



Peran Keterampilan Sosial Emosional (KSE) terhadap Kesiapan Psikologis Murid Kelas VI SD dalam Menghadapi Tes Kemampuan Akademik (TKA)

Nur Hidayati^{1*}, Moch Widjanarko², Indah Lestari³

¹⁻³ Universitas Muria Kudus, Indonesia

*Penulis Koresponding: chidayatinur@gmail.com

Abstract. *The implementation of the Academic Ability Test (TKA) at the elementary school level requires not only students' cognitive readiness but also psychological readiness to enable them to cope adaptively with evaluation-related pressure. One factor believed to play an important role in developing psychological readiness is Social Emotional Learning (SEL), which include self-awareness, self-management, social awareness, relationship skills, and responsible decision-making. This study aims to analyze the role of Social Emotional Skills in the psychological readiness of sixth-grade elementary school students in facing the Academic Ability Test. This research employed a quantitative approach with a correlational design. Data were collected through a Likert-scale questionnaire administered to sixth-grade students at SDN 1, 2, and 3 Ngetuk, Ngetuk village, Nalumsari district, Jepara regency. Data analysis was conducted using correlation analysis and simple linear regression. The results indicate a significant positive relationship between Social Emotional Learning and students' psychological readiness. Regression analysis further reveals that Social Emotional Skills make a substantial contribution to students' psychological readiness in facing the Academic Ability Test, indicating that higher levels of Social Emotional Learning are associated with higher levels of psychological readiness. These findings confirm that Social Emotional Skills play a crucial role in fostering mental resilience, self-confidence, and students' ability to manage anxiety when confronting nationally standardized academic assessments. The implications of this study suggest that elementary schools in Indonesia need to systematically integrate the development of Social Emotional Learning into instructional practices and school culture to ensure that students possess optimal psychological readiness when undergoing nationally standardized academic evaluations such as the Academic Ability Test.*

Keywords: *Academic Ability Test; Elementary School; Psychological Readiness; Social Emotional Learning; Social Emotional Skills.*

Abstrak. Pelaksanaan Tes Kemampuan Akademik (TKA) pada jenjang sekolah dasar (SD) tidak hanya menuntut kesiapan kognitif murid, tetapi juga menuntut kesiapan psikologis agar murid mampu menghadapi tekanan evaluasi secara adaptif. Salah satu faktor yang diduga berperan penting dalam membangun kesiapan psikologis tersebut adalah Keterampilan Sosial Emosional (KSE), yang mencakup kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran KSE terhadap kesiapan psikologis murid kelas VI SD dalam menghadapi TKA. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Data dikumpulkan melalui angket skala *Likert* yang diberikan kepada murid kelas VI di SDN 1, 2, dan 3 Ngetuk, desa Ngetuk, kecamatan Nalumsari, kabupaten Jepara. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara KSE dan kesiapan psikologis murid. Temuan regresi mengindikasikan bahwa KSE memberikan kontribusi yang cukup kuat terhadap kesiapan psikologis murid dalam menghadapi TKA, yang berarti peningkatan KSE diikuti oleh peningkatan kesiapan psikologis. Hasil ini menegaskan bahwa KSE berperan penting dalam membentuk ketahanan mental, rasa percaya diri, serta kemampuan murid dalam mengelola kecemasan saat menghadapi asesmen akademik berstandar nasional. Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa SD sebagai lembaga pendidikan dasar di Indonesia perlu mengintegrasikan pengembangan KSE secara sistematis ke dalam proses pembelajaran dan budaya sekolah agar murid memiliki kesiapan psikologis yang optimal dalam menghadapi evaluasi akademik berstandar nasional seperti TKA.

Kata kunci: Kesiapan Psikologis; Keterampilan Sosial Emosional ; Pembelajaran Sosial Emosional; Sekolah Dasar; Tes Kemampuan Akademik.

1. LATAR BELAKANG

Tes Kemampuan Akademik (TKA) merupakan instrumen evaluasi capaian akademik murid yang diselenggarakan secara nasional dengan prinsip kejujuran, kerahasiaan, dan akuntabilitas. Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2025, TKA bertujuan untuk memperoleh informasi capaian akademik murid yang terstandar nasional, baik untuk keperluan seleksi akademik maupun sebagai upaya penjaminan dan pengendalian mutu pendidikan. Pada jenjang sekolah dasar (SD) khususnya kelas VI, TKA menjadi bagian dari fase transisi penting menuju pendidikan menengah pertama, sehingga menempatkan murid pada situasi evaluatif yang menuntut kesiapan tidak hanya secara kognitif, tetapi juga secara psikologis. Kondisi ini menuntut adanya kesiapan psikologis yang mencakup aspek regulasi emosi, motivasi, kepercayaan diri, dan kemampuan menghadapi stres (Santrock, 2019).

Kesiapan psikologis murid mencakup kemampuan mengelola emosi, menjaga motivasi, membangun kepercayaan diri, serta menghadapi tekanan dan stres yang muncul dalam konteks evaluasi akademik. Murid yang tidak memiliki kesiapan psikologis yang memadai cenderung mengalami kecemasan berlebihan, penurunan konsentrasi, dan kesulitan menampilkan potensi akademik secara optimal. Oleh karena itu, kesiapan psikologis menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan asesmen akademik berstandar nasional seperti TKA.

Salah satu faktor yang dipandang berperan strategis dalam membentuk kesiapan psikologis murid adalah Keterampilan Sosial Emosional (KSE) atau *Social Emotional Learning* (SEL). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penguasaan KSE membantu murid dalam mengenali dan mengelola emosi, menjalin hubungan sosial yang positif, serta mengambil keputusan yang adaptif dalam situasi penuh tekanan. Murid dengan keterampilan sosial emosional yang baik cenderung memiliki ketahanan mental yang lebih kuat dan mampu menghadapi tantangan akademik secara lebih konstruktif. Meskipun urgensi keterampilan sosial emosional semakin diakui, kajian empiris yang secara spesifik mengaitkan peran SEL dengan kesiapan psikologis murid sekolah dasar dalam menghadapi Tes Kemampuan Akademik masih relatif terbatas, terutama di konteks pendidikan dasar Indonesia. Sebagian besar penelitian yang ada lebih menekankan hubungan SEL dengan prestasi akademik atau kesejahteraan murid secara umum, sementara kesiapan psikologis sebagai konstruk tersendiri dalam menghadapi asesmen berstandar nasional belum banyak ditelaah. Kesenjangan inilah yang menunjukkan adanya kebutuhan penelitian yang lebih terfokus dan kontekstual.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran Keterampilan Sosial Emosional (KSE) terhadap kesiapan psikologis murid kelas VI SD dalam menghadapi Tes Kemampuan Akademik (TKA). Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan kebijakan dan praktik pembelajaran. Mulai dari pengajaran secara eksplisit di kelas hingga kemitraan dengan keluarga dan komunitas untuk terus mengupayakan proses kolaboratif dan berkelanjutan (Kemendikbudristek, 2022). Selanjutnya juga memperhatikan aspek sosial emosional murid dalam mempersiapkan pelaksanaan evaluasi akademik berstandar nasional.

2. KAJIAN TEORITIS

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL, 2020) menjelaskan bahwa KSE terdiri dari lima kompetensi inti yaitu kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. CASEL (2020) menegaskan bahwa SEL memiliki implikasi langsung terhadap kesiapan akademik maupun psikologis murid. Bandura (1997) melalui teori efikasi diri menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya sangat menentukan cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak ketika menghadapi tantangan. Murid dengan efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, mampu mengelola kecemasan, dan menunjukkan ketahanan psikologis yang lebih kuat saat menghadapi tes akademik. Efikasi diri ini berkembang melalui pengalaman keberhasilan, dukungan sosial, dan regulasi emosi, yang semuanya merupakan bagian integral dari keterampilan sosial emosional. Sedangkan Zimmerman (2000) melalui teori *self regulated learning* menekankan bahwa kemampuan mengatur tujuan, motivasi, emosi, dan perilaku belajar merupakan kunci keberhasilan akademik. Regulasi diri tidak hanya berkaitan dengan strategi kognitif, tetapi juga dengan kontrol emosi dan motivasi. Dalam konteks ini, SEL berperan sebagai fondasi pengembangan regulasi diri yang memungkinkan murid tetap fokus, tenang, dan termotivasi selama proses evaluasi akademik berlangsung.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pembelajaran sosial emosional memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan dan kesiapan belajar. Studi sistematis yang dilakukan oleh Minarti et al. (2025) menemukan bahwa implementasi SEL secara konsisten meningkatkan regulasi emosi, motivasi belajar, kualitas hubungan sosial, dan resiliensi murid sekolah dasar. Bahkan, SEL yang terintegrasi dalam kurikulum dan didukung oleh pelatihan guru terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis murid. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Handayani & Kaffa, (2025) menemukan korelasi kuat antara

perkembangan sosial emosional dan kesiapan sekolah. Anak dengan regulasi emosi yang baik, empati, dan kemampuan bekerja sama menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih tinggi, mengikuti rutinitas sekolah dengan lebih baik, serta menunjukkan performa akademik yang lebih stabil. Temuan ini menguatkan bahwa KSE merupakan pondasi penting bagi kesiapan memasuki situasi evaluatif, termasuk tes akademik berstandar nasional seperti TKA.

Dari perspektif global, literatur Ibanga et al. (2024) juga menegaskan bahwa SEL memberikan dampak jangka panjang terhadap keberhasilan akademik, kesehatan mental, dan kualitas hubungan sosial. Terbukti bahwa keberhasilan penerapan SEL sangat bergantung pada kompetensi guru, relevansi program, dan pengukuran hasil yang tepat. SEL yang diterapkan dengan baik terbukti memperkuat resiliensi dan kemampuan murid menghadapi tantangan akademik dan psikologis di SD. Perubahan konteks pembelajaran dalam beberapa tahun terakhir juga menunjukkan bahwa aspek sosial emosional murid semakin krusial. Studi Yates et al. (2025) mengungkapkan adanya penurunan keterampilan sosial dan regresi emosional pada anak usia SD selama pandemi akibat berkurangnya interaksi sosial dan meningkatnya tekanan belajar. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial emosional sangat diperlukan untuk memulihkan dan menguatkan kesiapan psikologis murid dalam menghadapi tuntutan akademik berstandar nasional seperti TKA.

Secara keseluruhan, hasil-hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa KSE berperan penting dalam membentuk kesiapan psikologis murid kelas VI ketika menghadapi situasi evaluatif yang berstandar nasional seperti TKA. KSE membantu murid mengelola stres, menjaga motivasi, beradaptasi dengan tuntutan akademik, dan membuat keputusan yang tepat selama proses tes berjalan. Meskipun urgensi KSE sangat jelas, masih terdapat kekurangan pemetaan empiris terkait bagaimana KSE berperan langsung terhadap kesiapan psikologis murid SD kelas VI dalam menghadapi TKA. Sebagian besar penelitian di Indonesia masih berfokus pada pengaruh KSE terhadap prestasi akademik secara umum, padahal kesiapan psikologis merupakan konstruk yang spesifik dan perlu dianalisis secara mandiri. Dengan demikian, penelitian ini penting untuk mengisi kesenjangan tersebut dan memberikan kontribusi terhadap pengembangan intervensi pendidikan yang lebih komprehensif.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasi dan analisis regresi sederhana untuk menguji peran KSE sebagai variabel bebas (X) terhadap kesiapan psikologis murid kelas VI SD dalam menghadapi TKA sebagai variabel terikat (Y). Desain korelasional memungkinkan peneliti untuk mengukur sejauh mana perubahan pada satu variabel berkaitan dengan perubahan pada variabel lainnya tanpa memanipulasi kondisi subjek (Creswell, 2018).

Data yang diperoleh dari angket dianalisis menggunakan pendekatan statistik kuantitatif. Analisis diawali dengan pengujian reliabilitas instrumen menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* untuk memastikan konsistensi internal setiap skala pengukuran. Selanjutnya, statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan kecenderungan data, meliputi nilai rata-rata, simpangan baku, serta skor minimum dan maksimum pada masing-masing variabel. Pengujian hubungan antara keterampilan sosial emosional dan kesiapan psikologis murid menggunakan analisis korelasi *Pearson*. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara kedua variabel penelitian. Selanjutnya, untuk mengetahui peran keterampilan sosial emosional dalam memprediksi kesiapan psikologis murid dalam menghadapi TKA, dilakukan analisis regresi linear sederhana. Model regresi digunakan untuk mengidentifikasi besarnya kontribusi KSE terhadap kesiapan psikologis serta untuk membentuk persamaan prediktif antara kedua variabel. Seluruh analisis statistik dilakukan pada tingkat signifikansi 0.05. Hasil analisis disajikan dalam bentuk nilai koefisien korelasi, koefisien determinasi, serta persamaan regresi yang diinterpretasikan secara substantif sesuai dengan konteks pendidikan dasar.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada semua murid SD Negeri 1, 2, dan 3 Ngetuk, desa Ngetuk, kecamatan Nalumsari, kabupaten Jepara yang berjumlah 44 orang. Jumlah populasi relatif kecil, maka penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh (total sampling), yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2019). Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan mencerminkan kondisi nyata populasi yang diteliti.

Pengumpulan data dilakukan dengan langkah-langkah berikut: (1) persiapan, meliputi penyusunan instrumen, uji validitas isi, dan penyusunan surat izin penelitian untuk diberikan kepada SD 1, 2, 3 Ngetuk; (2) pelaksanaan, yaitu pemberian angket kepada murid kelas VI di masing-masing sekolah dengan pendampingan wali kelas untuk menjamin pemahaman instruksi, dan (3) pengolahan data awal, yaitu pemeriksaan kelengkapan angket dan pengkodean data untuk analisis kuantitatif. Sebelum pengumpulan data, peneliti juga

memberikan penjelasan singkat tentang tujuan penelitian, memastikan prinsip etika penelitian seperti kerahasiaan data dan partisipasi sukarela ditegakkan (Neuman, 2020).

Data diperoleh melalui tiga teknik utama: (1) angket tertutup yang berisi 40 item (20 butir tentang KSE dan 20 butir tentang kesiapan psikologis). Skala Likert 5 poin dengan 1 = sangat tidak setuju; 2 = tidak setuju; 3 = netral; 4 = setuju; dan 5 = sangat setuju; (2) observasi partisipatif terhadap aktivitas latihan soal TKA selama dua jam pelajaran, dan (3) studi dokumentasi terhadap dokumen TKA seperti identitas murid kelas VI, dokumen soal latihan TKA, serta dokumen jawaban murid terhadap soal latihan TKA. Data observasi partisipatif dan dokumentasi digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat pemahaman konteks pelaksanaan TKA, namun tidak dianalisis secara statistik.

Tabel 1. Statistik Deskriptif.

Variabel	Mean	SD	Minimum	Maksimum
KSE	86.73	7.41	76	100
Kesiapan psikologis	81.45	9.45	65	100

Sebagian besar murid memiliki KSE dan kesiapan psikologis pada kategori cukup sampai dengan tinggi.

Tabel 2. Reliabilitas Instrumen.

Variabel	Cronbach's Alpha	Kategori
KSE	0.863	Sangat reliabel
Kesiapan psikologis	0.916	Sangat reliabel

Kemudian untuk korelasi *pearson*, terdapat hubungan positif signifikan: (1) $r = 0.589$, $p < 0.001$; dan (2) kategori sedang sampai dengan kuat. Hal ini berarti jika semakin tinggi KSE, maka semakin tinggi kesiapan psikologis murid.

Tabel 3. Analisis Regresi Linear Sederhana.

Parameter	Koefisien	p-value	Interpretasi
Konstanta	16.357	0.244	Tidak signifikan
KSE	0.751	< 0.001	Sangat signifikan

Nilai $R^2 = 0.347$, artinya KSE menjelaskan 34.7% variasi kesiapan psikologis murid. Sehingga persamaan regresinya adalah sebagai berikut:

$$\text{Kesiapan psikologis} = 16.357 + 0.751 \times \text{KSE}$$

Interpretasi: setiap peningkatan 1 poin KSE meningkatkan kesiapan psikologis sebesar 0.751 poin.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan sosial emosional (KSE) memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kesiapan psikologis murid kelas VI SD dalam menghadapi Tes Kemampuan Akademik (TKA). Temuan ini menguatkan kerangka konseptual bahwa KSE yang menempatkan kemampuan mengenali dan mengelola emosi, membangun relasi positif, serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab sebagai fondasi penting dalam kesiapan mental peserta didik (CASEL, 2020).

Nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0.589$ menunjukkan bahwa murid dengan tingkat KSE yang lebih tinggi cenderung memiliki kesiapan psikologis yang lebih baik. Secara substantif, hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan mengelola emosi, menjaga motivasi, serta mempertahankan fokus berperan penting dalam menghadapi situasi evaluatif yang menimbulkan tekanan psikologis. Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa asesmen berisiko tinggi dapat memicu kecemasan, gangguan konsentrasi, dan ketegangan emosional apabila tidak diimbangi dengan keterampilan regulasi diri yang memadai (Putwain et al., 2024).

Hasil analisis regresi linear sederhana memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa KSE berkontribusi sebesar 34,7% terhadap variasi kesiapan psikologis siswa. Kontribusi ini tergolong moderat dan bermakna, mengingat kesiapan psikologis merupakan konstruk multidimensional yang juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan, dukungan sosial, dan pengalaman belajar. Persamaan regresi kesiapan psikologis = $16.357 + 0.751(KSE)$ menunjukkan bahwa peningkatan KSE berasosiasi langsung dengan peningkatan kesiapan psikologis siswa dalam menghadapi TKA.

Secara teoritis, temuan ini selaras dengan pendekatan humanistik yang menekankan pentingnya pemenuhan kebutuhan psikologis dasar seperti rasa aman dan kepercayaan diri sebelum individu mampu menghadapi tuntutan akademik secara optimal. Hasil penelitian ini juga mendukung perspektif ekologi perkembangan yang memandang kesiapan psikologis sebagai hasil interaksi antara kompetensi personal dan konteks lingkungan belajar. Implementasi SEL yang konsisten di SD terbukti mampu menciptakan iklim belajar yang suportif dan kondusif bagi perkembangan emosional siswa (Waryani et al., 2025).

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa penguatan keterampilan sosial emosional bukan hanya berkontribusi pada aspek sosial dan karakter, tetapi juga memiliki implikasi langsung terhadap kesiapan psikologis siswa dalam menghadapi asesmen akademik yang menantang. Integrasi SEL ke dalam pembelajaran reguler dan program pendampingan siswa menjadi strategi penting untuk mempersiapkan murid secara mental, khususnya dalam konteks evaluasi berstandar nasional seperti TKA.

Implikasi Penelitian

Temuan penelitian ini memiliki implikasi teoritis dan praktis yang relevan bagi pengembangan pendidikan dasar, khususnya dalam konteks kesiapan murid menghadapi asesmen akademik berstandar nasional seperti TKA.

Secara teoretis, hasil penelitian memperkuat kerangka konseptual KSE yang menempatkan keterampilan sosial emosional sebagai salah satu determinan penting dalam kesiapan psikologis murid. Kontribusi KSE sebesar 34,7% terhadap kesiapan psikologis menunjukkan bahwa aspek non kognitif memiliki peran yang signifikan dalam mendukung keberhasilan murid menghadapi situasi evaluatif. Temuan ini memberikan bukti empiris bahwa pengembangan kompetensi sosial emosional perlu dipandang sebagai bagian integral dari kesiapan belajar, bukan sekadar pelengkap aspek akademik.

Secara praktis, penelitian ini memberikan implikasi bagi sekolah dan pendidik untuk lebih menekankan penguatan KSE dalam proses pembelajaran sehari-hari. Guru dapat mengintegrasikan latihan pengelolaan emosi, penguatan kepercayaan diri, serta strategi regulasi diri dalam kegiatan kelas maupun pembelajaran berbasis proyek. Pendekatan tersebut berpotensi membantu murid mengelola kecemasan, meningkatkan fokus, dan membangun kesiapan mental yang lebih stabil menjelang pelaksanaan TKA. Selain itu, bagi pihak sekolah dan pengelola pendidikan, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya merancang program pendampingan psikologis dan bimbingan konseling yang berorientasi pada penguatan KSE. Program tersebut dapat berfungsi sebagai langkah preventif untuk meminimalkan tekanan psikologis murid serta menciptakan iklim evaluasi yang lebih suportif dan humanis.

Dengan demikian, pengintegrasian KSE secara sistematis dalam kebijakan dan praktik pendidikan dasar diharapkan dapat meningkatkan kesiapan psikologis sekaligus mendukung keberhasilan murid dalam menghadapi asesmen akademik secara lebih adaptif.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, KSE murid kelas VI SD berada pada kategori cukup hingga tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar murid telah memiliki kemampuan dasar dalam mengelola emosi, berinteraksi secara positif dengan lingkungan sosial, serta menunjukkan tanggung jawab dalam menghadapi tuntutan belajar. Sejalan dengan itu, kesiapan psikologis murid dalam menghadapi TKA juga berada pada kategori baik, yang mencerminkan kondisi mental murid yang relatif siap untuk menghadapi proses evaluasi akademik berstandar nasional.

Hasil analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara KSE dan kesiapan psikologis murid. Temuan ini menegaskan bahwa peningkatan KSE diikuti oleh peningkatan kesiapan psikologis murid dalam menghadapi TKA. Lebih lanjut lagi, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa KSE berperan signifikan sebagai prediktor kesiapan psikologis dengan kontribusi sebesar 34,7%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa murid yang memiliki KSE lebih kuat cenderung memiliki kesiapan mental yang lebih baik dalam menghadapi asesmen akademik berstandar nasional.

Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, sekolah dan pendidik disarankan untuk mengintegrasikan pengembangan KSE secara lebih sistematis dalam proses pembelajaran. Penguatan KSE melalui aktivitas pembelajaran, pembiasaan kelas, serta program pendampingan murid diharapkan dapat membantu meningkatkan kesiapan psikologis murid dalam menghadapi TKA.

Selain itu, pihak sekolah dapat mengembangkan program bimbingan yang berfokus pada pengelolaan emosi, peningkatan kepercayaan diri, dan strategi menghadapi tekanan akademik sebagai langkah preventif dalam mempersiapkan murid secara mental. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kesiapan psikologis murid, seperti dukungan keluarga, lingkungan belajar, atau pengalaman akademik, sehingga kajian mengenai kesiapan psikologis murid dalam menghadapi asesmen akademik dapat dikembangkan secara lebih komprehensif.

DAFTAR REFERENSI

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- CASEL. (2020). *What is SEL?* Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. <https://casel.org/what-is-sel/>
- Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Handayani, O. D., & Kaffa, S. (2025). The influence of social-emotional development on school readiness in early childhood: A study of 5–6 year-olds in Bogor Regency. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 10(1), 127–138. <https://doi.org/10.14421/jga.2025.101-10>
- Ibanga, I. J., Yusuf, M. A., & Umoru, M. L. (2024). Advancing social-emotional learning in elementary education: Exploring implementation, inclusivity, and long-term impact.

- International Journal of Learning Reformation in Elementary Education*, 3(3), 176–187.
<https://doi.org/10.56741/ijlree.v3i03.787>
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. (2022). *Modul Pendidikan Guru Penggerak 2.2: Pembelajaran sosial dan emosional*.
- Minarti, R., Waryani, R., & Salimi, M. (2025). Social emotional learning in elementary education: A systematic review of implementation and outcomes. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar*, 9(2), 441–474.
- Neuman, W. L. (2020). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches* (8th ed.). Pearson Education.
- Peraturan Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2025 tentang Tes Kemampuan Akademik. (2025).
- Putwain, D. W., von der Embse, N. P., Nicholson, L. J., & Daumiller, M. (2024). Emotional intersection: Delineating test anxiety, emotional disorders, and student well-being. *Journal of School Psychology*, 107, Article 101390.
<https://doi.org/10.1016/j.jsp.2024.101390>
- Santrock, J. W. (2019). *Educational psychology* (6th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Waryani, R., Salimi, M., & Zulfadli, M. S. (2025). Integrating social emotional learning in elementary classrooms: Implications for student well-being and academic readiness. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(3), 930–947.
- Yates, J., Young, C., & Mantler, T. (2025). Elementary students' social, emotional, and cognitive development during the COVID-19 pandemic in North America: A scoping review. *PLOS Global Public Health*, 5(9), 1–18.
<https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0005148>
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.