

Implementation of the EMC² Approach as a Strategy to Improve Psychological Well-Being of Grade III Students of Podorejo 3 Elementary School

Yuliana¹, Izdihar Afaf Zharifah², Muh. Miftahurrozzaq³, Fariza Ika Saputri⁴, Moh. Farizqo Irvan⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Email: yuliana23@students.unnes.ac.id; izdiharzharifah@students.unnes.ac.id; miftahur678@students.unnes.ac.id; farizaputri@students.unnes.ac.id; farizqo@mail.unnes.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan pendekatan *Empathy*, *Mindfulness*, *Compassion*, dan *Critical Inquiry* sebagai strategi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa kelas III di SD Negeri Podorejo 3. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan tersebut berhasil mendorong perkembangan aspek berpikir kritis siswa, yang tercermin dari meningkatnya keberanian dalam berdiskusi, mengemukakan pendapat, serta merespons isu-isu pembelajaran secara reflektif. Namun demikian, dimensi empati dan belas kasih masih memerlukan penguatan, terutama dalam membangun relasi sosial yang saling mendukung dan penuh kepedulian. Hambatan yang ditemui meliputi suasana kelas yang kompetitif, rendahnya kedisiplinan, serta keterbatasan guru dalam mendampingi perkembangan emosional siswa. Berdasarkan temuan ini, pendekatan tersebut direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan disertai pelatihan guru guna menunjang kompetensi sosial dan emosional siswa. Strategi ini diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, hangat, dan kondusif bagi tumbuhnya kesejahteraan psikologis peserta didik.

Keyword: EMC²; Kesejahteraan Psikologi; Pembelajaran Sosial-Emosional; Pendidikan Dasar; Siswa Sekolah Dasar

ABSTRACT

This study aimed to implement the Empathy, Mindfulness, Compassion, and Critical Inquiry approach as a strategy to improve the psychological well-being of third-grade students at SD Negeri Podorejo 3. The research employed a descriptive qualitative approach using a case study method. Data were collected through observation, interviews, and documentation. The findings indicated that the approach successfully promoted the development of students' critical thinking, as reflected in increased confidence during discussions, the ability to express opinions, and thoughtful responses to classroom issues. However, the dimensions of empathy and compassion required further reinforcement, particularly in fostering supportive and caring social relationships among students. Challenges encountered included a competitive classroom atmosphere, lack of discipline, and teachers' limited capacity to guide students' emotional development. Based on these findings, the approach is recommended for sustainable implementation alongside teacher training to support students' social and emotional competence. This strategy is expected to help create an inclusive, nurturing, and supportive learning environment that fosters students' psychological well-being.

Keyword: EMC²; Psychological Well-Being; Social-Emotional Learning; Elementary Education; Elementary School Students

Corresponding Author:

Yuliana,
Universitas Negeri Semarang,
Jl. Beringin Raya No.15, Wonosari, Kec. Ngaliyan, Kota Semarang, Jawa
Tengah 50244, Indonesia
Email: yuliana23@students.unnes.ac.id



1. INTRODUCTION

Pendidikan dapat diartikan sebagai usaha bagi seseorang untuk meningkatkan kompetensi pada dirinya. Sejalan dengan hal tersebut, dalam UU No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional disebutkan bahwa Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003).

Selama ini, pendidikan di banyak negara lebih menekankan pada hasil tes standar seperti kemampuan membaca dan berhitung. Padahal, pendidikan yang benar-benar berkualitas tidak cukup hanya mengandalkan nilai akademik. Siswa juga punya kebutuhan psikologis yang perlu diperhatikan agar mereka bisa belajar dengan baik. Penelitian dari ilmu saraf menunjukkan bahwa otak manusia akan lebih mudah menyerap informasi jika seseorang merasa terhubung secara sosial dan emosional. Artinya, suasana belajar yang menyenangkan dan hubungan yang hangat di kelas sangat penting untuk mendukung proses belajar (Parry, 2020).

Pendidikan tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga harus memperhatikan aspek psikologis peserta didik. Para ahli kognitif juga menemukan bahwa keterampilan sosial dan emosional, seperti mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, bisa diajarkan di sekolah. Pembelajaran sosial dan emosional atau SEL (*Social and Emotional Learning*) ternyata bukan hanya membantu siswa menjadi pribadi yang lebih tenang dan percaya diri, tapi juga membentuk mereka jadi warga negara yang peduli dan bertanggung jawab. Menurut (Deep et al., 2022) dengan bekal kemampuan mengatur emosi, empati, dan sikap peduli terhadap sekitar, siswa akan terbiasa melakukan hal-hal positif yang bermanfaat tidak hanya untuk dirinya, tapi juga untuk orang lain. Salah satu aspek penting dalam perkembangan psikologis siswa adalah *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis, yang mencakup rasa percaya diri, hubungan sosial yang positif, dan perasaan bermakna dalam hidup. Di tingkat sekolah dasar, kesejahteraan psikologis menjadi pondasi penting untuk membangun karakter yang kuat dan sehat secara emosional. Hal ini selaras dengan penelitian oleh (Adiwirasandi et.al.2023) tentang analisis *psychological well-being* terhadap keterampilan berbicara siswa yang menjelaskan bahwa *psychological well-being* dapat membantu siswa merasakan nyaman dan percaya diri ketika pembelajaran di kelas, meningkatkan kemampuan siswa untuk berkomunikasi, mendukung pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dapat mendorong siswa untuk berfikir positif dan berkembang secara optimal (Bourn, D., & Tarozzi, 2024).

Dalam praktik di lapangan, khususnya di kelas III SD Negeri Podorejo 3, ditemukan beberapa permasalahan yang mengindikasikan rendahnya *psychological well-being* siswa. *Psychological well-being* adalah kondisi dimana individu menerima diri dan masa lalunya, mengatur lingkungan sesuai dengan kebutuhannya, membuat hidup mereka lebih bermakna, serta berusaha mengembangkan potensi diri. Siswa menunjukkan minimnya empati terhadap teman, kecenderungan untuk berkompetisi secara tidak sehat, kurangnya penghargaan terhadap sesama, serta lemahnya dukungan sosial antar teman sekelas pada pelaksanaan belajar mengajar. Pelaksanaan belajar mengajar di dalam kelas III juga belum dapat dikatakan kondusif, hal ini karena siswa belum bisa mengontrol emosi mereka, cenderung masih ramai dan belum terkendali dengan baik. Kondisi ini, jika dibiarkan dapat berdampak pada perkembangan sosial-emosional siswa dalam jangka panjang (Dinda Feronia, 2022).

Melihat pentingnya hal ini, UNESCO MGIEP mengembangkan program pembelajaran sosial dan emosional yang disebut EMC² (*Empathy, Mindfulness, Compassion, and Critical Inquiry*). Program ini menekankan empat nilai utama: empati, kepedulian, kasih sayang, dan berpikir kritis. Menariknya, pendekatan ini juga didukung oleh ilmu pengetahuan, misalnya bagaimana perasaan bahagia setelah berbuat baik ternyata berkaitan dengan zat kimia di otak seperti dopamin dan oksitosin. Melalui kampanye global “Kindness Matters for the SDGs”, UNESCO MGIEP mengajak anak muda di seluruh dunia untuk melakukan aksi kebaikan yang nyata sambil mengikuti kursus daring yang mengajarkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini diyakini mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih suportif, menghargai perbedaan, dan mempererat hubungan sosial antar peserta didik (Ramnath et al.2021).

UNESCO bersama Mahatma Gandhi Institute of Education mengemukakan bahwa terdapat empat kompetensi utama yang penting dalam dunia pendidikan dan hubungan sosial, yaitu Empati, Welas Asih, Kesadaran Penuh (*Mindfulness*), dan Penalaran Kritis atau dikenal dengan konsep EMC². Menurut (Moningka et.al.,2021) keempat kemampuan ini perlu dikembangkan oleh pendidik agar pelaksanaan pembelajaran dapat berjalan secara optimal. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Ardana et. al., 2024) persentase capaian karakter siswa dalam kategori Membudaya (M) sebesar 57,14% (4) materi digital berbasis CoTPS learning model berbasis EMC2 dalam THK dapat memaksimalkan pengembangan karakter siswa. Selain itu, menurut (Mega Pertiwi et al., 2024) melalui model pembelajaran pembelajaran Discovery Learning dan pendekatan sosial emosional EMC2 terbukti meningkatkan motivasi yang dapat dilihat dari meningkatnya hasil belajar peserta didik kelas VII F SMP N 1 Sedayu pada mata pelajaran IPA. Penelitian terbaru oleh Faizah dan Liliana

yang berjudul Menumbuhkan Sikap Sosial Emosional EMC² Terhadap Psychological Well-Being pada Siswa Sekolah Dasar, menunjukkan bahwa implementasi pendekatan EMC² secara signifikan meningkatkan sikap sosial-emosional dan kesejahteraan psikologis siswa sekolah dasar.

2. RESEARCH METHOD

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Menurut Amrullah (2020: 7), penelitian kualitatif merupakan penelitian yang mengacu pada context of discovery, yang bertujuan menghasilkan suatu penemuan yang nantinya dapat dijadikan sebagai hipotesis bagi penelitian selanjutnya (Aqib & Rasidi, 2020). Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi secara mendalam bagaimana pendekatan EMC² (*Empathy*, *Mindfulness*, *Compassion*, dan *Critical Inquiry*) diterapkan dalam konteks pembelajaran di sekolah dasar, serta dampaknya terhadap *psychological well-being* siswa. Studi kasus memberikan pemahaman yang kontekstual dan mendalam terhadap fenomena yang diteliti (Creswell, 2022).

Subjek penelitian adalah siswa kelas III SD Negeri Podorejo 3 yang dipilih dengan teknik purposive sampling, terdiri dari 6 siswa dengan variasi tingkat motivasi (rendah, sedang, dan tinggi), serta guru kelas III. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi, wawancara, dan studi dokumentasi.

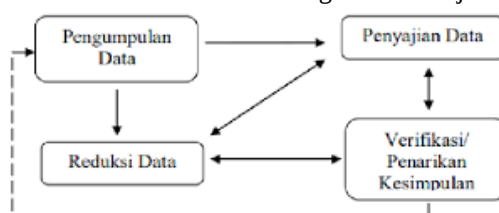
Peneliti melakukan observasi terhadap siswa kelas III SD Negeri Podorejo 3 selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Observasi ini dilaksanakan secara langsung, dimulai sejak awal hingga akhir proses belajar mengajar. Tujuannya adalah untuk mengamati sejauh mana penerapan pendekatan EMC² tampak dalam interaksi antara guru dan siswa maupun antar siswa sendiri. Sebelum observasi dilakukan, peneliti telah menyiapkan indikator perilaku berdasarkan empat dimensi utama dalam pendekatan EMC², yaitu empati (*emphaty*), kesadaran penuh (*mindfulness*), belas kasih (*compassion*), dan penyelidikan kritis (*critical inquiry*).

Selama observasi, peneliti mencermati berbagai perilaku yang mencerminkan masing-masing dimensi tersebut. Pada dimensi *emphaty*, peneliti memperhatikan bagaimana guru menunjukkan kepedulian terhadap kebutuhan siswa, memberikan kesempatan kepada mereka untuk terlibat aktif, serta mengamati adanya interaksi antar siswa yang mencerminkan saling pengertian dan rasa hormat. Dimensi *mindfulness* diamati melalui tindakan guru yang mengajak siswa menyadari aktivitas yang sedang berlangsung, memberi waktu untuk jeda seperti latihan pernapasan atau refleksi, serta memperhatikan apakah siswa mampu fokus dan hadir secara penuh selama pembelajaran.

Dimensi *compassion* terlihat dari respons guru yang memberikan dukungan positif kepada siswa ketika mengalami kesulitan, serta sikap siswa yang secara spontan membantu temannya tanpa perlu diminta. Peneliti juga memperhatikan apakah suasana kelas terasa hangat, ramah, dan mencerminkan saling menghargai satu sama lain. Adapun pada dimensi *critical inquiry*, peneliti mengamati apakah guru mampu memancing pemikiran kritis siswa melalui pertanyaan yang menantang, mendorong terjadinya diskusi, serta memberikan ruang yang cukup bagi siswa untuk mengajukan pertanyaan atau menyampaikan pandangan mereka sendiri.

Selain observasi, peneliti juga melakukan wawancara dengan guru kelas III dan enam orang siswa. Pemilihan siswa dilakukan secara purposive sampling, yaitu berdasarkan keterlibatan mereka selama pembelajaran serta keberagaman karakter dan latar belakang. Wawancara ini bertujuan untuk menggali lebih dalam pengalaman dan pandangan para peserta mengenai pembelajaran yang berlangsung, khususnya dalam konteks pendekatan EMC². Guru dimintai pendapat mengenai peran pendekatan ini dalam membentuk iklim kelas dan perilaku siswa, sedangkan siswa diminta menceritakan bagaimana mereka merasakan suasana belajar dan hubungan sosial di kelas.

Untuk melengkapi data, peneliti juga melakukan studi dokumentasi. Dokumen yang dikumpulkan berupa foto-foto saat kegiatan pembelajaran berlangsung, catatan guru terkait perkembangan siswa atau karya siswa yang menunjukkan ekspresi sosial-emosional mereka. Dokumentasi ini menjadi pelengkap penting yang memperkuat temuan dari observasi dan wawancara, serta memberikan gambaran visual dan tertulis mengenai bagaimana pendekatan EMC² diterapkan dalam konteks nyata pembelajaran di kelas III SD Negeri Podorejo 3. Data dianalisis menggunakan teknik analisis interaktif model Miles dan Huberman yang mencakup tahapan: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Parry T.2022). Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kontribusi pendekatan EMC² dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.



Gambar 1. Alur Model Analisis Data

3. RESULTS AND DISCUSSION

Hasil observasi menunjukkan bahwa implementasi pendekatan EMC² memberikan dampak yang beragam terhadap *psychological well-being* siswa. Dari keempat dimensi EMC², dimensi *Critical Inquiry* menunjukkan hasil paling menonjol dengan kategori sangat baik. Sebaliknya, dimensi *Compassion* menunjukkan kategori kurang baik, terutama pada indikator siswa membantu teman tanpa diminta dan suasana kelas yang hangat. Hal ini menunjukkan bahwa masih dibutuhkan penguatan pada aspek empati sosial siswa agar kesejahteraan psikologis mereka bisa meningkat secara merata.

Pada dimensi *Empathy*, guru telah memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengekspresikan diri, namun masih perlu peningkatan dalam memperhatikan siswa yang kurang aktif dan membangun interaksi yang lebih inklusif. Pada dimensi *Mindfulness*, guru telah memberikan waktu jeda melalui *ice breaking* agar siswa tetap fokus. Namun, belum bisa sepenuhnya mengajak siswa untuk menyadari kehadirannya.

Agar pendekatan EMC² bisa lebih efektif, guru dapat lebih memperhatikan siswa yang cenderung diam dan membangun suasana kelas yang lebih ramah dan terbuka untuk semua. Siswa juga bisa diajak untuk lebih sadar akan proses belajar yang mereka jalani, misalnya dengan refleksi bersama atau latihan *mindfulness* yang lebih sederhana dan menyenangkan. Guru juga bisa menanamkan nilai kerja sama, agar siswa lebih saling peduli dan membantu, bukan hanya bersaing. Selain itu, pembelajaran berbasis diskusi dan proyek bisa terus dikembangkan supaya siswa semakin aktif dan terlibat. Dengan langkah-langkah ini, pendekatan EMC² dapat semakin membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa, sehingga mereka bisa tumbuh menjadi pribadi yang lebih bahagia dan percaya diri.

Sebagaimana dikemukakan oleh Faizah dan Liliana (2022), pembelajaran berbasis EMC² yang kuat pada aspek *mindfulness* dan *critical inquiry* dapat meningkatkan rasa percaya diri dan keterlibatan aktif siswa, namun implementasinya perlu diimbangi dengan penguatan nilai empati dan belas kasih agar perkembangan sosial emosional menjadi seimbang.



Gambar 2. Diskusi Kelompok (*Critical Inquiry*)

Wawancara dilakukan kepada guru kelas III SD Negeri Podorejo 3 serta enam siswa yang dipilih berdasarkan variasi tingkat motivasi belajar (tinggi, sedang, dan rendah). Wawancara bertujuan untuk menggali lebih dalam bagaimana persepsi guru dan siswa terhadap implementasi pendekatan EMC² dalam pembelajaran dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis siswa.

Hasil wawancara guru kelas III menyampaikan bahwa karakter siswa kelas III sedang berada dalam fase peralihan, di mana emosi dan identitas diri mereka mulai berkembang, namun belum stabil. Menurut penuturan beliau, “anak-anak kelas III merasa sudah besar, cenderung ingin menang sendiri, dan butuh pendekatan yang sabar dan kreatif.”

Guru mengaku telah mendengar tentang pendekatan EMC², tetapi belum menerapkannya secara menyeluruh. Elemen EMC² seperti diskusi kelompok dan kegiatan sosial-emosional pernah dicoba, namun belum optimal karena kendala waktu dan manajemen kelas. Ia menyatakan bahwa pendekatan ini berpotensi efektif, khususnya untuk membentuk karakter dan keseimbangan emosional siswa, tetapi butuh konsistensi dan dukungan.

Dari sisi tantangan, guru menyebutkan bahwa kedisiplinan siswa masih rendah karena pergantian guru yang sering, sehingga belum terbangun kedekatan emosional yang kuat. Ia juga menyampaikan bahwa beberapa siswa cepat emosi jika keinginannya tidak terpenuhi. Untuk mengatasi hal tersebut, guru menggunakan metode seperti *ice breaking* dan permainan edukatif untuk membantu siswa menyalurkan emosi dengan cara yang positif.

Dalam refleksinya, guru berharap EMC² dapat membantu menumbuhkan kreativitas dan kerja sama sosial antar siswa, misalnya melalui pembuatan media pembelajaran bersama. Guru juga menyadari bahwa empati masih kurang terlihat karena kompetisi yang tinggi antarsiswa, sehingga perlu pengarahan eksplisit agar siswa belajar menghargai dan mendukung satu sama lain.

Hasil wawancara siswa dengan motivasi tinggi menyampaikan bahwa mereka menikmati pembelajaran di kelas III, terutama karena metode mengajar guru yang menyenangkan. Mereka merasa didengarkan oleh guru, diberi kesempatan untuk bertanya dan menjawab, serta merasa dihargai. Salah satu siswa mengatakan, “Pak Abi selalu memberi kesempatan bertanya, jadi saya semangat belajar.” Meskipun

(Yuliana)

demikian, mereka juga menyadari adanya kendala sosial dalam kelas, seperti teman yang cenderung egois dan tidak kooperatif, yang membuat suasana kerja kelompok kurang nyaman.

Siswa dengan motivasi sedang menunjukkan bahwa semangat belajar mereka bergantung pada suasana kelas dan pendekatan guru. Mereka merasa nyaman saat bisa menyampaikan pendapat dan berinteraksi secara positif dengan guru maupun teman. Namun, kepercayaan diri mereka masih fluktuatif, terutama ketika berada dalam situasi yang ramai atau saat berhadapan dengan teman yang dominan.

Siswa dengan motivasi rendah memperlihatkan tingkat partisipasi yang minim dalam kegiatan pembelajaran. Mereka sering merasa gugup, bingung, dan enggan menjawab pertanyaan. Potensi mereka belum berkembang secara maksimal karena adanya hambatan dalam aspek psikologis dan akademik, terutama kesulitan memahami materi pelajaran. Mereka juga merasa bahwa suasana belajar kurang menyenangkan, sehingga menurunkan minat untuk terlibat aktif, bahkan membuat mereka malas untuk hadir ke sekolah. Meskipun mereka memiliki hubungan emosional yang cukup baik dengan guru dan merasa nyaman secara personal, hal tersebut belum cukup untuk mendorong keterlibatan aktif dalam kelas.

Dari semua mata pelajaran, hanya matematika yang mereka sukai karena pembelajarannya dianggap menyenangkan dan mudah dipahami. Hal ini memperkuat pentingnya peran guru dalam menciptakan suasana belajar yang mendukung. Dalam konteks sosial, siswa dengan motivasi rendah berada di lingkungan yang kurang suportif. Tidak tampak semangat saling membantu atau kerja sama antarsiswa. Sebaliknya, suasana kompetitif yang tidak sehat membuat mereka memilih diam dan menarik diri daripada aktif dalam kelompok. Keadaan ini turut memengaruhi rendahnya rasa percaya diri dan motivasi belajar mereka.

Hasil wawancara siswa menunjukkan bahwa implementasi pendekatan EMC² memiliki potensi positif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, terutama bila diterapkan secara konsisten dan disertai dengan pendekatan personal dari guru. Namun, tantangan dalam aspek sosial dan dinamika kelas yang kompetitif perlu menjadi perhatian khusus. Nilai *compassion* dan *empathy* dalam pendekatan EMC² sangat penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman, inklusif, dan suportif bagi semua siswa, khususnya mereka yang masih menunjukkan motivasi dan kepercayaan diri yang rendah.

Studi dokumentasi dilakukan untuk mendukung data observasi dan wawancara, serta memberikan gambaran visual mengenai implementasi pendekatan EMC² dalam pembelajaran siswa kelas III SD Negeri Podorejo 3. Dokumentasi berupa foto kegiatan pembelajaran yang mencerminkan dimensi-dimensi EMC² seperti empati, kerja sama, dan berfikir kritis.

Salah satu dokumentasi yang diambil adalah foto bersama guru dan siswa setelah presentasi proyek pembuatan media visual bertema ekosistem. Kegiatan ini merupakan bagian dari pembelajaran tematik yang mendorong siswa untuk bekerja sama dalam kelompok, berpikir kreatif, dan menunjukkan keberanian dalam menyampaikan hasil karyanya di depan kelas. Dalam prosesnya, siswa didorong untuk saling membantu, berbagi tugas, dan memberikan dukungan satu sama lain yang merepresentasikan penerapan nilai *compassion* dan *critical inquiry*.



Gambar 3. Foto dengan Hasil Proyek

Foto ini menunjukkan guru dan siswa kelas III SD Negeri Podorejo 3 setelah kegiatan presentasi media visual bertema ekosistem. Proyek ini dilakukan secara berkelompok dan melatih keterampilan sosial seperti kerja sama, berbagi ide, dan mengapresiasi hasil karya teman. Nilai-nilai *compassion* dan *critical inquiry* terlihat melalui interaksi antar siswa dalam menyampaikan hasil dan berdiskusi.

Selain itu, dokumentasi pembelajaran di kelas juga menunjukkan beberapa aktivitas diskusi kelompok, di mana guru memberikan ruang bagi siswa untuk berdialog, bertanya, dan menjawab secara aktif. Hal ini menunjukkan praktik dari *mindfulness* (fokus dan hadir) serta empati dalam interaksi antar siswa maupun antara siswa dan guru. Meskipun masih terdapat tantangan, terutama dalam membangun suasana kerja sama yang merata di seluruh siswa, dokumentasi ini menunjukkan bahwa pendekatan EMC² mulai membentuk lingkungan belajar yang lebih hidup, kreatif, dan menyenangkan bagi peserta didik.



Gambar 4. Pendampingan Kerja Kelompok

Gambar 4 menunjukkan guru sedang mendampingi salah satu kelompok siswa saat berdiskusi dalam menyelesaikan tugas kelompok. Kegiatan ini mendukung dimensi *empathy* dan *mindfulness*, karena guru memberikan perhatian personal dan siswa fokus menyelesaikan tugas bersama dengan saling mendengarkan.



Gambar 5. Suasana Diskusi di Kelas

Gambar 5 menggambarkan suasana pembelajaran secara keseluruhan. Tampak bahwa siswa terbagi dalam beberapa kelompok belajar dan aktif berdiskusi. Kegiatan ini menunjukkan implementasi dimensi *critical inquiry*, di mana siswa diberi ruang untuk berpikir mandiri, bertukar pikiran, serta berinteraksi secara aktif dalam proses belajar.

Dokumentasi visual ini memperkuat temuan bahwa pendekatan EMC² telah mulai diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar. Meskipun belum optimal di semua aspek, suasana kelas menunjukkan adanya semangat kolaborasi, keterlibatan aktif, dan peningkatan relasi sosial di antara siswa. Kehadiran guru yang mendampingi secara langsung juga mencerminkan peran penting pendidik dalam membentuk *psychological well-being* siswa melalui interaksi positif dan dukungan emosional.

4. CONCLUSION

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan EMC² (*Empathy, Mindfulness, Compassion, and Critical Inquiry*) memiliki potensi besar dalam meningkatkan *psychological well-being* siswa kelas III SD Negeri Podorejo 03. Penerapan pendekatan ini secara bertahap berhasil mendorong keterlibatan siswa dalam pembelajaran, membangun keberanian menyampaikan pendapat, serta memperkuat hubungan antara siswa dan guru. Dimensi *Critical Inquiry* menjadi aspek paling dominan yang berkembang, sedangkan dimensi *Compassion* dan *Empathy* masih memerlukan penguatan. Ketidakseimbangan ini mencerminkan bahwa pembelajaran belum sepenuhnya mendorong iklim kelas yang saling mendukung dan penuh kepedulian. Maka, penguatan pendekatan ini perlu diarahkan tidak hanya untuk menciptakan pembelajaran aktif, tetapi juga untuk membentuk suasana belajar yang hangat, inklusif, dan penuh kasih.

Berdasarkan hasil pelaksanaan mini riset ini, disarankan agar pihak sekolah dapat memberikan dukungan yang lebih sistematis terhadap implementasi pendekatan EMC² dalam proses pembelajaran, khususnya pada jenjang sekolah dasar. Penerapan pendekatan ini perlu didukung dengan pelatihan guru dan pembiasaan nilai-nilai empati, kesadaran diri, belas kasih, serta kemampuan berpikir kritis dalam keseharian siswa. Selain itu, guru diharapkan mampu menerapkan strategi EMC² secara konsisten dan menyeluruh, tidak hanya pada aspek diskusi atau berpikir kritis, tetapi juga memperkuat nilai-nilai emosional seperti empati dan kepedulian antarsiswa. Lingkungan belajar yang hangat, terbuka, dan inklusif akan sangat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa secara menyeluruh.

Pihak dinas pendidikan maupun lembaga pendidikan tinggi yang bergerak dalam pengembangan kurikulum juga diharapkan dapat menjadikan pendekatan EMC² sebagai salah satu acuan dalam pengembangan kurikulum berbasis karakter dan kesejahteraan peserta didik. Peneliti selanjutnya disarankan untuk melanjutkan studi ini dengan jangka waktu yang lebih panjang serta melibatkan jumlah subjek yang lebih besar, agar hasil yang diperoleh dapat digeneralisasi dan digunakan sebagai rujukan dalam pengembangan program pembelajaran sosial-emosional di sekolah dasar secara luas.

REFERENCES

- Adiwirasandi, R., Adam, A., & Rahayu, S. (2023). Analisis psychological well-being terhadap keterampilan berbicara siswa kelas IV SDN Samata Kecamatan Somba Opu Kabupaten Gowa. *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial (JUPENDIS)*, 1(4), 41–56.
- Aqib, Z., & Rasidi, M. H. (2020). *Metodologi penelitian pendidikan* (Vol. 182). Penerbit Andi.
- Ardana, I. M., Ariawan, I. P. W., Sudiarta, I. G. P., & Yudana, I. M. (2024). Pendampingan guru mengembangkan karakter siswa melalui CoTPS learning model berbasis EMC2 dalam THK. *Proceeding Senadimas Undiksha*, 9, 957–965.
- Bourn, D., & Tarozzi, M. (Eds.). (2024). *Pedagogy of hope for global social justice*. Bloomsbury Academic.
- Creswell, J. W. (2022). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Decety, J., & Lamm, C. (2006). Human empathy through the lens of social neuroscience. *TheScientificWorldJournal*, 6, 1146–1163.
- Deep, A., Pathak, A., & Chatterjee, N. (2022). An evaluation of the online course on climate change and emotion.
- Dinda Fironia. (2022). *Hubungan antara psychological capital dengan psychological well-being pada mahasiswa UIN Suska Riau* [Skripsi, UIN Sultan Syarif Kasim Riau].
- Faizah, N., Liliana, I., (2025). Menumbuhkan sikap sosial emosional EMC2 terhadap psychological well-being pada siswa sekolah dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 15(1), 13–22
- Goleman, D., & Davidson, R. J. (2021). Compassion and learning: Building better classrooms. *Journal of Social Emotional Learning*, 5(2), 11–20.
- Marhaeni, A. A. I. N., & Suniasih, N. W. (2023). EMC2 learning approach in mathematics learning: Enhancing elementary school students' mathematical disposition. *Journal of Education Research and Evaluation*, 7(3), 567–573.
- Mega Pertiwi, W., Winingsih, P. H., & Zusroni, D. A. (2024). Peningkatan hasil belajar dengan model Discovery Learning- EMC2 pada materi IPA kelas 7. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa*, 3.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2019). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). Sage Publications.
- Moningka, I. T. L., Sangari, J. R. R., Wantasen, A. S., Lumingas, L. J. L., Moningkey, R. D., & Pelle, W. E. (2021). Distribusi spasial sampah laut di pesisir pantai perairan Minahasa bagian utara. *Jurnal Ilmiah Platax*, 9(1), 145–156.
- Mulyadi, D., & Rahmawati, A. (2023). Penerapan pendekatan EMC2 dalam pembelajaran untuk meningkatkan keterlibatan dan kesejahteraan psikologis siswa. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 8(2), 201–214.
- Nursing, M. H. (2017). Mindfulness – Be mindful to be fruitful. *Mindfulness*, 5(9), 105–106.
- Parry, T. (2020). Social and emotional learning framework: EMC². *UNESCO MGIEP*.
- Parry, L. (2020). The social emotional revolution: Centralising the whole learner in education systems (Occasional Paper No. 168). *Centre for Strategic Education*.
- Rachmawati, T., Nurdin, M., & Aisyah, S. (2021). Penerapan critical inquiry dalam proses pembelajaran untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis. *Jurnal Pendidikan*, 12(1), 25–33.
- Rammath, S. (2021, August 20–21). The inevitability of global citizenship education in present scenario. In S. Agrawal (Ed.), *Proceedings of the International Conference on "The Inevitability of Global Citizenship Education in Present Scenario"* (pp. xx–xx). Maharaja Agrasen International College & CESCO. Aditi Publication.
- Republik Indonesia. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Presiden Republik Indonesia.
- Wijaya, R. P., & Susilawati, S. (2022). Penerapan model pembelajaran EMC2 dalam meningkatkan well-being peserta didik di era digital. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP, Universitas Bengkulu*, 3(1), 92–101.
- Yulianti, N., & Indriana, D. (2022). EMC² learning model in online learning: How is its impact on students' critical thinking skills? In *Proceedings of the 30th International Conference on Computers in Education (ICCE) 2022* (pp. 478–487). Asia-Pacific Society for Computers in Education (APSCE).
- Yulianti, N., & Indriana, D. (2023). EMC2 learning model: Increasing student engagement and higher-order thinking skills. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 17(1), 111–120. <https://doi.org/10.11591/edulearn.v17i1.22100>