

Peran Orang Tua dalam Mengelola Emosi Anak Usia Dini melalui Bermain

Nadiatulfath¹, Euis Kurniati²

¹ Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

² Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

¹ nadiatulfath@upi.edu, ² euiskurniati@upi.edu

INFO ARTIKEL Diterima: 13/06/2024; Direvisi: 19/06/2024; Disetujui: 25/06/2024

ABSTRAK

Penelitian ini membahas pentingnya peran orang tua dalam mengelola emosi anak usia dini melalui kegiatan bermain. Hal ini berkaitan dengan emosi anak yang berkembang dengan baik berperan penting dalam interaksi sosial dan kemampuan merespons situasi secara efektif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi orang tua dalam mendukung perkembangan emosional anak melalui bermain. Pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur digunakan untuk menganalisis berbagai penelitian terdahulu. Data dikumpulkan dari jurnal ilmiah dan laporan penelitian yang relevan, diterbitkan dalam 10 tahun terakhir, menggunakan kata kunci yang relevan. Analisis dilakukan melalui metode analisis konten untuk mengidentifikasi peran orang tua, kegiatan bermain, dan strategi dalam mengelola emosi anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan aktif orang tua dalam bermain dapat meningkatkan kesejahteraan emosional anak, mengembangkan keterampilan sosial, dan memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa peran orang tua yang responsive dan keterlibatan aktif dalam kegiatan bermain dapat membantu anak-anak mengelola emosi dengan lebih efektif, yang penting untuk perkembangan emosional mereka sepanjang hidup.

KATA KUNCI

Perkembangan Emosional;
Orang Tua;
Anak Usia Dini;
Kegiatan Bermain

ABSTRACT

The ability to communicate in language is the initial capital for teachers and students to interact. Aspects of language development are important things that must be stimulated from an early age. With the presence of language, we can convey ideas, feelings, thoughts, or information in early childhood. But in general, early childhood still has difficulty in terms of listening to orders from teachers. This factor is the lack of creativity of teachers in schools to provide stimulus to early childhood and language skills that are most important in today's era. The purpose of this study was to improve early childhood receptive language skills through snakes-and-ladders games. The method used in this research is descriptive-qualitative. The research subjects were Group A students, with sampling. Data collection was obtained through observation, interviews, and documentation—data analysis using data reduction, data presentation, and conclusion drawing. Data collection was obtained through observation, interviews, and documentation. The results showed that game snakes and ladders can improve early childhood receptive language. Four students' ability to speak well after participating in the activity increased by eight students who knew their language developed very well at the end of the observation.

KEYWORDS

Emotional Development;
Parents;
Early Childhood;
Play Activities

PENDAHULUAN

Pada usia dini, anak-anak dapat diperkenalkan dan memahami gejala-gejala sosial dan emosional, yang membantu mereka dalam mengembangkan kesadaran emosional (Gunawan & Hoerudin, 2022). Emosi adalah fenomena psiko-fisiologis yang mempengaruhi persepsi, sikap, dan perilaku seseorang, serta dapat diamati melalui berbagai ekspresi khusus (Karisma et al., 2020). Perkembangan emosional juga merupakan kemampuan untuk mengelola, mengatur, dan mengendalikan emosi (DHIU & FONON, 2022). Kemampuan emosional anak memiliki peran krusial dalam interaksi sosial dengan teman sebaya dan orang dewasa yang memungkinkan mereka untuk merespons

situasi dengan lebih tepat dan efektif (Campbell et al., 2016). Dengan demikian, masalah-masalah pada remaja seperti putus sekolah, kenakalan, dan perilaku antisosial sering kali terkait dengan perilaku anak usia dini (Syahreni, 2021). Ketika anak-anak lebih siap secara sosial dan emosional untuk memulai sekolah formal, mereka cenderung beradaptasi lebih baik, memiliki sedikit masalah pada perilaku, tingkat kejahatan yang lebih rendah, serta tingkat kelulusan dan pekerjaan yang lebih tinggi (Jeon et al., 2019). Melalui perkembangan emosionalnya, anak akan belajar memahami dan mengenali norma-norma serta cara kerja lingkungan dan orang-orang disekitarnya (Maghfiroh et al., 2020). Oleh karena itu, memahami cara efektif untuk membantu anak-anak mengelola emosi mereka sejak dini adalah hal yang sangat penting.

Seiring dengan peran penting dalam kehidupan sehari-hari, orang tua adalah model utama bagi anaknya. Hal ini karena anak usia dini cenderung meniru perilaku orang tuanya, baik itu dalam hal berbicara, bertindak, atau menanggapi situasi tertentu. Anak-anak lebih mudah mempelajari hal-hal baru dengan mengamati perilaku orang tua atau lingkungan sekitar mereka (Irmalia, 2020). Pendampingan yang intensif pada anak usia dini sangat penting untuk mendukung perkembangan mereka secara menyeluruh. Salah satu cara efektif untuk melakukan pendampingan ini adalah melalui kegiatan bermain yang tidak hanya berfungsi sebagai hiburan tetapi juga sebagai sarana penting dalam pengembangan emosional anak (Harianja et al., 2023; Lubis, 2019b; Safita & Eliza, 2022). Selain itu, bermain adalah metode eksplorasi dan eksperimen dengan lingkungan sekitar sehingga anak dapat menentukan sesuatu dari pengalaman dalam bermain (Siregar, Simatupang, Harahap, Yus, & Simaremare (2022). Dengan bermain, anak dapat diberikan rangsangan dalam berbagai tugas perkembangannya, dan juga membentuk pondasi yang kuat untuk mengatasi tantangan di masa depan (Nurhayati et al., 2021)

Melalui berbagai studi, penelitian sebelumnya telah menunjukkan pentingnya peran orang tua dalam mendampingi anak melalui kegiatan bermain. Kecerdasan emosional anak dapat dikembangkan melalui identifikasi, pemrosesan, dan pengaturan emosi dalam berbagai situasi bermain (Maulinda et al., 2020). Orang tua yang responsif terhadap emosi anak selama bermain dapat membantu anak merasa didengar, dipahami, serta membimbing anak dalam memahami dan mengelola emosinya (Listyaningrum, 2022). Anak-anak sering mengalami perkembangan emosional yang cepat, yang dapat diobservasi melalui ekspresi marah, ketakutan, atau perasaan iri (Mintarsih, 2013). Selain itu, terdapat beberapa strategi bagi orang tua untuk mengajarkan anak dalam mengelola emosi (Khodijah et al., 2023). Walaupun penelitian-penelitian ini telah memberikan wawasan yang berharga tentang peran orang tua dalam perkembangan emosional anak melalui kegiatan bermain, masih terdapat kesenjangan pengetahuan yang perlu diidentifikasi. Penelitian-penelitian terdahulu seringkali memisahkan aspek-aspek peran orang tua dan kegiatan bermain tanpa mengaitkannya secara mendalam.

Untuk mengatasi kesenjangan tersebut, penelitian ini menawarkan pendekatan baru dengan mengintegrasikan peran orang tua dalam kegiatan bermain sebagai strategi utama dalam mengelola emosi anak. Pendekatan ini tidak hanya melihat peran bermain dari perspektif perkembangan emosional, tetapi juga bagaimana orang tua dapat secara aktif memanfaatkan kegiatan bermain untuk mengajarkan anak keterampilan mengelola emosi.

Lebih jauh lagi, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi strategi yang dilakukan oleh orang tua dalam mengelola emosi anak melalui kegiatan bermain. Secara spesifik, penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mengkaji dampak kegiatan bermain terhadap kesejahteraan emosional anak, (2) menjelaskan hubungan antara keterlibatan orang tua dan kemampuan mengelola emosi anak, (3) menyediakan panduan praktis bagi orang tua dalam menerapkan strategi pengelolaan emosi anak melalui kegiatan bermain.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur untuk mengkaji berbagai hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan topik strategi orang tua dalam mengelola emosi anak melalui kegiatan bermain. Populasi penelitian mencakup semua literatur yang relevan, dengan sampel yang diambil dari jurnal-jurnal ilmiah, laporan penelitian, yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir. Data dikumpulkan melalui penelusuran literatur menggunakan database akademik seperti *Google Scholar* dengan kata kunci Peran Orang Tua, Bermain Anak Usia Dini, Perkembangan Sosial Emosional, Kecerdasan Emosi, Anak Usia Dini, dan Strategi Orang Tua.

Dalam metodologi ini, terdapat 15 artikel yang dijadikan sumber utama informasi. Kerangka analisis dikembangkan untuk menilai dan mengkategorikan informasi berdasarkan aspek-aspek seperti peran orang tua, kegiatan bermain, dampaknya terhadap perkembangan emosional, dan strategi efektif dalam mengelola emosi anak. Data dianalisis menggunakan metode analisis konten yang mencakup pengumpulan, reduksi, kategorisasi, interpretasi, dan sintesis data.

Peneliti berperan aktif dalam seluruh proses penelitian untuk memastikan relevansi dan akurasi data. Meski informan tidak terlibat secara langsung, pandangan dan temuan dari berbagai peneliti sebelumnya digunakan sebagai sumber informasi utama. Penelitian dilakukan di lokasi dengan akses ke berbagai database akademik dan berlangsung selama sebulan. Keabsahan hasil penelitian dijaga melalui triangulasi sumber, untuk memastikan transparansi dan reproduktibilitas penelitian. Melalui metodologi ini, penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam memahami strategi orang tua dalam mengelola emosi anak melalui kegiatan bermain serta memberikan panduan praktis bagi orang tua dalam mendukung perkembangan emosional anak-anak mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dampak Kegiatan Bermain terhadap Kesejahteraan Emosional Anak

Dampak kegiatan bermain terhadap kesejahteraan emosional anak menjadi hal yang penting dalam perkembangan holistik anak. Berikut adalah dampak kegiatan bermain terhadap kesejahteraan emosional anak.

1. Mengekspresikan emosi secara bebas

Kegiatan bermain memberikan anak kesempatan untuk mengungkapkan emosi anak dengan bebas dan tanpa hambatan. Dalam lingkungan yang santai dan terbuka, anak-anak merasa lebih nyaman untuk mengekspresikan perasaannya, baik itu kegembiraan, kekhawatiran, atau ketakutan. Sehingga membantu anak mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang emosinya dan belajar bagaimana mengatasi emosi negatif. Selaras dengan penelitian (Lubis, 2019a) dengan bermain, anak dapat meningkatkan kesadaran emosinya dengan cara memperkenalkan berbagai jenis perasaan, mengenal perubahan emosi, dan membangun kepercayaan diri. Selain itu, melalui bermain anak juga dapat mengembangkan kemampuan sosialnya, untuk menjalin hubungan dengan anak lain, berperilaku sesuai norma sosial, menyesuaikan diri dengan teman sebaya, memahami perilakunya sendiri, dan menyadari bahwa setiap tindakan memiliki konsekuensi.

2. Mengembangkan keterampilan sosial

Selama bermain, anak-anak belajar berinteraksi dengan orang lain, berbagi, bekerja sama, dan memahami perspektif orang lain. Kegiatan bermain kelompok khususnya memberikan kesempatan bagi anak usia dini untuk mempraktikkan keterampilan sosial yang terstruktur namun menyenangkan. Sehingga membantu membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya dan mengembangkan empati terhadap orang lain. Pernyataan

ini diperkuat oleh penelitian Ckurnia (2018) melalui kegiatan bermain telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial anak. Penggunaan kegiatan bermain telah terbukti mampu memperkuat keterampilan sosial anak, seperti kemampuan berkomunikasi, bekerja sama, dan memahami perspektif orang lain. Namun, dalam rangka mengoptimalkan pengembangan anak secara holistik, orang tua juga perlu mencari cara yang juga dapat merangsang kegiatan berpikir kritis, kreativitas, dan kemandirian.

3. Meningkatkan kesejahteraan sosial

Bermain adalah cara yang efektif bagi anak-anak untuk merasa senang, bahagia, dan puas. Ketika orang tua terlibat dalam kegiatan yang anak lakukan, anak merasa lebih percaya diri dan lebih bahagia secara keseluruhan. Kesenangan tersebut menghasilkan peningkatan kesejahteraan emosionalnya, yang pada gilirannya dapat memengaruhi suasana hati, tingkat stres, dan kebahagiaan anak secara keseluruhan.

4. Pengalaman belajar yang menyenangkan

Bermain juga merupakan bentuk pembelajaran yang menyenangkan bagi anak-anak. Ketika anak merasa senang dan terlibat dalam kegiatan yang anak lakukan, anak cenderung lebih terbuka untuk menyerap dan mengolah informasi baru sehingga pembelajaran yang terjadi melalui bermain memiliki dampak yang lebih besar pada perkembangan emosional anak.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan bermain memiliki dampak yang positif dalam meningkatkan mengelola emosi anak. Oleh karena itu, memastikan bahwa anak-anak memiliki waktu yang cukup untuk bermain dan akses yang memadai ke lingkungan bermain yang aman dan mendukung sangat penting untuk mendukung kesejahteraan emosionalnya (Hidayah et al., 2022; Ismaiyah, 2022; Maghfiroh et al., 2020).

Hubungan Antara Keterlibatan Orang Tua dan Kemampuan Mengelola Emosi Anak

Anak-anak memerlukan banyak bantuan dari keluarga dan arahan dari orang dewasa untuk membantu anak memahami cara mengatasi perasaannya (Rahiem, 2023). Keterlibatan orang tua dalam kehidupan anak dapat memengaruhi kemampuan anak dalam mengatur emosi. Orang tua yang aktif secara emosional, responsif terhadap perasaan anak, dan memiliki komunikasi yang terbuka cenderung memiliki anak-anak yang lebih baik dalam mengelola emosinya. Hal ini disebabkan karena anak-anak belajar melalui contoh dan interaksi langsung dengan orang tuanya. Argumen ini diperkuat oleh Nasution & Septiani (2017) bahwa sejak usia dini, kemampuan mengatur emosi dikembangkan oleh keluarga, terutama orang tua. Peran orang tua sangat signifikan dalam memberikan contoh, membimbing, dan menjelaskan nilai-nilai serta norma yang berlaku dalam masyarakat kepada anak-anaknya.

Selain itu, orang tua berperan sebagai model bagi anak-anak dalam cara orang tua mengelola emosi. Ketika orang tua menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengatasi stress mengelola emosi negatif, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang sehat, anak-anak cenderung meniru perilaku tersebut. Dengan demikian, keterlibatan orang tua yang positif dapat membantu membentuk pola regulasi emosi yang efektif pada anak-anak. Selaras dengan pendapat (Putra, 2020) yang menyatakan bahwa peran orang tua bukan hanya tentang memberi makan, mendidik, dan memberikan perlindungan fisik. Melainkan orang tua juga bertanggung jawab atas pembentukan karakter anak-anak, terutama dalam hal bagaimana anak berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, perlunya kesadaran orang tua akan perannya sebagai model dan mentor bagi anak-anaknya, serta pentingnya memperhatikan perilaku dan ekspresi emosional yang mereka tunjukkan di hadapan anak-anak.

Keterlibatan orang tua yang aktif dalam mendukung pembelajaran emosi anak juga dapat memperkuat kemampuan mengelola emosi. Melalui komunikasi yang terbuka dan mendalam tentang emosi, orang tua dapat membantu anak-anak untuk mengidentifikasi, memahami, dan mengelola perasaannya dengan baik sehingga anak-anak untuk mengembangkan keterampilan regulasi emosi yang penting dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Vienlencia (2021) kemampuan seseorang dalam mengelola emosi memiliki peran penting dalam menghadapi proses belajar. Kemampuan tersebut menjadi salah satu kekuatan yang memungkinkan individu mencapai tujuan dan meraih hasil belajar yang maksimal. Selain itu, kemampuan individu dalam mengelola emosi juga dapat mendukung anak dalam menyelesaikan berbagai masalah yang terkait dengan pendidikan, termasuk kesulitan belajar dan tantangan lainnya. Dari analisis tersebut, disimpulkan bahwa memberikan pemahaman yang mendalam tentang pentingnya pengembangan kemampuan mengelola emosi. Dengan demikian, orang tua diharapkan dapat memberikan dukungan dan bimbingan yang tepat dalam membantu individu mengembangkan kemampuan ini, sehingga anak dapat meraih kesuksesan dalam proses pembelajaran dan menghadapi berbagai tantangan yang mungkin timbul.

Keterlibatan orang tua dalam menciptakan lingkungan keluarga yang hangat, stabil, dan mendukung juga berkontribusi pada kemampuan mengelola emosi anak. Lingkungan yang penuh kasih, dengan aturan yang jelas dan konsistensi dalam memberikan dukungan emosional, memberikan fondasi yang kuat bagi perkembangan keterampilan mengelola emosi yang baik pada anak-anak. Argumen ini diperkuat oleh Vienlencia (2021) keterampilan mengelola emosi berperan dalam keberhasilan akademik seseorang. Kemampuan untuk mengelola emosi membantu individu untuk tetap fokus, mengatasi tantangan, dan menghadapi tekanan yang mungkin muncul selama proses pembelajaran. Dengan demikian, individu yang mampu mengatur emosinya dengan baik cenderung memiliki kinerja akademik yang lebih baik dan mampu menghadapi berbagai situasi belajar dengan lebih efektif.

Dalam keseluruhan, keterlibatan orang tua memiliki hubungan yang kuat dengan kemampuan mengelola emosi anak. Melalui interaksi emosional yang baik, dukungan emosional yang konsisten, dan komunikasi yang terbuka tentang emosi, orang tua dapat membantu membentuk pola regulasi emosi yang efektif pada anak-anak. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk aktif terlibat dalam kehidupan emosional anak, karena hal ini berdampak besar pada kesejahteraan dan perkembangan anak.

Strategi Orang Tua dalam Mengelola Emosi Anak melalui Kegiatan Bermain

Orang tua adalah model utama bagi anaknya. Anak usia dini cenderung meniru perilaku orang tuanya, baik itu dalam hal berbicara, bertindak, atau menanggapi situasi tertentu. Dalam keluarga, peran orang tua memiliki kepentingan besar karena sebagian besar waktu anak dihabiskan dalam lingkungan keluarga, terutama bagi anak yang masih di bawah pengasuhan atau berada dalam usia sekolah dasar. Peran seorang ibu, khususnya memiliki pengaruh yang baik dalam hal ini (Ruli, 2020). Anak usia rentang 0-6 tahun memerlukan pendampingan yang sangat penting untuk mendukung perkembangannya secara menyeluruh. Pendampingan yang dilakukan untuk mendukung perkembangannya bisa dilakukan dengan cara bermain.

Kegiatan bermain bukan hanya sekadar hiburan saja bagi anak usia dini, tetapi juga merupakan sarana penting dalam pengembangan emosionalnya. Melalui bermain, anak belajar mengenali, mengungkapkan, dan mengatur emosinya. Kecerdasan emosional yang disebutkan oleh Maulinda (2020) adalah kapasitas untuk mengidentifikasi, memproses, dan mengatur emosi sehingga anak dapat memberikan tanggapan yang positif terhadap situasi yang memicu berbagai emosi tersebut.

Dalam konteks peran orang tua, orang tua yang responsif terhadap emosi anak selama bermain akan membantu anak merasa didengar dan dipahami. Orang tua dapat menanggapi secara positif ekspresi emosi anak, seperti kesedihan, kegembiraan, atau kekecewaan, dan membimbing anak dalam memahami dan mengelola emosi tersebut. Memberikan rangsangan melalui aktivitas bermain yang sederhana oleh orang tua di rumah akan membantu anak mengembangkan keterampilan mengelola emosi anak. Bermain sambil belajar adalah sebuah konsep dimana anak tidak hanya belajar, tetapi juga mengalami pengalaman belajar yang memungkinkan anak mengembangkan aspek perkembangannya (Listyaningrum, 2022).

Pada tahap awal masa kanak-kanak, emosi umumnya mengalami pertumbuhan yang cepat. Proses perkembangannya bisa terjadi melalui pembelajaran langsung atau tidak langsung, dimulai dari perhatian terhadap lingkungan, pengalaman baru, atau peristiwa tertentu yang dialami oleh anak. Sering kali tercermin dalam ekspresi marah yang kuat ketika keinginan mereka tidak terpenuhi, ketakutan yang mendalam, atau perasaan iri terhadap saudara kandung, teman, atau rekan sebaya (Mintarsih, 2013). Strategi yang dilakukan oleh orang tua dapat memanfaatkan waktu bermain dengan anak sebagai kesempatan untuk memperkuat hubungan emosional dan membimbing anak dalam mengelola emosi. Selama bermain, orang tua dapat mengajarkan strategi pengaturan diri, seperti bernapas dalam-dalam saat marah atau mencari solusi saat menghadapi konflik.

Dalam mengelola emosi melalui bermain, menurut Khodijah (2023) ada strategi untuk mengajarkan anak untuk mengelola emosi yang dapat dilakukan melalui beberapa langkah. Pertama, ajarkan anak untuk memahami cara mengendalikan diri. Kedua, bimbing anak untuk mengekspresikan perasaannya dengan sehat. Ketiga, berikan pujian pada anak saat mereka berhasil mengatasi emosi negatif. Keempat, berikan contoh perilaku yang baik sebagai teladan bagi anak. Dengan menerapkan strategi ini secara konsisten, orang tua dapat menciptakan lingkungan yang mendukung bagi anak-anak mereka untuk belajar dan berkembang secara emosional melalui kegiatan bermain. Melalui interaksi positif ini, anak-anak dapat memperoleh keterampilan yang diperlukan untuk mengelola emosi mereka dengan lebih efektif dalam berbagai situasi kehidupan.

Selain itu, kegiatan bermain yang kreatif, seperti bermain peran, lukisan, atau membuat kerajinan tangan, dapat menjadi cara yang efektif untuk anak mengekspresikan emosi anak. Orang tua dapat mendukung anak-anak dalam mengeksplorasi berbagai bentuk ekspresi kreatif ini sebagai cara untuk mengungkapkan dan memahami perasaan anak. Selaras dengan pendapat (Hasdiana, 2018) kegiatan bermain berperan dalam pembangunan keterampilan sosial dan emosional anak-anak. Melalui permainan bersama, anak-anak dapat memperoleh pengalaman dalam bekerja sama, berbagi, dan menghargai pendapat orang lain. Anak juga dapat belajar untuk mengatur emosinya, seperti menghadapi rasa frustrasi saat menghadapi tantangan dalam permainan. Sehingga kegiatan bermain menjadi bagian integral dalam perkembangan holistik anak-anak, tidak hanya secara emosional, tetapi juga secara sosial.

Penerapan strategi tersebut dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari yang memerlukan kesabaran, konsistensi, dan pemahaman yang mendalam tentang kebutuhan dan kecenderungan emosional anak. Orang tua perlu terlibat secara aktif dalam kegiatan bermain anaknya, memberikan dukungan emosional yang tepat, dan menjadi contoh yang baik dalam mengelola emosi.

Dengan demikian, strategi orang tua dalam mengelola emosi anak melalui kegiatan bermain merupakan aspek penting dalam mendukung perkembangan emosional yang baik pada masa kanak-kanak. Dengan memberikan dukungan, bimbingan, dan

lingkungan yang mendukung selama bermain, orang tua dapat membantu anak usia dini membangun keterampilan penting untuk mengelola emosi sepanjang hidupnya.

KESIMPULAN

Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya orang tua dalam mendampingi perkembangan emosional anak usia dini melalui kegiatan bermain. Kegiatan bermain bukan hanya hiburan, tetapi juga membantu anak mengenali, mengungkapkan, dan mengatur emosinya. Strategi orang tua dalam mendampingi anak saat bermain berdampak besar pada kesejahteraan emosional anak, membantu mereka merasa didengar dan dipahami, serta memandu dalam mengelola emosi. Kegiatan bermain seperti peran, melukis, atau membuat kerajinan tangan memungkinkan anak mengekspresikan emosi secara kreatif dan sehat. Lingkungan keluarga yang hangat, stabil, dan mendukung juga mempengaruhi kemampuan anak dalam mengatur emosi. Dengan pemahaman ini, orang tua diharapkan dapat lebih efektif dalam mendukung perkembangan emosional anak, memberikan panduan praktis bagi mereka dalam mengelola emosi anak melalui kegiatan bermain yang esensial untuk keterampilan mengelola emosi anak sepanjang hidup.

REFERENSI

- Campbell, S. B., Denham, S. A., Howarth, G. Z., Jones, S. M., Whittaker, J. V., Williford, A. P., Willoughby, M. T., Yudron, M., & Darling-Churchill, K. (2016). Commentary on the review of measures of early childhood social and emotional development: Conceptualization, critique, and recommendations. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 45, 19–41. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2016.01.008>
- Ckurnia, N., Haerudin, D. A., & Solihati, A. (2018). Meningkatkan keterampilan sosial anak usia dini melalui bermain peran. *Jurnal Pelita PAUD*, 2 (1). 63–76. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v2i1.190>
- DHIU, K. D., & FONON, Y. M. (2022). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *EDUKIDS: Jurnal Inovasi Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 56–61. <https://doi.org/10.51878/edukids.v2i1.1328>
- Gunawan, M. T. R., & Hoerudin, C. W. (2022). Kesadaran Emosi Anak Usia Dini. *IZZAN: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 1–11. <https://izzan.staisabili.net/index.php/JM/article/view/2>
- Harianja, A. L., Siregar, R., & Lubis, J. N. (2023). Upaya Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini melalui Bermain Peran. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4871–4880. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.5159>
- Hasdiana, U. (2018). Membangun pembelajaran interaktif melalui kegiatan bermain alat permainan edukatif. *Analytical Biochemistry*, 11(1), 1–5. <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379-1%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-420070-8.00002-7%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.ab.2015.03.024%0Ahttps://doi.org/10.1080/07352689.2018.1441103%0Ahttp://www.chile.bmw-motorrad.cl/sync/showroom/lam/es/>
- Hidayah, A. N., Diana, D., & Setiawan, D. (2022). Kegiatan Bermain Peran Untuk Mengembangkan Sosial Emosional Anak Pada Kelompok Bermain Birrul Walidain Sragen. *Jurnal Pendidikan*, 31(1), 01-08. <https://doi.org/10.32585/jp.v31i1.1959>
- Irmalia, S. (2020). Peran Orang Tua dalam Pembentukan Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal El-Hamra (Kependidikan Dan Kemasyarakatan)*, 5(1), 31–37.

- <http://ejournal.el-hamra.id/index.php/el/index>
- Ismayyah, N. (2022). Pengembangan Perilaku Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Bermain Peran di Masa Pandemi. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1), 38–47. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v3i1.5543>
- Jeon, L., Buettner, C. K., Grant, A. A., & Lang, S. N. (2019). Early childhood teachers' stress and children's social, emotional, and behavioral functioning. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 61, 21–32. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2018.02.002>
- Karisma, W. T., Prasetyawati, D., & Karmila, M. (2020). Peran Orangtua Dalam Menstimulasi Pengelolaan Emosi Anak Usia Dini. *PAUDIA: Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(1), 94–102. <https://journal.upgris.ac.id/index.php/paudia/article/view/6144>
- Khodijah, H., Khadijah, & Rahmida. (2023). Pentingnya Mendengarkan Anak Dalam Islam Dengan Cara Mengelola Emosi Anak. *Tahun 2023 Journal Islamic Education*, 1(3), 465–474. <https://maryamsejahtera.com/index.php/Education/index>
- Listyaningrum, E. M. (2022). Strategi Pengembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Bermain Sederhana. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(03), 19–24. <https://widyasari-press.com/wp-content/uploads/2022/09/3.-Eunike-Milasari-Listyaningrum-Strategi-Pengembangan-Sosial-Emosional-Anak-Usia-Dini-Melalui-Kegiatan-Bermain-Sederhana.pdf>
- Lubis, M. Y. (2019a). Mengembangkan sosial emosional anak usia dini melalui bermain. *Generasi Emas*, 2(1), 47. [https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2\(1\).3301](https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2(1).3301)
- Lubis, M. Y. (2019b). Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain. *Generasi Emas*, 2(1), 47–58. [https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2\(1\).3301](https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2(1).3301)
- Maghfiroh, A. S., Usman, J., & Nisa, L. (2020). Penerapan metode bermain peran terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini di paud/kb al-munawwarah pamekasan. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 51–65. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v1i1.2978>
- Maulinda, R., Muslihin, H. Y., & Sumardi. (2020). Analisis Kemampuan Mengelola Emosi Anak Usia 5-6 Tahun (Literature Riview). *Jurnal PAUD Agapedia*, 4(2), 300–313.
- Mintarsih, W. (2013). Peran Terapi Keluarga Eksperiensial Dalam Konseling Anak Untuk Mengelola Emosi. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 8(2), 291. <https://doi.org/10.21580/sa.v8i2.658>
- Nasution, I. N., & Septiani, D. (2017). Perkembangan regulasi emosi anak dilihat dari peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 1(1), 23-30. <https://jurnal.univrab.ac.id/index.php/psi/article/view/330>
- Nurhayati, S., Zarkasih Putro, K., dan Permainan Anak Usia Dini, B., Nur Hayati, S., & Sunan Kalijaga Yogyakarta, U. (2021). Bermain dan permainan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Islam Usia Dini*, 4 (1), 1–13. <https://journal.uir.ac.id/index.php/generasiemas/article/view/6985/3381>
- Putra, A. (2020). Dampak Peran Orang Tua Asuh terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak. *Jurnal Psikologi Anak*, 8(2), 101–115. [10.24235/awlad.v3i1.1331](https://doi.org/10.24235/awlad.v3i1.1331)
- Rahiem, M. D. H. (2023). Orang Tua dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(1), 40–50. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i1.441>
- Ruli, E. (2020). TUGAS DAN PERAN ORANG TUA DALAM MENDIDK ANAK. *JURNAL EDUKASI NONFORMAL*, 1(1), 143-146. Retrieved from <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/428>
- Safita, M., & Eliza, D. (2022). Mengembangkan Kemampuan Sosial Melalui Metode

- Bermain Peran Pada Anak Usia Dini di Masa Covid-19. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 6(1), 1914–1918. <https://doi.org/10.58258/jisip.v6i1.2692>
- Siregar, D. M., Simatupang, E. M., Harahap, T. A. H., Yus, A., & Simaremare, A. (2022). Analisis Efektifitas Model Belajar Bermain Berbasis Proyek Tema Lingkunganku Pendidikan Anak Usia Dini. *Journal of Social Interactions and Humanities*, 1(1), 27-36. <https://doi.org/10.55927/jsih.v1i1.453>
- Vienlentina, R. (2021). Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Regulasi Emosi Anak Dalam Belajar. *Satya Sastraharing: Jurnal Manajemen*, 5(2), 35–46. <https://doi.org/10.33363/satya-sastraharing.v5i2.775>