

PERKEMBANGAN SOSIAL DAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK

*Muda Sakti Raja Sihite¹, Jhon Hartono Saragih², Yessi Siagian³, Pramusari Silaban⁴,
Yohana Oktaviani Lumban Gaol⁵, Lisbet Sagala⁶, Arjun Sitorus⁷*

¹ Universitas HKBP Nommensen Medan. E-mail: muda.sihite@uhn.ac.id

² Universitas HKBP Nommensen Medan. E-mail: jhonhartonosaragih@student.uhn.ac.id

³ Universitas HKBP Nommensen Medan. E-mail: yessisiagian@student.uhn.ac.id

⁴ Universitas HKBP Nommensen Medan. E-mail: pramusarisilaban@student.uhn.ac.id

⁵ Universitas HKBP Nommensen Medan. E-mail: yohanaoktaviani@student.uhn.ac.id

⁶ Universitas HKBP Nommensen Medan. E-mail: lisbetsagala@student.uhn.ac.id

⁷ Universitas HKBP Nommensen Medan. E-mail: arjunsitorus154@student.uhn.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

Submitted : 2026-07-31

Review : 2026-07-31

Accepted : 2026-07-31

Published : 2026-07-31

KEYWORDS

Perkembangan Sosial,
Perkembangan Emosional,
Interaksi Sosial, Peserta Didik,
Pendidikan.

A B S T R A K

Perkembangan sosial dan emosional merupakan dua aspek yang saling berkaitan dan menjadi fondasi utama dalam pembentukan kepribadian peserta didik. Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan pengertian, unsur, karakteristik, serta faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan sosial dan emosional, sekaligus mengkaji peran lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam mendukung proses tersebut. Penulisan artikel ini menggunakan metode kajian kepustakaan (library research) dengan menelaah berbagai sumber teori, terutama teori pembelajaran sosial dari Albert Bandura serta konsep kecerdasan emosional dari Daniel Goleman. Hasil kajian menunjukkan bahwa perkembangan sosial berkaitan dengan kemampuan individu menjalin interaksi, menyesuaikan diri, dan menjalankan peran sosial, sementara perkembangan emosional berkaitan dengan kemampuan mengenali, mengekspresikan, dan mengendalikan emosi. Kedua aspek ini berkembang secara bertahap dan dipengaruhi oleh faktor internal seperti temperamen dan kematangan biologis, serta faktor eksternal seperti pola asuh keluarga, interaksi di sekolah, dan budaya masyarakat. Dalam konteks pendidikan, peserta didik yang memiliki kematangan sosial dan emosional yang baik cenderung lebih percaya diri, mampu bekerja sama, dan lebih siap menghadapi tekanan belajar. Kajian ini menyimpulkan bahwa keseimbangan antara kecerdasan intelektual, sosial, dan emosional perlu menjadi perhatian bersama keluarga, sekolah, dan masyarakat agar peserta didik dapat berkembang menjadi individu yang utuh.

Keywords:

Social Development, Emotional Development, Social Interaction, Learners, Education.

ABSTRACT

Social and emotional development are two interrelated aspects that serve as the main foundation in shaping the personality of learners. This article aims to explain the meaning, elements, characteristics, and factors influencing social and emotional development, while also examining the role of family, school, and community environments in supporting this process. This article was written using a library research method by reviewing various theoretical sources, particularly Albert Bandura's social learning theory and Daniel Goleman's concept of emotional intelligence. The review shows that social development relates to an individual's ability to build interactions, adapt, and carry out social roles, while emotional development relates to the ability to recognize, express, and regulate emotions. Both aspects develop gradually and are influenced by internal factors such as temperament and biological maturity, as well as external factors such as parenting style, interaction at school, and community culture. In the educational context, learners with good social and emotional maturity tend to be more confident, able to cooperate, and better prepared to face academic pressure. This review concludes that a balance between intellectual, social, and emotional intelligence needs to be a shared concern of families, schools, and communities so that learners can develop into whole individuals.

PENDAHULUAN

Perkembangan sosial dan emosional merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia yang berlangsung secara terus-menerus sejak masa kanak-kanak hingga dewasa. Setiap individu mengalami proses perubahan dalam cara berinteraksi dengan orang lain serta dalam mengelola perasaan yang dimilikinya. Perkembangan ini tidak hanya menentukan bagaimana seseorang membangun hubungan sosial, tetapi juga memengaruhi cara individu mengambil keputusan, menyelesaikan masalah, serta beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, perkembangan sosial dan emosional menjadi salah satu fondasi utama dalam membentuk kepribadian seseorang.

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia tidak dapat hidup sendiri tanpa berhubungan dengan orang lain. Interaksi sosial menjadi kebutuhan dasar yang harus dipenuhi agar individu dapat berkembang secara optimal. Melalui interaksi tersebut, seseorang belajar memahami norma, nilai, serta aturan yang berlaku dalam masyarakat. Di sisi lain, kemampuan emosional juga sangat dibutuhkan agar individu mampu mengendalikan perasaan seperti marah, sedih, senang, maupun kecewa dengan cara

yang tepat. Dengan demikian, perkembangan sosial dan emosional memiliki keterkaitan yang sangat erat dan saling memengaruhi satu sama lain.

Dalam dunia pendidikan, perkembangan sosial dan emosional peserta didik sering kali menjadi perhatian penting selain aspek akademik. Peserta didik tidak hanya dituntut untuk memiliki kecerdasan intelektual, tetapi juga harus memiliki kemampuan sosial seperti bekerja sama, berkomunikasi dengan baik, serta menghargai perbedaan. Selain itu, kemampuan dalam mengelola emosi juga sangat diperlukan agar peserta didik dapat menghadapi tekanan belajar, konflik dengan teman, maupun tantangan lainnya di lingkungan sekolah. Dengan adanya keseimbangan antara kemampuan akademik, sosial, dan emosional, diharapkan peserta didik dapat berkembang menjadi individu yang utuh.

Perkembangan sosial berkaitan dengan kemampuan individu dalam menjalin hubungan, beradaptasi, serta berpartisipasi dalam kehidupan bermasyarakat. Individu yang memiliki perkembangan sosial yang baik cenderung mampu menempatkan diri dalam berbagai situasi dan memiliki sikap empati terhadap orang lain. Sementara itu, perkembangan emosional berhubungan dengan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi yang dimilikinya. Individu yang mampu mengelola emosi dengan baik akan lebih mudah menghadapi berbagai permasalahan hidup tanpa menimbulkan konflik yang berlebihan.

Proses perkembangan sosial dan emosional tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, temperamen, serta kematangan individu. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya, serta budaya masyarakat. Keluarga sebagai lingkungan pertama memiliki peran yang sangat besar dalam membentuk dasar perkembangan sosial dan emosional anak.

Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura, yang menyatakan bahwa perilaku dan respons emosional individu berkembang melalui proses observasi dan peniruan (modeling) (Bandura, 1977). Menurut Bandura, individu belajar tidak hanya melalui pengalaman langsung, tetapi juga dengan mengamati perilaku orang lain serta konsekuensi yang ditimbulkan dari perilaku tersebut. Bandura juga menekankan pentingnya konsep self-efficacy, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengendalikan situasi dan emosi yang dihadapi, serta konsep reciprocal determinism yang menjelaskan adanya hubungan timbal balik antara individu, perilaku, dan lingkungan dalam membentuk perkembangan sosial dan emosional.

Berdasarkan uraian tersebut, artikel ini disusun untuk menjawab beberapa permasalahan, yaitu: (1) apa yang dimaksud dengan perkembangan sosial dan emosional; (2) apa saja faktor yang memengaruhi perkembangan sosial dan emosional; (3) bagaimana tahapan perkembangan sosial dan emosional; serta (4) bagaimana peran lingkungan dalam perkembangan sosial dan emosional peserta didik. Tujuan penulisan artikel ini adalah untuk menjelaskan pengertian perkembangan sosial dan emosional, mengetahui faktor-faktor yang memengaruhinya, memahami tahapan perkembangannya, serta menjelaskan peran lingkungan terhadap perkembangan individu, khususnya peserta didik di lingkungan pendidikan.

METODE PENELITIAN

Artikel ini disusun menggunakan metode kajian kepustakaan (library research), yaitu suatu metode penelitian yang mengumpulkan, menelaah, dan menganalisis data

dari berbagai sumber tertulis yang relevan dengan topik perkembangan sosial dan emosional peserta didik. Sumber yang digunakan meliputi buku teks psikologi perkembangan, jurnal ilmiah, serta materi pembelajaran pada mata kuliah Perkembangan Peserta Didik.

Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif-kualitatif dengan cara mengidentifikasi konsep dasar, unsur, karakteristik, serta faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan sosial dan emosional, kemudian menyusunnya secara sistematis sesuai dengan rumusan masalah. Analisis juga dilakukan dengan menghubungkan konsep-konsep tersebut dengan teori pembelajaran sosial Albert Bandura dan konsep kecerdasan emosional Daniel Goleman sebagai kerangka berpikir utama, untuk memperoleh pemahaman yang lebih utuh mengenai keterkaitan antara perkembangan sosial, perkembangan emosional, dan peran lingkungan pendidikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Dasar dan Pengertian Perkembangan Sosial

Konsep dasar perkembangan sosial berangkat dari pemahaman bahwa manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri. Sejak lahir, individu sudah bergantung pada orang lain dan secara bertahap belajar untuk berinteraksi, berkomunikasi, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Perkembangan sosial merupakan proses perubahan yang terjadi dalam diri individu terkait kemampuan menjalin hubungan dengan orang lain dan memahami kehidupan bermasyarakat.

Secara mendasar, perkembangan sosial mencakup proses interaksi sosial, yaitu bagaimana individu berhubungan dengan orang lain melalui komunikasi, kerja sama, dan respon terhadap lingkungan. Melalui interaksi ini, individu mulai memahami bahwa setiap orang memiliki perasaan, kebutuhan, dan peran yang berbeda, sehingga muncul kemampuan seperti empati, toleransi, dan kerja sama. Selain itu, konsep ini juga berkaitan erat dengan sosialisasi, yaitu proses belajar nilai, norma, aturan, dan budaya yang berlaku dalam masyarakat, yang dipelajari individu melalui pengalaman, pengamatan, dan bimbingan dari lingkungan, terutama keluarga sebagai lingkungan pertama.

Konsep dasar perkembangan sosial juga mencakup pemahaman tentang peran sosial, yaitu posisi dan tanggung jawab seseorang dalam kehidupan sosial, misalnya sebagai anak dalam keluarga, sebagai teman di lingkungan bermain, sebagai siswa di sekolah, dan sebagai anggota masyarakat. Perkembangan sosial bersifat bertahap dan berkesinambungan, berkembang dari tahap sederhana ke tahap yang lebih kompleks, serta sangat dipengaruhi oleh lingkungan seperti keluarga, sekolah, teman sebaya, dan budaya masyarakat, sehingga perkembangan sosial setiap orang dapat berbeda-beda sesuai pengalaman dan lingkungan yang dialaminya. Tujuan akhirnya adalah agar individu mampu hidup secara harmonis, bekerja sama dengan orang lain, dan menjadi bagian yang baik dalam masyarakat.

Pengertian Perkembangan Emosional

Perkembangan emosional adalah proses perubahan yang terjadi pada kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengungkapkan, dan mengendalikan emosi sepanjang rentang kehidupannya. Emosi yang dimaksud meliputi perasaan seperti senang, sedih, marah, takut, cinta, dan kecewa. Perkembangan ini berlangsung secara bertahap sejak masa bayi hingga dewasa, seiring dengan pertumbuhan fisik, kognitif, serta pengalaman sosial seseorang.

Menurut Santrock (2021), perkembangan emosional merupakan perubahan dalam pengalaman emosi, ekspresi emosi, serta kemampuan individu dalam memahami dan mengatur emosi sepanjang rentang kehidupan. Sementara itu, Goleman (2005) dalam konsep kecerdasan emosional menjelaskan bahwa kemampuan mengelola emosi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan individu dalam kehidupan. Individu yang memiliki kemampuan mengelola emosi dengan baik cenderung lebih mampu menghadapi tekanan, membangun hubungan sosial yang sehat, serta membuat keputusan secara bijaksana. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial Albert Bandura (1977), yang menyatakan bahwa perilaku dan respons emosional individu berkembang melalui proses observasi dan peniruan (*modeling*). Anak cenderung meniru cara orang tua, guru, atau lingkungan sekitarnya dalam mengekspresikan dan mengelola emosi. Bandura juga menekankan konsep *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengendalikan situasi dan emosi yang dihadapi. Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola emosi secara positif, menghadapi tekanan dengan baik, serta menunjukkan perilaku yang adaptif. Dengan demikian, teori Bandura menegaskan bahwa perkembangan emosional tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga oleh interaksi timbal balik antara individu, perilaku, dan lingkungan (*reciprocal determinism*).

Unsur-Unsur dalam Perkembangan Sosial

Perkembangan sosial merupakan proses yang kompleks dan tidak dapat dipisahkan dari berbagai unsur yang saling mendukung satu sama lain. Unsur-unsur ini berperan penting dalam membentuk kemampuan individu untuk hidup bersama orang lain secara harmonis, memahami aturan sosial, serta membangun hubungan yang sehat.

Interaksi sosial merupakan proses hubungan timbal balik antara individu dengan individu lain atau dengan kelompok dalam kehidupan sehari-hari, dan menjadi dasar utama dalam perkembangan sosial. Dalam interaksi sosial, individu tidak hanya sekadar berkomunikasi, tetapi juga belajar memahami bahasa verbal dan nonverbal, misalnya kapan harus berbicara, kapan harus mendengarkan, serta bagaimana mengekspresikan perasaan dengan cara yang dapat diterima oleh orang lain. Interaksi sosial juga melibatkan kerja sama, persaingan, konflik, dan penyelesaian masalah, yang membentuk nilai-nilai seperti toleransi, saling menghargai, tanggung jawab, dan solidaritas. Sebaliknya, kurangnya interaksi sosial dapat menyebabkan individu mengalami kesulitan berkomunikasi, kurang percaya diri, bahkan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial.

Penyesuaian sosial adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan sikap, perilaku, dan cara berpikirnya dengan tuntutan lingkungan sosial. Penyesuaian sosial tidak hanya berarti mengikuti aturan, tetapi juga melibatkan kemampuan memahami situasi, menghargai perbedaan, serta mengendalikan emosi, dan berkaitan dengan fleksibilitas dalam beradaptasi ketika menghadapi perubahan lingkungan atau situasi baru. Individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik biasanya lebih mudah diterima oleh kelompok dan memiliki hubungan sosial yang stabil, sedangkan individu yang kurang mampu menyesuaikan diri sering mengalami kesulitan bergaul atau bahkan konflik sosial.

Peran sosial adalah seperangkat perilaku, hak, dan kewajiban yang diharapkan dari individu sesuai dengan status atau posisinya dalam masyarakat. Sejak kecil, individu mulai belajar mengenal dan menjalankan peran sosialnya, misalnya sebagai anak yang harus menghormati orang tua, sebagai siswa yang harus belajar dengan baik

dan mematuhi aturan sekolah, serta sebagai teman yang harus saling membantu dan menghargai. Kemampuan menjalankan peran sosial dengan baik menunjukkan bahwa individu telah mencapai tingkat kematangan sosial tertentu, sehingga lebih dihargai dan dipercaya dalam lingkungan sosialnya.

Hubungan interpersonal adalah hubungan sosial yang terjalin antara individu dengan individu lain secara lebih dekat, mendalam, dan bersifat pribadi, yang melibatkan aspek emosional seperti perasaan, kepercayaan, kepedulian, dan keterikatan. Dalam hubungan interpersonal, individu belajar membangun dan menjaga hubungan melalui komunikasi yang baik, kejujuran, empati, serta kemampuan menyelesaikan konflik secara sehat, misalnya dalam hubungan dengan orang tua, saudara, sahabat, dan teman dekat. Hubungan interpersonal yang sehat memberikan rasa aman, dukungan emosional, serta kesempatan berbagi pengalaman dan perasaan, sedangkan hubungan interpersonal yang kurang baik dapat menimbulkan perasaan kesepian, kurang percaya diri, bahkan stres.

Karakteristik Perkembangan Sosial

Perkembangan sosial merupakan proses kompleks yang mencerminkan kemampuan individu dalam membangun hubungan, beradaptasi dengan lingkungan, serta memahami peran dan tanggung jawab dalam kehidupan bermasyarakat. Proses ini berlangsung sepanjang rentang kehidupan dan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal.

Pertama, perkembangan sosial bersifat dinamis, artinya selalu mengalami perubahan dan perkembangan secara berkelanjutan sepanjang kehidupan individu. Pada masa kanak-kanak awal, interaksi sosial cenderung sederhana dan berpusat pada keluarga; memasuki usia sekolah, individu mengembangkan keterampilan sosial yang lebih kompleks seperti kerja sama, kompetisi, dan pembentukan kelompok pertemanan; sementara pada masa remaja hingga dewasa, perkembangan sosial ditandai dengan kemampuan membangun hubungan yang lebih stabil dan menjalankan peran sosial yang lebih luas.

Kedua, perkembangan sosial dipengaruhi oleh lingkungan, yaitu keluarga, sekolah, teman sebaya, serta masyarakat secara luas. Keluarga sebagai lingkungan pertama memiliki peran fundamental dalam membentuk dasar perilaku sosial, sedangkan lingkungan sekolah memberikan ruang yang lebih luas untuk mengembangkan keterampilan sosial melalui interaksi dengan teman sebaya dan guru. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial Albert Bandura, yang menegaskan bahwa perilaku sosial individu terbentuk melalui proses observasi, imitasi, dan pengalaman langsung, serta konsep reciprocal determinism yang menekankan hubungan timbal balik antara individu, perilaku, dan lingkungan.

Ketiga, perkembangan sosial berkaitan dengan norma sosial, yaitu kemampuan individu dalam memahami dan mematuhi seperangkat aturan, nilai, dan harapan yang mengatur perilaku agar dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Proses internalisasi norma kesopanan, norma moral, dan norma budaya ini menjadi dasar bagi individu dalam menentukan perilaku yang tepat dalam berbagai situasi sosial, dan menunjukkan tingkat kematangan sosial seseorang.

Keempat, perkembangan sosial berkaitan erat dengan perkembangan emosional, karena kemampuan individu dalam berinteraksi secara sosial sangat bergantung pada kemampuannya mengelola emosi. Individu dengan kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial, bekerja sama dengan orang lain, serta menghadapi tekanan sosial dengan cara yang positif, sedangkan

individu yang mengalami kesulitan mengelola emosi sering menunjukkan perilaku agresif atau menarik diri dari lingkungan sosial.

Karakteristik, Jenis, dan Proses Perkembangan Emosional

Emosi memiliki beberapa karakteristik yang membedakannya dari proses psikologis lainnya, yaitu bersifat subjektif (setiap individu dapat merasakan emosi yang berbeda terhadap situasi yang sama), berkaitan dengan reaksi fisiologis (perubahan detak jantung, ekspresi wajah, nada suara), memengaruhi perilaku (perasaan senang mendorong seseorang lebih aktif dan kreatif, sedangkan marah atau takut mempengaruhi cara berinteraksi), serta berkaitan dengan proses sosial, karena individu belajar mengekspresikan emosi melalui interaksi dengan keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sosial lainnya.

Secara umum, emosi dapat diklasifikasikan menjadi emosi positif, seperti rasa bahagia, cinta, bangga, percaya diri, dan puas, yang dapat meningkatkan motivasi belajar serta membantu individu membangun hubungan sosial yang sehat; dan emosi negatif, seperti marah, takut, sedih, cemas, dan kecewa, yang meskipun sering dianggap tidak menyenangkan, sebenarnya memiliki fungsi penting, seperti membantu individu mengenali bahaya atau menghadapi situasi yang menantang. Namun, apabila emosi negatif tidak dikelola dengan baik, hal tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah dalam kehidupan sosial maupun proses pembelajaran.

Perkembangan emosional berlangsung secara bertahap melalui beberapa proses, yaitu pengenalan emosi (anak belajar membedakan perasaan senang, sedih, marah, dan takut melalui pengalaman sehari-hari), ekspresi emosi (individu belajar mengekspresikan emosi secara lebih terkontrol dan sesuai norma sosial), pengendalian emosi (kemampuan mengatur reaksi emosional agar tidak menimbulkan dampak negatif, yang berkembang melalui pengalaman sosial serta bimbingan orang tua dan guru), dan pemahaman emosi orang lain atau empati, yang menjadi dasar penting dalam membangun hubungan sosial yang harmonis.

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Perkembangan Sosial dan Emosional

Perkembangan sosial dan emosional individu dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Faktor keluarga menjadi lingkungan pertama yang sangat berpengaruh; pola asuh orang tua, kualitas hubungan keluarga, serta cara orang tua mengekspresikan emosi sangat memengaruhi perkembangan sosial dan emosional anak. Faktor lingkungan sosial, seperti sekolah dan teman sebaya, juga memiliki pengaruh besar, karena melalui interaksi sosial individu belajar memahami berbagai norma yang berlaku dalam masyarakat.

Selain itu, faktor kematangan biologis, yaitu perkembangan sistem saraf dan hormon, terutama pada masa remaja, dapat memengaruhi stabilitas emosi seseorang. Faktor pengalaman hidup, baik pengalaman positif maupun negatif, juga memengaruhi cara individu memahami dan mengelola emosi. Keempat faktor ini—keluarga, lingkungan sosial, kematangan biologis, dan pengalaman hidup—saling berinteraksi dan membentuk pola perkembangan sosial-emosional yang unik pada setiap individu.

Peran Guru dan Pentingnya Perkembangan Sosial-Emosional dalam Pendidikan

Sekolah merupakan lingkungan sosial kedua setelah keluarga yang menjadi tempat utama bagi peserta didik untuk belajar berinteraksi dengan orang lain. Dalam lingkungan sekolah, guru tidak hanya berfungsi sebagai penyampai materi pelajaran, tetapi juga sebagai pembimbing sosial dan emosional yang membantu peserta didik mengembangkan keterampilan mengelola emosi secara sehat. Beberapa peran guru dalam mendukung perkembangan emosional peserta didik antara lain menciptakan

lingkungan belajar yang aman dan nyaman, memberikan contoh perilaku yang positif, serta membimbing peserta didik dalam menyelesaikan konflik secara konstruktif.

Perkembangan sosial membantu peserta didik membangun kemampuan berinteraksi dengan guru, teman, dan lingkungan sekolah, sehingga siswa belajar berkomunikasi dengan baik, bekerja sama dalam kelompok, serta menghargai perbedaan pendapat. Tanpa kemampuan sosial yang baik, siswa akan kesulitan mengikuti proses pembelajaran, terutama yang melibatkan diskusi dan kerja kelompok. Perkembangan sosial juga berperan dalam membentuk sikap dan karakter peserta didik, seperti disiplin, tanggung jawab, kejujuran, toleransi, dan empati, yang berkembang melalui pengalaman sosial di lingkungan pendidikan.

Siswa yang memiliki hubungan sosial yang baik cenderung lebih percaya diri, aktif dalam kelas, dan tidak takut untuk bertanya atau mengemukakan pendapat, sedangkan siswa yang mengalami kesulitan sosial sering mengalami hambatan dalam belajar, seperti kurang fokus, rendahnya motivasi, dan bahkan penurunan prestasi. Sejalan dengan itu, peserta didik yang memiliki kemampuan mengelola emosi dengan baik cenderung lebih mampu menghadapi tekanan akademik, berinteraksi dengan teman sebaya, serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajar, sementara peserta didik yang mengalami kesulitan mengelola emosi sering menghadapi hambatan seperti kesulitan berkonsentrasi, konflik dengan teman, serta rendahnya motivasi belajar. Oleh karena itu, pendidikan modern tidak hanya menekankan perkembangan intelektual, tetapi juga pengembangan kecerdasan emosional (emotional intelligence) agar peserta didik dapat berkembang secara lebih seimbang.

Perkembangan Sosial sebagai Dasar Pembentukan Kepribadian

Perkembangan sosial merupakan salah satu aspek fundamental dalam pembentukan kepribadian individu. Kepribadian tidak terbentuk secara instan, melainkan berkembang melalui proses interaksi sosial yang berlangsung secara terus-menerus sejak masa kanak-kanak hingga dewasa. Sejak usia dini, individu mengalami proses sosialisasi pertama dalam lingkungan keluarga, di mana anak belajar mengenai pola komunikasi, ekspresi emosi, serta cara berperilaku melalui interaksi dengan orang tua dan anggota keluarga lainnya. Anak yang tumbuh dalam lingkungan yang penuh kasih sayang dan dukungan cenderung mengembangkan kepribadian yang percaya diri, empatik, dan terbuka, sebaliknya lingkungan yang kurang harmonis dapat memengaruhi pembentukan kepribadian yang tertutup atau kurang stabil secara emosional.

Dalam perspektif teori pembelajaran sosial Albert Bandura, kepribadian terbentuk melalui proses observasi dan imitasi terhadap perilaku orang lain, di mana individu cenderung meniru sikap, kebiasaan, dan cara berinteraksi dari figur yang dianggap penting, seperti orang tua, guru, atau tokoh dalam lingkungan sosialnya. Konsep reciprocal determinism menjelaskan bahwa kepribadian terbentuk melalui interaksi timbal balik antara faktor individu (kognitif dan emosional), perilaku, dan lingkungan—dengan kata lain, lingkungan sosial tidak hanya memengaruhi individu, tetapi individu juga secara aktif membentuk lingkungannya.

Perkembangan sosial juga berkaitan erat dengan pembentukan kontrol diri dan kematangan emosional, yang merupakan bagian penting dari kepribadian. Melalui pengalaman sosial, individu belajar mengelola emosi, menyelesaikan konflik, serta mengambil keputusan secara bijaksana, sehingga membentuk kepribadian yang stabil, adaptif, dan mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Nilai-nilai sosial dan budaya yang diperoleh melalui interaksi sosial turut berkontribusi dalam membentuk sistem keyakinan dan moral individu, sehingga perkembangan sosial tidak hanya

membentuk aspek perilaku luar, tetapi juga struktur internal kepribadian seperti sikap, motivasi, dan pandangan hidup.

Perkembangan Interaksi Sosial pada Berbagai Tahap Usia

Menurut Soekanto (2000), interaksi sosial merupakan proses sosial yang terjadi ketika dua individu atau lebih saling mempengaruhi satu sama lain. Interaksi sosial dapat terjadi dalam berbagai bentuk, yaitu kerja sama, yang terjadi ketika individu bekerja bersama untuk mencapai tujuan yang sama; persaingan, yang terjadi ketika individu atau kelompok berusaha mencapai tujuan yang sama dengan cara saling bersaing; akomodasi, yaitu proses penyesuaian yang dilakukan individu atau kelompok untuk mengurangi konflik; dan konflik, yaitu proses sosial yang terjadi ketika terdapat perbedaan kepentingan antara individu atau kelompok.

Perkembangan interaksi sosial berlangsung secara bertahap sesuai usia. Pada anak usia dini, interaksi sosial biasanya terjadi melalui kegiatan bermain, di mana anak mulai belajar berbagi, bekerja sama, serta memahami aturan sederhana. Pada usia sekolah dasar, anak mulai membentuk kelompok pertemanan yang lebih stabil dan interaksi sosial menjadi lebih kompleks karena anak mulai memahami aturan sosial yang lebih luas. Pada masa remaja, hubungan dengan teman sebaya menjadi sangat penting, dan remaja cenderung mencari dukungan sosial dari kelompok teman. Pada masa dewasa, interaksi sosial menjadi lebih luas dan mencakup hubungan profesional, keluarga, serta masyarakat.

Sekolah memiliki peran penting dalam membantu peserta didik mengembangkan kemampuan interaksi sosial yang sehat, dengan memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk berinteraksi dengan berbagai individu yang memiliki latar belakang berbeda. Beberapa strategi yang dapat dilakukan guru antara lain mendorong kerja kelompok dalam pembelajaran, menciptakan suasana kelas yang inklusif, mengajarkan keterampilan komunikasi yang efektif, dan membantu peserta didik menyelesaikan konflik secara konstruktif.

KESIMPULAN

Berdasarkan keseluruhan pembahasan dalam artikel ini, dapat disimpulkan bahwa perkembangan sosial dan emosional merupakan dua aspek yang sangat esensial dan tidak terpisahkan dalam proses perkembangan manusia. Kedua aspek ini berperan sebagai fondasi utama dalam membentuk kepribadian, pola perilaku, serta kemampuan individu dalam menjalani kehidupan bermasyarakat secara efektif dan harmonis. Perkembangan sosial mencerminkan kemampuan individu dalam membangun hubungan, berinteraksi, serta menyesuaikan diri dengan berbagai situasi dan lingkungan sosial yang terus berkembang, sedangkan perkembangan emosional berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengekspresikan, serta mengendalikan emosi secara tepat.

Keterkaitan antara perkembangan sosial dan emosional menunjukkan bahwa keduanya saling melengkapi dan saling memengaruhi. Perkembangan sosial yang optimal membutuhkan dukungan dari kematangan emosional, sementara perkembangan emosional yang baik juga dipengaruhi oleh kualitas interaksi sosial yang dimiliki individu. Kedua aspek ini dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kondisi biologis, temperamen, dan kematangan individu, serta faktor eksternal, seperti lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya, dan budaya masyarakat. Teori pembelajaran sosial Albert Bandura memberikan penjelasan yang kuat mengenai bagaimana perkembangan

sosial dan emosional terbentuk melalui proses observasi, imitasi, dan interaksi timbal balik antara individu, perilaku, dan lingkungan.

Dalam konteks pendidikan, perkembangan sosial dan emosional memiliki peranan yang sangat strategis dalam menunjang keberhasilan proses pembelajaran. Peserta didik yang memiliki kemampuan sosial dan emosional yang baik cenderung lebih aktif dalam pembelajaran, mampu bekerja sama dalam kelompok, serta memiliki motivasi dan kepercayaan diri yang tinggi, sedangkan kurangnya kemampuan dalam aspek ini dapat menjadi hambatan dalam proses belajar. Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa perkembangan sosial dan emosional merupakan landasan utama dalam membentuk individu yang utuh, sehingga perhatian terhadap perkembangan kedua aspek ini harus menjadi prioritas bersama keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Sebagai saran, orang tua diharapkan menjadi teladan dalam berkomunikasi, mengelola emosi, dan menyelesaikan konflik, serta menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis bagi anak. Guru diharapkan memberikan perhatian seimbang antara pencapaian akademik dan perkembangan sosial-emosional peserta didik, antara lain dengan menjadi model pengelolaan emosi dan perilaku sosial yang baik. Sekolah perlu menyediakan lingkungan yang kondusif melalui pendidikan karakter, bimbingan konseling, dan kegiatan ekstrakurikuler yang mendukung interaksi sosial, sementara masyarakat diharapkan menciptakan lingkungan sosial yang aman dan penuh nilai-nilai positif. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengkaji lebih dalam hubungan antara perkembangan sosial-emosional dengan aspek lain, seperti prestasi belajar, kecerdasan emosional, atau penggunaan teknologi dalam kehidupan sosial, menggunakan pendekatan kualitatif maupun kuantitatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.
- Goleman, D. (2005). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Piaget, J. (1972). *The Psychology of the Child*. Basic Books.
- Santrock, J. W. (2021). *Life-Span Development*. McGraw-Hill Education.
- Soekanto, S. (2000). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Raja Grafindo Persada.