

Kesejahteraan Psikologis Anak Usia Dini : Peran Interaksi Sosial di Lingkungan Hybrid (Online/Offline)

Nanda K. R. Awaliyah¹, Annisa Fahmi Mannassai², Nabila Nur'aini Pakaya³, Noval Yakub^{4*}, Nurain A. Arif⁵

¹⁻⁵Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

Korespondensi penulis: novalyakub06@gmail.com *

Abstract. *This article discusses the importance of psychological well-being in early childhood within the context of social interaction in hybrid environments, which combine online and offline learning. The study aims to explore how social interaction influences children's psychological development and provides recommendations for best practices to support their well-being. The findings indicate that positive social interactions contribute to enhanced psychological well-being, while challenges in hybrid environments need to be addressed to support optimal child development.*

Keywords: *Psychological Well-being, Early Childhood, Social Interaction, Hybrid Environment*

Abstrak. Artikel ini membahas pentingnya kesejahteraan psikologis anak usia dini dalam konteks interaksi sosial di lingkungan hybrid, yang menggabungkan pembelajaran online dan offline. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana interaksi sosial mempengaruhi perkembangan psikologis anak dan memberikan rekomendasi untuk praktik terbaik dalam mendukung kesejahteraan mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa interaksi sosial yang positif berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis, sementara tantangan dalam lingkungan hybrid perlu diatasi untuk mendukung perkembangan optimal anak.

Kata kunci: Kesejahteraan Psikologis, Anak Usia Dini, Interaksi Sosial, Lingkungan Hybrid

1. LATAR BELAKANG

Kesejahteraan psikologis anak usia dini merupakan aspek penting dalam perkembangan mereka. Menurut WHO, kesejahteraan psikologis mencakup kesehatan mental, emosional, dan sosial yang mempengaruhi cara anak berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Di era digital saat ini, banyak anak yang mengalami pembelajaran dalam lingkungan hybrid, yang menggabungkan interaksi online dan offline. Interaksi sosial di kedua lingkungan ini memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran interaksi sosial dalam mendukung kesejahteraan psikologis anak usia dini, serta memberikan rekomendasi untuk orang tua dan pendidik.

Perkembangan teknologi telah mengubah dinamika interaksi sosial anak, di mana pembelajaran dan permainan tidak lagi terbatas pada ruang fisik. Studi oleh Johnson et al. (2020) menunjukkan bahwa meskipun lingkungan hybrid menawarkan fleksibilitas, ia juga membawa tantangan seperti isolasi sosial dan ketergantungan berlebihan pada perangkat digital. Di sisi lain, interaksi sosial yang berkualitas, baik secara virtual maupun tatap muka, terbukti meningkatkan keterampilan komunikasi dan rasa percaya diri anak (Vygotsky, 1978). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran interaksi sosial

dalam lingkungan hybrid terhadap kesejahteraan psikologis anak usia dini, serta memberikan rekomendasi praktis bagi orang tua dan pendidik

Interaksi sosial di lingkungan hybrid juga dipengaruhi oleh faktor teknologi. Di satu sisi, platform digital memungkinkan anak tetap terhubung dengan dunia luar, tetapi di sisi lain, keterbatasan komunikasi nonverbal (seperti ekspresi wajah dan bahasa tubuh) dapat mengurangi kedalaman hubungan emosional. Studi pada mahasiswa menunjukkan bahwa pembelajaran hybrid menyebabkan pengelompokan sosial, ada yang merasa diuntungkan karena fleksibilitas waktu, sementara lainnya merasa terisolasi dan kurang memahami materi. Fenomena serupa dapat terjadi pada anak usia dini, di mana ketidakseimbangan interaksi sosial berpotensi memicu kecemasan atau keterlambatan perkembangan.

Selain itu, peran orang tua dan pendidik menjadi semakin kompleks dalam lingkungan hybrid. Pola asuh yang adaptif diperlukan untuk memastikan anak tetap mendapat stimulasi sosial yang cukup, baik melalui aktivitas bermain, diskusi keluarga, atau pendampingan dalam penggunaan teknologi. Tanpa pendekatan yang tepat, anak berisiko mengalami ketidakstabilan emosional, seperti mudah marah, sulit berkonsentrasi, atau menarik diri dari interaksi sosial.

Di Kota Gorontalo, kesejahteraan psikologis AUD menghadapi beberapa tantangan. Minimnya fasilitas pendukung seperti ruang bermain dan program parenting menjadi salah satu kendala utama. Kesenjangan digital juga terlihat dengan akses internet yang tidak merata, sehingga menghambat interaksi hybrid yang optimal. Selain itu, kesadaran orang tua dan pendidik mengenai pentingnya kesehatan mental AUD masih perlu ditingkatkan. Studi awal yang dilakukan oleh Dinas Pendidikan Gorontalo pada tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 40% anak di Gorontalo mengalami kesulitan beradaptasi dengan pembelajaran hybrid, dengan gejala seperti kecemasan dan isolasi sosial. Hal ini mengindikasikan perlunya perhatian lebih terhadap kesejahteraan psikologis AUD dalam konteks lingkungan hybrid.

2. KAJIAN TEORITIS.

1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis mencakup aspek emosional, sosial, dan mental yang mempengaruhi bagaimana anak berfungsi dalam kehidupan sehari – hari.

a) Aspek Emosional

Aspek emosional meliputi kemampuan anak mengenali, mengungkapkan, dan mengelola perasaan. Ini mencakup regulasi emosi (menenangkan diri saat marah), empati (memahami perasaan orang lain), dan ekspresi emosi yang sehat.

Contohnya, anak yang kecewa saat kalah bisa menarik napas dalam untuk menenangkan diri.

b) Aspek Sosial

Aspek sosial berkaitan dengan kemampuan berinteraksi dengan orang lain. Termasuk di dalamnya keterampilan komunikasi, kerja sama, dan penyelesaian konflik. Misalnya, anak yang bermain peran bersama teman sambil mengikuti aturan permainan menunjukkan keterampilan sosial yang baik.

c) Aspek Mental/Kognitif

Aspek ini melibatkan proses berpikir, pemecahan masalah, dan pembelajaran. Anak membutuhkan kemampuan kognitif seperti konsentrasi, daya ingat, dan kreativitas. Contohnya saat menyusun puzzle atau mencoba berbagai cara untuk menyelesaikan soal matematika.

Ketiga aspek saling mempengaruhi. Saat presentasi di kelas, anak butuh regulasi emosi (emosional), berinteraksi dengan audiens (sosial), dan mengingat materi (kognitif). Konflik berebut mainan juga melibatkan ketiga aspek ini sekaligus.

Menurut Ryff (1989), kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penerimaan diri mengacu pada kemampuan anak untuk mengenali dan menerima diri mereka sendiri, sementara hubungan positif dengan orang lain berkaitan dengan kemampuan anak untuk membangun dan mempertahankan hubungan yang sehat. Otonomi merujuk pada kemandirian anak dalam mengambil keputusan, sedangkan penguasaan lingkungan mencerminkan kemampuan anak untuk mengelola tuntutan kehidupan sehari-hari. Tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi berkaitan dengan motivasi anak untuk berkembang dan mencapai potensi mereka.

2. Interaksi Sosial

Interaksi sosial adalah proses di mana individu berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain. Vygotsky (1978) menekankan pentingnya interaksi sosial dalam perkembangan kognitif anak, di mana anak belajar melalui interaksi dengan orang dewasa dan teman sebaya. Interaksi sosial merupakan proses di mana anak berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain. Karakteristik interaksi sosial pada AUD dipengaruhi oleh tahap perkembangan kognitif mereka, seperti egosentrisme yang dijelaskan oleh Piaget. Namun, melalui permainan kooperatif dan interaksi dengan teman sebaya, anak mulai mengembangkan kemampuan untuk memahami perspektif

orang lain. Vygotsky (1978) menekankan pentingnya peran orang dewasa dalam memberikan "scaffolding" atau dukungan yang sesuai untuk memfasilitasi pembelajaran sosial anak.

Faktor yang mendukung interaksi sosial AUD antara lain ketersediaan teman sebaya dan kesempatan untuk terlibat dalam permainan bebas. Interaksi sosial di lingkungan hybrid memiliki dinamika yang unik. Interaksi online membutuhkan pendampingan orang tua atau pendidik untuk menghindari miskomunikasi dan memastikan bahwa anak dapat memahami konteks sosial secara utuh. Sementara itu, interaksi offline cenderung lebih alami dan memungkinkan anak untuk mengembangkan empati melalui pengalaman langsung

3. Lingkungan Hybrid

Lingkungan hybrid mengacu pada kombinasi pembelajaran online dan offline. Penelitian oleh Johnson et al. (2020) menunjukkan bahwa lingkungan hybrid dapat memberikan fleksibilitas dalam pembelajaran, tetapi juga dapat menimbulkan tantangan dalam hal interaksi sosial. Lingkungan hybrid mengacu pada kombinasi pembelajaran online dan offline. Terdapat dua jenis lingkungan hybrid, yaitu sinkronus dan asinkronus. Lingkungan sinkronus melibatkan interaksi langsung melalui video call atau kelas virtual, sedangkan lingkungan asinkronus memungkinkan anak untuk mengakses materi pembelajaran secara fleksibel melalui tugas online atau forum diskusi.

Pengaruh lingkungan hybrid terhadap AUD dapat bersifat positif maupun negatif. Di satu sisi, lingkungan hybrid menawarkan fleksibilitas dan akses ke sumber belajar yang lebih luas. Di sisi lain, terdapat risiko ketergantungan pada perangkat digital dan berkurangnya interaksi fisik, yang dapat memengaruhi perkembangan sosial dan emosional anak. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan keseimbangan antara interaksi online dan offline agar anak dapat memperoleh manfaat maksimal dari lingkungan hybrid.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan wawancara mendalam terhadap 20 orang tua dan 10 pendidik anak usia dini. Data dikumpulkan melalui pertanyaan terbuka yang mengeksplorasi pengalaman mereka terkait interaksi sosial anak dalam lingkungan hybrid. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis tematik untuk mengidentifikasi pola dan tema yang muncul.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dampak Positif Interaksi Sosial: Hasil penelitian menunjukkan bahwa interaksi sosial yang positif, baik secara online maupun offline, berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri dan keterampilan sosial anak. Anak-anak yang terlibat dalam kegiatan kelompok, baik di sekolah maupun secara virtual, menunjukkan peningkatan dalam kemampuan berkomunikasi dan berkolaborasi.

Interaksi sosial di lingkungan hybrid memiliki dampak yang beragam terhadap aspek kesejahteraan psikologis AUD. Dalam hal penerimaan diri, anak yang sering terlibat dalam interaksi offline cenderung menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi. Hal ini terlihat dari 70% responden orang tua yang melaporkan bahwa anak mereka lebih percaya diri setelah berpartisipasi dalam kegiatan tatap muka. Namun, tantangan muncul ketika anak terpapar dengan "highlight" di media sosial, yang dapat memicu perbandingan sosial dan mengurangi penerimaan diri.

Pada aspek hubungan positif dengan orang lain, kegiatan kelompok hybrid seperti proyek virtual terbukti dapat meningkatkan keterampilan kolaborasi anak. Namun, 50% orang tua mengungkapkan bahwa anak mereka kesulitan membangun ikatan emosional secara online. Hal ini menunjukkan bahwa interaksi virtual mungkin kurang efektif dalam memfasilitasi kedekatan emosional dibandingkan interaksi langsung.

Kemandirian atau otonomi anak juga dipengaruhi oleh lingkungan hybrid. Anak yang terbiasa dengan tugas mandiri online cenderung lebih independen dalam menyelesaikan pekerjaan mereka. Namun, pendampingan orang tua atau pendidik tetap diperlukan untuk memastikan bahwa anak tidak mengalami overstimulasi akibat penggunaan teknologi yang berlebihan.

Tantangan dalam Lingkungan Hybrid: Meskipun ada manfaat, tantangan seperti kurangnya interaksi fisik dan ketergantungan pada teknologi juga diidentifikasi. Beberapa orang tua melaporkan bahwa anak-anak mereka merasa kesepian dan terisolasi ketika pembelajaran dilakukan secara online. Hal ini dapat mempengaruhi kesehatan mental anak dan menyebabkan kecemasan.

Berdasarkan temuan penelitian, terdapat beberapa rekomendasi yang dapat diterapkan di Kota Gorontalo untuk mendukung kesejahteraan psikologis AUD dalam lingkungan hybrid. Pertama, program "Hybrid Playgroups" dapat dikembangkan untuk menggabungkan

permainan offline dengan aktivitas digital yang kreatif. Program ini dapat menjadi wadah bagi anak untuk berinteraksi secara seimbang di kedua lingkungan.

Kedua, pelatihan untuk orang tua mengenai penggunaan teknologi yang sehat bagi AUD perlu ditingkatkan. Orang tua membutuhkan pemahaman yang lebih baik tentang cara mendampingi anak dalam interaksi online dan offline agar dapat memaksimalkan manfaatnya.

Ketiga, kolaborasi antara sekolah dan Dinas Pendidikan setempat dapat diperkuat untuk menyediakan platform hybrid yang ramah anak. Platform ini harus dirancang dengan mempertimbangkan kebutuhan perkembangan AUD, termasuk fitur yang mendukung interaksi sosial dan pembelajaran yang menyenangkan.

Rekomendasi: Diperlukan strategi untuk meningkatkan interaksi sosial anak, seperti:

1. Mengadakan kegiatan kelompok yang melibatkan interaksi langsung, seperti permainan dan proyek kolaboratif.
2. Menggunakan teknologi yang mendukung komunikasi yang sehat, seperti platform video yang memungkinkan interaksi langsung.
3. Mendorong orang tua untuk terlibat dalam kegiatan sosial anak, baik secara online maupun offline, untuk menciptakan lingkungan yang mendukung.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesejahteraan psikologis anak usia dini sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial di lingkungan hybrid. Kesejahteraan psikologis AUD di Kota Gorontalo memerlukan pendekatan terpadu yang memanfaatkan interaksi sosial hybrid secara seimbang. Dengan memperkuat dukungan keluarga, infrastruktur digital, dan kesadaran masyarakat, perkembangan AUD dapat dioptimalkan. Tantangan seperti kesenjangan digital dan kurangnya fasilitas pendukung perlu diatasi melalui kebijakan dan program yang berkelanjutan. Penting bagi orang tua dan pendidik untuk menciptakan lingkungan yang mendukung interaksi sosial yang positif, baik secara online maupun offline, untuk memastikan perkembangan psikologis yang sehat bagi anak-anak. Dengan memahami tantangan dan manfaat dari lingkungan hybrid, kita dapat merancang intervensi yang lebih efektif untuk mendukung kesejahteraan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bagian ini disediakan bagi penulis untuk menyampaikan ucapan terima kasih, baik kepada pihak penyandang, pendukung fasilitas, dan teman-teman yang membantu dalam pembuatan ulasan naskah ini. Bagian ini juga dapat digunakan untuk memberikan pernyataan atau penjelasan, apabila artikel ini merupakan bagian dari skripsi/tesis/disertasi/makalah konferensi/hasil penelitian. Semoga hasil artikel ini bisa bermanfaat untuk kalian yang memerlukannya.

DAFTAR REFERENSI.

- Bappeda Kota Gorontalo. (2023). *Strategi penguatan pendidikan hybrid berbasis kearifan lokal*. Pemerintah Provinsi Gorontalo.
- Dinas Pendidikan Provinsi Gorontalo. (2023). *Laporan tahunan kesejahteraan psikologis anak usia dini di lingkungan hybrid*. Pemerintah Provinsi Gorontalo.
- Johnson, L., Smith, R., & Brown, T. (2020). Hybrid learning environments: Challenges and opportunities for early childhood social development. *Journal of Child Psychology and Education*, 12(3), 45–60.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *Pedoman kurikulum 2020*. <https://www.kemdikbud.go.id/pedoman-kurikulum.com>
- Livingstone, S. (2018). *Children and the internet: Great expectations, challenging realities*. Polity Press.
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). *Pembelajaran hybrid: Konsep dan implementasi*. Prenadamedia Group.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Smith, J. (2020). *Dasar-dasar pendidikan*. Penerbit Edukasi.
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health*. UNICEF.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.