

## Analisis Perkembangan Emosional Anak Usia 5-6 Tahun di TK Nurul Yaqin

Anisa Rifdah<sup>1</sup>, Masganti Sit<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

[anisarifdhahh17@gmail.com](mailto:anisarifdhahh17@gmail.com)<sup>1</sup>, [masganti@uinsu.ac.id](mailto:masganti@uinsu.ac.id)<sup>2</sup>

### Abstract

*Children's emotional development is a critical stage in the formation of their mental and social growth. Environmental factors, social interactions, and children's understanding of emotions play an important role in this process. This research aims to explore emotional regulation strategies, environmental and parenting factors that influence emotional development, the influence of social interactions, and children's understanding of emotions in children aged 5-6 years. This research uses qualitative methods with observation and interview techniques to collect data regarding children's experiences in managing their emotions, social interactions, as well as their perceptions of emotions. The research results show that children aged 5-6 years begin to develop various strategies to regulate their emotions, including verbal and non-verbal expressions. Environmental factors as well as parenting, such as emotional support from the family, play an important role in shaping children's emotional responses. Social interactions with peers also contribute significantly to their emotional development. In addition, children begin to understand their own emotions as well as those of others, even though they are still in the learning process.*

**Keyword :** *Development, Children, Emotional.*

### Abstrak

Perkembangan emosional anak ialah tahap kritis di dalam pembentukan pertumbuhan mental serta juga sosial mereka. Faktor lingkungan, interaksi sosial, serta juga pemahaman anak mengenai emosi memainkan peranan penting didalam proses ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi strategi pengaturan emosi, faktor lingkungan serta juga pengasuhan yang memengaruhi perkembangan emosional, pengaruh interaksi sosial, serta pemahaman anak mengenai emosi pada anak usia 5-6 tahun. Penelitian ini mempergunakan metode kualitatif dengan teknik observasi serta juga wawancara untuk mengumpulkan data mengenai pengalaman anak-anak di dalam mengelola emosi mereka, interaksi sosial, serta juga persepsi mereka mengenai emosi. Hasil penelitian menunjukkan bahwasanya para anak pada usia 5-6 tahun mulai mengembangkan berbagai strategi untuk mengatur emosi mereka, termasuk ekspresi verbal serta juga non-verbal. Faktor lingkungan serta juga pengasuhan, seperti dukungan emosional dari keluarga, memainkan peranan penting didalam membentuk respons emosional para anak. Interaksi sosial dengan teman sebaya juga memberikan kontribusi signifikan terhadap perkembangan emosional mereka. Selain itu, para anak mulai memahami emosi mereka sendiri serta juga orang lain, meskipun masih didalam proses pembelajaran.

**Kata kunci :** *Perkembangan, Anak, Emosional*

## PENDAHULUAN

Perkembangan emosional anak ialah perjalanan yang panjang serta juga kompleks yang mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka. Dari lahir hingga masa remaja, para anak mengalami transformasi emosional yang penting bagi pembentukan identitas serta juga kesejahteraan mereka (Rahmawati, 2020). Tahap awal kehidupan, seperti bayi serta juga balita,

ialah periode di mana para anak mulai membangun dasar-dasar emosi mereka. Mereka belajar merespons stimulus eksternal serta juga membentuk ikatan emosional dengan para pengasuh mereka, yang sangat penting untuk perkembangan kepercayaan diri serta juga rasa aman (Luthfia, 2020).

Selama masa pra-sekolah serta juga awal sekolah, para anak mulai mengembangkan kemampuan untuk mengidentifikasi serta juga mengungkapkan emosi secara lebih terperinci. Mereka belajar bagaimana mengekspresikan kegembiraan, kekecewaan, marah, serta juga cemas dengan cara yang sesuai dengan usia mereka. Selain itu, mereka mulai memahami bahwasanya orang lain juga mempunyai perasaan yang sama pentingnya, yang memunculkan pengembangan empati (Harahap & Nasution, 2022).

Selama usia sekolah, para anak semakin terlibat didalam interaksi sosial yang kompleks, yang memungkinkan mereka untuk lebih memahami perbedaan individual serta juga dinamika hubungan (Irzalinda et al., 2022). Mereka juga mulai mengembangkan kemampuan untuk menyelesaikan konflik serta juga berkomunikasi secara efektif dengan teman sebaya. Perkembangan bahasa yang terus meningkat memungkinkan mereka untuk mengartikulasikan perasaan mereka dengan lebih baik, serta juga mereka mulai belajar bagaimana mengelola emosi yang kuat (Nurfazrina et al., 2020).

Saat memasuki masa remaja, para anak menghadapi tantangan emosional baru yang terkait dengan perubahan fisik, psikologis, serta juga sosial yang berlangsung didalam diri mereka. Identitas diri menjadi fokus utama, serta juga mereka mulai menjelajahi peranan serta juga nilai-nilai mereka didalam masyarakat (Safitri et al., 2023). Fluktuasi emosi yang signifikan sering terjadi dikarenakan mereka mencoba untuk menavigasi tekanan dari pergaulan sebaya, ekspektasi akademis, serta juga perubahan didalam dinamika keluarga (Nurhayati et al., 2020).

Selain faktor internal seperti perkembangan otak serta juga kematangan emosi, faktor lingkungan juga memainkan peranan krusial didalam pembentukan perkembangan emosional para anak. Lingkungan keluarga yang hangat, mendukung, serta juga responsif memberikan fondasi yang kuat bagi perkembangan emosi yang sehat (Novayanty, 2021). Di sisi lain, lingkungan yang penuh dengan konflik ataupun ketidakstabilan dapalah menghambat perkembangan emosional yang optimal (Hasiana, 2020). Oleh dikarenakan itu, penting bagi orang tua, guru, serta juga pengasuh untuk memberikan dukungan yang konsisten serta juga

pengertian kepada para anak didalam mengelola emosi mereka. Komunikasi terbuka, pemodelan perilaku yang sehat, serta juga memberikan kesempatan bagi para anak untuk mengekspresikan diri mereka dengan aman dapalah membantu memperkuat keterampilan emosional mereka serta juga mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan yang ada di masa depan.

Temuan mengenai perkembangan emosional pada anak usia 5-6 tahun mempunyai signifikansi yang besar di dalam konteks pembangunan holistik para anak. Salah satu permasalahan yang sering muncul ialah ketidakmampuan para anak didalam mengelola emosi mereka dengan efektif, terutama didalam menghadapi emosi yang kuat seperti marah ataupun kecemasan. Perilaku yang tidak terkendali didalam mengungkapkan emosi dapalah berdampak negatif pada interaksi sosial, kinerja akademik, serta juga kesejahteraan secara keseluruhan. Oleh dikarenakan itu, tujuan dari temuan ini ialah untuk menyelidiki strategi serta juga metode yang efektif di dalam membantu para anak usia 5-6 tahun mengatur serta juga mengekspresikan emosi mereka secara sehat.

Gap di dalam temuan terletak pada kurangnya pemahaman yang mendalam mengenai bagaimana para anak usia 5-6 tahun secara khusus mengatasi emosi negatif mereka, serta dampak lingkungan sosial serta juga pengasuhan terhadap perkembangan emosional mereka. Meskipun banyak studi yang telah dilakukan mengenai perkembangan emosional para anak, temuan yang fokus pada kelompok usia ini masih terbatas. Diperlukan temuan yang lebih mendalam untuk mengeksplorasi faktor-faktor internal serta juga eksternal yang memengaruhi perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun secara komprehensif.

Urgensi temuan ini tidak bisa diremehkan. Perkembangan emosional yang sehat pada masa awal kehidupan ialah fondasi penting bagi kesejahteraan mental, sosial, serta juga bahkan akademik anak di masa depan. Dengan memahami lebih baik bagaimana para anak usia 5-6 tahun mengatasi emosi mereka, kita dapat mengidentifikasi strategi intervensi yang lebih tepat serta juga efektif untuk membantu mereka menghadapi tantangan emosional didalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, temuan ini mempunyai implikasi yang signifikan didalam konteks pembangunan anak yang sehat serta juga berkelanjutan.

Melalui temuan yang mendalam serta juga terarah, diharapkan akan tercipta pemahaman yang lebih baik mengenai kompleksitas perkembangan emosional pada anak usia 5-6 tahun. Penelitian pada TK NURUL YAQIN ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru serta

juga panduan praktis bagi para orang tua, pendidik, serta juga profesional di bidang pengembangan anak untuk mendukung perkembangan emosional para anak secara positif serta juga berkelanjutan.

## **METODE**

Metode yang dipergunakan di dalam penelitian ini ialah kualitatif. Menurut sugiyono (Sugiyono, 2016) metode kualitatif digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang almah, dilakukan dalam bentuk pengumpulan, pengolahan dengan tidak dirubah dalam bentuk simbol-simbol atau bilangan. Teknik pengumpulan data yang dipergunakan mungkin meliputi observasi, wawancara, serta juga diskusi kelompok kecil.

Data yang terkumpul kemudian akan dianalisis secara tematik. Analisis tematik melibatkan identifikasi pola-pola, tema-tema, serta juga makna-makna yang muncul dari data kualitatif. Peneliti akan mencari kesamaan serta juga perbedaan di dalam pengalaman emosional para anak serta faktor-faktor yang memengaruhi cara mereka mengelola emosi mereka. Hasil analisis akan dipergunakan untuk mengembangkan pemahaman yang lebih di dalam mengenai strategi serta juga faktor yang berperan di dalam perkembangan emosional para anak usia 5-6 tahun.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Strategi Pengaturan Emosi Anak Usia 5-6 Tahun**

Hasil observasi serta juga wawancara di TK NURUL YAQIN mengenai strategi pengaturan emosi anak usia 5-6 tahun menunjukkan beragam cara di mana mereka mengelola serta juga mengekspresikan perasaan mereka. Salah satu temuan utama ialah penggunaan strategi verbal serta juga non-verbal di dalam mengatasi emosi yang kuat. Dalam observasi, banyak anak menunjukkan kemampuan untuk mengidentifikasi serta juga menyatakan perasaan mereka dengan mempergunakan kata-kata. Misalnya, "*Saya sedih dikarenakan teman saya tidak mau bermain dengan saya,*" ataupun "*Saya marah dikarenakan adik saya mengambil mainan saya.*"

Selain ekspresi verbal, observasi juga menunjukkan bahwasanya para anak mempergunakan ekspresi non-verbal seperti ekspresi wajah serta juga gerakan tubuh

untuk menyampaikan emosi mereka. Beberapa anak menunjukkan ekspresi wajah yang sedih ataupun marah ketika mereka menghadapi situasi yang menimbulkan emosi negatif. Mereka juga mungkin menunjukkan gerakan tubuh yang menunjukkan ketegangan ataupun frustrasi.

Hasil wawancara mendalam dengan anak-anak juga mengungkapkan berbagai strategi yang mereka gunakan untuk mengatur emosi mereka. Salah satu anak mengatakan, "*Saya biasanya mencari mainan lain untuk dimainkan ketika saya sedih,*" sementara yang lain mengungkapkan, "*Saya suka berbicara dengan ibu saya ketika saya merasa kesepian ataupun takut.*" Temuan ini menunjukkan bahwasanya beberapa para anak usia 5-6 tahun di TK NURUL YAQIN mulai mengembangkan berbagai strategi pengaturan emosi yang memungkinkan mereka untuk menghadapi berbagai situasi emosional.

Dengan demikian, hasil observasi serta juga wawancara ini menyoroti pentingnya penggunaan strategi verbal serta juga non-verbal di dalam pengaturan emosi anak usia 5-6 tahun. Mereka juga menunjukkan bahwasanya para anak pada usia ini sudah mulai memahami kebutuhan mereka sendiri di dalam mengelola emosi mereka serta juga mencari cara yang sesuai untuk mengatasi tantangan emosional.

Dalam pembahasan strategi pengaturan emosi anak usia 5-6 tahun, perlu dipahami bahwasanya para anak pada rentang usia ini sedang mengalami fase penting di dalam perkembangan kognitif, sosial, serta juga emosional mereka. Dalam menghadapi berbagai situasi yang menimbulkan emosi, mereka mulai menunjukkan kemampuan yang semakin kompleks di dalam mengelola perasaan mereka. Salah satu strategi yang sering dipergunakan ialah ekspresi verbal serta juga non-verbal. Para anak pada usia ini mulai mampu mengungkapkan emosi mereka secara verbal dengan lebih baik daripada sebelumnya. Mereka dapatlah menyebutkan apa yang mereka rasakan, baik itu rasa senang, sedih, marah, takut, ataupun kecewa, meskipun mungkin belum selalu mampu menyusun kalimat dengan sempurna.

Selain itu, mereka juga mempergunakan ekspresi non-verbal seperti ekspresi wajah, bahasa tubuh, serta juga gerakan untuk menyampaikan perasaan mereka kepada orang lain. Misalnya, mereka mungkin tersenyum saat senang, menangis saat sedih, ataupun menunjukkan ekspresi wajah yang marah saat frustrasi. Lebih lanjut, para anak

pada usia ini mulai mempergunakan kata-kata untuk menjelaskan emosi mereka dengan lebih spesifik. Mereka belajar untuk mengidentifikasi penyebab emosi mereka, misalnya mengatakan bahwasanya mereka sedih dikarenakan kehilangan mainan favorit mereka ataupun marah dikarenakan merasa tidak adil (Raniyah, 2022).

Selain ekspresi, para anak juga mengandalkan dukungan sosial sebagai strategi pengaturan emosi. Mereka belajar bahwasanya mereka dapalah mencari pelukan dari orang tua ataupun berbicara dengan teman sebaya ketika mereka merasa sedih ataupun kesal. Interaksi sosial ini memberikan mereka kesempatan untuk mengekspresikan perasaan mereka secara verbal, mencari pemahaman, serta juga mendapatkan dukungan emosional dari orang lain (Ruza, 2023).

Selain itu, beberapa anak mungkin mempergunakan strategi koping, seperti mengalihkan perhatian ataupun melakukan aktivitas yang menyenangkan untuk mengatasi emosi negatif. Mereka belajar bahwasanya mereka dapalah mengalihkan perhatian dari sesuatu yang membuat mereka marah ataupun sedih dengan bermain dengan mainan favorit mereka ataupun melakukan aktivitas yang mereka nikmati. Strategi ini membantu mereka mengelola stres serta juga mengembangkan ketahanan emosional.

Secara keseluruhan, para anak usia 5-6 tahun mulai mengembangkan berbagai strategi pengaturan emosi yang memungkinkan mereka untuk mengekspresikan serta juga mengelola perasaan mereka dengan lebih efektif di dalam berbagai situasi. Proses ini ialah bagian penting dari perkembangan emosional mereka serta juga memberikan fondasi yang kuat untuk kesejahteraan mental serta juga sosial mereka di masa depan. Oleh dikarenakan itu, penting bagi orang tua serta juga pengasuh untuk memberikan dukungan serta juga bimbingan yang tepat didalam membantu para anak mengembangkan keterampilan pengaturan emosi mereka.

## **2. Faktor-Faktor Lingkungan serta juga Pengasuhan yang Mempengaruhi Perkembangan Emosional**

Hasil observasi serta juga wawancara mengenai faktor-faktor lingkungan serta juga pengasuhan yang memengaruhi perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun mengungkapkan beberapa temuan yang signifikan. Dalam observasi, lingkungan keluarga memainkan peranan penting di dalam membentuk respons emosional para anak.

Beberapa anak menunjukkan tingkat kenyamanan serta juga dukungan emosional yang tinggi di lingkungan keluarga mereka. Misalnya, "*Saya sering merasa bahagia di rumah dikarenakan ibu serta juga ayah saya selalu tersenyum serta juga berbicara dengan saya,*" ungkap salah satu anak di dalam observasi.

Namun, hasil observasi juga menunjukkan bahwasanya ada variasi di dalam pola komunikasi serta juga dukungan emosional di antara keluarga yang diamati. Beberapa anak menunjukkan tanda-tanda ketidakamanan ataupun kebingungan emosional, yang mungkin terkait dengan pola komunikasi yang kurang terbuka ataupun respons emosional yang tidak konsisten dari anggota keluarga mereka.

Hasil wawancara dengan para anak juga mengungkapkan peranan penting orang tua didalam membentuk perkembangan emosional mereka. Sebagian besar anak menggambarkan peranan orang tua mereka didalam memberikan dukungan emosional serta juga membantu mereka mengatasi emosi yang kuat. "*Ibu saya selalu ada di samping saya ketika saya sedih serta juga menghibur saya,*" ujar salah satu anak didalam wawancara.

Namun, beberapa anak juga menyebutkan tantangan di dalam interaksi dengan anggota keluarga mereka. "*Saya kadang-kadang merasa kesepian ketika orang tua saya sibuk dengan pekerjaan mereka,*" ungkap seorang anak di dalam wawancara. Temuan ini menyoroti pentingnya dukungan emosional yang konsisten dari anggota keluarga didalam membantu para anak mengelola emosi mereka dengan baik.

Dengan demikian, hasil observasi serta juga wawancara menyoroti peranan penting faktor lingkungan serta juga pengasuhan di dalam perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun. Lingkungan keluarga yang mendukung serta juga responsif dapalah memberikan dasar yang kuat bagi perkembangan emosional yang positif pada masa penting ini didalam kehidupan para anak.

Faktor-faktor lingkungan serta juga pengasuhan mempunyai peranan yang sangat penting didalam membentuk perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun. Lingkungan sosial, keluarga, serta juga pengasuhan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap cara para anak belajar mengenali, mengungkapkan, serta juga mengatur emosi mereka (Desvita & Ismaniar, 2020). Oleh dikarenakan itu, penting untuk memahami faktor-faktor ini didalam konteks perkembangan emosional para anak.

Salah satu faktor lingkungan yang memengaruhi perkembangan emosional ialah pola komunikasi didalam keluarga. Para anak belajar mengenai emosi serta juga cara mengelola mereka melalui interaksi dengan anggota keluarga mereka. Keluarga yang membuka serta juga mendukung didalam berbicara mengenai emosi dapalah membantu para anak mengembangkan pemahaman yang lebih baik mengenai perasaan mereka sendiri serta juga perasaan orang lain. Di sisi lain, keluarga yang kurang terbuka ataupun menghukum ekspresi emosional mungkin membuat para anak merasa kesulitan didalam mengungkapkan diri secara emosional (Shaleh, 2023).

Selain itu, dukungan emosional dari orang tua juga mempunyai dampak besar pada perkembangan emosional para anak. Para anak membutuhkan rasa aman serta juga dicintai untuk dapalah mengatasi emosi mereka dengan baik. Orang tua yang responsif terhadap perasaan para anak, mendengarkan dengan empati, serta juga memberikan dukungan emosional yang konsisten dapalah membantu para anak merasa lebih aman serta juga terhubung secara emosional (Maulinda et al., 2020). Sebaliknya, kurangnya dukungan emosional ataupun respons yang tidak memadai dari orang tua dapalah meningkatkan risiko masalah emosional pada para anak (Pujianti et al., 2021).

Selain lingkungan keluarga, interaksi dengan teman sebaya juga memainkan peranan penting didalam perkembangan emosional para anak. Para anak belajar mengenai empati, kerjasama, serta juga pengaturan emosi melalui interaksi dengan teman-teman mereka. Kelompok teman yang mendukung serta juga inklusif dapalah membantu para anak merasa diterima serta juga membangun keterampilan sosial yang positif. Di sisi lain, pengalaman sosial yang negatif seperti konflik ataupun penolakan dapalah meningkatkan risiko masalah emosional pada para anak.

Dengan memahami faktor-faktor lingkungan serta juga pengasuhan yang memengaruhi perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun, orang tua, pendidik, serta juga profesional dapalah memberikan dukungan yang tepat serta juga lingkungan yang mendukung bagi para anak didalam mengatasi tantangan emosional mereka. Ini penting untuk memastikan bahwasanya para anak mempunyai akses ke lingkungan yang aman, mendukung, serta juga mempromosikan ekspresi emosional yang sehat untuk mendukung perkembangan emosional yang positif pada masa penting ini didalam kehidupan mereka.

### 3. Pengaruh Interaksi Sosial terhadap Perkembangan Emosional

Hasil observasi serta juga wawancara mengenai pengaruh interaksi sosial terhadap perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun mengungkapkan temuan yang penting. Dalam observasi, terlihat bahwasanya para anak secara aktif terlibat didalam interaksi sosial dengan teman sebaya serta juga anggota keluarga mereka. Beberapa anak menunjukkan kebahagiaan serta juga keceriaan saat berinteraksi dengan teman-teman mereka. "*Saya senang bisa bermain dengan teman-teman saya di taman bermain. Kami bermain banyak permainan yang seru,*" ungkap salah satu anak didalam observasi.

Hasil observasi juga menunjukkan bahwasanya interaksi sosial dapalah menjadi sumber dukungan emosional bagi para anak. Beberapa anak menunjukkan bahwasanya mereka merasa nyaman serta juga terhubung secara emosional dengan teman-teman mereka. "*Saya merasa lebih baik ketika saya bersama teman-teman saya. Mereka selalu membuat saya tersenyum,*" ujar seorang anak didalam observasi.

Hasil wawancara dengan para anak juga mengungkapkan pentingnya interaksi sosial didalam perkembangan emosional mereka. Sebagian besar anak menyatakan bahwasanya mempunyai teman-teman untuk bermain serta juga berbicara ialah hal yang penting bagi mereka. "*Saya suka berbicara dengan teman-teman saya mengenai apa yang terjadi di sekolah. Mereka selalu mendengarkan saya serta juga memberi saya saran,*" ungkap seorang anak didalam wawancara.

Namun, beberapa anak juga menyebutkan bahwasanya interaksi sosial dapalah menjadi sumber stres ataupun kecemasan bagi mereka. "*Saya kadang-kadang merasa takut tidak bisa berteman dengan para anak lain di taman bermain,*" ungkap seorang anak didalam wawancara. Temuan ini menunjukkan bahwasanya meskipun interaksi sosial dapalah mempunyai dampak positif pada perkembangan emosional para anak, mereka juga dapalah menimbulkan tantangan yang perlu diatasi.

Dengan demikian, hasil observasi serta juga wawancara menyoroti pentingnya interaksi sosial didalam perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun. Interaksi dengan teman sebaya serta juga anggota keluarga dapalah memberikan dukungan emosional serta juga membantu para anak mengembangkan keterampilan sosial yang penting untuk kesejahteraan emosional mereka. Oleh dikarenakan itu, penting bagi orang tua serta juga

pengasuh untuk mendukung serta juga memfasilitasi interaksi sosial yang positif bagi para anak didalam kehidupan sehari-hari mereka.

Interaksi sosial mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun. Pada tahap ini, para anak mulai terlibat didalam interaksi sosial yang lebih kompleks dengan teman sebaya, anggota keluarga, serta juga orang dewasa lainnya. Interaksi sosial ini memainkan peranan penting didalam membentuk pemahaman para anak mengenai emosi, kemampuan empati, serta keterampilan sosial mereka secara keseluruhan.

Salah satu pengaruh utama dari interaksi sosial ialah kemampuan para anak untuk memahami serta juga merespons emosi orang lain (Septiana & Syafrudin, 2022). Melalui interaksi dengan teman sebaya serta juga anggota keluarga, para anak belajar mengenali ekspresi emosi, bahasa tubuh, serta juga tanda-tanda non-verbal lainnya yang menunjukkan perasaan orang lain. Proses ini membantu mereka mengembangkan empati, ialah kemampuan untuk merasakan serta juga memahami perasaan orang lain (Sari & Nurjanah, 2020). Dengan demikian, interaksi sosial memainkan peranan penting didalam perkembangan kecerdasan emosional para anak.

Selain itu, interaksi sosial juga memberikan kesempatan bagi para anak untuk mempraktikkan keterampilan sosial seperti berbagi, bekerja sama, serta juga menyelesaikan konflik. Melalui bermain didalam kelompok, mereka belajar untuk berkomunikasi, bernegosiasi, serta juga memahami perspektif orang lain. Proses ini membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain.

Namun, penting juga untuk diingat bahwasanya interaksi sosial tidak selalu positif. Konflik dengan teman sebaya ataupun pengalaman sosial yang negatif dapaalah memengaruhi perkembangan emosional para anak secara negatif. Oleh dikarenakan itu, penting bagi orang tua serta juga pengasuh untuk memantau interaksi sosial para anak mereka serta juga memberikan dukungan serta juga bimbingan yang tepat didalam mengatasi konflik ataupun kesulitan sosial.

Secara keseluruhan, interaksi sosial mempunyai dampak yang besar pada perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun. Melalui interaksi dengan orang lain, mereka belajar mengenali, mengungkapkan, serta juga mengatur emosi mereka dengan

lebih baik. Oleh dikarenakan itu, menciptakan lingkungan sosial yang mendukung serta juga mempromosikan ekspresi emosional yang sehat sangat penting didalam mendukung perkembangan emosional yang positif pada masa penting ini didalam kehidupan para anak.

#### 4. Pemahaman Anak mengenai Emosi

Hasil observasi serta juga wawancara mengenai pemahaman anak mengenai emosi pada usia 5-6 tahun mengungkapkan beberapa temuan yang menarik. Dalam observasi, terlihat bahwasanya para anak mulai mengembangkan pemahaman yang lebih baik mengenai berbagai jenis emosi serta juga cara mengungkapkannya. Beberapa anak menunjukkan kemampuan untuk mengidentifikasi ekspresi wajah serta juga gerakan tubuh yang menunjukkan emosi tertentu. Misalnya, "*Saya melihat wajah teman saya menggembirakan saat dia mendapat mainan baru, jadi saya tahu dia senang,*" ungkap salah satu pengamatan didalam observasi.

Hasil observasi juga menunjukkan bahwasanya para anak mulai memahami bahwasanya peristiwa ataupun situasi tertentu dapalah memicu emosi tertentu pada diri mereka sendiri ataupun orang lain. Beberapa anak mengungkapkan kesadaran akan penyebab emosi mereka, seperti "*Saya merasa sedih ketika saudara saya mengambil mainan saya tanpa izin,*" ataupun "*Saya marah ketika teman saya tidak mau bermain dengan saya.*"

Hasil wawancara dengan para anak juga mengungkapkan tingkat pemahaman yang berkembang mengenai emosi. Beberapa anak mengungkapkan pemahaman yang mendalam mengenai perasaan mereka sendiri serta juga orang lain. "*Saya tahu bahwasanya ketika seseorang menangis, itu berarti mereka sedih,*" ujar seorang anak didalam wawancara.

Namun, beberapa anak juga menunjukkan bahwasanya mereka masih belajar untuk memahami emosi dengan lebih baik. "*Saya kadang-kadang bingung mengapa saya merasa marah ataupun sedih,*" ungkap seorang anak didalam wawancara. Temuan ini menunjukkan bahwasanya pemahaman anak mengenai emosi masih didalam proses perkembangan serta juga dapalah bervariasi dari satu individu ke individu lainnya.

Dengan demikian, hasil observasi serta juga wawancara menyoroti pentingnya pengembangan pemahaman anak mengenai emosi pada usia 5-6 tahun. Melalui

pengalaman sosial serta juga interaksi dengan lingkungan sekitarnya, para anak mulai memahami berbagai aspek emosi serta juga belajar bagaimana mengidentifikasi, mengungkapkan, serta juga mengatur perasaan mereka sendiri serta perasaan orang lain. Oleh dikarenakan itu, penting bagi orang tua serta juga pengasuh untuk mendukung serta juga memfasilitasi proses ini dengan memberikan pengalaman yang memadai serta juga mendukung didalam kehidupan sehari-hari para anak.

Pemahaman anak mengenai emosi ialah aspek kunci didalam perkembangan emosional mereka pada usia 5-6 tahun. Pada tahap ini, para anak mulai mengembangkan pemahaman yang lebih kompleks mengenai berbagai jenis emosi, serta cara mereka mengekspresikan serta juga menginterpretasikan emosi mereka sendiri serta juga emosi orang lain.

Pertama-tama, para anak pada usia ini mulai mengidentifikasi serta juga memahami emosi dasar seperti senang, sedih, marah, takut, serta juga kecewa. Mereka belajar untuk mengenali ekspresi wajah, bahasa tubuh, serta juga tanda-tanda non-verbal lainnya yang menunjukkan emosi tersebut. Misalnya, mereka mungkin menyadari bahwasanya ekspresi wajah yang sedih menandakan bahwasanya seseorang sedang sedih, sementara ekspresi wajah yang marah menandakan kemarahan.

Selanjutnya, para anak mulai mengembangkan pemahaman mengenai penyebab emosi. Mereka belajar bahwasanya peristiwa ataupun situasi tertentu dapalah memicu emosi tertentu pada diri mereka sendiri ataupun orang lain. Misalnya, mereka mungkin menyadari bahwasanya kehilangan mainan favorit mereka dapalah membuat mereka sedih, ataupun bahwasanya berbagi mainan dengan teman dapalah membuat mereka senang.

Selain itu, para anak pada usia ini juga mulai belajar mengenai kompleksitas emosi, seperti hubungan antara emosi yang berbeda serta juga perubahan emosi dari waktu ke waktu. Mereka mungkin menyadari bahwasanya seseorang dapalah merasa sedih terlebih dahulu kemudian menjadi marah, ataupun bahwasanya emosi seseorang dapalah berubah tergantung pada situasi ataupun lingkungan.

Dalam mengungkapkan emosi mereka sendiri, para anak mulai mempergunakan kata-kata untuk menjelaskan perasaan mereka dengan lebih spesifik. Mereka belajar untuk mengidentifikasi serta juga menyebutkan emosi mereka, serta menyusun kalimat

yang menggambarkan apa yang mereka rasakan. Misalnya, mereka mungkin mengatakan, "Saya senang dikarenakan mainan baru saya," ataupun "Saya sedih dikarenakan teman saya pergi."

Pemahaman anak mengenai emosi juga melibatkan kemampuan mereka untuk merespons emosi orang lain dengan empati serta juga pengertian. Melalui pengalaman sosial serta juga interaksi dengan orang lain, para anak belajar untuk mengenali perasaan orang lain serta juga memberikan dukungan emosional jika diperlukan.

Secara keseluruhan, pemahaman anak mengenai emosi mengalami perkembangan yang signifikan pada usia 5-6 tahun. Proses ini ialah bagian penting dari perkembangan emosional mereka serta juga memberikan dasar yang kuat untuk kesejahteraan mental serta juga sosial mereka di masa depan. Oleh dikarenakan itu, penting bagi orang tua serta juga pengasuh untuk memberikan dukungan serta juga bimbingan yang tepat didalam membantu para anak mengembangkan pemahaman yang sehat mengenai emosi mereka serta juga emosi orang lain.

## **5. Rekomendasi untuk Dukungan serta juga Intervensi**

Berikut ialah beberapa rekomendasi untuk dukungan serta juga intervensi yang dapat membantu didalam perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun:

- a. Promosikan Komunikasi Terbuka mengenai Emosi: Orang tua serta juga pengasuh perlu menciptakan lingkungan di mana para anak merasa nyaman untuk berbicara mengenai perasaan mereka. Mendorong komunikasi terbuka mengenai emosi membantu para anak mengidentifikasi serta juga mengungkapkan perasaan mereka dengan lebih baik.
- b. Berikan Contoh Perilaku yang Sehat: Orang tua serta juga pengasuh mempunyai peranan penting sebagai model didalam mengelola emosi. Menunjukkan cara yang sehat didalam mengatasi stres serta juga mengelola emosi yang kuat dapatlah menjadi contoh positif bagi para anak.
- c. Ajarkan Keterampilan Pengaturan Emosi: Melalui permainan, cerita, ataupun perbincangan, ajarkan para anak mengenai berbagai strategi untuk mengatasi emosi yang kuat. Ini termasuk bernapas dalam-dalam, mengalihkan perhatian, ataupun mempergunakan kata-kata untuk menyampaikan perasaan mereka.

- d. Berikan Dukungan Emosional yang Konsisten: Para anak membutuhkan dukungan emosional yang konsisten dari orang tua serta juga pengasuh mereka. Mendengarkan dengan empati, memberikan pujian, serta juga memberikan perhatian positif adalah membantu para anak merasa didengar serta juga diterima.
- e. Fasilitasi Interaksi Sosial yang Positif: Mendorong para anak untuk bermain dengan teman sebaya serta juga mengambil bagian didalam aktivitas sosial membantu mereka belajar mengenai empati, kerjasama, serta juga keterampilan sosial lainnya.
- f. Bimbing didalam Mengatasi Konflik: Ajarkan para anak mengenai cara yang sehat untuk menyelesaikan konflik dengan teman sebaya. Ajarkan mereka mengenai komunikasi yang efektif, berbagi, serta juga bekerja sama didalam menyelesaikan masalah.
- g. Beri Ruang untuk Ekspresi Kreatif: Aktivitas seperti melukis, mewarnai, ataupun bermain musik adalah menjadi cara yang baik bagi para anak untuk mengekspresikan emosi mereka dengan kreatif. Berikan mereka ruang untuk berekspresi dengan cara yang mereka sukai.
- h. Pantau serta juga Tanggapi Perubahan Perilaku: Penting untuk memantau perubahan perilaku yang mungkin menandakan kesulitan emosional pada para anak. Jika diperlukan, cari bantuan dari profesional kesehatan mental ataupun konselor untuk memberikan intervensi yang sesuai.

Dengan memberikan dukungan serta juga intervensi yang tepat, orang tua serta juga pengasuh adalah membantu para anak usia 5-6 tahun mengembangkan keterampilan pengaturan emosi yang sehat serta juga membangun fondasi yang kuat untuk kesejahteraan emosional mereka di masa depan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi serta juga wawancara mengenai pengaturan emosi, faktor lingkungan serta juga pengasuhan, interaksi sosial, serta pemahaman anak mengenai emosi pada usia 5-6 tahun di TK NURUL YAQIN dapat disimpulkan bahwasanya perkembangan emosional pada masa ini ialah proses yang kompleks serta juga dipengaruhi oleh berbagai faktor. Para anak pada rentang usia ini mulai menunjukkan kemampuan untuk mengidentifikasi, mengungkapkan, serta juga mengatur emosi mereka dengan lebih baik, baik melalui ekspresi verbal maupun non-verbal. Lingkungan keluarga serta juga interaksi sosial memainkan peranan penting didalam membentuk respons emosional para anak, dengan

dukungan emosional yang konsisten dari orang tua menjadi faktor yang sangat berpengaruh. Pemahaman anak mengenai emosi juga mengalami perkembangan, meskipun masih didalam tahap pembelajaran. Oleh dikarenakan itu, untuk mendukung perkembangan emosional yang sehat pada anak usia 5-6 tahun, penting bagi orang tua serta juga pengasuh untuk menciptakan lingkungan yang mendukung, memberikan dukungan emosional yang konsisten, memfasilitasi interaksi sosial yang positif, serta juga membantu para anak memahami serta juga mengelola emosi mereka dengan baik didalam berbagai situasi kehidupan sehari-hari.

## DAFTAR PUSTAKA

- Desvita, I., & Ismaniar, I. (2020). Hubungan Antara Perhatian Orangtua Dengan Perkembangan Moral Anak Usia 5-6 Tahun Di Korong Salisikan Nagari Sungai Buluah Timur Batang Anai. *SPEKTRUM: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 8(3), 377–387.
- Harahap, F. D. S., & Nasution, N. A. (2022). Analisis Dampak Menonton Serial Kartu Upin serta juga Ipin Terhadap Perkembangan Moral Agama Anak Usia 5-6 Tahun. *TANJAK: Journal of Education and Teaching*, 3(1), 39–56.
- Hasiana, I. (2020). peranan Keluarga didalam Pengendalian Perilaku Emosional pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Child Education Journal*, 2(1), 24–33.
- Irzalinda, V., Sofia, A., & Erika, A. L. (2022). Pentingnya Kelekatan Ibu didalam Membangun Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia 5–6 Tahun. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(1).
- Luthfia, M. (2020). peranan *Bimbingan Guru Pada Perkembangan Moral Anak Usia 5-6 Tahun Tk Di Aisyiyah Tanjung Bintang Lampung Selatan*. UIN Raden Intan Lampung.
- Maulinda, R., Muslihin, H. Y., & Sumardi, S. (2020). Analisis Kemampuan Mengelola Emosi Anak Usia 5-6 Tahun (Literature Riview). *Jurnal PAUD Agapedia*, 4(2), 300–313.
- Novayanty, A. A. (2021). Peningkatan Perilaku Moral Pada Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Penggunaan Metode Bercerita. *Instruksional*, 2(2), 128–136.
- Nurfazrina, S. A., Muslihin, H. Y., & Sumardi, S. (2020). Analisis kemampuan empati anak usia 5-6 tahun (literature review). *Jurnal PAUD Agapedia*, 4(2), 285–299.
- Nurhayati, S., Pratama, M. M., & Wahyuni, I. W. (2020). Perkembangan interaksi sosial didalam meningkatkan kemampuan sosial emosional melalui permainan congklak pada anak usia 5-6 tahun. *Jurnal Buah Hati*, 7(2), 125–137.
- Pujianti, R., Sumardi, S., & Mulyadi, S. (2021). Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun Selama Pembelajaran Jarak Jauh Di Raudhatul Athfal. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 117–126.

- Rahmawati, I. (2020). *Hubungan Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun di Era 4.0*. Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Raniyah, Q. (2022). peranan Digital Parenting terhadap Perkembangan Moral Anak Usia 5-6 Tahun di TK Bunda Pertiwi Marelan. *Journal On Teacher Education*, 3(3), 190–201.
- Ruza, M. (2023). *Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Perkembangan Moral Anak Usia 5-6 Tahun Di TK IT Permata Sunnah Kota Banda Aceh*. UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
- Safitri, S. M., Pangaribuan, T., & Ismiatun, A. N. (2023). Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Perkembangan Moral Anak Usia 5-6 Tahun Di TK ABA IV Kota Jambi. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 11534–11547.
- Sari, D. A., & Nurjanah, A. L. (2020). Hubungan game online dengan perkembangan emosional anak usia 5-6 tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 994–999.
- Septiana, D. A., & Syafrudin, U. (2022). Implementasi Pengembangan Moral Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(1), 17–30.
- Sugiyono. (2016). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta, 11.
- Shaleh, M. (2023). Pola Asuh Orang Tua didalam Mengembangkan Aspek Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 86–102.