

# **BAGAIMANA MENGOPTIMALKAN PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSI ANAK PRASEKOLAH ?**

Oleh Kartika Nur Fathiyah

Dosen PPB FIP UNY

## **A. Pendahuluan**

Masa pra sekolah merupakan masa keemasan sekaligus masa kritis dalam tahapan kehidupan manusia. Dapat dikatakan masa ini sangat menentukan perkembangan anak selanjutnya. Oleh karena itu, masa ini merupakan masa yang tepat untuk meletakkan dasar-dasar pengembangan fisik, bahasa, sosial, emosional, moral dan nilai-nilai agama, kognitif dan seni.

Salah satu aspek perkembangan yang cukup penting pada anak prasekolah adalah perkembangan sosial emosi. Perkembangan sosial menurut Muhibin (dalam Nugraha dan Rachmawati (2005) merupakan proses pembentukan *social self* (pribadi dalam masyarakat) yaitu pribadi dalam keluarga, budaya, dan bangsa. Adapun Hurlock (1995) menjelaskan perkembangan sosial sebagai perolehan kemampuan berperilaku yang sesuai dengan tuntutan sosial yang meliputi : 1) belajar berperilaku yang dapat diterima secara sosial 2) memainkan peran sosial yang dapat diterima, dan 3) menunjukkan sikap sosial yang tepat. Perkembangan emosi merupakan perkembangan terkait dengan perasaan yang ada dalam diri seseorang yang bersifat kompleks yang menyertai dan muncul sebelum atau sesudah perilaku.

Keterampilan sosial-emosional pada anak usia dini akan menjadi pondasi bagi anak-anak untuk menjadi orang dewasa yang bertanggung jawab, peduli kepada orang lain, dan produktif. Daniel Goleman (dalam Iriyanto, 2006) bahkan menyatakan bahwa kecerdasan emosi dan sosial sangat penting peranannya dalam menentukan keberhasilan seseorang. Prosentasenya bisa mencapai 80%. Pada anak yang kurang mendapat stimulasi perkembangan sosial emosi berdasarkan penelitian Hurlock (dalam Nugraha dan Rachmawati (2005) banyak

yang mengalami kehausan atau kelaparan emosi (*emotional starved*). Kondisi ini kemudian berkembang menjadi pribadi yang labil, memiliki hambatan dalam penyesuaian diri, dan menjadi pribadi yang tidak bahagia pada tahap perkembangan selanjutnya. Selain itu, anak yang kurang mendapat stimulasi kasih sayang dari lingkungan sosialnya juga berdampak pada fisik. Fisik anak menjadi lemah, kurang berkembang, dan tidak berdaya. Ini terjadi karena anak-anak yang sedih (mengalami emosi negatif) terdapat hambatan pada sekresi hormon kelenjar di bawah otak (*pituitary hormon*) termasuk di dalamnya hormon pertumbuhan. Dapat disimpulkan bahwa stimulasi perkembangan sosial dan emosi menentukan perkembangan individu selanjutnya.

## **B. Sikap Orang Tua dan Perkembangan Sosial Emosi Anak**

Umumnya orangtua mendambakan perkembangan fisik maupun psikis anak-anaknya dapat optimal. Para orangtua berusaha sekuat tenaga memenuhi kebutuhan anak (baik fisik maupun psikis) serta menerapkan pendidikan dan disiplin tertentu (perdasarkan pemahaman yang dimiliki) agar semua aspek perkembangan anak-anaknya dapat optimal. Akan tetapi pada kenyataannya, banyak orangtua mengeluh bahwa hasil usaha yang diperoleh di luar harapan. Anak yang justru diharapkan justru menunjukkan perilaku-perilaku tertentu jauh dari harapan orangtua. Misalnya membangkang, menjengkelkan, menunjukkan perilaku tidak hormat pada orangtua, dan sebagainya. Akibatnya banyak kasus orangtua menunjukkan sikap frustrasi dengan menunjukkan kemarahan atau bahkan apatis pada sikap dan perilaku anak ini. Respon orangtua justru bukan berakibat positif, tetapi justru berujung pada meningkatnya perilaku negatif anak. Hal ini akan terus berkembang, menjadi masalah, menjadi lingkaran setan yang tidak berujung pangkal.

Sesungguhnya awal mula masalah di atas adalah belum difahaminya perkembangan anak secara penuh. Pemahaman perkembangan anak secara penuh akan memudahkan orangtua merespon perilaku anak dan menstimulasi semua aspek perkembangannya sehingga dapat berkembang secara optimal. Oleh karena itu, langkah awal agar orangtua dapat menstimulasi perkembangan anak adalah memahami perkembangan dan kebutuhan anak sesuai tahap perkembangannya.

### **C. Karakteristik Perkembangan Anak Prasekolah**

Beberapa karakteristik anak prasekolah yang menonjol antara lain :

- a. Berkembangnya konsep diri. Secara perlahan pemahaman anak tentang kehidupan berkembang. Anak mulai menyadari bahwa dirinya, identitasnya karena kesadarannya itu menunjukkan “Akunya” (eksistensi diri). Segalanya ingin ia coba, ia merasa dirinya bisa.
- b. Munculnya egosentris. Di usia ini anak berfikir bahwa segala yang ada dan tersedia adalah untuk dirinya, semuanya ada untuk memenuhi kebutuhannya. Kuatnya egosentris ini mempengaruhi perilaku anak dalam bermain, saat bermain anak enggan untuk meminjamkan mainannya pada anak lain juga menolak mengembalikan mainan pinjamannya. Wajarlah jika saat seperti ini terjadi konflik dengan temannya. Pada saat mengalami konflik ini anak belum bisa menyelesaikannya secara efektif, ia cenderung menghindari dan menyalahkan orang lain.
- c. Rasa ingin tahu yang tinggi rasa ingin tahu meliputi berbagai hal termasuk seksual sehingga ia selalu bereksplorasi dalam apapun dimanapun.
- d. .Imajinasi yang tinggi. imajinasi yang tinggi di usia ini sangat mendominasi setiap perilakunya, sehingga anak sulit membedakan mana khayalan mana kenyataan. Ia kadang suka melebih- lebihkan cerita. Daya imajinasi ini biasanya melahirkan teman imajiner (teman yang tidak pernah ada), teman khayalan ini mampu mencurahkan segala pengalaman dan perasaannya.
- e. Belajar menimbang rasa. D iusia 4 tahun minat meniru terhadap teman-temannya mulai berkembang, anak mulai bisa terlibat dalam permainan kelompok bersama teman- temannya walaupun kerap terjadi pertengkaran. Hal ini karena ia masih memikirkan dirinya sendiri. Empati anak mulai berkembang, ia mulai merasakan apa yang sedang orang lain rasakan. Jika melihat ibunya bersedih ia akan mendekati, memeluk dan membawa sesuatu yang dapat menghibur. pada masa ini anak mulai belajar konsep benar salah.
- f. Munculnya kontrol internal Kontrol internal muncul di akhir masa usia pra sekolah, Perasaan malu mulai muncul ia akan merasa malu dan bersalah jika ia melakukan perbuatan yang salah. Dengan demikian tepatnya

diusia 5 tahun ia sudah siap terjun ke lingkungan di luar rumah dan sudah sanggup menyesuaikan diri dengan standar perilaku yang di harapkan.

- g. Belajar dari lingkungannya Anak mulai meniru apa yang sering dilakukannya ia belajar mengidentifikasi dirinya dengan model yang dilihatnya misalnya ia akan berperilaku sama persis seperti apa yang di lihatnya di TV dan ia pun akan bercita- cita sama seperti profesi orang tuanya. Jadi di usia ini lingkunganlah yang sangat berperan dalam membentuk perilakunya.
- h. Berkembangnya cara berfikir anak. Anak mulai mengembangkan pemahamannya tentang hubungan benda antara bagian dan keseluruhan. Pemahaman konsep waktu belum berkembang sempurna anak belum bisa membedakan antara tadi pagi dan kemarin sore.
- i. Berkembangnya kemampuan bahasa. Pada masa ini anak lebih bisa diajak berkomunikasi, ia mulai mengungkapkan keinginannya dengan bahasa verbal, namun kadang- kadang ia ingin bereksperimen dengan kata- kata yang kotor atau yang mengejutkan orang tuanya.

#### **D. Strategi Stimulasi Perkembangan Sosial Emosi Anak**

Beberapa strategi yang dapat dilakukan orangtua untuk menstimulasi perkembangan sosial emosi anak :

1. Menjadi Contoh yang baik
2. Mengajarkan pengenalan emosi
3. Menanggapi dan memahami perasaan anak
4. Melatih pengendalian diri dan mengelola emosi
5. Menerapkan disiplin dengan konsep empati
6. Melatih ketrampilan komunikasi dan sosial
7. Memberi iklim positif
8. Tidak menabukan marah, sedih dan cemas.
9. Melatih empati dan peduli pada orang lain.
10. Mengajari akibat perilaku
11. Beri *reinforcement* atas perilaku

## **Daftar Pustaka**

Hurlock, EB. *Perkembangan Anak* Jilid 1. Jakarta” Penerbit Erlangga.

Iriyanto,D. *Membangun Keluarga Cerdas Dunia akherat. Eri Mega Cerdas*. Yogyakarta: Penerbit aksara Indonesia

Nugraha Ali dan Rachmawati Yeni. 2005. *Metode Pengembangan Sosial Emosional*. Jakarta: Penerbit UniversitasTerbuka.

Berkembangnya kemampuan berbahasa,