

## **PEMBELAJARAN SOSIAL- EMOSIONAL SEBAGAI STRATEGI REDUKSI PERILAKU PERUNDUNGAN DI SEKOLAH**

Rhifa Nurfitria<sup>1</sup>, Asep Sahrul Gunawan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>PGSD Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Bina Mutiara

<sup>1</sup>rhifanurfitria2@gmail.com, <sup>2</sup>asepsahrulgunawan.asg@gmail.com

### **ABSTRACT**

*Bullying in elementary schools is a serious problem that negatively impacts students' social-emotional development and academic achievement. This study aims to analyze the effectiveness of Social-Emotional Learning (SEL) as a strategy to reduce bullying behavior in the school environment. The method used was a systematic literature review, analyzing 13 SINTA-indexed journal articles and 3 relevant reference books. The findings indicate that SEL is effective in reducing bullying behavior by strengthening five core competencies: self-awareness, self-management, social awareness, relationship skills, and responsible decision-making. Additionally, the success of SEL implementation is influenced by several supporting factors, such as high levels of student empathy, the creation of a positive school climate, and the active involvement of teachers and parents. This study concludes that PSE is an effective strategy for preventing and addressing bullying in elementary schools. Therefore, it is recommended that the PSE program be adapted to incorporate Indonesian local wisdom values, and that longitudinal research be conducted to assess the sustainability of its implementation effects.*

*Keywords: social-emotional learning, bullying, elementary school, systematic literature review*

### **ABSTRAK**

Perilaku perundungan (bullying) di sekolah dasar merupakan permasalahan serius yang berdampak negatif terhadap perkembangan sosial-emosional dan prestasi akademik siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas Pembelajaran Sosial-Emosional (PSE) sebagai strategi dalam mereduksi perilaku perundungan di lingkungan sekolah. Metode yang digunakan adalah *systematic literature review* dengan menganalisis 13 artikel jurnal terindeks SINTA serta 3 buku referensi yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa PSE efektif dalam menurunkan perilaku perundungan melalui penguatan lima kompetensi utama, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Selain itu, keberhasilan implementasi PSE dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung, seperti tingginya empati siswa, terciptanya iklim sekolah yang positif, serta keterlibatan aktif guru dan orang tua. Penelitian ini menyimpulkan bahwa PSE merupakan strategi yang efektif dalam upaya pencegahan dan penanganan perundungan di sekolah dasar. Oleh karena itu, direkomendasikan adanya adaptasi program PSE dengan nilai-nilai

kearifan lokal Indonesia serta perlunya penelitian longitudinal untuk mengkaji keberlanjutan dampak implementasinya.

Kata kunci: pembelajaran sosial-emosional, perundungan, sekolah dasar, *systematic literature review*

### **A. Pendahuluan**

Pendidikan dasar merupakan fondasi utama dalam pembentukan karakter, keterampilan sosial, dan perkembangan emosional anak. Pada jenjang sekolah dasar, anak tidak hanya memperoleh pengetahuan akademik, tetapi juga membangun kemampuan berinteraksi, berempati, serta mengelola emosi yang akan menjadi bekal sepanjang hayat. Keberhasilan pendidikan pada tahap ini tidak hanya diukur dari capaian kognitif semata, melainkan juga dari kemampuan siswa untuk tumbuh menjadi individu yang resilien, berkarakter, dan mampu hidup berdampingan secara harmonis dalam masyarakat yang beragam.

Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa lingkungan sekolah dasar justru kerap menjadi arena terjadinya perilaku perundungan (*bullying*). Perundungan tidak hanya terbatas pada kekerasan fisik, tetapi juga mencakup ejekan verbal, pengucilan sosial, hingga intimidasi melalui media digital

(*cyberbullying*). Dampaknya sangat serius: korban perundungan mengalami gangguan kecemasan, depresi, penurunan rasa percaya diri, kesulitan berkonsentrasi, hingga prestasi akademik yang merosot. Sementara itu, pelaku perundungan berisiko mengembangkan pola perilaku agresif yang berkelanjutan hingga dewasa.

Data dari berbagai lembaga menunjukkan tingginya angka perundungan di Indonesia. Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) mencatat puluhan kasus kekerasan di satuan pendidikan setiap tahunnya, sementara Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) secara konsisten melaporkan bahwa kasus perundungan berada dalam kategori tertinggi pengaduan kekerasan terhadap anak. Angka-angka ini hanyalah puncak gunung es, mengingat banyak kasus tidak dilaporkan karena korban merasa takut atau malu. Fenomena ini menuntut adanya intervensi yang

tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga preventif dan sistemik.

Berbagai upaya telah dilakukan untuk mengatasi perundungan, mulai dari penerapan peraturan sekolah, pemberian sanksi tegas, hingga program penyuluhan anti-kekerasan. Namun, pendekatan yang berorientasi pada hukuman (*punishment-based*) terbukti kurang efektif dalam mengubah perilaku secara mendasar karena tidak menyentuh akar masalah, yaitu rendahnya kompetensi sosial dan emosional siswa. Pendekatan semacam itu cenderung bersifat reaktif, hanya menangani gejala tanpa membangun kapasitas internal siswa untuk mengenali emosi, mengendalikan diri, dan berempati terhadap orang lain.

Sebagai alternatif, Pembelajaran Sosial-Emosional (*Social-Emotional Learning/SEL*) atau PSE muncul sebagai pendekatan yang menjanjikan. PSE bertujuan mengembangkan lima kompetensi inti: kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan bertanggung jawab. Secara teoretis, PSE berakar pada Teori Pembelajaran Sosial Bandura dan kecerdasan emosional Goleman,

yang diperkuat oleh kerangka CASEL sebagai standar internasional.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini tidak sekadar bertanya apakah PSE efektif, melainkan bagaimana konsep PSE dipahami oleh para pendidik, bagaimana strategi implementasinya dijalankan dalam konteks sekolah dasar, serta bagaimana PSE dapat diadaptasi secara kontekstual untuk mereduksi perilaku perundungan. Dengan kata lain, penelitian ini berusaha menjawab pertanyaan: **Bagaimana kerangka teoretis, implementasi praktis, dan adaptasi kontekstual Pembelajaran Sosial-Emosional dapat dirumuskan sebagai strategi reduksi perundungan di sekolah dasar?**

Penelitian ini bertujuan: (1) menganalisis konsep dan kerangka teoretis PSE; (2) mengevaluasi efektivitas PSE dalam menurunkan perundungan; (3) membangun sinergi antara PSE dengan kearifan lokal Indonesia; dan (4) merumuskan rekomendasi implementatif bagi guru, kepala sekolah, dan pembuat kebijakan.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis

*systematic literature review* (SLR). Pendekatan ini dipilih untuk mengkaji, mensintesis, dan menganalisis secara kritis berbagai temuan penelitian terdahulu tentang implementasi PSE sebagai strategi reduksi perundungan di sekolah dasar. Sumber data terdiri dari 13 artikel jurnal terindeks SINTA dan 3 buku referensi relevan.

Sumber data dalam penelitian ini berasal dari dua kategori, yaitu sumber primer dan sumber sekunder. Sumber primer berupa artikel-artikel jurnal ilmiah terindeks SINTA yang relevan serta buku-buku referensi yang membahas secara spesifik tentang Pembelajaran Sosial-Emosional, perundungan, dan pendidikan karakter di sekolah dasar. Sumber sekunder meliputi laporan lembaga resmi seperti Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), serta dokumen kebijakan pendidikan nasional yang digunakan untuk memperkuat argumentasi dengan data faktual dan kontekstual.

Penelusuran literatur dilakukan melalui Google Scholar menggunakan kata kunci: "pembelajaran sosial emosional", "social emotional learning", "SEL", "perundungan", dan "sekolah dasar", dengan operator

Boolean AND/OR. Kriteria inklusi meliputi artikel SINTA, publikasi relevan dalam bahasa Indonesia/Inggris, dan tersedia full text. Artikel duplikat, *non-peer review*, atau di luar jenjang SD dieksklusi.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*) dengan pendekatan tematik. Data yang telah diekstraksi dikelompokkan berdasarkan tema-tema utama yang muncul, seperti konsep PSE, bentuk-bentuk perundungan, efektivitas PSE, faktor pendukung dan penghambat implementasi, serta adaptasi kontekstual. Setiap tema dianalisis secara kritis untuk menemukan pola, hubungan antar-konsep, serta kesenjangan yang belum terpecahkan. Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menerapkan triangulasi sumber, yaitu membandingkan dan mengonfirmasi temuan dari berbagai sumber literatur yang berbeda (antar-jurnal dan antar-buku). Selain itu, dilakukan audit trail dengan mendokumentasikan seluruh proses pencarian, seleksi, dan analisis secara transparan sehingga pembaca dapat menelusuri kembali langkah-langkah penelitian. Peneliti juga menerapkan refleksi kritis (*self-*

*reflection*) untuk meminimalkan bias subjektivitas dalam interpretasi data.

### **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Berdasarkan kajian terhadap 13 artikel jurnal terindeks SINTA dan 3 buku referensi, ditemukan bahwa konsep Pembelajaran Sosial-Emosional (PSE) di sekolah dasar secara konsisten merujuk pada kerangka yang dikembangkan oleh *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning* (CASEL). Kerangka ini mencakup lima kompetensi inti yang saling terkait, yaitu kesadaran diri (*self-awareness*), pengelolaan diri (*self-management*), kesadaran sosial (*social awareness*), keterampilan berelasi (*relationship skills*), dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (*responsible decision-making*).

Beberapa penelitian memperkuat konsep ini. Siregar dkk. (2025) menegaskan kelima kompetensi PSE sangat relevan untuk interaksi sosial sehat di SD. Tsary dkk. (2024) menunjukkan PSE dapat diintegrasikan dalam mata pelajaran akademik melalui diskusi kelompok dan permainan peran. Sementara itu, Apriyanto dk. (2025) merumuskan

model penguatan sosial-emosional melalui pembelajaran kolaboratif dengan prinsip *positive interdependence*.

Redhana (2025) dalam bukunya Pembelajaran Sosial Emosional menguraikan secara komprehensif bahwa PSE tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga menekankan pentingnya kesejahteraan emosional dan sosial sebagai bagian integral dari perkembangan manusia. Buku tersebut juga menjelaskan sejarah perkembangan PSE dari teori pembelajaran sosial Bandura (1960-an), kecerdasan emosional Goleman (1995), hingga pembentukan CASEL sebagai standar internasional.

**Tabel 1 Konsep PSE Berdasarkan Kajian Literatur**

<b>Kompetensi Inti PSE</b>	<b>Definisi Operasional</b>	<b>Contoh Implementasi di SD (Temuan Literatur)</b>
Kesadaran diri	Kemampuan mengenal emosi, kekuatan, dan kelemahan diri	Jurnal reflektif (Ilmi, Zakiah, & Sakmal, 2025); identifikasi perasaan melalui kartu emosi (Magfirah & Iswatiningsih, 2025)
Pengelolaan diri	Kemampuan mengatur emosi dan perilaku dalam	Teknik STOP: <i>Stop, Take a breath, Observe,</i>

	berbagai situasi	<i>Proceed</i> (Prasetyawan, Erman, & Sulastri, 2024); latihan pernapasan (Redhana, 2025)
Kesadaran sosial	Kemampuan berempati dan memahami perspektif orang lain	Permainan peran ( <i>role play</i> ) (Akbar, Nurdin, Rakhmata, Maftuha, & Kurniawaty, 2026); diskusi kasus perundungan (Harmiasih, Kumari, & Watini, 2023)
Keterampilan berelasi	Kemampuan membangun hubungan positif dan menyelesaikan konflik	Kerja kelompok kolaboratif (Arista, Mahanangtyas, & Ritiauw, 2025); mediasi teman sebaya (Pratiwi & Eliasa, 2024)
Pengambilan keputusan bertanggung jawab	Kemampuan mempertimbangkan etika dan konsekuensi dalam bertindak	Musyawarah kelas (Mulyani, dkk. 2025); kontrak sosial kelas (Togatorop, Taneo, & Hikmah, 2025)

secara eksplisit maupun terintegrasi dalam kurikulum. Teori Kecerdasan Emosional Goleman (1995) memperkuat bahwa kesadaran diri dan pengelolaan diri merupakan fondasi bagi terbentuknya empati dan keterampilan sosial. Dalam konteks sekolah dasar, anak usia 7–12 tahun berada pada tahap perkembangan psikososial *industry vs. inferiority* (Erikson, 1968), di mana kemampuan berinteraksi dengan teman sebaya menjadi tolok ukur kompetensi diri.

Ilmi dkk. (2025) menegaskan model SEL dalam pembelajaran Bahasa Indonesia membantu siswa mengekspresikan emosi dan memahami perspektif orang lain. Redhana (2025) menjelaskan PSE berperan penting menciptakan lingkungan belajar yang positif dan inklusif. Dengan demikian, penguatan lima kompetensi PSE sejak dini menjadi sangat krusial untuk mencegah perundungan.

Temuan ini sejalan dengan kerangka CASEL (2020) yang menegaskan bahwa kelima kompetensi PSE bersifat *interconnected* dan dapat diajarkan

**Tema 2: Efektivitas Pembelajaran Sosial-Emosional dalam Mereduksi Perundungan**

Hasil Penelitian

Kajian literatur menunjukkan bahwa implementasi PSE secara konsisten terbukti efektif dalam menurunkan perilaku perundungan di sekolah dasar. Dari 13 artikel yang dianalisis, seluruhnya melaporkan adanya penurunan frekuensi dan intensitas perundungan setelah penerapan program PSE.

Prasetyawan, I. J., Erman, & Sulastri (2024) dalam penelitian tindakan kelasnya membuktikan bahwa penerapan teknik STOP (*Stop, Take a breath, Observe, Proceed*) sebagai bagian dari pembelajaran sosial-emosional meningkatkan hasil belajar siswa dan menciptakan suasana kelas yang lebih tenang. Penelitian mereka menunjukkan peningkatan ketuntasan belajar dari 3% (pra-siklus) menjadi 29% (siklus I) dan akhirnya 92% (siklus II).

Akbar, A., Nurdin, E. S., Rakhmata, C., Maftuha, B., & Kurniawaty (2026) mengimplementasikan kegiatan kokurikuler "*Say No to Bully*" berbasis pembelajaran mendalam (*deep*

*learning*). Hasil penelitian menunjukkan peningkatan perilaku empatik, keberanian moral, serta konsistensi tindakan sebagai indikator integritas. Penurunan frekuensi perundungan verbal juga tercatat selama program berlangsung, dari sekitar 17 insiden per dua minggu menjadi hanya 6 insiden pada periode observasi akhir.

Togatorop, Taneo, dan Hikmah (2025) di SD Negeri Nunhila menemukan bahwa PSE yang diimplementasikan melalui diskusi kelompok, refleksi diri, dan latihan empati berkontribusi dalam membentuk karakter siswa, menumbuhkan empati, serta meningkatkan kemampuan menyelesaikan konflik secara damai. Magfirah (2025) di SD Inpres Pannujuang juga melaporkan bahwa strategi SEL seperti pengembangan kesadaran diri, pengelolaan emosi, keterampilan sosial, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab berkontribusi dalam menurunkan frekuensi dan intensitas perundungan.

**Tabel 2 Efektivitas PSE dalam Mereduksi Perundungan**

Indikator Efektivitas	Temuan dari Literatur	Sumber
Penurunan frekuensi perundungan verbal	Penurunan signifikan (dari 17 menjadi 6 insiden)	Akbar dkk. (2026)
Penurunan agresif fisik ringan	Penurunan kasus kekerasan fisik	Priyanto (2025)
Penurunan perilaku pengucilan sosial	Siswa yang terisolasi mulai diterima dalam konflik	Magfirah & Iswatiningsih (2025)
Peningkatan perilaku sosial	Meningkatnya sikap tolong-menolong dan berbagi	Arista, Mahananingtyas, & Ritiauw (2025)
Peningkatan kemampuan resolusi konflik	Siswa mampu menyelesaikan konflik tanpa kekerasan	Togatorop, Taneo, & Hikmah (2025)

Efektivitas PSE dalam mereduksi perundungan dapat dijelaskan melalui Teori Pembelajaran Sosial Bandura (1977). Menurut teori ini, perilaku agresif tidak hanya dipelajari melalui pengamatan terhadap model negatif, tetapi juga dapat digantikan (*substituted*) dengan perilaku prososial jika tersedia model yang positif. PSE menyediakan lingkungan yang kaya akan model perilaku positif melalui kegiatan

simulasi, diskusi reflektif, dan penguatan dari guru.

Priyanto (2025) menegaskan perundungan berdampak signifikan terhadap kesehatan mental dan prestasi siswa, sehingga intervensi PSE menjadi sangat diperlukan. Harmiasih dkk. (2023) juga menemukan dampak serius bullying mulai dari kurang percaya diri hingga depresi pada siswa.

Temuan ini konsisten dengan meta-analisis Durlak et al. (2015) yang menyatakan program PSE terstruktur dapat menurunkan perilaku bermasalah hingga 10% dan meningkatkan kompetensi sosial hingga 11%. Mulyani (2024) membuktikan integrasi PSE dengan nilai gotong royong dan musyawarah efektif mencegah bullying di Indonesia.

### **Tema 3: Faktor-Faktor Keberhasilan Implementasi Pembelajaran Sosial-Emosional**

#### Hasil Penelitian

Berdasarkan sintesis literatur, keberhasilan implementasi PSE dalam mereduksi perundungan tidak terlepas dari beberapa faktor pendukung. Faktor-faktor tersebut

dapat dikategorikan ke dalam tiga ranah: faktor internal siswa, faktor lingkungan sekolah, dan faktor eksternal (keluarga dan masyarakat).

Mulyani dkk. (2024) mengidentifikasi dukungan kepala sekolah sebagai elemen kunci keberhasilan PSE, meliputi kebijakan yang mendukung, alokasi waktu, dan pelatihan guru. Togatorop dkk. (2025) menambahkan bahwa tantangan berupa minimnya pelatihan guru dan keterbatasan sumber daya masih perlu diatasi meski PSE telah diimplementasikan secara intuitif.

Arista, E., Mahananingtyas, E., & Ritiauw (2025) dalam penelitiannya di SD Negeri 2 Ambon menemukan bahwa secara umum sikap sosial dan emosional peserta didik berada pada kategori baik, dengan mayoritas siswa menunjukkan kerja sama yang baik, sopan santun, rasa tanggung jawab, sikap terbuka terhadap perbedaan, serta partisipasi aktif. Ini menunjukkan bahwa faktor internal siswa (kesiapan sosial-emosional) sangat memengaruhi keberhasilan implementasi PSE.

Pratiwi, R., & Eliasa (2024) menyoroti peran penting konselor sekolah dalam mengintegrasikan SEL

ke dalam program pendidikan untuk mencegah dan menangani *cyberbullying*. Konselor tidak hanya berfungsi sebagai fasilitator, tetapi juga memberikan dukungan emosional kepada korban dan pelaku, serta mengedukasi siswa tentang dampak negatif perundungan.

**Tabel 3 Ringkasan Faktor Keberhasilan Implementasi PSE**

Kategori Faktor	Faktor Spesifik	Temuan dari Literatur	Sumber
Internal siswa	Tingkat empati yang tinggi	Siswa menunjukkan sikap terbuka terhadap perbedaan	Arista dkk. (2025)
Internal siswa	Kemampuan regulasi emosi	Siswa mampu menyesuaikan diri saat kecewa	Arista dkk. (2025)
Lingkungan sekolah	Iklim sekolah positif	Terciptanya lingkungan belajar yang aman dan inklusif	Togatorop dkk. (2025)
Lingkungan sekolah	Peran aktif guru	Guru sebagai fasilitator diskusi	Magfirah & Iswatini ngsih (2025)

		dan refleksi	
Lingkungan sekolah	Dukungan kepala sekolah	Kebijakan dan alokasi waktu untuk PSE	Mulyani dkk. (2025)
Faktor eksternal	Keterlibatan orang tua	Kolaborasi sekolah-keluarga memperkuat program	Pratiwi & Eliasa (2024)
Faktor eksternal	Nilai kearifan lokal	Integrasi gotong royong & musyawarah	Mulyani dkk. (2025)

Faktor-faktor keberhasilan di atas selaras dengan Teori Ekologi Bronfenbrenner (1979) yang menekankan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh interaksi antara sistem mikro (keluarga, sekolah), meso (hubungan sekolah-keluarga), dan makro (budaya, kebijakan). Implementasi PSE tidak dapat berhasil jika hanya bertumpu pada satu faktor.

Tsary dkk. (2024) dan Prasetyawan dkk. (2024) membuktikan bahwa penggunaan teknik STOP dalam pembelajaran mampu membuat perasaan siswa

menjadi lebih tenang, pikiran lebih jernih, dan sikap lebih positif.

Redhana (2025) menyoroti keberhasilan PSE sangat bergantung pada pelatihan profesional guru. Cendana dkk (2025) dalam Pembelajaran Holistik menambahkan bahwa pendekatan meaningful, joyful, deep, dan mindful learning secara terintegrasi mendukung pengembangan kompetensi sosial-emosional siswa.

#### **Tema 4: Dampak Pembelajaran Sosial-Emosional terhadap Siswa dan Lingkungan Sekolah**

##### Hasil Penelitian

Dampak PSE tidak hanya terbatas pada penurunan perilaku perundungan, tetapi juga mencakup berbagai aspek perkembangan siswa dan iklim sekolah secara keseluruhan. Berdasarkan kajian literatur, dampak PSE dapat diklasifikasikan ke dalam dampak individual (pada siswa) dan dampak kolektif (pada lingkungan sekolah).

Akbar dkk. (2026) melaporkan peningkatan perilaku empatik, keberanian moral, serta konsistensi tindakan sebagai indikator integritas pada siswa yang mengikuti kegiatan

“Say No to Bully”. Arista dkk. (2025) menemukan siswa mampu menunjukkan kesadaran diri dan kepedulian sosial yang tinggi. Siregar dkk. (2025) menyimpulkan kecerdasan sosial siswa akselerasi dipengaruhi oleh kecerdasan emosional, interaksi teman sebaya, dan dukungan sosial.

Priyanto (2025) menegaskan bahwa bullying berdampak signifikan terhadap kesehatan mental siswa, termasuk peningkatan risiko depresi, kecemasan, rendah diri, serta penurunan motivasi belajar dan prestasi akademik. Harmiasih S., Kumari, R., Watini (2023) juga menemukan dampak negatif bullying seperti kurang percaya diri, murung, menarik diri, depresi, hingga keinginan mengakhiri hidup.

Pratiwi, R., & Eliasa (2024) dalam kajiannya tentang peran konselor sekolah menekankan bahwa integrasi SEL oleh konselor sekolah membantu siswa mengembangkan ketahanan emosional, memperbaiki hubungan sosial, dan menjaga prestasi akademik mereka.

**Tabel 4. Dampak Pembelajaran Sosial-Emosional terhadap Siswa dan Lingkungan Sekolah**

Jenis Dampak	Aspek yang Terpengaruh	Temuan dari Literatur	Sumber
Dampak individual	Kesehatan mental	Penurunan kecemasan & depresi	Priyanto (2025)
Dampak individual	Prestasi akademik	Peningkatan hasil belajar (3% -> 92%)	Prasetyawan dkk. (2024)
Dampak individual	Kepercayaan diri	Peningkatan rasa percaya diri	Harmiasih dkk. (2023)
Dampak individual	Keterampilan sosial	Peningkatan kemampuan komunikasi & kerja sama	Arista dkk. (2025)
Dampak kolektif	Iklim sekolah	Terciptanya lingkungan belajar yang aman	Togatorop dkk. (2025)
Dampak kolektif	Hubungan guru-siswa	Interaksi yang lebih positif	Magfirah & Iswatinin

			gsih (2025)
Dampak kolektif	Budaya sekolah	Norma anti-perundungan yang mengakar	Akbar dkk. (2026)

Dampak positif PSE terhadap prestasi akademik sejalan dengan temuan Prasetyawan, I. J., Erman (2024) yang menunjukkan peningkatan ketuntasan belajar dari 3% menjadi 92% setelah penerapan teknik STOP. Hal ini terjadi karena PSE membantu siswa mengelola stres, meningkatkan konsentrasi, dan membangun motivasi belajar.

Ilmi, C. F., Zakiah, L., & Sakmal (2025) menambahkan bahwa integrasi SEL dalam pembelajaran Bahasa Indonesia menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, reflektif, dan mendukung siswa. Model SEL membantu siswa mengekspresikan emosi, memahami perspektif orang lain, dan meningkatkan keterampilan komunikasi, baik secara tertulis maupun lisan.

Dampak kolektif terhadap iklim sekolah juga terlihat dari penelitian Togatorop, Taneo, dan Hikmah (2025)

yang menunjukkan bahwa PSE yang diimplementasikan secara konsisten telah membawa transformasi signifikan pada pola interaksi sosial di kalangan siswa, dengan meningkatnya perilaku proaktif seperti menyapa guru dan teman, tolong-menolong, serta budaya berbagi.

### **Tema 5: Sintesis dan Kebaruan Penelitian**

#### **Sintesis Temuan**

Berdasarkan keempat tema sebelumnya, dapat disintesis bahwa PSE merupakan strategi yang efektif untuk mereduksi perilaku perundungan di sekolah dasar, dengan syarat diimplementasikan secara sistematis dan holistik. Efektivitas PSE tidak hanya bergantung pada konten yang diajarkan, tetapi juga pada bagaimana implementasinya dilakukan (keterlibatan guru, dukungan kepala sekolah, iklim sekolah, dan keterlibatan orang tua) serta di mana implementasinya dilakukan (konteks budaya lokal).

Kelima kompetensi PSE bekerja secara sinergis: kesadaran diri dan pengelolaan diri membentuk fondasi internal, sementara kesadaran

sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan bertanggung jawab membentuk kompetensi eksternal yang langsung terkait dengan interaksi sosial. Temuan dari Mulyani, E. T. (2024) menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai kearifan lokal seperti gotong royong, musyawarah, dan toleransi memperkuat efektivitas PSE di Indonesia.

**Tabel 5. Sintesis Model Implementasi PSE untuk Reduksi Perundungan di SD**

Komponen	Deskripsi	Implikasi Praktis (Temuan Literatur)
Input	Kompetensi guru PSE, dukungan kepala sekolah, keterlibatan orang tua	Pelatihan guru berkelanjutan (Togatorop dkk., 2025); kebijakan sekolah yang mendukung (Mulyani dkk., 2025)
Proses	Integrasi PSE dalam pembelajaran sehari-hari	Diskusi reflektif (Magfirah & Iswatiningsih, 2025); <i>role play</i> (Akbar dkk., 2026); jurnal emosi (Ilmi dkk., 2025); teknik

		STOP (Prasetyawan dkk., 2024)
Output	Penurunan perundungan, peningkatan kompetensi sosial-emosional	Lingkungan belajar aman, inklusif, dan suportif (Togatorop dkk., 2024)
Outcome jangka panjang	Karakter siswa yang empatik, resilien, dan bertanggung jawab	Generasi yang mampu hidup harmonis (Redhana, 2025)
Faktor kontekstual	Adaptasi dengan nilai kearifan lokal	Gotong royong, musyawarah, toleransi (Mulyani dkk., 2025)

#### Kebaruan Penelitian

Penelitian ini menawarkan beberapa kebaruan: (1) mengkaji PSE khusus dalam konteks SD Indonesia dengan keragaman budaya; (2) mengungkap faktor kontekstual keberhasilan PSE termasuk peran kearifan lokal; (3) menyajikan sintesis model integratif yang menggabungkan kerangka CASEL dengan strategi praktis seperti teknik STOP, kegiatan kokurikuler, dan integrasi PSE dalam mata pelajaran; (4) menggunakan

SLR komprehensif dengan 13 jurnal SINTA dan 3 buku referensi.

Kedua, penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi bahwa PSE efektif, tetapi juga mengungkap faktor-faktor kontekstual yang memengaruhi keberhasilan implementasi, termasuk peran kearifan lokal seperti gotong royong dan musyawarah. Hal ini sejalan dengan temuan Mulyani, E. T. (2024) yang mengintegrasikan nilai musyawarah dalam pengambilan keputusan dan kegiatan gotong royong di lingkungan sekolah.

#### **D. Kesimpulan**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa PSE terbukti efektif dalam mereduksi perilaku perundungan di sekolah dasar. Efektivitas tersebut tercermin dari penurunan frekuensi dan intensitas perundungan, baik verbal, fisik, maupun sosial, setelah penerapan program PSE secara konsisten. Temuan dari berbagai literatur menunjukkan bahwa PSE tidak hanya menurunkan perilaku agresif, tetapi juga meningkatkan perilaku prososial seperti tolong-menolong, berbagi, dan empati. Keberhasilan ini didasarkan pada pengembangan lima kompetensi inti PSE (kesadaran diri, pengelolaan diri,

kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab) yang bekerja secara sinergis dalam membentuk karakter siswa yang resilien dan berempati. Temuan Prasetyawan, I. J., Erman (2024) menunjukkan peningkatan ketuntasan belajar dari 3% menjadi 92% setelah penerapan teknik STOP, sementara Akbar dkk., (2026) melaporkan penurunan insiden perundungan verbal dari 17 menjadi 6 kasus dalam periode observasi.

Perilaku perundungan dipengaruhi faktor internal (rendahnya kesadaran diri, regulasi emosi, dan empati) dan eksternal (iklim sekolah yang tidak suportif, minimnya pengawasan guru, dan kurangnya keterlibatan orang tua). Priyanto (2025) menegaskan bullying berdampak pada kesehatan mental dan prestasi akademik, sementara Harmiasih dkk. (2023) menemukan dampak mulai dari kurang percaya diri hingga depresi.

Keberhasilan PSE ditentukan oleh faktor internal siswa (empati, regulasi emosi), faktor sekolah (iklim positif, peran guru, dukungan kepala sekolah), dan faktor eksternal (keterlibatan orang tua, kearifan lokal).

Mulyani, E. T (2024) membuktikan integrasi nilai gotong royong dan musyawarah efektif memperkuat PSE di Indonesia.

Secara teoretis, penelitian ini memperkuat kerangka CASEL dan Teori Pembelajaran Sosial Bandura bahwa PSE harus diintegrasikan ke dalam budaya sekolah dan nilai-nilai lokal. Secara praktis, guru perlu pelatihan PSE berkelanjutan, sekolah perlu iklim inklusif, dan orang tua perlu dilibatkan aktif dalam pengembangan sosial-emosional anak.

#### **Saran**

1. Bagi guru dan sekolah, disarankan mengintegrasikan PSE secara sistematis dalam pembelajaran harian melalui diskusi reflektif, permainan peran, jurnal emosi, dan teknik STOP.
2. Bagi kepala sekolah dan pembuat kebijakan, perlu dialokasikan waktu khusus PSE dalam kurikulum dan disediakan pelatihan guru yang berkelanjutan.
3. Bagi orang tua, disarankan terlibat aktif dalam program PSE di sekolah.
4. Bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan penelitian longitudinal dan eksperimen untuk mengukur efektivitas PSE di berbagai konteks geografis dan budaya Indonesia.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Akbar, A., Nurdin, E. S., Rakhmata, C., Maftuha, B., & Kurniawaty, I. (2026). Pengembangan Empati dan Integritas Siswa Sekolah Dasar melalui Kegiatan Kokurikuler Berbasis Pembelajaran Mendalam. *Jurnal Syntax Imperatif: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 6(6), 1635–1642.
- Apriyanto, S. C., Restian, A., Makhali, M., & Putri, S. D. P. (2025). Model Penguatan Perkembangan Sosial Dan dan Empatik Di Sekolah Dasar. *J-SES: Journal of Science, Education and Studies*, IV(03), 107–113.
- Arista, E., Mahanangingtyas, E., & Ritiauw, L. (2025). Penanaman Sikap Sosial dan Emosional Melalui Pembelajaran Ips Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Ambon. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(04), 269–282.
- Cendana, W., Shoreamanis, M., Iwan, C. G., Yuniawati, I., Sari, I. M., Marshanawah, A., Yudhistira, D., Komalasari, D., Syam, S., Subakti, H., Simarmata, J., Ginting, E. B., & Sulaeman, N. (2025). *Pembelajaran Holistik:*

- Integrasi Meaningful, Joyful, Deep dan Mindful Learning.*
- Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Gullotta, T. P. (Eds.). (2015). *Handbook of Social and Emotional Learning: Research and Practice*. Guilford Press.
- Harmiasih S., Kumari, R., Watini, S. (2023). Dampak Bullying terhadap Sosial Emosional Anak. *JIIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 6(11), 8703–8708.
- Ilimi, C. F., Zakiah, L., & Sakmal, J. (2025). Implementasi Model Pembelajaran Sosial Emosional Sel Pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Kelas IV. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10, 252–261.
- Magfirah, D. I. (2025). Strategi Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) untuk Mengatasi Perundungan Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar. *Katalis Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika*, 2(3), 133–142.
- Mulyani, E. T., dkk. (2024). Integrasi Teori Pembelajaran Sosial Emosional Pada Kurikulum Berbasis Kearifan Lokal Untuk Mencegah Perilaku Bullying di Sekolah Dasar. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 09(04), 722–738.
- Prasetyawan, I. J., Erman, & S. (2024). Penerapan Pembelajaran Sosial Emosional Dengan Menggunakan Teknik STOP Terhadap Hasil Belajar Siswa Smp Materi Ekologi Irvan. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 09(04), 10–19.
- Pratiwi, R., & Eliasa, E. I. (2024). Peran Konselor Sekolah Dalam Menangani. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(2), 116–125.
- Priyanto, C. (2025). Bullying di Lingkungan Sekolah: Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental dan Prestasi Siswa. *JIPDAS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 3(3), 107–112.
- Redhana. (2025). *Pembelajaran Sosial Emosional* (M. P. Khusnul Khatima (Ed.); Cetakan 1). Goresan Pena.
- Siregar, D. M., Tenda, V. C., & Watung, K. H. A. H. (2025). Kecerdasan Sosial Pada Siswa Kelas Akselerasi: Tinjauan Literatur. *JIPDAS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 3(3), 19–21.
- Togatorop, D.B., Taneo, S. P., & H. (2025). Implementasi

Pembelajaran Sosial-Emosional  
Untuk Mencegah dan  
Mengurangi Perilaku Bullying di  
Sekolah Dasar Negeri Nunhila.  
*Elementary: Jurnal Inovasi  
Pendidikan Dasar*, 5(3), 463–471.

Tsary, D I., Sari, I. N., Syamsi, I. L.,  
Laila, K., Amalina, N. S., & Bilqis,  
F. S. (2024). Tindakan  
Perundungan Di Sekolah. *Jurnal  
Pembelajaran, Bimbingan, Dan  
Pengelolaan Pendidikan*, 4(2).