

Strategi Guru dalam Membangun Hubungan Afektif Siswa Kelas V di SD Labschool UNNES dengan Pendekatan *Mindful Learning*

Setiawan Hakim Utama*, Titi Prihatin

Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia

*Corresponding Author: akimutama7@gmail.com

Dikirim: 14-06-2026; Direvisi: 26-06-2026; Diterima: 30-06-2026

Abstrak: Hubungan afektif antara guru dan siswa merupakan faktor penting yang mendukung keberhasilan pembelajaran di sekolah dasar. Namun, pembelajaran di sekolah masih cenderung berfokus pada aspek kognitif sehingga pengembangan hubungan afektif belum memperoleh perhatian yang optimal. Salah satu pendekatan yang dapat mendukung penguatan hubungan afektif adalah *Mindful Learning*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi guru dalam membangun hubungan afektif siswa kelas V di SD Labschool UNNES serta menganalisis penerapan *Mindful Learning* dalam mendukung hubungan tersebut. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek guru dan siswa kelas V. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan angket siswa, kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru membangun hubungan afektif melalui pemberian motivasi dan ice breaking, komunikasi yang terbuka, dukungan emosional, empati, serta penguatan positif. Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa strategi tersebut menciptakan suasana belajar yang nyaman dan mendorong keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Hasil angket juga menunjukkan bahwa mayoritas siswa memberikan respons positif terhadap hubungan afektif yang terjalin dengan guru. Penerapan *Mindful Learning* dilakukan melalui kegiatan refleksi, kesadaran napas dan tubuh, fleksibilitas kognitif, serta keterbukaan terhadap pengalaman baru. Penerapan tersebut mendukung pengembangan kesadaran belajar, regulasi emosi, dan interaksi yang lebih empatik antara guru dan siswa. Dengan demikian, *Mindful Learning* dapat mendukung penguatan hubungan afektif di sekolah dasar.

Kata Kunci: hubungan afektif; guru dan siswa; *Mindful Learning*; sekolah dasar; strategi guru.

Abstract: Teacher–student affective relationships play an important role in supporting successful learning in elementary schools. However, classroom practices tend to focus more on cognitive achievement, causing the development of affective relationships to receive less attention. One approach that can support the strengthening of affective relationships is *Mindful Learning*. This study aimed to describe teachers’ strategies for building affective relationships with fifth-grade students at SD Labschool UNNES and to analyze the implementation of *Mindful Learning* in supporting these relationships. This research employed a descriptive qualitative approach involving a fifth-grade teacher and students as participants. Data were collected through observations, interviews, documentation, and student questionnaires and were analyzed using the Miles and Huberman model, which consists of data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings revealed that teachers fostered affective relationships through motivation and ice-breaking activities, open communication, emotional support, empathy, and positive reinforcement. Observation and interview results showed that these strategies created a comfortable learning environment and encouraged students’ engagement in learning activities. Questionnaire results also indicated that most students responded positively to the affective relationships established with their teacher. *Mindful Learning* was implemented through reflective activities, breath

and body awareness, cognitive flexibility, and openness to new experiences. These practices supported the development of learning awareness, emotional regulation, and more empathetic interactions between teachers and students. Therefore, Mindful Learning can serve as an effective approach to strengthening teacher–student affective relationships in elementary schools.

.Keywords: affective relationship, Mindful Learning, teacher strategy, elementary school, teacher–student relationship.

PENDAHULUAN

Pendidikan dasar merupakan tahap penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia karena pada jenjang ini peserta didik tidak hanya mengalami perkembangan kognitif, tetapi juga perkembangan sosial dan emosional yang berpengaruh terhadap keberhasilan belajar pada tahap selanjutnya. Siswa sekolah dasar, khususnya kelas V, berada pada fase perkembangan operasional konkret yang ditandai dengan meningkatnya kemampuan berpikir logis, membangun interaksi sosial, serta mengembangkan kesadaran diri dan emosi. Oleh karena itu, proses pembelajaran tidak cukup berorientasi pada pencapaian aspek kognitif semata, tetapi juga perlu memperhatikan perkembangan aspek afektif dan sosial siswa sebagai bagian penting dari keberhasilan pendidikan secara menyeluruh (Yuliarto, 2024).

Salah satu aspek afektif yang memiliki peran penting dalam pembelajaran adalah hubungan antara guru dan siswa. Hubungan afektif yang positif ditandai dengan adanya kedekatan emosional, rasa saling percaya, empati, dan komunikasi yang terbuka antara guru dan siswa. Hubungan tersebut mampu menciptakan rasa aman secara psikologis sehingga siswa lebih aktif, percaya diri, dan terlibat dalam proses pembelajaran. Menurut Yasin et al (2024), Hubungan yang positif antara guru dan siswa berperan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan mendukung keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Interaksi yang hangat, komunikasi yang terbuka, serta perhatian guru terhadap kebutuhan siswa dapat mendorong siswa untuk lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan belajar. Hubungan guru-siswa yang baik terbukti berkontribusi terhadap motivasi, partisipasi, dan pencapaian akademik siswa sekolah dasar. Selain itu, Selain itu, pola interaksi yang dibangun guru dengan siswa juga berpengaruh terhadap motivasi belajar. Guru yang mampu menjalin komunikasi positif, memberikan perhatian, dan menciptakan suasana pembelajaran yang mendukung dapat menumbuhkan motivasi belajar siswa secara lebih optimal (Arfiansah & Wahyudi, 2026).

Meskipun hubungan afektif memiliki peran yang penting, praktik pendidikan di sekolah masih sering berfokus pada pencapaian akademik dan penyelesaian target kurikulum. Guru lebih banyak diarahkan untuk mencapai hasil belajar yang terukur, sementara aspek emosional dan kualitas interaksi dengan siswa belum selalu mendapat perhatian yang optimal. Padahal, kualitas hubungan guru dan siswa memiliki peran penting dalam mendukung motivasi belajar, partisipasi aktif, serta pencapaian akademik siswa. Hubungan yang positif ditandai dengan adanya kedekatan, komunikasi yang baik, dan dukungan guru terhadap siswa sehingga mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna (Yasin et al., 2024). Lebih lanjut, menurut Edi et al (2023) pola interaksi yang hangat dan suportif antara guru dan siswa dapat menumbuhkan motivasi belajar siswa. Guru yang memberikan perhatian, penguatan positif, dan kesempatan berinteraksi secara aktif dengan siswa



cenderung mampu meningkatkan semangat belajar serta keterlibatan siswa dalam kegiatan pembelajaran.

Perkembangan paradigma pendidikan abad ke-21 mendorong munculnya berbagai pendekatan pembelajaran yang tidak hanya menekankan aspek kognitif, tetapi juga aspek afektif dan kesejahteraan peserta didik. Salah satu pendekatan yang mulai banyak mendapat perhatian adalah *Mindful Learning*. Pendekatan ini menekankan kesadaran penuh terhadap pengalaman belajar yang sedang berlangsung, keterbukaan terhadap informasi baru, serta kemampuan mengelola emosi secara positif. Kabat-Zinn (2003) mendefinisikan mindfulness sebagai kesadaran yang muncul melalui perhatian yang disengaja terhadap pengalaman saat ini tanpa memberikan penilaian. Dalam konteks pendidikan, pendekatan ini memungkinkan peserta didik mengembangkan fokus, regulasi emosi, dan kesadaran diri yang lebih baik.

Penerapan *Mindful Learning* dalam pembelajaran memiliki potensi untuk memperkuat hubungan afektif antara guru dan siswa. Praktik mindfulness memungkinkan guru lebih peka terhadap kondisi emosional siswa sehingga mampu memberikan respons yang lebih empatik dan suportif. Di sisi lain, siswa yang mendapatkan pembelajaran berbasis mindfulness cenderung memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih baik, tingkat perhatian yang lebih tinggi, serta kemampuan mengelola emosi secara positif. Pembelajaran berbasis mindfulness secara konsisten meningkatkan kontrol perhatian, kesadaran metakognitif, dan pengelolaan emosi akademik yang mendukung keberhasilan belajar siswa (Warda & Fitriyah, 2025). Dengan demikian, *Mindful Learning* berpotensi menjadi salah satu strategi yang mendukung terbentuknya hubungan afektif yang berkualitas di dalam kelas.

Di Indonesia, penerapan mindfulness dalam pendidikan mulai berkembang seiring meningkatnya perhatian terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan siswa. Penelitian Ulandari & Efendi (2025) menunjukkan bahwa penerapan mindfulness dalam pembelajaran dapat meningkatkan keterlibatan siswa serta memperbaiki kualitas interaksi antara guru dan siswa. Latihan *mindfulness* yang diterapkan secara sederhana dalam kegiatan pembelajaran, seperti *mindful breathing*, refleksi diri, dan jeda hening, dapat membantu siswa meningkatkan konsentrasi belajar, mengelola emosi, serta mengurangi perilaku yang mengganggu proses pembelajaran. Penerapan *Mindfulness-Based Learning* terbukti menciptakan suasana kelas yang lebih kondusif dan mendukung perkembangan regulasi emosi serta konsentrasi siswa sekolah dasar (Martaliana et al., 2025).

Meskipun demikian, implementasi *Mindful Learning* dalam pembelajaran di Indonesia masih menghadapi berbagai keterbatasan. Sebagian besar guru belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai konsep dan praktik mindfulness sehingga penerapannya masih bersifat sporadis dan belum terintegrasi secara sistematis dalam pembelajaran. Berbagai penelitian tentang *Mindful Learning* di Indonesia lebih banyak menitikberatkan pada aspek kognitif dan sosial-emosional siswa, seperti peningkatan fokus belajar, regulasi emosi, dan keterlibatan dalam pembelajaran. Putri et al (2024) menunjukkan bahwa penerapan *Mindfulness-Based Social Emotional Learning* berkontribusi terhadap penguatan fokus belajar siswa. Meskipun demikian, penelitian yang mengkaji penerapan *Mindful Learning* dalam mendukung pembangunan hubungan afektif antara guru dan siswa, khususnya pada konteks pendidikan dasar, masih belum banyak ditemukan.



SD Labschool Universitas Negeri Semarang sebagai sekolah laboratorium memiliki karakteristik yang mendukung pengembangan berbagai inovasi pembelajaran, termasuk penerapan pendekatan yang berorientasi pada perkembangan holistik siswa. Namun, hingga saat ini belum banyak penelitian yang secara khusus mengkaji strategi guru dalam membangun hubungan afektif siswa melalui pendekatan *Mindful Learning* pada konteks sekolah dasar tersebut.

Berdasarkan telaah penelitian terdahulu, terdapat kesenjangan penelitian yang perlu mendapat perhatian. Penelitian mengenai hubungan guru dan siswa umumnya lebih menitikberatkan pada aspek komunikasi dan manajemen kelas, sedangkan penelitian mengenai *Mindful Learning* lebih banyak difokuskan pada peningkatan konsentrasi, pengurangan stres, regulasi emosi, dan kesejahteraan psikologis siswa. Selain itu, penelitian terkait *Mindful Learning* di Indonesia masih lebih banyak mengkaji dampaknya terhadap aspek kognitif dan sosial-emosional siswa, sementara kajian yang menghubungkan penerapan *Mindful Learning* dengan strategi guru dalam membangun hubungan afektif siswa masih terbatas, khususnya pada jenjang sekolah dasar. Oleh karena itu, kebaruan penelitian ini terletak pada pengintegrasian konsep hubungan afektif guru-siswa dengan pendekatan *Mindful Learning* untuk mengidentifikasi strategi yang digunakan guru dalam membangun kedekatan emosional, dukungan afektif, dan interaksi positif dengan siswa. Penelitian ini juga memberikan gambaran kontekstual mengenai penerapan strategi tersebut pada siswa kelas V di SD Labschool UNNES sebagai sekolah dasar yang mengembangkan pembelajaran berorientasi pada perkembangan holistik peserta didik.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi guru dalam membangun hubungan afektif dengan siswa kelas V di SD Labschool UNNES serta menganalisis penerapan pendekatan *Mindful Learning* dalam mendukung terbentuknya hubungan afektif tersebut.

KAJIAN TEORI

Strategi Guru dalam Pembelajaran

Strategi guru merupakan serangkaian tindakan yang direncanakan dan diterapkan untuk mencapai tujuan pembelajaran secara efektif. Dalam konteks pembelajaran, strategi guru tidak hanya berorientasi pada pencapaian aspek kognitif, tetapi juga mencakup pengembangan aspek afektif peserta didik. Hasanah et al (2023) menjelaskan bahwa strategi guru merupakan keputusan situasional yang dilakukan untuk menciptakan interaksi edukatif yang bermakna melalui pendekatan yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

Hubungan afektif antara guru dan siswa merupakan hubungan yang ditandai oleh kedekatan emosional, rasa percaya, empati, perhatian, serta komunikasi yang positif. Hubungan afektif yang baik mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman dan nyaman sehingga siswa lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran. Menurut Emslander et al (2024), Hubungan guru dan siswa yang positif berkontribusi terhadap kesejahteraan siswa di sekolah. Siswa yang memiliki hubungan emosional yang baik dengan gurunya cenderung menunjukkan tingkat keterlibatan belajar yang lebih tinggi, motivasi yang lebih baik, serta perkembangan sosial-emosional yang lebih positif dibandingkan siswa yang memiliki hubungan kurang harmonis.



Dalam membangun hubungan afektif, guru dapat menerapkan berbagai strategi seperti membangun komunikasi yang terbuka, memberikan dukungan emosional, menunjukkan empati, serta memberikan penguatan positif kepada siswa Pratiwi et al., (2021). Dukungan emosional yang diberikan guru dapat membantu siswa merasa dihargai, diterima, dan memiliki rasa aman selama mengikuti proses pembelajaran. Selain itu, apresiasi terhadap usaha dan pencapaian siswa juga dapat meningkatkan motivasi belajar serta memperkuat hubungan emosional antara guru dan siswa

Hubungan Afektif Guru dan Siswa

Hubungan afektif merupakan bagian dari ranah afektif yang berkaitan dengan sikap, perasaan, nilai, dan emosi yang dimiliki individu. Dalam konteks pendidikan, ranah afektif memiliki peran penting karena berkaitan dengan pembentukan karakter, motivasi belajar, dan keterampilan sosial peserta didik. Menurut Hasanah et al (2023), ranah afektif mencakup kemampuan menerima nilai, memberikan respons, menghargai, mengorganisasikan nilai, hingga menjadikan nilai tersebut sebagai bagian dari karakter individu.

Siswa sekolah dasar berada pada fase perkembangan sosial dan emosional yang membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitarnya, termasuk guru. Pada usia sekolah dasar, siswa mulai mengembangkan konsep diri, kemampuan berinteraksi dengan orang lain, serta kemampuan mengelola emosi. Yasin et al (2024) menjelaskan bahwa siswa sekolah dasar memerlukan dukungan emosional yang memadai dari guru untuk membantu mereka menghadapi berbagai tuntutan akademik dan sosial di sekolah. Dukungan tersebut berperan dalam meningkatkan motivasi belajar, rasa percaya diri, serta keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

Hubungan afektif yang positif antara guru dan siswa dapat membantu siswa mengembangkan rasa percaya diri, meningkatkan keterlibatan dalam pembelajaran, serta membentuk perilaku sosial yang positif. Oleh karena itu, guru memiliki peran penting dalam menciptakan interaksi yang mendukung perkembangan emosional siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Pendekatan *Mindful Learning*

Mindful Learning merupakan pendekatan pembelajaran yang menekankan kesadaran penuh terhadap pengalaman belajar yang sedang berlangsung. Pendekatan ini mengajak siswa untuk hadir secara sadar, memberikan perhatian penuh pada proses belajar, serta terbuka terhadap berbagai pengalaman dan informasi baru. Menurut Feri (2024), *Mindful Learning* berfokus pada keterlibatan aktif peserta didik dalam membangun pemahaman melalui pengalaman belajar yang bermakna.

Penerapan *Mindful Learning* dalam pembelajaran dapat dilakukan melalui berbagai aktivitas seperti refleksi pembelajaran, latihan kesadaran napas, diskusi, pemecahan masalah, serta pembelajaran berbasis pengalaman. Sakung et al (2024) menyatakan bahwa kegiatan refleksi membantu siswa meninjau kembali pengalaman belajar yang telah diperoleh, mengevaluasi pemahaman mereka, serta mengidentifikasi bagian-bagian yang masih perlu diperbaiki. Melalui proses refleksi, siswa menjadi lebih sadar terhadap cara mereka belajar dan mampu mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap materi yang dipelajari. Sementara itu, latihan kesadaran napas dan tubuh dapat membantu siswa mengelola emosi dan meningkatkan konsentrasi selama pembelajaran Feri (2024).

Selain itu, *Mindful Learning* juga mendorong fleksibilitas kognitif dan keterbukaan terhadap pengalaman baru. Melalui diskusi dan kegiatan pemecahan



masalah, siswa diberikan kesempatan untuk melihat suatu permasalahan dari berbagai sudut pandang serta mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif. Keterbukaan terhadap pengalaman baru memungkinkan siswa lebih aktif mengeksplorasi pengetahuan dan membangun pemahaman secara mandiri (Wilani et al., 2023).

Strategi Guru dalam Membangun Hubungan Afektif melalui *Mindful Learning*

Pendekatan *Mindful Learning* dapat menjadi salah satu strategi yang mendukung pembangunan hubungan afektif antara guru dan siswa. Melalui praktik kesadaran penuh, guru dapat lebih peka terhadap kondisi emosional siswa sehingga mampu memberikan respons yang lebih empatik dan suportif. Ulandari & Efendi (2025) menjelaskan bahwa penerapan mindfulness dalam pembelajaran dapat meningkatkan kualitas interaksi antara guru dan siswa serta mendorong keterlibatan siswa dalam proses belajar.

Guru yang menerapkan prinsip mindfulness cenderung lebih hadir secara utuh dalam pembelajaran, lebih terbuka terhadap kebutuhan siswa, dan mampu membangun komunikasi yang tidak menghakimi (*non-judgmental*) (Wilani et al., 2023). Kondisi tersebut memungkinkan terciptanya hubungan yang lebih positif antara guru dan siswa karena siswa merasa dipahami, dihargai, dan didukung selama proses pembelajaran berlangsung.

Dengan demikian, integrasi strategi guru yang berorientasi pada dukungan emosional dengan pendekatan *Mindful Learning* berpotensi menciptakan lingkungan belajar yang tidak hanya mendukung perkembangan kognitif siswa, tetapi juga memperkuat hubungan afektif dan kesejahteraan emosional mereka di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara mendalam strategi guru dalam membangun hubungan afektif siswa melalui pendekatan *Mindful Learning* di SD Labschool UNNES. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pemahaman fenomena sosial yang terjadi secara alami dalam proses pembelajaran, khususnya interaksi antara guru dan siswa dalam membangun hubungan afektif di lingkungan sekolah dasar.

Penelitian dilaksanakan di SD Labschool Universitas Negeri Semarang dengan subjek penelitian guru kelas V dan siswa kelas V. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada karakteristik sekolah yang menerapkan berbagai inovasi pembelajaran dan berorientasi pada pengembangan peserta didik secara holistik. Fokus penelitian diarahkan pada strategi guru dalam membangun hubungan afektif serta penerapan prinsip-prinsip *Mindful Learning* dalam kegiatan pembelajaran.

Data penelitian diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung interaksi guru dan siswa selama proses pembelajaran berlangsung dengan indikator yang meliputi komunikasi terbuka antara guru dan siswa, pemberian dukungan emosional, sikap empati guru, pemberian penguatan positif, serta penerapan prinsip-prinsip *Mindful Learning* berupa kegiatan refleksi, kesadaran terhadap proses belajar, fleksibilitas berpikir, dan keterbukaan terhadap pengalaman belajar baru. Wawancara semi terstruktur dilakukan kepada guru dan beberapa siswa untuk memperoleh informasi yang lebih



mendalam mengenai pengalaman, persepsi, serta strategi yang diterapkan dalam membangun hubungan afektif. Adapun indikator wawancara mencakup pemahaman guru tentang hubungan afektif, strategi yang digunakan dalam membangun hubungan afektif, pengalaman siswa dalam berinteraksi dengan guru, serta penerapan *Mindful Learning* dalam pembelajaran. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung yang meliputi perangkat pembelajaran, catatan lapangan, dan dokumentasi kegiatan pembelajaran.

Keabsahan data dalam penelitian ini diuji menggunakan teknik triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu. Analisis data dilakukan menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Analisis dilakukan secara berkelanjutan sejak proses pengumpulan data hingga diperoleh temuan yang mampu menggambarkan secara komprehensif strategi guru dalam membangun hubungan afektif siswa melalui pendekatan *Mindful Learning*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi guru dalam membangun hubungan afektif siswa kelas V di SD Labschool UNNES serta menganalisis penerapan pendekatan *Mindful Learning* dalam mendukung hubungan afektif tersebut. Data penelitian diperoleh melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan angket siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru menerapkan berbagai strategi yang berorientasi pada penguatan hubungan emosional dengan siswa, yaitu melalui pemberian motivasi dan *ice breaking*, komunikasi yang terbuka, dukungan emosional, empati, serta pemberian apresiasi. Selain itu, guru juga menerapkan beberapa komponen *Mindful Learning* berupa pertanyaan reflektif, kesadaran napas dan tubuh, fleksibilitas kognitif, serta keterbukaan terhadap pengalaman baru.

Strategi Guru dalam Membangun Hubungan Afektif Siswa

Berdasarkan hasil reduksi dan analisis data, strategi guru dalam membangun hubungan afektif siswa dapat dikelompokkan ke dalam lima kategori utama sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Strategi Guru dalam Membangun Hubungan Afektif Siswa

Tema	Kategori	Indikator Temuan
Strategi Guru dalam Membangun Hubungan Afektif	kedekatan emosional	Motivasi dan <i>ice breaking</i>
	Komunikasi positif	Pendekatan personal dan komunikasi terbuka
	Dukungan emosional	Pendampingan belajar dan kegiatan berbagi cerita
	Empati	Perhatian terhadap kondisi siswa dan mendengarkan masalah siswa
	Penguatan positif	Pujian, apresiasi, dan pemberian <i>reward</i>

Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa guru memandang hubungan afektif sebagai faktor penting dalam mendukung keberhasilan pembelajaran. Guru berupaya menciptakan suasana belajar yang nyaman melalui pemberian motivasi dan *ice breaking* pada awal pembelajaran. Kegiatan tersebut membantu membangun suasana yang menyenangkan sehingga siswa lebih siap mengikuti proses pembelajaran. Berdasarkan hasil observasi, siswa terlihat lebih antusias dan aktif berpartisipasi setelah kegiatan pembuka dilakukan.



Temuan ini sejalan dengan Hasanah et al., (2023) yang menyatakan bahwa strategi guru merupakan keputusan situasional yang bertujuan menciptakan interaksi edukatif yang bermakna. Motivasi dan ice breaking tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas pembuka pembelajaran, tetapi juga menjadi sarana untuk membangun kedekatan emosional antara guru dan siswa.

Selain membangun suasana belajar yang menyenangkan, guru juga menerapkan komunikasi yang terbuka dan positif dengan siswa. Guru menggunakan pendekatan yang ramah dan tidak kaku sehingga siswa merasa nyaman untuk berinteraksi, bertanya, maupun menyampaikan pendapat. Hasil observasi menunjukkan bahwa guru secara konsisten menerapkan budaya salam, senyum, dan sapa serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk berkomunikasi secara informal.

Guru juga memberikan dukungan emosional melalui pendampingan belajar dan penyediaan ruang bagi siswa untuk menyampaikan permasalahan yang mereka hadapi. Sikap empati ditunjukkan melalui perhatian terhadap kondisi emosional siswa, sedangkan penguatan positif diwujudkan dalam bentuk pujian, tepuk apresiasi, dan pemberian penghargaan sederhana kepada siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan afektif dibangun melalui interaksi yang hangat, suportif, dan berpusat pada kebutuhan siswa.

Hasil angket siswa turut memperkuat temuan tersebut. Mayoritas siswa memberikan respon positif terhadap hubungan afektif yang dibangun guru selama pembelajaran.

Tabel 2. Persentase Respon Siswa terhadap Hubungan Afektif Guru

Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Kurang Setuju	Tidak Setuju
P1	31%	50%	19%	0%
P2	38%	56%	6%	0%
P3	31%	69%	0%	0%
P4	19%	69%	13%	0%
P5	13%	44%	31%	13%
P6	38%	56%	0%	6%
P7	31%	63%	6%	0%
P8	25%	63%	6%	6%
P9	38%	44%	19%	0%
P10	50%	31%	19%	0%

Berdasarkan Tabel 2, mayoritas siswa memberikan respon pada kategori Setuju dan Sangat Setuju pada hampir seluruh indikator. Temuan ini menunjukkan bahwa strategi yang diterapkan guru telah dirasakan secara positif oleh siswa. Tingginya persentase pada indikator P3, P4, dan P10 mengindikasikan bahwa siswa merasakan adanya hubungan afektif yang baik dengan guru selama proses pembelajaran berlangsung.

Penerapan *Mindful Learning* dalam Membangun Hubungan Afektif Siswa

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, penerapan *Mindful Learning* pada siswa kelas V SD Labschool UNNES diwujudkan melalui empat komponen utama sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 2.

Tabel 3. Penerapan *Mindful Learning* dalam Pembelajaran

Komponen Mindful Learning	Bentuk Penerapan
Pertanyaan reflektif	Refleksi pembelajaran dan evaluasi pemahaman siswa



Kesadaran napas dan tubuh	Pengaturan napas dan regulasi emosi
Fleksibilitas kognitif	Diskusi dan problem solving
Keterbukaan terhadap pengalaman baru	Praktik langsung dan penemuan mandiri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru telah menerapkan beberapa komponen *Mindful Learning* dalam proses pembelajaran, yaitu pertanyaan reflektif, kesadaran napas dan tubuh, fleksibilitas kognitif, serta keterbukaan terhadap pengalaman baru. Meskipun belum diterapkan sebagai program mindfulness yang terstruktur, prinsip-prinsip *Mindful Learning* telah terintegrasi dalam aktivitas pembelajaran sehari-hari.

Penerapan pertanyaan reflektif dilakukan pada akhir pembelajaran dengan meminta siswa mengingat kembali materi yang telah dipelajari dan mengidentifikasi kesulitan yang masih mereka alami. Kegiatan refleksi membantu siswa menyadari proses belajar yang telah dilalui sekaligus memberikan kesempatan kepada guru untuk memahami kebutuhan belajar siswa.

Komponen kesadaran napas dan tubuh diterapkan ketika siswa mengalami kondisi emosional tertentu, seperti konflik dengan teman atau situasi yang memicu kemarahan. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk menenangkan diri terlebih dahulu sebelum diajak berdiskusi mengenai masalah yang terjadi. Praktik tersebut menunjukkan bahwa guru memperhatikan kondisi emosional siswa dan membantu mereka mengembangkan kemampuan regulasi emosi.

Penerapan fleksibilitas kognitif terlihat melalui kegiatan diskusi, praktik, dan problem solving. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk menemukan solusi secara mandiri, bertukar pendapat, serta melihat suatu permasalahan dari berbagai sudut pandang. Sementara itu, keterbukaan terhadap pengalaman baru diwujudkan melalui kegiatan praktik langsung yang memungkinkan siswa memperoleh pengalaman belajar yang bermakna.

Berdasarkan keseluruhan temuan, penerapan *Mindful Learning* tidak hanya membantu meningkatkan kesadaran belajar dan regulasi emosi siswa, tetapi juga berkontribusi terhadap penguatan hubungan afektif antara guru dan siswa. Melalui kegiatan refleksi, pengelolaan emosi, diskusi, serta pengalaman belajar yang bermakna, guru mampu menciptakan interaksi yang lebih empatik, suportif, dan berpusat pada siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa guru kelas V di SD Labschool UNNES menerapkan berbagai strategi untuk membangun hubungan afektif dengan siswa, yaitu melalui pemberian motivasi dan *ice breaking*, komunikasi yang terbuka, dukungan emosional, empati, serta pemberian apresiasi. Strategi tersebut mampu menciptakan suasana pembelajaran yang nyaman, meningkatkan kedekatan emosional, serta mendorong siswa untuk lebih aktif dan percaya diri dalam mengikuti proses pembelajaran. Hasil angket siswa juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memberikan respon positif terhadap hubungan afektif yang dibangun guru selama pembelajaran.

Penerapan pendekatan *Mindful Learning* dalam pembelajaran diwujudkan melalui kegiatan refleksi, kesadaran napas dan tubuh, fleksibilitas kognitif, serta keterbukaan terhadap pengalaman baru. Penerapan komponen-komponen tersebut membantu siswa mengembangkan kesadaran belajar, kemampuan regulasi emosi,



dan keterlibatan aktif dalam pembelajaran. Selain itu, *Mindful Learning* berkontribusi dalam memperkuat hubungan afektif antara guru dan siswa karena menciptakan interaksi yang lebih empatik, suportif, dan berpusat pada kebutuhan siswa. Dengan demikian, pendekatan *Mindful Learning* dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran yang efektif untuk mendukung terbentuknya hubungan afektif yang positif di sekolah dasar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari bahwa penyusunan artikel ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dr. Titi Prihatin, M.Pd., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi, serta masukan yang sangat berarti selama proses penelitian dan penyusunan artikel ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Teknologi Pendidikan yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan inspirasi selama masa perkuliahan. Penulis turut mengucapkan terima kasih kepada keluarga besar SD Labschool UNNES, khususnya kepada Miss Sena selaku wali kelas V yang telah memberikan izin, bantuan, arahan, serta dukungan selama pelaksanaan penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh siswa kelas V SD Labschool UNNES yang telah bersedia berpartisipasi dan memberikan kontribusi dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih yang tulus juga penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Kiswanto dan Ibu Kus Wiyati, serta kakak tercinta, Aji Halim Kus Pratomo, yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, dan semangat kepada penulis. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada sahabat dan teman seperjuangan, yaitu Ryan Cahya Fitrianto, Wafi Restu Pratama, dan Gempar Wisnu Syaputra yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta motivasi selama proses penelitian dan penyusunan artikel ini. Semoga segala bantuan dan kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang berlipat dari Tuhan Yang Maha Esa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arfiansah, M. I., & Wahyudi, A. (2026). Pola Interaksi Guru Dengan Siswa Untuk Menumbuhkan Motivasi Belajar: Studi Kasus Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Imiah Pendidikan Dasar*, 6(1), 584–594.
- Edi, A., Ketut, S. N., & Margunayasa. (2023). *Andhika Edi 1*, *Suarni Ni Ketut 2*, *Margunayasa 3*. 7(April 2024), 51–60.
- Emslander, V., Holzberger, D., Ofstad, S. B., Fischbach, A., & Scherer, R. (2024). Teacher-Student Relationships and Student Outcomes: A Systematic Second-Order Meta-Analytic Review. *Psychological Bulletin*, 2009, 53. DOI 10.1037/bul0000461
- Feri, M. (2024). PENERAPAN PEMBELAJARAN MENDALAM MELALUI JOYFUL, MEANINGFUL, DAN MINDFUL LEARNING: TINJAUAN LITERATUR. *IBTIDA*, 5(2), 146–163.



- Hasanah, N., Darwisa, D., & Zuhriyah, I. A. (2023). Analisis Strategi Guru Dalam Mengembangkan Ranah Afektif Peserta Didik Di Sekolah Dasar. *Academy of Education Journal*, 14(2), 635–648. <https://doi.org/10.47200/aoej.v14i2.1828>
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144–156. <https://doi.org/10.1093/clipsy/bpg016>
- Martaliana, K. A., Primadoni, A. B., & Muslim, R. I. (2025). IMPLEMENTASI MINDFULNESS-BASED LEARNING DALAM PENGEMBANGAN REGULASI EMOSI DAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(04).
- Pratiwi, A. S., Wijana, I. D. P., Sutrisno, A., Nurfitriani, M., & Nurdin, R. R. (2021). Early Childhood Phonological Abilities in PAUD Tasikmalaya. *Jurnal Bahasa, Sastra, Seni, Dan Pengajarannya*, 49(1), 1–14.
- Putri, A. S., Ardianto, H., Andriyaningsih, A., & Burmansah, B. (2024). A Study on Mindful Learning: Can Mindfulness-Based Social-Emotional Learning Strengthen Student Learning Focus? *International Journal of Science and Applied Science: Conference Series*, 8(2), 103. <https://doi.org/10.20961/ijsascs.v8i2.95113>
- Sakung, N. T., Fitriana, A., Diawanto, F., & Wahidah, N. I. (2024). Penerapan Kegiatan Refleksi untuk Meningkatkan Pemahaman Mahasiswa Terhadap Matakuliah Belajar dan Pembelajaran Nikki. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(13), 1007–1011.
- Ulandari, N., & Efendi, R. (2025). Penerapan Mindfulness untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa SD IT Al-Munawwarah Tapung Jaya. *Journal of Education Research*, 6(4), 861–873. <https://doi.org/10.37985/jer.v6i4.2889>
- Warda, Z., & Fitriyah, F. K. (2025). Keefektifan Pembelajaran Berbasis Mindfulness Terhadap Hasil Belajar dan Regulasi Diri Siswa Sekolah Dasar. *01(02)*, 56–62. <https://doi.org/10.64595/btij.122025.336>
- Wilani, N. M. A., Fridari, I. G. A. D., Suarya, L. M. K. S., & Mogi, I. K. A. (2023). Pelatihan Mindfulness Untuk Guru Sekolah Dasar Di Kabupaten Badung. *Buletin Udayana Mengabdi*, 23(2), 85. <https://doi.org/10.24843/bum.2024.v23.i02.p01>
- Yasin, M., Al Husna, A. A., & Kamaria, K. (2024). Karakteristik Hubungan Guru dan Siswa Sekolah Dasar Terhadap Motivasi, Partisipasi, dan Pencapaian Akademis. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 7(1), 70–81. <https://doi.org/10.30605/jsgp.7.1.2024.3213>
- Yulianto, H. (2024). A study of nonlinear pedagogical teaching models for cognitive and affective development of elementary school students. *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 28(1), 94–106. <https://doi.org/10.21831/pep.v28i1.72709>

