

Adaptasi Psikologis Anak Kelas I Sekolah Dasar dalam Masa Transisi dari PAUD: Studi pada Aspek Sosial-Emosional dan Kognitif

Agung Kaisar Siregar^{1*}, Efrida Mandasari Dalimunthe²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary
Padangsidempuan, Sumatera Utara, Indonesia

*Email korespondensi: agung@uinsyahada.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis adaptasi psikologis anak kelas I sekolah dasar dalam masa transisi dari PAUD pada aspek sosial-emosional dan kognitif. Penelitian menggunakan pendekatan *mixed method* dengan desain *sequential explanatory*. Subjek penelitian berjumlah 15 anak. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara. Analisis kuantitatif dilakukan secara deskriptif, sedangkan data kualitatif dianalisis secara tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi psikologis anak berada pada kategori mulai berkembang dengan rata-rata 2,74, terdiri dari aspek sosial-emosional sebesar 2,73 dan kognitif sebesar 2,75. Sebagian besar anak telah mampu berinteraksi, mengikuti aturan, memahami instruksi, dan menyelesaikan tugas, meskipun masih terdapat kendala pada pengendalian emosi dan konsentrasi. Dengan demikian, adaptasi psikologis anak berlangsung secara bertahap dan memerlukan dukungan lingkungan belajar yang sesuai.

Kata kunci: adaptasi psikologis, transisi sekolah, sosial-emosional, kognitif, PAUD

Psychological Adaptation of First-Grade Elementary School Students During the Transition from Early Childhood Education: A Study of Social-Emotional and Cognitive Aspects

ABSTRACT

This study aims to analyze the psychological adaptation of first-grade elementary students during the transition from early childhood education, focusing on socio-emotional and cognitive aspects. This study employed a mixed method with a sequential explanatory design. The subjects consisted of 15 children. Data were collected through observation and interviews. Quantitative data were analyzed descriptively, while qualitative data were analyzed thematically. The results showed that children's psychological adaptation was in the start to develop category with an average score of 2.74, consisting of socio-emotional (2.73) and cognitive (2.75) aspects. Most children were able to interact, follow rules, understand instructions, and complete tasks, although some still experienced difficulties in emotional control and concentration. Thus, psychological adaptation occurs gradually and requires supportive learning environments.

Keywords: *psychological adaptation; school transition; socio-emotional; cognitive; early childhood education*

PENDAHULUAN

Pendidikan dasar merupakan fase penting dalam perkembangan anak, terutama pada masa transisi dari pendidikan anak usia dini (PAUD) menuju sekolah dasar. Transisi ini bukan sekadar perubahan jenjang pendidikan, tetapi juga perubahan tuntutan perkembangan yang melibatkan aspek kognitif, sosial, dan emosional secara simultan. Pada tahap ini, anak dihadapkan pada lingkungan belajar yang lebih terstruktur dibandingkan dengan pengalaman belajar sebelumnya di PAUD yang cenderung fleksibel dan berbasis bermain.

Dalam praktiknya, banyak anak kelas I sekolah dasar mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. Anak sering menunjukkan perilaku seperti sulit

berkonsentrasi, kurang mampu mengikuti instruksi, serta mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Kondisi ini menunjukkan bahwa transisi dari PAUD ke sekolah dasar tidak selalu berjalan secara optimal, terutama jika kesiapan psikologis anak belum berkembang dengan baik. Fenomena tersebut didukung oleh berbagai hasil penelitian yang menunjukkan bahwa masa transisi sekolah merupakan fase yang rentan bagi anak. Rimm-Kaufman dan Pianta (2000) menyatakan bahwa anak yang memasuki sekolah dasar tanpa kesiapan sosial dan emosional yang memadai cenderung mengalami kesulitan dalam mengikuti aturan kelas serta berinteraksi dengan lingkungan belajar baru. Selain itu, penelitian oleh Margetts (2009) menemukan bahwa anak pada awal masuk sekolah sering menunjukkan perilaku maladaptif seperti kurang fokus, kecemasan, dan kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dengan teman sebaya. Lebih lanjut, Blair (2002) menegaskan bahwa rendahnya kemampuan regulasi diri pada anak berdampak pada kesulitan dalam berkonsentrasi dan mengikuti instruksi selama proses pembelajaran. Hal ini juga diperkuat oleh temuan Denham et al. (2012) yang menunjukkan bahwa kemampuan sosial-emosional yang rendah berkorelasi dengan rendahnya keterlibatan anak dalam aktivitas belajar di kelas. Dengan demikian, kesulitan adaptasi yang dialami anak kelas I sekolah dasar bukan sekadar fenomena umum, tetapi merupakan kondisi yang telah banyak dibuktikan dalam berbagai penelitian ilmiah.

Secara teoritis, proses transisi sekolah merupakan fase kritis dalam perkembangan anak, kesiapan sekolah (*school readiness*) tidak hanya berkaitan dengan kemampuan kognitif, tetapi juga melibatkan regulasi emosi dan kemampuan sosial yang saling terintegrasi (Blair, 2002). Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan anak dalam memasuki sekolah dasar sangat dipengaruhi oleh kesiapan psikologis secara menyeluruh. Lebih lanjut, penelitian internasional menunjukkan bahwa aspek kognitif dan emosional menjadi prediktor utama keberhasilan adaptasi anak di sekolah. Blankson, Weaver, dan Leerkes (2017) menemukan bahwa kemampuan regulasi emosi dan fungsi kognitif sejak usia dini berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan anak dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Dengan demikian, adaptasi psikologis tidak dapat dipisahkan dari perkembangan kognitif dan sosial-emosional anak.

Selain itu, penelitian oleh Hong, Lu, dan Zhu (2023) menunjukkan bahwa anak yang mengalami kesulitan dalam masa transisi dari taman kanak-kanak ke sekolah dasar cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi serta kesulitan dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini menunjukkan bahwa proses adaptasi tidak hanya berdampak pada aspek akademik, tetapi juga pada kesejahteraan psikologis anak.

Dari sisi sosial-emosional, kemampuan anak dalam membangun hubungan dengan teman sebaya dan guru menjadi faktor penting dalam keberhasilan adaptasi. Ladd dan Price (1987) menyatakan bahwa kompetensi sosial anak pada awal masuk sekolah sangat berpengaruh terhadap penyesuaian diri dan keberhasilan akademik di kemudian hari. Anak yang memiliki kemampuan sosial yang baik cenderung lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Sementara itu, Correia dan Marques-Pinto (2016) menegaskan bahwa proses adaptasi anak dalam transisi sekolah melibatkan interaksi antara faktor individu, lingkungan keluarga, serta lingkungan sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa adaptasi psikologis merupakan proses kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan.

Dalam konteks pendidikan Indonesia, permasalahan transisi dari PAUD ke sekolah dasar masih menjadi tantangan, terutama akibat perubahan pendekatan pembelajaran dari berbasis bermain menuju pembelajaran yang lebih formal. Kondisi ini menyebabkan anak mengalami

kesulitan dalam menyesuaikan diri baik secara kognitif maupun sosial-emosional, yang dalam beberapa kasus memicu terjadinya *academic shock* pada awal masa sekolah (Rimm-Kaufman & Pianta, 2000; Margetts, 2009). Kondisi ini juga ditemukan pada lokasi penelitian, dimana beberapa anak kelas I menunjukkan kesulitan dalam menyesuaikan diri, seperti kurang mampu mengikuti instruksi, mudah terdistraksi, serta belum terbiasa dengan aturan kelas. Perubahan tersebut menyebabkan anak mengalami kesulitan baik secara kognitif maupun sosial-emosional, sehingga proses adaptasi berlangsung secara bertahap.

Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya kesiapan anak dalam menghadapi transisi sekolah dapat berdampak pada rendahnya motivasi belajar dan meningkatnya perilaku maladaptif. Bahkan, beberapa anak menunjukkan kecenderungan menarik diri atau mengalami kecemasan dalam lingkungan belajar yang baru, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi perkembangan akademik dan sosial mereka (Raver, 2002). Selain itu, penelitian oleh Ladd (1990) menunjukkan bahwa anak yang mengalami kesulitan dalam adaptasi sosial di awal sekolah cenderung menunjukkan perilaku menarik diri dan memiliki risiko lebih tinggi terhadap penurunan prestasi akademik. Lebih lanjut, penelitian oleh Coplan dan Arbeau (2008) mengungkapkan bahwa kecenderungan menarik diri (*social withdrawal*) pada anak berkaitan dengan meningkatnya kecemasan serta hambatan dalam interaksi sosial di lingkungan sekolah. Hal ini juga diperkuat oleh O'Connor (2010) yang menyatakan bahwa kesulitan adaptasi pada masa awal sekolah dapat berdampak jangka panjang terhadap perkembangan akademik dan sosial anak. Dengan demikian, kurangnya kesiapan dalam menghadapi transisi sekolah tidak hanya berdampak pada proses belajar, tetapi juga pada kesejahteraan psikologis anak secara keseluruhan.

Secara psikologis, kondisi ini dapat dijelaskan melalui teori perkembangan Erikson, dimana anak usia sekolah dasar berada pada tahap *industry vs inferiority*, yaitu fase ketika anak mulai mengembangkan rasa percaya diri melalui keberhasilan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan. Apabila anak gagal beradaptasi, maka akan muncul perasaan rendah diri yang dapat berdampak pada perkembangan selanjutnya (Erik Erikson, 1963). Selain itu, Jean Piaget menjelaskan bahwa anak usia sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret, dimana mereka mulai mampu berpikir logis, tetapi masih membutuhkan pengalaman nyata dalam proses belajar (Piaget, 1972). Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran yang tidak sesuai dengan karakteristik perkembangan anak dapat menghambat proses adaptasi mereka.

Penelitian lain menunjukkan bahwa keberhasilan transisi sekolah sangat dipengaruhi oleh kesiapan kognitif dan sosial-emosional anak. Besi dan Sakellariou (2019) menyatakan bahwa faktor utama dalam keberhasilan transisi ke sekolah dasar meliputi kemampuan sosial, kesiapan emosional, serta kemampuan memahami instruksi pembelajaran. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada aspek kesiapan belajar atau metode pembelajaran tertentu, sehingga kajian yang secara komprehensif mengkaji adaptasi psikologis anak pada aspek sosial-emosional dan kognitif secara simultan masih terbatas, khususnya dalam konteks sekolah dasar kelas I di Indonesia. Selain itu, penelitian sebelumnya cenderung menggunakan pendekatan kuantitatif tanpa menggali secara mendalam pengalaman adaptasi anak di lingkungan sekolah. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*), terutama dalam memahami proses adaptasi psikologis anak secara kontekstual di kelas awal sekolah dasar.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis adaptasi psikologis anak kelas I sekolah dasar dalam masa transisi dari PAUD, khususnya pada aspek sosial-emosional dan kognitif. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai proses adaptasi anak serta menjadi dasar dalam merumuskan implikasi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed method* dengan desain *sequential explanatory*, yaitu menggabungkan metode kuantitatif dan kualitatif secara berurutan untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai adaptasi psikologis anak kelas I sekolah dasar dalam masa transisi dari PAUD, khususnya pada aspek sosial-emosional dan kognitif.

Penelitian dilaksanakan di salah satu sekolah dasar di Kota Padangsidempuan dengan subjek penelitian adalah 15 siswa kelas I yang berada pada masa transisi dari PAUD ke sekolah dasar. Teknik pemilihan subjek menggunakan *purposive sampling*, yaitu memilih anak yang baru memasuki jenjang sekolah dasar setelah mengikuti pendidikan PAUD.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari observasi dan wawancara. Pada tahap kuantitatif, data dikumpulkan melalui observasi menggunakan lembar observasi terstruktur dengan skala penilaian 1–4, yaitu: 1 (belum berkembang), 2 (mulai berkembang), 3 (berkembang sesuai harapan), dan 4 (berkembang sangat baik). Indikator observasi mencakup dua aspek utama, yaitu sosial-emosional dan kognitif. Aspek sosial-emosional meliputi kemampuan berinteraksi dengan teman sebaya, bekerja sama, mengikuti aturan, serta mengelola emosi. Sedangkan aspek kognitif meliputi kemampuan memahami instruksi, konsentrasi, menyelesaikan tugas, serta kesiapan membaca dan berhitung. Pada tahap kualitatif, data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dengan guru kelas I untuk memperoleh informasi mendalam mengenai proses adaptasi anak, hambatan yang dialami, serta perubahan perilaku selama mengikuti pembelajaran.

Teknik analisis data dilakukan dalam dua tahap. Pertama, data kuantitatif dianalisis secara deskriptif dengan menghitung nilai rata-rata pada setiap aspek perkembangan anak dan dikategorikan ke dalam kriteria perkembangan. Kedua, data kualitatif dianalisis menggunakan teknik analisis tematik dengan mengelompokkan hasil wawancara ke dalam tema-tema yang berkaitan dengan adaptasi psikologis anak. Data kuantitatif digunakan untuk mengukur tingkat adaptasi anak, sedangkan data kualitatif digunakan untuk memperkuat dan menjelaskan hasil kuantitatif sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil observasi terhadap 15 siswa kelas I sekolah dasar, diperoleh data kemampuan adaptasi psikologis anak pada aspek sosial-emosional dan kognitif yang disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Observasi Adaptasi Psikologis Anak

No	Anak	Sosial-Emosional	Kognitif	Rata-rata	Kategori
1	A1	2,0	2,0	2,0	Mulai Berkembang
2	A2	3,0	3,0	3,0	Berkembang Sesuai Harapan
3	A3	1,8	1,8	1,8	Belum Berkembang
4	A4	3,0	3,0	3,0	Berkembang Sesuai Harapan

No	Anak	Sosial-Emosional	Kognitif	Rata-rata	Kategori
5	A5	3,4	3,4	3,4	Berkembang Sesuai Harapan
6	A6	2,0	2,0	2,0	Mulai Berkembang
7	A7	2,6	2,6	2,6	Mulai Berkembang
8	A8	3,4	3,4	3,4	Berkembang Sesuai Harapan
9	A9	1,8	1,8	1,8	Belum Berkembang
10	A10	3,0	3,0	3,0	Berkembang Sesuai Harapan
11	A11	2,2	2,2	2,2	Mulai Berkembang
12	A12	2,8	2,8	2,8	Mulai Berkembang
13	A13	3,6	3,6	3,6	Berkembang Sangat Baik
14	A14	2,0	2,0	2,0	Mulai Berkembang
15	A15	3,0	3,0	3,0	Berkembang Sesuai Harapan

Data pada Tabel 1 diperoleh dari hasil observasi terhadap aspek sosial-emosional dan kognitif menggunakan skala penilaian 1–4. Nilai pada masing-masing aspek merupakan rata-rata skor dari beberapa indikator yang diamati pada setiap anak. Nilai rata-rata keseluruhan dihitung menggunakan rumus berikut:

$$\bar{X} = \frac{X_{SE} + X_K}{2}$$

Keterangan: \bar{X} = nilai rata-rata ; X_{SE} = skor sosial-emosional ; X_K = skor kognitif

Nilai rata-rata dikategorikan ke dalam kriteria perkembangan anak sebagai berikut: Belum Berkembang (1,00–1,99), Mulai Berkembang (2,00–2,99), Berkembang Sesuai Harapan (3,00–3,49), dan Berkembang Sangat Baik (3,50–4,00).

Berdasarkan Tabel 1, kemampuan adaptasi psikologis anak menunjukkan variasi pada setiap individu. Sebagian besar anak berada pada kategori *Mulai Berkembang* dan *Berkembang Sesuai Harapan*, yang menunjukkan bahwa anak telah mulai mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, baik pada aspek sosial-emosional maupun kognitif. Beberapa anak masih berada pada kategori *Belum Berkembang*, yang mengindikasikan bahwa kemampuan adaptasi mereka masih rendah dan memerlukan pendampingan lebih lanjut. Sementara itu, terdapat anak yang berada pada kategori *Berkembang Sangat Baik*, yang menunjukkan kemampuan adaptasi yang optimal dalam mengikuti kegiatan pembelajaran dan berinteraksi di lingkungan sekolah. Secara umum, hasil ini menunjukkan bahwa proses adaptasi psikologis anak dalam masa transisi dari PAUD ke sekolah dasar berada pada tingkat yang bervariasi, dengan kecenderungan berada pada kategori mulai berkembang.

Untuk memperoleh gambaran secara keseluruhan mengenai kemampuan adaptasi psikologis anak, hasil observasi pada setiap individu kemudian dirata-ratakan berdasarkan aspek sosial-emosional dan kognitif pada seluruh subjek penelitian pada Tabel 2.

Tabel 2. Rata-rata Per Aspek

Aspek	Mean	Kategori
Sosial-Emosional	2,73	Berkembang
Kognitif	2,75	Berkembang
Total	2,74	Berkembang

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh bahwa rata-rata kemampuan adaptasi psikologis anak kelas I sekolah dasar pada aspek sosial-emosional sebesar 2,73 dan aspek

kognitif sebesar 2,75. Nilai rata-rata keseluruhan sebesar 2,74 yang berada pada kategori mulai berkembang. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum anak telah mulai mampu beradaptasi dengan lingkungan sekolah dasar, baik dari segi sosial-emosional maupun kognitif. Pada aspek sosial-emosional, sebagian besar anak sudah mampu berinteraksi dengan teman sebaya, mengikuti aturan kelas, serta menunjukkan kemampuan bekerja sama, meskipun masih terdapat beberapa anak yang berada pada kategori mulai berkembang.

Pada aspek sosial-emosional, sebagian besar anak telah mampu berinteraksi dengan teman sebaya, mengikuti aturan kelas, serta menunjukkan kemampuan bekerja sama, meskipun masih terdapat beberapa anak yang berada pada kategori *Mulai Berkembang*. Temuan ini diperkuat oleh hasil wawancara dengan guru yang menyatakan bahwa sebagian anak masih cenderung menyendiri, belum percaya diri, serta mengalami kesulitan dalam mengikuti aturan pada awal masuk sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa proses adaptasi sosial-emosional berlangsung secara bertahap dan belum merata pada semua anak.

Pada aspek kognitif, anak umumnya telah mulai mampu memahami instruksi, berkonsentrasi dalam kegiatan pembelajaran, serta menyelesaikan tugas yang diberikan. Namun demikian, beberapa anak masih menunjukkan kesulitan dalam mempertahankan fokus dan memahami instruksi secara konsisten. Hasil wawancara guru juga mengindikasikan bahwa sebagian anak masih memerlukan pengulangan instruksi karena mudah terdistraksi. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa adaptasi psikologis anak dalam masa transisi dari PAUD ke sekolah dasar berada pada kategori *Mulai Berkembang*. Hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan adaptasi anak telah mulai berkembang, namun belum sepenuhnya optimal dan masih memerlukan pendampingan dalam beberapa aspek tertentu.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi psikologis anak kelas I sekolah dasar dalam masa transisi dari PAUD berada pada kategori berkembang dengan nilai rata-rata sebesar 2,74. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum anak telah mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dasar, baik dari segi sosial-emosional maupun kognitif, meskipun proses adaptasi tersebut belum sepenuhnya optimal dan masih memerlukan pendampingan. Adaptasi ini merupakan proses yang kompleks karena melibatkan perubahan lingkungan belajar, tuntutan akademik, serta pola interaksi sosial yang berbeda dibandingkan dengan pengalaman anak di PAUD.

Dari sudut pandang peneliti, capaian ini menunjukkan bahwa anak tidak mengalami hambatan yang signifikan dalam proses transisi, namun masih berada pada tahap penyesuaian awal. Hal ini terlihat dari adanya variasi kemampuan antar anak, dimana sebagian sudah menunjukkan adaptasi yang baik, sementara sebagian lainnya masih mengalami kesulitan. Kondisi ini menunjukkan bahwa adaptasi psikologis bersifat individual dan dipengaruhi oleh pengalaman belajar sebelumnya serta kesiapan perkembangan anak.

Secara teoritis, hasil ini dapat dijelaskan melalui konsep *school readiness* yang menekankan bahwa kesiapan anak memasuki sekolah tidak hanya ditentukan oleh kemampuan akademik, tetapi juga oleh kemampuan regulasi diri, sosial, dan emosional. Blair (2002) menyatakan bahwa regulasi diri merupakan komponen utama dalam kesiapan sekolah, yang mencakup kemampuan mengontrol perhatian, emosi, dan perilaku. Dalam penelitian ini,

kemampuan regulasi diri anak terlihat sudah mulai berkembang, namun belum sepenuhnya stabil, yang tercermin dari masih adanya anak yang sulit fokus dan mengendalikan emosi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek sosial-emosional anak berada pada kategori berkembang dengan rata-rata 2,73. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah mampu berinteraksi dengan teman sebaya, bekerja sama dalam kelompok, serta mengikuti aturan kelas. Namun demikian, masih terdapat beberapa anak yang menunjukkan kesulitan dalam hal kepercayaan diri dan pengendalian emosi.

Temuan ini diperkuat oleh hasil wawancara dengan guru yang menyatakan bahwa *“sebagian besar anak sudah mulai bisa bermain bersama dan mengikuti kegiatan kelompok, tetapi masih ada beberapa anak yang cenderung diam dan belum berani berinteraksi.”* Pernyataan ini menunjukkan bahwa kemampuan sosial anak sudah berkembang, namun belum merata pada semua anak. Selain itu, guru juga mengungkapkan bahwa *“di awal masuk sekolah, ada anak yang mudah menangis dan belum terbiasa dengan aturan kelas, tetapi setelah beberapa minggu mulai menunjukkan perubahan.”* Hal ini menunjukkan bahwa proses adaptasi sosial-emosional berlangsung secara bertahap dan membutuhkan waktu.

Dari perspektif teori Erikson, kondisi ini sesuai dengan tahap *industry vs inferiority*, dimana anak mulai membangun rasa percaya diri melalui interaksi sosial dan keberhasilan dalam aktivitas. Anak yang berhasil berinteraksi dan berpartisipasi akan berkembang rasa percaya dirinya, sedangkan anak yang mengalami kesulitan cenderung merasa kurang mampu (Erikson, 1963). Dalam konteks penelitian ini, anak yang masih menyendiri menunjukkan bahwa proses pembentukan kepercayaan diri belum sepenuhnya berkembang. Temuan ini juga didukung oleh Denham et al. (2012) yang menyatakan bahwa kompetensi sosial-emosional berperan penting dalam meningkatkan keterlibatan anak dalam pembelajaran. Anak yang mampu mengelola emosi dan menjalin hubungan sosial yang baik akan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Selain itu, Ladd (2006) menegaskan bahwa hubungan sosial yang positif pada awal sekolah menjadi prediktor penting bagi keberhasilan akademik di masa selanjutnya.

Pada aspek kognitif, hasil penelitian menunjukkan rata-rata sebesar 2,75 yang berada pada kategori berkembang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah mampu memahami instruksi, berkonsentrasi, serta menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru. Namun demikian, beberapa anak masih menunjukkan kesulitan dalam mempertahankan fokus dan memahami instruksi secara konsisten.

Hasil ini diperkuat oleh wawancara guru yang menyatakan bahwa *“anak-anak sudah mulai memahami instruksi, tetapi masih ada yang harus diulang-ulang karena mudah terdistraksi.”* Selain itu, guru juga menyampaikan bahwa *“beberapa anak masih belum bisa fokus dalam waktu lama, terutama saat kegiatan yang membutuhkan konsentrasi tinggi.”* Kondisi ini wajar mengingat anak baru mengalami perubahan dari lingkungan PAUD yang lebih fleksibel menuju lingkungan sekolah dasar yang lebih terstruktur. Anak membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan pembelajaran yang lebih formal.

Secara teoritis, Piaget (1972) menyatakan bahwa anak usia sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret, dimana kemampuan berpikir logis mulai berkembang, tetapi masih membutuhkan pengalaman konkret dalam proses belajar. Oleh karena itu, kesulitan dalam memahami instruksi dapat terjadi apabila pembelajaran tidak sesuai dengan tahap perkembangan anak.

Selain itu, penelitian Gathercole et al. (2004) menunjukkan bahwa kemampuan perhatian dan memori kerja memiliki peran penting dalam keberhasilan anak dalam mengikuti pembelajaran. Anak yang memiliki kapasitas perhatian yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam memahami instruksi dan menyelesaikan tugas. Hal ini sejalan dengan temuan dalam penelitian ini, dimana beberapa anak masih menunjukkan keterbatasan dalam mempertahankan konsentrasi. Lebih lanjut, Blair dan Raver (2015) menegaskan bahwa regulasi diri yang baik berkontribusi terhadap kesiapan belajar anak. Dalam penelitian ini, kemampuan regulasi diri yang belum optimal menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan kognitif anak dalam proses adaptasi.

Berdasarkan kedua aspek tersebut, dapat dilihat bahwa adaptasi psikologis anak tidak terjadi secara terpisah antara sosial-emosional dan kognitif, melainkan saling berkaitan. Anak yang memiliki kemampuan sosial-emosional yang baik cenderung lebih mudah berkonsentrasi dan mengikuti pembelajaran, sedangkan anak yang mengalami kesulitan emosional cenderung mengalami hambatan dalam aspek kognitif.

Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara yang menunjukkan bahwa anak yang aktif berinteraksi juga lebih mudah mengikuti kegiatan belajar, sedangkan anak yang cenderung menyendiri lebih sulit untuk fokus. Dengan demikian, kemampuan sosial-emosional menjadi dasar penting bagi perkembangan kognitif anak. Temuan ini sejalan dengan penelitian Blair (2002) yang menyatakan bahwa perkembangan kognitif dan emosional saling berkaitan dalam menentukan kesiapan belajar anak. Selain itu, pendekatan ekologi perkembangan juga menjelaskan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh interaksi antara berbagai aspek perkembangan serta lingkungan sosial di sekitarnya.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa lingkungan belajar dan peran guru memiliki pengaruh yang signifikan terhadap proses adaptasi anak. Guru menyatakan bahwa pendekatan pembelajaran yang fleksibel, komunikatif, dan berbasis aktivitas membantu anak dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah.

Pernyataan guru seperti *“anak lebih cepat menyesuaikan diri jika pembelajaran dibuat menyenangkan dan tidak terlalu menekan”* menunjukkan bahwa strategi pembelajaran memiliki peran penting dalam mendukung adaptasi anak. Hal ini sejalan dengan penelitian Hamre dan Pianta (2001) yang menyatakan bahwa hubungan positif antara guru dan anak dapat meningkatkan keterlibatan belajar serta membantu proses adaptasi anak di sekolah. Lingkungan belajar yang suportif akan membantu anak merasa nyaman dan percaya diri dalam mengikuti pembelajaran.

Berdasarkan seluruh temuan, peneliti berpendapat bahwa adaptasi psikologis anak dalam masa transisi dari PAUD ke sekolah dasar merupakan proses yang bertahap dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Keberhasilan adaptasi tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individu anak, tetapi juga oleh lingkungan belajar yang mendukung serta strategi pembelajaran yang digunakan. Dengan demikian, meskipun hasil penelitian menunjukkan bahwa adaptasi anak berada pada kategori berkembang, masih diperlukan upaya untuk mengoptimalkan proses tersebut melalui pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa adaptasi psikologis anak kelas I sekolah dasar dalam masa transisi dari PAUD berada pada kategori Mulai Berkembang. Hal ini menunjukkan bahwa anak secara umum telah mulai mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, baik pada aspek sosial-emosional maupun kognitif. Meskipun demikian, proses adaptasi belum sepenuhnya optimal, karena masih terdapat beberapa anak yang mengalami kesulitan dalam pengendalian emosi, interaksi sosial, serta mempertahankan konsentrasi dalam pembelajaran. Dengan demikian, adaptasi psikologis anak merupakan proses bertahap yang memerlukan dukungan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Blair, C. (2002). School readiness: Integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of children's functioning at school entry. *American Psychologist*, 57(2), 111–127. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.2.111>
- Blair, C., & Raver, C. C. (2015). School readiness and self-regulation: A developmental psychobiological approach. *Annual Review of Psychology*, 66, 711–731. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010814-015221>
- Blankson, A. N., Weaver, J. M., & Leerkes, E. M. (2017). Early childhood emotional and cognitive development: Associations with school readiness. *Developmental Psychology*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5544129/>
- Coplan, R. J., & Arbeau, K. A. (2008). The stresses of a "brave new world": Shyness and school adjustment in kindergarten. *Journal of Research in Childhood Education*, 22(4), 377–389. <https://doi.org/10.1080/02568540809594630>
- Correia, K., & Marques-Pinto, A. (2016). Adaptation in school transition: The role of individual and contextual factors. *Educational Research*, 58(3), 256–273. <https://doi.org/10.1080/00131881.2016.1200255>
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2012). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, 40, 137–143. <https://doi.org/10.1007/s10643-012-0504-2>
- Gathercole, S. E., Pickering, S. J., Ambridge, B., & Wearing, H. (2004). The structure of working memory from 4 to 15 years of age. *Developmental Psychology*, 40(2), 177–190. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.40.2.177>
- Hamre, B. K., & Pianta, R. C. (2001). Early teacher–child relationships and the trajectory of children's school outcomes. *Child Development*, 72(2), 625–638. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00301>
- Hong, X., Lu, K., & Zhu, W. (2023). Transition to primary school: Challenges and adjustment of children. *Early Child Development and Care*. <https://doi.org/10.1080/10409289.2022.2090774>
- Ladd, G. W. (1990). Having friends, keeping friends, making friends, and being liked by peers in the classroom: Predictors of children's early school adjustment. *Child Development*, 61(4), 1081–1100. <https://doi.org/10.2307/1131097>
- Ladd, G. W. (2006). Peer rejection, aggressive or withdrawn behavior, and psychological maladjustment from ages 5 to 12. *Child Development*, 77(4), 822–846. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2006.00890.x>
- Margetts, K. (2009). Early transition and adjustment and children's adjustment after starting school. *European Early Childhood Education Research Journal*, 17(3), 309–324. <https://doi.org/10.1080/13502930903101511>
- O'Connor, E. (2010). Teacher–child relationships as dynamic systems. *Journal of School Psychology*, 48(3), 187–218. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2010.01.001>
- Piaget, J. (1972). *The psychology of the child*. New York: Basic Books.

- Raver, C. C. (2002). Emotions matter: Making the case for the role of young children's emotional development for early school readiness. *Social Policy Report*, 16(3), 3–18. <https://doi.org/10.1002/j.2379-3988.2002.tb00041.x>
- Rimm-Kaufman, S. E., & Pianta, R. C. (2000). An ecological perspective on the transition to kindergarten. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21(5), 491–511. [https://doi.org/10.1016/S0193-3973\(00\)00051-4](https://doi.org/10.1016/S0193-3973(00)00051-4)