

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Perkembangan Emosi**

##### **1. Pengertian Perkembangan Emosi**

Menurut Maulinda, dkk (2020:306) emosi diwakilkan oleh perilaku yang mengekspresikan kenyamanan atau ketidaknyamanan terhadap keadaan atau interaksi. Emosi dapat bentuk rasa senang, takut, marah, dan sebagainya. Menurut Muzammil, *et al* (Taurina dan intisari 2024:190) perkembangan emosi merupakan perkembangan yang berkaitan dengan emosi kompleks yang ada dalam diri seseorang, emosi ini bisa terjadi di saat sebelum dan sesudah seseorang melakukan suatu tindakan. Menurut dewi, dkk (*American Academy of Pediatrics* 2020:2) menyatakan bahwa perkembangan emosi mengacu pada kemampuan anak untuk memiliki pengetahuan dalam mengelola dan mengekspresikan emosi dengan baik seperti ungkapan emosi positif maupun emosi negatif, anak mampu menjalin hubungan dengan anak-anak lain dan orang dewasa.

Selain itu, menurut Neviyarni, dkk (2023:900) perkembangan emosi adalah jenis emosi yang lebih kompleks di mana pikiran dan perasaan seseorang diekspresikan dalam bentuk perubahan fisiologis otak mereka lakukan, katakan, atau alami tanpa kendali sadar.

Menurut Firdausi dan Ulfa (2022:134) perkembangan emosional adalah salah satu perkembangan yang harus ditangani secara khusus,

karena perkembangan emosional anak harus dibina pada masa anak-anak awal atau bisa disebut masa pembentukan. Fuadia (2022:37) juga menambahkan bahwa perkembangan emosi adalah suatu keadaan yang kompleks, dapat berupa perasaan yang disadari dan diungkapkan melalui ekspresi wajah atau tindakan yang berfungsi sebagai *inner adjustment* (penyesuaian diri dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu.

Berdasarkan dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa Perkembangan emosional anak merupakan proses penting dan kompleks yang mencakup kemampuan anak untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan berbagai bentuk emosi seperti senang, marah, takut, dan lainnya, baik secara sadar maupun tidak sadar. Proses ini tidak hanya melibatkan aspek psikologis, tetapi juga aspek fisiologis seperti perubahan pada otak, serta tercermin melalui perilaku dan ekspresi wajah. Perkembangan emosional sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial dan lingkungan, serta harus dibina sejak usia dini karena masa anak-anak merupakan periode pembentukan dasar emosi. Anak yang berkembang secara emosional dengan baik akan mampu menyesuaikan diri, menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain, dan mencapai kesejahteraan psikologis.

## **2. Jenis-Jenis Emosi Anak Usia Dini**

Menurut Darmiah (2020:98-100) emosi dan perasaan peserta didik usia SD/MI adalah:

- a. Rasa Takut, Takut yaitu perasaan terancam oleh suatu objek yang membahayakan. Rasa takut terhadap sesuatu, akan berlangsung melalui tahapan yaitu: a) mula mula tidak takut, karena anak belum sanggup melihat kemungkinan yang terdapat pada objek. b) timbulnya rasa takut setelah mengenal bahaya. c) rasa takut bisa hilang kembali setelah mengetahui cara-cara menghindari bahaya.
- b. Rasa Malu, Rasa malu merupakan bentuk ketakutan yang ditandai oleh penarikan diri dari hubungan dengan orang lain yang tidak dikenal atau tidak sering dijumpainya.
- c. Rasa Canggung, Rasa canggung berbeda dengan rasa malu dalam hal ini bahwa kecanggungan tidak disebabkan oleh adanya orang yang tidak dikenal atau orang yang sudah dikenal, tetapi lebih disebabkan oleh keragu-raguan tentang penilaian orang lain terhadap perilaku atau diri seseorang.
- d. Rasa Khawatir, biasanya dijelaskan sebagai khayalan ketakutan yang atau gelisah tanpa alasan. Tidak seperti ketakutan yang nyata, rasa khawatir tidak langsung ditimbulkan oleh rangsangan dalam lingkungan tetapi merupakan produk pikir anak itu sendiri.
- e. Rasa Cemas, ialah keadaan mental tidak enak berkenaan dengan sakit yang mengancam atau yang dibayangkan. Rasa cemas ditandai oleh kekhawatiran, ketidakenakan, dan merasa yang tidak baik yang tidak dapat dihindar oleh seseorang.

- f. Rasa Marah, adalah ekspresi yang lebih sering diungkapkan pada masa kanak-kanak jika dibandingkan dengan rasa takut. Karena rangsangan yang menimbulkan rasa marah lebih banyak, dan pada usia yang dini anak-anak mengetahui bahwa kemarahan merupakan cara yang efektif untuk memperoleh perhatian atau memenuhi keinginan mereka.
- g. Rasa Cemburu, adalah reaksi normal terhadap kehilangan kasih sayang yang nyata, dibayangkan, atau ancaman kehilangan kasih sayang.
- h. Kegembiraan, adalah emosi yang menyenangkan yang juga dikenal dengan keriang, kesenangan, atau kebahagiaan.
- i. Duka Cita adalah trauma psikis, suatu kesengsaraan emosional yang disebabkan oleh hilangnya suatu yang dicintai.
- j. Keingintahuan, rangsangan yang menimbulkan keingintahuan anak-anak sangat banyak. Anak-anak menaruh minat terhadap segala sesuatu dilingkungan mereka, termasuk diri sendiri.

Selain itu menurut Stewart (Anjani 2023:18-19) emosi dasar meliputi perasaan senang, kemarahan, ketakutan dan kesedihan.

- a. Gembira, setiap individu, dari berbagai rentang usia mulai dari bayi hingga orang dewasa, mengalami perasaan positif. Biasanya, kebahagiaan dan kegembiraan ditunjukkan melalui senyuman atau tawa.

- b. Marah, emosi marah terjadi ketika seseorang merasa terhalang, frustrasi karena tidak mencapai tujuan yang diinginkan, dilecehkan, diganggu, atau dihadapkan pada tuntutan yang bertentangan dengan keinginannya.
- c. Takut, perasaan takut merupakan ekspresi emosional yang menunjukkan adanya ancaman atau bahaya potensial. Menurut Helen Ross perasaan takut adalah reaksi yang alami dan erat kaitannya dengan upaya melindungi diri.
- d. Sedih, dalam kehidupan seseorang, perasaan sedih seringkali muncul saat mengalami perpisahan, terutama ketika harus berpisah dari orang-orang yang dicintainya. Perasaan terasingkan, ditinggalkan, ditolak atau diabaikan juga dapat menyebabkan kesedihan pada individu.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa emosi anak usia SD/MI mencakup berbagai perasaan dasar seperti takut, marah, sedih, gembira, dan cemburu. Emosi ini muncul sebagai respons terhadap situasi tertentu, seperti ancaman, kehilangan, frustrasi, atau rasa penasaran terhadap lingkungan. Setiap emosi memiliki ciri khas dan cara ekspresi yang berbeda, yang berkembang seiring dengan usia dan pengalaman anak. Pemahaman dan pengelolaan emosi sangat penting dalam mendukung perkembangan emosional anak secara sehat.

### 3. Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Emosi

Menurut Hurlock (Asy dan Zulfa, 2022:5-6) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi anak adalah :

- a. Rasa Takut, adalah perasaan yang mendorong individu untuk menjahui sesuatu dan sedapat mungkin menghindari kontak dengan hal itu.
- b. Rasa Marah, kemarahan adalah sebagai akibat suatu pertentangan keinginan yang berbeda-beda sekali derajat penyalurannya melalui tingkah laku.
- c. Cemburu, kecemburuan adalah bentuk khusus dari kekhawatiran yang didasari oleh kurang adanya keyakinan terhadap diri sendiri dan ketakutan kehilangan kasih sayang dari seseorang.
- d. Duka cita, suatu keterangsangan emosi yang disebabkan emosi yang disebabkan oleh hilangnya suatu yang dicintai.
- e. Keingintahuan, adalah reaksi ketertarikan terhadap sesuatu dapat dilakukan dalam bentuk penjelajahan sensomotorik dan bertanya.
- f. Iri hati, diungkapkan dengan bermacam-macam cara yang paling umum adalah mengeluh tentang barangnya sendiri, dengan mengungkapkan keinginan untuk memiliki barang seperti orang lain.
- g. Gembira, emosi yang menyenangkan dan dengan kerianan, kesenangan, atau kebahagiaan.

- h. Sedih, secara khas anak mengungkapkan kesedihan dengan cara menangis dan dengan kehilangan minat terhadap berbagai kegiatan normalnya, termasuk makan dan bermain.
- i. Kasih Sayang, timbul dari rasa suka terhadap sesuatu atau seseorang, yang ditunjukkan dengan perhatian yang hangat, baik dalam bentuk fisik maupun kata-kata.

Selain itu menurut Sari, dkk (2020:64-65) banyak faktor yang mempengaruhi dari anak itu sendiri maupun berasal dari luar dirinya. Berbagai faktor yang mempengaruhi perkembangan emosional anak diantaranya yaitu:

a. Keadaan Individu

Keadaan individu seperti usia, keadaan fisik, intelegensi, peran seks dan lain-lain (Hurlock, 1980) dapat mempengaruhi perkembangan individu. Hal yang cukup menonjol terutama berupa cacat tubuh atau apapun yang dianggap oleh diri anak sebagai kekurangan akan sangat mempengaruhi perkembangan emosinya.

b. Konflik-konflik dalam proses perkembangan

Didalam menjalani fase-fase perkembangan, tiap anak harus melalui beberapa macam konflik yang pada umumnya dapat dilalui dengan sukses, tetapi ada juga anak yang mengalami gangguan atau hambatan dalam menghadapi konflik-konflik tersebut biasanya mengalami gangguan emosi.

c. Sebab-sebab yang bersumber dari lingkungan

Anak-anak hidup dalam 3 macam lingkungan yang mempengaruhi perkembangan emosinya dan kepribadiannya.

Ketiga faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan tersebut adalah:

- a. Keluarga sangat berperan dalam menanamkan dasar-dasar pengalaman emosi. Jika secara umum ekspresi emosi cenderung ditolak oleh lingkungan keluarga, maka hal tersebut memberi isyarat bahwa *emotional security* yang ia dapatkan dari keluarga kurang memadai
- b. Lingkungan sekitar, kondisi lingkungan yang dapat mempengaruhi emosi anak antara lain daerah yang terlalu padat/ daerah yang memiliki angka kejahatan tinggi.
- c. Kurangnya fasilitas rekreasi, Tidak adanya aktivitas-aktivitas yang diorganisasi dengan baik untuk anak.
- d. Lingkungan Sekolah, lingkungan sekolah yang dapat menimbulkan gangguan emosi dan menyebabkan terjadinya tingkah laku pada anak antara lain: hubungan yang kurang harmonis antara anak dan guru, hubungan yang kurang harmonis dengan teman-teman.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa Perkembangan emosi anak dipengaruhi oleh faktor internal, seperti rasa takut, marah, cemburu, dan kasih sayang, serta kondisi

individu seperti usia, fisik, dan konflik perkembangan. Faktor eksternal meliputi peran keluarga, lingkungan sosial, fasilitas rekreasi, dan hubungan di sekolah. Ketidakseimbangan faktor-faktor ini dapat mengganggu perkembangan emosional anak.

#### **4. Upaya Guru Dalam Mengendalikan Emosi Anak**

Selain itu menurut Rizkina, dkk (2022:3), upaya yang dapat dilakukan guru ataupun orang tua untuk menangani anak dengan masalah emosional, diantaranya dapat melakukan hal-hal berikut:

- a. Menentramkannya, anak yang memiliki emosional perlu ditentramkan oleh orang dewasa, agar anak menjadi tenang.
- b. Mencoba untuk mengalihkan perhatian anak dari hal-hal atau bayangan-bayangan yang membuatnya emosi.
- c. Tidak mendesak anak untuk memberikan penjelasan anak atas perbuatan yang dilakukan.
- d. Mengajak anak untuk melakukan relaksasi, yaitu dengan menarik napas dalam, menghembuskan nafas secara perlahan sambil berkata “tenang” Atau “semuanya akan beres”.
- e. Melakukan hal-hal yang menyenangkan seperti mendengarkan musik, menggambar atau membuat karya.

Selain itu menurut Sukatin, dkk (2020:87-88) adapun upaya yang dapat dilakukan guru ataupun orang tua untuk menangani anak yang cemas, diantaranya dapat melakukan hal-hal berikut:

- a. Menentramkannya, anak pencemas butuh ditentramkan oleh orang dewasa yang tenang. Oleh karena itu, orang tua harus tetap tenang bila anak gelisah, rewel, menangis, pucat atau panik.
- b. Mencoba untuk mengalihkan perhatian anak dari hal-hal atau bayang-bayang yang membuatnya cemas.
- c. Tidak mendesak anak untuk memberikan penjelasan. Desakan orang tua sering kali membuat anak merasa tidak di mengerti.
- d. Anak anak untuk relaksasi. Dengan menarik nafas dalam, menghembuskan nafas perlahan sambil berkata “tenang atau semua akan beres anak telah melakukan relaksasi termudah”.
- e. Melakukan hal-hal menyenangkan, seperti mendengarkan musik, menggambar, atau membaca ketika merasa cemas.
- f. Membiasakan anak mengekspresikan perasaannya melalui permainan atau cerita.
- g. Meminta bantuan ahli bila kecemasan anak berlarut-larut.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa Guru dan orang tua dapat menangani anak dengan masalah emosional dan kecemasan dengan menenangkan mereka, mengalihkan perhatian, tidak memaksa memberi penjelasan, serta menggunakan teknik relaksasi. Aktivitas menyenangkan seperti mendengarkan musik atau menggambar juga membantu. Selain itu, anak yang cemas dapat dibantu mengekspresikan perasaan melalui permainan atau cerita, dan jika kecemasan berlanjut, disarankan mencari bantuan ahli.

## 5. Pengertian Anak Usia Dini

Menurut Amalia, (2017:27) anak usia dini adalah anak yang baru dilahirkan sampai usia 6 tahun. Usia ini merupakan usia yang sangat menentukan dalam pembentukan karakter dan kepribadian anak. Usia dini merupakan usia dimana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Selain itu menurut Wiyani, (2016:98) anak usia dini adalah anak yang berusia 0 hingga 6 tahun yang melewati masa bayi, masa batita dan masa prasekolah. Pada setiap masa yang dilalui anak usia dini akan menunjukkan perkembangannya masing-masing yang berbeda antara masa bayi, masa batita dan masa prasekolah. Menurut Hasanah dan Fajri (2022:117) usia dini merupakan usia emas atau *golden age* yaitu masa di mana kemampuan otak untuk menyerap informasi sangat tinggi, apapun informasi yang diberikan akan berdampak kuat bagi anak pada masa kemudian rentang waktu masa *golde age*, yaitu 0-2 tahun, 0-3 tahun, 0-5 tahun atau 0-8 tahun.

Selain itu menurut Mulyasa, (2014:20-21) Anak usia dini merupakan individu yang berbeda, unik, dan memiliki karakteristik tersendiri sesuai dengan tahapan usianya. Pada masa ini stimulasi seluruh aspek perkembangan memiliki peran penting untuk tugas perkembangan selanjutnya. Selain itu Wasis, (2022:39) menambahkan pengertian anak usia dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0-

6 tahun, baik yang terlayani maupun yang tidak terlayani di lembaga pendidikan anak usia dini.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa anak usia dini adalah individu berusia 0–6 tahun yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat serta memiliki karakteristik unik sesuai tahap usianya. Pada masa ini, pembentukan karakter, kepribadian, dan stimulasi seluruh aspek perkembangan sangat penting untuk mendukung perkembangan anak di tahap selanjutnya.

## **6. Karakteristik Anak Usia Dini**

Menurut Amalia, (2017:27-28) karakteristik anak usia dini sebagai berikut:

- a. Anak bersifat unik
- b. Anak mengekspresikan perilaku secara relatif spontan
- c. Anak bersifat aktif dan energik
- d. Anak itu egosentris
- e. Anak memiliki rasa ingin tahu yang kuat dan antusias terhadap banyak hal
- f. Anak bersifat eksploratif dan berjiwa petualang
- g. Anak umumnya kaya akan fantasi
- h. Anak masih mudah frustrasi
- i. Anak masih kurang pertimbangan dalam bertindak
- j. Anak memiliki daya perhatian yang pendek

- k. Masa anak merupakan masa belajar yang paling potensial
- l. Anak semakin menunjukkan minat terhadap teman

Selain itu menurut Kartono, (Anjani 2023:13) menjelaskan bahwa anak usia dini memiliki karakteristik:

- a. bersifat egosentris naif,
- b. mempunyai relasi sosial dengan benda benda dan manusia yang sifatnya sederhana dan primitif,
- c. ada kesatuan jasmani dan rohani yang hampir-hampir tidak terpisahkan sebagai satu totalitas,
- d. sikap hidup yang fisiognomis, yaitu anak secara langsung membentangkan atribut/sifat lahiriah atau materiel terhadap suatu penghayatan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa anak usia dini memiliki karakteristik unik yang mencakup sifat egosentris, spontan, aktif, eksploratif, penuh fantasi, dan memiliki rasa ingin tahu yang tinggi. Relasi sosialnya sederhana, dengan perkembangan jasmani dan rohani yang terpadu. Masa ini adalah periode penting untuk pembelajaran dan pembentukan kepribadian.

## **B. Penelitian Yang Relevan**

1. Penelitian yang dilakukan oleh Rifdah dan Sit (2024) dengan judul "Analisis Perkembangan Emosional Anak Usia 5-6 Tahun di TK Nurul Yaqin". 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.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Citra Amelia (2022) dengan judul “Peran Orang Tua Dalam Perkembangan Sosial-Emosional Anak Usia Dini Di Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan sosio emosional anak memenuhi tahap perkembangan psikososial Erik Erikson pada tiga tahap awal dimana tahap pertama percaya vs tidak percaya memperlihatkan sebagian anak tidak memiliki kedekatan positif pada orang tuanya sehingga berdampak pada kepercayaan terhadap orang lain yang lebih cenderung negatif. Tahap kedua yaitu tahap kemandirian vs malu dan ragu-ragu memperlihatkan bahwa anak kebanyakan berada pada kategori malu dan ragu-ragu disebabkan karena orang tua suka melarang atau terlalu melindungi dan membuat anak terbiasa melakukan sesuatu secara mandiri. Tahap ketiga yaitu tahap inisiatif vs rasa bersalah yang memperlihatkan bahwa anak kebanyakan berada

pada kategori rasa bersalah. Hasil penelitian selanjutnya menunjukkan bahwa peran yang dilaksanakan orang tua ada 4 peran yaitu peran pendidik, peran pengasuh, peran motivator, dan peran model. Hasil penelitian selanjutnya memperlihatkan bahwa dampak teknologi cukup menghambat perkembangannya karena anak ketergantungan terhadap gadget tetapi dapat di control melalui pembatasan waktu penggunaan gadget.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Aprilia dan Suryana (2022) dengan judul “Analisis Perkembangan Emosi pada Penerapan Demonstration Method di Taman Kanak- Kanak”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa uji beda skor perkembangan emosi anak pre-test dan post-test kelas eksperiment thitung 13,892 dengan signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , dimana terjadi perbedaan signifikan perkembangan emosi peserta didik pre test dan post test sehingga dapat dikatakan bahwa demonstration method berpengaruh terhadap perkembangan emosi peserta didik. Berdasarkan hasil perhitungan nilai Gain diketahui bahwa demonstration method berpengaruh terhadap perkembangan emosi anak dengan kategori tinggi  $77,56\% > 70\%$ .

Berdasarkan ketiga penelitian di atas, memiliki beberapa kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dalam analisis perkembangan emosional anak usia dini, namun mereka berbeda dalam penekanan hasil dan faktor yang mendukung serta menghambat pembiasaan tersebut. Selain itu, peneliti ini juga memiliki perbedaan dari

penelitian sebelumnya yaitu terkait waktu dan tempat penelitian serta jumlah sasaran penelitian.

### **C. Kerangka Berpikir**

Perkembangan anak merupakan proses terjadinya perubahan yang terjadi pada anak baru lahir hingga dewasa. Perkembangan anak usia dini meliputi perkembangan kognitif, bahasa, motorik, emosi, dan perilaku. Proses perkembangan anak dinilai dari aspek-aspek yang berkembang pada dirinya.

Perkembangan emosi merupakan proses anak mengembangkan kemampuan untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengatur emosinya sendiri. Perkembangan ini sangat penting ada dalam diri seorang anak untuk membantu memahami dan mengelola emosi anak, sehingga dapat menjalani kehidupan yang lebih baik. Karena orang yang mengalami hambatan dalam perkembangan emosi akan kesulitan untuk mendapatkan keseimbangan dalam hidup.

Pada dasarnya perkembangan emosi anak akan berkembang dengan sendirinya, namun tetap butuh bantuan orang-orang disekitarnya, seperti orang tua dan guru pada saat disekolah untuk bisa mengembangkan kecerdasan emosional dengan baik. Pengendalian emosi juga sangat penting bagi anak, agar anak lebih bisa memahami dirinya sendiri dan lingkungan sekitar. Pengendalian emosi merupakan mengontrol luapan perasaan baik senang maupun sedih yang muncul dalam waktu yang singkat dalam melampiaskan ketidakpuasan, kekecewaan dan

kesalahannya ketika terjadi emosional yang tidak terkendalikan yang biasanya menimbulkan penilaian negatif dari diri atau orang lain.

Emosional anak merupakan kemampuan anak untuk memahami dan mengelola emosi yang dirasakan dengan cara yang sehat, emosi anak sering terjadi karena kurangnya pengendalian emosi dirinya terhadap lingkungan sekitar yang terjadi di lingkungan keluarga lalu dibawa ke lingkungan luar. Untuk memahami anak dengan emosi yang tidak stabil dapat untuk menyediakan lingkungan yang mendukung oleh si anak, berbicara dengan memahami perasaan mereka.

Di lingkungan luar seperti lingkungan sekolah, guru tidak hanya menyampaikan pembelajaran saja, tetapi juga membimbing dalam perkembangan emosional anak dengan cara berinteraksi dengan anak. Di PAUD Pelita Hati Sintang, terdapat satu anak yang tidak dapat mengendalikan emosi nya, sehingga anak tersebut tidak sering berinteraksi dengan teman sekelasnya. Emosi yang sering anak keluarkan adalah menangis hingga sulit ditenangkan, mendorong temannya hingga terjatuh, menggigit temannya bahkan dengan guru pun dia seperti itu jika sedang emosi. Hal kecil lainnya yang sering membuat anak emosi adalah ketika anak tidak bisa memasang kaos kaki nya sendiri dan tidak bisa menutup bekalnya, jika hal itu tidak cepat dibantu guru makan anak akan menangis bahkan membuang benda yang ada disekelilingnya atau yang sedang ia pegang.

Oleh karena itu, menciptakan lingkungan yang mendukung, baik di rumah maupun di sekolah, serta memberikan perhatian pada perasaan anak, adalah langkah penting untuk mendukung perkembangan emosional yang sehat.