



Karakteristik Perkembangan Emosi Anak Usia Dini dalam Kegiatan Bermain di Kelas

¹Dina Fitriani, ²Dede Hikmah, ³Eni Nuraeni

dinafitriani199@gmail.com, dedehikmah@albadar.ac.id, eni60458@gmail.com

^{1,2,3} STAI Al Badar Cipulus Purakarta

ABSTRAK:

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik perkembangan emosi anak usia dini dalam kegiatan bermain di kelas serta peran guru dalam membantu anak mengelola emosinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif yang dilaksanakan di KB Riyadhul Qori'ah dengan subjek penelitian sebanyak 5-8 anak. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan catatan anekdot, sedangkan analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa emosi anak usia dini muncul secara spontan dalam kegiatan bermain, seperti marah, sedih (menangis), dan senang, terutama saat terjadi interaksi dengan teman sebaya. Dalam menghadapi kondisi tersebut, guru berperan aktif dengan memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan emosi, mengajak anak berdiskusi, memberikan pendampingan melalui sentuhan afektif, serta menggunakan metode yang menyenangkan seperti lagu untuk menanamkan perilaku positif. Dengan demikian, kegiatan bermain menjadi sarana yang efektif dalam mengembangkan kemampuan emosional anak apabila didukung oleh peran guru yang tepat dan responsif.

Kata Kunci : emosi anak usia dini, kegiatan bermain, peran guru

ABSTRACT:

This study aims to describe the characteristics of early childhood emotional development during play activities in the classroom and the role of teachers in helping children manage their emotions. This research uses a qualitative approach with a descriptive method conducted at KB Riyadhul Qori'ah with 5-8 children as research subjects. Data were collected through observation and anecdotal records, while data analysis was carried out through data reduction, data display, and conclusion drawing. The results show that children's emotions emerge spontaneously during play activities, such as anger, sadness (crying), and happiness, especially during interactions with peers. In dealing with these conditions, teachers play an active role by providing space for children to express their emotions, engaging them in simple discussions, giving emotional support through affectionate touch, and using enjoyable methods such as songs to instill positive behavior. Thus, play activities serve as an effective medium for developing children's emotional abilities when supported by appropriate and responsive teacher guidance.

Keywords: early childhood emotion, play activities, teacher role

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan individu yang sedang berada pada masa perkembangan yang sangat pesat, termasuk dalam perkembangan emosinya. Pada tahap ini, anak mulai mengenal berbagai macam perasaan seperti senang, marah, sedih, dan kecewa. Emosi yang

muncul biasanya masih bersifat spontan dan belum stabil, sehingga anak sering mengekspresikan perasaannya secara langsung tanpa mempertimbangkan situasi di sekitarnya (Hurlock, 2013). Perkembangan emosi anak tidak terlepas dari pengaruh lingkungan, baik keluarga maupun sekolah. Di lingkungan sekolah, anak mulai banyak berinteraksi dengan teman sebaya, sehingga dari situlah anak belajar memahami perasaan dirinya sendiri maupun orang lain (Santrock, 2011). Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa perkembangan sosial anak memiliki hubungan yang erat dengan perkembangan emosinya (Herdiyana, Lestari, & Bahrum, 2023).

Salah satu kegiatan yang paling sering dilakukan anak di sekolah adalah bermain. Melalui kegiatan bermain, anak tidak hanya merasa senang, tetapi juga belajar mengekspresikan berbagai emosinya. Misalnya, anak bisa merasa senang ketika bermain bersama teman, marah saat terjadi perebutan mainan, atau sedih ketika tidak diajak bermain. Kegiatan bermain juga memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar berinteraksi dan menyelesaikan konflik sederhana dengan teman sebayanya (Suyadi, 2010; Basyiroh, Ramdani, & Padmi, 2023).

Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan di KB Riyadhul Qori'ah, masih ditemukan anak yang menunjukkan berbagai ekspresi emosi saat kegiatan bermain, seperti menangis ketika mainannya diambil, marah saat tidak mendapatkan giliran, serta diam ketika merasa kecewa. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan anak dalam mengenali dan mengelola emosi masih perlu mendapat perhatian dari pendidik.

Namun, dalam praktiknya masih ada anggapan bahwa emosi anak seperti menangis atau marah merupakan perilaku yang harus dihentikan. Padahal, hal tersebut merupakan bagian dari proses perkembangan yang wajar pada anak usia dini (Mashar, 2011). Oleh karena itu, penting bagi pendidik untuk memahami bagaimana karakteristik emosi anak muncul, khususnya dalam kegiatan bermain di kelas. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dilakukan di KB Riyadhul Qori'ah untuk mendeskripsikan karakteristik emosi anak usia dini saat kegiatan bermain serta bagaimana anak mengekspresikan

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan karakteristik emosi anak usia dini dalam kegiatan bermain di kelas secara alami. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman perilaku dan ekspresi emosi anak berdasarkan situasi yang terjadi di lapangan.

Penelitian dilaksanakan di KB Riyadhul Qori'ah pada bulan April 2026 dengan subjek penelitian sebanyak 5–8 anak usia dini. Subjek dipilih secara purposive, yaitu anak yang aktif terlibat dalam kegiatan bermain di kelas. Jumlah subjek yang terbatas dipilih agar peneliti dapat melakukan pengamatan secara lebih mendalam terhadap karakteristik emosi anak.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan catatan anekdot. Observasi dilakukan secara langsung selama kegiatan bermain berlangsung untuk

mengamati berbagai ekspresi emosi anak, sedangkan catatan anekdot digunakan untuk mencatat kejadian-kejadian penting yang berkaitan dengan munculnya emosi anak.

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilih data yang relevan dengan fokus penelitian, kemudian data disajikan dalam bentuk deskripsi naratif, dan selanjutnya ditarik kesimpulan berdasarkan pola-pola yang muncul dari hasil pengamatan. Untuk menjaga keabsahan data, peneliti melakukan pengamatan secara berulang pada kegiatan bermain yang berbeda serta mencatat setiap kejadian secara sistematis agar data yang diperoleh lebih akurat dan dapat dipercaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di KB Riyadhul Qori'ah, ditemukan bahwa berbagai ekspresi emosi anak usia dini muncul secara alami dalam kegiatan bermain di kelas, seperti marah, sedih (menangis), dan senang. Emosi tersebut umumnya muncul dalam interaksi sosial, terutama ketika terjadi konflik seperti berebut mainan atau perbedaan keinginan antar anak.

Kondisi ini menunjukkan bahwa kegiatan bermain merupakan konteks penting dalam perkembangan emosi anak. Suyadi (2010) menjelaskan bahwa melalui bermain, anak dapat mengekspresikan perasaan serta belajar memahami situasi sosial di sekitarnya. Basyiroh, Ramdani, dan Padmi (2023) juga menemukan bahwa aktivitas bermain dapat membantu anak yang sering menangis menjadi lebih mampu mengelola emosinya secara bertahap.

Penanganan Anak yang Menangis Akibat Konflik Bermain

Ketika anak menangis akibat berebut mainan, guru tidak langsung memberikan keputusan, tetapi mengajak anak berdiskusi mengenai penyebab konflik. Anak dibimbing untuk memahami situasi serta mengenali perasaan yang muncul. Pendekatan ini menunjukkan adanya upaya dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi anak. Denham (2006) menjelaskan bahwa kemampuan regulasi emosi anak berkembang melalui interaksi sosial yang didampingi oleh orang dewasa. Herdiyana, Lestari, dan Bahrum (2023) juga menemukan bahwa interaksi sosial di lingkungan sekolah memiliki peran penting dalam membentuk perkembangan emosional anak usia dini.

Melalui diskusi sederhana, anak tidak hanya menyelesaikan konflik, tetapi juga belajar memahami sebab munculnya emosi tersebut. Papalia (2009) menyebutkan bahwa pengalaman sosial seperti konflik menjadi bagian penting dalam proses belajar emosi anak.

Memberikan Ruang Anak untuk Mengekspresikan Emosi

Dalam situasi anak menangis, guru tidak langsung menghentikan tangisan, tetapi memberikan waktu bagi anak untuk menenangkan diri. Pendekatan ini menunjukkan bahwa guru memahami pentingnya memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan emosinya. Hurlock (2013) menjelaskan bahwa anak usia dini belum mampu mengendalikan emosinya secara penuh, sehingga membutuhkan waktu untuk menenangkan diri. Aisyah

dan Rahmawati (2021) menemukan bahwa anak yang diberi kesempatan mengekspresikan emosinya cenderung lebih mudah kembali tenang dibandingkan anak yang langsung ditekan emosinya.

Pendekatan ini juga membantu anak dalam mengenali perasaannya sendiri. Berk (2013) menyatakan bahwa penerimaan terhadap emosi anak dapat membantu anak memahami dan mengelola emosinya dengan lebih baik.

Pendampingan Anak Saat Marah dan Menangis

Ketika anak menunjukkan emosi marah yang disertai tangisan, guru berusaha menenangkan kondisi terlebih dahulu, kemudian mengajak anak berdiskusi secara sederhana. Pendampingan ini membantu anak memahami emosinya dan menemukan solusi dari permasalahan yang dihadapi. Mashar (2011) menjelaskan bahwa perkembangan emosi anak sangat dipengaruhi oleh bimbingan dari orang dewasa di sekitarnya. Yusuf (2012) juga menyatakan bahwa pendampingan yang dilakukan secara konsisten dapat membantu anak mengembangkan kemampuan pengendalian diri.

Fauziah dan Nurhasanah (2022) menemukan bahwa peran guru dalam mendampingi anak saat mengalami konflik dapat membantu anak belajar menyelesaikan masalah tanpa melibatkan emosi berlebihan.

Pemberian Sentuhan Afektif (Pelukan)

Guru memberikan respon berupa pelukan kepada anak yang sedang marah atau menangis sebagai bentuk perhatian dan kasih sayang. Pelukan ini membantu anak merasa lebih aman dan nyaman. Santrock (2011) menjelaskan bahwa hubungan emosional yang positif antara anak dan orang dewasa dapat membantu perkembangan emosi yang stabil. Berk (2013) juga menambahkan bahwa sentuhan fisik yang positif dapat memberikan efek menenangkan bagi anak.

Basyiroh et al. (2023) menunjukkan bahwa perhatian emosional dari guru dapat membantu anak menjadi lebih tenang dan merasa diperhatikan dalam proses pembelajaran.

Penguatan Perilaku Positif Melalui Lagu

Guru menggunakan lagu "Anti Bullying" sebagai media untuk mengingatkan anak agar tidak menyakiti teman. Lagu digunakan sebagai pendekatan yang menyenangkan sehingga lebih mudah dipahami oleh anak. Suyadi (2010) menjelaskan bahwa pembelajaran yang menyenangkan lebih efektif bagi anak usia dini. Morrison (2012) juga menyatakan bahwa anak lebih mudah memahami nilai sosial melalui aktivitas yang interaktif seperti bernyanyi.

Fauziah dan Nurhasanah (2022) menemukan bahwa penggunaan metode kreatif seperti lagu dapat membantu menanamkan nilai sosial pada anak secara lebih efektif.

Sikap Guru yang Tidak Menghakimi Perasaan Anak

Guru tidak menghakimi perasaan anak, tetapi menerima setiap emosi yang muncul. Sikap ini membuat anak merasa aman dan nyaman dalam mengekspresikan perasaannya. Santrock (2011) menyatakan bahwa lingkungan yang suportif sangat penting dalam perkembangan emosi anak. Berk (2013) juga menegaskan bahwa dukungan emosional dari lingkungan berperan besar dalam perkembangan regulasi emosi anak.

Herdiyana et al. (2023) menemukan bahwa pendekatan yang tidak menghakimi dapat meningkatkan rasa percaya diri anak dalam berinteraksi.

Berdasarkan keseluruhan temuan, dapat dipahami bahwa kegiatan bermain merupakan sarana yang efektif dalam mengembangkan emosi anak usia dini. Anak belajar mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosinya melalui interaksi sosial yang terjadi selama bermain. Peran guru menjadi sangat penting dalam proses tersebut. Guru tidak hanya mengarahkan perilaku anak, tetapi juga memberikan pendampingan emosional yang membantu anak memahami perasaannya. Denham (2006) menegaskan bahwa keterlibatan orang dewasa sangat berpengaruh dalam perkembangan regulasi emosi anak. Dengan demikian, pendekatan yang dilakukan guru di KB Riyadhul Qori'ah sudah sesuai dengan prinsip perkembangan emosi anak usia dini, yaitu memberikan ruang, pendampingan, serta penguatan positif dalam setiap proses pembelajaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di KB Riyadhul Qori'ah, dapat disimpulkan bahwa karakteristik emosi anak usia dini dalam kegiatan bermain di kelas muncul secara spontan dalam bentuk marah, sedih (menangis), dan senang, terutama saat terjadi interaksi sosial dengan teman sebaya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kegiatan bermain menjadi sarana yang penting dalam perkembangan emosi anak. Peran guru sangat menentukan dalam membantu anak mengelola emosi yang muncul. Guru tidak berfokus pada menghentikan perilaku, tetapi juga memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan emosinya, mengajak anak berdiskusi untuk memahami penyebab emosi, serta memberikan pendampingan melalui sentuhan afektif dan metode yang menyenangkan seperti lagu.

Dengan demikian, pendekatan yang dilakukan secara responsif, tidak menghakimi, dan penuh perhatian dapat membantu anak dalam mengenali, mengekspresikan, serta mengelola emosinya dengan lebih baik. Oleh karena itu, kegiatan bermain yang didampingi secara tepat oleh guru dapat menjadi sarana yang efektif dalam mendukung perkembangan emosional anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S., & Rahmawati, D. (2021). Pengelolaan emosi anak usia dini dalam kegiatan pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 120-128.
- Bastian, A. B. F. M., & Anggraeni, W. (2021). Optimalisasi Pemanfaatan Media Instagram Dalam Meningkatkan Hubungan Orangtua Dan Sekolah Di Kelompok Bermain Al-Azka Purwokerto. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(2), 128-142.
- Basyiroh, I., Ramdani, C., & Padmi, F. N. (2023). Bermain pasir untuk anak sering menangis. *Banun: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 18-22.
- Berk, L. E. (2013). *Child development (9th ed.)*. Boston: Pearson Education.

- Denham, S. A. (2006). Social-emotional competence as support for school readiness. *Early Education and Development*, 17(1), 57-89.
- Faruki, M., & Ngaisah, S. (2024). Peningkatan Nilai Sikap Kebhinekaan Melalui Model Pembelajaran Value Clarification Technique di SMKN 4 Kota Tangerang Selatan. *Teacher Professional Education Journal*, 1(01), 23-28.
- Fauziah, N., & Nurhasanah, E. (2022). Peran guru dalam mengembangkan kemampuan sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 45-53.
- Herdiyana, R., Lestari, R., & Bahrum, M. (2023). Psikologi Perkembangan Sosial terhadap Emosional pada Anak Usia Dini. *Banun: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*.
- Huliyah, M., Muhtadi, D., Imroatus, I., & Bastian, A. B. F. M. (2024). Teacher readiness and institutional support in raudatul atfal: descriptive analysis of independent curriculum implementation. *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 196-207.
- Hurlock, E. B. (2013). *Perkembangan anak*. Jakarta: Erlangga.
- Jayanti, E., & Rijal, M. R. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Mata Pelajaran Matematika tentang Konsep Pecahan pada Siswa Kelas III MI. *Teacher Professional Education Journal*, 1(02), 67-74.
- Mamduhah, A., & Rijal, M. R. (2025). Pengaruh Metode Edutainment Terhadap Keaktifan Belajar dan Hasil Belajar Siswa pada Materi Malaikat dan Tugasnya di Kelas 2 SDN Jatibaru I. *Teacher Professional Education Journal*, 2(01), 1-9.
- Mashar, R. (2011). *Emosi anak usia dini dan strategi pengembangannya*. Jakarta: Kencana.
- Morrison, G. S. (2012). *Early childhood education today*. Boston: Pearson.
- Multazam, A., & Qodir, A. (2024). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas III pada Materi Salat Sunah Rawatib dengan Metode Problem Solving di MIS Nurul Falah 1 Mekarjaya. *Teacher Professional Education Journal*, 1(01), 7-16.
- Musyarofah, D., & Qodir, A. (2025). Penerapan Model Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PAI Peserta Didik Materi "Meraih Kesuksesan Dengan Kompetisi Dalam Kebaikan dan Etos Kerja "Kelas X SMK PGRI Lemahabang Tahun Pelajaran 2024/2025. *Teacher Professional Education Journal*, 2(01), 43-51.
- Octaviani, N., Rijal, M. R., & Hilmiyati, F. (2026). Peran Kepemimpinan Sekolah dalam Mendorong Inovasi Pembelajaran dan Peningkatan Kualitas Pendidikan. *Teacher Professional Education Journal*, 3(01), 28-32.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development (11th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Ramdani, C., & Wijaya, P. K. (2025). HUBUNGAN ANTARA KEMAMPUAN EMOSI DENGAN KEMANDIRIAN ANAK USIA DINI 5-6 TAHUN. *Al Hanin*, 5(2).
- Ramdani, C., Basyiroh, I., Hikmah, D., & Monalisa, M. (2026). Konstruksi Kepercayaan Diri Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Intervensi Pedagogis Guru. *Nuansa Akademik: Jurnal Pembangunan Masyarakat*, 11(1), 213-226.
- Ramdani, C., Tanjung, A., Windiastuti, E., & Arifin, Z. (2025). School Leaders' View: Pemanfaatan AI di Pendidikan Anak Usia Dini. *Nuansa Akademik: Jurnal Pembangunan Masyarakat*, 10(2), 751-772.
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan anak*. Jakarta: Erlangga.
- Suyadi. (2010). *Psikologi Belajar Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Pedagogia.

[http: Jurnal Albadar.ac.id](http://JurnalAlbadar.ac.id)

Yusuf, S. (2012). Psikologi perkembangan anak dan remaja. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Yusup, A., Qodir, A., & Ramdani, C. (2026). Penguatan Nilai Spiritual Dan Moral Melalui Pembelajaran Kontekstual Di Era Modern. *Teacher Professional Education Journal*, 3(01), 23-27.