

Efektivitas Pendekatan *Social Emotional Learning* Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas VII SMPN 3 Makassar

Dini Aprilia¹, Wahyuni Ismail², Nur Yuliany³, Ahmad Farham Majid⁴, Baharuddin⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Matematika,

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

Surel: diniaprilial104@gmail.com¹, wahyuni.ismail@uin-alauddin.ac.id²,

nur.yuliany@uin-alauddin.ac.id³, ahmad.farham@uin-alauddin.ac.id⁴,

baharuddin.abbas@uin-alauddin.ac.id⁵

Abstract

This study aims to test the effectiveness of the Social Emotional Learning (SEL) approach in improving the mathematics learning outcomes of seventh-grade students at SMP Negeri 3 Makassar. The main issues underlying this research are the low understanding of concepts, high anxiety when facing lessons, and suboptimal social-emotional skills due to the one-way conventional teaching pattern. This study uses a quasi-experimental method with a Nonequivalent Control Group design. Thru purposive sampling technique, class VII.2 was obtained as the experimental class and class VII.4 as the control class. The research instruments include an observation sheet for the implementation of learning, tests in the form of pretests and posttests, as well as a questionnaire on social-emotional aspects. Data were analyzed using descriptive statistics, the Mann-Whitney U test, and effect size calculations. The research results show that the implementation of SEL learning increased from 70.4% to 100% by the fourth meeting. The average posttest score of the experimental class was 72.88, significantly surpassing the control class, which only reached 33.02. The statistical test and the effect size value of $R = 0.871$ confirm that this approach falls into the very effective category. Thus, it is concluded that the SEL approach effectively improves students' mathematics learning outcomes.

Keyword: Social Emotional Learning, Learning Outcomes, Mathematics, Quasi Experimental

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pendekatan *Social Emotional Learning* (SEL) dalam meningkatkan hasil belajar matematika siswa kelas VII SMP Negeri 3 Makassar. Masalah utama yang melatarbelakangi penelitian ini adalah rendahnya pemahaman konsep, tingginya kecemasan saat menghadapi pelajaran, serta keterampilan sosial emosional yang belum optimal akibat pola pembelajaran konvensional satu arah. Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen dengan desain *Nonequivalent Control Group*. Melalui teknik *purposive sampling*, diperoleh kelas VII.2 sebagai kelas eksperimen dan kelas VII.4 sebagai kelas kontrol. Instrumen penelitian meliputi lembar observasi keterlaksanaan pembelajaran, tes berupa *pretest* dan *posttest*, serta angket aspek sosial emosional. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji Mann-Whitney U, serta perhitungan *effect size*. Hasil penelitian menunjukkan keterlaksanaan pembelajaran SEL meningkat dari 70,4% hingga mencapai 100% pada pertemuan keempat. Rata-rata nilai *posttest* kelas eksperimen sebesar 72,88 secara signifikan melampaui kelas kontrol yang hanya mencapai 33,02. Uji statistik dan nilai *effect size* sebesar $R = 0,871$ mengonfirmasi bahwa pendekatan ini berada pada kategori sangat efektif. Dengan demikian, disimpulkan bahwa pendekatan SEL efektif meningkatkan hasil belajar matematika siswa.

Kata Kunci: Social Emotional Learning, Hasil Belajar, Matematika, Kuasi Eksperimen

PENDAHULUAN

Pendidikan pada hakikatnya merupakan instrumen utama dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia untuk menghadapi tantangan global yang semakin kompleks. Keberhasilan suatu sistem pendidikan tidak hanya diukur melalui pencapaian kognitif semata, tetapi juga harus mencakup pengembangan aspek *affective*, psikomotorik, serta kemampuan sosial emosional siswa (Alafnan, 2025; Wang & Sun, 2026). Proses pembelajaran di sekolah sebagai inti dari kegiatan pendidikan diharapkan mampu menjadi wadah yang holistik bagi siswa untuk mengaktualisasikan potensi dirinya. Oleh karena itu, paradigma pendidikan modern menuntut adanya keseimbangan antara penguasaan pengetahuan teknis dan pengembangan kepribadian yang tangguh, agar lulusan yang dihasilkan memiliki kecakapan hidup yang relevan dengan tuntutan zaman (Ahmadi et al., 2026; Mahmudhassan et al., 2025).

Namun, dalam realitas praktik pembelajaran di lapangan, khususnya pada mata pelajaran matematika, masih ditemukan berbagai persoalan mendasar yang menghambat pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Matematika sering kali dianggap sebagai mata pelajaran yang sulit, membosankan, dan menakutkan bagi sebagian besar siswa (Fauziah & Muhroji, 2026; Mubarik et al., 2026). Fenomena rendahnya pemahaman konsep sering kali berakar dari adanya *math anxiety* atau kecemasan matematika yang tinggi, yang kemudian berdampak pada kurangnya rasa percaya diri (*self-confidence*) siswa dalam menyelesaikan persoalan numerik (Choiriah et al., 2025; Retanal & Maloney, 2026). Kondisi ini

menunjukkan bahwa hambatan dalam belajar matematika tidak hanya bersifat intelektual, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor psikologis dan emosional siswa yang selama ini kurang mendapatkan perhatian secara memadai.

Kondisi serupa teramati di SMP Negeri 3 Makassar, di mana proses pembelajaran matematika masih menghadapi tantangan yang signifikan terkait keterlibatan siswa. Berdasarkan observasi awal, pembelajaran matematika di sekolah tersebut cenderung masih didominasi oleh model pembelajaran langsung (*direct instruction*) yang bersifat satu arah. Dalam atmosfer kelas yang bersifat *teacher-centered*, siswa cenderung menjadi pendengar pasif yang hanya menerima rumus tanpa memahami esensi kegunaannya. Keterbatasan ruang bagi siswa untuk berinteraksi dan mengekspresikan kesulitan emosionalnya dalam belajar menyebabkan rendahnya motivasi dan keterampilan sosial yang belum optimal, sehingga berdampak langsung pada penurunan hasil belajar matematika mereka.

Sejalan dengan perkembangan teori psikologi pendidikan, semakin banyak bukti empiris yang menunjukkan bahwa aspek sosial dan emosional memiliki keterkaitan yang sangat erat dengan prestasi akademik siswa (Daumiller & Hemi, 2025; Romo et al., 2025). Belajar bukan sekadar proses mekanistik dalam mentransfer informasi ke dalam otak, melainkan sebuah proses sosial yang melibatkan perasaan, motivasi, dan interaksi. Menurut Fang et al. (2025) dan Yuliany et al. (2024), kemampuan siswa dalam mengelola emosi dan membangun hubungan positif dengan lingkungan belajarnya menjadi prediktor kuat bagi kesuksesan akademik

mereka. Hal ini mengisyaratkan bahwa untuk meningkatkan hasil belajar matematika, pendidik tidak bisa lagi mengabaikan kondisi emosional siswa saat berhadapan dengan angka dan logika.

Salah satu pendekatan yang dinilai sangat relevan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah *Social Emotional Learning* (SEL). Pendekatan ini merupakan sebuah kerangka kerja yang menekankan pada pengembangan lima kompetensi inti, yaitu kesadaran diri (*self-awareness*), pengelolaan emosi (*self-management*), motivasi diri, empati atau kesadaran sosial (*social awareness*), dan keterampilan membangun relasi (*relationship skills*) (Tinnes-Vigne et al., 2025; Wentzel, 2025). Melalui penerapan SEL, siswa tidak hanya diajarkan untuk pintar secara akademis, tetapi juga dilatih untuk mengenali kekuatan dan kelemahan dirinya, mengelola stres saat menghadapi soal yang sulit, serta mampu bekerja sama secara kolaboratif dalam memecahkan masalah matematika yang kompleks.

Penelitian terdahulu telah memberikan landasan kuat mengenai pentingnya integrasi aspek emosional dalam kurikulum. Hasil penelitian meta-analisis berskala besar oleh Corcoran et al. (2018) dan Shriver & Elias (2024) menunjukkan bahwa penerapan program SEL secara konsisten mampu meningkatkan prestasi akademik siswa secara signifikan sekaligus menurunkan tingkat stres dan perilaku negatif dalam belajar. Di konteks lokal, penelitian oleh Arini et al. (2025) dan Avandra et al. (2023) juga melaporkan bahwa pembelajaran berbasis sosial emosional mampu meningkatkan motivasi intrinsik dan keterampilan kolaboratif siswa di Indonesia. Namun, meskipun sudah banyak penelitian mengenai SEL,

sebagian besar studi tersebut masih berfokus pada pengaruhnya terhadap pengembangan karakter atau kesehatan mental secara umum, dan masih sangat jarang yang mengkaji secara spesifik efektivitasnya terhadap hasil belajar pada mata pelajaran matematika di jenjang sekolah menengah pertama.

Berdasarkan celah penelitian (*research gap*) tersebut, penelitian ini hadir untuk mengkaji lebih dalam mengenai efektivitas penerapan *Social Emotional Learning* terhadap hasil belajar matematika, khususnya pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Makassar. Kebaruan atau *novelty* dari penelitian ini terletak pada upaya pengintegrasian unsur-unsur sosial emosional langsung ke dalam instruksi pembelajaran matematika, bukan sekadar sebagai kegiatan tambahan di luar jam pelajaran. Dengan mengaitkan kompetensi emosional seperti regulasi diri dan kerja sama tim ke dalam pemecahan masalah matematika, diharapkan siswa dapat memiliki ketahanan (*resilience*) yang lebih baik saat menghadapi materi yang dianggap sulit, yang pada akhirnya akan bermuara pada peningkatan hasil belajar yang lebih optimal.

Secara lebih spesifik, tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengukur dan mendeskripsikan sejauh mana pendekatan SEL mampu memberikan pengaruh positif terhadap pencapaian hasil belajar matematika siswa. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi bagaimana perubahan sikap sosial dan pengelolaan emosi siswa berkontribusi pada terciptanya lingkungan belajar yang lebih kondusif dan inovatif. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan strategi pembelajaran

matematika yang lebih holistik serta memberikan sumbangsih praktis bagi para pendidik di SMP Negeri 3 Makassar dalam mengimplementasikan model pembelajaran yang relevan, inovatif, dan responsif terhadap kebutuhan emosional siswa di era pendidikan modern.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kuasi eksperimen (*quasi-experimental design*). Pemilihan metode ini didasarkan pada kondisi subjek penelitian yang berada dalam kelompok kelas yang sudah terbentuk secara alami, sehingga peneliti tidak memungkinkan untuk melakukan randomisasi subjek secara penuh. Desain penelitian yang diterapkan adalah *Nonequivalent Control Groups Design*, di mana terdapat dua kelompok yang dilibatkan, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok tersebut diberikan tes awal (*pretest*) untuk mengetahui kemampuan dasar siswa sebelum perlakuan, kemudian diberikan perlakuan yang berbeda, dan diakhiri dengan tes akhir (*posttest*) untuk mengukur sejauh mana efektivitas intervensi yang telah diberikan (Adnan & Latief, 2020; Pakaya et al., 2023).

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 3 Makassar yang terdaftar pada tahun ajaran berjalan. Mengingat karakteristik populasi yang tersebar di beberapa kelas, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Teknik ini dipilih dengan pertimbangan kriteria tertentu agar sampel yang diambil dapat mewakili karakteristik yang dibutuhkan dalam penelitian. Berdasarkan hasil pertimbangan tersebut, ditetapkan kelas VII.2 sebagai kelas eksperimen yang

akan mendapatkan pembelajaran dengan pendekatan *Social Emotional Learning* (SEL), serta kelas VII.4 sebagai kelas kontrol yang akan mengikuti proses pembelajaran konvensional atau model pembelajaran langsung yang biasa diterapkan di sekolah tersebut.

Untuk memperoleh data yang akurat dan komprehensif, peneliti menggunakan beberapa instrumen penelitian yang telah divalidasi. Instrumen pertama adalah lembar observasi keterlaksanaan pembelajaran yang berfungsi untuk memantau sejauh mana sintaks pendekatan SEL diimplementasikan di dalam kelas. Instrumen kedua adalah instrumen tes yang terdiri dari *pretest* dan *posttest* untuk mengukur hasil belajar matematika siswa pada aspek kognitif. Selain itu, peneliti juga menggunakan instrumen non-tes berupa angket (*questionnaire*) yang dirancang khusus untuk mengukur perkembangan aspek sosial emosional siswa, seperti kesadaran diri, regulasi emosi, hingga keterampilan berelasi selama proses pembelajaran berlangsung.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan statistik untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Pertama, data diolah menggunakan statistik deskriptif untuk memberikan gambaran umum mengenai distribusi nilai, rata-rata (*mean*), dan standar deviasi dari kedua kelompok sampel. Selanjutnya, untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil belajar kelas eksperimen dan kelas kontrol, peneliti menggunakan uji *Mann-Whitney U*. Uji non-parametrik ini dipilih apabila data tidak berdistribusi normal, yang bertujuan untuk membandingkan dua sampel independen guna melihat pengaruh dari penerapan pendekatan *Social Emotional Learning* (SEL)

terhadap hasil belajar matematika siswa secara objektif.

Tahap akhir dari analisis data adalah perhitungan *effect size* untuk menentukan seberapa besar tingkat efektivitas atau kekuatan pengaruh dari penerapan pendekatan SEL tersebut. Perhitungan ini sangat krusial karena tidak hanya menunjukkan adanya perbedaan secara statistik, tetapi juga memberikan gambaran mengenai signifikansi praktis dari intervensi yang dilakukan. Interpretasi nilai *effect size* (R) dalam penelitian ini merujuk pada

kriteria yang telah ditetapkan, yaitu: rentang 0,10 – 0,19 dikategorikan memiliki efek sangat kecil; 0,20 – 0,39 memiliki efek kecil; 0,40 – 0,59 memiliki efek sedang; 0,60 – 0,79 memiliki efek besar; dan nilai $R \geq 0,80$ dikategorikan memiliki efek sangat besar. Dengan kriteria ini, peneliti dapat menyimpulkan derajat efektivitas pendekatan *Social Emotional Learning* dalam meningkatkan kualitas hasil belajar matematika siswa di SMP Negeri 3 Makassar.

Tabel 1. Kriteria Efektif

Rentang Nilai R	Interpretasi Umum
0,10 – 0,19	Efek sangat kecil
0,20 – 0,39	efek kecil
0,40 – 0,59	efek sedang
0,60 – 0,79	Efek besar
$\geq 0,80$	Efek sangat besar

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data pertama yang disajikan dalam penelitian ini adalah tingkat keterlaksanaan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan *Social Emotional Learning* (SEL) pada kelas eksperimen. Berdasarkan hasil pengamatan melalui lembar observasi yang dilakukan selama empat kali

pertemuan, terlihat adanya fluktuasi positif pada setiap komponen kegiatan pembelajaran, mulai dari kegiatan awal, kegiatan inti, hingga kegiatan penutup. Data ini mencerminkan sejauh mana sintaks atau tahapan pembelajaran SEL diimplementasikan oleh guru dan diikuti oleh siswa di dalam kelas. Rincian persentase keterlaksanaan tersebut disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Data Persentase Keterlaksanaan Pembelajaran

Pertemuan	Kegiatan Awal	Kegiatan Inti	Kegiatan Penutup	Total
I	11,11 %	48,15 %	11,11 %	70,4 %
II	14,81 %	48,14 %	14,81 %	77,76 %
III	18,52 %	59,26 %	18,52 %	96,3 %
IV	18,52 %	62,96 %	18,52 %	100 %

Pada pertemuan pertama, total keterlaksanaan pembelajaran berada pada angka 70,4%, di mana kegiatan inti mendominasi dengan persentase 48,15%. Memasuki pertemuan kedua, angka keterlaksanaan meningkat menjadi

77,76%, yang terlihat dari adanya kenaikan pada kegiatan awal dan penutup yang masing-masing mencapai 14,81%. Peningkatan yang signifikan terus berlanjut pada pertemuan ketiga dengan total capaian 96,3%, di mana kegiatan

inti melonjak hingga 59,26%. Hingga pada pertemuan terakhir atau pertemuan keempat, seluruh rangkaian skenario pembelajaran yang telah direncanakan berhasil terlaksana sepenuhnya dengan persentase 100%. Data ini menunjukkan bahwa seiring berjalannya waktu, interaksi antara guru dan siswa dalam menerapkan unsur-unsur sosial emosional di kelas matematika menjadi semakin sinkron dan terstruktur.

Data berikutnya berkaitan dengan capaian hasil belajar matematika siswa yang diukur melalui instrumen tes. Sebelum diberikan perlakuan, baik kelas eksperimen maupun kelas kontrol

diberikan *pretest* untuk mengukur kemampuan awal mereka. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa kedua kelompok memiliki titik awal yang relatif setara, dengan nilai rata-rata yang berada pada rentang yang rendah. Namun, setelah kelas eksperimen diberikan intervensi berupa pendekatan *Social Emotional Learning* dan kelas kontrol menggunakan metode konvensional, hasil *posttest* menunjukkan perubahan distribusi nilai yang cukup mencolok. Perbandingan nilai rata-rata dari kedua tahap tes tersebut dirangkum dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3. Nilai Rata-Rata Hasil Tes

Kelompok	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Eksperimen	11,56	72,88
Kontrol	13,27	33,02

Deskripsi data pada Tabel 3 memperlihatkan bahwa kelas eksperimen mengalami lonjakan nilai rata-rata yang sangat drastis, yakni dari 11,56 pada saat *pretest* menjadi 72,88 pada saat *posttest*. Di sisi lain, kelas kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan SEL juga mengalami peningkatan nilai dari 13,27 menjadi 33,02, namun selisih peningkatan tersebut jauh lebih kecil dibandingkan dengan kelas eksperimen. Perbedaan nilai rata-rata *posttest* antara kedua kelas yang mencapai angka 39,86 poin ini memberikan gambaran awal mengenai adanya disparitas hasil belajar yang nyata setelah variabel bebas berupa pendekatan SEL diintegrasikan ke dalam materi matematika kelas VII.

Untuk memperkuat temuan deskriptif tersebut, dilakukan analisis statistik inferensial menggunakan uji *Mann-Whitney U*. Tahap pertama analisis

ini dilakukan pada data *pretest* untuk memastikan kesetaraan kemampuan awal responden. Hasil pengujian menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih besar dari 0,05, yang berarti secara statistik tidak terdapat perbedaan signifikan antara kemampuan awal siswa di kelas VII.2 dan VII.4. Kondisi awal yang homogen ini menjadi prasyarat penting agar perubahan yang terjadi pada akhir penelitian dapat diatribusikan pada perlakuan yang diberikan, bukan karena perbedaan kecerdasan awal siswa.

Selanjutnya, uji *Mann-Whitney U* juga dilakukan pada data *posttest* untuk melihat pengaruh perlakuan secara lebih mendalam. Hasil analisis pada tahap ini menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,000. Angka ini lebih kecil dari taraf signifikansi yang ditetapkan yaitu 0,05, yang mengindikasikan adanya perbedaan yang sangat signifikan pada hasil belajar matematika antara

kelompok siswa yang mengikuti pembelajaran dengan pendekatan *Social Emotional Learning* dibandingkan dengan kelompok siswa yang mengikuti pembelajaran langsung. Data ini menegaskan bahwa perbedaan angka rata-rata pada tabel sebelumnya bukan merupakan kebetulan statistik, melainkan hasil dari perbedaan perlakuan di kelas.

Sebagai tahap akhir dari penyajian hasil penelitian, dilakukan perhitungan *effect size* untuk mengukur derajat kekuatan pengaruh dari variabel yang diteliti. Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh nilai R sebesar 0,871. Jika merujuk pada kriteria efektivitas yang telah ditetapkan sebelumnya, nilai R yang berada di atas angka 0,80 ini menempati kategori efek sangat besar. Angka 0,871 mencerminkan bahwa pendekatan *Social Emotional Learning* memiliki daya pengaruh yang sangat kuat dan dominan dalam meningkatkan penguasaan materi matematika siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Makassar dibandingkan dengan penggunaan model pembelajaran konvensional.

Pembahasan

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa kemampuan pemahaman konsep matematika siswa kelas VII SMP Negeri 3 Makassar pada kelas kontrol, yang diajar dengan model pembelajaran langsung (*direct instruction*), berada pada kategori yang sangat rendah sebelum diberikan perlakuan. Meskipun setelah proses pembelajaran berakhir terjadi peningkatan skor, namun kenaikan tersebut tidak bersifat signifikan dengan rata-rata skor *posttest* yang hanya mencapai angka 33,02. Fenomena ini mengindikasikan bahwa model pembelajaran langsung kurang efektif

dalam memfasilitasi pemahaman konsep matematika yang mendalam. Hal ini disebabkan oleh sifat pendekatan tersebut yang cenderung kaku dan berpusat pada guru (*teacher-centered*), sehingga sering kali mengabaikan aspek afektif serta keterlibatan sosial emosional siswa dalam proses konstruksi pengetahuan. Padahal, menurut Kuntjojo (2021) dan Ozyildirim Gumus & Soysal (2026), faktor afektif seperti rasa percaya diri, motivasi belajar, dan kualitas hubungan sosial merupakan elemen krusial yang menentukan keberhasilan belajar, terutama pada subjek matematika yang menuntut kemampuan berpikir abstrak dan logis.

Kondisi psikologis siswa saat mengikuti pembelajaran konvensional cenderung menunjukkan sikap pasif, mudah mengalami frustrasi ketika menghadapi soal sulit, serta memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Hal ini sejalan dengan temuan Tong (2025) dan Umamy et al. (2024) yang menegaskan bahwa faktor emosional memiliki kontribusi vital dalam menciptakan lingkungan belajar yang positif. Tanpa adanya pengelolaan emosi yang baik, siswa akan terjebak dalam kecemasan matematika yang menghambat fungsi kognitif mereka. Aljura et al. (2024) dan Asare & Larbi (2025) juga memperkuat argumen ini dengan menyatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki peranan signifikan terhadap hasil belajar matematika. Oleh karena itu, rendahnya capaian pada kelas kontrol membuktikan bahwa pengabaian terhadap aspek sosial emosional dalam pembelajaran matematika mengakibatkan siswa tidak mampu mencapai potensi kognitif maksimalnya.

Berbeda secara kontras dengan kelas kontrol, kelas eksperimen yang menerapkan pendekatan *Social*

Emotional Learning (SEL) menunjukkan dinamika perkembangan yang sangat positif. Pada tahap awal atau *pretest*, mayoritas siswa memang berada pada kategori sangat rendah dengan rata-rata nilai sebesar 11,56. Namun, setelah integrasi pendekatan SEL dilakukan secara konsisten, terjadi peningkatan yang sangat tajam di mana mayoritas siswa berhasil mencapai kategori tinggi dan sangat tinggi dengan nilai rata-rata *posttest* mencapai 72,88. Peningkatan signifikan ini membuktikan bahwa SEL mampu menjadi katalisator dalam meningkatkan pemahaman konsep matematika. Secara teoretis, keberhasilan ini berakar pada pengembangan lima kompetensi inti SEL, yaitu kesadaran diri (*self-awareness*), pengelolaan diri (*self-management*), kesadaran sosial (*social awareness*), keterampilan berhubungan (*relationship skills*), serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (Aisyah & Effendi, 2024).

Efektivitas pendekatan SEL dalam konteks ini dapat dijelaskan melalui kesiapan mental siswa; ketika siswa dilatih untuk mengenali emosi, meregulasi stres, dan membangun relasi positif, mereka menjadi lebih terbuka dalam menerima serta mengolah informasi akademik yang kompleks. Kuntjojo (2021) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa keterampilan sosial emosional yang terasah akan menumbuhkan *self-confidence* dan daya tahan (*resilience*) siswa dalam menghadapi tantangan akademik. Selain itu, jika ditinjau dari teori sosio-kultural Vygotsky, proses belajar terjadi secara optimal melalui interaksi sosial yang bermakna (Hasbi et al., 2021). Pendekatan SEL menciptakan atmosfer kelas yang suportif dan interaktif, sehingga memungkinkan siswa untuk membangun pemahaman konseptual

matematika melalui kolaborasi yang sehat dengan rekan sejawat maupun guru.

Perbandingan hasil belajar antara kedua kelas tersebut dipertegas oleh hasil analisis inferensial menggunakan uji *Mann-Whitney U Test*. Hasil pengujian secara statistik menunjukkan adanya perbedaan rata-rata kemampuan pemahaman konsep matematika yang sangat nyata antara kelas yang menggunakan pembelajaran langsung dengan kelas yang menerapkan pendekatan SEL. Dominasi siswa kelas eksperimen pada kategori tinggi dan sangat tinggi, dibandingkan kelas kontrol yang masih tertahan di kategori sedang dan rendah, menjadi bukti empiris efektivitas SEL. Temuan ini selaras dengan pendapat Aisyah & Effendi (2024) yang menekankan bahwa SEL membekali siswa dengan kompetensi yang membuat mereka lebih siap terlibat secara aktif dalam pembelajaran. Bahkan, secara global, Shriver & Elias (2024) mengungkapkan bahwa penerapan SEL secara sistematis mampu meningkatkan prestasi akademik rata-rata hingga 11% dibandingkan tanpa intervensi sosial emosional. Observasi lapangan di SMP Negeri 3 Makassar turut memperkuat data ini, di mana siswa kelas eksperimen terlihat lebih antusias, berani berpendapat, dan memiliki rasa percaya diri yang meningkat dalam menyelesaikan tugas-tugas matematika yang diberikan.

Analisis efektivitas ini diperkuat oleh uji *effect size* yang menunjukkan bahwa pendekatan SEL memberikan pengaruh yang sangat kuat terhadap peningkatan kemampuan pemahaman konsep siswa. Keberhasilan ini dapat dijelaskan melalui teori *Self-Determination* dari Deci dan Ryan (dalam Zulyadaini & Kasiono, 2025), yang menekankan bahwa pembelajaran

akan mencapai titik optimal ketika siswa memiliki motivasi intrinsik. Melalui SEL, siswa merasa memiliki kontrol atas proses belajarnya (*autonomy*), merasa mampu (*competence*), dan merasa didukung oleh lingkungannya (*relatedness*). Selain itu, merujuk pada teori konstruktivisme sosial dari Slavin (Kurniawan, 2025), interaksi sosial dan kolaborasi dalam suasana emosional yang positif merupakan faktor penentu efektivitas pembelajaran. Dengan demikian, integrasi SEL bukan sekadar meningkatkan nilai angka di atas kertas, melainkan membentuk sikap positif terhadap matematika dan mengembangkan keterampilan hidup yang esensial, menjadikannya sebagai alternatif strategi pembelajaran yang sangat layak diimplementasikan di tingkat sekolah menengah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan *Social Emotional Learning* (SEL) terbukti sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar matematika siswa kelas VII SMP Negeri 3 Makassar, yang ditandai dengan peningkatan konsisten keterlaksanaan pembelajaran dari 70,4% hingga mencapai 100% pada pertemuan keempat serta transformasi capaian akademik yang signifikan. Meskipun kemampuan awal kedua kelompok bersifat homogen dengan rata-rata *pretest* kelas eksperimen sebesar 11,56 dan kelas kontrol sebesar 13,27 (Sig. > 0,05), namun setelah diberikan perlakuan, kelas eksperimen berhasil mencapai nilai rata-rata *posttest* yang jauh lebih tinggi yaitu sebesar 72,88, dibandingkan kelas kontrol yang hanya mencapai rata-rata 33,02. Keunggulan ini diperkuat secara statistik

melalui uji *Mann-Whitney U* yang menghasilkan nilai Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$, serta didukung oleh perolehan nilai *effect size* sebesar $R = 0,871$ yang masuk dalam kriteria sangat efektif (efek sangat besar), sehingga dapat ditegaskan bahwa pengintegrasian aspek sosial emosional ke dalam instruksi matematika mampu memberikan kontribusi yang kuat terhadap peningkatan pemahaman konsep dan prestasi belajar siswa secara keseluruhan.

DAFTAR RUJUKAN

- Adnan, G., & Latief, M. A. (2020). *Metode Penelitian Pendidikan Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas*. Erhaka Utama.
- Ahmadi, S., De Vos, S., Qesja, B., Soleimani, S., Harris, J., Lipnickas, G., Haykal, K.-A., Brochado, A., Rao Hill, S., Rajic, S., & Cormack, J. (2026). The Phygital Education Paradigm: Blended Learning and its Impact on Student Experiences in Sport and Dance Education. *Journal of Macromarketing*. <https://doi.org/10.1177/02761467261424251>
- Aisyah, S., & Effendi, H. (2024). *Model CASEL-IoT Berbasis Cultural Heritage*. Penerbit NEM.
- AlAfnan, M. A. (2025). Enhancing educational outcomes using AlAfnan taxonomy: integrating cognitive, affective, and psychomotor domains. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 14(3), 2419. <https://doi.org/10.11591/ijere.v14i3.33147>

- Aljura, A. N., Retnawati, H., & Widjajanti, D. B. (2024). A Meta-Analysis: The Effect of Emotional Intelligence on Students' Mathematics Learning Outcomes in Indonesia. *Jurnal Riset Pendidikan Matematika*, 11(2), 77–89.
- Arini, R., Rosmilawati, I., & Hendrayana, A. (2025). Development of Culturally Responsive Teaching-Based Interactive Media to Improve Social-Emotional Skills and Learning Motivation in Primary School Students. *Jurnal Paedagogy*, 12(3), 734. <https://doi.org/10.33394/jp.v12i3.15425>
- Asare, B., & Larbi, E. (2025). Nexus between emotional intelligence and mathematics performance: the role of metacognitive awareness. *Cogent Education*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/2331186X.2025.2450117>
- Avandra, R., Neviyarni S, & Irdamurni. (2023). PEMBELAJARAN SOSIAL EMOSIONAL TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DI SEKOLAH DASAR. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(2), 5560–5570. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.1314>
- Choiriah, S., Amelia Amri, M., & Yunus, M. (2025). Mathematical Understanding in Problem Solving as Viewed through the Lens of Mathematics Anxiety among Elementary School Students. *Media Pendidikan Matematika*, 13(2), 1018–1028.
- <https://doi.org/10.33394/mpm.v13i2.18296>
- Corcoran, R. P., Cheung, A. C. K., Kim, E., & Xie, C. (2018). Effective universal school-based social and emotional learning programs for improving academic achievement: A systematic review and meta-analysis of 50 years of research. *Educational Research Review*, 25, 56–72. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2017.12.001>
- Daumiller, M., & Hemi, A. (2025). Peer relationships and student motivation: Theoretical and methodological approaches, empirical evidence, and future directions. *British Journal of Educational Psychology*, 95(4), 905–923. <https://doi.org/10.1111/bjep.70030>
- Fang, Z., Fu, Y., Liu, D., & Chen, C. (2025). The impact of school climate on college students' socio-emotional competence: the mediating role of psychological resilience and emotion regulation. *BMC Psychology*, 13(1), 682. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03019-x>
- Fauziah, Z., & Muhroji. (2026). *Students' numeracy skills in grade 5 mathematics learning*. 020063. <https://doi.org/10.1063/5.0319124>
- Hasbi, I., Sari, D. C., Isnaini, L., Ardiana, D. P. Y., Harahap, D. G. S., Sormin, S. A., Wirdasari, A., Soulisha, I., Falaq, Y., & Lestari, A. S. (2021). *Perkembangan peserta didik (tinjauan teori dan praktis)*. Penerbit Widina.

- Kuntjojo, K. (2021). *Psikologi Pendidikan-Buku 1*. GUEPEDIA.
- Kurniawan, R. G. (2025). *Teori dan Metode Pembelajaran: Fondasi Teoretis dan Metodologis Menuju Transformasi Pembelajaran Modern*. Penerbit Lutfi Gilang.
- Mahmudhassan, M., Elbanna, M., & Abuzar, M. (2025). The Philosophical Foundations Of Holistic Education In The 21st Century (Challenges And Obstacles To The Development Of Islamic Education). *JURNAL PEDAGOGY*, 18(1), 01–09. <https://doi.org/10.63889/pedagogy.v18i1.305>
- Mubarik, Ibnu Hadjar, Welli Meinarni, & Annisa Dwi Kurniawati. (2026). Is mathematics still scary? Primary school pupils' perceptions of mathematics. *Riemann: Research of Mathematics and Mathematics Education*, 8(1), 159–171. <https://doi.org/10.38114/riemann.v8i1.155>
- Ozyildirim Gumus, F., & Soysal, S. (2026). The Effect of Mathematical Satisfaction on Mathematical Creativity: The Moderating Role of Individual Variables. *The Journal of Creative Behavior*, 60(1). <https://doi.org/10.1002/jocb.70083>
- Pakaya, W. C., Sutadji, E., Dina, L. N. A. B., Rahma, F. I., Mashfufah, A., & Ayu, I. R. (2023). *Metode Penelitian Pendidikan*. Nawa Litera Publishing.
- Retanal, F., & Maloney, E. A. (2026). Individual, interpersonal and sociocultural contributors to maths anxiety in children. *Nature Reviews Psychology*, 5(2), 93–104. <https://doi.org/10.1038/s44159-025-00519-w>
- Romo, J., Pérez, J. C., Cumsille, P., Hollenstein, T., Olaya-Torres, A., Rodríguez-Rivas, M. E., & Melero, J. (2025). Emotion Regulation Strategies and Academic Achievement among Secondary and University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Educational Psychology Review*, 37(3), 80. <https://doi.org/10.1007/s10648-025-10054-y>
- Shriver, T. P., & Elias, M. (2024). *Handbook of social and emotional learning*. Guilford Publications.
- Tinnes-Vigne, M., Houssemand, C., Guay, F., Poncelet, D., & Dierendonck, C. (2025). Understanding the Use of Social and Emotional Learning in Elementary Schools: A Theory of Planned Behaviour Perspective. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 15(4), 48. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15040048>
- Tong, Q. (2025). Exploring the Interplay Between Teachers' Emotions, Personal Traits, Environmental Factors and Psychological Well-Being. *European Journal of Education*, 60(1). <https://doi.org/10.1111/ejed.12903>
- Umamy, E., Kristiawan, I., & Efendiy, K. (2024). *MEMBANGUN KREATIVITAS: Peran Karakter, Motivasi, dan Lingkungan Belajar*. CV. Intelektual Manifes Media.



- Wang, X., & Sun, W. (2026). AI enhanced optimization of college physical education programs using hybrid genetic algorithms and learning based fitness evaluation. *Scientific Reports*.
<https://doi.org/10.1038/s41598-026-45357-9>
- Wentzel, K. (2025). *Social and Emotional Learning*. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781003054573>
- Yuliany, N., Majid, A. F., Asima, N., Sulasteri, S., & Abrar, A. I. P. (2024). Efektivitas Penerapan Model Pembelajaran Student Facilitator and Explaining terhadap Kemampuan Representasi Matematis Siswa. *Al Asma : Journal of Islamic Education*, 6(1), 18–27.
<https://doi.org/10.24252/asma.v6i1.44724>
- Zulyadaini, M. P., & Kasiono, Mp. (2025). *Belajar & Pembelajaran Berbasis Budaya Berorientasi Masa Depan*. CV. Sarnu Untung.