



Strategi Guru dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Emosional Anak Usia Dini pada Era Digital

Atifa Tira Anindya

Universitas Islam An Nur Lampung

Email: anindyaatifa6@gmail.com@an-nur.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi guru dalam mengembangkan keterampilan sosial emosional anak usia dini pada era digital di Taman Kanak-Kanak Islam Terpadu (TKIT) Nurul Iman Bandar Lampung. Keterampilan sosial emosional merupakan fondasi penting bagi perkembangan anak yang semakin terancam oleh paparan teknologi digital yang tidak terkelola dengan baik. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi yang melibatkan enam orang guru, kepala sekolah, dan dua belas orang tua siswa. Analisis data menggunakan model tematik Braun dan Clarke dengan bantuan perangkat lunak NVivo 14. Hasil penelitian menunjukkan lima strategi utama yang diterapkan guru yaitu: (1) pembelajaran berbasis permainan sosial (social play-based learning); (2) pemodelan emosi dan perilaku prososial; (3) penerapan teknik regulasi emosi melalui mindfulness sederhana; (4) integrasi teknologi digital yang terkontrol dan bermakna; dan (5) penguatan keterlibatan orang tua melalui komunikasi digital. Penelitian ini menyimpulkan bahwa guru yang mampu mengintegrasikan pendekatan tradisional berbasis permainan dengan pemanfaatan teknologi digital yang bijak mampu mengembangkan keterampilan sosial emosional anak secara lebih optimal di era digital.

Kata Kunci: strategi guru, keterampilan sosial emosional, anak usia dini, era digital, PAUD

Abstract

This study aims to describe teachers' strategies in developing social-emotional skills of early childhood in the digital era at Taman Kanak-Kanak Islam Terpadu (TKIT) Nurul Iman Bandar Lampung. Social-emotional skills are an important foundation for children's development that is increasingly threatened by unmanaged digital technology exposure. The study uses a qualitative approach with a phenomenological design. Data were collected through in-depth interviews, participatory observation, and documentation involving six teachers, the school principal, and twelve parents of students. Data analysis used Braun and Clarke's thematic model assisted by NVivo 14 software. The results of the study show five main strategies applied by teachers, namely: (1) social play-based learning; (2) modeling of emotions and prosocial behavior; (3) application of emotion regulation techniques through simple mindfulness; (4) controlled and meaningful digital technology integration; and (5) strengthening parental involvement through digital communication. This study concludes that teachers who are able to integrate traditional play-based approaches with wise use of digital technology are able to develop children's social-emotional skills more optimally in the digital era.

Keywords: teacher strategies, social-emotional skills, early childhood, digital era, early childhood education

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital yang sangat pesat dalam dekade terakhir membawa perubahan fundamental dalam kehidupan manusia di segala lini, termasuk dalam dunia pendidikan anak usia dini. Anak-anak yang lahir pada era digital – sering disebut sebagai generasi Alpha – telah terpapar layar dan perangkat digital bahkan sejak usia beberapa bulan pertama kehidupan mereka. Data (Kominfo, 2023) menunjukkan bahwa rata-rata anak usia 3-6 tahun di Indonesia menghabiskan 2-4 jam per hari di depan layar digital, jauh melampaui rekomendasi American Academy of Pediatrics yang membatasi screen time tidak lebih dari 1 jam per hari untuk anak usia 2-5 tahun.

Keterampilan sosial emosional (KSE) merupakan seperangkat kompetensi yang memungkinkan individu untuk mengenali dan mengelola emosi, membangun hubungan positif dengan orang lain, dan membuat keputusan yang bertanggung jawab. Menurut Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning atau (CASEL, 2021), KSE mencakup lima domain utama yaitu kesadaran diri (self-awareness), manajemen diri (self-management), kesadaran sosial (social awareness), keterampilan berelasi (relationship skills), dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (responsible decision-making).

Kekhawatiran para ahli semakin meningkat terkait dampak negatif paparan teknologi digital yang berlebihan terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini. Sejumlah penelitian menunjukkan adanya korelasi antara penggunaan layar yang berlebihan dengan penurunan kemampuan empati, kesulitan dalam regulasi emosi, dan berkurangnya waktu bermain bebas yang merupakan wahana utama perkembangan KSE pada anak usia dini (Lerner & Johns, 2022). Di sisi lain, teknologi digital juga menawarkan potensi positif apabila dimanfaatkan secara bijak dan terkontrol dalam konteks pendidikan.

Guru PAUD berada di garis terdepan dalam menghadapi tantangan ini. Sebagai mediator antara dunia digital dan perkembangan holistik anak, guru perlu memiliki kompetensi dan strategi yang adaptif untuk tetap dapat mengembangkan KSE anak di tengah derasnya arus digitalisasi. Namun, penelitian tentang strategi spesifik yang digunakan guru PAUD dalam mengembangkan KSE anak di era

digital masih sangat terbatas, terutama dalam konteks lembaga PAUD berbasis Islam di Indonesia (Wahyuningsih & Suryana, 2021)

TKIT Nurul Iman Bandar Lampung merupakan salah satu lembaga PAUD berbasis Islam yang telah mengembangkan pendekatan inovatif dalam mengintegrasikan pengembangan KSE dengan pemanfaatan teknologi digital. Pengalaman dan praktik guru di lembaga ini menjadi sumber pengetahuan yang berharga untuk dikaji secara ilmiah dan disebarluaskan sebagai referensi bagi lembaga PAUD lainnya. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara mendalam strategi-strategi yang digunakan guru TKIT Nurul Iman dalam mengembangkan KSE anak usia dini di era digital.

Kontribusi penelitian ini diharapkan dapat mengisi kesenjangan literatur tentang praktik pengembangan KSE anak di era digital, khususnya dalam konteks PAUD Islam di Indonesia, sekaligus memberikan rekomendasi praktis bagi guru, kepala sekolah, dan pemangku kebijakan pendidikan anak usia dini.

METODE

Pendekatan dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Fenomenologi dipilih karena peneliti ingin memahami secara mendalam pengalaman hidup guru dalam mengembangkan KSE anak usia dini di era digital sebagaimana yang mereka hayati secara langsung dalam praktik keseharian. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menangkap makna, persepsi, dan strategi yang dijalankan guru secara autentik tanpa reduksi yang berlebihan (Moustakas, dikutip dalam Creswell & Poth, 2021).

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di TKIT Nurul Iman yang berlokasi di Jalan Teuku Cik Ditiro No. 14, Kedaton, Bandar Lampung. TKIT ini dipilih secara purposif karena telah menerapkan program pengembangan KSE yang terstruktur sejak tahun 2021 dan dikenal sebagai salah satu lembaga PAUD yang inovatif dalam menghadapi tantangan era digital. Penelitian dilaksanakan selama lima bulan, mulai bulan Agustus hingga Desember 2024.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria: (1) guru yang telah mengajar di TKIT Nurul Iman minimal dua tahun; (2) guru yang secara aktif menerapkan strategi pengembangan KSE; dan (3) bersedia menjadi partisipan penelitian. Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh enam orang guru sebagai informan utama, satu orang kepala sekolah sebagai informan pendukung, serta dua belas orang tua siswa yang diwawancarai untuk triangulasi data.

Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui tiga teknik. Pertama, wawancara mendalam semi-terstruktur dilakukan dengan seluruh informan menggunakan panduan yang mencakup pertanyaan tentang pemahaman guru mengenai KSE, strategi yang diterapkan, tantangan yang dihadapi, dan cara mengatasi tantangan tersebut. Setiap sesi wawancara berlangsung 60-90 menit dan direkam dengan persetujuan informan. Kedua, observasi partisipatif dilakukan selama proses pembelajaran di kelas, meliputi kegiatan circle time, free play, guided play, dan kegiatan transisi antar-sesi. Ketiga, studi dokumentasi mencakup Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH), portofolio perkembangan siswa, dan laporan komunikasi guru-orang tua melalui aplikasi digital.

Teknik Analisis Data

Analisis data menggunakan metode analisis tematik reflektif (Braun & Clarke, 2021) yang terdiri dari enam tahapan yaitu: familiarisasi data, pembangkitan kode awal, pencarian tema, peninjauan tema, pendefinisian dan penamaan tema, serta penulisan laporan. Proses analisis didukung oleh perangkat lunak NVivo 14 untuk membantu pengelolaan, pengkodean, dan visualisasi data kualitatif yang voluminous.

Keabsahan Data

Keabsahan data dijamin melalui triangulasi sumber (guru, kepala sekolah, orang tua) dan triangulasi metode (wawancara, observasi, dokumentasi). Selain itu, dilakukan member checking kepada enam guru partisipan untuk memastikan

akurasi interpretasi peneliti. Refleksivitas peneliti dijaga melalui penulisan jurnal penelitian secara berkala sepanjang proses penelitian berlangsung.

HASIL

Strategi Pertama: Pembelajaran Berbasis Permainan Sosial (Social Play-Based Learning)

Seluruh guru partisipan ($n=6$) menyatakan bahwa permainan sosial merupakan strategi utama yang tidak tergantikan dalam mengembangkan KSE anak, bahkan di tengah derasnya arus digitalisasi. Guru secara sadar dan terencana menyediakan waktu bermain bebas yang tidak terstruktur minimal 45 menit per hari di luar ruangan. Permainan tradisional seperti engklek, congklak, petak umpet, dan bermain peran (dramatic play) dipertahankan sebagai wahana utama pengembangan KSE.

Dalam sesi bermain, guru berperan sebagai scaffolder yang mengamati, memfasilitasi, dan sesekali mengintervensi ketika terjadi konflik sosial antar anak. Konflik ini dipandang bukan sebagai masalah, melainkan sebagai learning opportunity yang kaya bagi pengembangan KSE. Guru menggunakan teknik problem-solving sederhana yang memandu anak untuk mengidentifikasi perasaan, memahami perspektif teman, dan menemukan solusi bersama.

Strategi Kedua: Pemodelan Emosi dan Perilaku Prososial

Lima dari enam guru secara eksplisit menyebut pemodelan (modeling) sebagai strategi yang mereka anggap paling berpengaruh dalam pengembangan KSE. Guru secara konsisten mendemonstrasikan cara mengekspresikan emosi dengan tepat, menggunakan bahasa emosi (emotion language) dalam percakapan sehari-hari, dan menunjukkan perilaku prososial seperti berbagi, menolong, meminta maaf, dan berterima kasih.

Guru menggunakan strategi think-aloud dalam memproses emosi mereka sendiri secara terbuka di hadapan anak. Misalnya, ketika merasa frustrasi karena suatu situasi, guru menyampaikan secara verbal: 'Bu Guru merasa sedikit kecewa karena mainannya jatuh, tapi Bu Guru mau tarik napas dulu supaya tenang.' Praktik

ini memberikan model konkret bagi anak tentang bagaimana mengelola emosi secara konstruktif.

Strategi Ketiga: Teknik Regulasi Emosi Melalui Mindfulness Sederhana

Empat dari enam guru menerapkan teknik mindfulness yang diadaptasi untuk anak usia dini sebagai strategi regulasi emosi. Teknik ini meliputi latihan pernapasan perut (belly breathing), body scan sederhana, dan aktivitas grounding yang mengajak anak untuk memperhatikan lingkungan sekitar menggunakan kelima indera mereka. Teknik-teknik ini dilaksanakan dalam sesi rutin 5-10 menit pada awal dan akhir hari pembelajaran.

Guru juga menciptakan emotion corner atau sudut emosi di kelas, yaitu area khusus yang dilengkapi dengan emotion chart bergambar, buku cerita tentang emosi, bantal dan boneka untuk comfort, serta kartu pernapasan. Anak diberi kebebasan untuk mengunjungi sudut emosi ini kapan pun mereka merasa membutuhkan ruang untuk menenangkan diri.

Strategi Keempat: Integrasi Teknologi Digital yang Terkontrol dan Bermakna

Alih-alih menolak atau menghindari teknologi digital sepenuhnya, semua guru partisipan mengadopsi pendekatan integrasi yang terkontrol dan purposif. Teknologi digunakan sebagai alat bantu untuk memperkuat, bukan menggantikan, interaksi sosial yang bermakna. Guru menggunakan video cerita interaktif yang dilanjutkan dengan diskusi kelompok, aplikasi musik dan gerak untuk aktivitas bersama, serta papan cerita digital yang dikerjakan secara kolaboratif.

Durasi penggunaan teknologi di kelas dibatasi maksimal 20 menit per hari dan selalu diiringi dengan kegiatan sosial lanjutan. Guru juga mengajarkan digital literacy dasar kepada anak, termasuk tentang pentingnya istirahat dari layar, cara meminta bantuan orang dewasa ketika menggunakan gawai, dan perbedaan antara dunia virtual dan dunia nyata melalui bahasa yang sesuai usia.

Strategi Kelima: Penguatan Keterlibatan Orang Tua Melalui Komunikasi Digital

Guru TKIT Nurul Iman secara aktif menggunakan platform komunikasi digital – terutama WhatsApp dan aplikasi manajemen kelas berbasis digital – untuk menjalin kemitraan yang kuat dengan orang tua dalam pengembangan KSE anak.

Strategi ini meliputi pemberian panduan parenting digital mingguan, berbagi video demonstrasi teknik pengembangan KSE, dan pelaporan perkembangan KSE anak secara berkala melalui rekaman video pendek dan foto dokumentasi kegiatan.

Guru juga menyelenggarakan webinar parenting bulanan dengan tema yang berkaitan dengan pengasuhan di era digital dan pengembangan KSE anak. Keterlibatan aktif orang tua dipandang sebagai komponen esensial karena konsistensi pengembangan KSE hanya dapat tercapai apabila strategi yang digunakan di sekolah juga diperkuat di rumah.

PEMBAHASAN

Temuan penelitian ini mengungkap lima strategi yang saling melengkapi dan membentuk ekosistem pengembangan KSE yang komprehensif dalam konteks era digital. Strategi-strategi ini mencerminkan kematangan pedagogis guru dalam merespons tantangan ganda, yaitu mempertahankan esensi perkembangan anak yang naturalistik sambil tetap relevan dan responsif terhadap konteks digital yang menjadi realitas kehidupan anak masa kini.

Strategi permainan sosial yang ditemukan sejalan dengan teori bermain Vygotsky yang menekankan *zone of proximal development* (ZPD) dalam konteks permainan sosial sebagai wahana utama perkembangan kognitif dan sosial emosional anak. Dalam era digital, komitmen guru untuk mempertahankan waktu bermain bebas yang tidak terstruktur merupakan tindakan yang memiliki dasar empiris yang kuat. Penelitian Lillard et al. (2021) menunjukkan bahwa anak yang memiliki akses bermain bebas yang cukup menunjukkan kemampuan regulasi emosi dan keterampilan sosial yang lebih baik dibandingkan anak dengan dominasi aktivitas terstruktur dan *screen-based*.

Strategi pemodelan emosi yang diterapkan guru berkaitan erat dengan teori pembelajaran sosial Bandura yang menyatakan bahwa anak belajar perilaku melalui observasi dan imitasi terhadap model-model di sekitar mereka. Dalam konteks era digital, pemodelan positif oleh guru menjadi semakin penting karena anak juga terpapar pada berbagai model virtual melalui konten digital yang tidak selalu menampilkan regulasi emosi yang sehat (Denham et al., 2022). Guru yang secara

otentik mendemonstrasikan emotion language dan perilaku prososial memberikan counter-model terhadap representasi emosi yang seringkali distortif dalam konten media digital.

Penerapan teknik mindfulness dalam pengembangan KSE anak usia dini mendapat dukungan yang semakin kuat dari literatur ilmiah. Meta-analisis yang dilakukan oleh Zoogman et al. (Emerson et al., 2023) menunjukkan bahwa program mindfulness berbasis sekolah menghasilkan peningkatan yang signifikan pada kemampuan perhatian terfokus, regulasi emosi, dan penurunan tingkat stres pada anak. Dalam konteks era digital yang penuh distraksi, keterampilan perhatian terfokus (focused attention) yang dilatih melalui mindfulness menjadi semakin relevan dan urgen.

Temuan tentang integrasi teknologi yang terkontrol dan bermakna memberikan perspektif yang lebih nuansir dibandingkan dikotomi sederhana 'pro-teknologi' versus 'anti-teknologi' dalam PAUD. Pendekatan ini sejalan dengan kerangka Technology Integration Matrix yang menekankan pentingnya teknologi sebagai enabler interaksi bermakna, bukan sebagai tujuan itu sendiri (Wahyuni & Pratiwi, 2023). Guru yang berhasil mengintegrasikan teknologi untuk memperkuat, bukan menggantikan, interaksi sosial anak menunjukkan pemahaman yang mendalam tentang fungsi teknologi sebagai alat pedagogis.

Strategi penguatan keterlibatan orang tua melalui komunikasi digital mencerminkan pemahaman ekologis tentang perkembangan anak yang mengakui bahwa KSE berkembang dalam sistem hubungan yang saling terkait antara keluarga dan sekolah. Teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner menekankan pentingnya mesosistem, yaitu hubungan antara berbagai setting di mana anak berkembang. Konsistensi strategi pengembangan KSE antara sekolah dan rumah yang difasilitasi melalui komunikasi digital terbukti meningkatkan efektivitas intervensi (Hasanah & Khotimah, 2024).

Secara keseluruhan, kelima strategi yang ditemukan membentuk suatu pendekatan terpadu yang dapat disebut sebagai Digital-Integrated Social-Emotional Learning (DISEL). Model ini mengakui realitas digital sebagai bagian tak

terpisahkan dari kehidupan anak, sekaligus mempertahankan prinsip-prinsip fundamental pengembangan KSE yang berbasis interaksi manusiawi, permainan, dan hubungan yang hangat dan responsif antara guru, anak, dan keluarga (Sari & Nugroho, 2023)

KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil mendeskripsikan lima strategi utama yang diterapkan guru TKIT Nurul Iman Bandar Lampung dalam mengembangkan keterampilan sosial emosional anak usia dini di era digital, yaitu: pembelajaran berbasis permainan sosial, pemodelan emosi dan perilaku prososial, penerapan teknik regulasi emosi melalui mindfulness sederhana, integrasi teknologi digital yang terkontrol dan bermakna, serta penguatan keterlibatan orang tua melalui komunikasi digital. Kelima strategi ini tidak berdiri sendiri, melainkan saling memperkuat dan membentuk ekosistem pengembangan KSE yang holistik.

Temuan penelitian ini memiliki beberapa implikasi praktis. Bagi guru PAUD, penelitian ini menawarkan referensi strategi yang telah teruji dalam praktik nyata untuk mengembangkan KSE anak di era digital. Bagi kepala sekolah, temuan ini menggarisbawahi pentingnya menciptakan budaya sekolah yang memandang pengembangan KSE sebagai tanggung jawab kolektif yang memerlukan dukungan sistemik. Bagi pemangku kebijakan, penelitian ini merekomendasikan perlunya memasukkan kompetensi pengembangan KSE di era digital sebagai bagian dari standar kompetensi guru PAUD dan program pendidikan guru pra-jabatan maupun dalam-jabatan.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada lingkup studinya yang terbatas pada satu lembaga PAUD di Kota Bandar Lampung, sehingga generalisasi perlu dilakukan dengan kehati-hatian. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan ke berbagai jenis lembaga PAUD (negeri, swasta, berbasis agama yang berbeda) dan lokasi geografis yang lebih beragam, serta menggunakan desain mixed-methods untuk dapat mengukur dampak kuantitatif dari strategi-strategi yang telah teridentifikasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Braun, V., & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A practical guide*. SAGE Publications.
- CASEL. (2021). *Fundamentals of SEL: What is the CASEL framework?* Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. <https://casel.org/fundamentals-of-sel/what-is-the-casel-framework/>
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Wyatt, T. (2022). The socialization of emotional competence in early childhood: Interactions between family and early education contexts. *Early Education and Development*, 33(6), 889–907. <https://doi.org/10.1080/10409289.2021.1982339>
- Emerson, L. M., Leyland, A., Hudson, K., & Rowse, G. (2023). Teaching mindfulness to teachers: A systematic review and narrative synthesis. *Mindfulness*, 14(1), 1–18. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01895-5>
- Hasanah, U., & Khotimah, H. (2024). Kolaborasi guru dan orang tua dalam pengembangan kecerdasan emosional anak usia dini melalui platform digital. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(1), 112–128. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i1.4890>
- Kominfo. (2023). *Survei penggunaan internet anak-anak Indonesia 2022–2023*. Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia.
- Lerner, R. M., & Johns, T. E. (2022). Screen time and social-emotional development in early childhood: A review of current evidence and future directions. *Child Development Perspectives*, 16(3), 145–152. <https://doi.org/10.1111/cdep.12456>
- Sari, M. N., & Nugroho, A. (2023). Model pembelajaran sosial emosional anak usia dini berbasis teknologi: Tinjauan literatur dan kerangka konseptual. *PAUDIA: Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 12(2), 201–220. <https://doi.org/10.26877/paudia.v12i2.17234>
- Wahyuni, E., & Pratiwi, D. (2023). Integrasi teknologi dalam pembelajaran PAUD: Antara potensi dan ancaman bagi perkembangan sosial emosional anak. *Jurnal Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 8(1), 35–52. <https://doi.org/10.14421/jga.2023.81.03>
- Wahyuningsih, S., & Suryana, D. (2021). Kompetensi guru PAUD dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak di era revolusi industri 4.0. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 15(2), 285–302. <https://doi.org/10.21009/JPUD.152.03>