

**LAPORAN PENELITIAN  
PROGRAM MAGISTER FIP UNY TAHUN 2021**



Judul:

**REVIU NARATIF: IDENTIFIKASI INDIKATOR PROFIL  
KEKUATAN DIRI SISWA (*STUDENTS' STRENGTHS PROFILE*)  
PADA ALAT UKUR PSIKOLOGIS REMAJA**

Oleh :

Dr. Farida Harahap, S.Psi.,M.Si./NIP. 19690909 199802 2 001

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2021

## **IDENTITAS PENELITIAN**

1. Judul Penelitian : REVIU NARATIF: IDENTIFIKASI INDIKATOR PROFIL KEKUATAN DIRI SISWA (STUDENTS' STRENGTHS PROFILE) PADA ALAT UKUR PSIKOLOGIS REMAJA
2. Peneliti : Dr. Farida Harahap, M.Si
3. Objek Penelitian : Siswa SMA
4. Masa Penelitian : 6 Juli – 31 Oktober 2021
5. Lokasi Penelitian : Yogyakarta
6. Luaran yang ditargetkan : 1. Artikel dan nama jurnal yang dituju  
2. Konstruksi Alat Ukur Profil Kekuatan Diri Siswa Sekolah Menengah
7. Anggaran : Rp. 20.000.000,00

## **REVIU NARATIF : IDENTIFIKASI INDIKATOR PROFIL KEKUATAN DIRI SISWA (*STUDENTS STRENGTHS PROFILE*) PADA ALAT UKUR PSIKOLOGIS REMAJA**

### **Abstrak**

Selama ini, asesmen siswa cenderung mengidentifikasi profil siswa secara klinis. Kesadaran terhadap perlunya alat ukur yang berbasis *strengths* atau kekuatan diri sudah muncul pada dekade ini termasuk dalam hal perkembangan dan pendidikan remaja. Asesmen mengenai *students strengths* belum banyak diteliti. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi profil *strengths* siswa dari berbagai alat ukur remaja yang sudah ada. Pendekatan penelitian adalah kajian literatur dengan metode reviu naratif. Bahan yang dikaji adalah alat ukur remaja dalam 10 tahun terakhir atau yang dianggap penting untuk dianalisis. Hasil penelitian ini mendapat gambaran 2 konstruksi kekuatan diri siswa dari 2 bidang yaitu: dari bidang karakter dan perkembangan sosial dan emosional.

**Kata kunci** : *Students Strengths Profile*, asesmen, psikologi positif

## **NARRATIVE REVIEW: IDENTIFICATION OF STUDENTS STRENGTHS PROFILE INDICATORS ON ADOLESCENT PSYCHOLOGICAL MEASUREMENTS**

### **Abstract**

So far, student assessments tend to identify student profiles clinically. Awareness of the need for a measuring tool based on strengths or self-strength has emerged in this decade, including in terms of adolescent development and education. Assessment of student strengths has not been widely studied. This study aims to identify the student's strengths profile from various existing youth measuring tools. The research approach is a literature review with a narrative review method. The material studied is a measuring tool for adolescents in the last 10 years or is considered important for analysis. The results of this study get an overview of students' self-strength construction from 2 fields, namely: from the field of character and social and emotional development.

**Keywords:** *Students Strengths Profile, assessment, positive psychology*

## **BAB I : PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Para pakar psikologi Positif mengkritisi bahwa selama ini alat ukur psikologi umumnya mengidentifikasi apa yang disebut: “*what’s wrong with you ?*” Sebagai alternatif mereka menyarankan bahwa para psikolog perlu menyelidiki pertanyaan yang lebih positif yaitu, “*what’s your strengths ?*” (Epstein, 2004). Penilaian psikologis baik secara formal dan informal, objektif dan subjektif, atau normatif dan ipsatif dianggap sudah terlalu lama meninggalkan aspek aspek positif individual. Epstein (2004) menyatakan kata kunci dengan psikopatologi pada jurnal dalam periode 2000 - 2012, menghasilkan 24.129 artikel sedangkan kata kunci strengths hanya 3.330 artikel. Artinya riset yang ada lebih banyak mengeksplorasi kelemahan daripada kekuatan.

Hasil studi menunjukkan bahwa kekuatan karakter berhubungan positif dengan kinerja akademik perguruan tinggi berdasarkan *self report* mahasiswa (Lounsbury, Fisher, Levy, & Welsh, 2009). Penggunaan *signature strengths* bersama dengan penetapan tujuan pribadi yang bermakna menyebabkan peningkatan keterlibatan dan harapan mahasiswa (Madden, Green, & Hibah, 2011). Namun demikian, alat ukur mengenai *strengths* masih terbatas dan sasaran yang dituju juga belum beragam sehingga masih perlu lebih banyak penelitian lagi mengenai berbagai asesmen untuk mengeksplorasi berbagai *strengths* siswa dalam dunia pendidikan

Penelitian ini bersifat multiyears untuk mengembangkan alat ukur Profil Strengths Siswa Menengah di mana kegiatan penelitian tahun pertama adalah melakukan identifikasi *strengths* pada berbagai alat ukur remaja yang sudah ada melalui metode reviu naratif. Reviu difokuskan pada: (1) indikator indikator *strengths* (2) profil *strengths* siswa berdasarkan aspek perkembangan siswa dan aspek akademis yang bersifat non kognitif.

### **B . Perumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahannya sebagai berikut: apa saja indikator indikator profil *strengths* berdasarkan aspek perkembangan siswa dan aspek akademis yang bersifat non kognitif yang terdapat pada alat alat ukur psikologis remaja ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah: mengidentifikasi indikator indikator profil *strengths* berdasarkan aspek perkembangan siswa dan aspek akademis yang bersifat non kognitif yang terdapat pada alat alat ukur psikologis remaja

#### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, yakni:

- a. Manfaat Teoritis, memberikan sumbangan teoritik yaitu dapat mengetahui indikator indikator profil *strengths* berdasarkan aspek perkembangan siswa dan aspek akademis yang bersifat non kognitif yang terdapat pada alat ukur psikologis remaja
- b. Manfaat Praktis, mendapatkan informasi dasar untuk dijadikan konstruksi alat asesmen siswa menengah berdasarkan indikator indikator profil *strengths* berdasarkan aspek perkembangan siswa dan aspek akademis yang bersifat non kognitif yang terdapat pada alat ukur psikologis remaja

## **BAB II : KAJIAN LITERATUR**

### **A. *Strength-Based Assessment***

Penilaian berbasis kekuatan (*Strengths-based assessment* atau SBA), menurut Epstein (2004), adalah pengukuran keterampilan emosional dan perilaku, kompetensi, dan karakteristik yang menumbuhkan rasa pencapaian pribadi, berkontribusi pada hubungan yang mendukung dan memuaskan dengan anggota keluarga, teman sebaya, dan orang dewasa, meningkatkan kemampuan seseorang untuk mengatasi tantangan dan stres, dan mempromosikan pengembangan pribadi, sosial, dan akademik seseorang. Kekuatan (*strengths*) telah didefinisikan dalam beberapa cara, seperti sifat positif yang tercermin dalam pikiran, perasaan, dan perilaku (Linley & Harrington, 2006). Penilaian berbasis kekuatan atau SBA menjadi salah satu gerakan utama dari psikologi positif kontemporer, tetapi hal ini sebenarnya sudah menjadi bagian dari tradisi psikologi humanistik (Friedman dan MacDonal 2006). Psikolog sekolah dan pekerja sosial juga telah lama menekankan penilaian dan bekerja berbasis *strengths* (Rhee et al. 2001; Laursen 2003; Rapp 1997).

Studi mengenai kekuatan karakter telah meningkat secara dramatis karena dirasakan bermanfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan individu. Beberapa studi telah menunjukkan bahwa kekuatan karakter berhubungan positif dengan kinerja akademik perguruan tinggi berdasarkan *self report* siswa (Lounsbury, Fisher, Levy, & Welsh, 2009). Penggunaan *signature strengths* bersama dengan penetapan tujuan pribadi yang bermakna menyebabkan peningkatan keterlibatan dan harapan siswa (Madden, Green, & Hibah, 2011). Namun demikian masih perlu lebih banyak penelitian lagi untuk mengeksplorasi berbagai *strengths* siswa dalam dunia pendidikan.

## **B. *Students' Strength Profile***

Secara tradisional, asesmen terhadap profil remaja masih berorientasi defisit tradisional yaitu didasarkan pada asumsi bahwa kelemahan (*weaknesses*) jika diatasi akan membuat anak-anak dan remaja bahagia. Corey Keyes (2009) menentang asumsi ini dan mengemukakan bahwa dengan meniadakan atau menolak gangguan atau gejala psikologis secara klinis tidak berarti orang menjadi sehat mental. Menurut Keyes (2004), kesehatan mental merupakan sesuatu yang berkembang sepanjang hayat dan bukan sebagai sesuatu yang stagnan atau mendekam selamanya pada kehidupan seseorang

Riset Wood dan Joseph (2010) menunjukkan bahwa setelah mengendalikan karakteristik negatif, individu yang memiliki skor rendah pada karakteristik positif masih memiliki risiko dua kali lipat terkena depresi dibandingkan dengan individu yang memiliki skor tinggi pada karakteristik positif. Demikian pula, bahkan setelah mengendalikan neurotisisme, hubungan prospektif antara depresi dan rasa syukur tetap signifikan (Wood et al. 2008). Artinya, sifat positif juga dapat bertindak sebagai penyangga (*buffer*) antara peristiwa kehidupan negatif dan psikopatologi

Asesmen remaja, terutama yang formal, dilakukan untuk membuat keputusan penting yaitu untuk *screening*, diagnosis, penempatan anak-anak dan remaja dalam program khusus, dan penyediaan akomodasi dan modifikasi. Artinya asesmen menjadi dasar bagi keputusan penting sehingga identifikasi *strengths* harusnya menjadi pertimbangan yang sama kuatnya dengan identifikasi *weaknes* atau kelemahan (Poston dan Hanson 2010).

Sejumlah skala penilaian, inventaris, dan wawancara telah dikembangkan untuk menilai emosi positif, kekuatan, makna, dan sejumlah konstruksi terkait *strengths* pada remaja. Alat asesmen psikologi positif terlengkap untuk anak dan remaja hingga saat ini adalah VIA Inventory of Strengths for Youth (VIA Youth Survey). Survei ini menggunakan 198 item untuk mengukur 24 kekuatan karakter dan memberikan umpan balik kepada anak-anak antara 10 dan 17 tahun. VIA Inventory sudah banyak digunakan dan tersedia gratis secara online. Hasil asesmen juga sudah banyak digunakan untuk peningkatan kekuatan diri remaja.

Di Indonesia, sejauh ini belum ada alat ukur mengenai profil *strengths* remaja terutama untuk digunakan di sekolah. Artinya, pekerjaan rumah bagi para peneliti di Indonesia untuk mengeksplorasi berbagai asesmen untuk meningkatkan kesejahteraan bagi siswa remaja di sekolah.

## **BAB II I : METODE PENELITIAN**

### **a. Metode Review**

Model review yang dipilih adalah narrative review. Metode narrative review bertujuan untuk mengidentifikasi dan merangkum artikel yang telah diterbitkan sebelumnya, menghindari duplikasi penelitian, dan mencari bidang studi baru yang belum diteliti (Ferrari, 2015).

### **b. Alur Penelitian**

Alur penelitian yang dilakukan pada penulisan skripsi untuk model narrative review ialah berawal dari penentuan topik, penelusuran literatur berdasarkan database artikel terkait, seleksi literatur, pengolahan data dan kesimpulan.

### **c. Penelusuran Literatur**

Penelitian ditelusuri melalui Semantic Scholar, Research Gates, Ebsco, Proquest dan Science Direct. Tidak ada batasan untuk periode waktu tinjauan yang ditetapkan. Judul dan abstrak semua jurnal diperiksa dengan seksama. Jika sudah yakin dengan judul dan abstraknya maka jurnal lengkap diunduh. Penelusuran elektronik dilengkapi dengan memeriksa daftar referensi dari semua penelitian yang diperoleh

### **d. Seleksi Literatur**

Pada seleksi literatur/jurnal harus ditentukan inklusi dan eksklusinya karena dapat membantu memfokuskan pada relevansi penelitian dengan topik. Kriteria inklusi dapat ditentukan oleh kesesuaian dengan tujuan penelitian, sedangkan kriteria eksklusi dapat diidentifikasi dengan tidak sesuai tujuan penelitian.

### **e. Tahapan Pengolahan Data**

Pada tahapan pengolahan data, artikel yang telah dikumpulkan dipilah berdasarkan bidang kekuatan profil siswa yaitu : karakter, perkembangan dan bidang akademik.

### **f. Abstraksi Literatur**

Abstraksi adalah penyajian isi dokumen secara singkat dan tepat, tanpa menambahkan tafsiran atau kritik dan tanpa membedakan siapa penulis abstrak tersebut (Tambunan & Muhartoyo, 1993).

### **g. Tahapan Penarikan Kesimpulan**

Kesimpulan bertujuan untuk mencari arti dan makna penting dari data yang diperoleh. Kesimpulan disusun dengan pernyataan singkat dan mudah dipahami. Kesimpulan mengacu terhadap jawaban dari pertanyaan penelitian.



## **Bab IV : HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan penelusuran alat ukur, diketahui ada 3 bidang penting untuk menggambarkan profil karakter siswa yaitu: kekuatan karakter (*character strengths*), social emotional learning (SEL) dan profil akademik.

### **A. Kekuatan Karakter (*Character Strengths*)**

Kekuatan (*strengths*) dapat didefinisikan sebagai sesuatu yang membantu seseorang untuk mengatasi kehidupan atau yang membuat hidup lebih memuaskan bagi diri sendiri dan orang lain. Kekuatan bukanlah ciri kepribadian (*trait*) yang tetap; sebaliknya, mereka berkembang dari proses yang dinamis dan kontekstual yang berakar dalam dalam budaya seseorang. Kekuatan kita adalah lensa yang kita gunakan untuk memproses informasi, untuk memahami orang lain, untuk memaknai pengalaman, untuk mengakomodasi atau membuat perubahan dalam hidup kita, dan untuk berkomunikasi dengan orang lain.

Kekuatan terdiri dari bakat, pengetahuan, dan keterampilan. Menurut Buckingham dan Clifton (2011) bakat secara alami merupakan pola pikiran, perasaan, atau perilaku yang berulang. Sebaliknya, pengetahuan terdiri dari fakta dan pelajaran yang dipelajari. Keterampilan adalah langkah-langkah dari suatu kegiatan. Penelitian yang dilakukan oleh Gallup telah menghasilkan penemuan penting. Orang-orang yang fokus pada kelemahan mereka dan memperbaikinya hanya untuk mencapai kinerja rata-rata yang terbaik. sebaliknya, mereka lebih diuntungkan dan mampu mencapai tingkat keunggulan yang lebih tinggi jika mereka menggunakan upaya yang sebanding untuk membangun bakat dan kekuatan mereka.

Konsep kekuatan berbeda dari keterampilan akademik. Konsep kekuatan didasarkan pada apa yang paling baik dilakukan seseorang secara alami. Sebaliknya, ukuran kemampuan tradisional, seperti iq dan bakat akademik, berurusan dengan sejumlah keterampilan, biasanya matematika, bahasa inggris, atau sains. Kekuatan mencerminkan pola pikiran, perasaan, dan perilaku dominan yang Anda gunakan untuk mencapai tujuan yang Anda tetapkan. Keterampilan akademik mungkin tidak mencerminkan pola pikiran atau perasaan dominan seseorang. Karena seorang siswa berprestasi dalam mata pelajaran akademik tidak berarti bahwa bidang akademik merupakan kekuatan baginya. Seorang siswa bisa saja mengerjakan ujian matematika dengan baik di kelas, tetapi sama sekali tidak dapat mempertimbangkan matematika sebagai bidang kekuatannya.

Kerenggangan kekuatan (*Strengths Estrangement*) dapat didefinisikan sebagai kurangnya kesadaran akan bakat dan kekuatan seseorang; jika kesadaran seperti itu ada, kurangnya arah (atau floundering) dalam menggunakan kekuatan seseorang untuk mencapai tujuan yang diinginkan atau untuk membawa kebahagiaan. Hal ini juga didefinisikan sebagai keterasingan individu dari bakat alaminya sehingga gangguan ikatan antara bakat dan individu terjadi. Salah satu tujuan konseling adalah untuk membantu individu menemukan sumber kekuatan keterasingan dan untuk membantu mereka mengembalikannya ke tempat yang diinginkan dalam hidup mereka untuk menangani masalah kehidupan sehari-hari secara efektif.

### Character Growth Measure

MS © 2012 Student Development Initiatives

How do you see your character right now? Don't be cocky, but don't be too hard on yourself, either! When you are good at something, it's OK to admit that here. No one is perfect so just answer honestly. That way you can see how much you have matured the next time you take this survey.

Using the 1–5 scale below, write the number that best represents your agreement with each statement. 5. Strongly agree 4. Agree 3. Mixed or neither agree nor disagree 2. Disagree 1. Strongly disagree

No	Aspek	item
1	<b>Integrity:</b>	
	Honest = 1, 19, 37	1. I'm NOT a liar or a cheater. 19. When I make a promise, I keep it. 37. I tell the truth even when it will get me in trouble.
	Humble = 2, 20, 38	2. When I do something wrong and hurt someone, I'm humble enough to apologize. 20. I DON'T act like I'm better than others or should get special favors. 38. I DON'T have to brag or tell everyone when I do something good.
2	<b>Social Intelligence</b>	
	Love = 11, 29, 47	11. I am close to my friends and some family members and care deeply for them. 29. I'm warm and caring, never cold and distant from others. 47. When I find a friend I enjoy and can trust, we become close.
	Kindness = 3, 21, 39	3. I enjoy being helpful and doing nice things for others. 21. When I see someone upset or hurting, I want to do something to help them.

		39. When someone is really in need and I can help them, I do.
	Forgiveness = 4, 22, 40	4. I'm NOT a bitter or unforgiving person. 22. It may take me a while, but in time I will forgive someone who hurts me. 40. When someone hurts me, I DON'T get bitter or hate them for it
	Respect = 12, 30, 48	12. I am respectful and fair in the way I treat others. 30. I am tolerant of those who are different than me. 48. In games or competitions, I am fair, respectful to opponents, and a good sport.
	Cooperation = 13, 31, 49	13. I am cooperative and work well with others. 31. When involved with a group or team, I help the others and also do my part. 49. I am loyal to those who know me well and are close to me.
3	<b>Discipline/Grit:</b>	
	Courageous = 5, 23, 41	5. I stand up for people if others are being mean to them. 23. It takes a lot to scare me or make me fearful or afraid. 41. When others are doing the wrong thing, I WON'T go along with them.
	Persevering = 6, 24, 42	6. Even when it gets hard, I stick with an important task and get it done. 24. I follow through with my plans until the task is finished. 42. I'm NOT a quitter and I don't give up easily.
	Self-Controlled = 7, 25, 43	7. I am responsible, consistent, and my friends and family know they can depend on me. 25. I can wait for what I want and not demand to get it right away. 43. I DON'T interrupt but listen until others finish what they are saying.
	Responsible = 8, 26, 44	8. I can resist temptation to do the wrong thing, even if it would be fun. 26. I come to class prepared and ready to work 44. I listen to directions, remember them or write them down, and follow them.
4	<b>Insight:</b>	
	Wise = 9, 27, 45	9. I have good judgment and know what is the best thing to do. 27. I am wise, can figure out the right thing to do, and make good decisions. 45. I can tell quickly whom I can trust and whom I should watch out for.
	Creative = 10, 28, 46	10. I am creative and have a good imagination. 28. I am resourceful and enjoy finding new ways of doing things. 46. I enjoy finding ways to solve problems.

5	<b>Transcendence and Meaning:</b>	
	Spiritual = 14, 32, 50	14. I live by the belief that life has a deeper meaning and greater purpose than just having fun. 32. I am a spiritual person with a strong sense of my connection to God and/or humanity. 50. Prayer, meditation, or reflection is important to me.
	Grateful = 15, 33, 51	15. When someone helps me, I am grateful and let them know. 33. When someone helps me, I tell them “Thank You” or write them a note. 51. I often think of all the good things in my life and appreciate what I have.
	Hopeful = 16, 34, 52	16. I am positive and upbeat person, believing challenges just make me stronger. 34. I DON'T get discouraged but stay positive and optimistic. 52. I'm NOT a pessimist or a negative person but look on the bright side.
	Joyful = 17, 35, 53	17. I am passionate about life and have joy, even in hard times. 35. I enjoy my life and my smile is genuine. 53. I can deal with negative people because my joy doesn't come from them but from within.
	Peaceful = 18, 36, 54	18. When life gets crazy, I DON'T get upset and tense about it. 36. I am relaxed and calm even when I'm busy. 54. When something bad happens, I can calm myself down and work through it.

### Strengths Use Scale

The German language translation (Fragebogen zur Anwendung von Stärken; FAS) of the English original version (Govindji and Linley, 2007) was used to measure strengths use, giving the original instruction: ‘The following 14 questions ask you about your strengths, that is, the things that you are able to do well or do best. Respond using a 1 (strongly disagree) to 7 (strongly agree) scale.’ The scale consisting of 14 items (e.g., ‘I am able to use my strengths in lots of different ways’ or ‘Using my strengths comes naturally to me’) originally reported an excellent internal consistency and has been replicated in this sample with Cronbach’s  $\alpha$  0.95 (a copy of the German language version can be found in the electronic Supplementary Material).

Items (1 ‘strongly disagree’ → 7 ‘strongly agree’)

- 1) I am regularly able to do what I do best.
- 2) I always play to my strengths
- 3) I always try to use my strengths.

- 4) I achieve what I want by using my strengths.
- 5) I use my strengths every day.
- 6) I use my strengths to get what I want out of life.
- 7) My work gives me lots of opportunities to use my strengths.
- 8) My life presents me with lots of different ways to use my strengths.
- 9) Using my strengths comes naturally to me.
- 10) I find it easy to use my strengths in the things I do.
- 11) I am able to use my strengths in lots of different situations.
- 12) Most of my time is spent doing the things that I am good at doing.
- 13) Using my strengths is something I am familiar with.
- 14) I am able to use my strengths in lots of different ways

## **B. Pembelajaran Sosial Emosional (Social Emotional Learning atau SEL)**

Karakter adalah "gabungan karakteristik psikologis yang memengaruhi kapasitas dan kecenderungan anak untuk menjadi ... bertanggung jawab secara sosial dan pribadi, etis, dan mengelola diri sendiri" (Berkowitz & Bier, 2005). Pendidikan karakter adalah "setiap pendekatan yang disengaja" untuk mengajarkan "anak-anak tentang nilai-nilai dasar kemanusiaan, termasuk kejujuran, kebaikan, kemurahan hati, keberanian, kebebasan, kesetaraan, dan rasa hormat" dengan tujuan membesarkan "anak-anak menjadi warganegara yang bertanggung jawab secara moral, disiplin diri. Pendidikan karakter adalah ide yang populer, tetapi keberhasilan akhirnya tergantung pada pelaksanaan evaluasi keefektifannya dan penggunaan strategi yang telah teruji dan terbukti efektif dalam mencapai tujuan pendidikan karakter (Leming, 1993).

Ada dua konsep karakter terkait yaitu: karakter etis dan karakter kinerja (Elias, Kranzler, Parker, Kash, & Weissberg, 2014). Individu dapat memiliki rasa moralitas (karakter etis) yang sangat berkembang, tetapi tidak dapat menjalankan keyakinan mereka (karakter kinerja). Atau sebaliknya individu dapat menjadi orang yang terampil (karakter kinerja), mengatur dan memanipulasi diri mereka sendiri dan lingkungan sosial mereka, tetapi aktivitas mereka mungkin tidak dikendalikan oleh kompas moral yang jelas (karakter etis, Kemitraan Pendidikan Karakter, 2008).

Praktik Pendidikan Karakter secara historis menekankan pengembangan karakter etis sementara bidang Pembelajaran Emosional Sosial (SEL), secara historis menekankan pengembangan apa yang dapat dianggap sebagai karakter kinerja. SEL bertujuan untuk membantu siswa "mengelola keadaan emosi mereka sendiri dengan lebih baik dan interaksi mereka dengan orang lain" (Elias et al., 2014). Pembelajaran SEL ini disebut sebagai proses pembelajaran yang efektif untuk diberikan sejak awal hingga anak masuk sekolah menengah atas.

Menurut CASEL, ada 5 (lima) kompetensi kunci pengembangan utama dalam aspek Social Emotional Learning, yakni:

**1) Kesadaran Diri atau Self Awareness.**

Kompetensi ini mencakup beberapa kemampuan untuk dapat mengenali secara akurat mengenai emosi, pikiran, dan nilai seseorang serta bagaimana mereka memengaruhi perilaku. Kemampuan ini juga secara akurat menilai kekuatan dan keterbatasan seseorang, dengan rasa percaya diri yang kuat, optimisme, dan "berkembangnya mindset". Kompetensi ini terdiri dari identifikasi emosi, akurasi persepsi tentang diri, mengenali kompetensi diri, kepercayaan diri, dan efikasi diri.

**2) Manajemen Diri atau Self Management.**

Kompetensi ini mencakup beberapa kemampuan untuk berhasil mengatur emosi, pikiran, dan perilaku seseorang dalam berbagai situasi, mengelola stres secara efektif, mengendalikan impuls, dan memotivasi diri sendiri. Kompetensi ini terdiri dari Kontrol impuls, Manajemen stress, Disiplin diri, Motivasi diri, Penetapan tujuan, dan Kemampuan berorganisasi.

**3) Kesadaran Sosial atau Social Awareness.**

Kompetensi ini mencakup kemampuan untuk mengambil perspektif dan berempati dengan orang lain, termasuk orang-orang dari berbagai latar belakang dan budaya. Kemampuan untuk memahami norma-norma sosial dan etika untuk perilaku dan untuk mengenali sumber daya dan dukungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Kompetensi ini terdiri dari pengambilan perspektif, empati, menghargai perbedaan, dan menghormati orang lain.

**4) Kemampuan Berelasi atau Relationship skill.**

Kompetensi ini mencakup kemampuan untuk dapat membangun dan memelihara hubungan yang sehat dan bermanfaat dengan beragam individu dan kelompok disekelilingnya. Kemampuan untuk berkomunikasi dengan jelas, mendengarkan dengan baik, bekerja sama dengan orang lain,

melawan tekanan sosial yang tidak pantas, menegosiasikan konflik secara konstruktif, serta mencari dan menawarkan bantuan ketika dibutuhkan. Kompetensi ini terdiri dari Komunikasi, Keterlibatan sosial, Membangun hubungan, dan Kerja tim.

**5) Pembuatan Keputusan yang Bertanggungjawab atau Responsible Decision making.**

Kompetensi ini mencakup kemampuan untuk membuat pilihan konstruktif tentang perilaku pribadi dan interaksi sosial berdasarkan standar etika, masalah keselamatan, dan norma sosial. Evaluasi realistis dari konsekuensi berbagai tindakan, dan pertimbangan kesejahteraan diri sendiri dan orang lain. Kompetensi ini terdiri dari identifikasi masalah, menganalisis situasi, menyelesaikan masalah, mengevaluasi, merefleksikan, dan tanggung jawab etis.

Jadi, kompetensi-kompetensi tersebut penting untuk dikembangkan sejak usia dini guna membangun keterampilan sosial pada diri anak dan harus dimiliki oleh seseorang dalam pembelajaran Social Emotional Learning.

**Alat ukur Social Emotional Competence Questionnaire (SECQ)**

Sumber : Zhou, M., & Ee, J. (2012). Development and validation of the social emotional competence questionnaire (SECQ).

Construct	Items
<b>Self-awareness</b>	[SA1] I know what I am thinking and doing. [SA2] I understand why I do what I do. [SA3] I understand my moods and feelings. [SA4] I know when I am moody. [SA5] I can read people’s faces when they are angry.
<b>Social Awareness</b>	[SoA1] I recognise how people feel by looking at their facial expressions. [SoA2] It is easy for me to understand why people feel the way they do. [SoA3] If someone is sad, angry or happy, I believe I know what they are thinking. [SoA4] I understand why people react the way they do. [SoA5] If a friend is upset, I have a pretty good idea why.
<b>Self-management</b>	[SM1] I can stay calm in stressful situations. [SM2] I stay calm and overcome anxiety in new or changing situations. [SM3] I stay calm when things go wrong. [SM4] I can control the way I feel when something bad happens. [SM5] When I am upset with someone, I will wait till I have calmed down before discussing the issue.

<b>Relationship Management</b>	<p>[RM1] I will always apologise when I hurt my friend unintentionally.</p> <p>[RM2] I always try and comfort my friends when they are sad. [RM3] I try not to criticise my friend when we quarrel.</p> <p>[RM4] I am tolerant of my friend's mistakes.</p> <p>[RM5] I stand up for myself without putting others down.</p>
<b>Responsible Decision-Making</b>	<p>[RDM1] When making decisions, I take into account the consequences of my actions.</p> <p>[RDM2] I ensure that there are more positive outcomes when making a choice. [RDM3] I weigh the strengths of the situation before deciding on my action.</p> <p>[RDM4] I consider the criteria chosen before making a recommendation.</p> <p>[RDM5] I consider the strengths and weaknesses of the strategy before deciding to use it.</p>

### Self-Assessment Cards for Students Age 13-14

#### Learning to Be Myself: Self-Awareness and Self-Management Skills

- 1) I understand which feelings help me to learn and which ones distract me from learning
- 2) I can manage stress and finish tasks even when it's difficult
- 3) I can identify my main strengths and obstacles that influence my success in life.
- 4) I know who could help me if I need help (people around me, services)
- 5) I have a short term goal and know how to reach it
- 6) I can explain what helps me achieve my goals

#### Learning to Be with Others: Social Awareness and Relationship Skills

- 7) I can understand how others may feel in different situations.
- 8) I am able to cooperate with others and work together in a team to achieve group success.
- 9) I can explain how to manage conflicts in the group.
- 10) I understand what negative peer pressure is and I know how to resist it.



### **Learning to Be Responsible – Responsible Decision Making**

- 11) I understand how honesty, respect, fairness and compassion can help people make better decisions.
- 12) I can explain why school and society rules are important.
- 13) I know how decision-making skills can improve my academic success
- 14) I know different ways to refuse to take part in unsafe or unethical activities.
- 15) I know how I can actively contribute to making positive changes in my school.
- 16) I understand how I can make positive influence in my community outside the school.

## **Bab V : KESIMPULAN DAN SARAN**

### **a. Kesimpulan**

Ada dua konsep karakter terkait yaitu: karakter etis dan karakter kinerja. Alat ukur untuk karakter etis adalah alat ukur *strengths* untuk remaja. Alat ukur untuk karakter kinerja adalah SEL atau pembelajaran sosial emosional.

### **b. Saran**

Penilaian psikoedukasi berkontribusi pada perasaan yang dimiliki anak-anak tentang diri mereka sendiri, perasaan yang dimiliki orang tua terhadap anak-anak mereka, dan bagaimana guru dapat membantu. Orang

tua akan berkecil hati dengan laporan yang menggambarkan anak-anak mereka secara negatif, dan beberapa guru merasa bahwa laporan yang menggambarkan anak bermasalah sama sekali tidak berisi rekomendasi yang cukup tentang bagaimana membantu siswa mereka menjadi lebih baik. Untuk itu pengembangan asesmen berbasis pendekatan psikologi positif perlu ditingkatkan.

## **Referensi**

Raifatul Maulah "Pentingnya Pembelajaran Social Emotional Learning (SEL) untuk Anak Usia Dini", <https://www.kompasiana.com/raifatulmaulah/5e79a1d853807b74c86445f2/pentingnya-pembelajaran-social-emotional-learning-sel-untuk-anak-usia-dini>

## Jadwal Penelitian

Penelitian ini bersifat multiyears yang akan dilaksanakan selama dua tahunm yaitu:

**Tahun 1** : Identifikasi Profil Strengths Siswa Menengah sehingga dapat dikonstruksi alat ukur Profil Strengths Siswa Menengah

**Tahun 2** : Validasi Alat ukur Profil Strengths Siswa Menengah

Adapun jadwa penelitian tahun pertama adalah sebagai berikut:

Kegiatan	Bln1: Juli	Bln2: Agustus	Bln3: Sept	Bln3: Okt	Bln3: Nov
1. Pencarian jurnal	X				
2. Abstraksi		X			
3. FGD terkait sistimatika		X			
4. Hasil dan pembahasan			X		
5. Laporan				X	
6. Membuat artikel dan submit					X

## Referensi