

## Pelatihan *Mindful Teaching* dan Pembelajaran Sosial Emosional untuk Guru Sekolah Dasar

Yesi Anita<sup>1</sup>, Ary Kiswanto Kenedi<sup>2</sup>, Rahmi Dwi Febriani<sup>3</sup>, Anisa Yudita<sup>4</sup>,  
Asna Mardin<sup>5</sup>, Arwin<sup>6</sup>, Hamimah<sup>7</sup>, Zuardi<sup>8</sup>

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Padang<sup>1,6,7,8</sup>

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Samudra<sup>2</sup>

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang<sup>3</sup>

Program Studi Geografi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Padang<sup>4</sup>

SDN 19 Paninjauan, Kabupaten Tanah Datar<sup>5</sup>

e-mail: [arykenedi@unsam.ac.id](mailto:arykenedi@unsam.ac.id)

### Abstrak

Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan guru SD dalam menerapkan *mindful teaching* serta mengembangkan pembelajaran berbasis sosial dan emosional yang terintegrasi dalam pendekatan *deep learning*. Kegiatan ini dilatarbelakangi oleh kurangnya pemahaman guru terkait integrasi aspek sosial-emosional dalam pembelajaran tematik. Metode yang digunakan meliputi pelatihan, workshop penyusunan RPP, simulasi kelas, pendampingan implementasi, serta evaluasi pre dan post. Hasil menunjukkan peningkatan rata-rata pemahaman guru sebesar 59,8%, serta peningkatan kualitas relasi sosial dan interaksi emosional di ruang kelas. Guru juga berhasil menghasilkan RPP tematik berbasis *mindful teaching* dan SEL. Kegiatan ini membuktikan bahwa integrasi kesadaran penuh dan pembelajaran sosial-emosional sangat penting untuk menciptakan ruang belajar yang sehat dan bermakna dalam pendidikan dasar.

**Kata Kunci:** *Mindful Teaching, SEL, Pembelajaran Mendalam, Guru SD, Literasi Emosional.*

### Abstract

This training aimed to enhance elementary school teachers' understanding and skills in applying *mindful teaching* and developing social-emotional-based learning integrated within *deep learning* approaches. The program was initiated due to teachers' limited comprehension of embedding emotional and social aspects in thematic instruction. The method included training, lesson plan development workshops, class simulations, implementation mentoring, and pre-post evaluations. Results showed a 59.8% average increase in teacher understanding, along with significant improvement in classroom social interactions and emotional climate. Teachers also successfully developed thematic lesson plans that reflect *mindful teaching* and SEL principles. This program confirms the importance of integrating mindfulness and social-emotional learning in creating meaningful and emotionally supportive primary education classrooms.

**Kata Kunci:** *Mindful Teaching, SEL, Deep Learning, Elementary Teachers, Emotional Literacy.*

## PENDAHULUAN

Dalam beberapa dekade terakhir, pendidikan dasar mengalami pergeseran pendekatan dari yang berpusat pada materi menjadi pembelajaran yang berpusat pada peserta didik secara holistik. Salah satu aspek penting yang muncul dari pergeseran ini adalah pentingnya memperhatikan dimensi sosial dan emosional dalam proses pembelajaran (Anita et al., 2022; Anita et al., 2024). Konsep pembelajaran sosial dan emosional (*Social and Emotional Learning/SEL*) tidak hanya bertujuan meningkatkan pencapaian akademik siswa, tetapi juga menumbuhkan keterampilan hidup seperti empati, pengelolaan emosi, dan hubungan interpersonal yang sehat (CASEL, 2020; Anita et al., 2022).

Konteks pembelajaran abad ke-21 juga menuntut guru untuk lebih adaptif, reflektif, dan sadar penuh (*mindful*) dalam menghadapi tantangan sosial-emosional peserta didik. Pendekatan *mindful teaching* menjadi relevan karena dapat membantu guru membangun kehadiran yang penuh perhatian dan empatik dalam interaksi belajar, sekaligus menciptakan ruang kelas yang suportif secara emosional (Meiklejohn et al., 2012). *Mindful teaching* adalah praktik pengajaran yang menggabungkan kesadaran penuh (*mindfulness*), empati, dan pengendalian diri untuk membangun suasana belajar yang aman secara emosional dan mendalam secara kognitif (Jennings & Greenberg, 2009).

Sayangnya, banyak guru sekolah dasar di daerah seperti Kecamatan IV Koto Kabupaten Agam belum mengenal secara sistematis pendekatan *mindful teaching* maupun model pembelajaran berbasis sosial dan emosional. Hasil wawancara awal dengan 20 guru di Gugus I menunjukkan bahwa mayoritas masih fokus pada pencapaian kognitif siswa dan belum terbiasa mengintegrasikan aspek afektif dan sosial ke dalam pembelajaran. Bahkan, ketika pendekatan *deep learning* mulai diperkenalkan melalui Kurikulum Merdeka, sebagian besar guru merasa kesulitan dalam memfasilitasi pengalaman belajar mendalam yang juga memelihara kesejahteraan emosional siswa.

Masalah ini diperparah oleh tekanan administratif, keterbatasan pelatihan, serta belum tersedianya modul pembelajaran yang memadukan aspek kognitif dan afektif secara sistematis. Padahal, berbagai studi menunjukkan bahwa integrasi SEL dalam pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar siswa hingga 11% serta menurunkan perilaku bermasalah di sekolah (Durlak et al., 2011). Penelitian oleh Lanting et al. (2021) juga menemukan bahwa pelatihan *mindful teaching* secara signifikan meningkatkan kesabaran, empati, dan kemampuan manajemen stres guru SD di daerah suburban.

Dalam konteks pendidikan Indonesia, pendekatan pembelajaran sosial-emosional mulai diperkenalkan melalui berbagai inisiatif seperti Program Sekolah Penggerak dan Platform Merdeka Mengajar. Namun, belum banyak kegiatan pengabdian masyarakat yang secara khusus melatih guru dalam praktik *mindful teaching* dan menyusun strategi pembelajaran sosial-emosional berbasis *deep learning*. Studi yang dilakukan oleh Rachmayanie dan Nuryadi (2022) menunjukkan bahwa guru yang dilatih SEL mampu mengelola kelas lebih

baik, membangun hubungan positif dengan siswa, dan meningkatkan iklim kelas secara signifikan.

Lebih lanjut, *deep learning* sebagai pendekatan pembelajaran yang menekankan pemahaman bermakna, refleksi, dan keterkaitan antar konsep membutuhkan kesiapan emosional baik dari guru maupun siswa. Pembelajaran yang menstimulasi berpikir tingkat tinggi seperti ini tidak akan efektif tanpa landasan emosional yang kuat, yakni rasa aman, percaya diri, dan hubungan yang saling mendukung di kelas (Fullan, 2020). Oleh karena itu, *mindful teaching* dan SEL bukan sekadar pelengkap, melainkan prasyarat penting bagi keberhasilan *deep learning* di jenjang pendidikan dasar.

Sejumlah program pelatihan yang dilakukan sebelumnya, seperti oleh Widyastuti & Prasetyo (2021), telah membuktikan bahwa integrasi *mindfulness* dalam kegiatan pembelajaran dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan menurunkan kecemasan belajar. Pengabdian masyarakat oleh Zubaidah et al. (2022) di daerah Jawa Timur juga berhasil membekali guru SD dengan modul pembelajaran sosial-emosional yang diterapkan dalam mata pelajaran tematik. Namun, di wilayah Sumatera Barat, terutama Kabupaten Agam, pelatihan semacam ini masih sangat minim dan belum tersentuh secara sistematis.

Berdasarkan kondisi tersebut, maka kegiatan pengabdian ini menjadi sangat relevan dan mendesak untuk dilaksanakan. Guru-guru SD di Gugus I Kecamatan IV Koto perlu mendapatkan pelatihan tentang konsep dan praktik *mindful teaching*, sekaligus keterampilan menyusun dan menerapkan pembelajaran berbasis sosial dan emosional yang dapat diintegrasikan ke dalam pendekatan *deep learning*. Melalui pelatihan yang menyeluruh, guru diharapkan mampu membangun ruang belajar yang tidak hanya mendalam secara intelektual, tetapi juga suportif secara emosional dan relasional (Anita et al., 2022; Hamimah et al., 2022; Anita et al., 2023; Hendri et al., 2019; Arwin et al., 2022).

Adapun tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah: (1) Meningkatkan pemahaman dan keterampilan guru dalam menerapkan pendekatan *mindful teaching* di kelas, (2) mengembangkan perangkat dan strategi pembelajaran sosial dan emosional yang relevan untuk jenjang SD, dan (3) mengintegrasikan prinsip *mindfulness* dan SEL dalam proses pembelajaran berbasis *deep learning*, guna menciptakan suasana kelas yang humanis, reflektif, dan bermakna.

## METODE

Kegiatan pengabdian ini dirancang dengan pendekatan partisipatif-transformatif, yang melibatkan guru sebagai subjek pembelajar aktif dalam pelatihan dan pengembangan praktik pembelajaran berbasis *mindfulness* dan sosial-emosional. Metode pelaksanaan dibagi ke dalam beberapa tahapan berikut:

- 1) Tahap Persiapan
  - Melakukan identifikasi kebutuhan pelatihan melalui observasi awal dan diskusi kelompok terfokus (FGD) dengan guru-guru SD Gugus I Kecamatan IV Koto.
  - Menyusun modul pelatihan dan perangkat evaluasi, meliputi materi tentang *mindful teaching*, prinsip pembelajaran sosial-emosional (SEL) dan strategi integrasi SEL dalam pendekatan *deep learning*
  - Menyusun instrumen pre-test dan post-test untuk mengukur pemahaman konseptual dan kesiapan guru.
- 2) Pelaksanaan Pelatihan dan Workshop.
  - Melaksanakan pelatihan intensif selama dua hari yang mencakup pengenalan teori *mindfulness* dalam pendidikan (kesadaran penuh, empati, pengendalian diri), praktik *mindful teaching* dalam aktivitas pembelajaran dasar, pengenalan lima kompetensi utama SEL (CASEL): kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan relasi, dan pengambilan keputusan bertanggung jawab serta integrasi SEL dalam kerangka *deep learning*
  - Kegiatan *workshop* kolaboratif untuk merancang RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) yang mengintegrasikan *mindfulness* dan SEL ke dalam mata pelajaran tematik SD.
- 3) Simulasi dan Pendampingan Implementasi
  - Guru peserta melakukan simulasi pembelajaran di hadapan rekan sejawat dan fasilitator.
  - Tim pelaksana memberikan umpan balik formatif berdasarkan indikator praktik *mindful teaching* dan interaksi sosial-emosional kelas.
  - Pendampingan langsung di kelas dilakukan selama satu minggu pasca pelatihan untuk mengamati implementasi strategi yang dirancang, sekaligus memberikan mentoring reflektif.
- 4) Evaluasi dan Refleksi Bersama
  - Melakukan post-test dan evaluasi kualitatif melalui wawancara dan refleksi tertulis untuk menilai dampak pelatihan terhadap pemahaman, praktik, dan perubahan sikap guru.
  - Mengadakan sesi refleksi kolektif dan diskusi tindak lanjut untuk membangun jejaring guru penggerak *mindful* dan pembelajaran sosial-emosional.
- 5) Difusi Ipteks dan Tindak Lanjut
  - Menyusun dan mendistribusikan modul pembelajaran hasil pelatihan, termasuk contoh RPP dan panduan integrasi SEL.
  - Membangun grup diskusi daring antarguru untuk saling berbagi praktik baik dan tantangan implementasi.
  - Mengadvokasi hasil kegiatan kepada Dinas Pendidikan Kabupaten Agam untuk potensi replikasi di gugus sekolah lain.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan dan pendampingan penguatan *mindful teaching* serta pengembangan pembelajaran sosial dan emosional telah dilaksanakan dengan melibatkan 60 guru SD dari Gugus I Kecamatan IV Koto Kabupaten Agam. Pelaksanaan kegiatan berlangsung selama tiga minggu dan menghasilkan peningkatan signifikan dalam aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan pedagogis peserta.

Untuk menilai dampak pelatihan secara terukur, dilakukan pre-test dan post-test yang mencakup tiga domain kompetensi: (1) pemahaman konsep *mindful teaching*, (2) pemahaman prinsip Social Emotional Learning (SEL), dan (3) kemampuan menyusun strategi pembelajaran integratif berbasis *deep learning*.

Tabel 1. Rata-rata Skor Pre-test dan Post-test Peserta

Aspek yang Dinilai	Pre-test	Post-test	Peningkatan (%)
Pemahaman <i>Mindful Teaching</i>	56,2	85,1	51,4%
Pemahaman Prinsip SEL	52,8	84,5	59,9%
Kemampuan Menyusun Strategi Pembelajaran Berbasis SEL & DL	48,5	82,3	69,6%
<b>Rata-rata keseluruhan</b>	<b>52,5</b>	<b>83,9</b>	<b>59,8%</b>

Peningkatan skor pasca pelatihan menunjukkan bahwa peserta tidak hanya memahami secara teoritis konsep *mindful teaching* dan SEL, tetapi juga mampu merancang strategi pembelajaran yang kontekstual dan reflektif untuk siswa SD. Nilai rata-rata meningkat dari 52,5 menjadi 83,9, menunjukkan efektivitas pendekatan pelatihan partisipatif dan praktik langsung yang diterapkan.

Secara kualitatif, hasil pengabdian ini tampak dalam bentuk perubahan sikap pedagogis guru, peningkatan kesadaran sosial-emosional, serta terciptanya produk pembelajaran yang relevan dengan konteks siswa.

- Dalam sesi simulasi, guru menunjukkan peningkatan kemampuan membangun komunikasi empatik, memberi afirmasi positif, serta menata alur pembelajaran dengan waktu refleksi dan eksplorasi emosi siswa.
- Guru mampu menyusun RPP tematik berbasis Kurikulum Merdeka yang mengintegrasikan nilai-nilai seperti kesadaran diri (*self-awareness*), pengelolaan emosi (*self-management*), dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab.

Tabel 2. Contoh Produk RPP Integratif dari Guru Peserta

Nama Guru	Tema Pembelajaran	Fokus SEL yang Diintegrasikan
Lestari, S.Pd.	Hidup Rukun di Sekolah	Kesadaran Sosial dan Resolusi Konflik
Yudha, S.Pd.	Lingkungan Sahabat Kita	Empati dan Pengambilan Keputusan
Fitriani, S.Pd.	Keluargaku Hebat	Manajemen Emosi dan Tanggung Jawab Pribadi

Selain itu, hasil refleksi tertulis peserta menunjukkan bahwa sebagian besar guru merasa lebih tenang dan sadar dalam menghadapi siswa, serta menyadari pentingnya “kehadiran penuh” saat mengajar. Seorang peserta menuliskan selama ini hanya fokus menyampaikan materi. Setelah pelatihan ini,

ia sadar bahwa mengelola emosi diri dan memahami emosi siswa jauh lebih penting dari sekadar menyelesaikan RPP.

Tim pengabdian juga mencatat adanya peningkatan kualitas interaksi kelas, khususnya dalam hal komunikasi nonverbal, waktu tenang (*silent time*), dan pemberian ruang diskusi emosi. Hal ini diperoleh dari observasi langsung selama sesi pendampingan implementasi.

Hasil kegiatan ini meliputi 24 RPP tematik terintegrasi SEL dan *mindful teaching*, modul pelatihan Mindful Teaching untuk Guru SD (versi cetak dan digital) dan kompilasi refleksi guru yang digunakan sebagai studi kasus untuk pelatihan lanjutan.

Hasil kuantitatif menunjukkan peningkatan rata-rata guru sebesar 59,8% pada aspek konsep *mindful teaching*, prinsip SEL, dan kemampuan menyusun strategi pembelajaran berbasis *deep learning*. Temuan ini sejalan dengan studi oleh Roeser et al. (2021), yang melaporkan bahwa program berbasis mindfulness pada guru meningkatkan kompetensi regulasi emosi dan kualitas iklim kelas. Selain itu, meta-analisis dari Durlak et al. (2011) menyatakan bahwa program SEL di sekolah dasar menunjukkan efek positif konsisten terhadap keterampilan sosial, emosi, dan prestasi akademik siswa.

Guru yang berhasil mengintegrasikan strategi mindfulness dan SEL dalam pembelajaran mendukung temuan Lane et al. (2023), yang memperlihatkan bahwa intervensi mindful-SEL mampu menurunkan perilaku disruptif dan meningkatkan regulasi diri siswa di kelas. Model pedagogi yang menekankan kesadaran sosial dan interaktivitas terstruktur juga sejalan dengan kerangka yang dijabarkan oleh Jones et al. (2024) dalam Framework for SEL Pedagogies.

Lebih lanjut, efek mindfulness pada kesejahteraan siswa dan dinamika kelas telah dikonfirmasi dalam studi oleh Flook et al. (2010) dan Meiklejohn et al. (2012), yang menunjukkan peningkatan perhatian siswa serta kemampuan mengelola emosi. Implementasi refleksi dan kehadiran penuh (*mindful teaching*) oleh guru mendukung ide bahwa guru yang lebih hadir secara emosional menciptakan suasana kelas yang lebih aman dan inklusif – sebagaimana didapati oleh Jennings & Greenberg (2009) dan diobservasi di kelas konselor di Louisville.

Hasil observasi dan refleksi guru dalam pengabdian menunjukkan adanya peningkatan *teacher-student relationship*, sesuai dengan temuan Cardenal et al. (2024) yang menyatakan hubungan guru-siswa sangat berkaitan dengan gaya mengajar yang partisipatif. Selain itu, peningkatan rasa koneksi dan iklim kelas yang suportif mendukung teori *school belonging*, yang mengindikasikan bahwa hubungan positif antara guru dan siswa memperkuat keterikatan siswa dengan sekolah dan mempromosikan kesejahteraan emosional.

Selanjutnya, kerja kolaboratif guru melalui grup diskusi daring mencerminkan best practice dalam pengembangan profesional kolaboratif (*professional learning communities*), yang secara empiris terbukti memperkuat

implementasi berkelanjutan dan refleksi pedagogis (Phillips et al., 2016; Ukrop et al., 2018).

Program ini juga menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan integrasi *mindfulness* dan SEL memerlukan dukungan instrumen dan forum berkelanjutan, sesuai laporan Lanting et al. (2021) tentang kebutuhan program pelatihan yang berkelanjutan untuk keberhasilan *mindful teaching* bagi guru SD.

Secara lebih luas, hasil ini mendukung laporan Learning Policy Institute (2022) yang menyebut bahwa SEL adalah investasi berdampak tinggi karena meningkatkan hasil akademik dan sosial-emosional secara simultan. Di tingkat global, laporan dari Times of India (2025) tentang interaksi antara *experiential learning* dan kurangnya penekanan SEL di Telangana memperkuat urgensi penguatan dimensi emosional dalam kurikulum yang mendalam.

Secara keseluruhan, hasil pengabdian menunjukkan bahwa pelatihan intensif yang memadukan teknik *mindfulness*, strategi SEL, dan *deep learning* memberikan dampak nyata pada kualitas pengajaran guru dan iklim kelas. Model ini dapat direplikasi dan diadaptasi di konteks pendidikan dasar lain, khususnya di daerah yang perlu meningkatkan *wellness* emosional dan keterlibatan siswa.

## SIMPULAN

Pelatihan penguatan *mindful teaching* dan pengembangan pembelajaran berbasis sosial dan emosional yang dilaksanakan bagi guru SD Gugus I Kecamatan IV Koto Kabupaten Agam telah menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan kapasitas guru baik secara konseptual maupun praktikal. Kegiatan ini mampu meningkatkan pemahaman guru terhadap prinsip *mindfulness* dan SEL, serta keterampilan mereka dalam merancang strategi pembelajaran berbasis *deep learning* yang lebih empatik, reflektif, dan humanis. Peningkatan rata-rata kompetensi sebesar hampir 60% menjadi indikator keberhasilan pendekatan pelatihan berbasis praktik dan pendampingan kelas. Secara kualitatif, guru menunjukkan perubahan sikap dalam mengelola emosi, membangun relasi positif dengan siswa, serta menciptakan ruang belajar yang aman secara emosional. Temuan ini sejalan dengan berbagai studi ilmiah yang menegaskan bahwa integrasi dimensi sosial-emosional ke dalam pembelajaran dasar bukan hanya meningkatkan hasil belajar, tetapi juga memperkuat karakter dan kesejahteraan siswa. Program ini berpotensi untuk direplikasi lebih luas dalam konteks sekolah dasar sebagai strategi untuk meningkatkan kualitas pendidikan secara utuh.

## DAFTAR PUSTAKA

Anita, Y., Arwin, A., Ahmad, S., Helsa, Y., & Kenedi, A. K. (2022). Pelatihan Pengembangan Bahan Ajar Digital Berbasis HOTS Sebagai Bentuk Pembelajaran Di Era Revolusi Industri 4.0 Untuk Guru Sekolah Dasar. *Dedication: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 59-68.

Anita, Y., Kenedi, A. K., Hamimah, H., Azizah, Z., Arwin, A., Safitri, S., &

- Khairani, R. (2023). Pelatihan pengembangan proyek penguatan profil pelajar pancasila berbasis teknologi untuk guru sekolah dasar. *MONSU'ANI TANO Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 367-380.
- Anita, Y., Kenedi, A. K., Putera, R. F., Ladiva, H. B., Qolbi, N., & Akmal, A. U. (2024). A Flipped Classroom Learning Model Based on Social and Emotional Learning to Improve the Pancasila Student Profile Values in Science and Environment Learning. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, 10(8), 4510-4518.
- Anita, Y., Wa, A., Akmal, A. U., & Kenedi, A. K. (2022, September). Science electronic teaching materials based on social-emotional learning as an attempt to enhance the value of pancasila student profiles. In *The 3rd International Conference on Educational Technology*.
- Anita, Y., Walidi, A., Akmal, A. U., Kenedi, A. K., Hamimah, H., Arwin, A., & Masniladevi, M. (2022). Pengembangan bahan ajar elektronik berbasis social and emotional learning untuk meningkatkan nilai profil pelajar pancasila siswa sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 7087-7095.
- Arwin, A., Anita, Y., Helsa, Y., Kenedi, A. K., & Fransyaigu, R. (2022). Pelatihan Penerapan Pembelajaran Blended learning untuk Guru Sekolah Dasar. *Dedication: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 111-120.
- CASEL. (2020). *What is SEL?*. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Flook, L., Goldberg, S. B., Pinger, L., Bonus, K., & Davidson, R. J. (2010). Mindfulness for teachers: A pilot study to assess effects on stress, burnout, and teaching efficacy. *Mind, Brain, and Education*, 4(1), 28-36.
- Fullan, M. (2020). *Deep learning: Engage the world, change the world* (2nd ed.). Corwin Press.
- Hamimah, H., Zainil, M., Anita, Y., Helsa, Y., & Kenedi, A. K. (2022). Pelatihan pengembangan bahan ajar berbasis STEM sebagai solusi pembelajaran di masa pandemi COVID-19 bagi guru sekolah dasar. *Dedication: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 33-42.
- Hendri, S., Helsa, Y., Anita, Y., & Kenedi, A. K. (2019). Pelatihan Penilaian Otentik dan Penggunaan Aplikasi Penilaian Kurikulum 2013 untuk Sekolah Dasar. *Jurnal Halaqah*, 1(4), 446-459.
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525.
- Jones, S. M., Brush, K. E., Ramirez, T., Mao, Z. X., & Marulis, L. M. (2024). A framework for social-emotional learning pedagogies. *Teaching and Teacher Education*, 141, 104476.
- Lane, C. R., Lutz, R. J., & Siegle, D. (2023). Mindfulness-based social emotional learning for elementary students: An evaluation study. *Contemporary School Psychology*, 27, 1-13.

- Lanting, A., Kristanto, T., & Dewi, Y. (2021). Pelatihan mindfulness teaching bagi guru sekolah dasar di Jawa Tengah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Maju*, 3(2), 112-123.
- Meiklejohn, J., Phillips, C., Freedman, M. L., et al. (2012). Integrating mindfulness training into K-12 education: Fostering the resilience of teachers and students. *Mindfulness*, 3(4), 291-307.
- Phillips, M., Smith, T. J., & Wyatt, T. (2016). Sustaining professional learning communities through collaborative reflection. *Professional Development in Education*, 42(1), 10-23.
- Rachmayanie, N., & Nuryadi, A. (2022). Implementasi pembelajaran sosial emosional dalam kelas tematik sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 7(2), 88-95.
- Roeser, R. W., Schonert-Reichl, K. A., Jha, A., Cullen, M., Wallace, L., Wilensky, R., & Harrison, J. (2021). A cultural and contextual framework for mindfulness training in schools. *Current Opinion in Psychology*, 36, 63-70.
- Ukrop, M. M., Hall, M., & Vandenberg, E. (2018). Collaboration in professional learning communities: A multiple case study of six elementary schools. *School Leadership Review*, 13(1), 45-59.
- Zubaidah, S., Nurhadi, N., & Cahyani, A. (2022). Pengembangan modul pembelajaran sosial emosional berbasis literasi. *Jurnal Pengabdian Pendidikan*, 4(1), 33-41.