

**PeTeKa (Jurnal Penelitian Tindakan Kelas dan Pengembangan Pembelajaran)**

Issn Cetak : 2599-1914 / Issn Online : 2599-1132 | Vol. 9 No. 1 (2026) | 55-63

DOI: <http://dx.doi.org/10.31604/ptk.v9i1.55-63>**TANTANGAN DAN PELUANG DALAM PROSES PEMBELAJARAN : SUATU ANALISIS PSIKOLOGIS**

Anton Suryanto*, Indah Lestari, Moch Widjanarko

Manajemen Pendidikan, Fakultas Pendidikan dan Ilmu Keguruan, Universitas Muria Kudus, Indonesia.

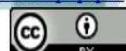
*e-mail: 202503013@std.umk.ac.id

Abstrak. Penelitian ini bertujuan menganalisis tantangan dan peluang psikologis dalam proses pembelajaran siswa di SDN 3 Blingoh, Kecamatan Donorojo, Jepara. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui observasi dan wawancara. Hasil penelitian menemukan bahwa siswa menghadapi beberapa tantangan psikologis, seperti kesulitan fokus, kejemuhan belajar, kecemasan akademik, serta hambatan interaksi sosial. Namun demikian, terdapat pula peluang pembelajaran, antara lain melalui penggunaan metode aktif, media visual, pendekatan sosial-emosional (SEL), dan pembelajaran berdiferensiasi yang mendorong keterlibatan dan perkembangan siswa. Hasil ini menunjukkan pentingnya strategi pembelajaran yang adaptif dan humanis untuk mendukung perkembangan psikologis siswa secara optimal.

Kata Kunci: Psikologi Pendidikan, Tantangan Belajar, Peluang Pembelajaran.

Abstract. This study aims to analyze the psychological challenges and opportunities in the learning process of students at SDN 3 Blingoh, Donorojo District, Jepara. This research employed a qualitative approach through observation and interviews. The findings indicate that students face several psychological challenges, including difficulties in maintaining focus, learning fatigue, academic anxiety, and barriers to social interaction. Nevertheless, there are also learning opportunities, particularly through the use of active learning methods, visual media, social-emotional learning (SEL) approaches, and differentiated instruction that encourage student engagement and development. These results highlight the importance of adaptive and humanistic learning strategies in optimally supporting students' psychological development.

Keywords: Educational Psychology, Learning Challenges, Learning Opportunities.



PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses yang kompleks yang melibatkan berbagai aspek, baik kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Dalam praktiknya, proses pembelajaran tidak hanya berfokus pada penyampaian materi, tetapi juga mencakup pemahaman tentang bagaimana peserta didik berpikir, merasakan, dan berperilaku (Yuliati & Atikah, 2025). Pendidikan adalah upaya terencana untuk memanusiakan manusia yang tumbuh secara utuh, intelektual, emosional, dan spiritual. Karena itu, pendidikan tidak dapat dipisahkan dari pemahaman terhadap karakteristik perkembangan peserta didik (Fadriati, 2024)

Dalam keseharian, manusia mengekspresikan perasaan dan emosi mereka melalui interaksi di berbagai lingkungan, baik di tempat kerja, sekolah, maupun dalam kehidupan sosial. Emosi bukan sekadar ekspresi sesaat, tetapi memiliki peran fundamental dalam membentuk karakter dan perilaku seseorang. Memahami perasaan dan emosi menjadi bagian penting dalam upaya pengembangan potensi manusia, khususnya dalam konteks pendidikan (Hakim, 2025) Oleh karena itu, aspek psikologis tidak dapat dipisahkan dari proses belajar.

Menurut teori perkembangan kognitif Piaget (1970), masa usia sekolah dasar merupakan tahap operasional konkret, di mana anak mulai mengembangkan kemampuan berpikir logis dan konkret. Pada tahap ini, anak mulai bisa memahami konsep-konsep seperti sebab-akibat, pengelompokan objek, dan pemecahan masalah secara sederhana. Namun, selain perkembangan kognitif, faktor-faktor psikologis lainnya, seperti perkembangan sosial dan emosional,

juga turut mempengaruhi proses belajar anak. Vygotsky (1978) menekankan pentingnya interaksi sosial dalam perkembangan anak. Menurutnya, perkembangan kognitif anak terjadi melalui interaksi dengan lingkungan sosial mereka, baik di rumah maupun di sekolah. Dalam konteks pendidikan MI/SD, sekolah merupakan tempat utama bagi anak untuk mengembangkan keterampilan sosial dan emosional mereka melalui interaksi dengan teman sebaya, guru, dan lingkungan sekolah (Suhendra, 2025)

Berbagai tantangan psikologis sering muncul dalam pembelajaran. Salah satu yang umum terjadi adalah rasa bosan atau kelelahan belajar (learning burnout), yang ditandai oleh tekanan akademik, tumpukan tugas, dan kelelahan emosional. Kondisi ini dapat menurunkan motivasi dan berdampak pada rendahnya prestasi belajar siswa (Vita & Yusron, 2024). Fenomena lain yang sering muncul di sekolah dasar adalah kesulitan siswa mempertahankan fokus, munculnya kecemasan saat diberi tugas sulit, serta dinamika emosi yang mudah berubah akibat interaksi sosial sehari-hari.

Di balik tantangan tersebut, terdapat banyak peluang yang dapat dimanfaatkan guru untuk mendukung perkembangan psikologis siswa. Strategi pembelajaran aktif merupakan pendekatan yang mengharuskan keterlibatan langsung siswa dalam berbagai kegiatan pembelajaran, seperti diskusi kelompok, permainan edukatif, pembelajaran berbasis masalah (PBL), serta kolaborasi antar siswa untuk menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru (Gayo, 2025). Terdapat pendekatan sosial-emosional membantu anak pada peningkatan keterampilan sosial dan emosional siswa, prestasi akademik, dan keterampilan belajar (Ahmadi, 2024) Selain itu, pembelajaran berdiferensiasi

dirancang untuk memenuhi kebutuhan individu, memfasilitasi perbedaan dalam kecepatan, gaya belajar, dan tingkat kemampuan siswa (Mahanum, 2025). Lingkungan kelas yang suportif juga dapat menciptakan rasa aman secara psikologis sehingga memaksimalkan potensi mereka.

Penelitian sebelumnya oleh Nazila Syifa Thohiroh, (2024) didapatkan bahwa dunia pendidikan saat ini, sebagian besarnya bergantung pada penggunaan teknologi digital yang telah membawa banyak manfaat, tetapi secara bersamaan juga muncul hambatan psikologi digital yang perlu diperhatikan. Hambatan-hambatan ini mencakup akses terbatas, gangguan perhatian, stres, kurangnya interaksi sosial, dan risiko penyalahgunaan dan kejahatan daring.

Selain itu, penelitian oleh Rahma Rizky Ananda Sugiharto, dkk. (2025) menunjukkan bahwa siswa mengalami kesulitan dalam literasi, numerasi, dan pemahaman materi. Rendahnya motivasi, lingkungan yang kurang mendukung, dan kurangnya perhatian orang tua menjadi beberapa faktor kesulitan belajar. Guru memiliki peran penting dalam mengatasi kesulitan ini melalui pendekatan individu, remedi, pengayaan, motivasi, dan bahkan observasi. Beberapa guru juga merasa kurangnya dukungan baik dari pemerintah ataupun pihak sekolah dalam pelatihan atau pendampingan khusus untuk menangani kesulitan belajar akibat gangguan perkembangan

Berdasarkan hasil observasi, SDN 3 Blingoh memiliki karakteristik siswa yang beragam dari segi sosial, emosional, dan kemampuan belajar. Sekolah menunjukkan dinamika pembelajaran yang menarik, mulai dari variasi tingkat keaktifan siswa hingga perbedaan kemampuan mengelola emosi dan interaksi sosial. Guru-guru di

sekolah ini juga menghadapi tantangan dalam menyesuaikan strategi pembelajaran dengan kebutuhan psikologis siswa yang heterogen. Kondisi tersebut menunjukkan adanya gap antara kebutuhan perkembangan siswa dengan pendekatan pembelajaran yang selama ini digunakan.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tantangan dan peluang psikologis yang muncul dalam proses pembelajaran siswa di SDN 3 Blingoh. Analisis ini diharapkan dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai kondisi psikologis siswa sekolah dasar serta menjadi dasar bagi pengembangan strategi pembelajaran yang lebih responsif terhadap kebutuhan perkembangan anak.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian lapangan atau field research yakni penelitian yang dilaksanakan secara sistematis untuk mengambil data di lapangan (Arikunto, 2006). Dengan pendekatan menggunakan penelitian kualitatif memaparkan yaitu penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilaksanakan dalam menemukan dan mendeskripsikan secara mendalam tantangan dan peluang psikologis yang muncul dalam proses pembelajaran siswa di SDN 3 Blingoh. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggambarkan kondisi psikologis siswa secara alami sesuai konteks lingkungan belajar mereka (Wardana, 2022).

Data penelitian diperoleh melalui observasi langsung terhadap kegiatan pembelajaran di kelas, wawancara dengan guru, Observasi dilakukan untuk melihat bagaimana interaksi siswa berlangsung, bagaimana mereka merespons tugas, serta bagaimana kondisi emosional dan sosial

Anton Suryanto, dkk. Tantangan Dan Peluang Dalam Proses...

mereka muncul dalam situasi belajar. Wawancara dengan guru bertujuan menggali persepsi guru mengenai tantangan dan peluang psikologis dalam proses pembelajaran.

Teknik analisis data menggunakan model analisis Miles & Huberman yang meliputi tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan (Ash-shiddiqi et al., 2025). Reduksi data dilakukan dengan memilih informasi penting terkait aspek psikologis siswa, sedangkan penyajian data dilakukan dalam bentuk deskripsi naratif. Penarikan kesimpulan dilakukan dengan mencari pola, makna, serta hubungan antara temuan observasi wawancara.

Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode. Triangulasi dilakukan dengan membandingkan data hasil observasi & wawancara untuk memastikan konsistensi dan akurasi informasi yang diperoleh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Tantangan Psikologis Siswa dalam Pembelajaran

Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa siswa SDN 3 Blingoh menghadapi beberapa tantangan psikologis yang memengaruhi proses belajar mereka. Tantangan utama meliputi:

- 1) Kesulitan mempertahankan fokus, terutama pada pembelajaran yang bersifat teoritis atau membutuhkan konsentrasi lebih tinggi. Beberapa siswa mudah terdistraksi ketika pembelajaran berlangsung dalam durasi panjang.
- 2) Adanya kejemuhan belajar (learning burnout) pada sebagian siswa kelas tinggi. Gejala burnout yang muncul meliputi rasa bosan, kelelahan emosional ketika menghadapi tugas,

dan munculnya sikap enggan untuk memulai aktivitas pembelajaran.

- 3) Guru juga melaporkan bahwa beberapa siswa menunjukkan kecemasan ringan ketika diberikan tugas yang dianggap sulit, seperti soal matematika atau tugas yang harus dikerjakan di depan kelas.
- 4) Dari segi sosial-emosional, terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Hal ini tampak pada beberapa anak yang cenderung menyendiri, enggan bekerja kelompok, atau kurang mampu mengekspresikan emosinya ketika menghadapi konflik kecil di kelas.

Secara keseluruhan, faktor internal (kecemasan, ADHD, kelelahan) dan faktor eksternal (lingkungan belajar tidak kondusif, paparan media digital, tugas yang menumpuk) menjadi penyebab utama tantangan psikologis siswa.

B. Peluang Psikologis dalam Pembelajaran di SDN 3 Blingoh

Hasil penelitian menunjukkan adanya peluang besar yang dapat dimanfaatkan guru dalam mendukung proses pembelajaran. Beberapa peluang yang dapat dimanfaatkan guru untuk meningkatkan proses pembelajaran:

1. Antusiasme siswa terhadap kegiatan pembelajaran aktif. Siswa terlihat lebih terlibat ketika pembelajaran melibatkan permainan edukatif, aktivitas berbasis kelompok, eksperimen sederhana, atau penggunaan media visual.
2. Penerapan elemen pendekatan pembelajaran sosial-emosional (SEL), seperti memberi kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapat, mengelola konflik melalui diskusi, dan memberi penguatan positif. Praktik ini membantu siswa mengenali emosi dan

- mengekspresikannya dengan cara yang lebih konstruktif.
3. Sekolah menunjukkan adanya kelas yang heterogen, baik dari kemampuan akademik maupun aspek sosial-emosional.
 4. Pembelajaran berdiferensiasi juga mulai diterapkan, terutama pada mata pelajaran Bahasa Indonesia dan Matematika.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa pembelajaran di SDN 3 Blingoh memiliki tantangan yang cukup kompleks, namun sekaligus memberikan peluang besar bagi guru untuk mengembangkan strategi pembelajaran psikologis yang lebih adaptif.

C. Pembahasan

Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami kesulitan mempertahankan fokus, terutama pada pembelajaran yang bersifat teoritis dan berlangsung dalam durasi yang cukup panjang.

Kondisi ini sejalan dengan teori perkembangan kognitif Piaget dimana siswa belajar lebih efektif melalui pengalaman langsung daripada konsep abstrak. Piaget mengidentifikasi empat tahap perkembangan kognitif, yaitu tahap sensorimotor, praoperasional, operasional konkret, dan operasional formal.

Tahap-tahap ini menunjukkan bagaimana anak-anak berpindah dari pemikiran yang sangat konkret ke pemikiran yang lebih abstrak dan logis seiring bertambahnya usia. Piaget mengidentifikasi dua tahap utama dalam perkembangan kognitif anak pada periode ini, yaitu tahap operasional konkret dan tahap operasional formal. Pada tahap operasional konkret, anak mampu berpikir secara logis terkait dengan objek nyata di sekitarnya, sementara

pada tahap operasional formal, mereka mulai mampu berpikir lebih abstrak dan spekulatif tentang konsep-konsep yang lebih kompleks (Ahsanul Huda Susanto et al., 2024)

Menurut Santrock (2011), pada masa perkembangan kognitif, anak-anak memiliki rentang perhatian yang terbatas sehingga mereka lebih mudah teralihkan oleh faktor eksternal. Kesulitan fokus ini penting dipahami karena dapat memengaruhi perkembangan akademik, sosial, dan emosional anak. Faktor-faktor internal, seperti kecemasan dan gangguan seperti Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), menjadi penyebab utama kesulitan fokus pada. Di sisi lain, faktor eksternal, seperti lingkungan belajar yang tidak kondusif dan paparan media digital yang berlebihan, juga berperan besar (Liana, 2024).

Selain itu, ditemukan adanya kejemuhan belajar (learning burnout) pada sebagian siswa kelas tinggi. Kejemuhan belajar ditandai dengan rasa bosan, kelelahan emosional, dan penurunan motivasi dalam menyelesaikan tugas. Kejemuhan belajar merupakan reaksi fisik dan psikis terhadap suatu tuntutan belajar dan dapat menimbulkan ketegangan, mengganggu stabilitas belajar serta mempengaruhi sistem hormonal tubuh (Yousriatin, 2024). Kejemuhan belajar akan memiliki efek negatif pada kesehatan fisik dan emosional siswa serta rasa belajar dan prestasi akademik mereka. (Mu, D. Guo, W. 2022). Kurangnya waktu luang, yang membuat siswa sulit untuk fokus saat belajar, tugas yang terlalu banyak dan lingkungan belajar yang membosankan, serta tekanan yang kuat untuk menyelesaikan tugas, semuanya dapat menyebabkan siswa menjadi terbebani secara psikologis. Kejemuhan belajar lebih mungkin terjadi ketika tugas

berulang dan kurang variasi. Siswa berjuang untuk berkonsentrasi saat belajar ketika mereka lelah, memiliki terlalu banyak tugas untuk diselesaikan, dan berada di bawah batasan waktu yang ekstrim yang membuat mereka sulit untuk mengontrol perilaku mereka.

Variabel-variaivel tersebut secara bersama-sama menyebabkan siswa mengalami beban psikologis yang berlebihan. Karena tugas yang monoton dan konstan, siswa sering mengalami kelelahan belajar. Kejemuhan belajar bermanifestasi pada siswa sebagai perilaku seperti ketidakhadiran, kecemasan ujian, menyontek, kurang minat pada topik, penguasaan mata pelajaran yang buruk, kegelisahan di kelas, takut pada guru, ketidakmampuan untuk fokus di kelas, keinginan untuk pindah kelas, dan matematika. kekhawatiran terkait pelajaran yang sulit dan monoton, stres karena pekerjaan rumah yang menantang dan menggunung, dan kurang percaya diri. Siswa mungkin mengalami efek negatif sebagai akibat dari ini, termasuk kemarahan, kesulitan tidur, kurangnya minat pada akademis mereka, kepekaan terhadap penghinaan, kecemasan yang sering, dan harga diri yang rendah (Syafitri et al., 2022).

Tantangan berikutnya adalah kecemasan akademik ringan yang muncul ketika siswa menghadapi tugas yang dianggap sulit, seperti soal matematika atau presentasi di depan kelas. Kecemasan merupakan suatu keadaan perasaan efektif yang membuat seseorang tidak senang disertai dengan sensasi fisik. Pendapat lain mengatakan bahwa kecemasan merupakan kondisi kejiwaan yang dipenuhi rasa takut dan khawatir terhadap sesuatu yang akan terjadi (Mulyati et al., 2023)

Siswa dapat mengalami kecemasan karena berbagai faktor determinan, antara lain: (1) tekanan

berprestasi, dimana siswa merasa tertekan untuk memenuhi harapan atau ekspektasi orang tua, guru, atau masyarakat; (2) takut gagal, yaitu siswa merasa takut untuk tidak lulus atau gagal dalam suatu tes atau tugas akademik; (3) komparasi sosial, yaitu siswa membandingkan diri dengan teman-teman di sekolahnya dan merasa tidak cukup baik / cerdas secara akademik; (4) kemampuan akademik, dimana siswa merasa tidak memiliki kemampuan yang cukup untuk mengatasi tugas dan materi yang diberikan oleh guru, dan (5) kemampuan mengatasi stres (coping stress), yaitu siswa sulit untuk mengatasi stres akademis dan mempertahankan keseimbangan antara belajar dan kegiatan lain yang dijalannya (Sofyan, 2022)

Dari segi sosial-emosional, terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Di era modern, hubungan bersama teman sebaya semakin berperan krusial dalam membentuk perkembangan sosial serta emosional anak. Hubungan buruk dengan teman sebaya dapat berdampak buruk pada perkembangan anak, menyebabkan kurangnya kemandirian, kepercayaan diri, dan partisipasi di kelas. Interaksi teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan emosional anak, terutama dalam membangun rasa percaya diri dan empati. Selain itu, teman sebaya memainkan peran penting dalam membentuk karakter siswa dengan memberikan dukungan sosial dan emosional di lingkungan sekolah (Putri & Habiby, 2025).

Secara keseluruhan, tantangan psikologis siswa di SDN 3 Blingoh dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal (kecemasan, kelelahan belajar, gangguan perhatian) dan faktor

eksternal (lingkungan belajar, tuntutan akademik, dan paparan digital).

Di samping tantangan, hasil penelitian menunjukkan adanya peluang psikologis yang dapat dimanfaatkan guru untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Observasi menunjukkan bahwa siswa memiliki antusiasme tinggi terhadap pembelajaran aktif, seperti permainan edukatif, kerja kelompok, eksperimen sederhana, dan penggunaan media visual. Hal ini sejalan dengan penelitian Dini Sugiarti, dkk. (2025) menegaskan penggunaan media visual dan interaktif memudahkan siswa dalam memahami konsep yang sulit, sementara guru merasa lebih terbantu dalam menyampaikan materi yang kompleks. Kendala yang dihadapi meliputi keterbatasan fasilitas teknologi dan waktu persiapan.

Selain itu, guru mulai menerapkan elemen pembelajaran sosial-emosional (SEL), yang berdampak positif di SDN 3 Blingoh sesuai dengan teori Pembelajaran Sosial Emosional atau Social Emotional Learning (SEL) hadir sebagai pendekatan yang efektif dalam membentuk keterampilan sosial, empati, dan regulasi emosi peserta didik. SEL mencakup lima kompetensi utama, yaitu kesadaran diri (self-awareness), pengelolaan diri (self-management), kesadaran sosial (social awareness), keterampilan hubungan sosial (relationship skills), dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (responsible decision-making) (CASEL, 2020). Dengan membekali siswa keterampilan sosial emosional sejak dini, sekolah dapat menciptakan lingkungan belajar yang aman, ramah, dan mendukung perkembangan karakter siswa (Iswatiningsih, 2025)

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa kelas di SDN 3

Blingoh bersifat heterogen, baik dari segi kemampuan akademik maupun perkembangan sosial-emosional. Sebagian siswa menunjukkan motivasi belajar tinggi dan aktif berpartisipasi, sementara sebagian lainnya memerlukan pendampingan lebih intensif. Kondisi ini mendorong guru untuk menerapkan pembelajaran berdiferensiasi, terutama pada mata pelajaran Bahasa Indonesia dan Matematika.

Pembelajaran berdiferensiasi yang dilakukan sesuai dengan tingkat kemampuan siswa, gaya belajar siswa maupun minat belajar siswa membuat pembelajaran menjadi lebih aktif. Fokus dari pembelajaran berdiferensiasi adalah menyediakan pengalaman belajar yang sesuai dengan kebutuhan individu peserta didik, sehingga memungkinkannya untuk memahami dan menguasai ide-ide yang diajarkan. Tujuan dari pembelajaran berdiferensiasi. 1. Membantu semua peserta didik dalam belajar: kesadaran guru akan kemampuan peserta didik 2. Meningkatkan motivasi dan hasil belajar peserta didik: 3. Menjalin hubungan yang harmonis guru dan peserta didik. 4. Membantu peserta didik menjadi pelajar yang mandiri. 5. Meningkatkan kepuasan guru (guru menjadi kreatif) (Dewi et al., 2024).

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran di SDN 3 Blingoh dihadapkan pada tantangan psikologis yang cukup kompleks, meliputi kesulitan fokus, kejemuhan belajar, kecemasan akademik, dan kendala sosial-emosional siswa. Namun demikian, kondisi tersebut juga diiringi dengan peluang besar bagi guru untuk mengembangkan pembelajaran yang lebih adaptif dan humanis. Antusiasme siswa terhadap pembelajaran aktif, penerapan awal pendekatan sosial-

emosional, kondisi kelas yang heterogen, serta pembelajaran berdiferensiasi menjadi potensi strategis dalam meningkatkan kualitas proses belajar mengajar. Pengelolaan kelas yang memperhatikan aspek psikologis siswa, variasi metode pembelajaran, dan penguatan kompetensi sosial-emosional dapat menjadi solusi efektif dalam mendukung keberhasilan pembelajaran di SDN 3 Blingoh.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa siswa SDN 3 Blingoh menghadapi berbagai tantangan psikologis dalam pembelajaran, seperti kesulitan fokus, kejemuhan belajar, kecemasan akademik, dan hambatan sosial-emosional. Meski demikian, ditemukan pula peluang yang dapat dimanfaatkan guru, termasuk penerapan pembelajaran aktif, penggunaan media visual, pendekatan sosial-emosional (SEL), serta pembelajaran berdiferensiasi. Temuan ini menegaskan bahwa pemahaman terhadap aspek psikologis siswa merupakan langkah penting untuk menciptakan pembelajaran yang lebih adaptif, inklusif, dan mendukung perkembangan anak secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, I. Z. M. A. (2024). Pembelajaran Sosial Emosional: Menghadirkan Pendidikan yang Berpihak Kepada Siswa Melalui Kurikulum Merdeka. *Ilmu Bahasa, Sastra, Seni Dan Budaya*, 8(4), 579–596.
- Ahsanul Huda Susanto, Murfiah Dewi Wulandari, & Darsinah. (2024). Optimalisasi Pembelajaran Anak Usia Sekolah Dasar Melalui Pemahaman Teori Perkembangan Kognitif Jean

- Piaget. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 09(04), 690–692.
<https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/17102/8959>
- Ash-shiddiqi, H., Sinaga, R. W., Audina, N. C., Data, R., & Data, D. (2025). Kajian Teoritis: Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Edukatif*, 3(2), 333–343.
- Dewi, A. R. A. M. A.-F. K., Fikri, M., & Saputra, M. I. M. N. S. T. W. (2024). Penerapan Pembelajaran Berdiferensiasi Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). *Jurnal Pendidikan Teknik Mesin*, 06, 131–141.
- Fadriati, T. (2024). Dinamika Kurikulum Mardeka dalam Proses Pembelajaran di Sekolah Dasar Islam Terpadu Islahul Ummah. *Dirasah*, 7(1), 145–152.
- Gayo, L. L. (2025). Strategi Pembelajaran Aktif untuk Meningkatkan Partisipasi Siswa dalam Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam di UPTD SPF SDN Cibubukan Active Learning Strategies to Enhance Student Participation in Islamic Religious Education at UPTD SPF SDN Cibubuk. *Abdurrauf Social Science*, 2(1), 49–62.
<https://doi.org/10.70742/arsos.v2i1.176>
- Hakim, K. M. L. (2025). Analisis Konsep Perasaan dan Emosi Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam. *Dar El Ilmi: Jurnal Keagamaan, Pendidikan Dan Humaniora*, 11(1), 126–141.
- Iswatiningsih, D. (2025). Strategi Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) untuk Mengatasi Perundungan Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar. *Katalis Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika*,

- September.
- Liana, S. (2024). Studi Tentang Kesulitan Fokus Anak dalam Pembelajaran : Tinjauan Psikologis dan Edukatif. *PIJAR: Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 3(1), 26–33. <https://doi.org/10.58540/pijar.v3i1.646>
- Mahanum. (2025). Model Pembelajaran Berdiferensiasi (Differentiated Instruction) sebagai Strategi Inovatif dalam Pendidikan Agama Islam. *Analisis Journal Of Education*, 3(1), 144–150.
- Mulyati, T. U., Pramuditya, S. A., & Rosita, C. D. (2023). Hubungan Antara Kecemasan terhadap Matematika dan Prestasi Matematika pada Siswa MAN 1 Kuningan. *Intellectual Mathematics Education*, 1(1), 23–32.
- Putri, N. A., & Habiby, W. N. (2025). Hubungan Interaksi Teman Sebaya terhadap Kecerdasan Emosional Untuk Pengembangan Sosial dan Emosional Bagi Siswa. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(2), 1773–1786.
- Rizky, R., Sugiharto, A., Amalia, Z., Faizah, N., & Jihan, N. A. (2025). Analisis Kesulitan Belajar Akibat Gangguan Perkembangan pada Siswa Kelas 6 di SDN Lidah Wetan II / 462. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(1), 109–115. <https://doi.org/10.54259/diajar.v4i1.3682>
- Sofyan, W. E. P. I. B. R. S. F. A. (2022). Kecemasan Akademik Siswa di Sekolah: Suatu Tinjauan Singkat. *Journal Of Learning and Instructional Studies*, 2(3).
- Suhendra, A. H. S. S. N. S. A. (2025). Perkembangan Psikologi Peserta Didik di Tingkat MI/SD. *Dirasatul Ibtidaiyah*, 5(1).
- Syafitri, R. A., Azmi, S., & Lubis, S. P. (2022). Kejemuhan Belajar : Dampak Dan Pencegahan. *Jurnal Generasi Tarbiyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 163–169.
- Thohiroh, N. S. (2024). Hambatan Psikologi Digital Dalam Pendidikan di Sekolah Dasar. *Jurnal Bina Ilmu Cemdekia*, 21–29.
- Vita, D., & Yusron, M. (2024). Pengaruh Bimbingan Belajar, Regulasi Emosi, Dan Metode Pemberian Tugas Terhadap Kejemuhan Belajar Siswa di SMA Khairunnas Gunung Anyar Surabaya. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(2), 3717–3729.
- Wardana, R. A. D. S. W. D. (2022). Implementasi Program Literasi Membaca 15 Menit Sebelum Belajar Sebagai Upaya Dalam Meningkatkan Minat Membaca. *Jurnal Perseda*, V(2), 130–137.
- Yousriatin, I. F. F. (2024). Hubungan Kejemuhan Belajar (Learning Burn Out) Dengan Prodromal Early Psychosis Pada Remaja Kota Pontianak. *Khatulistiwa Nursing Journal (KNJ)*, 5(2), 74–82. <https://doi.org/10.53399/knj.v4i0.paperID>
- Yuliati, I., & Atikah, C. (2025). Landasan Psikologi Pendidikan Dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 06(09), 4446–4452.
- Zakarneh, D. S. D. H. E. M. H. W. N. (2025). Peran Media Pembelajaran dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Kalam Cendekia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 13(2).