



Membangun Sosial Emosi Anak di Usia 4-6 tahun



Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal
Kementerian Pendidikan Nasional
Tahun 2011

Milik Negara
Tidak Diperjualbelikan





Membangun Sosial Emosi Anak di Usia 4-6 tahun

**Ilman Saputra, SH
Alzena Masykouri, M. Psi**







PENTINGNYA MEMEHAMI PERKEMBANGAN ANAK

Tak terasa, saat ini anak sedang mempersiapkan diri untuk masuk ke lingkungan yang baru, yaitu lingkungan sekolah. Ini adalah momen berharga bagi anak karena ia akan memasuki dunia baru yang sangat menarik, juga bagi ibu–ayah karena bayinya sudah menjelma menjadi individu yang mandiri dan aktif dalam berbagai kegiatan.

Jika anak sudah mempersiapkan diri untuk menjadi manusia pembelajar, maka ia tidak akan mengalami kesulitan memasuki dunia sekolah. Meskipun ada beberapa kesulitan yang mungkin dihadapi, anak akan dapat mengatasinya. Asal anak mendapatkan bimbingan dan bantuan dari ibu – bapak untuk mengatasi perubahan besar di dalam hidupnya ini.

Buku berseri ini bertujuan agar ibu-bapak dapat memahami aspek perkembangan anak di enam tahun pertama



kehidupannya. Dengan pemahaman tersebut, diharapkan ibu-bapak dapat menyediakan lingkungan yang lebih baik dan menemani anak dalam mengembangkan kemampuannya.

Ada empat aspek perkembangan anak yang dibahas dalam serial buku ini, yaitu: aspek gerakan kasar dan gerakan halus, bahasa, kecerdasan, dan sosial-emosi. Setiap aspek perkembangan anak memiliki keterkaitan satu sama lain. Pemahaman yang menyeluruh dan seimbang akan lebih berguna dibandingkan hanya terpusat pada satu aspek saja.

Buku ini akan membahas mengenai aspek sosial emosi untuk anak usia 4 sampai 6 tahun. Di usia ini, anak sudah menunjukkan kemandiriannya dalam semua kegiatannya. Anak pun menunjukkan karakter, kekuatan, dan kelemahannya sebagai individu. Demikian juga dengan pola interaksinya. Ia tidak lagi bergantung kepada ibu-bapak. Anak sudah menjelma menjadi sosok yang berusaha mengatur segala sesuatunya secara mandiri.

Penting diingat oleh ibu-bapak, tujuan utama memahami tahap perkembangan anak adalah agar sebagai orangtua dapat melakukan perangsangan secara berdaya guna. Pelaksanaannya dapat dilakukan dengan berbagai cara yang bervariasi agar tujuan perangsangan tercapai.

Untuk itu, ibu-bapak dituntut memiliki banyak ide dalam menciptakan berbagai kegiatan yang mampu merangsang perkembangan anak. Contoh kegiatan yang ada di dalam buku ini dapat dikembangkan sesuai dengan keadaan masing-masing anak. Kegiatan itu juga mampu memberikan perangsangan pada beberapa aspek dan bermanfaat bagi perkembangan kemampuan anak.





Di dalam pembahasan mengenai aspek sosial emosi, buku ini akan memberikan contoh perangsangan dan kemampuan yang dapat dikuasai anak pada usia tertentu. Penjelasan tersebut tidak bersifat kaku atau suatu keharusan. Ingatlah bahwa setiap anak adalah unik dan hasil dari perangsangan dapat berbeda antar anak.

Hindari memaksa anak melakukan kegiatan yang barangkali belum dikuasainya. Apalagi membandingkan dengan anak lain yang seusia dengan anaknya. Bila anak belum dapat melakukan kegiatan perangsangan atau terlihat belum tertarik, cobalah lagi beberapa kali dengan diberi rentang waktu.



PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSI PADA USIA 4 – 6 TAHUN

Karakter yang ditunjukkan oleh anak makin terlihat pada usia ini. Ibu – bapak akan makin menyadari dan memahami kepribadian anak yang sebenarnya. Hal penting yang harus diingat adalah ibu – bapak bukan harus mengubah kepribadian anak. Ibu –bapak hendaknya membantu anak untuk menyesuaikan sikapnya dengan lingkungan yang dihadapi. Contohnya, menjadi anak yang memiliki keinginan kuat adalah sikap yang positif. Namun, bila semua keinginannya harus dipenuhi tanpa pandang situasi, tentu membuat orang lain merasa tidak nyaman. Anak harus belajar mengelola keinginannya agar tetap sesuai dengan keinginannya dan tidak membuat orang lain terganggu.

Ini berarti ibu dan bapak harus menerima anak apa adanya. Terimalah anak dengan semua keunikan yang ada





pada dirinya sehingga ia menjadi seorang yang istimewa. Mengubah kepribadian bukanlah suatu perkara mudah, tetapi membantu anak untuk dapat mengembangkan kekuatan atau sisi positifnya akan jauh lebih memungkinkan. Anak membutuhkan dukungan dan panduan ibu dan bapak untuk memenuhi potensi sosial emosinya, bukan keberatan atau kritikan. Kebutuhan dasarnya untuk dicintai dan dihargai oleh ibu dan bapaknya masih sangat kuat. Ia ingin merasa diterima oleh ibu-bapak.

Ibu-bapak mungkin berpendapat bahwa anaknya adalah luar biasa. Kondisi ini sangat menguntungkan bagi anak karena merupakan dasar bagi harga diri dan percaya dirinya. Perasaan ini didapatkan anak dari reaksi yang mereka dapatkan dari lingkungannya. Itulah sebabnya jika hasil gambar anak dianggap jelek, misalnya, maka ia akan merasa sedih atau marah. Anak ingin dihargai.

Kelak perasaan akan kemampuan yang dimiliki ini akan sangat berguna ketika anak memasuki lingkungan sekolah. Anak yang percaya diri dan memiliki pengetahuan mengenai kemampuan dirinya akan memasuki sekolah dengan rasa senang. Sebaliknya, anak yang ragu-ragu biasanya akan merasa khawatir dan ketakutan akan apa yang terjadi di kelas.

Di usia ini, pola pertemanan dan hubungan anak sudah lebih stabil. Anak sudah memahami adanya aturan, tidak hanya ketika bermain, tetapi juga dalam perilakunya di rumah. Anak ingin agar perilakunya dapat diterima oleh ibu dan bapak. Coba amati, anak menjadi lebih luwes berinteraksi bersama orang dewasa lain dan dapat bercakap-cakap lebih panjang



dengan ibu-bapaknya.

Hubungannya bersama teman-teman, baik di sekolah atau di lingkungan rumah, sangat penting. Anak belajar memahami dirinya sendiri, keterampilan sosial dan pertemanannya berkembang dari interaksi bersama teman-teman sebayanya. Jika anak mengajak teman-temannya untuk bermain bersama di rumah, ajak anak untuk merencanakan secara garis besar permainan apa saja yang akan mereka lakukan.

Salah satu topik yang berkaitan dengan sosial emosi adalah disiplin. Ibu-bapak harus ingat bahwa tujuan dari disiplin bukan untuk mengendalikan anak, tetapi untuk mengajarkan kepadanya mengenai aturan yang harus dilakukan. Ketika berdiskusi dengan anak mengenai perilakunya, jelaskan alasan dari aturan yang sudah ibu-bapak tetapkan. Misalnya, pergi tidur jam 8 malam agar anak bangun pagi dengan segar. Anak sudah cukup memahami alasan-alasan dari semua aturan yang ada. Anak pun akan mengikuti aturan dengan senang hati.





PERANGSANGAN SOSIAL EMOSI USIA 4 – 5 TAHUN

Ibu-bapak dapat membantu anak untuk menjadi pemikir yang mandiri, tidak selalu mengikuti kata-kata temannya tanpa memiliki ide sendiri. Ibu-bapak dapat mengembangkan karakter ini dengan melibatkan anak dalam pilihan yang sederhana. Misal, memilih mainan yang ingin dimainkan, pakaian yang ingin dikenakan, atau panganan apa yang ingin dimakannya. Tentu saja, ini bukan berarti ibu-bapak harus setuju dengan semua pilihannya. Setidaknya, ibu-bapak memberikan kesempatan bagi anak untuk menentukan keputusannya sendiri.

Teknik lain yang dapat digunakan agar anak dapat merencanakan kegiatannya adalah memberikan keluwesan pada kegiatan rutinitasnya. Rutinitas harian sangat penting bagi anak. Namun, orangtua dapat mempertimbangkan ketika



anak mampu memberikan alasan untuk mengatur rutinitasnya secara berbeda. Misalnya, ketika sore hari, biasanya anak harus mandi sore terlebih dahulu sebelum boleh bermain sepeda di luar rumah. Suatu hari, ia mengajukan usul untuk mandi setelah bermain sepeda. Alasannya, agar tubuhnya menjadi lebih bersih dan segar setelah bermain.

Anak akan sangat bahagia dan terlatih percaya dirinya jika ibu-bapak memberikan kebebasan dalam menentukan pilihan. Beri kesempatan pada anak untuk menentukan pakaian yang akan dikenakan atau makanan yang akan anak bawa ke sekolah. Dengan demikian anak akan berlatih untuk mengambil keputusan dan teguh dengan pilihannya.

Jika keputusan yang diambil bertentangan dengan ibu-bapak, jangan khawatir. Minta anak untuk menjelaskan alasannya. Dengan melakukan dialog, ibu-bapak melatih anak untuk berpikir. Rasa percaya dirinya akan meningkat bila anak menemukan jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi. Bimbingan dari ibu-bapak sebagai orangtua akan sangat membantu anak mengarahkan pola pikirnya dan melakukan pertimbangan terhadap segala pilihan yang ada.

Kegiatan yang dapat dilakukan:

- Berlatih mengenalkan diri. Latihan ini dapat dilakukan di rumah, bisa dengan menggunakan mainan (main pura-pura) atau bermain drama. Ibu-bapak dapat ikut serta bermain bersama anak. Ajarkan pada anak kalimat sederhana seperti, “Hai, namaku Iwan. Kita main bersama yuk?” Cobalah dengan beberapa situasi berbeda. Tugas penting ibu-bapak, memberikan kesempatan pada





anak untuk melatih kemampuannya di situasi yang sebenarnya.

- Dukung keinginannya. Anak pasti memiliki keinginan yang disampaikan kepada ibu-bapaknya. Bila anak mengatakan ingin mainan tertentu, bantu anak untuk menabung agar dapat membeli mainan yang diinginkan. Bila anak mengatakan ingin menjadi pelari yang cepat, ibu-bapak dapat mendukung keinginannya dengan rutin berlatih di pagi atau sore hari. Selain itu, berikan makanan tambahan agar anak tumbuh sehat. Apa pun yang ibu-bapak lakukan untuk mendukung keinginannya akan meningkatkan rasa percaya dirinya. Bantu anak agar lebih bersemangat untuk meraih tujuannya.



PERANGSANGAN SOSIAL EMOSI USIA 5 – 6 TAHUN

Jika ibu-bapak membandingkan perkembangan sosial emosi anak dengan tahapan usia sebelumnya, akan terlihat bahwa saat ini anak tampak matang. Anak lebih percaya diri, punya banyak teman, bisa bercakap-cakap dengan orang dewasa secara nyaman, dan dipenuhi oleh semangat dan antusiasme.

Di usia ini pula seharusnya anak sudah dapat untuk mengatur dirinya sendiri. Misalnya, mengenakan dan melepas pakaiannya sendiri, mencuci tangan, membersihkan diri di kamar mandi, dan bahkan merapikan pakaiannya. Kegiatan bantu diri yang ditampilkan oleh anak juga akan berkembang menjadi kemampuan makan sendiri dan membereskan peralatan yang telah digunakan.

Kegiatan kemandirian seperti itu sangat penting bagi anak





untuk persiapannya dalam memasuki sekolah. Bukan tidak mungkin, nanti di sekolah anak harus berganti baju setelah berolahraga, misalnya. Anak juga harus mempersiapkan buku-bukunya untuk kegiatan di sekolah pagi harinya.

Ajak anak untuk membicarakan mengenai sekolah. Ibu-bapak akan mendengar bagaimana pandangannya mengenai sekolah. Cobalah untuk membayangkan kegiatan apa saja yang menjadi tantangan bagi anak, misalnya bertemu dengan teman baru atau bertanya kepada guru.

Lakukan latihan mengenai aktivitas tersebut sehingga ia menjadi percaya diri ketika memasuki ruangan kelas. Usahakan untuk tidak membuatnya cemas dengan segala larangan dan pesan-pesan. Buatlah semua aktivitas ini menyenangkan bagi anak. Ibu-bapak juga dapat mengenalkan anak pada teman-teman yang juga akan pergi ke sekolah yang sama. Dengan demikian anak tidak akan merasa terlalu asing karena sudah ada anak yang dikenalnya.

Kegiatan yang dapat dilakukan:

- **Kunjungi sekolah yang baru bersama anak.** Jika ibu-bapak sudah memilihkan sekolah yang sesuai dengan anak, ajak anak untuk mengunjungi calon sekolahnya. Ia dapat melihat semua fasilitas yang ada dan juga bertemu dengan calon gurunya. Anak pun akan melihat bagaimana siswa-siswa di sekolah itu berhubungan dan merasakan suasana penuh keriangannya di sekolah.
- **Kemandirian.** Pada usia ini harusnya anak sudah dapat melaksanakan kegiatan bantu dirinya secara mandiri. Ia sudah dapat melepas dan mengenakan pakaian, juga

bertanggung jawab terhadap barang-barang pribadinya. Beri kesempatan anak untuk berlatih agar kegiatan yang dilakukannya menjadi sempurna.

- **Latih anak untuk bersikap asertif, bukan agresif.** Anak harus dapat mempertahankan pendapat atau sikapnya tanpa melakukan kekerasan. Jelaskan bahwa ia dapat mengatakan, “tidak” pada orang lain dengan tetap tenang. Lakukan latihan-latihan agar anak dapat melakukannya dengan tepat. Ibu-bapak hendaknya dapat memberikan contoh bersikap tenang dan tidak menunjukkan ketidaksetujuan ibu-bapak dengan cara kekerasan.





PESAN UNTUK IBU-BAPAK

Dengan lingkungan pergaulan yang makin luas, saat ini anak sudah tampil dengan kemampuannya sendiri dan tidak lagi bergantung pada ibu-bapak. Jika ibu-bapak memiliki kepercayaan pada kemampuan anak, maka ia akan mengembangkan rasa percaya dirinya dalam melakukan setiap kegiatannya. Hasilnya pun akan optimal karena dengan kepercayaan dirinya anak dapat berusaha untuk memberikan hasil yang terbaik untuk kepuasan dirinya. Kondisi ini tentu saja akan memberikan dampak pada perkembangan aspek psikologis anak yang lain. Ia tidak akan segan untuk belajar berbagai hal yang baru karena yakin akan kemampuannya.

Terkadang, anak merasa cemas akan kegiatan yang akan dilaksanakannya di sekolah. Bayangan mengenai kegiatan belajar mengajar yang tidak menyenangkan seringkali membuat anak enggan untuk ke sekolah. Untuk itu tumbuhkan



keyakinan anak bahwa ia akan baik-bak saja. Jelaskan bahwa sekolah akan sangat menyenangkan dan anak akan dapat mengikuti semua aktivitas di sekolah. Bantu anak untuk mengembangkan sikap positif di sekolah agar ia bersemangat dan percaya diri.





Daftar Istilah

1. Antusiame adalah minat besar terhadap sesuatu.

Sumber Bacaan :

- Beyond Toddlerdom : Keeping five to twelve year olds on the rails, oleh Vermilion C, Penerbit : Green, Tahun 2000
- Bright Start oleh R. C. Woolfson, Penerbit : Hamlyn, Tahun 2003
- Child Development and Education, oleh Teresa M. McDevitt dan Jeanne Ellis Ormrod, Penerbit : Merril Prentice Hall, Tahun 2002
- Guide to Understanding Your Child : Healthy Development from Birth to Adolescence, oleh Linda. C Mayes dan Donald J. Cohen, Penerbit : Little Brown, Tahun 2002.
- Teach Your Child : How to discover and enhance your child's potential oleh Mirriam Stoppard, Penerbit : Kindersley, Tahun 2001.
- Your Child's Development : from birth to adolescence, oleh Richard Lansdown. Marjorie Walker, Penerbit : Frances Lincoln, Tahun 1996.







Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal
Kementerian Pendidikan Nasional
Tahun 2011