

Mengenal Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini

AGU 24, 2022

Perkembangan sosial emosional anak usia dini adalah kemampuan yang muncul dari anak berusia 0-5 tahun untuk membangun hubungan yang akrab dan aman dengan orang dewasa serta teman sebaya sekaligus mengalami, mengatur, serta mengekspresikan emosi dalam bentuk yang sesuai dengan sosial dan budaya, dan juga mengeksplorasi lingkungan sambil belajar. Semuanya dalam konteks kekeluargaan, komunitas, dan budaya (Yates et al., 2008, hal. 2).

Perkembangan si Kecil dalam menguasai perkembangan sosial dan emosional sejak dini terbukti penting untuk keberhasilannya melalui tantangan akademik saat di sekolah maupun nanti saat menginjak usia dewasa. Hal ini juga diakui oleh berbagai ahli tumbuh kembang anak-anak dari berbagai latar belakang. Menurut mereka, perkembangan sosial dan emosional anak usia dini yang positif sangat penting untuk kesejahteraan si Kecil secara keseluruhan.

Tahapan perkembangan sosial emosional anak usia dini

Seiring dengan berkembangnya kemampuan sosial dan emosional si Kecil, dia akan lebih percaya diri dan mampu membangun hubungan, memecahkan masalah, dan menghadapi berbagai emosi.

Namun untuk mencapai titik di mana si Kecil menguasai kemampuan ini, terdapat beberapa tahapan pencapaian dalam perkembangan sosial emosional anak usia dini yang harus dilalui. Apalagi di usia balita, kejadian si Kecil tantrum sering terjadi karena dia belum dapat mengatur emosi dengan baik.

Nah, Mam, jika diuraikan, dari usia 1-5 tahun, capaian si Kecil dalam proses perkembangannya secara sosial emosional mencakup:

● **1-2 tahun**

Di usia ini, si Kecil tidak takut mengekspresikan diri, baik itu melalui tawa lebar maupun amarah tantrum tak terkontrol. Oleh karena itu, peran Mam atau pengasuh sangat penting untuk membantunya mengerti mengenai apa yang sedang terjadi sekaligus mengarahkan emosinya. Di luar itu, seiring dengan peningkatan mobilitasnya, beri dia ruang untuk bereksplorasi. Dengan demikian, dia semakin percaya diri untuk mencoba hal-hal baru dengan aman.

● **2-3 tahun**

Di usia ini, si Kecil akan semakin mandiri. Mam akan melihat dia mendekati dan mau duduk di dekat teman sebayanya untuk bermain dan berinteraksi. Ini saat yang tepat untuk mengajarkan dia untuk tidak egois dan mau bergantian serta berbagi saat bermain.

Kesadaran yang bercampur bahwa dia mampu mandiri tetapi di saat yang bersamaan masih bergantung pada orang tua atau pengasuhnya dapat membuatnya menjadi bingung sendiri.

Baca Juga: Mengenal Emosi Anak dan Stimulasi yang Tepat

● **3-4 tahun**

Usia ini merupakan waktu yang penting dalam perkembangan sosial dan emosionalnya karena dia mulai mengerti bahwa tubuh, pikiran, dan emosi yang dia miliki itu hanya miliknya seorang. si Kecil memahami perbedaan perasaan bahagia, senang, takut, atau marah.

Perkenalannya terhadap berbagai jenis perasaan ini akan membuatnya takut akan hal-hal yang ada di dalam imajinasinya sekaligus mulai, peduli dengan tindakan orang lain sekaligus mampu menunjukkan kasih sayang kepada orang-orang yang dikenalnya. Meningkatnya kepercayaan diri si Kecil di usia ini dapat membuat mereka lebih baik dalam mengontrol emosi.

● **4-5 tahun**

Anak usia 4-5 tahun semakin matang secara sosial dan emosional. Dia juga mulai mengeksplorasi dan belajar untuk mengekspresikan lebih banyak emosi. Cara dia meluapkan emosi pun semakin variatif. Tidak hanya lewat tawa atau tangis, si Kecil dapat mengekspresikannya lewat obrolan, gestur, suara-suara, dan permainan.

Dengan semakin luasnya pemahaman si Kecil mengenai orang-orang yang berbeda, dia biasanya akan suka berada di tengah-tengah banyak orang, terutama teman-teman sebayanya. Hal ini bisa jadi cara dia belajar berinteraksi dengan lebih baik dan belajar mengontrol emosi saat bersama dengan orang lain.

Meski demikian, si Kecil di usia ini belum sepenuhnya lepas dari kebiasaan manja, sehingga permintaan yang mereka inginkan masih sebisa mungkin harus diikuti. Karena dia sudah mengenal konsep konsekuensi, jangan kaget jika dia menyembunyikan sesuatu atau berbohong. Ini adalah hal normal dalam perkembangan sosial emosional si Kecil.

Perkembangan sosial dan emosional pada si Kecil memang rumit. Serumit organ otak yang merupakan sumber dari segala perkembangan sosial dan emosionalnya. Sistem limbik pada otak jadi bagian yang bertanggung jawab atas respons manusia dalam hal perilaku dan emosi.

Sistem limbik yang terdiri dari Hipotalamus, Hipokampus, Amigdala, dan Korteks Limbik masing-masing memiliki peran dalam mengontrol emosi manusia secara umum dan si Kecil secara khusus.

Perkembangan sosial emosional anak usia dini dipengaruhi oleh banyak hal. Agar secara sosial emosional si Kecil dapat berkembang dengan baik, pastikan Mam memenuhi faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangannya sekaligus mengasahnya dengan baik. Tak lupa juga untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya harian melalui asupan makanan dan minuman.

Dengan memberikan si Kecil asupan yang penuh manfaat dan nutrisi dapat membantu perkembangan sosial emosionalnya. S-26 Procal Gold merupakan susu pertumbuhan yang diformulasikan oleh Wyeth Nutrition Expert khusus untuk membantu memenuhi kebutuhan nutrisi si Kecil, terutama di usia 1-3 tahun.

S-26 Procal Gold mengandung Protein, Kalsium Vitamin D, & Fosfor, Alfa Laktabumin, Serat Pangan Oligofruktosa, Vitamin C, Selenium, Zinc, serta Vitamin B Kompleks .

S-26 Procal Gold tersedia dalam berbagai ukuran, mulai dari 400 gr, 900 gr, dan 1600 gr dan tersedia di toko-toko terdekat secara online maupun offline.

Source :

- [sciencedirect.com/science/article/pii/S0193397316300053](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0193397316300053)
- [michigan.gov/mikidsmatter/parents/toddler/social](https://www.michigan.gov/mikidsmatter/parents/toddler/social)
- raisingchildren.net.au/preschoolers/development/development-tracker/3-4-years
- raisingchildren.net.au/preschoolers/development/development-tracker/4-5-years
- www.healthline.com/health/what-part-of-the-brain-controls-emotions

Bagikan sekarang