

## PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSI ANAK USIA DINI

**Nazia Nuril Fuadia**

*Balai Diklat Keagamaan Jakarta, Indonesia*

*E-mail: nazia.sabdho@gmail.com*

### **Abstract**

*This study aims to describe the theory of social and emotional development of children so that child development is achieved optimally. This research uses literature study method. The data obtained were compiled, analyzed, and concluded to get a conclusion. The results of this study show that the development of social emotions is determined by two factors, namely internal factors, namely the human nature itself (humanistic theory) and external factors, namely the surrounding environment (Psychosocial theory). Children's social and emotional development is also obtained not only from the maturation process, but also from learning opportunities and responses from their environment. Social competence is determined by emotional competence. Children with good emotional intelligence tend to be socially competent individuals. Children who can control themselves and easily show affection to others will be easy to socialize with people around them. Therefore, the emotional and social development of children develops well. so that they are ready for the next life.*

**Keywords:** *early childhood, social development, emotional development*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan teori perkembangan sosial dan emosi anak. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur. Data yang diperoleh dikompilasi, dianalisis, dan disimpulkan sehingga mendapatkan kesimpulan. Adapun hasil penelitian ini bahwa perkembangan emosi sosial ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor internal yaitu bawaan manusia itu sendiri (teori humanistik) dan faktor eksternal yaitu lingkungan sekitar (teori Psikososial). Perkembangan sosial dan emosi anak juga diperoleh tidak hanya dari proses kematangan, melainkan diperoleh dari kesempatan belajar dan respon dari lingkungannya. Kompetensi sosial ditentukan oleh kompetensi emosi. Anak dengan kecerdasan emosi yang baik cenderung menjadi pribadi yang kompeten secara sosial. Anak yang dapat mengendalikan diri dan mudah menunjukkan kasih sayang kepada orang lain maka akan mudah bersosialisasi dengan orang disekitarnya. Oleh karena itu, perkembangan emosi dan sosial anak berkembang dengan baik sehingga memiliki kesiapan dalam kehidupan selanjutnya.

**Kata kunci:** anak usia dini, perkembangan sosial, perkembangan emosi

## PENDAHULUAN

Masa usia dini yang kita kenal dengan istilah *golden age* adalah masa rentang anak usia 0-6 tahun, yang merupakan periode emas bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, dimana terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Stimulasi pada anak kelompok usia ini sangat penting karena merupakan fondasi untuk pembangunan *human capital*, karena anak yang berkembang dengan optimal akan tumbuh menjadi orang dewasa yang sehat jasmani dan rohani serta produktif.

Bukti empirik menunjukkan investasi terhadap anak usia dini menghasilkan *rate of return* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Pendidikan anak usia dini terbukti meningkatkan kesiapan bersekolah (*school readiness*) pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Menjadi penting dilakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak dan diberikannya stimulasi dini yang tepat dan optimal pada tahapan perkembangannya.

Usia dini disebut juga sebagai tahap perkembangan kritis atau usia emas (*golden age*). Pada tahap ini sebagian besar jaringan sel-sel otak berfungsi sebagai pengendali setiap aktivitas dan kualitas manusia. Enam tahun pertama kehidupan manusia sangat penting bagi perkembangan anak, yakni perkembangan pada usia

dini menentukan karakter pada saat kelak ia dewasa. Oleh karena itu, guru maupun orang tua harus memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan terkait pertumbuhan dan perkembangan anak, agar dapat memberikan stimulasi yang tepat sehingga tumbuh kembang anak dapat tercapai dengan optimal.

Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan atau keterampilan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan sebagai hasil dari pengalaman dan proses pematangan. Perkembangan berkaitan juga dengan kemampuan gerak, intelektual, sosial dan emosional.

Salah satu aspek perkembangan anak adalah perkembangan sosial dan emosi, dimana perkembangan sosial emosi dipahami sebagai sebuah krisis dalam perkembangan anak. Perkembangan sosial dan emosi terbentuk melalui sebuah proses perkembangan yang merupakan hasil kematangan organ tubuh dan proses belajar. Mulai dari proses masa perkembangan awal, yaitu usia 0-1 tahun menunjukkan rasa aman dalam keluarganya apabila kebutuhannya terpenuhi oleh lingkungannya. Bayi akan mengeksplorasi melalui sentuhan, rasa, dll. Dari mengeksplorasi itulah bayi akan belajar dan merasa aman sehingga perkembangan tercapai dengan baik. Sebaliknya, apabila bayi merasa tidak

aman dalam lingkungan keluarganya, maka bayi akan menghabiskan energinya untuk mengatur dirinya sehingga bayi tidak memiliki kesempatan untuk mengeksplorasi dirinya, dan ketika bayi tidak dapat kesempatan untuk bereksplorasi, maka bayi tidak memiliki kesempatan untuk belajar dan akan merasa tidak aman, sehingga pencapaian perkembangan tidak optimal.

Proses belajar pada masa usia dini inilah yang akan mempengaruhi perkembangan pada tahapan selanjutnya (Briggs, 2012). Masa perkembangan bayi hingga memasuki sekolah dasar menjadi "fondasi" belajar yang kuat bagi anak untuk mengembangkan kemampuan sosial emosinya menjadi lebih sehat dan anak menjadi siap dalam menghadapi tahapan perkembangan selanjutnya yang lebih kompleks.

Pada tahap krisis inilah menjadi waktu yang tepat dalam meletakkan dasar-dasar pengembangan kemampuan sosial emosi anak. Orang tua dan guru perlu memiliki pengetahuan dan keterampilan terkait pertumbuhan dan perkembangan anak, khususnya aspek perkembangan sosial dan emosi anak, sehingga tumbuh kembang anak dapat tercapai dengan optimal.

Terdapat beberapa jurnal yang relevan dengan kajian penulis yaitu pentingnya pembentukan aspek perkembangan sosial emosi pada saat

anak usia dini, diantaranya adalah:

1. Mira Yanti Lubis "Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain". Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dengan melalui metode bermain di PAUD dapat meningkatkan kemampuan sosial emosional anak khususnya pada usia 4-5 tahun (Lubis, 2019).
2. Inarah Huwainah dengan judul "Perkembangan Sosial Emosional Anak Melalui Permainan Gerak dan Lagu Di Taman Kanak-Kanak Assalam Sukarame Lampung". Dari hasil penelitian dapat disimpulkan secara umum bahwa gerak dan lagu yang diberikan pada pembelajaran di TK dapat mengembangkan sosial emosional anak (Huwainah, 2017).
3. Mukhlis, A., & Mbelo, F. H, dengan judul "Analisis Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Pada Permainan Tradisional". Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa permainan yang dilakukan anak dengan lingkungannya (factor eksternal) akan membentuk perkembangan social emosi anak (Mukhlis, A., & Mbelo, 2019).

Ketiga jurnal terdahulu tersebut relevan dengan penelitian penulis, namun di sini penulis lebih fokus kepada *library research* atau kajian pustaka, sehingga hasilnya tentu akan berbeda. Penelitian penulis akan menghasilkan konsep-konsep melalui penganalisisan konsep yang telah

dipaparkan oleh para pakar terkait perkembangan sosial dan emosi anak. Adapun pertanyaan dalam penelitian ini adalah “Bagaimana perkembangan sosial dan emosi anak usia dini terbentuk?” dikaji dari berbagai teori.

## **METODE**

Pendekatan penelitian yang penulis pilih dalam penyusunan tulisan ini adalah pendekatan kualitatif yaitu berupa kajian literatur. Pendekatan ini diambil karena penulis ingin mendapatkan gambaran berupa uraian yang detil dan jelas terkait teori perkembangan anak usia dini khususnya pada perkembangan sosial dan emosi.

Metode penelitian dalam tulisan ini adalah deskriptif, yaitu mendeskripsikan kajian dari konsep perkembangan sosial emosi anak khususnya pada anak usia prasekolah yaitu Raudhatul Athfal yang dikaji dari berbagai teori.

Teknik pengumpulan data dalam penyusunan tulisan ini adalah dengan cara mengambil data dari berbagai sumber bacaan kemudian dianalisis dan disimpulkan.

Analisis data mengandung dua unsur penting yakni mendeskripsikan data yang telah diperoleh dan dikumpulkan melalui berbagai literasi, lalu dikelompokkan sesuai dengan karakteristiknya sehingga tergambar utuh secara komprehensif.

Teknik analisis data dalam

penyusunan karya tulis ini adalah deduktif. Suatu analisis dari umum ke khusus. Penarikan kesimpulan dari keadaan yang umum menuju khusus.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Anak Usia Dini**

Anak usia dini yaitu anak yang berada pada rentang usia 0-6 tahun yang memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan pada aspek fisik, kognitif, sosial emosional, kreativitas, bahasa dan komunikasi yang khusus yang sesuai dengan tahapan yang sedang dilalui oleh anak tersebut. Berbagai penelitian menyimpulkan bahwa pada anak usia dini sedang dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik fisik maupun mental.

Anak usia dini mengalami perubahan pada fase kehidupan sebelumnya. Masa anak usia dini sering disebut dengan “*golden age*” atau masa emas. Pada masa ini hampir seluruh potensi anak mengalami masa peka dan pesat untuk tumbuh dan berkembang secara tepat. Perkembangan setiap anak tidak sama karena setiap individu memiliki perkembangan yang berbeda.

Pada taman kanak-kanak maupun raudhatul athfal sebagai salah satu bentuk pendidikan prasekolah yang berada di jalur pendidikan formal yang memberikan layanan bagi anak usia dini hingga siap memasuki pendidikan selanjutnya yaitu

pendidikan dasar.

Pengertian anak prasekolah yaitu “Anak prasekolah adalah mereka yang berusia antara 3-6 tahun. Di Indonesia, umumnya mereka mengikuti program kelompok bermain (usia 3 tahun), sedangkan pada usia 4-6 tahun biasanya mereka mengikuti pendidikan di taman kanak-kanak atau raudhatul athfal (Patmonodewo, 2003).”

Pendidikan pada taman kanak-kanak ataupun raudhatul athfal diarahkan untuk mengembangkan potensi anak semaksimal mungkin sesuai dengan tahapan perkembangan anak melalui kegiatan bermain sambil belajar. Selain itu, di raudhatul athfal juga mengembangkan segi kepribadian anak dalam rangka menjembatani pendidikan di keluarga dan di lingkungan sekolah. Karena pada tahapan ini, anak tidak lagi berkumpul dan bergaul bersama keluarga di rumah saja, namun sudah berkumpul bersama dengan figur baru yaitu guru dan teman sebayanya. Anak harus dibimbing untuk memperoleh keterampilan sosial emosi, sehingga guru dan orang tua harus memiliki pengetahuan dan keterampilan perkembangan anak.

### **Perkembangan Sosial Anak**

Perkembangan sosial merupakan perkembangan tingkah laku pada anak dimana anak dapat menyesuaikan diri dengan aturan yang berlaku dalam lingkungan masyarakat. Dengan kata

lain, perkembangan sosial merupakan proses belajar anak dalam menyesuaikan diri dengan norma, moral dan tradisi dalam kelompok (Yusuf, 2016).

Piaget menunjukkan adanya sifat egosentris yang tinggi pada anak karena anak belum dapat memahami perbedaan perspektif pikiran orang lain. Pada tahapan ini anak hanya mementingkan dirinya sendiri dan belum mampu bersosialisasi secara baik dengan orang lain. Anak belum mengerti bahwa lingkungan memiliki cara pandang yang berbeda dengan dirinya (Suyanto, 2005).

Awal perkembangan sosial pada anak tumbuh dari hubungan anak dengan orang tua atau pengasuh di rumah terutama anggota keluarganya. Anak mulai bermain bersama orang lain yaitu keluarganya. Tanpa disadari anak mulai belajar berinteraksi dengan orang di luar dirinya sendiri yaitu dengan orang-orang di sekitarnya. Interaksi sosial kemudian diperluas, tidak hanya dengan keluarga dalam rumah namun mulai berinteraksi dengan tetangga dan tahapan selanjutnya yaitu sekolah/madrasah.

Perkembangan sosial anak sangat dipengaruhi oleh proses perlakuan atau bimbingan orang tua terhadap anak dalam mengenalkan berbagai aspek kehidupan sosial atau norma dalam masyarakat. Proses ini biasanya disebut dengan sosialisasi. Tingkah laku sosialisasi adalah sesuatu yang dipelajari, bukan sekedar hasil dari

kematangan. Perkembangan sosial anak diperoleh selain dari proses kematangan juga melalui kesempatan belajar dari respons terhadap tingkah laku.

Perkembangan sosial mulai agak kompleks ketika anak menginjak usia 4 tahun, anak mulai memasuki ranah pendidikan yang paling dasar yaitu taman kanak-kanak atau *raudhatul athfal*. Pada masa ini anak belajar bersama-sama dengan temannya. Anak sudah mulai bermain bersama teman sebaya (*cooperative play*). Vygotsky dan Bandura menyebutnya dengan teori belajar sosial melalui perkembangan kognitifnya (Hurlock, 1996) bahwa anak usia 4-6 tahun perkembangan sosialnya sudah mulai berjalan. Hal ini tampak dari kemampuan mereka dalam melakukan kegiatan secara berkelompok (*peer group*). Kegiatan bersama berbentuk seperti sebuah permainan.

Tanda-tanda perkembangan pada tahap ini adalah (1) Anak mulai mengetahui aturan-aturan, baik di lingkungan keluarga maupun dalam lingkungan bermain; (2) Sedikit demi sedikit anak sudah mulai mengikuti aturan; (3) Anak mulai menyadari hak atau kepentingan orang lain; dan (4) Anak mulai dapat bermain bersama anak-anak lain, atau teman sebayanya (*peer group*) yang kemudian meluas dengan dewasa lainnya.

Dari sisi sosial emosional, kegiatan bermain dalam melatih anak dalam memahami perasaan teman lainnya. Konflik dalam interaksi

keduanya akan membantu anak dalam memahami bahwa orang selain dirinya yaitu temannya memiliki cara pandang yang berbeda dari dirinya.

Perkembangan sosial dapat dipetakan dalam beberapa aspek (Yahro, 2009). Perkembangan sosial meliputi kompetensi sosial dan tanggung jawab sosial. Kompetensi sosial menggambarkan keefektifan kemampuan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan sosialnya. Misalnya mau bergantian dengan teman lainnya dalam sebuah permainan. Tanggung jawab sosial menunjukkan komitmen anak terhadap tugasnya, menghargai perbedaan, sadar dan memperhatikan lingkungannya dan mampu menjalankan fungsinya.

Perkembangan sosial anak diperoleh dari kematangan dan kesempatan belajar dari berbagai respons lingkungan terhadap anak. Perkembangan sosial yang optimal diperoleh dari respons sosial yang sehat dan kesempatan yang diberikan kepada anak untuk mengembangkan konsep diri yang positif. Melalui kegiatan bermain, anak dapat mengembangkan minat dan sikapnya terhadap orang lain. Sebaliknya aktivitas yang terlalu banyak didominasi oleh guru akan menghambat perkembangan sosial emosi anak.

Tahap Perkembangan Sosial pada usia 4-5 tahun antara lain adalah

1. Menunjukkan sikap mandiri dalam memilih kegiatan.

2. Mau berbagi, menolong, dan membantu teman.
3. Menunjukkan antusiasme dalam melakukan permainan kompetitif secara positif.
4. Mengendalikan perasaan.
5. Menaati aturan yang berlaku dalam suatu permainan.
6. Menunjukkan rasa percaya diri.
7. Menjaga diri sendiri dari lingkungannya.
8. Menghargai orang lain.

Kemudian untuk tahap perkembangan sosial usia 5-6 tahun adalah

1. Bersikap kooperatif dengan teman.
2. Menunjukkan sikap toleran.
3. Mengekspresikan emosi yang sesuai dengan kondisi yang ada (senang-sedih- antusias dsb.)
4. Mengenal tata krama dan sopan santun sesuai dengan nilai sosial budaya setempat.
5. Memahami peraturan dan disiplin.
6. Menunjukkan rasa empati.
7. Memiliki sikap gigih (tidak mudah menyerah).
8. Bangga terhadap hasil karya sendiri.
9. Menghargai keung- gulan orang.

### **Perkembangan Emosi Anak**

Campos mendefinisikan emosi sebagai perasaan atau afeksi yang timbul ketika seseorang berada dalam suatu keadaan yang dianggap penting oleh individu tersebut (Santrock, 2007). Emosi diwakilkan oleh ekspresi

perilaku dari kenyamanan atau ketidaknyamanan terhadap keadaan atau interaksi yang sedang dialami. Emosi dapat berbentuk rasa senang, marah, kecewa, senang, takut, senang dan sebagainya. Begitupun juga dengan Goleman mengatakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan atau pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak (Goleman, 2006).

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa perkembangan emosi adalah suatu keadaan yang kompleks, dapat berupa perasaan yang disadari dan diungkapkan melalui ekspresi wajah atau tindakan, yang berfungsi sebagai *inner adjustment* (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu.

Karakteristik emosi pada anak berbeda dengan karakteristik yang terjadi pada orang dewasa, dimana karekteristik emosi pada anak itu antara lain (1) Berlangsung singkat dan berakhir tiba-tiba; (2) Terlihat lebih hebat atau kuat; (3) Bersifat sementara atau dangkal; (4) Lebih sering terjadi; (5) Dapat diketahui dengan jelas dari tingkah lakunya; dan (6) Reaksi mencerminkan individualitas. Emosi dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu, emosi positif maupun negatif.

Emosi dipengaruhi oleh dasar biologis dan juga pengalaman masa lalu. Terutama ekspresi wajah dari

emosi, disini dituliskan bahwa emosi dasar seperti bahagia, terkejut, marah, dan takut memiliki ekspresi wajah yang sama pada budaya yang berbeda.

Emosi memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan anak, baik pada usia prasekolah maupun pada tahap-tahap perkembangan selanjutnya, karena memiliki pengaruh terhadap perilaku anak. Hyson menyebutkan bahwa anak memiliki kebutuhan emosional, seperti ingin dicintai, dihargai, rasa aman, kompeten dan mengoptimalkan kompetensinya (Hyson, 2004).

Pada usia prasekolah anak-anak belajar menguasai dan mengekspresikan emosi. Pada usia enam tahun anak memahami konsep emosi yang lebih kompleks seperti kecemburuan, kebanggaan, kesedihan dan kehilangan, tetapi anak-anak masih memiliki kesulitan di dalam menafsirkan emosi orang lain. Pada tahapan ini anak memerlukan pengalaman pengaturan emosi, yang mencakup kapasitas untuk mengontrol dan mengarahkan ekspresi emosional, serta menjaga perilaku yang terorganisir ketika munculnya emosi-emosi yang kuat dan untuk dibimbing oleh pengalaman emosional. Seluruh kapasitas ini berkembang secara signifikan selama masa prasekolah dan beberapa diantaranya tampak dari meningkatnya kemampuan anak dalam mentoleransi frustrasi dan kecemasannya.

Kemampuan untuk mentoleransi

frustrasi ini, yang merupakan upaya anak untuk menghindari amarah dalam situasi frustrasi yang membuat emosi tidak terkontrol dan perilaku menjadi tidak terorganisir. Anak-anak tampak meningkat kemampuannya dalam mentoleransi frustrasi ketika diminta melakukan sesuatu yang berlawanan dengan keinginan mereka. Mereka juga mulai belajar bagaimana menegosiasikan konflik tersebut.

Kemampuan untuk menunjukkan kontrol diri terhadap emosi akan menjadi anugerah yang dilematis bagi anak apabila anak tidak mampu menyesuaikan levelnya terhadap situasi tertentu. Pada beberapa situasi anak diharapkan mampu menahan diri, tetapi pada situasi yang lain anak-anak dapat berperilaku impulsif dan ekspresif seperti yang mereka inginkan. Intinya, anak pra sekolah diharapkan mampu untuk mengekspresikan emosinya dengan baik dan tanpa merugikan orang lain, serta dapat belajar melakukan regulasi emosi.

Perkembangan emosi pada masa kanak-kanak awal ditandai dengan munculnya emosi evaluatif yang disadari rasa bangga, malu, dan rasa bersalah, dimana kemunculan emosi ini menunjukkan bahwa anak sudah mulai memahami dan menggunakan peraturan dan norma sosial untuk menilai perilaku mereka (Santrock, 2007). Berikut penjelasannya:

- 1) Rasa bangga. Perasaan ini akan muncul ketika anak merasakan kesenang setelah sukses

melakukan perilaku tertentu. Rasa bangga sering diasosiasikan dengan pencapaian suatu tujuan tertentu.

- 2) Malu. Perasaan ini muncul ketika anak menganggap dirinya tidak mampu memenuhi standar atau target tertentu. Anak yang sedang malu sering kali berharap mereka bisa bersembunyi atau menghilang dari situasi tersebut.
- 3) Rasa bersalah. Rasa ini akan muncul ketika anak menilai perilakunya sebagai sebuah kegagalan. Dalam mengekspresikan perasaan ini biasa anak terlihat seperti melakukan gerakan-gerakan tertentu seakan berusaha memperbaiki kegagalan mereka.

Terdapat beberapa hal penting dalam perkembangan emosional anak yaitu (Hurlock, 1996):

- 1) Usia berpengaruh pada perbedaan perkembangan emosi. Setiap rentang usia menunjukkan beberapa perbedaan yang paling mencolok dalam ekspresi dan regulasi emosi. Selama usia prasekolah, anak juga mengalami stress dan meresponsnya, namun di usia ini mereka juga berusaha untuk mengatur perasaan dan dorongan dirinya sendiri. Perbedaan kemampuan dalam mengekspresikan dan meregulasi emosi pada anak ini juga terkait dengan perkembangan kognitif

anak, dimana perkembangan kognitif anak akan mempengaruhi kemampuan untuk mengontrol diri dan menghambat impuls.

- 2) Perubahan ekspresi wajah terhadap emosi. Seperti halnya orang dewasa, ekspresi perasaan anak-anak juga terlihat dari ekspresi wajahnya. Seiring dengan bertambahnya usia mereka, anak-anak semakin mampu dalam mengekspresikan emosi mereka melalui tersenyum, mengerutkan kening, dan ekspresi lainnya perasaan. Kemampuan menggambarkan ekspresi emosi mereka semakin kompleks dan terlihat dari raut wajah mereka.
- 3) Menunjukkan emosi yang kompleks. Anak-anak di usia prasekolah memperlihatkan ekspresi wajah yang menunjukkan kebanggaan, malu-malu, malu, jijik, dan rasa bersalah yang tidak terlihat pada bayi atau anak yang lebih muda. Ekspresi yang lebih kompleks dapat di tunjukkan dan kemampuan ini sangat dipengaruhi oleh perkembangan kognitif untuk mereka mengalami dan mengekspresikan perasaan-perasaan tersebut.
- 4) Bahasa tubuh. Ternyata wajah tidak cukup bagi anak untuk mengekspresikan emosi, anak juga menggunakan seluruh tubuhnya untuk mengekspresikan perasaannya. Mereka mengekspresikannya melalui gerak

- gerak dan bahasa tubuhnya.
- 5) Suara dan kata. Anak-anak semakin baik dalam mengekspresikan perasaan mereka melalui suara dan kata seiring bertambahnya usia. Mereka mulai memberi label yang sederhana terhadap apa yang mereka rasakan kemudian berkembang menjadi pelabelan yang semakin kompleks seiring dengan perasaan yang semakin kompleks yang mereka alami.
  - 6) Representasi simbolik. Anak usia dini semakin baik dalam menggunakan simbol, memainkan permainan, menggambar, dan memanipulasi material, untuk mengkomunikasikan dan mengontrol, mengarahkan emosi.
  - 7) Pengetahuan emosi. Anak mulai mampu mengidentifikasi dan memberi nama perasaan yang dialaminya dan orang lain, dimana kemampuan ini sangat dibutuhkan untuk regulasi emosi anak dalam berempati dan menunjukkan sikap pro-sosial yang sesuai. Batita sudah mampu memberi label pada emosinya yang sederhana, walaupun mereka membutuhkan waktu lebih lama untuk melabel emosi yang lebih kompleks atau campuran dari beberapa emosi yang terjadi dalam satu waktu. Perubahan dari batita ke masa prasekolah, anak berfikir bahwa orang akan merasa apa yang mereka rasakan menjadi bahwa perasaan mereka sendiri mungkin berbeda dari orang lain. Serta belajar kapan mereka perlu dan tidak perlu mengungkapkan perasaan mereka sesuai dengan tuntutan social.
  - 8) Perubahan usia dalam regulasi emosi. Anak usia ini lebih dapat menyamakan atau melebihkan emosi yang mereka rasakan dari reaksi yang biasanya mereka tampilkan di usia yang lebih muda. Anak yang lebih tua lebih mampu untuk menyesuaikan diri dengan aturan-aturan tidak tertulis apa pun yang ada dalam budaya dan masyarakat, tentang menunjukkan atau menyembunyikan emosi.
  - 9) Respons pada perasaan lainnya. Anak menikmati dalam menunjukkan emosi yang kuat, dan tampaknya kegiatan ini menjadi salah satu cara mereka belajar tentang perasaan. Kemampuan berempati juga semakin berkembang. Dan ekspresi emosi yang ditampilkan untuk satu keadaan yang sama dapat saja berbeda dari setiap rentang usia, misalnya batita akan merasa takut saat melihat anjing yang besar berlari kencang, namun anak yang lebih tua akan menunjukkan perasaan tertarik.
  - 10) Ikatan emosional dengan orang lain mulai berkembang, dan akan berkembang lebih cepat pada anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang mendukung

seperti banyak menghabiskan waktu bersama saudara kandung atau ditempat pengasuhan atau penitipan yang banyak terdapat orang.

- 11) Perkembangan anak-anak prasekolah itu selalu akan bergerak maju. Seperti: (a) Semakin luas, dan memiliki hubungan emosional yang semakin kompleks, b) Kemampuan yang lebih baik dalam mengkoordinasikan dan mengontrol emosi dan menghubungkan emosi, (c) Lebih mampu untuk merefleksikan perasaan mereka sendiri dan orang lain, (d) Representasi emosi melalui bahasa, bermain, dan dan (e) Terintegrasi, positif, dan otonom, namun berhubungan secara emosional, perasaan diri fantasi, (f) Menghubungkan emosi individual terhadap nilai dan standar budaya.

Salah satu teori Perkembangan Sosial Emosi adalah Teori Psikosoial Erik Erikson, seorang penganut aliran Psikoanalisis dari Sigmund Freud yang kemudian menjadi neofreudian (psikoanalisa yang didasarkan pada hubungan sosial). Ia berpendapat bahwa setiap individu berjuang melakukan pencarian identitas diri dalam tiap tahap kehidupannya. Hal ini dikarenakan identitas merupakan pengertian dan penerimaan, baik untuk diri sendiri maupun masyarakat. Menurut Erikson, masyarakat khususnya keluarga memiliki peranan

yang sangat penting dalam perkembangan psikososial seorang individu. Peranan ini dimulai dari pola asuh orangtua hingga aturan atau budaya masyarakat.

Berikut ini merupakan tahapan perkembangan emosi yang dicetuskan oleh Eric Erickson dalam (Santrock, 2007) yaitu:

1. Kepercayaan vs Ketidakpeccayaan (usia 0-1 tahun). Pada tahap ini harus belajar menumbuhkan kepercayaan pada oranglain, contohnya anak kepada ibunya. Jika anak tidak berhasil dalam tahap ini, maka ia akan jadi anak yang mudah takut dan rewel.
2. Otonomi vs Malu dan Ragu-Ragu (usia 1-3 tahun). Pada tahap ini anak mulai belajar kemandirian (otonomi), seperti makan atau minum sendiri. Jika anak tidak berhasil pada tahap ini karena selalu ditegur dengan kasar ketika proses belajar, maka anak akan menjadi pribadi yang pemalu dan selalu ragu-ragu dalam melakukan sesuatu.
3. Inisiatif vs Rasa Bersalah (usia 3-6 tahun). Pada tahap ini anak mulai memiliki gagasan (inisiatif) berupa ide-ide sederhana. Jika anak mengalami kegagalan pada tahap ini, maka ia akan terus merasa bersalah dan tidakmampu menampilkan dirinya sendiri.
4. Kerja Keras vs Rasa Inferior (usia 6-12 tahun). Pada tahap ini anak mulai mampu berkerja keras untuk

menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik. Jika pada tahap ini anak tidak berhasil, maka kedepannya anak akan menjadi pribadi yang rendah diri (*minder*) dan tidak mampu menjadi pemimpin.

5. Identitas vs Kebingungan. Identitas (usia 12-19 tahun). Pada tahap ini individu melakukan pencarian atas jati dirinya (identitasnya). Jika ia gagal pada tahapan ini maka ia akan merasa tidak utuh.
6. Keintiman vs Isolasi (usia 20-25 tahun). Pada tahap ini individu mulai keintiman psikologis dengan oranglain. Jika ia gagal pada tahap ini, maka ia akan merasa kosong dan terisolasi.
7. Generativitas vs Stagnasi (usia 26-64 tahun). Pada tahap ini individu memiliki keinginan untuk menciptakan dan mendidik generasi selanjutnya. Jika ia tidak berhasil dalam tahap ini, maka ia akan merasa bosan dan tidak berkembang.
8. Integritas vs Keputusan (usia 65 tahun ke atas). Pada tahap ini individu akan menelaah kembali apa saja yg sudah ia lakukan dan ia capai dalam hidupnya. Jika ia berhasil pada tahap ini, maka ia akan mencapai integritas (penerimaan akan kekurangannya diri, sejarah kehidupan, dan memiliki kebijakan), sebaliknya jika ia gagal, maka ia akan merasa menyesal atas apa yg telah terjadi

dalam hidupnya.

Selanjutnya ada pandangan terkait perkembangan emosi menurut teori humanistik Abraham Maslow yang memandang manusia dari segi positif. Maslow berpendapat bahwa manusia tidak hanya harus melawan kesedihan, ketakutan, dan hal negatif lainnya, tetapi manusia juga harus mencari kebahagiaan dan kesejahteraan (Briggs, 2012).

Menurut Maslow ada 4 hal yang harus ditekankan yaitu:

1. Manusia memiliki struktur psikologis yang beranalagi seperti struktur fisik, yaitu kebutuhan (*needs*), kapasitas (*capacities*), dan kecenderungan (*tendencies*) yang didasari oleh keadaan genetis.
2. Perkembangan yang sehat diharapkan selalu melibatkan aktualisasi dari karakteristik.
3. Keadaan patologis setiap manusia berasal dari penyangkalan (*denial*), frustrasi (*frustration*), atau memutar (*twisting*) keadaan manusia.
4. Manusia memiliki keinginan dan kemampuan aktif untuk mencapai kesehatan mental dalam perkembangan aktualisasi dirinya.

Menurut Maslow seorang individu dapat berhubungan dengan dunia melalui dua cara, yaitu *D-realm* atau *Deficiency* (kekurangan) dimana manusia bertahan hidup dengan cara berusaha memenuhi seluruh kebutuhan dasarnya. Setelah kebutuhan dasarnya terpenuhi, maka

manusia akan beranjak ke tahap *B-realm* atau *being* (menjadi), dimana manusia memiliki motivasi untuk mencari aktualisasi dirinya.

Maslow juga mencetuskan sebuah teori yang berkaitan dengan motivasi manusia dalam memenuhi kebutuhannya. Teori ini disebut sebagai Hierarki Kebutuhan Maslow, yang meliputi:

1. Kebutuhan fisiologis, yaitu kebutuhan fisik yang paling dasar seperti rasa lapar, haus, dan lelah.
2. Kebutuhan akan rasa aman, yaitu kebutuhan akan rasa keselamatan, kestabilan, proteksi, struktur, keteraturan, hukum, dan bebas dari rasa takut.
3. Kebutuhan memiliki dan cinta, yaitu kebutuhan memiliki hubungan yang harmonis dengan oranglain, seperti keluarga, pasangan, anak, dan teman.
4. Kebutuhan rasa percaya diri, yaitu kebutuhan akan perasaan kuat, menguasai sesuatu, kompetensi, dan kemandirian. Juga kebutuhan akan perasaan dihormati oleh oranglain, status, ketenaran, dominansi menjadi orang penting, serta harga diri dan penghargaan.
5. Kebutuhan aktualisasi diri dan *metaneeds*, yaitu kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri dengan mengembangkan diri dan melakukan sesuatu yang dikuasai. Kebutuhan aktualisasi diri ini memayungi *metaneeds*, dimana sebagian *metaneeds* ini merupakan

kebutuhan dasar yang harus dipenuhi

Sedangkan menurut Hyson perkembangan seorang anak mengikuti beberapa prinsip yaitu bahwa perkembangan merupakan rangkaian perubahan yang bersifat progresif, teratur, berkelanjutan, berkesinambungan dan setiap anak berbeda, dan perkembangan dimulai dari respon (Hyson, 2004).

Hyson juga mengatakan bahwa secara umum pola perkembangan emosi anak meliputi 9 aspek, yaitu rasa takut, malu, khawatir, cemas, marah, cemburu, duka cita, rasa ingin tahu dan gembira (Hyson, 2004). Berikut penjelasannya secara terperinci:

1. Rasa takut, yaitu perasaan yang khas pada anak. Hampir setiap fase usia, seorang anak mengalami ketakutan dengan kadar yang berbeda-beda. Rangsangan yang umumnya menimbulkan rasa takut pada bayi adalah suara yang terlalu keras, binatang menyeraamkan, kamar gelap, tempat yang tinggi, dan kesendirian.
2. Rasa malu, yaitu ketakutan yang ditandai oleh penarikan diri dari hubungan dengan orang lain yang tidak dikenal. Rasa malu ini selalu disebabkan oleh sesama manusia. Rasa malu baru akan dimiliki bayi yang usianya di atas 6 bulan. Alasannya, pada usia ini bayi telah mengenal orang yang sering

### Wawasan:

Jurnal Kediklatan Balai Diklat Keagamaan Jakarta

pISSN: 2548-9232; eISSN: 2775-3573

Volume 3 Nomor 1 Tahun 2022: 31-47

- dilihatnya dan orang yang asing sama sekali.
3. Rasa khawatir, yaitu khayalan ketakutan atau gelisah tanpa alasan. Perasaan ini timbul karena membayangkan situasi berbahaya yang mungkin akan meningkat. Biasanya, kekhawatiran ini terjadi pada anak di atas usia 3 tahun. Bahkan semakin besar atau semakin bertambah usianya, rasa khawatir tersebut semakin sering dialami.
  4. Rasa cemas, yaitu keadaan mental yang tidak enak berkenaan dengan sakit yang mengancam atau yang dibayangkan. Rasa cemas ditandai dengan kekhawatiran, ketidakenakan, dan prasangka yang tidak baik dan tidak bisa dihindari oleh seseorang, disertai dengan perasaan tidak berdaya dan pesimistis.
  5. Rasa marah, yaitu sikap penolakan yang kuat terhadap apa yang tidak ia sukai. Dalam pandangan anak, ekspresi kemarahan merupakan jalan yang paling cepat untuk menarik perhatian orang lain. Semakin tinggi kemarahan anak, semakin keras pula ia menunjukkan sifat marahnya, mulai dari diam, berkata keras, gerak verbal, hingga tindakan-tindakan anarkis lainnya.
  6. Rasa cemburu, yaitu perasaan ketika anak kehilangan kasih sayang. Anak yang sedang cemburu merasa dirinya tidak tenteram dalam hubungannya dengan orang yang dicintainya. Perilaku cemburu menunjukkan bahwa anak-anak berusaha membenarkan atau membuktikan diri mereka tidak mempunyai saingan.
  7. Rasa duka cita, yaitu suatu kesengsaraan emosional (trauma psikis) yang disebabkan oleh hilangnya sesuatu yang dicintai. Reaksi anak ketika duka cita adalah menangis atau situasi tekanan, seperti sukar tidur, hilangnya selera makan, hilangnya nikmat terhadap hal-hal yang ada di depannya, dan sebagainya.
  8. Rasa ingin tahu. Setiap anak memiliki naluri ingin tahu yang sangat tinggi. Mereka menaruh minat terhadap segala sesuatu di lingkungan mereka, termasuk diri mereka sendiri. Rasa ingin tahu ini biasanya diekspresikan dengan membuka mulut, menengadahkan kepala, dan mengerutkan dahi.
  9. Kegembiraan atau kesenangan, yaitu merupakan emosi keriangangan atau rasa bahagia. Di kalangan bayi, emosi kegembiraan ini berasal dari fisik yang sehat, dan permainan yang mengasyikkan
- Kemudian menurut Fischer menyatakan bahwa model perkembangan emosi 3-5 tahun adalah berkembangnya penggunaan simbol-simbol untuk mewakili emosi, antara lain (Briggs, 2012):

1. Penggunaan emosi pura-pura dalam permainan dramatis dan menggoda.
2. Dengan berkomunikasi dengan orang lain, belajar lebih banyak tentang bagaimana berperilaku dalam situasi sosial.
3. Bersimpati pada anak-anak lain; membantu perilaku dalam meningkatkan wawasan emosi yang lain.

Selanjutnya untuk usia 5-7 tahun adalah sebagai berikut:

1. Mencoba untuk mengatur/menyadari emosi sendiri (malu, bangga, malu).
2. Masih membutuhkan orang dewasa untuk membantu tetapi lebih memilih untuk mengatasi dan pemecahan masalah sendiri.
3. Mengadopsi emosi yang tenang dengan rekan-rekan.
4. Keterampilan sosial lebih terkoordinasi dengan perasaan sendiri maupun orang lain. Mulai dapat mengkoordinasikan emosi yang sesuai dengan harapan orang lain.

### **Keterkaitan Perkembangan Sosial dan Emosi Anak**

Dalam konteks sosial emosi, emosi cenderung mendorong aktivitas sosial seseorang. Kompetensi sosial ditentukan oleh kompetensi emosi seseorang. Seseorang dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung menjadi pribadi yang

kompeten secara sosial.

Kematangan emosi seseorang anak merupakan kunci keberhasilan dalam menjalin hubungan sosialnya (Goleman, 2006). Kecakapan tersebut merupakan faktor utama dalam menunjang keberhasilan dalam pergaulan. Ia juga menyebutkan bahwa salah satu kunci kecakapan sosial adalah seberapa baik atau buruk seseorang mengungkapkan perasaannya, hal ini dapat diketahui bahwa perkembangan emosi sangat berpengaruh besar terhadap perkembangan sosial anak.

Interaksi sosial juga membutuhkan keterampilan khusus yang didorong oleh kondisi emosi anak seperti motivasi, empati dan menyelesaikan konflik. Anak yang dapat mengendalikan diri dan mudah menunjukkan empati dan kasih sayang akan mudah bersosialisasi dengan orang disekitarnya.

Tentunya diharapkan setiap anak dapat memenuhi tingkat pencapaian atau tugas perkembangan berdasarkan kelompok usianya. Anak memiliki kesiapan dalam menapaki kehidupan selanjutnya, dimana dibekali dengan kematangan sosial dan emosi yang dimilikinya.

### **KESIMPULAN**

Dalam perkembangan anak tentunya kita akan menemukan berbagai macam permasalahan perkembangan. Sering kali kita temui permasalahan emosi anak yang

tentunya harus segera diatasi sedini mungkin agar tidak berkembang lebih luas lagi dimasa yang akan datang yang nantinya akan berpengaruh ke masa selanjutnya.

Pada dasarnya fondasi emosi yang sehat dibangun atas dasar penerimaan dan penghargaan terhadap dirinya. Perwujudan dari perasaan ini, yang paling awal adalah anak dapat merasakan kasih sayang dari orang-orang terdekatnya. Jika anak kehilangan perasaan ini maka sulit ia akan memiliki emosi yang sehat. Mengembangkan aspek sosial emosional harus dilakukan sejak dini terutama pada usia taman kanak-kanak/ raudhatul athfal. Hal ini disebabkan karena pada masa tersebut anak berkembang sangat pesat yang mulai dikembangkan melalui pergaulan dengan teman sebaya (*peer group*) di lingkungannya.

Melalui pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki oleh orangtua maupun guru tentang perkembangan anak khususnya perkembangan sosial dan emosi anak, maka anak dapat berkembang secara optimal dan kelak dapat beradaptasi dalam kehidupannya baik terhadap diri maupun lingkungannya.

Ada beberapa teori terkait perkembangan sosial emosi anak diantaranya adalah teori Psikosoial Erik Erikson, yaitu seorang penganut aliran Psikoanalisis dari Sigmund Freud yang kemudian menjadi neofreudian (psikoanalisa yang

didasarkan pada hubungan sosial). Ia berpendapat bahwa setiap individu berjuang melakukan pencarian identitas diri dalam tiap tahap kehidupannya. Hal ini dikarenakan identitas merupakan pengertian dan penerimaan, baik untuk diri sendiri maupun masyarakat. Menurut Erikson, masyarakat khususnya keluarga memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan psikososial seorang individu. Peranan ini dimulai dari pola asuh orangtua hingga aturan/ budaya masyarakat.

Sedangkan perkembangan emosi menurut teori humanistik Abraham Maslow yaitu memandang manusia dari segi positif. Maslow berpendapat bahwa manusia tidak hanya harus melawan kesedihan, ketakutan, dan hal negatif lainnya, tetapi manusia juga harus mencari kebahagiaan dan kesejahteraan (Briggs, 2012).

Menurut Maslow seorang individu dapat berhubungan dengan dunia melalui dua cara, yaitu *D-realm* atau *Deficiency* (kekurangan) dimana manusia akan bertahan hidup dengan cara berusaha memenuhi seluruh kebutuhan dasarnya. Setelah kebutuhan dasarnya terpenuhi, maka manusia akan beranjak ke tahap *B-realm* atau *being* (menjadi), dimana manusia memiliki motivasi untuk mencari aktualisasi dirinya dan pengayaan dari keberadaannya. Artinya wajar jika seorang individu didominasi oleh emosi tertentu karena memang manusia itu sangat dinamis.

Kedua teori ini tentunya saling menguatkan satu sama lain, dimana perkembangan emosi social ditentukan oleh dua faktor yaitu factor internal yaitu bawaan manusia itu sendiri (teori humanistik) dan factor eksternal yaitu lingkungan sekitar (teori Psikososial). Oleh karena itu, guru dan orang tua harus dapat mengembangkan perkembangan emosi anak dengan tepat dan baik, agar perkembangan emosi anak berkembang dengan baik sesuai tahap perkembangannya.

Perkembangan sosial dan emosi yang positif memudahkan anak untuk bergaul dengan sesamanya dan belajar dengan lebih baik, juga dalam aktivitas lainnya di lingkungan sosial. Maka sangat penting bagi kita untuk membantu anak-anak dalam memahami perasaannya sendiri dan perasaan orang lain, sehingga terbentuk mental yang sehat dan dapat mengembangkan rasa hormat dan kepedulian terhadap orang lain.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Briggs. (2012). The Importance of Social Emotional Development in Early Childhood. *Pediatrics For Parent*, 2.
- Goleman, D. (2006). *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional): Mengapa IE Lebih Penting daripada IQ*.
- Hurlock, E. B. (1996). *Perkembangan Anak Jilid I (Keenam)*. Erlangga.
- Huwainah, I. (2017). Perkembangan Sosial Emosional Anak Melalui Permainan Gerak dan Lagu Di Taman Kanak-Kanak Assalam Sukarame Bandar Lampung. *PAUD Lectura, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1).
- Hyson, M. (2004). The Emotional Development of Young Children. In *Teachers College*. Columbia University.
- Lubis, M. Y. (2019). Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain. *Generasi Emas, Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1).
- Mukhlis, A., & Mbelo, F. H. (2019). Analisis Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Pada Permainan Tradisional. *Preschool: Jurnal Perkembangan Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 11-28.
- Patmonodewo, S. (2003). *Pendidikan Anak Prasekolah*. Rineka Cipta.
- Santrock, W. J. (2007). *Perkembangan Anak*. Erlangga.
- Suyanto, S. (2005). *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Hikayat Publishing.
- Yahro, S. U. (2009). *Upaya Guru dalam Mengembangkan Sosial-Emotional Anak Usia Dini dengan Pendekatan Beyond Centers and Circle Times*. UIN Sunan Kalijaga.
- Yusuf, S. (2016). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT. Remaja Rosdakarya.