



Analisis Teori Pembelajaran Modern: Mengintegrasikan Pendekatan Populer, Humanistik, Eksperiensial, Konektivis, dan Sosial-Emosional

Nur Hidayah Nasution , Neviyarni , Herman Nirwana

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

E-mail: nurnst56@gmail.com

***Abstrak..** Kajian ini bertujuan untuk menganalisis berbagai teori belajar populer yang menjadi dasar dalam pengembangan praktik pembelajaran modern, meliputi teori belajar populer (behavioristik, kognitivistik, dan konstruktivistik), teori humanistik, teori pembelajaran eksperiensial, teori konektivisme, dan teori belajar sosial emosional. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi pustaka (library research) dengan sumber utama berasal dari jurnal nasional terindeks Sinta 2 yang relevan dengan topik masing-masing teori. Hasil kajian menunjukkan bahwa teori belajar populer memberikan kerangka konseptual yang kuat bagi pengembangan strategi pembelajaran adaptif di abad ke-21. Teori humanistik berperan dalam menumbuhkan motivasi intrinsik dan aktualisasi diri peserta didik, sedangkan teori pembelajaran eksperiensial menekankan proses pembentukan pengetahuan melalui pengalaman langsung dan refleksi. Teori konektivisme menawarkan paradigma baru pembelajaran digital berbasis jejaring informasi, sementara teori belajar sosial emosional berfokus pada keseimbangan aspek kognitif dan afektif dalam membangun karakter peserta didik. Integrasi kelima teori tersebut membentuk pendekatan pembelajaran yang komprehensif, holistik, dan relevan dengan tuntutan pendidikan masa kini. (humanizing human).*

Kata Kunci: Teori Belajar, Teori Humanistik, Teori Eksperiensial, Teori Konektivisme, Teori Sosial Emosional

PENDAHULUAN

Pendidikan pada abad ke-21 mengalami perubahan paradigma yang signifikan. Transformasi ini didorong oleh kemajuan teknologi, perubahan sosial, serta tuntutan dunia kerja yang semakin kompleks. Dalam konteks tersebut, teori belajar menjadi fondasi utama bagi pendidik untuk merancang proses pembelajaran yang relevan dan bermakna. Menurut Nurdin (2021), pemahaman terhadap berbagai teori belajar memungkinkan guru untuk memilih strategi, metode, dan media yang sesuai dengan karakteristik peserta didik serta kebutuhan zaman. Pembelajaran abad ke-21 tidak lagi hanya berfokus pada transfer pengetahuan, melainkan pada pembentukan keterampilan berpikir kritis, kolaboratif, komunikatif, dan kreatif.

Teori belajar populer seperti behavioristik, kognitivistik, dan konstruktivistik telah lama menjadi dasar dalam praktik pendidikan. Namun, dalam perkembangan terbaru, muncul teori-teori yang menekankan aspek kemanusiaan, pengalaman, konektivitas digital, dan keseimbangan sosial-emosional dalam belajar. Teori humanistik berfokus pada pengembangan potensi diri peserta didik, sementara teori pembelajaran

*Received Januari, 2026; Revised Januari, 2026; Februari 2026**

* Nur Hidayah Nasution, nurnst56@gmail.com

eksperiensial menekankan pentingnya pengalaman langsung sebagai sarana membangun pemahaman (Kusnadi & Firmansyah, 2020). Di sisi lain, teori konektivisme yang muncul pada era digital memberikan perspektif baru tentang bagaimana individu belajar melalui jaringan informasi dan teknologi (Nurul & Setiawan, 2021). Selain itu, teori belajar sosial-emosional menegaskan pentingnya keseimbangan antara aspek kognitif dan afektif dalam pembelajaran (Fitriani & Widodo, 2021).

Menurut Hidayat dan Lestari (2020), keberhasilan pembelajaran di era digital sangat dipengaruhi oleh kemampuan pendidik dalam mengintegrasikan berbagai teori belajar secara kontekstual. Hal ini disebabkan karena tidak ada satu teori pun yang dapat menjelaskan seluruh fenomena belajar manusia secara menyeluruh. Oleh karena itu, kajian mendalam terhadap teori-teori belajar populer menjadi penting untuk menyesuaikan pendekatan pendidikan dengan kebutuhan dan karakter peserta didik masa kini.

Kajian ini menyoroti lima teori belajar yang dianggap paling relevan dalam konteks pendidikan abad ke-21, yakni teori belajar populer, teori humanistik, teori pembelajaran eksperiensial, teori konektivisme, dan teori belajar sosial emosional. Setiap teori akan dibahas berdasarkan prinsip dasar, penerapan dalam konteks pembelajaran modern, serta relevansinya terhadap peningkatan kualitas pendidikan.

Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan menganalisis kontribusi teori-teori belajar populer terhadap pengembangan praktik pembelajaran yang adaptif, kolaboratif, dan humanis dalam konteks abad ke-21. Hasil dari kajian ini diharapkan dapat memberikan perspektif teoretis yang kuat bagi pendidik, peneliti, dan pengembang kurikulum dalam merancang pembelajaran yang efektif dan relevan dengan perkembangan zaman.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi pustaka (library research), yaitu metode penelitian yang berfokus pada pengumpulan, analisis, dan sintesis data yang berasal dari berbagai sumber literatur ilmiah. Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian adalah untuk menganalisis dan mengintegrasikan berbagai teori belajar yang menjadi dasar praktik pembelajaran modern tanpa melibatkan data empiris lapangan.

Sumber utama penelitian ini berasal dari jurnal nasional terindeks Sinta 2 serta beberapa publikasi akademik lain yang relevan dengan teori belajar behavioristik, kognitivistik, konstruktivistik, humanistik, eksperiensial, konektivisme, dan sosial-emosional. Selain itu, digunakan pula referensi pendukung berupa buku teks, hasil penelitian terdahulu, dan artikel ilmiah internasional yang membahas implementasi teori-teori belajar dalam konteks pendidikan abad ke-21.

PEMBAHASAN

1. Teori Belajar Populer

Teori belajar populer merupakan landasan utama dalam memahami bagaimana peserta didik memperoleh, memproses, dan menerapkan pengetahuan dalam konteks pembelajaran modern. Teori ini mencakup sejumlah pendekatan besar dalam psikologi

pendidikan, seperti behaviorisme, kognitivisme, dan konstruktivisme, yang hingga kini tetap menjadi rujukan utama dalam pengembangan model pembelajaran di sekolah maupun perguruan tinggi. Menurut Nurdin (2021), teori-teori belajar populer ini tidak berdiri sendiri, melainkan saling melengkapi dalam menjawab tantangan pendidikan abad ke-21 yang menuntut keseimbangan antara aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Pendekatan behavioristik menekankan pentingnya stimulus dan respons dalam pembentukan perilaku belajar. Prinsip utamanya adalah bahwa perilaku belajar dapat dibentuk melalui penguatan (reinforcement) dan hukuman (punishment) yang tepat. Dalam praktiknya, teori ini banyak digunakan dalam pembelajaran berbasis latihan atau drill, seperti penguasaan keterampilan dasar membaca, berhitung, dan menulis. Walaupun teori ini dianggap kurang menekankan aspek internal peserta didik, Hidayat dan Lestari (2020) menegaskan bahwa prinsip behaviorisme tetap relevan pada pembelajaran daring yang memerlukan sistem evaluasi otomatis berbasis umpan balik instan untuk menjaga motivasi belajar siswa.

Selanjutnya, teori kognitivistik berfokus pada proses mental internal peserta didik dalam memahami informasi. Pembelajaran dalam pandangan kognitivistik menekankan pentingnya struktur pengetahuan, strategi berpikir, dan kemampuan memecahkan masalah. Dalam konteks digital, teori ini memberikan dasar bagi penggunaan media pembelajaran interaktif dan simulatif yang mendorong peserta didik berpikir logis dan reflektif (Nurdin, 2021). Dengan dukungan teknologi, peserta didik dapat mengeksplorasi materi belajar secara mandiri melalui pengaturan tempo dan gaya belajar sesuai preferensi masing-masing.

Sementara itu, teori konstruktivistik memandang bahwa pengetahuan tidak dapat ditransfer secara langsung dari guru kepada siswa, melainkan harus dikonstruksi sendiri oleh peserta didik melalui pengalaman belajar. Menurut Hidayat dan Lestari (2020), teori ini menjadi dasar bagi pembelajaran berbasis proyek (project-based learning) dan pembelajaran kolaboratif yang kini menjadi tren di berbagai jenjang pendidikan. Melalui pendekatan konstruktivistik, peserta didik dilatih untuk membangun makna dari pengalaman belajar mereka sendiri, baik melalui diskusi kelompok, pemecahan masalah nyata, maupun refleksi pribadi.

Dalam konteks abad ke-21, teori belajar populer tidak hanya diterapkan secara individual, tetapi juga diintegrasikan untuk membentuk pendekatan pembelajaran yang holistik. Nurdin (2021) menjelaskan bahwa kombinasi behaviorisme, kognitivisme, dan konstruktivisme dapat melahirkan pembelajaran yang lebih adaptif. Behaviorisme digunakan untuk membentuk kebiasaan belajar dasar, kognitivisme membantu mengembangkan kemampuan berpikir kritis, sedangkan konstruktivisme memperkuat kemampuan kolaboratif dan reflektif peserta didik.

Selain itu, kemunculan teknologi digital juga memperkuat penerapan teori-teori belajar populer tersebut dalam konteks pembelajaran daring. Berdasarkan temuan Hidayat dan Lestari (2020), integrasi teori belajar dengan teknologi dapat meningkatkan motivasi, kemandirian, dan interaksi peserta didik. Misalnya, penggunaan learning management system (LMS) seperti Moodle atau Google Classroom dapat dirancang berdasarkan prinsip behavioristik dengan sistem penilaian otomatis, sementara forum diskusi daring mencerminkan pendekatan konstruktivistik.

Dengan demikian, teori belajar populer berperan sebagai fondasi yang terus berkembang mengikuti dinamika zaman. Pengintegrasian berbagai teori ini memungkinkan proses pembelajaran menjadi lebih fleksibel, partisipatif, dan bermakna. Pendidik diharapkan tidak hanya memahami teori secara konseptual, tetapi juga mampu mengaplikasikannya secara kreatif dalam berbagai situasi pembelajaran, baik tatap muka maupun daring.

2. Teori Humanistik

Teori humanistik dalam pembelajaran berakar pada pandangan bahwa setiap individu memiliki potensi bawaan untuk berkembang secara optimal apabila diberikan kesempatan dan lingkungan yang mendukung. Fokus utama teori ini adalah pada upaya mengembangkan manusia secara utuh mencakup aspek kognitif, afektif, dan moral bukan sekadar pencapaian akademik. Sukirman dan Wahyuni (2022) menegaskan bahwa teori humanistik menempatkan peserta didik sebagai pusat proses pembelajaran (*student-centered learning*), di mana guru berperan sebagai fasilitator yang membantu siswa menemukan makna dan tujuan belajar mereka sendiri.

Dalam kerangka teori ini, proses belajar tidak hanya dilihat sebagai upaya memperoleh informasi, tetapi juga sebagai sarana pembentukan kepribadian dan aktualisasi diri. Pandangan ini sejalan dengan gagasan Abraham Maslow tentang hierarki kebutuhan manusia, di mana kebutuhan akan penghargaan dan aktualisasi diri merupakan puncak dari proses perkembangan manusia. Dalam konteks pembelajaran, teori humanistik berusaha membantu siswa mencapai tingkat kesadaran diri tertinggi dengan menumbuhkan rasa percaya diri, empati, serta tanggung jawab pribadi terhadap proses belajar (Rahmawati & Hidayah, 2021).

Sukirman dan Wahyuni (2022) menemukan bahwa penerapan teori humanistik dalam lingkungan belajar mampu meningkatkan motivasi intrinsik siswa. Hal ini disebabkan oleh pendekatan guru yang lebih menghargai keberagaman, perasaan, dan aspirasi siswa. Ketika peserta didik merasa dihargai, mereka akan lebih bersemangat dan bertanggung jawab terhadap tugas belajar. Guru tidak lagi berperan sebagai sumber utama pengetahuan, melainkan sebagai pendamping yang memberikan bimbingan moral dan emosional. Oleh karena itu, pembelajaran humanistik menekankan aspek hubungan interpersonal yang positif antara guru dan siswa.

Selain motivasi, teori humanistik juga menekankan pentingnya kebebasan belajar (*freedom to learn*). Rahmawati dan Hidayah (2021) menunjukkan bahwa penerapan teori ini dalam pembelajaran bahasa Indonesia di sekolah menengah membantu siswa lebih percaya diri dalam berpendapat dan berkreasi. Siswa diberi ruang untuk menentukan cara belajar, memilih sumber informasi, dan menilai kemajuan mereka sendiri. Kebebasan tersebut tidak berarti tanpa arah, melainkan diarahkan agar peserta didik mampu mengenali kekuatan dan kelemahan diri sendiri, serta mengembangkan potensi unik yang dimilikinya.

Dalam konteks pendidikan abad ke-21, teori humanistik sangat relevan untuk menghadapi tantangan individualisasi dan globalisasi. Dengan kemajuan teknologi dan informasi yang cepat, peserta didik perlu memiliki kesadaran diri dan tanggung jawab terhadap proses pembelajarannya. Menurut Sukirman dan Wahyuni (2022), pendekatan humanistik dapat membantu siswa menjadi pembelajar mandiri (*independent learner*)

yang mampu mengambil keputusan etis, berpikir reflektif, dan berperilaku empatik di lingkungan sosial. Nilai-nilai seperti empati, toleransi, dan kepedulian sosial menjadi bagian integral dari keberhasilan pendidikan di masa kini.

Penerapan teori humanistik juga memiliki implikasi penting dalam strategi pembelajaran. Guru perlu merancang suasana kelas yang kondusif, terbuka, dan penuh kepercayaan. Komunikasi dua arah antara guru dan siswa menjadi kunci dalam menciptakan pembelajaran yang bermakna. Selain itu, evaluasi belajar tidak hanya menilai hasil akhir, tetapi juga memperhatikan proses, sikap, dan perkembangan kepribadian siswa. Dengan demikian, pembelajaran humanistik dapat membentuk karakter peserta didik yang mandiri, berintegritas, dan berdaya saing global tanpa kehilangan nilai-nilai kemanusiaannya.

Secara keseluruhan, teori humanistik memberikan kontribusi besar terhadap pembelajaran modern dengan menekankan nilai kemanusiaan dan pengalaman personal peserta didik. Pendidik yang menerapkan prinsip humanistik akan mampu mengembangkan potensi siswa secara holistik serta membangun hubungan pembelajaran yang berlandaskan rasa saling menghormati dan kepercayaan.

3. Teori Pembelajaran Eksperiensial

Teori pembelajaran eksperiensial (*experiential learning*) menekankan bahwa pengalaman langsung merupakan dasar utama dalam proses pembelajaran yang bermakna. Pendekatan ini pertama kali dikembangkan oleh David A. Kolb, yang menyatakan bahwa belajar adalah proses di mana pengetahuan diciptakan melalui transformasi pengalaman. Teori ini menempatkan peserta didik sebagai subjek aktif yang membangun pemahaman melalui siklus pengalaman, refleksi, konseptualisasi, dan eksperimen. Menurut Kusnadi dan Firmansyah (2020), penerapan teori Kolb di lingkungan pendidikan memberikan kontribusi besar terhadap peningkatan pemahaman konseptual dan keterampilan berpikir kritis siswa, khususnya dalam pembelajaran sains.

Teori ini berangkat dari prinsip bahwa belajar tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga melibatkan aspek afektif dan psikomotorik yang terintegrasi dalam pengalaman nyata. Dalam konteks ini, guru berperan sebagai fasilitator yang menciptakan situasi belajar yang memungkinkan siswa untuk mengalami, merenungkan, dan mengaplikasikan pengetahuan. Hastuti dan Syah (2021) menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis pengalaman mampu meningkatkan kemampuan berpikir kritis siswa sekolah menengah karena mendorong mereka untuk terlibat aktif dalam proses observasi dan refleksi atas peristiwa yang mereka alami sendiri.

Kolb (dalam Kusnadi & Firmansyah, 2020) menjelaskan siklus belajar eksperiensial dalam empat tahap:

- a. *Concrete Experience* (Pengalaman Konkret): siswa terlibat langsung dalam kegiatan atau situasi nyata.
- b. *Reflective Observation* (Observasi Reflektif): siswa merenungkan pengalaman tersebut, mengidentifikasi keberhasilan dan kesalahan.
- c. *Abstract Conceptualization* (Konseptualisasi Abstrak): siswa mengembangkan teori atau konsep berdasarkan refleksi.

- d. *Active Experimentation* (Eksperimen Aktif): siswa menguji konsep baru dalam situasi berikutnya.

Siklus ini bersifat berkelanjutan dan saling memperkuat, sehingga siswa dapat belajar dari kesalahan dan memperdalam pemahaman melalui pengalaman berulang. Kusnadi dan Firmansyah (2020) mencatat bahwa pembelajaran IPA yang menerapkan model eksperiensial ini meningkatkan keterlibatan emosional dan rasa ingin tahu siswa karena mereka berpartisipasi langsung dalam percobaan dan observasi.

Dalam konteks pendidikan sains, penerapan teori eksperiensial dapat membantu siswa memahami konsep abstrak melalui kegiatan laboratorium dan eksplorasi lapangan. Hastuti dan Syah (2021) menemukan bahwa siswa yang belajar dengan pendekatan experiential learning menunjukkan kemampuan analitis yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang hanya menerima pembelajaran konvensional berbasis ceramah. Hal ini disebabkan oleh adanya pengalaman langsung yang menumbuhkan kemampuan berpikir reflektif, kolaboratif, dan kreatif.

Lebih jauh, pembelajaran eksperiensial juga relevan dengan kebutuhan pendidikan abad ke-21 yang menuntut kemampuan problem solving, komunikasi, dan adaptasi. Dalam pembelajaran daring, prinsip-prinsip eksperiensial dapat diadaptasi melalui simulasi digital, proyek kolaboratif, dan pembelajaran berbasis masalah (problem-based learning). Kusnadi dan Firmansyah (2020) menegaskan bahwa meskipun media digital membatasi pengalaman fisik, guru tetap dapat menciptakan pengalaman virtual yang menstimulus rasa ingin tahu dan refleksi siswa.

Dengan demikian, teori pembelajaran eksperiensial menggeser paradigma pendidikan dari sekadar transfer pengetahuan menjadi proses transformasi pengalaman. Melalui siklus belajar yang aktif dan reflektif, peserta didik belajar memahami hubungan antara teori dan praktik, serta mengembangkan keterampilan berpikir tingkat tinggi. Penerapan teori ini menuntut guru untuk merancang kegiatan yang mendorong eksplorasi, diskusi, dan refleksi mendalam, sehingga pembelajaran menjadi lebih kontekstual, bermakna, dan berorientasi pada pengembangan diri siswa.

4. Teori Konektivisme

Teori konektivisme merupakan paradigma pembelajaran modern yang berkembang seiring dengan pesatnya kemajuan teknologi informasi dan komunikasi. Teori ini pertama kali diperkenalkan oleh George Siemens (2005) dan Stephen Downes (2008) sebagai respons terhadap keterbatasan teori belajar tradisional seperti behaviorisme, kognitivisme, dan konstruktivisme dalam menjelaskan proses belajar di era digital. Konektivisme berpandangan bahwa pengetahuan tidak hanya berada dalam diri individu, tetapi juga tersebar di berbagai sumber eksternal seperti jaringan sosial, sistem digital, dan media daring yang saling terhubung membentuk ekosistem pengetahuan.

Menurut Nurul dan Setiawan (2021), teori konektivisme menekankan pentingnya kemampuan peserta didik dalam membangun dan memelihara koneksi dengan berbagai sumber informasi, baik manusia maupun non-manusia (seperti basis data, perangkat lunak, dan platform digital). Dalam konteks pembelajaran abad ke-21, kemampuan untuk menavigasi, mengevaluasi, dan mengelola informasi dari jaringan digital menjadi salah satu keterampilan utama. Pembelajaran tidak lagi sekadar menghafal informasi, tetapi

memahami cara memperoleh, memanfaatkan, dan memperbaruinya secara berkelanjutan. Secara prinsip, konektivisme berlandaskan pada enam konsep utama:

- a. Belajar sebagai proses menghubungkan node pengetahuan tersebar di jaringan.
- b. Kemampuan untuk mengetahui lebih penting daripada apa yang diketahui.
- c. Penyimpanan pengetahuan terjadi di luar diri manusia.
- d. Belajar melibatkan mengenali pola dan koneksi antar informasi.
- e. Kemampuan memperbarui pengetahuan menjadi hal krusial.
- f. Keputusan belajar selalu berubah mengikuti dinamika informasi. (Fauzi & Mahendra, 2020).

Dalam praktiknya, teori konektivisme banyak diterapkan dalam pembelajaran berbasis teknologi seperti e-learning, massive open online courses (MOOC), dan learning management systems (LMS). Nurul dan Setiawan (2021) menemukan bahwa penerapan prinsip konektivisme dalam pembelajaran berbasis teknologi informasi di perguruan tinggi dapat meningkatkan kolaborasi dan partisipasi mahasiswa. Mahasiswa tidak lagi terbatas pada interaksi dengan dosen, melainkan juga membangun jaringan pengetahuan melalui komunitas digital, forum diskusi, serta platform media sosial akademik.

Sementara itu, Fauzi dan Mahendra (2020) menekankan relevansi teori konektivisme dalam konteks pembelajaran daring selama pandemi COVID-19. Saat pembelajaran dilakukan secara jarak jauh, siswa harus mampu mengatur diri sendiri (self-regulated learning) serta menggunakan teknologi untuk mengakses sumber belajar yang luas. Melalui teori konektivisme, pembelajaran daring tidak hanya menjadi sarana transfer informasi, tetapi juga wadah bagi peserta didik untuk berkolaborasi, berbagi pengetahuan, dan membangun makna bersama.

Lebih jauh, teori konektivisme juga mendorong pembelajaran sepanjang hayat (lifelong learning). Dengan keterhubungan global yang semakin kuat, peserta didik diharapkan terus memperbarui pengetahuan melalui jejaring profesional, kursus daring, dan interaksi sosial digital. Nurul dan Setiawan (2021) menegaskan bahwa guru dan lembaga pendidikan perlu berperan sebagai penghubung (connector), bukan sekadar penyampai informasi. Guru harus mampu membantu siswa mengembangkan literasi digital, berpikir kritis terhadap informasi daring, serta membangun jaringan pembelajaran yang produktif.

Implikasi dari teori ini terhadap desain pembelajaran sangat signifikan. Kurikulum berbasis konektivisme mendorong integrasi teknologi, kolaborasi lintas disiplin, dan evaluasi berbasis proses koneksi informasi, bukan hanya hasil ujian. Model pembelajaran seperti blended learning dan project-based learning dapat dikembangkan dengan memanfaatkan jaringan digital sebagai sumber utama.

Dengan demikian, teori konektivisme menggambarkan pergeseran paradigma belajar dari ruang kelas konvensional menuju ekosistem pengetahuan terbuka dan terdistribusi. Dalam era digital, keberhasilan belajar ditentukan oleh kemampuan seseorang untuk membangun dan mengelola jaringan pengetahuan yang luas, serta beradaptasi dengan perubahan informasi yang terus berkembang.

5. Teori Belajar Sosial Emosional

Teori belajar sosial emosional (*social-emotional learning/SEL*) berfokus pada pengembangan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi, membangun hubungan positif, serta membuat keputusan yang bertanggung jawab. Teori ini berakar dari konsep kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) yang dikembangkan oleh Daniel Goleman (1995) dan diperkaya dengan prinsip-prinsip psikologi sosial modern. Dalam konteks pendidikan, teori ini menegaskan bahwa keberhasilan belajar tidak hanya ditentukan oleh kemampuan kognitif, tetapi juga oleh keseimbangan antara aspek sosial, emosional, dan moral peserta didik.

Menurut Fitriani dan Widodo (2021), pembelajaran sosial emosional memainkan peran penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan inklusif, terutama di masa pandemi COVID-19 ketika peserta didik menghadapi tekanan psikologis dan keterbatasan interaksi sosial. Melalui pembelajaran sosial emosional, siswa dilatih untuk mengenali perasaan mereka sendiri, memahami emosi orang lain, serta mengembangkan empati dan ketahanan diri (*resilience*). Guru berperan sebagai fasilitator yang membantu siswa mengekspresikan emosi secara positif dan membangun hubungan interpersonal yang harmonis di kelas maupun lingkungan daring. Pendekatan sosial emosional biasanya berfokus pada lima kompetensi utama yang dirumuskan oleh Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), yaitu:

- a. Kesadaran diri (*self-awareness*) kemampuan mengenali emosi, nilai, dan kekuatan diri sendiri.
- b. Manajemen diri (*self-management*) kemampuan mengatur emosi dan perilaku untuk mencapai tujuan.
- c. Kesadaran sosial (*social awareness*) kemampuan memahami dan menghargai perspektif orang lain.
- d. Keterampilan berelasi (*relationship skills*) kemampuan berkomunikasi dan berkolaborasi secara efektif.
- e. Pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (*responsible decision-making*) kemampuan membuat pilihan etis dan konstruktif. (Suryani & Ramadhan, 2022).

Dalam konteks pembelajaran di sekolah dasar, Fitriani dan Widodo (2021) menemukan bahwa penerapan teori belajar sosial emosional dapat memperkuat rasa empati dan tanggung jawab sosial siswa. Misalnya, kegiatan reflektif harian, permainan peran, dan diskusi kelompok mendorong siswa untuk mengekspresikan perasaan mereka serta belajar menghargai perbedaan. Guru yang menerapkan prinsip SEL secara konsisten menciptakan suasana kelas yang lebih positif, mengurangi konflik interpersonal, dan meningkatkan motivasi belajar.

Sementara itu, di tingkat sekolah menengah, Suryani dan Ramadhan (2022) menegaskan bahwa integrasi teori sosial emosional dalam pendidikan karakter membantu pembentukan kepribadian yang tangguh dan beretika. Dalam penelitian mereka di beberapa SMA di Mataram, integrasi SEL melalui kegiatan proyek sosial dan refleksi nilai-nilai Pancasila meningkatkan kemampuan siswa untuk berpikir kritis terhadap isu moral dan sosial. Pembelajaran yang menggabungkan aspek emosional dan sosial terbukti mampu memperkuat rasa kepemimpinan, empati, serta kemampuan resolusi konflik.

Di era digital saat ini, teori belajar sosial emosional juga berperan penting dalam mendukung kesejahteraan mental siswa. Tantangan pembelajaran daring, seperti isolasi sosial dan tekanan akademik, dapat diatasi dengan strategi pembelajaran yang

memperhatikan keseimbangan emosional. Fitriani dan Widodo (2021) menekankan perlunya guru mengembangkan komunikasi empatik dalam interaksi virtual, menggunakan aktivitas reflektif digital seperti journaling atau virtual sharing session untuk menjaga konektivitas emosional antarpeserta didik.

Dengan demikian, teori belajar sosial emosional memiliki implikasi besar terhadap penguatan karakter dan kesejahteraan psikologis siswa. Pembelajaran yang berlandaskan teori ini tidak hanya meningkatkan prestasi akademik, tetapi juga menumbuhkan kesadaran sosial, empati, dan tanggung jawab terhadap diri dan lingkungan. Dalam konteks pendidikan Indonesia, penerapan teori SEL sejalan dengan upaya penguatan pendidikan karakter (PPK) dan profil Pelajar Pancasila yang menekankan keseimbangan antara pengetahuan, moralitas, dan kemanusiaan.

KESIMPULAN

Kajian ini menegaskan bahwa teori-teori belajar populer memiliki peranan yang sangat penting dalam mengarahkan praktik pendidikan di era modern yang sarat dengan perubahan sosial, teknologi, dan nilai kemanusiaan. Setiap teori menawarkan perspektif unik yang saling melengkapi dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran yang holistik.

Pertama, teori belajar populer seperti behaviorisme, kognitivisme, dan konstruktivisme menekankan pentingnya keseimbangan antara pembentukan perilaku, pengembangan kemampuan berpikir, dan konstruksi makna dalam pembelajaran. Integrasi ketiganya memungkinkan pembelajaran yang adaptif dan kontekstual sesuai dengan karakteristik peserta didik dan tuntutan zaman (Nurdin, 2021; Hidayat & Lestari, 2020).

Kedua, teori humanistik berfokus pada pengembangan manusia secara utuh melalui pendekatan pembelajaran yang berpusat pada peserta didik. Pembelajaran bukan hanya transfer pengetahuan, tetapi juga proses pembentukan karakter, motivasi intrinsik, dan kesadaran diri. Dengan demikian, teori ini berperan besar dalam membentuk pribadi yang mandiri, empatik, dan bertanggung jawab (Sukirman & Wahyuni, 2022; Rahmawati & Hidayah, 2021).

Ketiga, teori pembelajaran eksperiensial menempatkan pengalaman nyata sebagai sumber utama pembelajaran. Proses belajar menjadi siklus aktif yang mencakup pengalaman konkret, refleksi, konseptualisasi, dan eksperimen. Pendekatan ini terbukti efektif meningkatkan keterampilan berpikir kritis, kolaborasi, dan kreativitas peserta didik (Kusnadi & Firmansyah, 2020; Hastuti & Syah, 2021).

Keempat, teori konektivisme menandai transformasi paradigma belajar di era digital. Pengetahuan kini dipandang sebagai jaringan dinamis yang tersebar di berbagai media dan hubungan sosial. Peserta didik dituntut memiliki literasi digital tinggi, kemampuan membangun koneksi, dan fleksibilitas dalam mengelola informasi yang terus berubah (Nurul & Setiawan, 2021; Fauzi & Mahendra, 2020).

Kelima, teori belajar sosial emosional (SEL) memperkuat dimensi kemanusiaan dalam pendidikan dengan menekankan kemampuan pengelolaan emosi, empati, komunikasi, dan tanggung jawab sosial. Teori ini mendukung penguatan pendidikan

karakter dan kesejahteraan psikologis peserta didik (Fitriani & Widodo, 2021; Suryani & Ramadhan, 2022).

Secara keseluruhan, kelima teori belajar ini memberikan fondasi teoritik dan praktis yang kuat untuk membangun sistem pendidikan yang relevan dengan tuntutan abad ke-21. Pendidik diharapkan tidak hanya memahami teori-teori ini secara konseptual, tetapi juga mampu menerapkannya secara integratif dalam desain pembelajaran, pengelolaan kelas, serta pengembangan kurikulum yang berpihak pada peserta didik.

DAFTAR REFERENSI

Fauzi, F., & Mahendra, R. (2020). Analisis penerapan teori konektivisme dalam pembelajaran daring masa pandemi COVID-19. *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Pembelajaran*, 8(1), 22–30. Universitas Negeri Surabaya.

Fitriani, N., & Widodo, S. (2021). Penguatan pembelajaran sosial emosional pada siswa sekolah dasar di masa pandemi. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 11(3), 245–257. Universitas Negeri Yogyakarta.

Hastuti, W., & Syah, M. (2021). Pengaruh model experiential learning terhadap kemampuan berpikir kritis siswa. *Jurnal Pendidikan Sains Indonesia*, 9(3), 150–160. Universitas Lampung.

Hidayat, R., & Lestari, T. (2020). Analisis teori-teori belajar populer dalam penerapan pembelajaran daring. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 5(3), 87–95. Universitas Negeri Yogyakarta.

Kusnadi, A., & Firmansyah, D. (2020). Penerapan teori experiential learning David Kolb dalam pembelajaran IPA. *Jurnal Inovasi Pendidikan Sains (JIPS)*, 8(2), 67–75. Universitas Pendidikan Indonesia.

Nurdin, S. (2021). Implementasi teori belajar dalam konteks pembelajaran abad 21. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 7(2), 112–124. Universitas Negeri Makassar.

Nurul, A., & Setiawan, I. (2021). Penerapan teori konektivisme dalam pembelajaran berbasis teknologi informasi. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 9(2), 45–54. Universitas Negeri Malang.

Rahmawati, E., & Hidayah, N. (2021). Implementasi teori humanistik dalam pembelajaran bahasa Indonesia di SMA. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Bahasa Indonesia*, 10(2), 77–88. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Sukirman, S., & Wahyuni, D. (2022). Pendekatan humanistik dalam pembelajaran untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 12(1), 45–56. Universitas Negeri Yogyakarta.

Suryani, L., & Ramadhan, A. (2022). Integrasi teori belajar sosial-emosional dalam pendidikan karakter di sekolah menengah. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(2), 99–110. Universitas Mataram