

## **Implementasi Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) Menggunakan Pendekatan Game Based Learning Melalui Media Gambar Bebas di SDN 3 Tanjung Lago**

**Rina Oktaviana<sup>1</sup>, Nur Akni Firlia<sup>2</sup>**

*<sup>1,2</sup> Prodi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Nur Akni Firlia

**E-mail:** [nurakni0314@gmail.com](mailto:nurakni0314@gmail.com)

### **Abstrak**

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pembelajaran sosial emosional melalui game based learning dibantu dengan media gambar bebas pada anak SDN 3 Tanjung Lago. Metode yang digunakan yaitu menggunakan pendekatan Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) yang dipadukan dengan media gambar bebas dan Game-Based Learning (GBL). Metode ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar dan mampu memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan emosi secara alami. Hasil Pengabdian Masyarakat diperoleh terjadi peningkatan pada aspek interaksi sosial, komunikasi, kerja sama, dan rasa percaya diri siswa. Siswa menunjukkan keberanian yang lebih tinggi dalam menyampaikan pendapat, menceritakan hasil gambar yang dibuat, serta berinteraksi dengan teman sebaya secara lebih aktif. Temuan ini menunjukkan bahwa integrasi pendekatan SEL, GBL, dan media gambar bebas efektif dalam mendukung perkembangan sosial emosional siswa sekolah dasar.

**Kata kunci** - Game-Based Learning, Sosial Emosional, SDN 3 Tanjung Lago

### **Abstract**

This community service program aimed to provide social emotional learning through a game-based learning approach supported by free drawing media for students at SDN 3 Tanjung Lago. The method employed was the Social Emotional Learning (SEL) approach integrated with free drawing media and Game-Based Learning (GBL). This approach was selected as it aligns with the developmental characteristics of elementary school children and provides opportunities for students to express their emotions naturally. The results of the community service program indicated improvements in students' social interaction, communication, collaboration, and self-confidence. Students demonstrated greater confidence in expressing their opinions, describing their drawings, and interacting more actively with their peers. These findings suggest that the integration of SEL, GBL, and free drawing media is effective in supporting the social and emotional development of elementary school students.

**Keywords** - Game-Based Learning, Social Emotional Learning, SDN 3 Tanjung Lago

## PENDAHULUAN

Perkembangan sosial dan emosional anak usia sekolah dasar merupakan aspek fundamental yang memengaruhi kesiapan belajar, kemampuan berinteraksi, serta keberhasilan akademik siswa. Pada usia 7–10 tahun, anak berada pada tahap perkembangan operasional konkret yang ditandai dengan meningkatnya kemampuan memahami aturan sosial, mengekspresikan pendapat, serta mengelola emosi dalam interaksi sehari-hari. Oleh karena itu, penguatan aspek sosial emosional perlu diintegrasikan secara sistematis dalam proses pembelajaran di sekolah dasar.

Emosi memiliki peran penting dalam membentuk cara anak berpikir, bersikap, dan berperilaku. Anak yang mampu mengenali dan mengekspresikan emosi secara tepat cenderung lebih percaya diri, mudah beradaptasi, serta memiliki motivasi belajar yang lebih baik. Sebaliknya, keterbatasan dalam mengekspresikan emosi sering berdampak pada sikap pasif, rendahnya keberanian berkomunikasi, dan kurang optimalnya interaksi sosial di kelas (Nurjannatul, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa pengembangan kecerdasan emosional perlu mendapat perhatian khusus dalam pendidikan dasar.

Salah satu bentuk ekspresi emosi anak adalah melalui media visual. Gambar bebas memungkinkan anak menyalurkan perasaan, pengalaman, dan imajinasi secara spontan tanpa tekanan penilaian. Lowenfeld dan Brittain (dalam Amri, 2017) menyatakan bahwa gambar merupakan bahasa visual alami anak yang berfungsi sebagai sarana ekspresi emosi yang sulit disampaikan secara verbal. Selain itu, aktivitas menggambar selaras dengan tahap perkembangan kognitif anak yang masih bergantung pada pengalaman konkret dan simbol visual (Piaget).

Media gambar bebas juga berperan sebagai alat mediasi dalam mengembangkan kemampuan berpikir dan berbahasa melalui interaksi sosial. Vygotsky (dalam Kusumawati, 2016) menekankan bahwa proses menceritakan dan mendiskusikan hasil gambar dapat membantu anak merefleksikan emosi serta mengungkapkannya secara lebih terarah. Dengan demikian, media gambar bebas tidak hanya mendukung ekspresi emosi, tetapi juga memperkuat perkembangan sosial anak.

Pendekatan yang relevan untuk mengintegrasikan pengembangan sosial emosional dalam pembelajaran adalah Social Emotional Learning (SEL). SEL dirancang untuk membantu siswa mengembangkan kesadaran diri, pengelolaan emosi, empati, keterampilan sosial, serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Agar implementasi SEL lebih menarik dan melibatkan siswa secara aktif, pendekatan ini dapat dipadukan dengan Game-Based Learning (GBL), yang terbukti mampu meningkatkan motivasi, keterlibatan emosional, dan partisipasi aktif siswa (Setiyawati, 2019).

Hasil observasi awal di SDN 3 Tanjung Lago menunjukkan bahwa pembelajaran masih lebih berfokus pada aspek akademik, sementara kesempatan siswa untuk mengekspresikan emosi dan berinteraksi sosial secara aktif masih terbatas. Pendekatan berbasis permainan dan media visual belum diterapkan secara sistematis dalam pembelajaran sosial emosional. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerapan Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) menggunakan pendekatan Game-Based Learning (GBL) melalui media gambar bebas dalam mendukung perkembangan sosial emosional siswa sekolah dasar.

## METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian Masyarakat ini yaitu metode *Game-Based Learning*. Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan Pembelajaran Sosial Emosional (SEL) yang dipadukan dengan media gambar bebas dan *Game-Based Learning* (GBL). Metode ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar dan mampu memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan emosi secara alami.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 11- 13 November 2025, didapatkan Hasil program individu diperoleh melalui pengamatan langsung yang dilakukan secara berkelanjutan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

selama kegiatan berlangsung. Pengamatan mencakup kondisi awal siswa sebelum program dilaksanakan, perubahan perilaku siswa selama proses kegiatan, serta kondisi siswa setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai. Penilaian difokuskan pada aspek sosial emosional siswa, yaitu interaksi sosial, kemampuan berkomunikasi, kerja sama, dan rasa percaya diri.

Pada kondisi awal, sebagian siswa menunjukkan keterlibatan yang masih terbatas dalam kegiatan pembelajaran. Interaksi antarsiswa belum berjalan secara optimal, siswa cenderung pasif, serta masih ragu untuk menyampaikan pendapat atau menunjukkan hasil karyanya. Temuan ini menjadi dasar pelaksanaan program individu pembelajaran sosial emosional. Seiring dengan berjalannya kegiatan, perubahan positif mulai terlihat. Melalui kegiatan menggambar bebas yang dipadukan dengan permainan berbasis *Game-Based Learning*, siswa tampak lebih tertarik dan terlibat dalam proses pembelajaran. Kegiatan permainan yang dilakukan secara berkelompok mendorong siswa untuk saling berkomunikasi, mengikuti aturan bersama, dan bekerja sama. Selain itu, kesempatan untuk menceritakan hasil gambar secara sukarela membantu siswa melatih keberanian dan menumbuhkan rasa percaya diri.

Pada kondisi akhir, siswa menunjukkan perkembangan yang lebih baik dibandingkan kondisi awal. Siswa menjadi lebih aktif dalam berinteraksi dengan teman sebaya, lebih berani mengemukakan pendapat sederhana, mampu bekerja sama dalam kelompok, serta tidak ragu menampilkan hasil karya yang dibuat. Hal ini menunjukkan bahwa program individu yang dilaksanakan memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan sosial emosional siswa.



**Gambar 1.**  
Pelaksanaan Kegiatan

Hasil program pembelajaran sosial emosional (*Social Emotional Learning/SEL*) melalui pendekatan *Game-Based Learning* (GBL) dengan menggunakan media gambar bebas di SDN 3 Tanjung Lago. Pembahasan dilakukan secara sistematis, dimulai dari pemaparan permasalahan yang ditemukan di lapangan, dilanjutkan dengan perencanaan kegiatan, tahapan pelaksanaan, respons siswa selama kegiatan, hingga analisis hasil yang dikaitkan dengan teori yang relevan.

Berdasarkan hasil observasi awal dan diskusi dengan guru kelas, diketahui bahwa sebagian siswa di SDN 3 Tanjung Lago masih mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi dan menyampaikan pendapat secara terbuka. Siswa cenderung pasif saat pembelajaran berlangsung, kurang berani berbicara di depan kelas, serta menunjukkan interaksi sosial yang terbatas dengan teman sebaya. Kondisi ini terlihat dari minimnya partisipasi siswa dalam diskusi kelas dan rendahnya keberanian siswa untuk menunjukkan hasil pekerjaan mereka.

Permasalahan tersebut tidak terlepas dari pola pembelajaran yang selama ini lebih menekankan pada pencapaian akademik. Kesempatan siswa untuk menyalurkan perasaan, berbagi

pengalaman, dan mengembangkan keterampilan sosial emosional masih terbatas. Akibatnya, aspek sosial emosional siswa belum berkembang secara optimal dan memerlukan penguatan melalui pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak sekolah dasar.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pembelajaran dirancang dengan menggunakan pendekatan pembelajaran sosial emosional (SEL) yang dipadukan dengan *Game-Based Learning* (GBL) dan media gambar bebas. Perencanaan kegiatan dilakukan dengan tujuan utama untuk memberikan ruang yang aman dan menyenangkan bagi siswa dalam mengekspresikan emosi serta meningkatkan interaksi sosial.

Pada tahap perencanaan, ditentukan alat dan bahan yang akan digunakan dalam kegiatan. Alat yang disiapkan meliputi kertas gambar, pensil, krayon atau spidol warna, serta media permainan edukatif sederhana. Pemilihan alat tersebut didasarkan pada pertimbangan kemudahan penggunaan, keamanan bagi siswa, serta kemampuannya dalam mendukung proses ekspresi emosi dan kreativitas siswa. Selain itu, disusun pula alur kegiatan dan aturan sederhana agar kegiatan dapat berjalan tertib dan terarah.

Sebelum kegiatan inti dimulai, siswa diberikan penjelasan mengenai tujuan kegiatan dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Siswa diberi pemahaman bahwa kegiatan ini tidak menilai benar atau salah, melainkan bertujuan untuk mengekspresikan perasaan dan ide secara bebas. Penjelasan ini bertujuan untuk mengurangi rasa takut siswa dan menumbuhkan rasa aman dalam mengikuti kegiatan.

Pada kegiatan inti, siswa diminta untuk menggambar secara bebas sesuai dengan perasaan, pengalaman, atau hal yang mereka sukai. Tidak ada batasan tema tertentu, sehingga siswa memiliki kebebasan penuh dalam menuangkan ide ke dalam gambar. Selama proses menggambar, pendamping berperan mengamati sikap dan perilaku siswa, memberikan bantuan teknis apabila diperlukan, serta memberikan penguatan positif agar siswa merasa percaya diri.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan yang saling berkaitan. Tahap pertama adalah tahap pembukaan, di mana siswa diajak bermain permainan ringan berbasis *Game-Based Learning*. Tahap ini bertujuan untuk menciptakan suasana yang menyenangkan, membangun kedekatan antara siswa dan pendamping, serta meningkatkan kesiapan siswa untuk mengikuti kegiatan selanjutnya. Tahap kedua adalah tahap kegiatan inti berupa menggambar bebas. Pada tahap ini, siswa terlihat fokus dan antusias dalam menggambar. Menurut (Bernd 2021) setiap siswa mengekspresikan ide dan perasaan mereka melalui gambar sesuai dengan pengalaman dan imajinasi masing-masing. Pendamping memberikan dukungan dengan cara mendampingi siswa yang mengalami kesulitan dan menjaga suasana kelas tetap kondusif.

Tahap ketiga adalah tahap refleksi dan komunikasi. Setelah siswa selesai menggambar, mereka diberikan kesempatan untuk menjelaskan alasan di balik gambar yang dibuat. Pendamping mengajukan pertanyaan terbuka seperti "*Kenapa kamu menggambar ini?*" atau "*Apa yang kamu rasakan saat menggambar?*". Pada tahap ini, siswa mulai mengungkapkan perasaan dan pengalaman pribadi melalui kalimat sederhana. Contoh ungkapan siswa yang muncul yaitu: "*Aku gambar pemandangan karena aku pengen ke sana, kak,*" "*Aku gambar rumah karena aku senang di rumah sama keluarga,*" "*Aku gambar ikan karena aku sering lihat ikan di sungai,*" dan "*Aku gambar robot karena aku suka main robot.*" Ungkapan-ungkapan tersebut menunjukkan bahwa siswa mampu mengaitkan gambar dengan perasaan, keinginan, dan pengalaman pribadi.

Tahap keempat adalah tahap penguatan dan interaksi sosial. Pada tahap ini, siswa diajak untuk mendengarkan cerita teman, memberikan tanggapan sederhana, serta bermain bersama melalui permainan edukatif. Tahap ini bertujuan untuk melatih keterampilan komunikasi, empati, dan kerja sama antar siswa.

Hasil pengamatan menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa selama dan setelah kegiatan berlangsung. Siswa yang sebelumnya pasif mulai berani berbicara dan menunjukkan hasil gambar yang dibuat. Keberanian siswa dalam mengungkapkan pendapat meningkat, begitu pula

dengan interaksi sosial antar siswa yang terlihat lebih aktif dan positif. Peningkatan ini menunjukkan bahwa kegiatan pembelajaran sosial emosional melalui media gambar bebas dan pendekatan *Game-Based Learning* memberikan dampak positif terhadap perkembangan sosial emosional siswa. Siswa menjadi lebih percaya diri, mampu mengekspresikan emosi secara sederhana, serta menunjukkan sikap kerja sama yang lebih baik.

Hasil kegiatan tersebut dapat dianalisis menggunakan kerangka *Social Emotional Learning* (SEL). Melalui kegiatan menggambar bebas dan bercerita, siswa mengembangkan kesadaran diri (*self-awareness*) dengan mengenali perasaan dan pengalaman pribadi. Proses ini merupakan dasar penting dalam pengelolaan emosi dan pengembangan keterampilan sosial. Dari perspektif teori ekspresi seni, menggambar merupakan sarana efektif bagi anak untuk mengekspresikan emosi yang sulit disampaikan secara verbal. Aktivitas menggambar bebas memungkinkan siswa menyalurkan perasaan secara simbolik dan aman, sehingga membantu proses regulasi emosi.

Pendekatan *Game-Based Learning* mendukung keterlibatan siswa secara emosional dan sosial. Unsur permainan yang di gunakan yaitu teka-teki, tebak gambar, pesan berantai dengan permainan ini menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan menurunkan kecemasan siswa, sehingga siswa lebih berani berpartisipasi aktif. Hal ini sejalan dengan pandangan Vygotsky dalam penelitian (Wibowo et al. 2025) bahwa pembelajaran berbasis permainan dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa.

Melalui komunikasi dengan guru dan teman sebaya, siswa memperoleh dukungan sosial yang membantu perkembangan kemampuan komunikasi dan sosial mereka. Kegiatan kelompok juga mendukung teori *cooperative learning*, menurut (Amri 2017) di mana siswa belajar bekerja sama, saling menghargai, dan mengembangkan empati. Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa pembelajaran sosial emosional melalui pendekatan *Game-Based Learning* dengan media gambar bebas mampu menjawab permasalahan yang ditemukan di SDN 3 Tanjung Lago. Pendekatan ini memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan emosi, meningkatkan kepercayaan diri, serta memperkuat interaksi sosial secara bertahap dan berkelanjutan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan pembahasan kegiatan pembelajaran sosial emosional (*Social Emotional Learning/SEL*) melalui pendekatan *Game-Based Learning* (GBL) dengan media gambar bebas di SDN 3 Tanjung Lago, diperoleh temuan bahwa terjadi peningkatan pada aspek interaksi sosial, komunikasi, kerja sama, dan rasa percaya diri siswa. Siswa menunjukkan keberanian yang lebih tinggi dalam menyampaikan pendapat, menceritakan hasil gambar yang dibuat, serta berinteraksi dengan teman sebaya secara lebih aktif. Temuan ini menunjukkan bahwa integrasi pendekatan SEL, GBL, dan media gambar bebas efektif dalam mendukung perkembangan sosial emosional siswa sekolah dasar.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada SDN 3 Tanjung Lago

## DAFTAR PUSTAKA

- Amri, N. A. (2017). *Pengaruh metode bermain peran terhadap kemampuan komunikasi (bahasa ekspresif) anak taman kanak-kanak Raudhatul Athfal Alauddin Makassar*.
- Belajar, Prestasi, & S. D. Negeri. (2021). Pengaruh percaya diri dan kemampuan interaksi sosial terhadap prestasi belajar siswa sekolah dasar. *Kognisi: Jurnal Penelitian Pendidikan Sekolah Dasar*, 1(1), 15–24.
- Julika, S., & Setiyawati, D. (2019). Hubungan antara kecerdasan emosional, stres akademik, dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa. *Gadja Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 50–



59. <https://doi.org/10.22146/gamajop.47966>
- Kusumawati, T. R. I. (2016). Komunikasi verbal dan nonverbal. *Jurnal*, 6(2).
- Nugraheni, G. W. (2022). Penerapan pendekatan game-based learning menggunakan media maze game dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada pembelajaran tematik kelas II di SDN Krenceng I (Skripsi). FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Nurjannatul, E., Aprilia, D., & Sulton, M. A. (2025). Upaya meningkatkan fokus belajar siswa menggunakan media interaktif dengan pendekatan edutainment. *Jurnal*, (1), 1–8.
- Razak, R. (2024). *Implementasi project based learning dalam mengembangkan sosial emosional anak kelompok B di RA Ashabul Kahfi Kota Parepare* (Tesis doctoral). IAIN Parepare.
- Retta, L. M., & Andriani, I. (2024). Penerapan media game-based learning (GBL) berbantu media gambar untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi penerapan nilai-nilai Pancasila. Dalam *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran* (Vol. 3, No. 1, hlm. 373–377).
- Risqy, A. (2025). The development of “Emotion Faces” as a visual tool for facilitating emotion regulation among primary school students. *Jurnal*, 5(1), 161–171.
- Wibowo, S., Wangid, M. N., Firdaus, F. M., & Article Info. (2025). The relevance of Vygotsky’s constructivism learning theory with differentiated learning in primary schools. *EduLearn*, 19(1). <https://doi.org/10.11591/edulearn.v19i1.21197>