AKADEMIK E-ISSN 2774-8863
Jurnal Mahasiswa Humanis
Vol. 4, No. 1, Januari 2024

Edukasi Bahasa Cinta Untuk Optimalisasi Pembelajaran Mental Health (SMK Syafi'i Akrom Kota Pekalongan)

Amaliyah[1], Khusnul Khotimah[2]
Universitas Pamulang, Indonesia
dosen01610@unpam.ac.id[1], khusnulsunarno@gmail.com[2]

Submitted: 03rd Aug 2023 | **Edited**: 11th Dec 2023 | **Issued**: 01st Jan 2024

Cited on: Amaliyah, A., & Khotimah. K. (2024). Edukasi Bahasa Cinta Untuk Optimalisasi Pembelajaran Mental Health (SMK Syafi'i Akrom Kota Pekalongan). *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis, 4*(1), 74-86.

ABSTRACT

This research aims to introduce love language education, which is to increase self-awareness, encourage social awareness, and promote mental health. Using the love language approach can have a positive impact on mental well-being, reducing levels of stress, anxiety and depression. The research method used is a qualitative method with a phenomological approach. Namely explaining or expressing the meaning of concepts or experiential phenomena based on awareness that occurs in individuals. Namely through questionnaires and observations in classes used as samples. The results of this research explain that love education methods can increase awareness about the importance of mental health, love language education can be an effective tool to support individuals in achieving optimal mental well-being. By focusing on changing speaking and thinking patterns to a more positive one, love language education can make a significant contribution to improving the quality of life of individuals and society as a whole, so that wellbeing can be realized in the student's learning process.

Keyword: Education of Love Language, Learning Optimization, Mental Health

PENDAHULUAN

Dalam perkembangan siswa diperlukan pola pendidikan yang sesuai dengan kodrat alam dan kodrat zaman. Kodrat alam terkait potensi yang memang dimiliki oleh siswa sebagai manusia, dan kodrat zaman karena harus mengikuti perkembangan zaman. Oleh karena itu pendidikan sebagai penuntun segala kekuatan kodrat yang ada pada anak-anak, agar mereka sebagai manusia dan anggota masyarakat dapat mencapai keselamatan dan kebahagiaan yang setinggi-tingginya (Amaliyah, 2021). Demikian Ki Hajar Dewantara menyampaikannya dalam pemikirannya tentang pendidikan (Haryati, 2019).

Kalimat tersebut memberikan pemahaman bahwa guru tidak sekedar mengajar tetapi juga mendidik baik dari segi pengetahuan maupun sikap dan ketrampilan karna tujuan akhir pendidikan adalah untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan yang setinggi tingginya,sehingga diperlukan formula yang tepat untuk bisa menggapai

keselamatan dan kebahagiaan tersebut (Arifin, 2018). Bisa dikatakan bahwa seorang guru dan murid tidak ada jarak karena guru dapat menyentuh hati muridnya sehingga hubungan emosionalnya dapat terasa dan tentu saja itu yang akan menjadikan sebuah kenyamanan dalam belajar (Zulhammi, 2015), hati menjadi senang untuk belajar karena hubungan spikologis yang terjalin antara guru dan murid tidak bisa diukur dengan angka.

Edukasi bahasa cinta adalah pendekatan inovatif yang mungkin dapat mempengaruhi positif kesejahteraan mental (Saputra, et al., 2023). Hal ini menyajikan sebuah konsep edukasi yang berfokus pada pengembangan bahasa cinta dalam rangka meningkatkan kesehatan mental yang optimal. Bahasa cinta, dalam konteks ini, mengacu pada cara kita berbicara tentang diri kita sendiri dan orang lain, serta cara kita menerima cinta dan dukungan dari orang-orang di sekitar kita (Saputra, et al., 2023). Hal tersebut dapat mengeksplorasi berbagai komponen edukasi bahasa cinta, termasuk pembelajaran cara berbicara dengan diri sendiri secara positif, meningkatkan empati terhadap orang lain, dan mengembangkan keterampilan komunikasi yang sehat dalam hubungan dengan orang lain.

Tentu menjadi pertanyaan, bagaimana panduan praktis untuk menerapkan prinsip-prinsip edukasi bahasa cinta dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam konteks pendidikan formal maupun informal. Sehingga ini dapat diterapkan di proses pembelajaran di kelas maupun di lingkungan sekolah (Noviani, et al., 2017). Setelah melalui proses wawancara dengan anak anak secara individu banyak ditemukan permasalahan yang menjadikan anak tidak bisa focus pada pembelajaran sehingga pembelajaran gagal dan perlu melakukan perbaikan tetapi perbaikan tidak memperoleh hasil maksimal. Setelah hasil survey dilakukan anak anak memiliki masalah yang kompleks yang berasal dari keluarga dan ada yang berasal dari pengaruh pergaulan serta media sosial yang kurang bijak dipilih anak, untuk itu dibutuhkan formula yang dapat menstimulus sebuah perubahan dari anak anak untuk menghasilkan pembelajaran yang optimal.

Pertanyaaan selanjutnya apakah makna kenyamanan yang dimaksud yaitu suatu kondisi dimana perasaan seseorang yang merasa nyaman berdasarkan persepsi masing masing individu. Kenyamanan dan rasa nyaman adalah penilaian komprehensif sesorang terhadap lingkungan (Asima, 2022). Kemudian apa itu definisi Kebahagiaan,

perasaan bahagia, kesenangan dan ketentraman lahir batin, keberuntungan dan kemujuran lahir batin (Herwina, 2021), menurut Iman Setiadi Arief dalam bukunya tujuan akhir dari segala aktivitas, segala daya upaya, segala perjuangan dan pergumulan dalam hidup ini (Iroh Suhiroh, 2021).

Akhir akhir ini kita sering mendapati banyak murid murid yang cenderung berperilaku negative dan banyak factor yang mempengaruhi perubahan mental murid murid tersebut, bisa jadi itu berasal dari keluarga atau bahkan dari lingkungan pergaulan yang membentuk mental mereka tidak stabil, sehingga tidak bisa kita menjudge bahwa perilaku mereka yang menyimpang merupakan kesalahan murid sepenuhnya karena begitu kompleks pengaruh tersebut. Rasa empati terhadap orang lain disekitar sudah mulai memudar, rasa solidaritas untuk kemajuan Bersama dalam kerjasama tim sudah mulai luntur, perilaku lembut dan penuh kesopanan sering kali mulai ditinggalkan, bahkan kecenderungan saling mencaci dan menghina dengan bentuk bullying yang tak terkendali. Ini merupakan tugas berat guru dalam membina dan memberi keteladanan kepada murid murid akan arti penting sebuah tuturkata kesopanan yang merupakan budaya ketimuran dari nenek moyang bangsa.

LANDASAN TEORI

Bahasa Cinta

Toni noble and helen Mc Grath dalam (Muttaqin, 2023) mengemukakan dalam tulisannya tentang Bahasa cinta yaitu A positive emotional state that is the result of a hormony between the sum ofspecific context factors on the one hand and the personal needs and expectations towards the school on the other hand. Adalah keadaan emosional yang berkelanjutan (relatif stabil) yang ditandai dengan sikap dan suasana hati yang secara umum positif,relasi yang positif dengan sesama murid dan guru, resiliensi, optimalisasi diri dan tingkat kepuasan diri yang tinggi berkaitan dengan pengalaman belajar mereka di sekolah.Apa yang disampaikan oleh Toni noble dan Mc grath bisa dijadikan acuan dasar untuk melangkah.

Menurut Gary Chapman dalam bukunya, bahasa cinta, kita harus mengajarkan lima Bahasa cinta anak kita,dengan mengenal lima Bahasa cinta anak kita. Kita dapat menjalin hubungan dan mendidik anak dengan baik antara lain kata-kata pujian dan afirmasi,sentuhan fisik, waktu yang berkualitas, tindakan pelayanan, dan hadiah/

pemberian (Julianto, 2020). Dengan memahami lima Bahasa cinta tersebut guru dapat menyelami setiap anak didiknya, sehingga mereka merasa kehadirannya diharapkan oleh murid muridnya,kebahagiaan akan terpancar di hati murid murid ketika berada di kelas.

Optimalisasi Pembelajaran

Optimalisasi pembelajaran mengacu pada serangkaian prinsip, pendekatan, dan teori yang bertujuan untuk meningkatkan efektivitas serta efisiensi proses pembelajaran (Rusman, 2017). Ini meliputi pemahaman mendalam tentang teori-teori belajar, seperti behaviorisme, kognitivisme, konstruktivisme, dan teori belajar sosial, yang memandang pembelajaran sebagai proses aktif konstruksi pengetahuan.

Prinsip-prinsip pembelajaran efektif, termasuk memberikan umpan balik yang konstruktif, memfasilitasi pengalaman belajar yang aktif, dan mengaktifkan pengetahuan sebelumnya, menjadi dasar untuk merancang strategi pembelajaran yang mendukung pertumbuhan siswa (Sani, R. A. (2022).

Mental Health

Kesehatan mental mencakup beragam pendekatan yang memahami dan menjelaskan faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Salah satu teori yang relevan adalah model biopsikososial, yang mengakui bahwa kesehatan mental dipengaruhi oleh interaksi antara faktor biologis, psikologis, dan sosial (Risqi & Wibowo, 2023).. Ini berarti bahwa genetika, kimia otak, pengalaman hidup, pola pikir, serta faktor lingkungan dan budaya semuanya berperan dalam membentuk kondisi mental seseorang.

Teori-teori psikodinamik, seperti yang dikembangkan oleh Freud, menekankan pentingnya konflik bawah sadar dan pengalaman masa kecil dalam membentuk kesehatan mental (Jaarvis, 2019). Sementara itu, pendekatan kognitif menggambarkan bahwa persepsi dan interpretasi individu terhadap dunia mereka memainkan peran kunci dalam membentuk suasana hati dan kesejahteraan psikologis mereka.

Pendekatan sosial mempertimbangkan peran faktor lingkungan, seperti dukungan sosial, stres hidup, dan ketidaksetaraan sosial, dalam mempengaruhi kesehatan mental individu (Rahma & Cahyani, 2023). Melalui pemahaman yang holistik terhadap berbagai teori ini, kita dapat lebih baik memahami kompleksitas kesehatan mental dan

merancang pendekatan yang komprehensif dalam merawat dan mendukung kesejahteraan psikologis individu.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dimana metode ini berusaha mencari pemahaman bagaimana mengkonstruksi makna dan konsep penting dalam kerangka inter subyektivitas (pemahaman kita mengenai dunia dibentuk oleh hubungan kita dengan orang lain), yang dilakukan melalui survey (Suryanto, 2021). Responden mendapatkan beberapa pertanyaaan yang dapat menunjang hasil survey seperti yang dikehendaki.

Hasil akan dikatakan baik Ketika responden dapat mengarah pada tujuan awal diadakannya wawancara. Hasil wawancara di rangkum menggunakan tabel untuk mempermudah menganalisa setiap kelas yang dijadikan sample. Seorang responden harus berfikir positif atau pro aktif di dalam menjawab pertanyaan pertanyaan survey. Dengan metode bagan penelitian sebagai berikut:

Tabel 1 Skema Penelitian Pengolahan Data

Subjek	Pengumpulan data	Teknis analisis data	Uji keabsahan data
13 Kelas	Wawancara mendalam.	Reduksi data.	Triangulasi data.
	Dokumentasi.	Display data.	Triangulasi antar peneliti.
	Observasi.	Pengambilan keputusan dan verifikasi.	Triangulasi sumber data.

Sumber : Data Penelitian, 2023

Tabel 2 Data wawancara yang akan di sampaikan kepada responden

NO	QUESTIONER
1	Bagaimana perasaanmu Ketika mendapatkan pembelajaran dari guru?
2	Adakah yang mempengaruhimu untuk tidak bisa konsentrasi?
3	Adakah hal hal yang mengganjal dirimu untuk belajar ?
4	Apakah keluarga mempengaruhi belajarmu?
5	Mengapa kamu menganggap keluargamu yang menjadikan kamu tidak bisa focus belajar
6	Ketika hubunganmu baik dengan keluarga,apakah kamu nyaman belajar?
7	Siapa saja yang dapat mendukungmu dalam belajar atau sekolah

Sumber : Data Penelitian, 2023

Tabel 3 Data kelas yang dijadikan sample survei ada 13 meliputi kelas X,XI,XII

NO	KELAS
1	X BB
2	X PPLG 1
3	X PPLG 2
4	XI BB 1
5	XI BB 2
6	XI PPLG 1
7	XI PPLG 2
8	XII BB 1
9	XII BB 2
10	XII PPLG 1
11	XII PPLG 2
12	XII TBSM 2
13	XII TBSM 3

Sumber : Data Penelitian, 2023

Pada skema penelitian ini dapat ditemukan dari beberapa kelas yang menunjukkan keberhasilan atau kegagalan anak dalam belajar dipengaruhi oleh apa saja. Survei ini menjadi autentik dan dapat dipertanggungjawabkan karena berbasis data dari wawancara responden. Hasil wawancara akan dibentuk sebuah table sehingga dapat memudahkan orang lain untuk memahami arah penelitian ini. Survey ini dapat memperkuat pemahaman kita hal hal apa yang harus dirumuskan berdasarkan hasil survey yang diadakan sebelum penelitian dilaksanakan yang tertuang dalam narasi penelitian.

HASIL PENELITIAN

Mental yang tidak stabil pada seorang murid dapat memiliki berbagai akibat yang dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam belajar dan kesejahteraan secara umum. Beberapa akibat yang mungkin terjadi termasuk: Ketidakstabilan mental dapat mengganggu kemampuan seorang murid untuk berkonsentrasi, belajar, dan mengingat informasi. Ini bisa menyebabkan penurunan nilai dan prestasi akademik. Masalah kesehatan mental yang tidak ditangani dengan baik dapat berdampak pada kesehatan fisik.

Murid yang mengalami stres berlebihan atau gangguan mental lainnya mungkin lebih rentan terhadap masalah kesehatan fisik, seperti gangguan tidur, gangguan makan, dan penurunan sistem kekebalan tubuh. Ketidakstabilan mental dapat mengakibatkan

perubahan perilaku, termasuk peningkatan risiko terlibat dalam perilaku berisiko seperti penggunaan obat-obatan terlarang, alkohol, dan perilaku menyimpang.

Murid dengan masalah kesehatan mental sering merasa terisolasi dan kesepian. Mereka mungkin enggan terlibat dalam kegiatan sosial atau bergaul dengan teman-teman, yang dapat memperburuk masalah mereka. Ketidakstabilan mental dapat memengaruhi hubungan antara murid dengan teman sekelas, guru, dan keluarga. Perubahan suasana hati, iritabilitas, atau perilaku yang sulit dapat mengganggu hubungan interpersonal. Masalah kesehatan mental bisa merusak harga diri dan kepercayaan diri seorang murid. Mereka mungkin merasa rendah diri, tidak berharga, atau tidak mampu mengatasi tugas-tugas sekolah dan kehidupan sehari-hari.

Untuk mengatasi akibat-akibat ini, penting bagi sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan untuk memberikan dukungan yang sesuai dan mengarahkan murid yang memerlukan bantuan kepada sumber daya kesehatan mental yang tepat. Mengidentifikasi masalah kesehatan mental sejak dini dan memberikan dukungan yang sesuai dapat membantu murid mengatasi tantangan mereka dan mencapai kesejahteraan mental yang lebih baik. Dari hasil survey sangat memungkinkan anak mendapatkan situasi belajar yang kondusif.

Tabel 4. Hasil Survei Wawancara pertanggal 20 – 30 September 2023

No	Kelas	Jml siswa	Pujian	Sentuhan	Waktu	Pelayanan	Hadiah
1	X BB	34	4	5	15	5	5
2	X PPLG 1	37	2	10	17	8	
3	X PPLG 2	36	3	3	15	10	5
4	XI BB 1	24	5	5	10	2	2
5	XI BB 2	22	5	8	10		
6	XI PPLG 1	38	6	8	8	10	6
7	XI PPLG 2	38	10	5	10	10	3
8	XII BB 1	22	6	6	10		
9	XII BB 2	25	5	7	13		
10	XII PPLG 1	32	4	8	15	3	2
11	XII PPLG 2	30	6	6	10	8	
12	XII TBSM 2	30	2	11	5	8	4
13	XII TBSM 3	33	2	13	10	7	1
		401	60	94	148	71	28

Sumber : Data Penelitian, 2023

Dilihat dari hasil survey sample 401 murid dapat di simpulkan, bahwa sebagian anak mengharapkan quality time Bersama keluarganya sebagai dasar kebahagiannya dan menjadi semangat untuk terus belajar dikarenakan dukungan dari keluarga. Pada posisi kedua 94 anak merasakan kebahagian dari sentuhan fisik ayah ibu dan keluarga

sebagai bentuk dukungan atas keluarganya dalam belajar, yang ketiga 71 anak adalah pelayanan sebagai bentuk rasa Bahagia yang dimiliki sebagai penyemangat belajar dari orang tua dan keluarga, yang keempat 60 anak adalah kebahagiaan yang didapat dengan pujian dari orang tuanya sebagai bentuk penyemangat belajar sedangkan yang terakhir kelima 28 anak bentuk kebahagiaannya dengan mendapat hadiah dari keluarga sebagai bentuk penyemangat belajar.

Merubah perilaku untuk mencapai kesehatan mental yang baik adalah sebuah proses yang memerlukan kesadaran diri, tekad, dan upaya yang konsisten. Beberapa langkah yang dapat dilakukan oleh seorang murid untuk memperbaiki kesehatan mentalnya: Mulailah dengan mengenali perasaan dan pikiran anda. Jujurlah kepada diri sendiri tentang bagaimana Anda merasa dan apa yang mungkin menjadi penyebab stres atau ketidaknyamanan. Jangan ragu untuk berbicara kepada seseorang yang Anda percayai, seperti teman, keluarga, atau guru, tentang perasaan Anda. Dukungan sosial dapat membantu mengurangi beban emosional. Jangan terlalu keras pada diri sendiri. Setel ekspektasi yang realistis terkait dengan pencapaian akademik dan tuntutan lainnya.

Ingatlah bahwa setiap orang memiliki batasan. Pelajari teknik manajemen stres, seperti meditasi, relaksasi, atau olahraga. Latihan ini dapat membantu Anda merasa lebih tenang dan mampu menghadapi tekanan. Pastikan Anda mendapatkan tidur yang cukup dan makan makanan yang seimbang. Kekurangan tidur dan pola makan yang buruk dapat mempengaruhi kesehatan mental. Olahraga teratur dapat melepaskan endorfin, yang dapat meningkatkan suasana hati dan kesejahteraan mental Anda. Lakukan aktivitas yang membuat Anda senang dan memberi Anda kesenangan. Hal ini dapat membantu mengalihkan perhatian dari stres dan kekhawatiran.

Buat jadwal yang efisien untuk menghindari tekanan terlalu banyak pekerjaan dalam waktu yang singkat. Hindari penggunaan zat seperti alkohol dan obat-obatan terlarang, yang dapat memperburuk masalah kesehatan mental. Jika Anda merasa perlu, jangan ragu untuk mencari bantuan dari seorang konselor atau psikolog. Mereka dapat memberikan dukungan dan alat-alat yang diperlukan untuk mengatasi masalah kesehatan mental. Bahwa perubahan perilaku memerlukan waktu, dan tidak ada solusi instan. Penting untuk memiliki kesabaran dengan diri sendiri dan terus berusaha untuk meningkatkan kesehatan mental. Jika Anda merasa kesulitan mengatasi masalah

kesehatan mental, penting untuk mencari bantuan dari profesional yang kompeten dalam bidang ini.

Pendidikan sosial emosional (SEL) memiliki peran penting yang beragam dalam pengembangan murid. Pendidikan SEL membantu murid memahami, mengelola, dan mengatasi emosi mereka. Ini dapat mengurangi risiko masalah kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan depresi, serta membantu meningkatkan kesejahteraan mental mereka. Murid belajar keterampilan komunikasi yang efektif, empati, dan bekerja sama. Ini membantu mereka dalam membangun hubungan yang sehat dan mendukung, serta mengatasi konflik dengan cara yang produktif. Pendidikan SEL mengajarkan murid cara membuat keputusan yang baik dan etis.

Mereka belajar tentang dampak dari tindakan mereka dan bagaimana membuat keputusan yang berhubungan dengan nilai dan prinsip-prinsip mereka. Murid diajarkan cara mengidentifikasi konflik, mengevaluasi pilihan penyelesaian, dan mencapai solusi yang damai dan bermanfaat. Pendidikan SEL dapat membantu mengurangi perilaku berisiko, seperti penggunaan narkoba, tindak kekerasan, dan perilaku seksual yang tidak aman, dengan memberikan pemahaman tentang konsekuensi dari perilaku ini. Murid belajar untuk mengatur diri mereka sendiri, mengatasi godaan, dan menjaga disiplin diri. Keterampilan ini membantu mereka mencapai tujuan akademik dan pribadi.

Keterampilan sosial emosional seperti motivasi, ketahanan, dan manajemen waktu dapat membantu murid dalam belajar dengan lebih efektif, meningkatkan partisipasi dalam kelas, dan menghasilkan peningkatan dalam prestasi akademik. Murid diajarkan untuk memahami perasaan dan pengalaman orang lain, yang mendorong empati, kepedulian sosial, dan perasaan solidaritas. Melalui pendidikan SEL, murid dapat memahami dampak dari perilaku bullying dan menjadi lebih mampu mengatasi situasi bullying, baik sebagai korban maupun saksi. Pendidikan SEL membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih inklusif dan aman, di mana murid merasa diterima dan didukung oleh teman sekelas dan staf sekolah. Pendidikan sosial emosional berkontribusi secara signifikan dalam pengembangan murid secara holistik, membantu mereka tumbuh sebagai individu yang tangguh, berempati, dan sukses baik dalam hal akademik maupun kehidupan sehari-hari.

Langkah Langkah Identifikasi Pendekatan Sosial Emosional Kepada Murid

Sebagai tahapan penelitian atas kemanfaatan social emosional yang diterapkan kepada murid pendidikan sosial emosional merupakan pembelajaran yang dilakukan secara kolaboratif oleh komunitas sekolah ada 5 tahapan yang harus dikuasai sebagai bentuk proses pemahaman dan tingkat kedewasaan anak (Umar Bausir, 2023) yaitu: Kesadaran diri, management diri, kesadaran social, ketrampilan berelasi dan Pengambilan keputusan yang bertanggungjawab.

Pendidikan sosial emosional berkontribusi secara signifikan dalam pengembangan murid secara holistik, membantu mereka tumbuh sebagai individu yang tangguh, berempati, dan sukses baik dalam hal akademik maupun kehidupan sehari-hari. Penerapan kompetensi sosial-emosional dapat dilakukan melalui berbagai metode dan strategi yang tepat, tergantung pada konteks dan tujuan spesifik Anda.

Beberapa metode yang dapat digunakan untuk mengembangkan kompetensi sosial-emosional:

1. Pembelajaran Kolaboratif: Mendorong siswa untuk bekerja sama dalam kelompok, proyek, atau aktivitas bersama. Ini membantu mereka mengembangkan keterampilan seperti komunikasi, kerjasama, dan resolusi konflik.
2. Pendidikan Karakter: Sekolah dapat menerapkan program pendidikan karakter yang fokus pada nilai-nilai seperti kejujuran, integritas, empati, dan kepedulian. Program ini membantu siswa mengenali nilai-nilai ini dan mengintegrasikannya dalam perilaku sehari-hari.
3. Pembelajaran Berbasis Proyek: Memberi siswa tugas proyek yang mengharuskan mereka berpikir kritis, berkolaborasi, dan berkomunikasi dengan baik untuk mencapai tujuan proyek. Proyek ini dapat mencakup pengembangan keterampilan sosial-emosional.
4. Pembelajaran Aktif: Menggunakan metode pengajaran yang melibatkan siswa secara aktif dalam proses pembelajaran, seperti diskusi kelompok, permainan peran, dan simulasi. Ini membantu siswa berlatih berkomunikasi, berempati, dan berinteraksi dengan orang lain.
5. Program Pelatihan Empati: Melatih siswa untuk mengembangkan kemampuan empati, yaitu kemampuan untuk memahami perasaan dan perspektif orang lain.

Program ini dapat mencakup kegiatan seperti berbicara tentang perasaan, berbicara tentang perbedaan, dan berlatih mendengarkan dengan penuh perhatian.

6. Kegiatan Seni dan Musik: Seni dan musik dapat membantu siswa mengekspresikan emosi mereka dan mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri dan orang lain. Mereka juga dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional.
7. Penyuluhan dan Pelatihan Keterampilan Sosial: Memberikan siswa pengetahuan dan keterampilan konkrit untuk berinteraksi secara sosial dengan baik, seperti keterampilan komunikasi, manajemen konflik, dan pemecahan masalah.
8. Pendekatan Berbasis Game: Permainan pendidikan dan aktivitas bermain yang dirancang khusus dapat membantu siswa belajar tentang kerjasama, kompetisi sehat, dan pengembangan keterampilan sosial lainnya.
9. Model Peran Positif: Memiliki panutan atau model peran yang positif dalam lingkungan sekolah atau komunitas dapat memberikan contoh bagi siswa tentang bagaimana berperilaku secara sosial dan emosional yang sehat.
10. Program Pembinaan dan Konseling: Menyediakan layanan pembinaan dan konseling untuk siswa yang memerlukannya, untuk membantu mereka mengatasi masalah sosial dan emosional yang lebih dalam.

KESIMPULAN

Bahasa cinta melalui proses Penerapan keterampilan sosial dan emosional di lingkungan sekolah memiliki berbagai dampak positif yang dapat dirasakan oleh komunitas sekolah, termasuk murid, guru, staf, dan orang tua. Sehingga dampak positif yang mungkin dirasakan antara lain Peningkatan Hubungan Antar Murid,dengan meningkatnya pemahaman tentang keterampilan komunikasi, empati, dan konflik yang sehat dapat membantu murid dalam membangun hubungan yang lebih baik dengan teman sebaya.

Hal tersebut dapat mengurangi pelecehan, intimidasi, dan konflik antar murid. Kemudian Peningkatan Kinerja Akademik. Dengan kemampuan untuk mengelola emosi dan stres dengan baik dapat membantu murid dalam konsentrasi pada pembelajaran. Hal ini dapat berdampak positif pada kinerja akademik mereka.Peningkatan Kesejahteraan Emosional.Murid yang memiliki pemahaman yang baik tentang keterampilan emosi

biasanya lebih bahagia dan lebih mampu mengatasi perasaan negatif. Ini dapat meningkatkan kesejahteraan emosional mereka.selanjutnya meningkatnya Iklim Sekolah.

Lingkungan sekolah yang mempromosikan keterampilan sosial dan emosional dapat menciptakan iklim sekolah yang lebih inklusif, aman, dan nyaman. Ini dapat meningkatkan kepuasan dan kebahagiaan bagi semua anggota komunitas sekolah.Peningkatan Keterlibatan Orang Tua.dari Orang tua seringkali terlibat dalam upaya pendidikan yang mempromosikan keterampilan sosial dan emosional. Mereka mungkin lebih terlibat dalam kehidupan sekolah dan mendukung program-program ini.Persiapan untuk Kehidupan di Masyarakat: .dengan keterampilan sosial dan emosional yang diperoleh di sekolah merupakan bekal yang berharga bagi murid dalam menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari dan ketika mereka memasuki dunia kerja.

Pengurangan perilaku tidak diinginkan dengan memberikan pemahaman yang baik tentang keterampilan sosial dan emosional dapat membantu murid menghindari perilaku tidak diinginkan seperti penyalahgunaan narkoba, kenakalan remaja, atau perilaku merusak lainnya.Peningkatan Kemampuan Resolusi Konflik.Murid yang memahami cara menangani konflik dengan baik lebih mungkin untuk mengatasi konflik secara positif daripada melibatkan diri dalam perkelahian atau kekerasan. Dengan demikian, penerapan keterampilan sosial dan emosional di lingkungan sekolah dapat memberikan manfaat besar bagi komunitas sekolah secara keseluruhan, meningkatkan kesejahteraan murid, meningkatkan hubungan sosial, dan membantu menciptakan iklim sekolah yang lebih positif.

DAFTAR PUSTAKA

Amaliyah, S. (2021). Konsep Pendidikan Keluarga Menurut Ki Hadjar Dewantara. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *5*(1), 1766-1770.

Arifin, Z. (2018). Nilai Pendidikan Humanis-Religius. An-Nuha: Jurnal Kajian Islam, Pendidikan, Budaya & Sosial, 1 (2), 169-96.

Asima Yanti Siahaan. (2022). *Transformasi Pembangunan Melalui Pelayanan Publik*. Jawa Tengah: PT Pena Persada Kerta Utama.

Haryati. (2019), *Pemikiran Pendidikan Ki Hajar Dewantara*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia

Herwina, W. (2021). Optimalisasi kebutuhan murid dan hasil belajar dengan pembelajaran berdiferensiasi. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, *35*(2), 175-182.

Iroh Suhiroh. (2021), *Konsep Kebahagiaan Dalam Alqur'an*. Penerbit A-Empat.

Jaarvis, M. (2019). *Teori-teori Psikologi: Pendekatan Modern untuk Memahami Perilaku, Perasaan, dan Pikiran Manusia*. Nusamedia.

Muttaqin, U. (2023, November). 1 REVIEW PROCEDURE. In *Proceedings of the 5th International Conference on Language, Linguistics, and Literature (COLALITE 2023)* (Vol. 792, p. 1). Springer Nature.

Noviani, Y., Rajab, R. M., & Hashifah, A. N. (2017, May). Pendidikan humanistik ki hadjar dewantara dalam konteks pendidikan kontemporer di indonesia. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP* (Vol. 1, No. 2).

Rahma, A., & Cahyani, S. (2023). *Analisa Hubungan Antara Rasa Syukur Terhadap Kesehatan Mental Remaja di Banjarbaru*. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, *1*(6), 664-679.

Risqi, A. A., & Wibowo, P. (2023). *Peran Dukungan Sosial Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Narapidana Anak Di Lembaga Pemasyarakatan Khusus Anak Kelas Iia Bengkulu*. Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial, 1(12), 71-80.

Rusman, M. P. (2017). *Belajar & Pembelajaran: Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Prenada Media.

Sani, R. A. (2022). *Inovasi Pembelajaran*. Bumi Aksara.

Saputra, A. M. A., Tawil, M. R., Hartutik, H., Nazmi, R., La Abute, E., Husnita, L., & Haluti, F. (2023). *Pendidikan Karakter Di Era Milenial: Membangun Generasai Unggul Dengan Nilai-Nilai Positif*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Simanjuntak, J. (2020). Mendidik Anak Utuh, Menuai Keluarga Tangguh. LK3.

Suryanto, M. M. (2021). *Fenomena remaja pengguna jasa pijat plus plus di kota Pangkal Pinang Provinsi Bangka Belitung*. *Jurnal Media Sosiologi (JMS)*, *24*(2), 128-133.

Umar Bausir. (2023). *Menggerakkan Pendidikan Indonesia*. Penerbit Adab.

Zulhammi, Z. (2015). Teori belajar behavioristik dan humanistik dalam perspektif pendidikan Islam. *Darul'Ilmi: Jurnal Ilmu Kependidikan dan Keislaman*, *3*(1), 105-125.