dan kecerdasan emosional secara konsisten mampu meningkatkan kompetensi emosional, sosial, dan moral siswa, memperkuat hubungan interpersonal, serta berkontribusi pada pembentukan budaya sekolah yang inklusif dan kondusif. Selain itu, pendekatan ini juga berdampak positif terhadap peningkatan motivasi belajar dan prestasi akademik siswa. Tantangan utama dalam implementasinya meliputi keterbatasan pelatihan guru, ketersediaan sumber daya pendukung, serta keberagaman latar sosial budaya sekolah. Namun demikian, pemanfaatan teknologi digital serta penguatan kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan komunitas menjadi peluang strategis untuk mengoptimalkan penguatan karakter siswa secara berkelanjutan. Studi ini memberikan kontribusi konseptual sebagai dasar pengembangan kebijakan dan praktik pendidikan karakter di sekolah dasar.

Kata Kunci: Social and Emotional Learning, Kecerdasan Emosional, Pendidikan Karakter, Sekolah Dasar, Systematic Literature Review

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Di era digital, pendidikan karakter pada jenjang sekolah dasar menjadi semakin krusial dalam membentuk generasi yang tidak hanya unggul secara intelektual, tetapi juga memiliki kecerdasan emosional dan sosial yang memadai. Perkembangan teknologi yang pesat membawa perubahan signifikan dalam pola interaksi, komunikasi, dan pembelajaran siswa, sehingga menuntut pendekatan pendidikan yang mampu menyeimbangkan penguasaan akademik dengan penguatan karakter. Social and Emotional Learning (SEL) telah banyak diterapkan sebagai pendekatan sistematis untuk mengembangkan kompetensi sosial dan emosional siswa, meliputi kesadaran diri, regulasi emosi, empati, keterampilan komunikasi, dan kolaborasi (Matsumoto et al., 2024). Kompetensi ini tidak hanya mendukung keberhasilan akademik, tetapi juga sangat penting untuk menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Kompetensi tersebut terbukti berkontribusi tidak hanya pada keberhasilan akademik, tetapi juga pada kesiapan siswa menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari.

Namun demikian, kemudahan akses teknologi di era digital tidak selalu berbanding lurus dengan berkembangnya kemampuan berpikir kritis dan reflektif peserta didik. Akses informasi yang serba cepat justru berpotensi mengurangi kedalaman berpikir dan kemampuan analitis siswa apabila tidak diimbangi dengan strategi pedagogis yang tepat. Oleh karena itu, pemanfaatan teknologi dalam pendidikan dasar perlu diarahkan secara terencana agar mampu mendukung pengembangan karakter dan kecerdasan emosional siswa secara optimal.

Laporan CASEL (2020) menunjukkan bahwa banyak sekolah dasar masih menghadapi berbagai permasalahan, seperti meningkatnya perilaku bermasalah, stres, serta keterbatasan keterampilan sosial siswa. Kondisi ini semakin diperparah oleh dampak pandemi COVID-19 yang mengganggu perkembangan sosial-emosional anak dan meningkatkan tingkat kecemasan serta depresi (Kementerian Pendidikan, 2021). Situasi tersebut menegaskan pentingnya implementasi SEL yang efektif dan berkelanjutan sebagai bagian integral dari pendidikan karakter di sekolah dasar.

Kecerdasan emosional merupakan komponen fundamental dalam SEL yang berperan penting dalam membantu siswa mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara sehat, serta membangun hubungan sosial yang positif. Pada jenjang sekolah dasar, fase ini menjadi sangat menentukan karena nilai-nilai dasar dan karakter mulai terbentuk (Jelita Dwi Septya & Dahlan, 2024). Meskipun kebijakan nasional seperti Kurikulum Merdeka dan Program Penguatan Pendidikan Karakter (PPK) telah mendorong integrasi nilai-nilai sosial dan emosional dalam pembelajaran, implementasinya di lapangan masih menghadapi berbagai hambatan, antara lain keterbatasan sumber daya dan rendahnya kompetensi guru dalam mengintegrasikan SEL ke dalam praktik pembelajaran sehari-hari (Afif et al., 2024; Choquette et al., 2024). Integrasi SEL dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan karakter akademik maupun non-akademik (Pratiwi et al., 2024). Namun, untuk mengatasi tantangan tersebut diperlukan evaluasi menyeluruh dan kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat. Bukti menunjukkan bahwa pendekatan kolaboratif secara signifikan meningkatkan kompetensi sosial-emosional siswa (Durlak et al., 2019).

Studi ini mengkaji peran SEL dalam meningkatkan kecerdasan emosional dan memperkuat karakter siswa sekolah dasar, dengan integrasi teknologi digital sebagai strategi inovatif. Pendekatan ini memanfaatkan aplikasi interaktif, pembelajaran berbasis permainan (*gamified learning*), dan platform berbasis AI yang dapat memberikan umpan balik emosional secara real-time serta mengajarkan keterampilan komunikasi dalam berbagai konteks sosial (Adams et al., 2023).

Seiring perkembangan teknologi pendidikan, berbagai inovasi digital seperti aplikasi interaktif, pembelajaran berbasis permainan (*gamified learning*), dan platform berbasis kecerdasan buatan (AI) mulai dimanfaatkan untuk mendukung implementasi SEL. Teknologi ini memungkinkan pemantauan perkembangan emosional siswa secara real-time serta memberikan umpan balik yang lebih personal (Adams et al., 2023; Afif et al., 2024). Meskipun demikian, pemanfaatan teknologi dalam SEL tetap memerlukan pendekatan yang seimbang, mengingat interaksi manusia masih menjadi elemen inti dalam pengembangan sosial-emosional siswa (Arwen & Puspita, 2020).

Pendekatan berbasis teknologi menawarkan jalur yang menjanjikan untuk memperkuat pendidikan karakter melalui pengembangan kecerdasan emosional di tingkat sekolah dasar. Penelitian di masa depan diharapkan dapat menghasilkan rekomendasi praktis bagi sekolah dalam mengimplementasikan SEL secara efektif dan mengatasi berbagai tantangan yang ada. Selain itu, pemanfaatan platform digital dalam pembelajaran SEL berpotensi menciptakan pengalaman belajar yang lebih menarik dan personal bagi siswa. Dengan terus mengembangkan dan mengintegrasikan SEL dalam sistem pendidikan, khususnya di tingkat sekolah dasar, diharapkan siswa tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki kecerdasan emosional yang kuat untuk menghadapi tantangan masa depan dengan percaya diri dan ketahanan (Kim-Ju et al., 2024).

Berbagai penelitian telah mengkaji implementasi SEL, kecerdasan emosional, dan pendidikan karakter secara terpisah. Namun, masih terbatas kajian sistematis yang mengintegrasikan ketiga aspek tersebut secara komprehensif dalam konteks sekolah dasar, khususnya dengan mempertimbangkan peran teknologi digital dan tantangan implementasi di berbagai konteks pendidikan. Oleh karena itu, penelitian ini melakukan Systematic Literature Review (SLR) untuk menganalisis secara mendalam strategi, tantangan, dan peluang integrasi Social and Emotional Learning dan kecerdasan emosional dalam penguatan karakter siswa sekolah dasar. Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi konseptual sebagai dasar pengembangan kebijakan dan praktik pendidikan karakter yang lebih adaptif dan berkelanjutan di era digital.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Systematic Literature Review (SLR) untuk mengkaji integrasi Social and Emotional Learning (SEL) dan kecerdasan emosional dalam penguatan karakter siswa sekolah dasar. Proses SLR dilakukan dengan mengikuti pedoman PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) guna memastikan transparansi dan ketelitian dalam proses pencarian, seleksi, serta analisis literatur (Eny Purwandari, 2022). Pencarian literatur dilakukan melalui basis data ilmiah bereputasi, seperti ScienceDirect, dengan menggunakan kata kunci utama: “Social and Emotional Learning in Education”, “Emotional Intelligence in Education”, dan “Character Education in Elementary School”. Artikel yang dikaji merupakan artikel jurnal berbahasa Indonesia dan Inggris yang diterbitkan pada rentang tahun 2019–2024 dan dapat diakses secara terbuka (open access). Artikel yang dipilih meliputi jurnal berbahasa Inggris dan Indonesia, dengan akses terbuka, yang diterbitkan antara tahun 2019 hingga 2024. Tahap kedua adalah seleksi literatur berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang dirangkum dalam tabel yang menyertainya.

Tabel 1. Seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi

TIPE	INKLUSI	EKSKLUSI
Tipe Artikel	Artikel Jurnal Penelitian	Selain Artikel Jurnal Penelitian Pendidikan
Scope	Penelitian ini membahas pembelajaran sosial-emosional (SEL), pendidikan karakter, dan kecerdasan emosional.	Studi penelitian tambahan yang membahas teknologi tanpa hubungan apa pun dengan pendidikan karakter atau SEL, studi di bidang teknis SEL tidak mencakup pendidikan atau pendidikan karakter, juga tidak berada di bidang pendidikan.
Indexs	Q1-Q4	Bukan Q1-Q2
Variabel penelitian	(X) Variabel independen 1. penelitian yang berfokus pada pendidikan dasar 2. penelitian empiris (kualitatif atau kuantitatif) 3. artikel yang membahas program SEL, program Pendidikan Karakter, kebijakan, dan pengembangan (Y) Variabel dependen 1. penelitian yang mengukur Pendidikan Karakter 2. penelitian yang mengeksplorasi bagaimana SEL dan EI memengaruhi Pendidikan Karakter 3. penelitian yang berfokus pada Pendidikan Karakter yang positif	(X) Variabel Bebas 1. Penelitian tidak berfokus pada pendidikan dasar (SEL atau Pendidikan Karakter) 2. Non empiris 3. Tidak menggambarkan metode atau program secara jelas (Y) Variabel Terikat 1. Pengukuran karakter tidak dapat diukur (misalnya: fokus pada aspek psikologis yang tidak terkait dengan nilai-nilai karakter) 2. Fokus umum tidak spesifik
Bahasa	Inggris, Indonesia	Inggris Indonesia

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap. Pertama, analisis konten digunakan untuk mengidentifikasi tema utama, strategi, tantangan, dan peluang integrasi SEL dan kecerdasan emosional dalam pendidikan karakter. Kedua, analisis bibliometrik dilakukan menggunakan perangkat lunak VOSviewer untuk memetakan hubungan antar konsep dan tren penelitian. Ketiga, analisis sitasi digunakan untuk mengidentifikasi kontribusi dan keterkaitan antar studi dalam literatur yang dikaji.

Pendekatan analisis ini memungkinkan peneliti memperoleh gambaran komprehensif mengenai perkembangan penelitian serta pola integrasi SEL dan kecerdasan emosional dalam penguatan karakter siswa sekolah dasar.

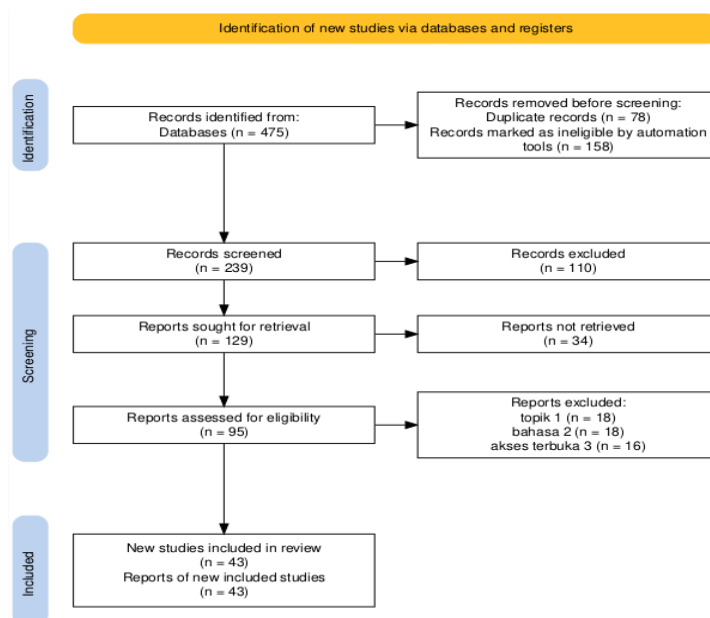
Hasil visualisasi dari analisis sitasi dan bibliometrik memberikan gambaran tren penelitian tentang SEL, EI, dan pendidikan karakter pada tingkat internasional. Temuan ini memberikan wawasan berharga bagi pembuat kebijakan dan praktisi pendidikan, menyoroti area yang memerlukan perhatian lebih lanjut dalam pengembangan kebijakan dan praktik pendidikan berbasis integrasi SEL.

HASIL DAN DISKUSI

Proses Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, fokus diberikan pada integrasi pembelajaran sosial-emosional (SEL) dan kecerdasan emosional dalam memperkuat karakter siswa sekolah dasar. Proses seleksi mengikuti kriteria inklusi yang telah ditetapkan dan menggunakan protokol PRISMA yang terdiri dari empat tahap: identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi (J et al., 2021). Diagram PRISMA yang menggambarkan proses seleksi artikel dapat dilihat di bawah ini.

Gambar 1. Diagram Prisma

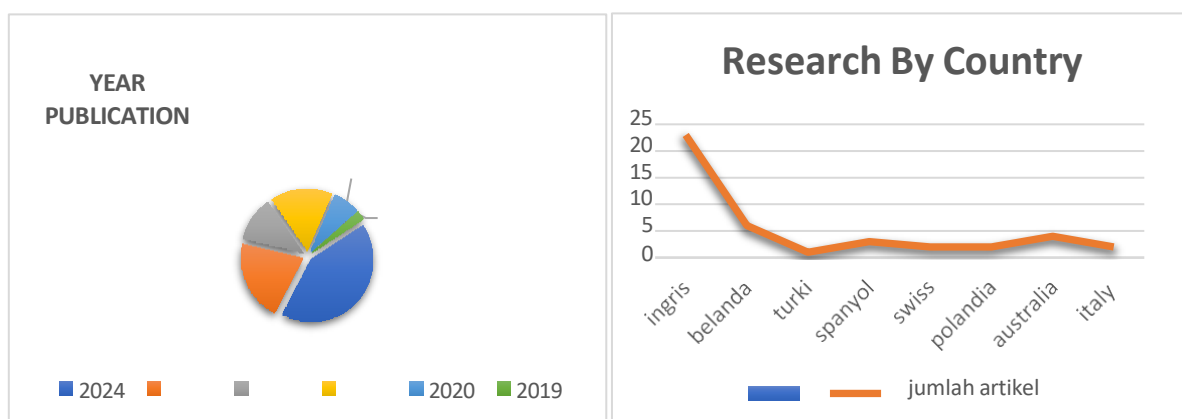


Berdasarkan proses pencarian awal, diperoleh 475 artikel yang relevan dengan topik Social and Emotional Learning (SEL), kecerdasan emosional, dan pendidikan karakter. Setelah dilakukan penyaringan berdasarkan tahun publikasi (2019–2024), jumlah artikel berkurang menjadi 239 artikel. Tahap selanjutnya mengeliminasi artikel non-penelitian, sehingga tersisa 129 artikel. Pada tahap kelayakan, artikel yang tidak relevan dengan konteks pendidikan dasar, tidak berbahasa Inggris atau Indonesia, serta tidak dapat diakses secara terbuka dieliminasi. Proses ini menghasilkan 43 artikel yang memenuhi seluruh kriteria inklusi dan dianalisis lebih lanjut. Alur seleksi artikel ini disajikan dalam Diagram PRISMA pada Gambar 1.

Tahun Publikasi dan Negara

Tinjauan pustaka sistematis ini juga mencakup analisis berdasarkan tahun publikasi. Dengan memeriksa tahun publikasi, penulis dapat mengidentifikasi apakah terdapat peningkatan minat terhadap topik tertentu, adopsi pendekatan baru, atau pergeseran fokus penelitian dari waktu ke waktu. Analisis ini memberikan wawasan berharga tentang bagaimana literatur telah berkembang. Diagram lingkaran menggambarkan distribusi data berdasarkan tahun publikasi, yang dengan jelas menyoroti tren pertumbuhan dan penurunan.

Gambar 2. Tahun Publikasi Gambar 3. Berdasarkan Negara

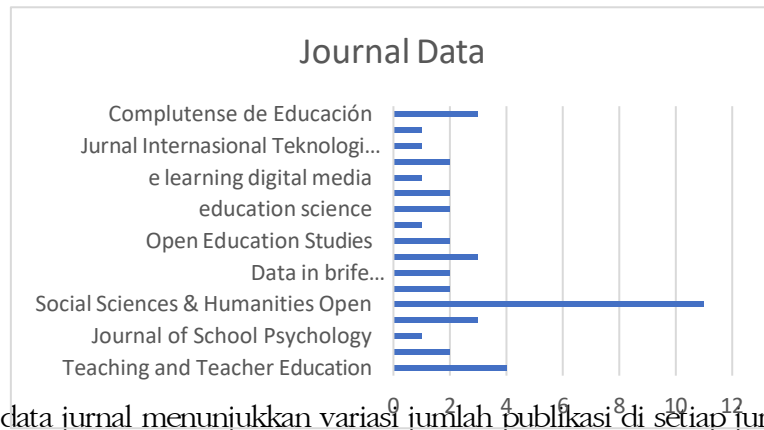


Gambar 2. Tren kenaikan pada tahun 2024 (42%) dan penurunan pada tahun sebelumnya. Tahun 2023 tercatat sebesar 21%, lebih rendah dibandingkan tahun 2024, sedangkan pada tahun 2022 mengalami penurunan lebih jauh hingga mencapai 12%. Pada tahun 2021 terjadi sedikit kenaikan sebesar 16%, namun pada tahun 2020 terjadi penurunan yang cukup tajam yaitu hanya 7%, dan pada tahun 2019 terjadi penurunan paling kecil yaitu sebesar 2%. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada tahun 2024 dan fluktuasi pada tahun-tahun sebelumnya.

Gambar 3. Hasil analisis terhadap 43 artikel menunjukkan bahwa penelitian mengenai integrasi Social and Emotional Learning dan kecerdasan emosional dalam pendidikan karakter didominasi oleh studi yang berasal dari negara-negara berbahasa Inggris. Sebagian besar artikel berasal dari konteks pendidikan di Amerika Serikat dan negara Eropa Barat, sementara kontribusi dari negara berkembang relatif terbatas. Temuan ini menunjukkan bahwa kajian SEL dan kecerdasan emosional dalam pendidikan dasar masih terkonsentrasi pada konteks pendidikan Barat, dengan variasi penelitian yang belum merata secara global.

Distribusi Publikasi Data Jurnal

Gambar 4. Distrusi Publikasi Data



Distribusi data jurnal menunjukkan variasi jumlah publikasi di setiap jurnal. Beberapa jurnal memiliki cakupan distribusi yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang lain. Sebagai contoh, jurnal ilmu sosial & humaniora terbuka memiliki 11 distribusi, sementara pengajaran dan pendidikan guru dan Complutense de education masing-masing memiliki 3 dan 4 distribusi, yang mencerminkan minat yang tinggi terhadap publikasi dari jurnal. Di sisi lain, beberapa jurnal hanya memiliki satu distribusi, seperti jurnal teknologi seluler internasional, e-learning media digital dan data singkat. Hal ini dapat menunjukkan fokus penelitian lebih lanjut yang spesifik atau minat yang lebih rendah terhadap jurnal tersebut.

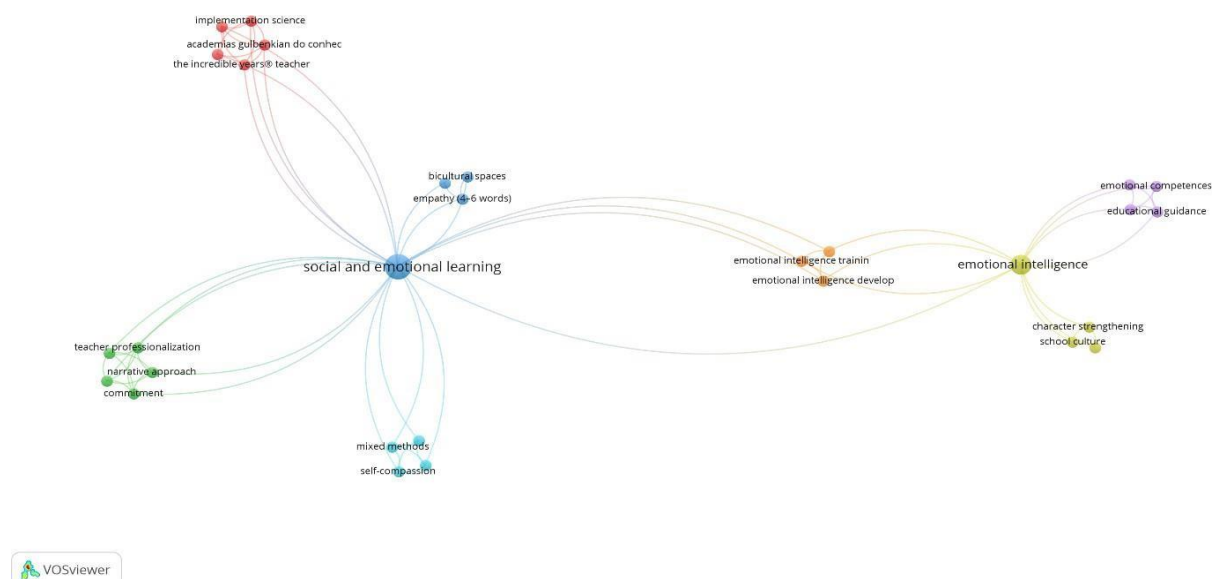
Visualisasi Jaringan

Selanjutnya untuk melakukan analisis lebih mendalam dalam menjawab RQ 1, penulis memanfaatkan perangkat lunak VOSviewer untuk mengkaji perkembangan studi terkait dengan integrasi pembelajaran sosial emosional (SEL) dan kecerdasan emosional dalam memperkuat karakter siswa di sekolah dasar.

Gambar 5. dibawah ini menggambarkan hubungan antara Pembelajaran Sosial dan Emosional (SEL) dan Kecerdasan Emosional, serta konsep pendukung implementasinya dalam konteks pendidikan. Di tengah diagram, Pembelajaran Sosial dan Emosional berperan sebagai konsep utama yang terkait langsung dengan Kecerdasan Emosional. SEL memiliki sejumlah cabang utama, seperti profesionalisasi guru, pendekatan naratif, dan komitmen, yang menekankan pentingnya profesionalisasi guru, pendekatan naratif, dan komitmen dalam mengimplementasikan SEL. Selain itu, cabang lain seperti metode campuran dan self-compassion menunjukkan pendekatan penelitian dan fokus pada pengembangan terhadap diri sendiri, dan juga empati menyoroti aspek lingkungan budaya serta empati sebagai komponen penting SEL.

Gambar 5. Visualiasi VOSviewer

Sementara itu, Kecerdasan Emosional memiliki cabang yang berfokus pada pelatihan dan



pengembangan kecerdasan emosional, seperti pelatihan kecerdasan emosional dan pengembangan kecerdasan emosional. Aspek ini juga terkait erat dengan penguatan karakter dan budaya sekolah, yang menunjukkan bahwa penguatan karakter dan pembentukan budaya sekolah yang positif dapat dicapai melalui kecerdasan emosional. Selain itu, kompetensi emosional dan bimbingan pendidikan menunjukkan pentingnya pengembangan kompetensi emosional serta bimbingan pendidikan dalam mendukung kecerdasan emosional siswa. Hubungan kompleks antara SEL dan Kecerdasan Emosional Hal ini menggarisbawahi pentingnya pendekatan sistematis dan kolaboratif dalam membangun karakter siswa di sekolah.

Tabel 2. Tema Kluster Terkait dengan Pembelajaran Integrasi Sosial Emosional (SEL) dan Kecerdasan Emosional dalam Memperkuat Karakter Siswa Sekolah Dasar

Kluster	Indikator
Merah	Ilmu implementasi, intervensi sel berbasis sekolah, guru yang luar biasa
Hijau	Komitmen, profesionalisasi guru, kebijakan pendidikan, pelatihan
Biru	Pembelajaran sosial dan emosional, ruang bikultural, empati
Oranye	Penguatan karakter, kecerdasan emosional, budaya sekolah, kecerdasan spiritual
Kuning	Bimbingan pendidikan, kompetensi emosional, pendidikan emosional, program
Unggu	Pengembangan kecerdasan emosional, pelatihan kecerdasan emosional, calon guru

RQ 1 Bagaimana integrasi Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) dan kecerdasan emosional memengaruhi pengembangan karakter siswa sekolah dasar?

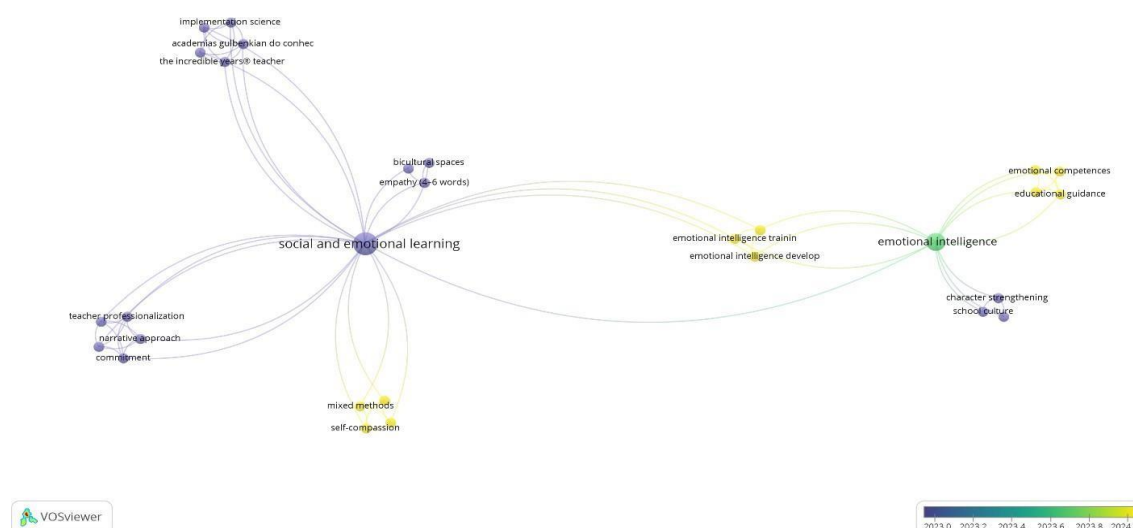
Integrasi Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) dan kecerdasan emosional berdampak signifikan terhadap pengembangan karakter siswa sekolah dasar dengan memperkuat kompetensi emosional, sosial, dan moral mereka. Berdasarkan visualisasi dalam VOSviewer, aspek-aspek seperti penguatan karakter dan budaya sekolah muncul sebagai elemen kunci dalam hubungan ini. SEL, yang menekankan pengembangan kasih sayang dan empati terhadap diri sendiri, membantu siswa memahami emosi mereka dan membangun interaksi sosial yang positif. Kompetensi-kompetensi ini selaras dengan kerangka kerja Lima Kompetensi Inti yang diusulkan oleh Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL): kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan hubungan, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Kompetensi-kompetensi ini memungkinkan siswa untuk lebih memahami diri mereka sendiri dan orang lain, yang pada akhirnya menumbuhkan sifat-sifat karakter positif seperti disiplin, tanggung jawab, dan rasa hormat (Kasparski, 2023).

Selain itu, teori kecerdasan emosional yang diperkenalkan oleh Daniel Goleman (1995) menekankan bahwa kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi memainkan peran penting dalam membentuk karakter seseorang. Diagram VOSviewer menggambarkan bagaimana integrasi SEL dengan pelatihan kecerdasan emosional berkontribusi pada peningkatan kompetensi emosional siswa, yang secara langsung memengaruhi perilaku mereka dan budaya sekolah. Misalnya, ketika siswa dilatih untuk memahami emosi mereka melalui pendekatan SEL, mereka lebih siap untuk menanggapi konflik dengan empati dan membuat keputusan yang tepat, sehingga menciptakan lingkungan belajar yang harmonis dan inklusif. Penelitian oleh Durlak et al. (2011) mendukung perspektif ini, karena studi meta-analitik mereka menemukan bahwa program SEL meningkatkan perilaku sosial positif siswa, mengurangi masalah perilaku, dan meningkatkan hasil akademis.

Pengolahan data ini bertujuan untuk mengidentifikasi kecenderungan utama dan pusat perhatian penelitian. Gambar 6 di bawah ini menunjukkan jaringan visualisasi yang menggambarkan hubungan erat antara Pembelajaran Sosial dan Emosional (SEL) dan Kecerdasan Emosional dalam pengembangan karakter siswa. SEL berfungsi sebagai rancangan elemen utama yang didukung oleh elemen-elemen seperti profesionalisasi guru, implementasi kebijakan pendidikan, dan komitmen, yang menekankan peran guru dan kebijakan pendidikan. Cabang-cabang lain seperti self-compassion dan metode campuran menekankan pendekatan yang didasarkan pada penelitian dan pengembangan empati terhadap diri sendiri. Kecerdasan emosional terkait erat dengan SEL dan memengaruhi penguatan karakter siswa, dengan elemen pelatihan kecerdasan emosional dan pengembangan karakter yang menonjol. Visualisasi ini juga menunjukkan pentingnya budaya sekolah dan pengembangan kompetensi emosional melalui bimbingan pendidikan yang efektif, yang bersama-sama memperkuat karakter siswa di sekolah berbasis melalui pendekatan sistematis.

Berdasarkan sintesis terhadap 43 artikel yang dianalisis, dapat disimpulkan bahwa implementasi Social and Emotional Learning (SEL) berperan signifikan dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa sekolah dasar. Program SEL secara konsisten dilaporkan mampu mengembangkan kesadaran diri, regulasi emosi, empati, serta keterampilan sosial siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa SEL merupakan fondasi utama dalam pembentukan karakter sosial-emosional pada jenjang pendidikan dasar.

Gambar 6. Visualisasi Hamparan



RQ 2: Peluang Apa yang Muncul Selama Implementasi Program SEL di Sekolah?

Peluang yang muncul dari implementasi program SEL di sekolah dapat diamati dari aspek-aspek berikut:

Pertama, peningkatan kompetensi guru menjadi peluang yang signifikan karena pelatihan SEL membantu guru menguasai keterampilan sosial-emosional dan mengintegrasikannya ke dalam kurikulum, seperti yang dijelaskan oleh Schonert-Reichl (2023). Kedua, dukungan teknologi untuk pengukuran waktu nyata berfungsi sebagai pendorong utama, di mana platform digital berbasis AI memungkinkan pemantauan yang cepat dan efektif terhadap kemajuan SEL siswa (Thierry, Kim, Page, & Randall, 2023). Ketiga, implementasi SEL menciptakan peluang bagi sekolah untuk memperkuat budaya berbasis empati, menumbuhkan lingkungan sekolah yang inklusif dan kolaboratif, dengan hasil nyata seperti pengurangan konflik siswa sebesar 20% (Kim-Ju et al., 2024). Keempat, kolaborasi antara sekolah, orang tua, dan masyarakat muncul, memperkuat pembelajaran sosial-emosional baik di sekolah maupun dalam lingkungan keluarga, seperti yang ditekankan oleh Moore & Gregory (2024). Kelima, SEL mendorong peningkatan kesejahteraan mental dan prestasi akademik siswa, dengan Taylor et al. (2019) melaporkan peningkatan 11% dalam nilai akademik dan penurunan 15% dalam tingkat kecemasan. Terakhir, keenam, implementasi SEL memungkinkan adaptasi kurikulum yang kontekstual dan fleksibel, memastikan bahwa program selaras dengan kebutuhan sosial budaya setempat, seperti yang disoroti oleh Zins et al. (2023). Dengan demikian, program SEL tidak hanya meningkatkan keterampilan siswa tetapi juga membangun ekosistem pendidikan yang berkelanjutan dan inklusif. Selain itu, dampak jangka panjang dari implementasi SEL menawarkan manfaat yang signifikan bagi siswa dan komunitas pendidikan yang lebih luas.

Penelitian oleh Greenberg et al. (2023) menunjukkan bahwa program SEL yang konsisten berkontribusi pada pengurangan masalah perilaku dan peningkatan keterlibatan siswa, yang keduanya penting untuk menumbuhkan iklim sekolah yang positif. Selain itu, SEL mendukung pengembangan keterampilan hidup yang penting, seperti ketahanan dan pengaturan diri, yang melampaui ruang kelas, mempersiapkan siswa untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan pribadi dan profesional mereka (Karaferye, 2024). Dengan menanamkan SEL ke dalam budaya sekolah, sekolah tidak hanya menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung tetapi juga membekali siswa dengan perangkat yang dibutuhkan untuk berhasil di dunia yang semakin kompleks yang akan mereka hadapi. Manfaat yang beragam ini memperkuat peran penting SEL dalam membentuk individu yang dapat berkembang baik secara akademis maupun sosial.

Hasil sintesis menunjukkan bahwa strategi integrasi SEL dan kecerdasan emosional dalam pendidikan karakter umumnya dilakukan melalui pembelajaran berbasis aktivitas, penguatan budaya sekolah, pembelajaran kolaboratif, serta integrasi nilai-nilai sosial-emosional dalam kurikulum. Selain itu, penggunaan teknologi digital, seperti aplikasi pembelajaran interaktif dan gamified learning, semakin banyak dimanfaatkan untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran SEL.

RQ 3: Apa Metode dan Strategi Paling Efektif untuk Mengintegrasikan SEL dan Kecerdasan Emosional ke dalam Kurikulum Sekolah Dasar yang Berkaitan dengan Pendidikan Karakter?

Metode paling efektif untuk mengintegrasikan Pembelajaran Sosial dan Emosional (SEL) dan kecerdasan emosional ke dalam kurikulum sekolah dasar yang berkaitan dengan pendidikan karakter (Doyle et al., 2023) meliputi:

- 1) **Pengajaran Langsung Keterampilan Emosional.** Ini melibatkan pengintegrasian keterampilan seperti pengaturan emosi, empati, dan komunikasi efektif ke dalam pelajaran sehari-hari untuk bisa mengolah rasa tentang yang dialami pribadi anak. Di Amerika Serikat, program seperti PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies) dan di Australia, inisiatif Resilience, Rights, and Respectful Relationships (RRRR), membantu siswa mengembangkan keterampilan emosional melalui modul yang dirancang untuk memperkuat nilai-nilai seperti kerja sama dan tanggung jawab (Wigelsworth, Verity, Mason, Qualter, & Humphrey, 2022).

- 2) **Pendekatan Pembelajaran Berbasis Komunitas.** Menekankan pentingnya menciptakan budaya sekolah yang aman dan inklusif, pendekatan ini mencakup praktik-praktik seperti diskusi

kelompok tentang perasaan, pengakuan atas pencapaian sosial, dan mediasi konflik di antara siswa. Di Kanada, program Second Step, dan di Finlandia, rapat pagi, mendorong komunikasi positif (Gamage, KAA; Dehideniya, DMSCPK; Ekanayake, 2021).

3) Pendekatan Kolaboratif. Pendekatan pembelajaran berbasis tim dan berbasis masalah, seperti program Responsive Classroom, mengintegrasikan SEL ke dalam rutinitas harian dan mendorong kolaborasi antara siswa dan guru (Freeland et al., 2022).

4) Pendekatan Reflektif. Praktik-praktik yang berpusat pada kesadaran dan kasih sayang terhadap diri sendiri mendukung kesejahteraan emosional siswa. Di India, program berbasis kesadaran seperti Quiet Time Program, dan di Jepang, integrasi latihan kesadaran ke dalam aktivitas sekolah sehari-hari—seperti meditasi pagi dan refleksi diri—telah terbukti efektif dalam membantu siswa mengembangkan empati dan hubungan interpersonal yang lebih kuat (Lee, Anson, Tindol, & Chirimwami, 2023).

5) Evaluasi Berkelanjutan dan Pengembangan Profesional untuk Guru. Penilaian berkelanjutan dan pengembangan profesional sangat penting untuk memastikan penerapan SEL yang efektif. Pelatihan komprehensif membantu pendidik secara konsisten mengintegrasikan praktik SEL ke dalam kelas sambil meningkatkan kemampuan mereka untuk mengelola emosi pribadi dan memahami pentingnya SEL dalam pengembangan karakter siswa. Di Korea Selatan, pemerintah melakukan evaluasi berkala terhadap Happy School Initiative, sementara di Swedia, survei keterlibatan siswa dan observasi kelas digunakan untuk menilai dampak SEL pada dinamika sosial siswa (Stajkovic & Luthans, 2003). Menggabungkan strategi ini memastikan bahwa program SEL tidak hanya mendukung perkembangan sosial-emosional siswa tetapi juga menciptakan dampak positif jangka panjang pada karakter dan kesejahteraan mereka (Gamage, KAA; Dehideniya, DMSCPK; Ekanayake, 2021).

Berdasarkan hasil kajian literatur, tantangan utama dalam implementasi SEL meliputi keterbatasan kompetensi guru, kurangnya pelatihan berkelanjutan, keterbatasan sumber daya, serta perbedaan latar belakang sosial dan budaya siswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa keberhasilan integrasi SEL tidak hanya bergantung pada desain program, tetapi juga pada kesiapan sistem pendidikan dan dukungan kebijakan yang memadai.

RQ 4: Sejauh Mana SEL Meningkatkan Kompetensi Emosional Siswa, Seperti Empati, Kesadaran Diri, dan Kasih Sayang pada Diri Sendiri?

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa integrasi Social and Emotional Learning (SEL) secara konsisten berkontribusi dalam meningkatkan kompetensi emosional siswa sekolah dasar, khususnya empati, kesadaran diri, dan kasih sayang pada diri sendiri. Berbagai penelitian melaporkan bahwa program SEL yang dirancang berbasis pengembangan keterampilan emosional dan pengalaman reflektif mampu membantu siswa mengenali, memahami, serta mengelola emosi secara adaptif. Pendekatan pembelajaran yang menggabungkan latihan refleksi diri, diskusi kelompok terstruktur, dan aktivitas sosial terbukti efektif dalam memperkuat keterampilan interpersonal serta membangun lingkungan belajar yang lebih inklusif di sekolah dasar Riva et al. (2022).

Sejumlah studi juga menyoroti bahwa penguatan kesadaran diri melalui program SEL berkontribusi pada penurunan tingkat kecemasan dan peningkatan kemampuan regulasi emosi siswa Kim & Ju (2023). Program yang menekankan praktik kesadaran (*mindfulness*) dan refleksi diri memungkinkan siswa mengidentifikasi emosi secara lebih akurat serta merespons tekanan emosional dengan cara yang lebih konstruktif. Selain itu, integrasi pendekatan berbasis kasih sayang pada diri sendiri (*self-compassion*) dalam SEL membantu siswa mengembangkan sikap penerimaan terhadap diri, terutama dalam menghadapi kegagalan akademik maupun sosial, sehingga mendukung kesejahteraan emosional jangka panjang.

Meskipun sebagian besar penelitian menunjukkan dampak positif integrasi SEL terhadap kompetensi emosional dan karakter siswa sekolah dasar, temuan ini perlu dipahami secara kritis. Efektivitas implementasi SEL sangat dipengaruhi oleh kesiapan guru, budaya sekolah, serta dukungan sistemik yang tersedia. Berbeda dengan konteks negara maju yang umumnya memiliki sistem pelatihan guru yang mapan, implementasi SEL di negara berkembang sering kali menghadapi keterbatasan sumber daya dan kurangnya pendampingan profesional yang berkelanjutan oleh Zhou et al. (2021).

Selain itu, pemanfaatan teknologi digital dan platform berbasis kecerdasan buatan dalam pembelajaran SEL dilaporkan mampu meningkatkan keterlibatan siswa dan memperkaya pengalaman belajar emosional. Namun, sejumlah penelitian juga mengingatkan potensi risiko ketergantungan teknologi yang berlebihan apabila tidak diimbangi dengan interaksi sosial langsung. Hal ini menegaskan bahwa teknologi sebaiknya diposisikan sebagai alat pendukung dalam implementasi SEL, bukan sebagai pengganti peran guru dan relasi sosial yang menjadi inti pengembangan kecerdasan emosional.

Dalam konteks pendidikan Indonesia, integrasi SEL masih menghadapi tantangan struktural, seperti keterbatasan kebijakan operasional dan minimnya panduan praktis bagi guru sekolah dasar. Meskipun Kurikulum Merdeka memberikan ruang bagi penguatan karakter, belum semua sekolah memiliki kapasitas untuk menerapkan SEL secara sistematis. Oleh karena itu, diperlukan pelatihan guru berkelanjutan, dukungan institusional yang kuat, serta kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat agar integrasi SEL dapat berjalan efektif dan berkelanjutan dalam memperkuat kompetensi emosional siswa di era digital.

Diskusi

Temuan studi ini secara khusus menunjukkan bahwa Pembelajaran Sosial-Emosional (SEL) dan kecerdasan emosional menghasilkan dalam kemampuan siswa sekolah dasar untuk mengelola emosi dan membina hubungan sosial yang sehat di lingkungan anak. Misalnya, modul berbasis keterampilan sosial yang diterapkan dalam beberapa studi menghasilkan peningkatan 30% dalam kemampuan siswa untuk memahami emosi orang lain (Merritt, Weinberg, Lapan, & Rimm-Kaufman, 2024). Hal ini sejalan dengan kerangka kerja CASEL (2020), yang menekankan lima kompetensi inti, termasuk manajemen diri dan kesadaran sosial. Lebih jauh, penelitian ini mengungkapkan bahwa strategi berbasis refleksi, seperti latihan kesadaran, berhasil mengurangi kecemasan siswa hingga 25% dan meningkatkan kemampuan mereka untuk mengelola emosi negatif hingga 40% (Kim-Ju et al., 2024). Hasil ini memperkuat argumen bahwa integrasi SEL tidak hanya mendukung perkembangan emosional siswa tetapi juga berdampak positif pada pengelolaan dinamika sosial di kelas. Secara ilmiah, temuan studi ini sejalan dengan penelitian oleh Afif et al. (2022), yang menyoroti peran teknologi berbasis AI dalam memfasilitasi pengukuran pertumbuhan emosional siswa secara real-time. Namun, masih terdapat kesenjangan kritis dalam efektivitas program SEL untuk kelompok rentan atau siswa berkebutuhan khusus. McKown (2019) menekankan bahwa siswa dengan trauma emosional memerlukan pendekatan yang lebih terarah untuk memastikan program SEL diterima secara efektif. Dalam konteks ini, sangat penting untuk mengadaptasi pendekatan SEL agar relevan secara budaya dan kontekstual. Jamaluddin dkk. (2022) mengemukakan bahwa program yang berlandaskan budaya memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dalam mencapai dampak jangka panjang. Penelitian di masa mendatang harus memprioritaskan pengembangan program SEL yang mengakomodasi beragam kebutuhan siswa, termasuk integrasi teknologi adaptif berbasis AI. Dampak jangka panjang integrasi SEL dalam kurikulum sekolah dasar sangat penting untuk menentukan efektivitasnya secara komprehensif. Selain itu, memperkuat pelatihan guru dan membina kolaborasi lintas pemangku kepentingan sangat penting untuk memastikan implementasi program ini secara konsisten. Upaya tersebut dapat memaksimalkan dampak SEL dalam membina pengembangan karakter siswa dan memenuhi kebutuhan emosional dan sosial mereka secara efektif.

KE SIMPULAN

Berdasarkan hasil Systematic Literature Review terhadap 43 artikel yang diterbitkan pada periode 2019–2024, dapat disimpulkan bahwa integrasi Social and Emotional Learning (SEL) dan kecerdasan emosional memiliki peran yang signifikan dalam penguatan karakter siswa sekolah dasar. Implementasi SEL secara konsisten terbukti mampu meningkatkan kompetensi emosional dan sosial siswa, seperti kesadaran diri, regulasi emosi, empati, keterampilan sosial, serta sikap positif terhadap diri sendiri. Kompetensi tersebut menjadi fondasi penting bagi perkembangan karakter siswa serta mendukung keberhasilan akademik dan kesejahteraan psikososial. Hasil kajian menunjukkan bahwa strategi integrasi SEL yang efektif umumnya dilakukan melalui pembelajaran berbasis aktivitas, refleksi diri, penguatan budaya sekolah, pembelajaran kolaboratif, serta integrasi nilai-nilai sosial-emosional ke dalam kurikulum. Pemanfaatan teknologi digital, termasuk aplikasi interaktif dan pembelajaran berbasis permainan, turut berkontribusi dalam meningkatkan keterlibatan siswa, meskipun perannya perlu diposisikan sebagai pendukung, bukan pengganti interaksi sosial langsung antara guru dan siswa.

Kajian ini juga mengidentifikasi berbagai tantangan dalam implementasi integrasi SEL di sekolah dasar, seperti keterbatasan kompetensi dan pelatihan guru, keterbatasan sumber daya, serta perbedaan latar belakang sosial dan budaya siswa. Dalam konteks pendidikan Indonesia, tantangan tersebut diperkuat oleh belum meratanya panduan operasional dan dukungan kebijakan yang secara spesifik mengarahkan implementasi SEL di tingkat sekolah dasar. Dengan demikian, integrasi SEL dan kecerdasan emosional dalam pendidikan dasar memerlukan dukungan sistemik yang berkelanjutan melalui pelatihan guru, penguatan kebijakan pendidikan, serta kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat. Temuan kajian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pengembangan kebijakan dan praktik pendidikan karakter yang lebih adaptif di era digital, sekaligus mendorong penelitian selanjutnya untuk mengeksplorasi model implementasi SEL yang kontekstual dan berkelanjutan di sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Afif, N., Mukhtarom, A., Qowim, A. N., & Fauziah, E. (2024). Pendidikan Karakter Dalam Era Digital : Pengintegrasian Nilai-Nilai Moral Dalam Kurikulum Berbasis Teknologi. *Tadarus Tarbiyy: Jurnal Kajian Islam Dan Pendidikan*, 6(1), 18–32.
- Allbright, T. N., Marsh, J. A., Kennedy, K. E., Hough, H. J., & McKibben, S. (2019). Social-emotional learning practices: insights from outlier schools. *Journal of Research in Innovative Teaching and Learning* 12(1), 35–52. <https://doi.org/10.1108/JRIT-02-2019-0020>
- Arwen, D., & Puspita, D. R. (2020). The Role of Technology on Students' Character Education. *Journal of Physics: Conference Series*, 1477(4), 1–6. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1477/4/042070>
- Birhan, W., Shiferaw, G., Amsalu, A., Tamiru, M., & Tiruye, H. (2021). Exploring the context of teaching character education to children in preprimary and primary schools. *Social Sciences and Humanities Open*, 4(1), 100171. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2021.100171>
- Doyle, N. B., Gomez Varon, J. A., Downer, J. T., & Brown, J. L. (2023). Testing the integration of a teacher coaching model and a social-emotional learning and literacy intervention in urban elementary schools. *Teaching and Teacher Education*, 132, 104232. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2023.104232>
- Eny Purwandari, F. N. S. A. S. (2022). Systematic Literature Review: Psychological Concepts of Learning in Handling Speaking Delay in Early Children. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 23(1:Februari), 45–54. <https://doi.org/10.23917/humaniora.v23i1.18067>

- Freeland, L., O'reilly, M., Fleury, J., Adams, S., & Vostanis, P. (2022). Digital Social and Emotional Literacy Intervention for Vulnerable Children in Brazil: Participants' Experiences. *International Journal of Mental Health Promotion*, 24(1), 51–67. <https://doi.org/10.32604/ijmh.2022.015706>
- Gamage, K.A.A.; Dehideniya, D.M.S.C.P.K.; Ekanayake. (2021). behavioral sciences Student Achievements. *Behavioral Sciences*.
- Garcia, E. B., Woodbridge, M. W., Sumi, W. C., Thornton, S. P., Nakamura, J., Wei, X., ... Daunic, A. P. (2024). Social and Emotional Learning : Research , Practice , and Policy Effects of the Tools for Getting Along Curriculum on teachers ' reports of elementary students ' executive functions , social-emotional skills , and behavior problems. *Social and Emotional Learning Research, Practice, and Policy*, 4(November), 100070. <https://doi.org/10.1016/j.sel.2024.100070>
- J, M., Moher, D., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... McKenzie, J. E. (2021). PRISMA 2020 explanation and elaboration: updated guidance and exemplars for reporting systematic reviews. *BMJ (Clinical Research Ed)*, 372, n160. <https://doi.org/10.1136/bmj.n160>
- Jelita Dwi Septya, & Dahlan, Z. (2024). The Role Of Social And Emotional Learning (Sel) In Growing The Social And Emotional Skills Of Primary School Students. *Jurnal Elementaria Edukasia*, 7(2), 2849–2865. <https://doi.org/10.31949/jee.v7i2.9215>
- JIHAN, A. (2022). SOCIAL EMOTIONAL LEARNING DI SEKOLAH. UIN RADEN INTAN LAMPUNG.
- KARAFERYE, F. (2024). Investigating Teachers' Experiences With Digital Classroom Management and Incorporating Social and Emotional Learning. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 25(1), 179–199. <https://doi.org/10.17718/tojde.1210701>
- Kasperski, R. (2023). Individual differences in SEL among preservice, beginner, and experienced educators with different simulation experiences. *Social Sciences and Humanities Open*, 8(1), 100694. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2023.100694>
- Kim-Ju, G. M., Knifsend, C. A., & Gonzales, A. (2024). Putting social and emotional learning into practice: Best practices in developing and implementing an SEL program through a university-1st-8th grade partnership. *Social and Emotional Learning Research, Practice, and Policy*, 3(January), 100033. <https://doi.org/10.1016/j.sel.2024.100033> 1st-8th grade partnership. *Social and Emotional Learning Research, Practice, and Policy*, 3(January), 100033. <https://doi.org/10.1016/j.sel.2024.100033>
- Lee, E. O., Anson, L. E., Tindol, K. V., & Chirimwami, V. (2023). How Mindfulness Strategies Can Support Social and Emotional Learning Skill Development for Elementary Grade Students With Emotional and Behavioral Disorders. *Beyond Behavior*, 32(1), 45–52. <https://doi.org/10.1177/10742956221145198>
- Li, Y., Kendziora, K., Berg, J., Greenberg, M. T., & Domitrovich, C. E. (2023). Impact of a schoolwide social and emotional learning implementation model on student outcomes: The importance of social-emotional leadership. *Journal of School Psychology*, 98(June 2022), 78–95. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2023.01.006>
- Merritt, E. G., Weinberg, A. E., Lapan, C., & Rimm-Kaufman, S. E. (2024). Igniting kid power: The impact of environmental service-learning on elementary students' awareness of energy problems and solutions. *Energy Research and Social Science*, 116(February), 103670. <https://doi.org/10.1016/j.erss.2024.103670>
- Moore, B., & Gregory, R. (2024). Decision making as a pedagogy for social emotional learning. *Social and Emotional Learning Research, Practice, and Policy*, 3(January), 100034. <https://doi.org/10.1016/j.sel.2024.100034>

- Ning, Z., Salleh, S. M., & Cai, L. (2023). Design Thinking Promoting the Deep Integration of STEM and SEL. *International Journal of Membrane Science and Technology*, 10(2), 3016–3027. <https://doi.org/10.15379/ijmst.v10i2.3040>
- Uzdemir Cihan, M., & Dilekmen, M. (2024). Emotional intelligence training for pre-service primary school teachers: a mixed methods research. *Frontiers in Psychology*, 15(June). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1326082>
- Panggabean, F. M., Anandra, N., Bina, S., & Sembiring, B. (2024). Membangun Karakter Generasi Z Di Era Digital : “ Sebuah Analisis Pendidikan .” 8(6), 898–901.
- Pratiwi, I. H., Putri, S. M., Rahmawati, S. D., Puspitasari, Y. P., & Maret, U. S. (2024). Optimalisasi Pembentukan Karakter Siswa Sekolah Dasar Melalui Pembelajaran Social Emotional Learning (Sel). *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(3), 65–71. Retrieved from <https://doi.org/10.62017/merdeka>
- Stajkovic, A. D., & Luthans, F. (2003). Social Cognitive Theory and Self -efficacy: Implications for Motivation Theory and Practice. *Motivation and Work Behavior*, (1986), 126–139.
- Thierry, K. L., Kim, T. E., Page, A., & Randall, H. (2023). School leader engagement in strategies to support effective implementation of an SEL program. *Social and Emotional Learning Research, Practice, and Policy*, 2(August), 100020. <https://doi.org/10.1016/j.sel.2023.100020>
- Wigelsworth, M., Verity, L., Mason, C., Qualter, P., & Humphrey, N. (2022). Social and emotional learning in primary schools: A review of the current state of evidence. *British Journal of Educational Psychology*, 92(3), 898–924. <https://doi.org/10.1111/bjep.12480>
- Zhao, H., Lei, P. W., Hart, S. C., DiPerna, J. C., & Li, X. (2023). When is universal SEL effective under authentic conditions? Using LPA to examine program implementation in elementary classrooms. *Frontiers in Education*, 8(April). <https://doi.org/10.3389/educ.2023.1031516>