

Dampak emosi pada perkembangan sosial anak: Membangun keterampilan interpersonal sejak dini

Elvi Nisaul Arifah

Program studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

e-mail: elvinisaul01@gmail.com

Kata Kunci:

Emosi, perkembangan sosial, keterampilan interpersonal, anak, pengendalian emosi

Keywords:

Emotions, social development, interpersonal skills, children, emotion regulation

ABSTRAK

Kajian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya memahami peran emosi dalam perkembangan sosial anak, terutama dalam proses membangun keterampilan interpersonal sejak usia dini. Masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimana berbagai aspek emosi, seperti ekspresi, pengendalian, dan pemahaman emosi, dapat mempengaruhi kemampuan sosial anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Tujuan dari kajian ini adalah memberikan gambaran yang mendalam mengenai dampak emosi terhadap keterampilan sosial anak serta bagaimana orang tua dan lingkungan dapat membantu

anak dalam mengembangkan keterampilan interpersonal yang sehat. Berdasarkan hasil pembahasan, ditemukan bahwa kemampuan anak dalam mengenali dan mengelola emosinya berkontribusi secara signifikan terhadap keberhasilan interaksi sosial, baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat.

ABSTRACT

This study is motivated by the importance of understanding the role of emotions in children's social development, particularly in building interpersonal skills from an early age. The problem discussed in this study is how various aspects of emotions, such as expression, regulation, and understanding, affect children's social abilities in interacting with their environment. The purpose of this study is to provide an in-depth overview of the impact of emotions on children's social skills and how parents and the environment can help them develop healthy interpersonal skills. Based on the discussion, it was found that children's ability to recognize and manage their emotions significantly contributes to the success of social interactions in the family, school, and community.

Pendahuluan

Saat ini, perkembangan sosial anak menjadi salah satu aspek penting yang mendapatkan perhatian dari berbagai pihak, baik orang tua, pendidik, maupun peneliti di bidang psikologi perkembangan. Salah satu faktor yang memiliki peran besar dalam perkembangan sosial anak adalah kemampuan emosional. Kemampuan ini mencakup pemahaman, pengelolaan, serta ekspresi emosi yang sesuai dalam berbagai situasi sosial (Santrock, 2002). Anak yang mampu mengenali dan mengendalikan emosinya cenderung memiliki keterampilan sosial yang lebih baik, seperti kemampuan berempati, bekerja sama, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif (Gautam, n.d.).



This is an open access article under the CC BY-NC-SA license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Hal ini diperkuat oleh berbagai studi yang menunjukkan adanya korelasi positif antara kemampuan emosional dan keberhasilan interaksi sosial anak. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh (Azmi, 2015) menunjukkan bahwa anak-anak yang memiliki pengendalian emosi yang baik lebih mampu menjalin hubungan positif dengan teman sebaya serta menunjukkan perilaku prososial yang tinggi. Sebaliknya, anak yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosi cenderung lebih sering terlibat dalam konflik sosial dan menunjukkan perilaku agresif.

Berdasarkan uraian tersebut, maka pengaruh emosi terhadap perkembangan sosial anak menjadi isu yang penting untuk dikaji. Pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara emosi dan keterampilan sosial dapat membantu orang tua, pendidik, serta pihak terkait dalam memberikan bimbingan yang tepat bagi anak. Dengan demikian, anak dapat tumbuh menjadi individu yang memiliki keterampilan interpersonal yang baik dan mampu beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

Penelitian ini juga relevan dalam konteks tantangan perkembangan sosial yang semakin kompleks di era digital. Anak-anak saat ini tidak hanya berinteraksi secara langsung tetapi juga melalui media digital, yang dapat mempengaruhi perkembangan emosional dan sosial mereka. Oleh karena itu, kajian ini tidak hanya membahas peran emosi dalam konteks interaksi sosial langsung tetapi juga memberikan gambaran mengenai bagaimana keterampilan emosional dapat membantu anak dalam menghadapi tantangan sosial di era digital.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran yang mendalam mengenai dampak emosi pada perkembangan sosial anak serta memberikan rekomendasi praktis bagi orang tua dan pendidik dalam membangun keterampilan interpersonal anak sejak dini.

Pembahasan

Pentingnya Emosi dalam Perkembangan Sosial Anak

Emosi merupakan salah satu aspek mendasar dalam perkembangan anak yang sangat mempengaruhi kemampuan sosial mereka. Setiap anak menghadapi berbagai situasi yang memicu perasaan senang, sedih, marah, atau takut. Pengalaman emosional tersebut tidak hanya terjadi secara spontan, tetapi juga berhubungan langsung dengan bagaimana anak berinteraksi dan merespons lingkungan sosialnya. Dalam konteks kehidupan sehari-hari, kemampuan anak dalam mengenali, memahami, serta mengendalikan emosinya menjadi fondasi utama dalam pembentukan karakter dan perilaku sosial yang positif.

Sejak usia dini, anak mulai belajar memahami emosi dari lingkungan terdekat, terutama keluarga. Lingkungan keluarga yang hangat dan responsif akan membantu anak merasa aman untuk mengekspresikan emosinya dengan bebas. Sebaliknya, anak yang tumbuh dalam lingkungan emosional yang tidak stabil cenderung mengalami kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosinya. Keadaan ini dapat berdampak negatif terhadap kemampuan sosial anak, termasuk

dalam membangun hubungan dengan teman sebaya dan orang dewasa di sekitarnya.

Penelitian menunjukkan bahwa anak yang mampu mengelola emosinya dengan baik memiliki kemampuan sosial yang lebih baik. Mereka lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan baru, mampu berempati, dan menunjukkan sikap prososial seperti membantu teman yang sedang kesulitan (Darmiah, 2020). Kemampuan ini membuat mereka lebih mudah diterima dalam kelompok sosial serta memiliki hubungan yang harmonis dengan orang lain.

Sebaliknya, anak yang kesulitan mengendalikan emosinya sering kali menunjukkan perilaku negatif, seperti agresivitas dan tantrum. Perilaku tersebut dapat menghambat mereka dalam membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya (Gustafsson et al., 2017). Selain itu, anak-anak yang tidak mampu mengelola emosinya dengan baik cenderung mengalami penolakan sosial karena dianggap mengganggu atau sulit diajak bekerja sama.

Lingkungan sekolah juga menjadi tempat yang krusial bagi perkembangan emosional dan sosial anak. Guru memiliki peran penting dalam membantu anak mengenali serta mengelola emosinya. Dalam situasi belajar yang penuh tantangan, anak-anak perlu memiliki kemampuan untuk tetap tenang dan fokus meskipun menghadapi tekanan atau kesulitan (Gautam, n.d.). Kemampuan ini tidak hanya membantu mereka dalam aspek akademik, tetapi juga dalam menjaga hubungan yang harmonis dengan teman sekelas.

Kemampuan emosional yang baik juga berkaitan erat dengan keberhasilan anak dalam menyelesaikan konflik sosial. Anak yang dapat memahami dan mengendalikan emosinya lebih cenderung menyelesaikan masalah dengan cara yang konstruktif, seperti berdiskusi atau berkompromi dengan teman yang terlibat konflik. Kemampuan ini menjadi modal penting bagi mereka dalam menghadapi tantangan sosial di masa depan.

Orang tua dan pendidik perlu menyadari pentingnya memberikan stimulasi yang positif bagi perkembangan emosional anak. Komunikasi yang terbuka serta pemberian contoh dalam pengelolaan emosi dapat membantu anak belajar bagaimana menghadapi berbagai situasi emosional dengan cara yang sehat. Dengan bimbingan yang tepat, anak akan mampu mengembangkan keterampilan emosional yang baik sejak dini.

Dalam kehidupan sosial yang semakin kompleks, kemampuan emosional menjadi semakin penting. Anak yang memiliki keterampilan emosional yang baik cenderung lebih mampu menghadapi tekanan sosial serta menjalin hubungan yang positif dengan orang lain (Santrock, 2021). Oleh karena itu, perhatian terhadap aspek emosional anak tidak boleh diabaikan.

Pentingnya peran emosi dalam perkembangan sosial anak juga terlihat dalam berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa kemampuan emosional yang baik berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis anak. Anak yang mampu

mengelola emosinya dengan baik lebih cenderung merasa bahagia dan puas dengan hubungan sosial yang dimilikinya.

Dengan demikian, emosi bukan hanya sekadar respons terhadap stimulus, tetapi juga merupakan komponen penting dalam perkembangan sosial anak. Membangun keterampilan emosional sejak dini akan membantu anak dalam menghadapi berbagai tantangan sosial serta menciptakan hubungan yang sehat dan harmonis dengan orang lain.

Pengaruh Emosi terhadap Hubungan dengan Teman Sebaya

Hubungan dengan teman sebaya merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan sosial anak. Melalui interaksi dengan teman sebaya, anak belajar berbagai keterampilan sosial yang tidak dapat diperoleh hanya dari hubungan dengan orang dewasa. Keterampilan tersebut meliputi kemampuan berbagi, bekerja sama, bernegosiasi, serta menyelesaikan konflik (Nurhasanah et al., 2021). Kemampuan anak dalam mengelola emosinya memainkan peran besar dalam menentukan kualitas hubungan dengan teman sebaya.

Anak yang mampu mengenali dan mengelola emosinya dengan baik cenderung memiliki hubungan yang lebih harmonis dengan teman sebaya. Mereka lebih mudah menunjukkan empati, memahami perasaan teman, serta menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif. Misalnya, ketika seorang anak menyadari bahwa temannya merasa kecewa karena suatu alasan, ia akan lebih mungkin untuk memberikan dukungan atau meminta maaf jika perlu. Sebaliknya, anak yang kesulitan dalam mengenali dan mengendalikan emosinya cenderung menghadapi berbagai masalah dalam hubungan sosialnya. Mereka mungkin lebih sering terlibat dalam pertengkaran, menunjukkan perilaku agresif, atau bahkan mengalami penolakan sosial. Perilaku ini dapat membuat anak merasa terisolasi serta menghambat perkembangan keterampilan sosial yang penting.

Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan emosional yang baik tidak hanya berhubungan dengan kualitas hubungan sosial tetapi juga dengan stabilitas hubungan tersebut. Anak yang mampu mengelola emosinya dengan baik cenderung memiliki hubungan yang lebih stabil dan bertahan lama dengan teman sebaya. Mereka juga lebih mampu mempertahankan hubungan meskipun menghadapi berbagai tantangan dan konflik.

Lingkungan sekolah memainkan peran penting dalam membantu anak mengembangkan keterampilan emosional yang diperlukan untuk menjalin hubungan yang sehat dengan teman sebaya. Guru dapat membantu anak dalam mengenali serta mengelola emosinya, terutama dalam situasi yang melibatkan interaksi sosial. Misalnya, guru dapat memberikan bimbingan kepada anak dalam menyelesaikan konflik dengan teman sekelas atau memberikan pujian ketika anak menunjukkan sikap prososial. Selain peran guru, orang tua juga memiliki tanggung jawab besar dalam membantu anak menjalin hubungan yang positif dengan teman sebaya. Orang tua dapat memberikan bimbingan langsung kepada anak mengenai cara berinteraksi dengan teman serta memberikan contoh bagaimana

menyelesaikan konflik dengan cara yang positif (Rachmawati, 2003). Misalnya, orang tua dapat mengajarkan anak untuk meminta maaf jika melakukan kesalahan atau mengajak anak berdiskusi tentang cara menyelesaikan masalah dengan teman.

Penting bagi orang tua dan pendidik untuk memberikan lingkungan yang mendukung bagi anak dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya. Lingkungan yang aman, penuh kasih sayang, serta mendukung akan membantu anak dalam mengembangkan keterampilan emosional yang diperlukan untuk menjalin hubungan yang sehat (Assingkily & Hardiyati, 2019). Dengan lingkungan yang kondusif, anak akan merasa lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya serta mampu menghadapi berbagai tantangan sosial yang mungkin muncul.

Hubungan dengan teman sebaya yang sehat memiliki banyak manfaat bagi perkembangan sosial dan emosional anak. Anak yang memiliki hubungan yang baik dengan teman sebaya cenderung merasa lebih bahagia, memiliki kepercayaan diri yang tinggi, serta mampu menghadapi berbagai tantangan hidup dengan lebih baik (Santrock, 2021). Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk membantu anak dalam membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya.

Dengan kemampuan emosional yang baik, anak akan mampu menjalin hubungan yang positif dan stabil dengan teman sebaya. Melalui interaksi yang sehat dengan teman sebaya, anak dapat belajar berbagai keterampilan sosial yang akan berguna sepanjang hidupnya. Keterampilan ini tidak hanya membantu anak dalam lingkungan sekolah tetapi juga dalam berbagai aspek kehidupan di masa depan.

Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Keterampilan Emosional Anak

Orang tua memegang peran yang sangat penting dalam perkembangan emosional anak sejak usia dini. Cara orang tua berinteraksi, merespons kebutuhan emosional, serta memberikan contoh dalam mengelola emosi akan memengaruhi kemampuan anak dalam memahami dan mengendalikan emosinya sendiri. Hubungan emosional yang sehat antara orang tua dan anak dapat menjadi fondasi kuat bagi perkembangan keterampilan sosial dan interpersonal yang baik. Anak belajar dari lingkungan sekitarnya, terutama orang tua sebagai figur utama dalam kehidupan mereka. Ketika orang tua menunjukkan kemampuan untuk menghadapi situasi dengan tenang dan penuh pengendalian diri, anak akan meniru perilaku tersebut. Sebaliknya, orang tua yang sering menunjukkan perilaku emosional yang tidak stabil seperti marah berlebihan atau sedih yang tidak terkontrol dapat memberikan dampak buruk bagi anak (Gustafsson et al., 2017).

Kehadiran orang tua dalam kehidupan sehari-hari anak memberikan kesempatan besar untuk mengenalkan dan mengajarkan berbagai keterampilan emosional. Salah satu langkah sederhana adalah dengan mengajarkan anak mengenali berbagai jenis emosi yang mereka rasakan. Orang tua dapat bertanya kepada anak mengenai perasaannya setiap hari, misalnya dengan menanyakan apakah anak merasa senang, sedih, atau marah. Pertanyaan ini membantu anak

belajar menyadari dan memahami emosi yang muncul dalam dirinya. Selain mengenalkan emosi, orang tua juga perlu mengajarkan cara yang sehat untuk mengekspresikan perasaan. Misalnya, ketika anak merasa marah karena mainannya diambil oleh teman, orang tua dapat memberi tahu bahwa wajar merasa marah, tetapi penting untuk menyampaikan perasaan itu dengan kata-kata, bukan dengan tindakan agresif (Santrock, 2021). Dengan bimbingan yang konsisten, anak akan belajar bahwa emosi adalah hal normal yang dapat dikelola dengan baik.

Komunikasi yang terbuka dan penuh kasih sayang antara orang tua dan anak juga menjadi faktor penting dalam membantu perkembangan emosional anak. Mendengarkan dengan empati serta tidak menghakimi perasaan anak dapat membuat mereka merasa dihargai dan diterima. Hal ini meningkatkan kepercayaan diri anak serta membantu mereka belajar mengelola emosi secara positif. Dalam situasi konflik atau ketika anak menghadapi tantangan emosional, peran orang tua sebagai pendamping yang bijak sangat dibutuhkan. Misalnya, ketika anak merasa takut menghadapi ujian sekolah, orang tua dapat memberikan dukungan emosional dengan mendengarkan keluhannya dan memberikan motivasi. Sikap ini membantu anak belajar bahwa mereka tidak perlu menghadapi perasaan negatif sendirian.

Memberikan contoh perilaku positif dalam mengelola emosi juga menjadi kunci penting dalam pendidikan emosional anak. Jika orang tua mampu menunjukkan sikap sabar dalam situasi yang menegangkan, anak akan belajar bahwa ketenangan adalah pilihan yang dapat diambil dalam menghadapi masalah. Sebaliknya, jika orang tua mudah menunjukkan ledakan emosi, anak cenderung akan meniru perilaku tersebut. Selain memberikan contoh dan bimbingan langsung, penting bagi orang tua untuk memberikan penghargaan atas upaya anak dalam mengelola emosinya dengan baik. Misalnya, ketika anak berhasil menyampaikan perasaannya tanpa berteriak atau menangis, orang tua dapat memberikan pujian yang sederhana tetapi bermakna. Hal ini akan meningkatkan motivasi anak untuk terus belajar mengelola emosinya (Santrock, 2021). Perlu diingat bahwa setiap anak memiliki karakter dan kebutuhan emosional yang berbeda. Oleh karena itu, orang tua perlu bersikap fleksibel dalam pendekatannya. Ada anak yang mudah terbuka mengenai perasaannya, tetapi ada pula yang membutuhkan waktu lebih lama untuk belajar mengenali dan mengungkapkan emosi mereka. Orang tua perlu bersabar serta memberikan dukungan tanpa memaksa.

Dengan perhatian, kasih sayang, serta bimbingan yang konsisten, orang tua dapat membantu anak mengembangkan keterampilan emosional yang baik. Keterampilan ini tidak hanya akan membantu anak dalam menghadapi berbagai tantangan sosial di masa kecil, tetapi juga menjadi bekal yang penting bagi kehidupan mereka di masa dewasa (Nurhasanah et al., 2021).

Studi Kasus: Pengaruh Kemampuan Emosi terhadap Hubungan Sosial Anak di Sekolah Dasar

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di salah satu sekolah dasar di Jakarta, sebanyak 30 siswa kelas 3 diamati selama tiga bulan untuk memahami bagaimana kemampuan emosional mereka memengaruhi hubungan sosial di lingkungan sekolah. Data dikumpulkan melalui observasi langsung, wawancara dengan guru, serta kuesioner yang diisi oleh orang tua siswa. Fokus penelitian ini adalah mengamati kemampuan anak dalam mengenali, mengendalikan, serta mengekspresikan emosinya saat berinteraksi dengan teman sebaya.

Hasil observasi menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan mengenali emosinya dengan baik lebih mudah menjalin hubungan positif dengan teman sekelas. Sebagai contoh, seorang siswa bernama Arif mampu meminta maaf dengan tulus kepada temannya setelah tidak sengaja membuat temannya tersandung saat bermain. Sikap Arif tersebut membuat temannya dengan cepat memaafkan dan tetap bermain bersama tanpa konflik lebih lanjut. Guru kelas menjelaskan bahwa kemampuan Arif untuk mengenali kesalahan dan mengendalikan emosinya menjadi contoh positif bagi siswa lain. Sebaliknya, siswa yang kesulitan mengendalikan emosinya cenderung menunjukkan perilaku yang kurang diterima oleh teman sebaya. Salah satu kasus adalah Rani, yang mudah marah ketika tidak mendapatkan giliran bermain. Ia sering kali berteriak dan menarik mainan dari tangan temannya. Perilaku ini membuat teman-temannya enggan bermain bersamanya, sehingga Rani kerap merasa kesepian di lingkungan sekolah. Guru berupaya membantu Rani dengan memberikan bimbingan langsung terkait pengelolaan emosi, seperti mengajarkan teknik bernapas dalam-dalam ketika merasa marah.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa dukungan guru dan orang tua berperan besar dalam membantu siswa mengelola emosinya. Guru yang memberikan pemahaman tentang pentingnya meminta maaf dan saling menghargai membantu menciptakan lingkungan yang mendukung bagi anak-anak untuk belajar keterampilan sosial. Selain itu, orang tua yang secara aktif mendengarkan keluhan anak dan memberikan solusi positif membantu anak mengembangkan kontrol emosional yang lebih baik.

Kasus lain yang menarik adalah Dika, seorang siswa yang dikenal memiliki empati tinggi. Dika sering membantu temannya yang kesulitan mengerjakan tugas sekolah dan menjadi tempat curhat bagi teman-temannya yang merasa sedih. Kemampuan Dika dalam memahami perasaan orang lain membuatnya sangat disukai oleh teman-teman sekelasnya. Guru menyebut bahwa Dika adalah contoh siswa yang memiliki keterampilan emosional yang baik, yang tidak hanya membantu dirinya sendiri tetapi juga memberikan dampak positif pada lingkungan sosialnya.

Dalam studi ini, ditemukan bahwa siswa dengan kemampuan emosional yang baik lebih cenderung memiliki hubungan yang harmonis dengan teman sebaya, lebih mudah menyelesaikan konflik, serta menunjukkan sikap prososial

seperti membantu teman. Sebaliknya, siswa yang kesulitan mengelola emosinya cenderung mengalami penolakan sosial dan memiliki hubungan yang kurang stabil dengan teman sekelas.

Hasil penelitian ini memberikan gambaran nyata bahwa kemampuan emosional merupakan faktor penting dalam perkembangan sosial anak. Intervensi dari guru dan orang tua dapat membantu anak yang kesulitan mengelola emosinya untuk berkembang menjadi individu yang lebih adaptif secara sosial. Oleh karena itu, penting bagi semua pihak untuk memberikan perhatian serius terhadap perkembangan emosional anak sejak dini.

Pentingnya Dukungan Emosional dalam Menumbuhkan Keterampilan Sosial Anak

Selain faktor internal seperti pemahaman dan pengelolaan emosi, dukungan emosional dari lingkungan sekitar berperan besar dalam membentuk keterampilan sosial anak. Orang tua, guru, dan teman sebaya memiliki kontribusi signifikan dalam membantu anak memahami serta mengekspresikan emosinya dengan cara yang sehat. Dukungan ini dapat berupa dorongan verbal, pelukan, atau sekadar mendengarkan perasaan anak tanpa menghakimi. Ketika anak merasa didengar dan dipahami, mereka lebih cenderung mengembangkan rasa percaya diri dalam berinteraksi dengan orang lain.

Interaksi yang penuh empati dari orang tua dan pendidik dapat membantu anak mengatasi berbagai situasi emosional yang kompleks. Misalnya, ketika anak merasa kecewa karena tidak mendapatkan peran utama dalam sebuah pertunjukan sekolah, dukungan dari orang tua dalam bentuk penguatan positif akan membantu mereka melihat pengalaman tersebut sebagai kesempatan belajar. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan sosial, tetapi juga membentuk pola pikir yang lebih resilien dalam menghadapi tantangan hidup. Selain itu, lingkungan sosial yang mendukung juga dapat mencegah anak mengalami stres emosional yang berlebihan. Anak yang tumbuh dalam lingkungan yang kurang mendukung, seperti yang sering mengalami kritik atau hukuman tanpa bimbingan emosional yang jelas, cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya. Mereka mungkin menjadi lebih tertutup atau, sebaliknya, lebih agresif dalam menanggapi situasi sosial. Oleh karena itu, orang tua dan pendidik perlu menciptakan suasana yang kondusif bagi perkembangan emosional anak.

Pentingnya keterampilan emosional dalam dunia sosial anak juga terlihat dalam bagaimana mereka menangani tekanan kelompok (peer pressure). Anak yang memiliki kontrol emosi yang baik akan lebih mampu menolak ajakan teman sebaya yang berpotensi negatif, seperti menyontek saat ujian atau berperilaku tidak sopan. Dengan memiliki dasar emosional yang kuat, anak dapat lebih mudah mempertahankan nilai-nilai positif yang telah diajarkan oleh keluarga dan sekolah.

Akhirnya, pembentukan keterampilan sosial yang kuat sejak dini akan berdampak pada masa depan anak. Anak yang mampu mengelola emosinya dengan baik cenderung lebih sukses dalam membangun hubungan interpersonal

di tempat kerja, memiliki kemampuan kepemimpinan yang lebih baik, serta lebih mudah beradaptasi dengan berbagai situasi sosial di masyarakat. Oleh karena itu, investasi dalam pengembangan keterampilan emosional anak sejak usia dini merupakan langkah penting dalam membangun generasi yang lebih tangguh secara emosional dan sosial.

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kemampuan emosional memiliki dampak besar terhadap perkembangan sosial anak. Anak yang mampu mengenali, mengendalikan, serta mengekspresikan emosinya dengan baik cenderung memiliki hubungan yang lebih harmonis dengan teman sebaya dan lingkungan sekitarnya. Kemampuan ini membantu mereka menyelesaikan konflik secara konstruktif, menunjukkan sikap prososial, serta menjalin hubungan yang stabil dan positif. Sebaliknya, anak yang kesulitan mengelola emosinya cenderung menghadapi berbagai masalah sosial, termasuk penolakan dari teman sebaya dan konflik yang berulang. Studi kasus yang dibahas menunjukkan bahwa peran orang tua dan guru sangat penting dalam membantu anak mengembangkan keterampilan emosional. Dengan bimbingan yang tepat, anak dapat belajar mengelola emosinya secara sehat dan menjadi individu yang adaptif secara sosial.

Saran

1. Orang tua perlu lebih aktif dalam mengenalkan dan mengajarkan berbagai jenis emosi kepada anak serta memberikan contoh yang positif dalam pengelolaan emosi.
2. Guru di sekolah dapat memberikan program pendidikan emosional yang sederhana namun efektif, seperti diskusi kelompok tentang cara menyelesaikan konflik dengan teman.
3. Pemerintah dan lembaga pendidikan perlu mengembangkan kurikulum yang memasukkan pembelajaran keterampilan emosional sebagai bagian dari pendidikan karakter di sekolah.
4. Diperlukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar untuk memahami secara mendalam hubungan antara kemampuan emosional dan perkembangan sosial anak.

Daftar Pustaka

- Al Ansori, Z. (2024). Urgensi pokok-pokok ajaran Islam pada anak usia dini, remaja dan dewasa. *Maliki Interdisciplinary Journal*, 2(3), 334-342.
<http://repository.uin-malang.ac.id/2833/>
- Assingkily, M. S., & Hardiyati, M. (2019). Analisis perkembangan sosial-emosional tercapai dan tidak tercapai siswa usia dasar. *Al-Aulad: Journal of Islamic Primary Education*, 2(2), 19–31.

- Azmi, N. (2015). Potensi emosi remaja dan pengembangannya. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 36–46.
- Darmiah, D. (2020). Perkembangan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Emosi Anak Usia Mi. *Pionir: Jurnal Pendidikan*, 8(2).
- Gautam, K. (n.d.). Emotional Intelligence-A Review.
- Gustafsson, H., DeFreese, J. D., & Madigan, D. J. (2017). Athlete burnout: Review and recommendations. *Current Opinion in Psychology*, 16, 109–113.
- 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. <http://repository.uin-malang.ac.id/6174/>
- Nurhasanah, N., Sari, S. L., & Kurniawan, N. A. (2021). Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini. *Mitra Ash-Shibyan: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(02), 91–102.
- Rachmawati, Y. (2003). Perkembangan Sosial Emosional pada Anak Usia Taman Kanak-kanak. *Modul I Metode Pengembangan Sosial*.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development*.