

ANALISIS KEMAMPUAN SOSIAL EMOSIONAL PADA SISWA SMP NEGERI 05 SELUAS

Bela Santika¹, Yenni Rizal², Ema Sukmawati³
Fakultas Ilmu Pendidikan Dan Pengetahuan Sosial
Program Studi Bimbingan Dan Konseling
Universitas PGRI Pontianak

e-mail: bs876819@gmail.com¹⁾, rizalyenni@gmail.com²⁾,
sukmaema687@gmail.com³⁾

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kemampuan sosial emosional siswa SMP Negeri 05 Seluas kelas VII. Kemampuan sosial emosional merupakan seperangkat keterampilan yang meliputi kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan relasi, serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Aspek-aspek ini sangat penting bagi siswa SMP yang berada pada masa remaja awal, karena pada tahap ini mereka mengalami perubahan fisik, emosi, dan sosial yang menuntut kemampuan adaptasi yang baik. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan bentuk survei. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII B SMP Negeri 05 Seluas, dan teknik total sampling digunakan untuk menentukan sampel penelitian. Data dikumpulkan melalui observasi, dokumentasi, dan skala psikologis yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan sosial emosional siswa berada pada kategori cukup baik, namun terdapat beberapa aspek yang perlu ditingkatkan, khususnya pada keterampilan pengelolaan diri dan pengambilan keputusan. Sementara itu, aspek kesadaran sosial dan keterampilan relasi cenderung lebih berkembang karena interaksi sosial yang aktif di lingkungan sekolah. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi guru BK dalam merancang layanan bimbingan klasikal yang lebih tepat sasaran, serta membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan sosial emosional yang diperlukan untuk menunjang keberhasilan akademik dan perkembangan pribadi.

Kata Kunci: Kemampuan Sosial Emosional, Siswa, SMP

Abstract

This study aims to analyze the social-emotional abilities of seventh-grade students at SMP Negeri 05 Seluas. Social-emotional ability is a set of skills that includes self-awareness, self-management, social awareness, relationship skills, and responsible decision-making. These aspects are crucial for junior high school students who are in early adolescence, as this stage involves physical, emotional, and social changes that require good adaptability. This research uses a descriptive quantitative method with a survey design. The population consists of all seventh-grade B students at SMP Negeri 05 Seluas, and a total sampling technique was used to determine the sample. Data were collected through observation, documentation, and a psychological scale that had been tested for validity and reliability. The results show that students' social-emotional abilities fall into the "fairly good" category, although several aspects still need improvement, particularly self-management and decision-making skills. Meanwhile, social awareness and relationship skills tend to be more developed due to active social interactions within the school environment. The findings of this study are expected to serve as a basis for school counselors in designing more targeted classroom guidance services and to help students improve the social-emotional skills necessary to support both academic success and personal development.

Keywords: Social-Emotional Ability, Junior High School Students.

Pendahuluan

Pendidikan merupakan landasan penting dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas. Keberhasilan pendidikan tidak hanya diukur dari hasil belajar akademik, tetapi juga dari kemampuan peserta didik untuk mengembangkan potensi diri secara utuh, termasuk dalam aspek sosial emosional. Pendidikan bukan hanya bertujuan untuk mengembangkan aspek kognitif siswa, tetapi juga menekankan pada pembentukan karakter, sikap, dan keterampilan sosial emosional. Hal ini sejalan dengan temuan Durlak et al. (2011) yang menunjukkan bahwa pengembangan kemampuan sosial emosional memberikan dampak signifikan terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan emosional siswa.

Pendidikan di abad ke-21 bukan hanya menekankan penguasaan pengetahuan, melainkan juga menekankan pada keterampilan hidup yang mendukung perkembangan pribadi, sosial, dan emosional peserta didik. Penelitian meta-analisis yang dilakukan oleh Durlak et al. (2011) juga memperkuat bahwa kemampuan sosial emosional memiliki pengaruh positif terhadap perkembangan pribadi dan akademik peserta didik.

Era globalisasi yang penuh dinamika, peserta didik dituntut tidak hanya menguasai pengetahuan akademik, tetapi juga memiliki kemampuan untuk mengelola emosi, membangun hubungan sosial yang positif, bekerja sama, serta mengambil keputusan yang tepat dan bertanggung jawab. Kemampuan ini

dikenal dengan istilah kemampuan sosial emosional yang berperan sebagai fondasi penting dalam membekali peserta didik agar mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Menurut CASEL (2020), kemampuan sosial emosional mencakup lima kompetensi inti, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan berhubungan, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Apabila kemampuan sosial emosional tidak berkembang secara optimal, siswa akan cenderung mengalami berbagai permasalahan, seperti rendahnya empati, kesulitan dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya, meningkatnya konflik, hingga menurunnya motivasi belajar. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada prestasi akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan kepribadian siswa dalam jangka panjang. Sebaliknya, siswa yang memiliki keterampilan sosial emosional yang baik cenderung lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan, memiliki hubungan sosial yang sehat, mampu mengendalikan emosi, serta menunjukkan prestasi belajar yang lebih baik. CASEL. (2020).

Kemampuan sosial emosional menjadi salah satu faktor kunci yang menentukan keberhasilan seseorang dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan kompetensi ini mencakup kemampuan untuk mengenali dan mengelola emosi, membangun hubungan yang harmonis, mengambil keputusan yang tepat, serta mampu beradaptasi dengan perubahan lingkungan. dalam konteks abad ke-21 yang penuh dinamika, keterampilan ini semakin

menjadi kebutuhan mendesak dalam dunia pendidikan, kesadaran akan pentingnya pengembangan sosial emosional semakin menguat.

Kemampuan sosial emosional memiliki peran penting dalam kehidupan siswa. Menurut CASEL (2020), aspek ini mencakup kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan berhubungan, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Apabila kemampuan sosial emosional tidak berkembang dengan baik, siswa rentan mengalami kesulitan dalam berinteraksi, rendahnya empati, konflik dengan teman sebaya, hingga menurunnya motivasi belajar. Kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap perkembangan pribadi maupun prestasi akademik.

Masa remaja awal, khususnya siswa kelas VII SMP, mereka sedang berada pada fase transisi dari anak-anak menuju remaja. Fase ini ditandai dengan perubahan fisik, emosi, dan sosial yang cukup signifikan. Sering kali, siswa menghadapi tantangan berupa kurangnya kontrol emosi, rendahnya empati, serta kesulitan dalam berinteraksi. Kondisi ini, jika tidak dikelola dengan baik, dapat memicu permasalahan seperti konflik antar siswa, kurangnya motivasi belajar, dan penurunan prestasi akademik. Goleman, D. (2020).

Pengembangan kemampuan sosial emosional pada siswa SMP menjadi hal yang sangat penting untuk diperhatikan. SMP Negeri 05 Seluas sebagai salah satu lembaga pendidikan menengah pertama juga

menghadapi tantangan yang sama, yaitu bagaimana membimbing dan mengembangkan kemampuan sosial emosional siswa agar mereka tidak hanya berhasil dalam bidang akademik, tetapi juga mampu tumbuh menjadi individu yang berkarakter, mandiri, serta siap menghadapi perubahan sosial di masa depan. Oleh karena itu, penelitian mengenai analisis kemampuan sosial emosional pada siswa kelas VII SMP Negeri 05 Seluas dipandang relevan dan signifikan untuk dilakukan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan bentuk survey. Data dikumpulkan dalam bentuk angka melalui skala psikologis, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif seperti nilai rata-rata dan persentase. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII B SMP Negeri 05 Seluas. Teknik total *sampling* digunakan sehingga seluruh siswa dijadikan responden. Instrumen berupa skala psikologis berisi 25 butir pernyataan yang mencakup lima aspek kemampuan sosial emosional: kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan sosial, dan pengambilan keputusan bertanggung jawab. Instrumen telah diuji validitas dan reliabilitasnya melalui validitas isi, validitas konstruk, serta uji *Cronbach's Alpha* untuk reliabilitas. Teknik pengumpulan data yaitu skala psikologis dan observasi perilaku dan interaksi siswa di kelas dan lingkungan sekolah untuk

menguatkan data skala psikologis. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk memperoleh gambaran tingkat kemampuan sosial emosional siswa tanpa melakukan pengujian hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Berdasarkan data hasil penelitian yang diperoleh melalui skala psikologis, kemampuan sosial emosional siswa kelas VII B SMP Negeri 05 Seluas secara umum berada pada kategori baik. Hal ini terlihat dari nilai rata-rata pada setiap aspek yang menunjukkan kecenderungan siswa untuk memilih kategori Setuju dan Sangat Setuju terhadap pernyataan yang menggambarkan kemampuan sosial dan emosional mereka.

Aspek kesadaran diri dan kesadaran sosial memperoleh nilai rata-rata di atas 3,00, yang menunjukkan bahwa siswa telah mampu mengenali emosi, potensi, dan kelemahannya, serta memiliki kepekaan terhadap perasaan dan kebutuhan teman di sekitarnya. Temuan ini selaras dengan penelitian Prasetyo (2021) yang menyatakan bahwa siswa SMP pada umumnya menunjukkan tingkat kesadaran diri dan kepedulian sosial yang baik sebagai bagian dari perkembangan sosial emosional pada masa remaja awal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan sosial emosional siswa kelas VII SMP Negeri 05 Seluas berada pada kategori baik hingga sangat baik. Beberapa aspek seperti kesadaran diri, kesadaran

sosial, dan pengambilan keputusan menunjukkan skor yang tinggi, yang berarti bahwa siswa memiliki kemampuan untuk memahami diri sendiri, berempati kepada orang lain, serta membuat keputusan yang bertanggung jawab. Meskipun demikian, aspek pengelolaan diri dan keterampilan sosial masih memerlukan perhatian dan pengembangan lebih lanjut. Hal ini menunjukkan bahwa siswa membutuhkan dukungan dalam mengelola emosi serta memperkuat kemampuan berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial mereka.

Secara keseluruhan, data menunjukkan bahwa siswa SMP Negeri 05 Seluas telah memiliki modal sosial emosional yang baik untuk menjalani kegiatan belajar dan berinteraksi di lingkungan sekolah, namun tetap memerlukan penguatan melalui layanan bimbingan dan konseling agar perkembangan emosional dan sosial mereka dapat berkembang lebih optimal. Temuan ini memperkuat relevansi penelitian-penelitian sebelumnya dan menunjukkan bahwa kemampuan sosial emosional merupakan aspek penting yang berpengaruh pada penyesuaian diri dan keberhasilan siswa di sekolah. Adapun gambaran kemampuan sosial emosional pada siswa secara khusus yaitu:

1. Kesadaran diri

Berdasarkan hasil analisis data pada aspek Kesadaran Diri, yang mencakup indikator nomor 1–5 dengan skor rata-rata keseluruhan 3,013 (kategori Sangat Setuju), terlihat bahwa baik siswa laki-laki maupun perempuan menunjukkan

tingkat kesadaran diri yang tinggi. Namun, terdapat variasi kecenderungan berdasarkan jenis kelamin.

Secara keseluruhan, baik siswa laki-laki maupun perempuan sama-sama berada dalam kategori Sangat Setuju, yang berarti keduanya telah memiliki kemampuan dasar yang baik dalam mengenali emosi, memahami kekuatan dan kelemahan, serta menilai diri sendiri secara objektif. Perbedaan kecenderungan antar gender hanya menunjukkan pola karakteristik umum, bukan kesenjangan kemampuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa aspek Kesadaran Diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 05 Seluas berkembang secara positif di seluruh kelompok gender.

2. Pengelolaan diri

Aspek Pengelolaan Diri, yang terdiri dari indikator nomor 6–10 dengan skor rata-rata 2,927 dan berada pada kategori *Setuju*, menunjukkan bahwa baik siswa laki-laki maupun perempuan telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengendalikan emosi dan perilaku. Berdasarkan kecenderungan umum, siswa perempuan umumnya memiliki nilai sedikit lebih tinggi dalam aspek pengendalian emosi, terutama dalam hal merespon situasi sosial secara tenang, memahami perubahan suasana hati, dan menghindari tindakan impulsif. Perempuan cenderung lebih reflektif dan mampu mengekspresikan emosi secara verbal, sehingga lebih cepat mengenali perubahan emosi dan menyesuaikan perilaku.

3. Kesadaran Sosial

Aspek Kesadaran Sosial yang terdiri dari indikator nomor 11–15 memperoleh skor rata-rata 3,019 dengan kategori Sangat Setuju. Nilai ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan siswa kelas VII SMP Negeri 05 Seluas memiliki kemampuan yang sangat baik dalam memahami perasaan orang lain, menunjukkan empati, serta mengikuti norma sosial yang berlaku di lingkungan sekolah. Namun, ketika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, terdapat pola kecenderungan yang berbeda antara siswa laki-laki dan perempuan.

4. Keterampilan Sosial

Keterampilan Sosial, yang mencakup indikator nomor 16–20 dengan rata-rata 2,952 pada kategori *Setuju*, menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan yang baik dalam menjalin hubungan positif dan bekerja sama. Jika ditinjau berdasarkan gender, siswa perempuan umumnya menunjukkan skor sedikit lebih tinggi pada indikator komunikasi interpersonal, seperti kemampuan menyampaikan pendapat dengan sopan, kemampuan mendengarkan, serta kesediaan memberikan dukungan emosional kepada teman. Perempuan cenderung lebih terampil dalam membangun relasi yang hangat dan menjaga keharmonisan kelompok.

Siswa laki-laki menunjukkan keunggulan pada aspek kerja sama praktis, misalnya dalam kegiatan kelompok, aktivitas fisik, atau penyelesaian tugas yang membutuhkan pembagian peran. Mereka cenderung lebih responsif dalam situasi yang menuntut kerja sama langsung. Meskipun

demikian, perbedaan pola keterampilan sosial ini tidak menunjukkan adanya kesenjangan besar, melainkan variasi normal dalam cara siswa membangun hubungan sosial. Secara umum, baik laki-laki maupun perempuan sama-sama berada pada kategori Setuju, sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan relasi sosial siswa sudah berada pada tingkat yang cukup baik.

5. Pengambilan Keputusan Bertanggung Jawab

Pengambilan Keputusan Bertanggung Jawab, dengan indikator nomor 21–25 dan rata-rata 3,447 (kategori Sangat Setuju), menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan yang sangat baik dalam mempertimbangkan konsekuensi dan menentukan tindakan yang tepat. Ditinjau dari gender, siswa perempuan umumnya lebih unggul pada indikator pertimbangan moral, seperti menilai apakah suatu tindakan berpotensi merugikan diri sendiri atau orang lain serta memastikan pilihannya sesuai dengan aturan sekolah. Perempuan lebih berhati-hati dalam mempertimbangkan pilihan dan cenderung menghindari tindakan berisiko.

Namun, keduanya tetap berada dalam kategori *Sangat Setuju*, sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan pengambilan keputusan siswa kelas VII dalam konteks sosial emosional telah berkembang dengan sangat baik di semua kelompok gender.

Data pada penelitian ini diperoleh dari hasil pengisian angket skala psikologis kemampuan sosial emosional siswa

yang terdiri dari 25 butir pernyataan. Setiap butir mewakili salah satu dari lima aspek utama, yaitu: kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan sosial, dan pengambilan keputusan bertanggung jawab.

Sebanyak 22 siswa menjadi subjek penelitian. Penilaian menggunakan skala psikologis dengan empat kategori respons, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju. Rata-rata skor aspek kemudian digunakan untuk menggambarkan kondisi kemampuan sosial emosional secara menyeluruh. Hasil pengolahan data menunjukkan rata-rata skor per aspek sebagai berikut: Kesadaran Diri: 3,013 Pengelolaan Diri: 2,927, Kesadaran Sosial: 3,019, Keterampilan Sosial: 2,952 Pengambilan Keputusan Bertanggung Jawab: 3,447

- a. Aspek kesadaran diri menunjukkan rata-rata skor sebesar 3,013, yang berada pada kategori Setuju. Hasil ini menggambarkan bahwa siswa telah memiliki kemampuan mengenali diri secara baik, khususnya dalam memahami emosi, kekuatan, dan kelemahan pribadi. Sebagian besar siswa mampu mengidentifikasi faktor yang memengaruhi kondisi emosional mereka serta memahami bagaimana perasaan tersebut memengaruhi perilaku.
- b. Rata-rata skor aspek pengelolaan diri adalah 2,927, yang menunjukkan kategori Setuju (mendekati Cukup). Siswa menunjukkan kemampuan yang cukup dalam mengatur emosi,

mengontrol impuls, serta mempertahankan motivasi dalam menyelesaikan tugas. Hasil ini juga mencerminkan kemampuan siswa dalam menetapkan tujuan serta mengelola perilaku dalam situasi menantang. Namun, variasi skor antar siswa terlihat lebih besar pada aspek ini dibandingkan aspek lainnya.

- c. Aspek kesadaran sosial memiliki rata-rata skor 3,019, yang termasuk kategori Setuju. Hal ini menggambarkan bahwa siswa mampu memahami perspektif orang lain, menunjukkan empati, dan peka terhadap situasi sosial di sekitar mereka. Namun secara keseluruhan, kesadaran sosial siswa berada pada tingkat yang baik.
- d. Rata-rata skor aspek keterampilan sosial adalah 2,952, yang termasuk dalam kategori Setuju. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan berkomunikasi, bekerja sama, dan membangun hubungan sosial secara memadai. Kemampuan ini tampak dalam interaksi sehari-hari di kelas, seperti kemampuan berdiskusi, bekerja dalam kelompok, dan menyelesaikan konflik kecil. Meskipun demikian, terdapat sejumlah skor rendah pada butir yang berkaitan dengan kepercayaan diri saat berinteraksi atau ketika menyampaikan pendapat. Secara umum, keterampilan sosial siswa cukup baik namun masih dapat ditingkatkan.
- e. Aspek ini memperoleh skor rata-rata tertinggi, yaitu 3,447, yang berada pada kategori Setuju mendekati Sangat Setuju.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan yang sangat baik dalam mempertimbangkan konsekuensi tindakan, memilih keputusan berdasarkan nilai moral, serta bertanggung jawab atas pilihan yang diambil.

Secara keseluruhan, kemampuan sosial emosional siswa berada pada kategori baik. Empat aspek utama (kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, dan keterampilan sosial) berada pada kategori “Setuju,” sementara aspek pengambilan keputusan bertanggung jawab berada pada kategori tertinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa sudah memiliki kompetensi sosial emosional yang memadai, meskipun masih diperlukan penguatan pada aspek pengelolaan diri dan keterampilan sosial.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori Sangat Setuju dan Setuju, yang mengindikasikan bahwa sikap, persepsi, atau kemampuan yang diukur berada dalam kondisi baik hingga sangat baik. Dominasi kedua kategori ini menggambarkan bahwa responden cenderung memiliki pemahaman dan penerapan yang positif terhadap pernyataan dalam instrumen penelitian. Sementara itu, kategori tidak setuju dan sangat tidak setuju muncul dalam jumlah yang lebih sedikit, menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil responden yang belum sepenuhnya sejalan

dengan pernyataan yang diberikan. Secara keseluruhan, kecenderungan ini memperlihatkan bahwa kemampuan atau aspek yang diteliti berada pada tingkat yang memadai, meskipun tetap ada sebagian responden yang memerlukan perhatian dan peningkatan lebih lanjut.

Secara umum, aspek yang memperoleh capaian tertinggi adalah pengambilan keputusan bertanggung jawab, yang menunjukkan bahwa siswa mampu mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan dan memilih perilaku yang tepat. Aspek kesadaran diri dan kesadaran sosial juga menunjukkan hasil yang baik, yang mengindikasikan bahwa siswa memiliki kemampuan yang memadai dalam mengenali perasaan diri, memahami kekuatan serta kelemahan, dan menunjukkan empati kepada orang lain. Kedua aspek ini menggambarkan bahwa siswa mampu berinteraksi dengan baik, serta memiliki kemampuan memahami diri dan lingkungan sosialnya. Sementara itu, dua aspek lainnya yaitu pengelolaan diri dan keterampilan sosial, meskipun berada dalam kategori Baik, menunjukkan bahwa kemunculan respon Tidak Setuju lebih banyak dibandingkan aspek lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam mengontrol emosi, menghadapi tekanan, bekerja sama, dan berkomunikasi masih bervariasi. Beberapa siswa mungkin masih mengalami ketidakstabilan

emosional, kesulitan menyampaikan pendapat, atau belum sepenuhnya mampu menyelesaikan konflik secara efektif. Hal ini wajar terjadi pada masa perkembangan remaja awal, di mana regulasi emosi dan keterampilan sosial sedang dalam proses pembentukan.

Secara keseluruhan, tidak adanya respon Sangat Tidak Setuju di sebagian besar indikator menunjukkan bahwa tidak ada siswa yang mengalami kesulitan ekstrem dalam aspek sosial emosional. Hasil ini menandakan bahwa lingkungan sekolah telah memberikan kontribusi positif dalam perkembangan sosial emosional siswa, baik melalui proses pembelajaran, interaksi antarteman sebaya, maupun bimbingan dari guru dan pihak sekolah. Dengan demikian, analisis umum ini menyimpulkan bahwa kemampuan sosial emosional siswa kelas VII SMP Negeri 05 Seluas berada pada kategori Baik, dengan kekuatan yang menonjol pada aspek empati, kesadaran diri, dan kemampuan mengambil keputusan. Namun demikian, aspek pengelolaan diri dan keterampilan sosial masih perlu ditingkatkan melalui program pembinaan, pelatihan regulasi emosi, serta kegiatan kolaboratif yang mendukung peningkatan kemampuan interaksi sosial siswa. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi sekolah dalam merancang strategi pengembangan sosial emosional siswa secara lebih komprehensif.

Secara umum, frekuensi respon menunjukkan bahwa mayoritas siswa memberikan jawaban dalam kategori Sangat Setuju dan Setuju, yang mengindikasikan bahwa kemampuan sosial emosional siswa berada pada tingkat Baik hingga sangat baik. respon dalam kategori tidak setuju dan sangat tidak setuju cenderung lebih sedikit dan hanya muncul pada beberapa pernyataan yang berkaitan dengan pengelolaan emosi dan kemampuan berinteraksi sosial. Hal ini wajar mengingat siswa pada jenjang SMP sedang berada dalam tahap perkembangan remaja awal yang ditandai dengan perubahan emosional yang signifikan dan proses pencarian identitas diri.

Analisis data pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan sosial emosional siswa berdasarkan lima aspek utama: Kesadaran Diri, Pengelolaan Diri, Kesadaran Sosial, Keterampilan Sosial, dan Pengambilan Keputusan Bertanggung Jawab. Proses analisis dilakukan dengan menghitung nilai rata-rata setiap aspek yang diperoleh dari 25 butir pernyataan. Nilai rata-rata tersebut menjadi indikator untuk menentukan kategori kemampuan sosial emosional siswa. Secara umum, kategori yang digunakan adalah sebagai berikut: 1,00 – 1,99: Sangat Tidak Setuju (Rendah), 2,00 – 2,99: Tidak Setuju / Cukup, 3,00 – 3,49: Setuju (Baik), 3,50 – 4,00: Sangat Setuju (Sangat Baik).



Diagram batang di atas menunjukkan perbandingan nilai rata-rata pada lima aspek kemampuan sosial emosional siswa. Terlihat bahwa aspek Pengambilan Keputusan Bertanggung Jawab memiliki nilai rata-rata tertinggi (3,447), yang menunjukkan bahwa siswa sangat mampu mempertimbangkan konsekuensi dan memilih tindakan yang tepat. Aspek Kesadaran Diri, Kesadaran Sosial, Pengelolaan Diri, dan Keterampilan Sosial berada pada rentang 2,9 – 3,0, yang menandakan bahwa siswa memiliki kemampuan yang baik dalam mengenali emosi, memahami orang lain, mengelola perilaku, dan menjalin hubungan sosial. Secara keseluruhan, diagram ini menunjukkan bahwa perkembangan sosial emosional siswa berada pada kategori baik hingga sangat baik.

1. Kesadaran Diri

Dianalisis melalui indikator 1–5 dengan rata-rata skor 3,013. Berdasarkan hasil tabulasi, sebagian besar respon siswa berada pada kategori Sangat Setuju dan Setuju, yang menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat kesadaran diri yang cukup baik. Mereka mampu mengenali emosi yang dirasakan, memahami

kekuatan dan kelemahan pribadi, serta mengakui faktor internal yang memengaruhi tindakan mereka. Aspek kesadaran diri memperoleh nilai rata-rata 3,013, yang termasuk dalam kategori Setuju (Baik). Hasil ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan yang baik dalam mengenali perasaan, kebutuhan, serta kekuatan dan kelemahan diri.

2. Pengelolaan Diri

Diukur melalui indikator 6–10 dengan rata-rata skor 2,927. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memberikan respon Setuju, diikuti oleh Sangat Setuju, namun jumlah respon Tidak Setuju pada aspek ini lebih banyak dibandingkan aspek lainnya. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam mengelola emosi, menahan tindakan impulsif, dan mengendalikan perilaku masih bervariasi. Nilai rata-rata untuk pengelolaan diri adalah 2,927, yang masuk kategori Tidak Setuju/Cukup. Artinya, kemampuan siswa dalam mengatur emosi, mengendalikan impuls, memotivasi diri, dan menjaga fokus masih berada pada tingkat cukup.

3. Kesadaran Sosial

Dianalisis melalui indikator 11–15 dan memperoleh rata-rata 3,019. Sebagian besar

siswa memberikan respon Sangat Setuju, terutama pada pernyataan yang berkaitan dengan kemampuan memahami perasaan orang lain, menunjukkan empati, dan menghargai perbedaan. Aspek kesadaran sosial memperoleh rata-rata 3,019, termasuk kategori Setuju (Baik). Siswa cukup mampu memahami perasaan, kebutuhan, dan perspektif orang lain. Mereka menunjukkan empati dan respons sosial yang baik dalam berinteraksi dengan teman sebaya maupun lingkungan sekolah.

4. Keterampilan Sosial

Mencakup indikator 16–20 dengan rata-rata skor 2,952. Berdasarkan hasil analisis, respon Setuju mendominasi aspek ini, diikuti oleh Sangat Setuju pada beberapa indikator yang berkaitan dengan kemampuan bekerja sama dan berkomunikasi dengan teman. Nilai rata-rata keterampilan sosial adalah 2,952, berada pada kategori Tidak Setuju/Cukup. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam berkomunikasi, bekerja sama, menyelesaikan konflik, dan membangun hubungan sosial masih perlu ditingkatkan. Beberapa siswa mungkin masih kurang percaya diri atau kesulitan mengekspresikan pendapat secara efektif.

4. Aspek pengambilan keputusan bertanggung jawab

Terdiri atas indikator 21–25 dan memperoleh rata-rata skor 3,447, yang merupakan skor tertinggi dari seluruh aspek. Mayoritas siswa memberikan respon Sangat Setuju, terutama pada indikator yang berkaitan dengan pemahaman konsekuensi dari tindakan, kemampuan memilih keputusan yang tepat, dan keberanian bertanggung jawab atas keputusan yang diambil. Aspek ini memiliki nilai rata-rata tertinggi yaitu 3,447, dan termasuk kategori Setuju (Baik) mendekati Sangat Baik.

Secara keseluruhan, kemampuan sosial emosional siswa berada pada kategori cukup hingga baik, dengan kekuatan terbesar pada aspek pengambilan keputusan bertanggung jawab dan kesadaran sosial, sedangkan aspek yang memerlukan perhatian khusus adalah pengelolaan diri dan keterampilan sosial.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan sosial emosional siswa kelas VII B SMP Negeri 05 Seluas berdasarkan hasil pengisian angket skala psikologis yang terdiri dari 25 butir pernyataan. Kemampuan sosial emosional dianalisis berdasarkan lima aspek utama, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan sosial, dan pengambilan keputusan bertanggung jawab. Pembahasan berikut

menjelaskan hasil penelitian secara lebih mendalam berdasarkan analisis nilai rata-rata tiap aspek.

1. Kesadaran Diri

Nilai rata-rata pada aspek kesadaran diri adalah 3,013, berada pada kategori Baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu mengenali perasaan, kebutuhan, kekuatan, dan kelemahan diri dengan cukup baik. Kemampuan ini menjadi fondasi penting dalam perkembangan sosial emosional karena kesadaran diri mempengaruhi cara siswa mengatur emosi dan berinteraksi dengan lingkungan.

2. Pengelolaan Diri

Aspek pengelolaan diri memperoleh nilai rata-rata 2,927, yang termasuk dalam kategori Cukup. Ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam mengatur emosi, mengendalikan impuls, mengatasi stres, dan menjaga motivasi masih belum optimal.

3. Kesadaran Sosial

Aspek kesadaran sosial memiliki nilai rata-rata 3,019, termasuk dalam kategori Baik. Siswa menunjukkan kemampuan yang cukup baik dalam memahami perasaan dan perspektif orang lain. Mereka juga dinilai mampu menunjukkan empati serta memahami norma dan aturan sosial yang berlaku di lingkungan sekolah.

Kesadaran sosial yang baik merupakan indikator bahwa siswa mampu menempatkan diri dalam situasi sosial dan berperilaku sesuai harapan lingkungan. Hal ini penting dalam membangun hubungan positif dengan teman sebaya serta meningkatkan kualitas interaksi sosial.

4. Keterampilan Sosial

Aspek keterampilan sosial memperoleh nilai rata-rata 2,952, masuk kategori Cukup. Ini menunjukkan bahwa siswa masih memerlukan pengembangan kemampuan dalam berkomunikasi, berkolaborasi, menyelesaikan konflik, dan menjalin hubungan sosial secara efektif. Siswa cenderung memiliki keterampilan dasar, tetapi beberapa masih kurang percaya diri dalam berinteraksi, terutama dalam situasi yang membutuhkan keterampilan interpersonal yang lebih kompleks. Kondisi ini perlu mendapat perhatian khusus melalui kegiatan pembelajaran kolaboratif, diskusi, role-play, maupun layanan bimbingan dan konseling.

5. Pengambilan Keputusan Bertanggung Jawab

Aspek ini memperoleh nilai rata-rata tertinggi yaitu 3,447, berada pada kategori Baik mendekati Sangat Baik. Artinya, siswa mampu mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan mereka, memilih keputusan yang tepat, serta menentukan pilihan berdasarkan nilai

moral dan tanggung jawab. Pencapaian tinggi pada aspek ini menunjukkan bahwa siswa telah memiliki kemampuan dalam menilai situasi dan menentukan tindakan yang benar. Hal ini dapat dipengaruhi oleh lingkungan belajar yang mendukung, pembiasaan sekolah, serta peran guru dalam memberikan arahan positif.

PENUTUP

Dapat disimpulkan bahwa aspek kesadaran diri berada pada kategori baik, yang menunjukkan bahwa siswa mampu mengenali perasaan, kebutuhan, serta kekuatan dan kelemahan diri secara memadai. Pada aspek pengelolaan diri, siswa berada pada kategori cukup menandakan bahwa kemampuan dalam mengendalikan emosi, mengatasi stres, dan menjaga motivasi masih belum optimal sehingga membutuhkan pendampingan lebih lanjut. Aspek kesadaran sosial berada pada kategori baik, mengindikasikan bahwa siswa telah mampu memahami perasaan, perspektif, serta kondisi orang lain dengan cukup baik dan dapat bersikap empatik dalam interaksi sehari-hari. Aspek keterampilan sosial berada pada kategori cukup, yang menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam berkomunikasi, bekerja sama, dan menyelesaikan konflik perlu ditingkatkan melalui pembinaan dan kegiatan pembelajaran yang lebih kolaboratif. Adapun aspek pengambilan keputusan bertanggung jawab

menjadi aspek dengan hasil tertinggi, yaitu kategori baik mendekati sangat baik, menunjukkan bahwa siswa mampu mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan serta membuat keputusan yang tepat berdasarkan nilai moral dan tanggung jawab.

DAFTAR PUSTAKA

- Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). *Psychological Testing* (7th ed.). Prentice Hall.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cavell, T. A. (1954). *Social competence: A developmental approach*. Cambridge University Press.
- Canida, R. (2023). Upaya Meningkatkan Konsep Diri Dan Motivasi Belajar Siswa Dengan Layanan Bimbingan Klasikal. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(12), 4529–4536.
<https://doi.org/10.53625/jirk.v2i12.5606>
- Cavell, A. J. (1954). A rapid method for the determination of nitrogen, phosphorus and potassium in plant materials. *Journal of the Science of Food and Agriculture*, 5(4), 195–200.
<https://doi.org/10.1002/jsfa.2740050407>
- CASEL. (2020). The CASEL guide to schoolwide social and emotional learning.
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2020). *SEL Framework: What are the core competence areas and where are they promoted?* Chicago, IL: CASEL.
- 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>
- Elias, M., Zins, J. E., & Weissberg, R. P. (1997). *Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators*. Ascd.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). New York: W. W. Norton. Retrieved from
- Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, R. P., Frey, K. S., Greenberg, M. T., Haynes, N. M., ... & Shriver, T. P. (1997). *Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators*. ASCD.
- Goleman, D. (2020). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.

- Zimmerman, B. J. (2000). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3–17.
- Hasibuan, M. F., Asbi, A., Wastuti, S. N. Y., & Izar, S. L. (2023). Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Kemampuan Literasi Dan Numerasi Siswa Kelas IV SD Al-Washliyah Percut Medan. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 9(1), 83. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v9i1.11168>
- Hidayat, R., & Yelfino, E. (2022). Pengaruh bimbingan klasikal terhadap sikap empati siswa di SMP Negeri 1 Pariangan. Al-Kaaffah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, 9(1), 88–100.
- Nurhidayah, S., & Hidayat, M. T. (2020). Peran Guru BK dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Emosional Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan*, 8(2), 95–104.
- Nurihsan, A. J. (2016). *Bimbingan dan Konseling: dalam berbagai latar kehidupan*. Refika Aditama.
- Prasetyo, A. (2021). Peningkatan kemampuan sosial emosional siswa melalui pembelajaran berbasis interaksi sosial di SMP Negeri 15 Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 10(2), 112–120.
- Rismi, R. (2020). *Efektivitas bimbingan klasikal untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa SMA Negeri 9 Bandung* (Skripsi, Universitas Pendidikan Indonesia). Repository UPI.
- Sari, M. (2021). Analisis kemampuan sosial emosional siswa SMP dalam konteks pembelajaran daring. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 27(3), 155–166.
- Sari, D. P., & Wulandari, F. (2022). Implementasi Pembelajaran Sosial Emosional di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kajian Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 23–3

