

Kelompok 6:

- Anggriea Ilfa Nanda Sari
- Danil Muh Tada Ahmad
- Dila Nurwalandari
- Nurul Aini
- Satrio Jahbrob
- Syaifullah Zuhri

Lembar Kerja 1.1**Rencana Penerapan Pembelajaran Sosial Emosional (PSE)**

Jenjang: SMK Kelas X/XI

Mata Pelajaran: Broadcasting / Produksi Film (DKV)

Kompetensi Sosial Emosional (CASEL)	Teknik Pembelajaran PSE / Aksi Nyata	Tujuan & Hasil yang Diharapkan
1. Kesadaran Diri (Self-Awareness)	Check-in Emosi sebelum Praktik Produksi Video. Di awal pembelajaran, siswa memilih kartu emosi atau mengisi <i>mood meter</i> , kemudian menyampaikan secara singkat perasaan mereka sebelum memulai praktik pengambilan gambar atau editing video.	Siswa mampu mengenali dan mengungkapkan emosi yang dirasakan, memahami pengaruh emosi terhadap konsentrasi dan kreativitas, serta mempersiapkan diri untuk mengikuti pembelajaran secara optimal.
2. Manajemen Diri (Self-Management)	Teknik STOP (Stop, Take a Breath, Observe, Proceed). Dilakukan sebelum praktik produksi, ketika menghadapi kendala teknis, atau saat kerja kelompok mulai memanas agar siswa dapat mengelola emosi sebelum bertindak.	Siswa mampu mengendalikan emosi, mengurangi stres saat menghadapi kesulitan teknis, meningkatkan fokus, serta menyelesaikan tugas dengan lebih tenang dan bertanggung jawab.
3. Kesadaran Sosial (Social Awareness)	Diskusi Empati melalui Analisis Video atau Film Pendek. Siswa menganalisis karakter, pesan sosial, dan sudut pandang tokoh dalam sebuah video, kemudian mendiskusikan bagaimana menghargai perbedaan perspektif.	Siswa memiliki empati terhadap orang lain, menghargai keberagaman pendapat dan latar belakang, serta mampu memahami isu sosial yang diangkat dalam karya audio visual.
4. Keterampilan Berelasi (Relationship Skills)	Kolaborasi Produksi Film Berbasis Tim. Setiap anggota kelompok memiliki peran (sutradara, kameramen, editor, talent, penulis naskah) serta menerapkan komunikasi yang santun, aktif mendengarkan, dan	Siswa mampu bekerja sama secara efektif, membangun komunikasi yang baik, menyelesaikan konflik secara damai, serta menghargai kontribusi setiap anggota tim dalam proses produksi.



	saling memberi umpan balik secara positif.	
5. Pengambilan Keputusan yang Bertanggung Jawab (Responsible Decision Making)	Analisis Keputusan Produksi Menggunakan POOCH (Problem, Options, Outcomes, Choices, How). Siswa menentukan teknik pengambilan gambar, lokasi syuting, penggunaan properti, dan etika perekaman dengan mempertimbangkan berbagai konsekuensi dari setiap pilihan.	Siswa mampu mengambil keputusan yang mempertimbangkan aspek etika, keselamatan kerja, penggunaan peralatan, serta bertanggung jawab terhadap hasil produksi dan dampaknya bagi orang lain.

Jawaban Pertanyaan Diskusi

Dapatkah Anda membuat rencana program bagi guru yang kadang tidak luput dari rasa kesal saat proses pendidikan berlangsung? Ya, dapat.

Program: "Guru Tenang, Pembelajaran Berkembang"

Tujuan Program

- Membantu guru mengelola emosi ketika menghadapi berbagai tantangan selama proses pembelajaran.
- Meningkatkan kesejahteraan emosional guru sehingga tercipta lingkungan belajar yang positif.
- Mengurangi respons impulsif guru saat menghadapi perilaku siswa yang menantang.

Kegiatan Program

1. **Refleksi Mingguan Guru**
 - Guru menuliskan pengalaman mengajar, penyebab munculnya emosi, serta solusi yang dapat dilakukan pada pembelajaran berikutnya.
2. **Pelatihan Regulasi Emosi**
 - Workshop mengenai teknik mindfulness, pernapasan dalam, positive self-talk, dan manajemen stres.
3. **Peer Support Group**
 - Guru berdiskusi bersama rekan sejawat untuk saling berbagi pengalaman dan strategi menghadapi masalah di kelas.
4. **Coaching dan Konseling**
 - Guru memperoleh pendampingan dari kepala sekolah, guru BK, atau konselor apabila mengalami tekanan emosional yang berkepanjangan.
5. **Apresiasi Guru**
 - Sekolah memberikan penghargaan atas inovasi pembelajaran, kedisiplinan, dan keberhasilan guru dalam menciptakan kelas yang positif.

Pihak yang Membantu Program

- Kepala Sekolah sebagai pengarah kebijakan dan pemberi dukungan.
- Wakil Kepala Sekolah bidang Kurikulum dalam mengatur beban kerja guru.
- Guru BK/Konselor sebagai pendamping psikologis.

- Rekan sejawat melalui komunitas belajar dan diskusi rutin.
- Pengawas Sekolah sebagai pembina profesional.
- Orang tua siswa melalui komunikasi yang terbuka.
- Psikolog (jika diperlukan) untuk pendampingan lebih lanjut.

Strategi Pengelolaan Emosi Guru

1. Mengenali tanda-tanda emosi sebelum bereaksi.
2. Melakukan teknik pernapasan (deep breathing) selama 1–2 menit.
3. Menggunakan teknik *pause before responding* sebelum menegur siswa.
4. Melakukan refleksi setelah pembelajaran untuk mengevaluasi penyebab emosi.
5. Berdiskusi dengan rekan guru atau mentor ketika menghadapi masalah.
6. Menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi.
7. Mengikuti pelatihan pengembangan kompetensi sosial emosional secara berkala.
8. Menerapkan komunikasi asertif kepada siswa dan orang tua.

Kesimpulan

Penerapan Pembelajaran Sosial Emosional (PSE) pada mata pelajaran Broadcasting di SMK tidak hanya membantu siswa mengembangkan keterampilan teknis, tetapi juga membentuk kemampuan mengenali emosi, bekerja sama, berempati, dan mengambil keputusan secara bertanggung jawab. Di sisi lain, guru juga perlu memiliki kemampuan regulasi emosi melalui dukungan sekolah, rekan sejawat, dan konselor agar mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman, positif, dan kondusif bagi seluruh peserta didik.