

Penerapan PSE (Pembelajaran Sosial Emosional) Dalam Mata Pelajaran Matematika Sebagai Upaya Menumbuhkan Fokus Belajar Siswa

Ni Nengah Sri Armini¹, L. Virginayoga Hignasari²

¹SMP Negeri 1 Bangli, Bali, Indonesia

²Universitas Mahendradatta, Bali, Indonesia

¹nsriarmini@gmail.com

Abstract

Education is a broad area for students to develop talents, especially in enriching their competencies based on their interests. Based on this situation, the role of teachers is needed to be able to create an effective teaching and learning process to help students have optimal skills. The existence of the globalization era also provides a good opportunity for teachers to create the best learning atmosphere for students. The purpose of this study was to determine the effectiveness of PSE in helping students achieve well-being. This study uses a qualitative approach where the results of the effectiveness of PSE are obtained through data by conducting observation and interview activities with class VII J students at SMP Negeri 1 Bangli. The research data shows that students can learn mathematics with good focus after implementing PSE in learning activities. This can be supported through the implementation of Social Emotional Learning (PSE) which is able to stabilize students' Social and Emotional Competence (KSE). PSE is learning that focuses on optimizing the development of healthy character where students have healthy KSE. With healthy KSE which emphasizes the development of full awareness, students' learning focus on mathematics learning will increase.

Keywords: *Social Emotional Learning; Mindfulness; Student's Focus*

Abstrak

Pendidikan merupakan sebuah area luas bagi siswa untuk mengembangkan bakat, khususnya dalam memperkaya kompetensi yang dimiliki berdasarkan minatnya. Berdasarkan situasi tersebut, peran dari guru sangat dibutuhkan agar mampu menciptakan proses belajar mengajar yang efektif membantu siswa memiliki keterampilan yang optimal. Keberadaan era globalisasi yang juga memberikan kesempatan yang baik bagi para guru dalam menciptakan suasana belajar terbaik bagi siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas PSE dalam membantu siswa mencapai kesejahteraan (*wellbeing*). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dimana hasil dari efektivitas PSE diperoleh melalui data dengan melakukan kegiatan observasi dan wawancara kepada siswa kelas VII J di SMP Negeri 1 Bangli. Data hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dapat belajar matematika dengan fokus yang bagus setelah diterapkannya PSE dalam kegiatan pembelajaran. Hal tersebut dapat didukung melalui penerapan Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) yang mampu menstabilkan Kompetensi Sosial dan Emosional (KSE) siswa. PSE merupakan pembelajaran yang berfokus pada optimalisasi penumbuhan karakter yang sehat dimana siswa memiliki KSE yang sehat. Dengan KSE yang sehat tersebut yang menekankan pada penumbuhan kesadaran penuh, fokus belajar siswa pada pembelajaran matematika akan meningkat.

Kata Kunci: *Pembelajaran Sosial Emosional; Kesadaran Penuh; Fokus Belajar Siswa*

Pendahuluan

Mendidik dan mengajar merupakan sebuah tugas yang mulia bagi seorang guru, dimana tenaga pendidik ini harus mampu menciptakan pembelajaran yang bisa mengakomodir kebutuhan belajar siswanya. Dalam menjalankan perannya, guru harus memahami konsep dimana pendidikan dan pengajaran yang baik adalah sebuah tindakan yang mampu memberikan bimbingan sesuai dengan kodrat belajar siswa. Laghung (2023) menjelaskan bahwa pendidikan menjadi salah satu hal yang penting dalam kehidupan manusia, sebab pendidikan membantu meningkatkan intelektual bangsa. Selain itu, pendidikan merupakan bagian penting kehidupan yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya (Rosmayanti et al., 2021).

Hal yang lebih fundamental ialah jika dikaitkan dengan berkembang pesatnya digitalisasi telah mampu mengubah kebiasaan hingga pola pikir siswa. Saputra (2023) berpendapat dunia digital yang berkembang dengan semakin pesat mengubah semua hal menjadi terasa berbeda bila dibandingkan dengan zaman dahulu. Sebagai upaya meminimalisir pengaruh buruk dari perkembangan digitalisasi yaitu berupa hilangnya fokus belajar siswa, diperlukan adanya efikasi diri dalam menjalankan peran sebagai guru dalam mengajar. Seperti yang disampaikan oleh Khayati & Sarjana (2015) yang menyatakan bahwa inovasi guru dalam pembelajaran di sekolah dapat ditingkatkan melalui efikasi diri dan kreativitas.

Disamping itu, peningkatan potensi yang ada dalam diri seseorang menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar disekolah (Rahayu, 2015). Berdasarkan pernyataan tersebut dalam menentukan apa yang harus dilakukan untuk memenuhi kebutuhan belajar para siswa yang bervariasi dan memandang siswa adalah insan yang unik yang satu dengan lainnya tidak sama. tersebut, tentunya membuat guru harus mampu melakukan sebuah upaya menciptakan pembelajaran yang menyenangkan dan berpihak pada kebutuhan belajar siswa. Dalam hal pembelajaran matematika, situasi serupa juga harus dilakukan, dimana siswa mampu belajar dengan cara menyenangkan, tanpa tekanan, dan tidak membosankan.

Matematika merupakan mata pelajaran yang selalu bergelut dengan angka-angka. Untuk beberapa siswa yang tidak suka berhitung, pembelajaran ini akan sangat membosankan. Tentunya dengan stigma yang sudah mendarah daging di beberapa kalangan siswa harus bisa dihilangkan melalui penerapan pendidikan holistik. Seperti yang diketahui, pendidikan holistik merupakan pendidikan yang memanfaatkan pengetahuan moral, perasaan moral, dan tindakan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam semua aspek, meliputi fisik, emosi, sosial, spiritual, dan akademik (Wijayanti, 2024). Ditambah lagi, pandangan yang menyatakan masyarakat bukan hanya dituntut untuk mampu memahami pengetahuan konseptual saja, namun mampu untuk berpikir kritis dan kreatif dalam memecahkan suatu permasalahan (Darwati & Purana, 2021). Berdasarkan dua pernyataan tersebut, aktivitas belajar matematika perlu dioptimalkan sebaik mungkin untuk hasil belajar yang memuaskan. Salah satu hal yang perlu dimantapkan untuk menciptakan semangat belajar siswa ialah dengan membangun karakter baik siswa (Rana, 2024). Karakter merupakan suatu pribadi khusus yang dimiliki oleh seseorang dalam membentuk mental, moral dan akhlaq yang berbudi pekerti yang baik dan penuh rasa tanggung jawab.

Berdasarkan pernyataan tersebut, memberikan fokus belajar yang baik melalui penumbuhan kesadaran penuh merupakan langkah yang tepat dilakukan untuk memperbaiki karakter selain untuk peningkatan hasil belajar pada bidang matematika. Seperti yang diamati di lingkungan SMP Negeri 1 Bangli, khususnya pada siswa kelas VII J pada tahun ajaran 2023/2024, beberapa siswa mengakui memiliki minat belajar matematika yang rendah. Melalui observasi yang dilakukan, para siswa tersebut

menyatakan bahwa pembelajaran matematika menakutkan, terlalu banyak angka-angka sehingga membuat siswa tidak bersemangat untuk belajar. Dari hasil belajar yang telah dilakukan ditemukan bahwa siswa kelas VII J ini memiliki pencapaian rata-rata nilai sumatif yang kecil. Dari hasil kegiatan numerasi yang digalakkan, diperoleh hasil dimana murid sama sekali tidak berminat untuk belajar matematika. Beberapa hasil observasi menyatakan bahwa siswa sering merasa tidak fokus belajar sehingga menyebabkan mereka mengantuk, tidak bersemangat, dan pada akhirnya bermuara pada hasil belajar yang rendah. Tentunya keberadaan situasi ini merupakan hal yang bersifat urgensi yang harus mendapatkan penanganan. Menurut Boeriswati (2024) menyatakan bahwa pembelajaran di bidang akademik dipengaruhi oleh perkembangan sosial dan emosional generasi muda. Bertepatan dengan pernyataan tersebut fokus belajar siswa dalam kegiatan pembelajaran dipengaruhi oleh keadaan Kompetensi Sosial Emosional (KSE) dalam dirinya.

Semakin baik KSE yang dimiliki maka semakin baik pula fokus belajarnya, sebaliknya ketika KSE seorang siswa tidak dalam keadaan baik, maka hal tersebut akan sangat mempengaruhi fokus belajarnya. Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) atau dikenal dengan *Social Emosional Learning* (SEL) dituangkan dalam kerangka Casel yang mengontekstualisasikan SEL sebagai interaksi di tingkat kelas dan sekolah, serta keluarga dan masyarakat Casel dalam (Boeriswati, 2024). Selain itu, pendidikan karakter sangat penting untuk dilakukan dewasa ini apalagi nilai dan perkembangan sosial emosional siswa juga dipengaruhi oleh kemajuan dunia teknologi (Wijayanti et al., 2024).

Berdasarkan penjabaran tersebut, dapat dinyatakan bahwasannya kegiatan menumbuhkan kesadaran penuh (*mindfulness*) siswa sangat penting diimplementasikan pada kegiatan pembelajaran sebagai upaya untuk menumbuhkan fokus belajar siswa khususnya pada mata pelajaran matematika. Berangkat dari permasalahan yang ditemukan tersebut, melalui penelitian ini dijabarkan sebuah upaya untuk meningkatkan minat belajar siswa pada pembelajaran matematika, terutama dalam menumbuhkan fokus belajar dalam bentuk penerapan Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) pada pembelajaran matematika.

Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam tulisan ini adalah metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif melibatkan pengumpulan perspektif spesifik dari sumber informan, melaporkan temuan dalam lingkungan organik, dan mengembangkan gambaran komprehensif dan rumit yang dapat diartikulasikan secara verbal untuk lebih memahami fenomena manusia atau sosial (Adlini et al., 2022). Pada penelitian ini, data peningkatan fokus belajar siswa terhadap pembelajaran matematika diperoleh melalui observasi dan wawancara. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yaitu variabel dependen dan variabel independen. Variabel terikat (*dependent*) berupa fokus belajar siswa, sedangkan variabel bebas (*independent*) berupa implementasi PSE dalam pembelajaran matematika. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 1 Bangli dengan subjek penelitian merupakan siswa kelas VII J yang berjumlah 32 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan dalam bentuk pemberian tes wawancara dan observasi yang dilakukan langsung oleh guru.

Hasil dan Pembahasan

1. Peran Pembelajaran Matematika

Matematika merupakan mata pelajaran wajib yang mulai diajarkan dari jenjang TK hingga perguruan tinggi. Secara umum, matematika merupakan sebuah ilmu yang mempelajari tentang pola dan struktur, logika mengenai bentuk, susunan, besaran, serta

konsep-konsep yang berhubungan dengan aljabar, analisis, dan geometri (Susanti, 2020). Pembelajaran matematika memiliki peran yang sangat besar dalam berbagai aspek kehidupan. Konsep ilmu matematika memberikan kemampuan berpikir sistematis, menggunakan logika dan penuh kreativitas. Untuk itu, sangat perlu pengajaran matematika yang bermakna bagi siswa. Adapun tujuan utama dari mempelajari matematika adalah untuk membiasakan siswa menyelesaikan suatu masalah yang berkenaan dengan matematika (Kholidah & Sujadi, 2018).

Menurut Muliawan (dalam Astuti dan Leonard, 2015), matematika yang dipelajari di sekolah termasuk ilmu pengetahuan murni yang mengandalkan angka-angka, simbol, dan lambang. Tentunya dalam mengikuti kegiatan pembelajaran diperlukan konsentrasi tinggi dan kematangan emosional yang tinggi sehingga tercapai pemahaman yang diharapkan. Aqillamaba & Puspaningtyas (2022) menegaskan bahwa berbagai penelitian telah ditemukan bahwa emosional semakin penting perannya dalam kehidupan untuk mencapai kesuksesan pribadi dan profesional daripada kemampuan intelektual. Pembelajaran matematika di kelas hendaknya memberikan kesempatan yang cukup bagi siswa untuk dapat melatih dan mengembangkan kemampuan representasi matematis sebagai bagian yang penting dalam pemecahan masalah (Sabirin, 2014).

Untuk itu, guru perlu tergerak melakukan perubahan dalam pengajaran. Sukayanti dalam Mashuri (2019) menyatakan bahwa seorang anak yang mempelajari konsep matematika akan melalui 3 tahap perkembangan, seperti *enactive* (belajar dengan memanipulasi benda konkret), *iconic* (belajar menggunakan gambar), dan *symbolic* (belajar melalui lambang atau simbol). Berdasarkan hal tersebut, melalui tahap perkembangan yang distimulasi dengan optimal akan memberikan manfaat belajar matematika yang menyenangkan bagi anak dimana mereka terdorong untuk mampu menyelesaikan sebuah permasalahan yang dialami. Dengan kata lain, siswa akan terbantu untuk melakukan analisis untuk mencari solusi dari setiap permasalahan yang dihadapi.

2. Pembelajaran Sosial Emosional (PSE)

Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) merupakan sebuah pendekatan pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan sosial dan emosional siswa. PSE mencakup aspek-aspek berupa kesadaran diri, pengaturan emosi, keterampilan sosial, resolusi dari sebuah konflik, dan pengambilan keputusan yang berfokus pada nilai-nilai kebajikan universal (kejujuran, keadilan, kesetaraan, dsbnya). Widiastuti (2022) menyebutkan bahwa keterampilan sosial emosional merupakan sebuah hal kritis bagi pelajar, warga negara, dan pencari kerja. Berangkat dari pernyataan tersebut, dapat dikatakan bahwa PSE merupakan modal awal yang harus dimiliki setiap orang sebelum melakukan sebuah kegiatan yang berkaitan dengan keberlangsungan hidup.

PSE merupakan benteng untuk menghadapi setiap situasi yang dialami dalam siklus kehidupan. Hadi (2011) menyatakan bahwa kompetensi sosial dan emosional merupakan kemampuan untuk memahami, mengelola, dan mengeskpresikan aspek-aspek sosial dan emosional dalam kehidupan seseorang. Dengan KSE yang matang orang akan mampu meraih keberhasilan dan melaksanakan tugas sehari-hari. PSE menumbuhkan Kompetensi Sosial Emosional (KSE) yang baik melalui intruksi eksplisit dan pendekatan pembelajaran yang berpusat pada siswa dengan membantu siswa untuk terlibat dalam proses belajar dan mengembangkan keterampilan analisis, komunikatif, dan kolaboratif (Widiastuti, 2022).

KSE yang matang dapat membantu peningkatan kualitas hidup dalam berbagai situasi. Hal ini dikarenakan KSE yang sehat memberikan mental yang sehat pula. Oleh sebab itu, implementasi PSE dalam pembelajaran sangat diperlukan. PSE membiasakan

siswa melakukan aktivitas dengan kesadaran penuh (*mindfulness*). Menurut Rizal (2022) yang menyatakan bahwa kesadaran penuh merupakan suatu hal yang difokuskan pada aktivitas rutinitas. Disamping itu, Afifah & Nasution (2023) menyatakan sebuah pendapat jika remaja dapat menemukan cara untuk meningkatkan kesejahteraan emosional mereka, mereka akan lebih termotivasi untuk belajar.

Remaja harus mengutamakan diri mereka sendiri dengan menjadikan kesehatan mental yang baik sebagai prioritas utama Casel dalam Halim (2020) menyebutkan lima elemen sebagai kompetensi dalam pembelajaran sosial dan emosional. 5 KSE yang perlu dikelola dengan baik dalam diri setiap individu, diantaranya:

- a. Kesadaran diri (*self awareness*) dimana kompetensi ini dapat membantu siswa memahami kekuatan diri, emosi, kelemahan, dan minat mereka.
- b. Pengelolaan diri (*Self management*) berkaitan dengan strategi untuk mengelola emosi sendiri melalui penumbuhan kesadaran penuh (*mindfulness*) yang diperoleh melalui teknik relaksasi, mengelola kecemasan, dan antisipasi stress.
- c. Kesadaran sosial (*Social management*) merupakan kompetensi yang mengajarkan setiap siswa memiliki kesadaran untuk menjaga hubungan sosial melalui tingkah laku dan komunikasi yang baik.
- d. Pengambilan keputusan yang bertanggung jawab dimana siswa diajarkan keterampilan dalam mengambil keputusan yang tepat dan penuh dengan nilai-nilai kebajikan universal.
- e. Empati dan kepedulian sosial merupakan kompetensi yang mendorong pengembangan empati dan rasa peduli dari setiap siswa dalam melakukan peran sebagai makhluk sosial.

Berikut merupakan kerangka pembelajaran sosial emosional (PSE) menurut Casel:



Gambar 1. Kerangka Pembelajaran Sosial Emosional (PSE)

3. Penerapan PSE dalam Pembelajaran Matematika

Dalam upaya meningkatkan hasil belajar siswa pada mata pelajaran matematika, diperlukan adanya strategi khusus dari guru untuk mewujudkan hal tersebut (Patni & Wardani, 2024). Melibatkan PSE dalam pembelajaran matematika merupakan hal dasar yang perlu dilakukan. Untuk menumbuhkan fokus belajar siswa, hal pertama yang dilakukan adalah menumbuhkan kesadaran penuh (*mindfulness*) sebagai upaya menguatkan KSE dalam diri siswa. Taylor dalam Yusoff (2020) menjelaskan bahwa PSE dapat diterapkan sebagai suatu model dalam pembelajaran matematika (*Common Core Standards for Mathematics/CCSM*) yang menyatakan bahwa pembelajaran merupakan sebuah proses bersosialisasi dimana PSE sangat tepat diterapkan dalam pembelajaran matematika sebagai pembelajaran kolaboratif.

PSE yang diterapkan dalam pembelajaran matematika dapat menumbuhkan fokus belajar siswa melalui penumbuhan kesadaran penuh (*mindfulness*) yang diperoleh melalui kegiatan relaksasi dengan teknik STOP (menarik nafas perlahan), pembiasaan melakukan hal dengan tenang, memperhatikan situasi sekitar, melakukan meditasi, dan kegiatan lainnya yang mampu menumbuhkan kesadaran penuh sehingga siswa mampu fokus dalam kegiatan pembelajaran. Melalui penerapan PSE yang optimal dalam pembelajaran siswa akan mampu mencapai wellbeing atau kesejahteraan batin yang mampu meningkatkan semangat untuk belajar matematika yang bebas dari tekanan, stress, jenuh atau bosan.

4. Hasil Penerapan PSE dalam Pembelajaran Matematika

Data hasil implementasi PSE dalam pembelajaran matematika menunjukkan bahwa siswa mengalami perubahan fokus belajar. Melalui kegiatan penilaian observasi formatif yang dilakukan, siswa menjadi semakin fokus mengikuti kegiatan pembelajaran dan dari hasil belajar yang diperoleh siswa merasa lebih nyaman memahami materi yang diajarkan. Melalui observasi yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa siswa lebih menyukai kegiatan pembelajaran yang melibatkan PSE.

Tabel 1. Hasil Observasi Dan Wawancara Penerapan PSE dalam Pembelajaran Matematika

| Instrumen | Efektif | Belum Efektif |
|---|----------|---------------|
| Fokus belajar meningkat | 30 siswa | 2 siswa |
| Minat belajar matematika tumbuh dengan baik | 20 siswa | 12 data |
| Siswa memiliki semangat belajar yang tinggi | 30 siswa | 2 siswa |

Dari hasil tersebut, diperoleh sebagian besar siswa memiliki fokus dan semangat belajar yang baik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran matematika, dimana 30 siswa memiliki fokus belajar yang sangat baik, dan 2 belum efektif. Minat belajar siswa pada matematika sangat efektif untuk 20 siswa dan belum efektif pada 10 siswa. Sedangkan, siswa yang memiliki semangat tinggi dalam mengikuti pembelajaran sebanyak 30 siswa dan untuk 2 siswa belum efektif. Dari hasil tersebut, maka diketahui bahwa penerapan PSE dalam mata pelajaran matematika sangat mampu membentuk fokus belajar siswa sehingga kegiatan pembelajaran berjalan dengan efektif. Hasil penelitian ini merupakan hipotesis sementara, namun, untuk hasil yang lebih baik, PSE mulai diterapkan melalui pembelajaran kolaboratif yang dipadukan dengan pembelajaran berdiferensiasi. Tentunya hasil yang diperoleh ini merupakan sebuah pencapaian yang diharapkan dalam setiap aktivitas pembelajaran dimana siswa memiliki fokus belajar yang baik dengan didasari KSE siswa yang sehat dan stabil.

Kesimpulan

Pembelajaran matematika merupakan pembelajaran penting yang harus dioptimalkan karena berkaitan dengan penumbuhan berpikir kritis, logis, dan mampu membantu siswa untuk menyelesaikan persoalan-persoalan yang berkaitan dengan numerik dan logika. Namun, dewasa ini pembelajaran matematika kerap dipandang susah dan membosankan oleh beberapa siswa, khususnya di siswa kelas VII J di SMP N 1 Bangli. Oleh karena itu, diperlukan adanya upaya untuk menumbuhkan fokus belajar siswa. Hal tersebut dapat didukung melalui penerapan Pembelajaran Sosial Emosional

(PSE) yang mampu menstabilkan Kompetensi Sosial dan Emosional (KSE) siswa. PSE merupakan pembelajaran yang berfokus pada optimalisasi penumbuhan karakter yang sehat dimana siswa memiliki KSE yang sehat. Dengan KSE yang sehat tersebut yang menekankan pada penumbuhan kesadaran penuh, fokus belajar siswa pada pembelajaran matematika akan meningkat. Penelitian yang dilakukan ini melibatkan pendekatan deskriptif kualitatif dimana instrumen penilaian yang dilakukan menggunakan observasi dan wawancara. Dari hasil analisis data diperoleh peningkatan pada fokus belajar, minat belajar, dan semangat belajar siswa. Sehingga dapat dikatakan bahwa PSE mampu menumbuhkan fokus belajar siswa dalam pembelajaran matematika.

Daftar Pustaka

- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 974–980.
- Afifah, N., & Nasution, F. (2023). Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan (Well Being) Siswa. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4(2), 368-380.
- Aqillamaba, K., & Puspaningtyas, N. D. (2022). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, 3(2), 54-61.
- Astuti, A., & Leonard, L. (2015). Peran Kemampuan Komunikasi Matematika Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 2(2), 102-110.
- Boeriswati, E. (2024). *Sosial Emosional dalam Pembelajaran*. Jawa Barat: CV. Adanu Abimata
- Darwati, I. M., & Purana, I. M. (2021). Problem Based Learning (PBL): Suatu Model Pembelajaran Untuk Mengembangkan Cara Berpikir Kritis Peserta Didik. *Widya Accarya*, 12(1), 61-69.
- Hadi, S. H. S. (2011). Pembelajaran Sosial Emosional Sebagai Dasar Pendidikan Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Teknodik*, 227-240.
- Halim, R. M. I. R. A., Yasin, R. M., & Yusoff, N. M. R. N. (2020). Kompetensi Sosial dan Emosional (KSE) Untuk Pengajaran Matematik Sekolah Menengah di Malaysia. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(4), 41-55.
- Khayati, N., & Sarjana, S. (2015). Efikasi Diri Dan Kreativitas Menciptakan Inovasi Guru. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 21(3), 243-262.
- Kholidah, I. R., & Sujadi, A. A. (2018). Analisis Pemahaman Konsep Matematika Siswa Kelas V Dalam Menyelesaikan Soal di SD Negeri Gunturan Pandak Bantul tahun ajaran 2016/2017. *Trihayu*, 4(3), 259074.
- Laglung, R. (2023). Pendidikan Karakter Sebagai Upaya Mewujudkan Profil Pelajar Pancasila. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 3(1), 1-9.
- Mashuri, S. (2019). *Media Pembelajaran Matematika*. Sleman: Deepublish.
- Patni, N. L. P. E. D., & Wardani, D. A. W. (2024). Transitioning to Post-Pandemic Learning Modes: A Study On Teachers' Perspectives Regarding Technology Utilization. *International Journal of Multidisciplinary Sciences*, 2(3), 321-333.
- Rahayu, M. M. (2015). Pengaruh Kebiasaan Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika. *Journal of Elementary Education*, 4(1), 39-45.
- Rana, H. P. (2024). Challenges, Opportunities, and Motivations of Students in Studying Food Technology Towards the Enhancement Program. *International Journal of Multidisciplinary Sciences*, 2(2), 110-121.

- Rizal, M. (2022). *Efektivitas Mindfulness Based Cognitive Therapy untuk Menurunkan Burnout pada Pegawai. (Effectiveness of Mindfulness Based Cognitive Therapy to Reduce Burnout in Employees)* (Doctoral Dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).
- Rosmayanti, S., Maulana, A., & Sauri, S. (2021). *Pengelolaan Pembelajaran dalam Proses Pengembangan Sosial Emosional Standar PAUD*. Bogor: Guepedia
- Sabirin, M. (2014). Representasi Dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 33-44.
- Saputra, A. (2023) *Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Pekerja Digital Nomad*. Badung: Nilacakra.
- Widiastuti, S. (2022). Pembelajaran Sosial Emosional Dalam Domain Pendidikan: Implementasi Dan Asesmen. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(4).
- Wijayanti, F., Surtanto, J., & Hudallah, N. (2024). *Optimalisasi Pendidikan Holistik: Strategi Penguatan Karakter Siswa*. Sleman: Deepublish.
- Yusoff, N. M. R. N. (2020). Pembangunan Kerangka Modul Pengajaran Matematik Menggunakan Pendekatan Pembelajaran Sosial Dan Emosional (PSE). *Jurnal Pendidikan Malaysia*, 45(2), 24-35