

Analisis Psikologi Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini

Miari Edlin Kuswardani
(Institut Islam Mamba'ul Ulum Jambi)
miariedlinkuswardani@gmail.com

Abstrak

Perkembangan sosial emosional merupakan aspek penting dalam pertumbuhan anak usia dini karena berkaitan langsung dengan kemampuan anak untuk berinteraksi, mengenali emosi, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis aspek psikologi perkembangan sosial emosional anak usia dini dengan meninjau teori-teori perkembangan dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Kajian dilakukan melalui pendekatan deskriptif kualitatif dengan menelaah literatur dari berbagai sumber yang relevan. Hasil analisis menunjukkan bahwa perkembangan sosial emosional anak dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian dan kematangan emosi, serta faktor eksternal seperti pola asuh, lingkungan keluarga, dan pengalaman sosial di sekolah. Kesimpulannya, stimulasi positif dari lingkungan terdekat memiliki peran penting dalam membentuk stabilitas emosi dan keterampilan sosial anak sejak dini.

Kata kunci: psikologi perkembangan, sosial emosional, anak usia dini

Abstract

Social-emotional development is a crucial aspect of early childhood growth as it is directly related to a child's ability to interact, recognize emotions, and adapt to their environment. This study aims to analyze the psychological aspects of social-emotional development in early childhood by reviewing relevant developmental theories and influencing factors. The study employs a qualitative descriptive approach through a comprehensive review of literature from various credible sources. The findings indicate that children's social-emotional development is influenced by internal factors such as personality and emotional maturity, as well as external factors including parenting styles, family environment, and social experiences in school. In conclusion, positive stimulation from the immediate environment plays a vital role in shaping emotional stability and social skills from an early age.

Keywords: *developmental psychology, social-emotional, early childhood*

A. Pendahuluan

Perkembangan sosial emosional anak usia dini merupakan salah satu aspek terpenting dalam keseluruhan proses tumbuh kembang anak. Aspek ini berkaitan erat dengan kemampuan anak untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat, serta menjalin hubungan sosial yang positif dengan lingkungan sekitar. Pada masa ini, anak sedang berada dalam tahap pembentukan dasar kepribadian yang akan memengaruhi perilaku dan penyesuaian diri di masa depan. Masa usia dini adalah periode kritis dalam pembentukan rasa percaya diri, otonomi, dan inisiatif yang menjadi fondasi bagi perkembangan sosial emosional di tahap-tahap selanjutnya.¹

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) berperan penting dalam mengarahkan perkembangan sosial emosional anak melalui interaksi yang terstruktur, kegiatan bermain yang bermakna, serta bimbingan dari pendidik yang memahami kebutuhan psikologis anak. Namun, dalam praktiknya, banyak lembaga PAUD di Indonesia masih lebih berfokus pada penguasaan kemampuan akademik seperti membaca, menulis, dan berhitung. Kondisi ini menyebabkan pengembangan sosial emosional anak sering kali terabaikan. Padahal, kemampuan untuk bekerja sama, berbagi, berempati, dan mengontrol emosi memiliki peran yang sama pentingnya dalam menentukan kesiapan anak memasuki jenjang pendidikan berikutnya.

Susianty (2019) menjelaskan bahwa ketidakseimbangan antara pengembangan kognitif dan sosial emosional pada masa kanak-kanak dapat menimbulkan dampak jangka panjang, seperti kesulitan dalam beradaptasi, rendahnya kemampuan empati, dan munculnya perilaku agresif.² Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana faktor internal seperti kepribadian, serta faktor eksternal seperti pola asuh dan lingkungan sosial, memengaruhi perkembangan sosial emosional anak. Dengan memahami faktor-faktor tersebut, pendidik dan orang tua dapat memberikan stimulasi yang lebih tepat dan sesuai dengan kebutuhan anak.

Penelitian Halen Dwistia et al., menunjukkan bahwa interaksi yang hangat antara anak dan pengasuh sangat berpengaruh terhadap kemampuan anak dalam mengenali dan mengelola

¹ Nur Anisyah et al., *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini: Konsep, Strategi, Dan Inovasi Di Era Modern* (Muaro Jambi: CV RA Media Publishing, 2025).

² Susianty Selaras Ndari, Amelia Vinayastri, and Khusniyati Masykuroh, *Metode Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini* (Edu Publisher, 2019).

emosi. Selain itu, lingkungan belajar yang mendukung ekspresi emosional positif terbukti meningkatkan kemampuan sosial anak dalam bekerja sama dan memecahkan masalah. Temuan ini memperkuat pentingnya pendekatan yang berpusat pada anak (*child-centered*) dalam pembelajaran di PAUD agar anak dapat mengembangkan keterampilan sosial emosionalnya secara alami dan menyenangkan.³

Oleh karena itu, artikel ini berupaya menghadirkan analisis komprehensif mengenai aspek psikologi perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui telaah literatur dari berbagai teori dan hasil penelitian terkini. Kajian ini juga menyoroti relevansi teori-teori klasik seperti yang dikemukakan Erikson dengan penerapan konsep pendidikan anak usia dini di era modern. Pendekatan yang digunakan dalam artikel ini berorientasi pada integrasi antara teori psikologi perkembangan dan praktik pendidikan yang kontekstual di lembaga PAUD. Artikel ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pendidik, orang tua, dan pemerhati pendidikan anak usia dini untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih seimbang antara kecerdasan intelektual dan emosional.

B. Kajian Teori

1. Konsep Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini

Perkembangan sosial emosional anak usia dini merujuk pada proses peningkatan kemampuan anak dalam mengenali, memahami, mengekspresikan, dan mengelola emosi serta kemampuan membangun hubungan sosial yang sehat dengan orang lain. Perkembangan sosial emosional anak usia dini mencakup pembentukan konsep diri, empati, rasa percaya diri, kemampuan berinteraksi sosial, serta pengendalian emosi. Pada tahap ini, anak mulai memahami perasaan diri dan orang lain serta belajar menyesuaikan perilaku sesuai dengan situasi sosial.

Erikson⁴ menjelaskan bahwa perkembangan sosial emosional pada usia dini berada di tahap “*autonomy vs. shame and doubt*” serta “*initiative vs. guilt*”. Pada tahap ini, anak mulai menunjukkan dorongan untuk melakukan aktivitas secara mandiri, mengambil inisiatif, dan membangun rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugas. Apabila anak tidak mendapatkan dukungan, ia dapat mengalami rasa malu, ragu, atau takut berinisiatif. Oleh karena itu,

³ Halen Dwistia et al., “Peran Lingkungan Keluarga Dalam Perkembangan Emosional Anak,” *Jurnal Parenting Dan Anak* 2, no. 2 (2025): 9.

⁴ Erik Homburger Erikson, *Childhood and Society*, vol. 2 (Norton New York, 1963).

stimulasi positif dari orang tua dan guru sangat berpengaruh dalam membentuk kemampuan sosial emosional anak yang sehat.

Menurut Hurlock⁵, perkembangan sosial emosional tidak berlangsung secara otomatis, melainkan terbentuk melalui proses pembelajaran sosial yang terus-menerus. Anak belajar melalui pengamatan dan peniruan perilaku orang dewasa, guru, dan teman sebaya. Pola interaksi lingkungan menjadi faktor dominan dalam membentuk cara anak mengekspresikan emosi, menyelesaikan konflik, dan menjalin hubungan sosial. Dengan kata lain, contoh perilaku positif dari lingkungan sekitar akan menentukan kualitas perkembangan sosial emosional anak.

Di lembaga PAUD, lingkungan kelas yang kondusif dan suportif berperan penting dalam mengoptimalkan perkembangan sosial emosional anak. Suasana kelas yang penuh kehangatan, penghargaan, komunikasi terbuka, permainan kooperatif, dan manajemen kelas berbasis pendekatan positif membantu anak membangun stabilitas emosi serta menjadi individu yang percaya diri dan empatik. Guru yang responsif dan sensitif terhadap emosi anak memainkan peran sentral sebagai fasilitator perkembangan sosial emosional.

Perkembangan sosial emosional anak usia dini merupakan landasan pembentukan karakter, perilaku prososial, dan kesiapan anak untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Ketika anak memperoleh stimulasi sosial emosional yang memadai, ia akan memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik, empati terhadap orang lain, komunikasi efektif, serta kemampuan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Oleh karena itu, kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial menjadi kunci dalam memastikan tercapainya perkembangan sosial emosional anak secara optimal.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Sosial Emosional Anak

Perkembangan sosial emosional anak dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal mencakup temperamen, kepribadian, dan kematangan kognitif serta emosional. Anak yang memiliki temperamen tenang, mudah beradaptasi, dan mampu

⁵ Elizabeth B Hurlock, "Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.," 1997.

mengendalikan diri lebih mudah membangun relasi sosial yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa karakteristik bawaan dapat menentukan kualitas interaksi anak dengan lingkungannya.⁶

Menurut Arianda, perkembangan sosial emosional merupakan hasil perpaduan antara faktor biologis dan lingkungan. Salah satu faktor lingkungan yang sangat berpengaruh adalah pola kelekatan (*attachment*) dengan orang tua. Anak dengan kelekatan yang aman akan tumbuh percaya diri, memiliki rasa aman secara emosional, dan mampu menjalin hubungan sosial secara positif.⁷ Sebaliknya, kelekatan yang lemah dapat menimbulkan kesulitan dalam regulasi emosi dan interaksi sosial.

Selain keluarga, interaksi sosial dengan teman sebaya juga penting dalam membentuk keterampilan sosial emosional. Melalui aktivitas bermain, anak belajar berbagi, menunggu giliran, bekerja sama, menyelesaikan konflik, serta mengenali dan mengelola emosinya. Guru dalam lingkungan PAUD berperan sebagai fasilitator yang menciptakan kegiatan bermain yang memberi kesempatan bagi anak untuk mengekspresikan perasaan dengan aman dan terkendali.

Dalam perspektif psikososial, perkembangan sosial emosional sangat dipengaruhi oleh pengalaman anak dalam setiap tahapan perkembangan. Pada tahap awal, lingkungan yang memberikan rasa aman, kebebasan bereksplorasi, dan kesempatan mengambil inisiatif akan membentuk rasa percaya diri dan kemampuan sosial yang kuat. Dukungan emosional dari orang dewasa menjadi kunci agar anak tidak mengalami rasa takut atau bersalah ketika berinteraksi dengan lingkungannya.⁸

Secara keseluruhan, para ahli sepakat bahwa perkembangan sosial emosional anak bukan hanya berasal dari bawaan lahir, tetapi sangat ditentukan oleh kualitas lingkungan sosial yang melingkupinya. Pola asuh orang tua, hubungan dengan teman sebaya, dukungan guru, serta pengalaman emosional yang positif harus saling berkolaborasi agar anak tumbuh menjadi individu yang mampu memahami, mengelola emosi, dan membangun hubungan sosial yang sehat.

⁶ Meilita Kusramadhanty, “Temperamen Dan Praktik Pengasuhan Orang Tua Menentukan Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Prasekolah,” *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 8, no. 2 (2019): 258–77.

⁷ Vinny Arianda, Irma Kusuma Salim, and Raihanatu Binqolbi Ruzain, “Secure Attachment (Kelekatan Aman) Ibu Dan Anak Dengan Perkembangan Sosial Emosional Pada Anak,” *Journal of Islamic and Contemporary Psychology* 1, no. 2 (2021): 67–74.

⁸ Ndari, Vinayastri, and Masykuroh, *Metode Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini*.

3. Implikasi Psikologi Perkembangan terhadap Pendidikan Anak Usia Dini

Pemahaman mengenai psikologi perkembangan sosial emosional memberikan kontribusi besar terhadap praktik pendidikan anak usia dini. Guru di PAUD tidak hanya dituntut mengajar aspek kognitif, tetapi perlu memahami karakteristik dan tahapan perkembangan emosi anak. Pengetahuan ini membantu guru merancang kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan emosional dan sosial anak sehingga proses belajar berlangsung lebih nyaman dan bermakna.

Pendekatan pembelajaran pada pendidikan anak usia dini idealnya menekankan pengalaman langsung dan interaksi sosial melalui kegiatan bermain kolaboratif, ekspresi seni, gerak dan lagu, serta komunikasi interpersonal.⁹ Pembelajaran berbasis pengalaman tersebut tidak hanya menstimulasi perkembangan kognitif, tetapi juga memperkuat rasa percaya diri, empati, kemampuan bekerja sama, dan tanggung jawab sosial pada diri anak. Dengan demikian, aspek sosial emosional menjadi bagian penting dari proses pendidikan, bukan sekadar pelengkap.

Selain itu, integrasi aspek sosial emosional dapat diterapkan melalui kurikulum tematik yang dekat dengan kehidupan sehari-hari anak. Pada setiap tema, guru dapat memasukkan aktivitas yang memungkinkan anak untuk mengenali dan mengelola perasaan, berbagi dengan teman, menyelesaikan konflik kecil, dan menunjukkan perilaku prososial. Proses ini akan membantu membentuk rutinitas positif yang berkelanjutan.

Guru harus mampu menjadi role model atau teladan bagi anak dalam pengelolaan emosi dan interaksi sosial. Sikap guru seperti berbicara dengan lemah lembut, mengatasi masalah tanpa marah, menyelesaikan konflik secara adil, dan menghargai pendapat anak akan menjadi contoh konkret yang ditiru anak dalam kehidupan sehari-hari. Keteladanan jauh lebih efektif dibanding hanya instruksi verbal.

Psikologi perkembangan menegaskan bahwa pendidikan anak usia dini tidak cukup berfokus pada kecerdasan akademik. PAUD harus membentuk keseimbangan antara kemampuan intelektual, sosial, dan emosional sebagai bekal anak dalam menjalani pendidikan pada jenjang berikutnya dan menghadapi tantangan masa depan. Anak yang siap secara sosial

⁹ Anisyah et al., *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini: Konsep, Strategi, Dan Inovasi Di Era Modern*.

emosional biasanya lebih mudah menyesuaikan diri, menyelesaikan masalah, dan berpartisipasi aktif dalam proses belajar sepanjang hidup.

C. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode kajian pustaka (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada analisis teoritis terhadap psikologi perkembangan sosial emosional anak usia dini berdasarkan sumber-sumber ilmiah yang relevan. Data dikumpulkan dari berbagai referensi, seperti buku-buku psikologi perkembangan anak, jurnal ilmiah nasional dan internasional, serta hasil penelitian terdahulu yang membahas faktor internal dan eksternal yang memengaruhi perkembangan sosial emosional anak.

Proses kajian dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu identifikasi konsep utama tentang perkembangan sosial emosional, telaah terhadap teori-teori psikologi seperti teori Erikson, Hurlock, dan Santrock, serta analisis terhadap hasil penelitian yang relevan. Data kemudian dianalisis secara deskriptif untuk memperoleh gambaran menyeluruh tentang hubungan antara kepribadian, kematangan emosi, pola asuh, dan lingkungan sosial terhadap perkembangan anak usia dini. Melalui pendekatan ini, penelitian berupaya menegaskan pentingnya stimulasi positif dari lingkungan keluarga dan sekolah dalam membentuk stabilitas emosi serta keterampilan sosial anak sejak dini.

D. Hasil dan Pembahasan

Perkembangan sosial emosional anak usia dini merupakan aspek penting yang menentukan kemampuan anak dalam mengenali diri, berhubungan dengan orang lain, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Anak usia dini berada pada tahap *initiative vs guilt*, di mana mereka mulai menunjukkan inisiatif, keinginan untuk mandiri, serta kemampuan mengambil tanggung jawab terhadap tindakannya. Dukungan emosional dari lingkungan terdekat seperti keluarga dan guru sangat penting pada tahap ini agar anak mampu membangun rasa percaya diri, empati, dan kontrol diri yang sehat. Anak yang tidak mendapatkan dukungan emosional yang memadai cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola perasaan dan berinteraksi dengan orang lain.¹⁰

¹⁰ J W Santrock, "Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup, Edisi Ketiga Belas Jilid 2 Jakarta: Erlangga," 2011.

Faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan sosial emosional anak meliputi faktor internal seperti kematangan emosi dan kepribadian, serta faktor eksternal seperti pola asuh, lingkungan keluarga, dan pengalaman sosial di sekolah. Pola asuh demokratis dinilai paling efektif karena memberikan keseimbangan antara kebebasan dan bimbingan, sehingga anak belajar untuk mengontrol diri sekaligus menghargai orang lain. Sebaliknya, pola asuh otoriter atau permisif dapat menghambat perkembangan empati dan keterampilan sosial anak. Lingkungan pendidikan seperti Raudhatul Athfal juga berperan penting dalam membentuk perilaku sosial positif melalui kegiatan interaktif dan kolaboratif yang dirancang untuk mengembangkan kepekaan sosial anak.

Selain pola asuh dan lingkungan keluarga, interaksi sosial dengan teman sebaya merupakan faktor penting dalam membentuk keseimbangan emosi anak. Melalui permainan kelompok, anak belajar berbagi, bekerja sama, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Menurut Sance Mariana Tameon, perkembangan sosial dan kognitif anak terjadi melalui interaksi sosial, di mana anak belajar dari teman sebaya maupun orang dewasa.¹¹ Oleh karena itu, lingkungan belajar yang mendukung kolaborasi menjadi kunci dalam menumbuhkan empati, toleransi, dan keterampilan komunikasi.

Dalam konteks pendidikan anak usia dini, guru memiliki peran strategis sebagai fasilitator perkembangan sosial emosional. Guru perlu merancang kegiatan pembelajaran yang menstimulasi kemampuan anak dalam mengenali emosi, mengekspresikannya dengan cara yang tepat, serta memahami perasaan orang lain. Kegiatan seperti bermain peran (*role play*), bercerita (*storytelling*), dan diskusi kelompok dapat membantu anak melatih kesadaran emosional dan sosialnya. Komunikasi yang suportif antara guru dan anak juga menciptakan rasa aman psikologis, yang merupakan prasyarat bagi anak untuk berkembang secara optimal.

Oleh karena itu, perkembangan sosial emosional anak usia dini harus dipahami sebagai hasil interaksi antara faktor internal dan eksternal yang saling memengaruhi. Stimulasi positif dari lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat sangat dibutuhkan untuk membentuk anak yang stabil secara emosional dan adaptif secara sosial. Penelitian ini menegaskan bahwa keberhasilan pembentukan karakter sosial emosional sejak dini menjadi fondasi penting bagi kesejahteraan psikologis dan keberhasilan anak di masa depan.

¹¹ Sance Mariana Tameon, "Peran Bermain Bagi Perkembangan Kognitif Dan Sosial Anak," *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan* 1, no. 1 (2018): 26–39.

E. Kesimpulan

Analisis psikologi perkembangan sosial emosional anak usia dini menunjukkan bahwa aspek ini merupakan komponen fundamental dalam membentuk kepribadian, kemampuan berinteraksi, serta kesejahteraan psikologis anak. Melalui pendekatan deskriptif kualitatif, penelitian ini menemukan bahwa perkembangan sosial emosional dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian dan kematangan emosi, serta faktor eksternal seperti pola asuh, lingkungan keluarga, dan pengalaman sosial di lembaga pendidikan. Dukungan emosional yang konsisten dari orang tua dan pendidik menjadi kunci dalam menumbuhkan empati, kontrol diri, dan rasa percaya diri anak sejak dini. Hasil penelitian ini memperkuat temuan penelitian sebelumnya, namun memberikan kebaruan dalam menekankan pentingnya sinergi antara keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial sebagai faktor determinan perkembangan sosial emosional anak. Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan untuk menciptakan lingkungan yang suportif dan berorientasi pada penguatan karakter anak. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi penerapan strategi pembelajaran sosial emosional secara empiris di lembaga pendidikan anak usia dini, agar hasilnya dapat menjadi dasar dalam pengembangan kurikulum yang holistik dan kontekstual.

Daftar Pustaka

- Anisyah, Nur, Novi Susanti, Dewi Suryani, Dini Kausari, Alimni Dahlan, Dewi Fitriani, Nurul Annisa Dewantari Nasution, et al. *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini: Konsep, Strategi, Dan Inovasi Di Era Modern*. Muaro Jambi: CV RA Media Publishing, 2025.
- Arianda, Vinny, Irma Kusuma Salim, and Raihanatu Binqolbi Ruzain. "Secure Attachment (Kelekatan Aman) Ibu Dan Anak Dengan Perkembangan Sosial Emosional Pada Anak." *Journal of Islamic and Contemporary Psychology* 1, no. 2 (2021): 67–74.
- Dwistia, Halen, Silva Sindika, Haniefah Iqtianti, and Danur Ningsih. "Peran Lingkungan Keluarga Dalam Perkembangan Emosional Anak." *Jurnal Parenting Dan Anak* 2, no. 2 (2025): 9.
- Erikson, Erik Homburger. *Childhood and Society*. Vol. 2. Norton New York, 1963.
- Hurlock, Elizabeth B. "Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang

Kehidupan,,” 1997.

Kusramadhanty, Meilita. “Temperamen Dan Praktik Pengasuhan Orang Tua Menentukan Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Prasekolah.” *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 8, no. 2 (2019): 258–77.

Ndari, Susianty Selaras, Amelia Vinayastri, and Khusniyati Masykuroh. *Metode Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini*. Edu Publisher, 2019.

Santrock, J W. “Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup, Edisi Ketiga Belas Jilid 2 Jakarta: Erlangga,” 2011.

Tameon, Sance Mariana. “Peran Bermain Bagi Perkembangan Kognitif Dan Sosial Anak.” *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan* 1, no. 1 (2018): 26–39.