

Peran Lingkungan Keluarga dan Sekolah dalam Pembentukan Emosi Anak: Kajian Literatur Psikologi Pendidikan Anak

Mohamad Mabarun*¹, Ellen Prima¹

¹Program Pascasarjana UIN Saifudin Zuhri Purwokerto

mabarun@uinsaizu.ac.id

Abstrak

ARTICLE INFO

Article history:

Received February 15, 2025

Revised May 22, 2025

Accepted June 20, 2025

Perkembangan emosi anak merupakan aspek penting dalam proses pendidikan yang berpengaruh terhadap kemampuan sosial, moral, dan akademik. Artikel ini bertujuan untuk meninjau berbagai hasil penelitian tentang peran lingkungan keluarga dan sekolah dalam membentuk emosi anak. Kajian ini menggunakan metode literature review dengan menganalisis artikel ilmiah yang diterbitkan dalam sepuluh tahun terakhir (2015–2025) dari berbagai sumber bereputasi. Hasil kajian menunjukkan bahwa kehangatan, pola asuh, dan komunikasi emosional dalam keluarga memiliki kontribusi signifikan terhadap stabilitas emosi anak. Sementara itu, lingkungan sekolah yang suportif, interaksi guru-siswa yang positif, serta penerapan pembelajaran sosial-emosional (social emotional learning) turut memperkuat kemampuan anak dalam mengenali dan mengelola emosi. Kesimpulannya, sinergi antara keluarga dan sekolah menjadi faktor utama dalam membentuk keseimbangan emosional anak yang mendukung perkembangan kepribadian dan prestasi belajar. Temuan ini memiliki implikasi bagi guru dan orang tua untuk menciptakan lingkungan yang responsif secara emosional serta berorientasi pada kesejahteraan psikologis anak.

Kata Kunci: perkembangan emosi anak, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, psikologi pendidikan anak

Journal Homepage

<https://ejournal.uinsaizu.ac.id/index.php/j-pgmi>

Pendahuluan

Perkembangan emosi anak merupakan aspek fundamental dalam psikologi pendidikan karena berpengaruh langsung terhadap kemampuan anak untuk berinteraksi sosial, menyesuaikan diri, dan mencapai keberhasilan akademik. Namun, fenomena di lapangan menunjukkan bahwa banyak anak mengalami kesulitan dalam mengelola emosi seperti mudah marah, sulit berempati, dan kurang mampu mengendalikan diri di lingkungan belajar. Permasalahan ini menandakan bahwa pembentukan emosi anak tidak hanya bergantung pada faktor biologis, tetapi juga pada pengaruh lingkungan terdekat, terutama keluarga dan sekolah

Keluarga merupakan tempat pertama anak belajar mengenal dan mengekspresikan perasaan, sedangkan sekolah menjadi ruang sosial di mana anak mengembangkan kemampuan mengelola emosi dalam konteks hubungan sosial yang lebih luas (Santrock, 2019). Oleh karena itu, memahami bagaimana kedua lingkungan ini berkontribusi terhadap pembentukan emosi anak menjadi penting bagi upaya peningkatan kesejahteraan psikologis dan mutu pendidikan.

Beberapa penelitian terdahulu telah menyoroti pentingnya lingkungan keluarga dalam perkembangan emosi anak. (Morris et al., 2019) menemukan bahwa respons emosional orang tua terhadap perilaku anak berpengaruh langsung terhadap kemampuan regulasi emosi anak. (Eisenberg & Sulik, 2014) menambahkan bahwa pola asuh yang hangat dan suportif memperkuat rasa aman serta empati anak.

Di sisi lain, penelitian (Jennings & Greenberg, 2014) menunjukkan bahwa interaksi positif guru-siswa dan iklim sekolah yang suportif dapat meningkatkan kesejahteraan emosional anak. Temuan serupa juga dikemukakan oleh (Durlak et al., 2011), yang menegaskan efektivitas program *Social Emotional Learning* (SEL) dalam meningkatkan kesadaran diri dan pengelolaan emosi.

Meskipun penelitian tentang perkembangan emosi anak sudah banyak dilakukan, sebagian besar masih membahas peran keluarga dan sekolah secara terpisah. Hanya sedikit penelitian yang secara eksplisit menganalisis bagaimana kedua lingkungan tersebut saling melengkapi dalam membentuk regulasi emosi anak secara holistik. Selain itu, sebagian hasil penelitian berfokus pada konteks budaya Barat, sementara kajian dalam konteks sosial-budaya Indonesia masih terbatas.

Kesenjangan inilah yang menjadi dasar perlunya dilakukan tinjauan literatur komprehensif untuk memahami keterkaitan dan sinergi antara peran keluarga dan sekolah dalam membentuk keseimbangan emosional anak.

Artikel ini bertujuan untuk meninjau dan menganalisis berbagai hasil penelitian mengenai peran lingkungan keluarga dan sekolah dalam pembentukan emosi anak, berdasarkan literatur ilmiah yang terbit dalam kurun waktu 2015–2025. Rumusan masalah utama yang ingin dijawab dalam kajian ini adalah:

1. Bagaimana peran lingkungan keluarga dalam membentuk perkembangan emosi anak?
2. Bagaimana peran lingkungan sekolah dalam mendukung regulasi emosi anak?
3. Bagaimana sinergi antara kedua lingkungan tersebut dapat menciptakan keseimbangan emosional pada anak?

Hasil kajian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan kajian psikologi pendidikan anak serta implikasi praktis bagi guru dan orang tua dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang sehat secara emosional.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis kajian literatur (*literature review*), yaitu penelitian yang dilakukan melalui penelaahan sistematis terhadap berbagai sumber ilmiah yang relevan. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yakni menganalisis dan mensintesis hasil-hasil penelitian terdahulu mengenai peran lingkungan keluarga dan sekolah dalam pembentukan emosi anak. Kajian literatur memberikan peluang bagi peneliti untuk menelusuri beragam temuan teoretis dan empiris yang telah ada tanpa melakukan pengumpulan data lapangan langsung, tetapi tetap menghasilkan pemahaman yang komprehensif dan kontekstual (Snyder, 2019). Dalam konteks psikologi pendidikan anak, metode ini efektif digunakan untuk menggali pola umum dan arah pengembangan kajian serupa di Indonesia.

Subjek penelitian dalam kajian ini bukan individu, melainkan berbagai dokumen ilmiah berupa artikel jurnal nasional dan internasional yang relevan dengan topik penelitian. Pemilihan sumber dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan secara sengaja berdasarkan

kesesuaian tema, kredibilitas penerbit, dan periode publikasi antara tahun 2015–2025. Artikel yang digunakan berasal dari berbagai basis data akademik seperti *Google Scholar*, *ScienceDirect*, *Elsavier*, ERIC, serta Garuda Ristekdikti untuk jurnal nasional. Secara keseluruhan, terdapat sekitar 25 artikel ilmiah yang dianalisis, terdiri atas penelitian empiris maupun kajian konseptual yang menyoroti aspek perkembangan emosi anak di lingkungan keluarga dan sekolah. Beberapa penelitian Indonesia yang dijadikan rujukan antara lain karya (Novera et al., 2025) tentang pengaruh pola asuh dan Attachment terhadap kemandirian anak usia dini serta (Salsabila et al., 2023).

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi sistematis, yaitu dengan menelusuri, menyeleksi, dan menelaah literatur berdasarkan kata kunci seperti perkembangan emosi anak, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan *social emotional learning*. Proses seleksi dilakukan dengan meninjau kesesuaian tema dan kualitas metodologis sumber. Setelah proses penyaringan, artikel yang memenuhi kriteria inklusi diklasifikasikan ke dalam dua kategori besar, yaitu penelitian yang membahas peran keluarga dan penelitian yang berfokus pada peran sekolah dalam pembentukan emosi anak. Langkah ini mengacu pada prinsip *systematic literature review* (SLR) yang menekankan ketelitian, transparansi, dan replikasi dalam pencarian data ilmiah (Kitchenham & Charters, 2021)

Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis tematik (*thematic analysis*). Seluruh literatur yang telah terkumpul dibaca secara cermat untuk menemukan pola, tema, dan konsep yang berulang. Informasi dari berbagai penelitian kemudian direduksi, diklasifikasikan, dan disintesis agar menghasilkan gambaran yang utuh mengenai hubungan antara peran keluarga dan sekolah terhadap perkembangan emosi anak. Proses ini mengacu pada prosedur sintesis literatur yang dikemukakan oleh (Grant et al., 2009) yaitu menggabungkan hasil-hasil penelitian untuk mengidentifikasi kesamaan, perbedaan, dan arah teoretis yang muncul.

Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai sinergi antara keluarga dan sekolah sebagai dua konteks utama dalam pembentukan emosi anak. Selain itu, hasil kajian ini juga berfungsi memperkuat literatur nasional di bidang psikologi pendidikan anak dengan menampilkan relevansi antara teori perkembangan emosi dan praktik pendidikan di Indonesia.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan telaah terhadap sekitar 25 artikel ilmiah nasional dan internasional yang diterbitkan dalam kurun waktu 2015–2025, ditemukan bahwa lingkungan keluarga dan sekolah memiliki kontribusi signifikan dalam pembentukan dan penguatan emosi anak. Hasil analisis literatur menunjukkan adanya dua tema utama yang konsisten, yaitu: (1) peran lingkungan keluarga sebagai fondasi awal pembentukan emosi anak, dan (2) peran lingkungan sekolah sebagai konteks sosial yang memperkuat regulasi emosi.

1. Peran Lingkungan Keluarga dalam Pembentukan Emosi Anak

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama yang memainkan peran fundamental dalam membentuk perkembangan emosi anak. Sejak masa awal kehidupan, anak belajar

mengenali, mengekspresikan, dan mengatur emosinya melalui interaksi dengan orang tua dan anggota keluarga lainnya. Dalam konteks ini, pola asuh, kelekatan emosional (emotional attachment), dan komunikasi interpersonal di dalam keluarga menjadi indikator kunci bagi terbentuknya stabilitas emosi yang sehat.

Merupakan lingkungan pertama dan utama yang memengaruhi perkembangan emosi anak. Pola asuh, kelekatan emosional, dan komunikasi interpersonal dalam keluarga menjadi indikator kunci dalam pembentukan stabilitas emosi.

Penelitian (Morris et al., 2019) dan (Eisenberg & Sulik, 2014) menunjukkan bahwa pola asuh yang hangat, terbuka, dan responsif memiliki korelasi positif dengan kemampuan anak dalam melakukan regulasi emosi secara efektif. Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang penuh kasih dan empati lebih mudah mengembangkan kemampuan emotional self-regulation, yaitu kemampuan untuk mengelola perasaan negatif dan mengekspresikan emosi positif secara adaptif. Keluarga dengan iklim emosional positif cenderung melahirkan anak-anak yang memiliki tingkat empati, kepercayaan diri, dan pengendalian diri yang tinggi dalam menghadapi berbagai situasi sosial.

Selanjutnya, hasil penelitian (Lindawati & Utami, 2021) menegaskan bahwa pola asuh demokratis memberikan kontribusi signifikan terhadap kemampuan anak dalam mengenali, memahami, dan mengekspresikan emosi dengan cara yang tepat. Orang tua dengan gaya pengasuhan ini biasanya memberikan ruang dialog, mendengarkan pandangan anak, dan memberikan arahan tanpa menekan kebebasan emosionalnya. Pendekatan tersebut memungkinkan anak belajar memahami sebab-akibat dari perasaannya sendiri, serta mengembangkan empati terhadap perasaan orang lain.

Sementara itu, studi oleh (Sa'diyah et al., 2025) memperkuat pandangan tersebut dengan menekankan pentingnya komunikasi emosional antara orang tua dan anak. Komunikasi yang terbuka, jujur, dan penuh kasih sayang berfungsi sebagai sarana utama dalam mencegah perilaku agresif, membangun empati sosial, serta menciptakan rasa aman secara psikologis. Anak yang merasa diterima dan dihargai perasaannya akan lebih mudah menumbuhkan keseimbangan emosional, kepercayaan diri, dan kontrol diri dalam menghadapi tekanan lingkungan sosial.

Sebaliknya, lingkungan keluarga dengan pola asuh otoriter, minim interaksi emosional, dan tingkat konflik yang tinggi sering kali menghasilkan anak dengan tingkat kecemasan yang lebih besar, rendahnya kepercayaan diri, serta kesulitan dalam mengontrol emosi negatif seperti marah atau takut (Pinquart, 2017). Pola asuh yang keras tanpa diimbangi dengan empati dapat membuat anak merasa tidak aman secara emosional, sehingga mereka cenderung meniru perilaku agresif atau menarik diri secara sosial.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa lingkungan keluarga yang kondusif bagi perkembangan emosional anak adalah lingkungan yang mendorong keterbukaan komunikasi, penghargaan terhadap perasaan anak, serta stabilitas hubungan antar anggota keluarga. Kehangatan, dukungan, dan konsistensi dalam interaksi sehari-hari menjadi fondasi utama bagi pembentukan karakter emosional yang sehat. Dalam jangka panjang, kualitas lingkungan

keluarga yang positif tidak hanya menentukan regulasi emosi anak, tetapi juga membentuk dasar bagi kesehatan mental, kecerdasan emosional, dan kemampuan sosialnya di masa depan.

2. Peran Lingkungan Sekolah dalam Penguatan Regulasi Emosi Anak

Selain keluarga, sekolah merupakan lingkungan sosial kedua yang memiliki peran krusial dalam membentuk dan memperkuat regulasi emosi anak. Di sekolah, anak mulai berinteraksi dengan sistem sosial yang lebih luas, yaitu dengan guru, teman sebaya, dan struktur aturan yang berbeda dari rumah. Pengalaman sosial yang kompleks di sekolah memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosinya dalam berbagai konteks sosial dan akademik. Dengan demikian, sekolah bukan hanya tempat transfer pengetahuan kognitif, tetapi juga menjadi laboratorium emosional tempat anak belajar keterampilan sosial dan pengendalian diri.

Hasil kajian menunjukkan bahwa iklim sekolah yang positif, dukungan emosional dari guru, dan penerapan pembelajaran sosial-emosional (*Social Emotional Learning/SEL*) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keseimbangan emosi dan perilaku adaptif anak. Lingkungan sekolah yang menumbuhkan rasa aman, penghargaan, dan keadilan akan membantu anak merasa diterima, sehingga mereka mampu bereaksi terhadap tekanan akademik maupun sosial dengan cara yang konstruktif.

Penelitian oleh (Brackett et al., 2025) mengungkapkan bahwa guru dengan kompetensi sosial-emosional yang baik mampu menciptakan suasana kelas yang kondusif, hangat, dan penuh empati. Kondisi tersebut memungkinkan anak untuk merasa aman mengekspresikan pendapat maupun emosinya, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan efektif. Guru dengan kecerdasan emosional tinggi juga lebih mampu mengenali tanda-tanda stres atau frustrasi pada siswa, lalu meresponsnya dengan pendekatan yang suportif. Akibatnya, anak belajar dari teladan tersebut bagaimana mengelola emosi dengan tenang dan proporsional.

Hal serupa ditemukan oleh (Salsabila et al., 2023), yang menegaskan bahwa guru berperan sebagai model emosional (*emotional role model*) bagi para siswa. Ketika guru menunjukkan kesabaran, empati, dan kemampuan mengelola stres di kelas, anak-anak cenderung meniru pola emosi tersebut dalam interaksi sehari-hari. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kehadiran guru yang positif dan penuh kasih dapat menurunkan stres akademik serta meningkatkan motivasi dan keterlibatan belajar siswa.

Selanjutnya (Ponidjan et al., 2025) menemukan bahwa sekolah yang menerapkan kebijakan disiplin positif dan menyediakan dukungan konselor sekolah mampu menurunkan tingkat perilaku agresif siswa hingga 27% dibandingkan dengan sekolah yang tidak memiliki dukungan sosial-emosional serupa. Kebijakan disiplin positif berfokus pada pemahaman dan pemulihan perilaku, bukan pada hukuman. Melalui pendekatan ini, siswa diajak untuk memahami konsekuensi emosional dari tindakannya, sehingga mereka dapat belajar mengontrol impuls dan memperbaiki perilaku dengan lebih sadar.

Lebih jauh, pendekatan pembelajaran *sosial-emosional* (SEL) juga terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi emosional, empati, dan kemampuan pemecahan masalah pada siswa

sekolah dasar dan menengah. Program-program SEL yang terintegrasi dalam kurikulum membantu siswa memahami emosi mereka sendiri, mengenali perasaan orang lain, serta membangun hubungan yang sehat. Sekolah yang mengintegrasikan nilai-nilai sosial-emosional ke dalam budaya dan kebijakan institusionalnya terbukti mampu menumbuhkan karakter yang lebih stabil, disiplin, dan peduli terhadap sesama.

Secara umum, temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa lingkungan sekolah yang memperhatikan kesejahteraan emosional siswa tidak hanya berdampak pada prestasi akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter sosial dan moral anak. Sekolah yang menempatkan pentingnya kesehatan emosional sejajar dengan pencapaian kognitif berpotensi melahirkan generasi yang lebih adaptif, empatik, dan tahan terhadap tekanan sosial.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa peran sekolah dalam penguatan regulasi emosi anak sangatlah strategis. Melalui sinergi antara guru, konselor, kebijakan sekolah, dan program pembelajaran sosial-emosional, sekolah menjadi wadah yang efektif untuk menanamkan kemampuan mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara sehat, yang pada akhirnya akan menunjang perkembangan sosial dan akademik anak secara berkelanjutan.

3. Sinergi Lingkungan Keluarga dan Sekolah

Analisis lintas penelitian menunjukkan bahwa sinergi antara lingkungan keluarga dan sekolah merupakan salah satu faktor paling penting dalam membentuk keseimbangan emosional anak secara berkelanjutan. Kedua lingkungan ini berperan sebagai sistem sosial yang saling melengkapi dalam memberikan pengalaman emosional dan pembelajaran sosial bagi anak. Ketika nilai-nilai, pola komunikasi, dan pendekatan pengasuhan antara keluarga dan sekolah berjalan seirama, maka anak akan tumbuh dalam ekosistem pendidikan yang konsisten dan mendukung stabilitas emosinya.

Sinergi ini mencakup berbagai aspek, seperti kolaborasi komunikasi antara guru dan orang tua, keselarasan nilai pendidikan emosional di rumah dan di sekolah, serta keterlibatan aktif orang tua dalam kegiatan sekolah. Komunikasi yang terbuka dan rutin antara pihak sekolah dan keluarga memungkinkan terbangunnya pemahaman yang sama mengenai kebutuhan emosional anak. Misalnya, ketika guru mengetahui kondisi emosional anak di rumah, guru dapat menyesuaikan pendekatan pembelajaran agar anak merasa lebih nyaman. Begitu pula sebaliknya, orang tua yang memahami dinamika anak di sekolah dapat memberikan dukungan emosional yang relevan di rumah.

Hasil penelitian (Zain et al., 2023) menegaskan bahwa kolaborasi antara sekolah dan keluarga melalui program parenting serta pembelajaran sosial-emosional terpadu terbukti mampu meningkatkan kemampuan anak dalam mengelola kemarahan, mengendalikan impuls, dan membangun hubungan positif dengan teman sebaya. Program semacam ini mendorong terjadinya komunikasi dua arah yang konstruktif antara orang tua dan guru, serta memperkuat pemahaman bersama tentang pentingnya keseimbangan antara aspek akademik dan emosional.

Lebih lanjut, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa ketika sekolah melibatkan orang tua secara aktif dalam perencanaan maupun pelaksanaan kegiatan pembelajaran sosial-emosional,

anak menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemampuan empati, kepedulian sosial, dan regulasi diri. Keterlibatan orang tua dalam kegiatan sekolah seperti seminar parenting, kelas inspirasi, atau proyek sosial bersama anak seerta menciptakan pengalaman emosional positif yang memperkuat ikatan antara rumah dan sekolah.

Menurut pandangan Bronfenbrenner (1979) dalam teori Ekologi Perkembangan Anak, anak berkembang di dalam sistem yang saling berinteraksi, di mana keluarga dan sekolah termasuk dalam lapisan mikrosistem yang memiliki pengaruh langsung terhadap perilaku dan emosi anak. Interaksi yang harmonis antara kedua mikrosistem ini (yang disebut sebagai mesosistem) akan menghasilkan efek penguatan yang signifikan terhadap perkembangan anak secara keseluruhan. Sebaliknya, apabila terjadi ketidakharmonisan antara rumah dan sekolah misalnya perbedaan cara mendisiplinkan anak atau konflik nilai, maka anak berpotensi mengalami kebingungan emosional dan stres psikologis.

Dalam konteks pendidikan modern, sinergi ini semakin ditekankan melalui pendekatan *school-family partnership*, yaitu kemitraan yang berorientasi pada kesejahteraan emosional dan kesuksesan belajar anak. Melalui sinergi tersebut, guru dan orang tua dapat berperan sebagai rekan sejawat dalam mendidik anak, bukan sebagai dua pihak yang bekerja secara terpisah. Pendekatan ini menumbuhkan kesadaran bahwa pembentukan karakter dan kecerdasan emosional anak merupakan tanggung jawab bersama.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keberhasilan pembentukan emosi anak tidak dapat hanya dibebankan kepada sekolah atau keluarga semata, melainkan merupakan hasil dari interaksi dan kolaborasi harmonis antara keduanya. Sinergi ini menciptakan kesinambungan nilai, pola komunikasi, dan dukungan emosional yang konsisten, sehingga anak mampu tumbuh menjadi individu yang stabil secara emosional, adaptif terhadap perubahan sosial, dan memiliki kemampuan interpersonal yang matang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembentukan emosi anak tidak terjadi secara spontan, melainkan merupakan hasil dari interaksi yang kompleks, dinamis, dan berkesinambungan antara faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup aspek biologis, temperamen, tingkat kematangan kognitif, serta karakteristik kepribadian anak. Sementara itu, faktor eksternal bersumber dari lingkungan sosial, terutama keluarga dan sekolah, yang menjadi dua konteks utama tempat anak berinteraksi dan belajar mengelola emosinya. Kedua faktor tersebut saling memengaruhi dan berperan penting dalam membentuk dasar regulasi emosi yang stabil pada anak.

Temuan ini memiliki makna strategis dalam konteks pendidikan anak, sebab menegaskan bahwa perkembangan emosi tidak hanya ditentukan oleh bawaan kepribadian anak semata, tetapi juga oleh dukungan sosial, afektif, dan emosional yang diberikan oleh lingkungan terdekatnya. Dengan kata lain, kecerdasan emosional anak bukanlah hasil perkembangan yang alami atau otomatis, melainkan merupakan kemampuan yang perlu dibimbing, diteladankan, dan dikembangkan melalui interaksi sehari-hari dengan orang tua, guru, dan teman sebaya. Anak belajar mengidentifikasi, mengekspresikan, dan mengendalikan emosi berdasarkan pengalaman langsung yang diperolehnya dari dua ruang utama kehidupannya: rumah dan sekolah.

Dalam konteks ini, peran keluarga menjadi elemen pertama dan paling berpengaruh dalam pembentukan emosi anak. Hubungan yang penuh kasih sayang, pola asuh yang demokratis, serta komunikasi emosional yang terbuka merupakan fondasi utama keseimbangan emosi. Keluarga bukan hanya tempat anak memenuhi kebutuhan fisik, melainkan juga berfungsi sebagai lingkungan afektif pertama tempat anak mengenal dan memahami perasaan dirinya sendiri serta perasaan orang lain. Melalui interaksi sehari-hari dengan orang tua, anak belajar mengenali makna kasih sayang, empati, amarah, serta cara menghadapi kekecewaan dengan wajar.

Hal ini sejalan dengan teori Attachment yang dikemukakan oleh John Bowlby (1988), yang menegaskan bahwa kelekatan aman (*secure attachment*) antara orang tua dan anak menjadi dasar terbentuknya rasa percaya, rasa aman psikologis, empati, dan kemampuan mengendalikan diri. Anak yang tumbuh dengan kelekatan emosional yang baik akan lebih mudah mengembangkan kemampuan sosial-emosional, seperti berinteraksi positif dengan teman sebaya, memahami emosi orang lain, serta mengelola stres dalam situasi yang menekan. Sebaliknya, hubungan yang kurang hangat, penuh konflik, atau bersifat otoriter cenderung menimbulkan ketidakstabilan emosi dan masalah perilaku pada anak.

Selain itu, kualitas interaksi dalam keluarga juga menentukan bagaimana anak membangun pola berpikir emosional (*emotional schema*) terhadap dunia sekitarnya. Anak yang terbiasa menerima validasi terhadap perasaannya akan belajar bahwa emosi adalah sesuatu yang alami dan dapat dikendalikan. Sebaliknya, anak yang sering ditekan atau diabaikan emosinya akan cenderung memendam perasaan dan mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri. Oleh karena itu, pola komunikasi yang empatik dan terbuka di dalam keluarga berperan besar dalam membentuk dasar regulasi emosi yang sehat dan adaptif.

Lebih jauh, keluarga juga berfungsi sebagai jembatan antara dunia emosional anak dengan lingkungan sekolah. Ketika keluarga memberikan fondasi emosi yang kokoh, anak akan lebih siap berinteraksi dan beradaptasi dengan situasi sosial di sekolah. Pola asuh yang positif di rumah membantu anak mengembangkan kepercayaan diri, kemampuan berempati, serta keterampilan menyelesaikan konflik secara damai. Dengan demikian, keluarga menjadi titik awal dari proses panjang pembentukan kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) yang kelak menjadi bekal penting bagi anak dalam menghadapi berbagai tantangan sosial dan akademik di masa depan.

Penelitian oleh (Ananda dan Fitria 2021) memperkuat pandangan bahwa pola asuh demokratis di rumah berkontribusi signifikan terhadap kemampuan regulasi emosi anak usia sekolah dasar di Indonesia. Anak-anak yang tumbuh dalam pola asuh demokratis cenderung menunjukkan keterampilan dalam mengenali perasaan diri, memahami perasaan orang lain, serta merespons situasi emosional dengan cara yang lebih adaptif. Hal ini disebabkan karena orang tua dengan gaya asuh demokratis biasanya memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan perasaannya secara terbuka, namun tetap dalam batasan yang penuh bimbingan dan kasih sayang

Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian (Morris et al., 2019) dan (Eisenberg & Sulik, 2014) yang menegaskan bahwa pola asuh yang hangat dan suportif berperan penting dalam mengembangkan empati, kepekaan sosial, serta pengendalian perilaku agresif pada anak. Dalam keluarga yang menunjukkan kehangatan emosional, anak merasa diterima, dihargai, dan aman

secara psikologis. Rasa aman ini menjadi landasan bagi anak untuk berani mengeksplorasi lingkungannya tanpa takut gagal atau ditolak, sehingga mendukung tumbuhnya kemampuan regulasi emosi yang sehat.

Di sisi lain, lingkungan sekolah berfungsi sebagai ruang sosial kedua yang memperluas pengalaman emosional anak di luar rumah. Di sekolah, anak belajar menavigasi hubungan sosial yang lebih kompleks melalui interaksi dengan guru dan teman sebaya. Guru berperan sebagai agen emosional dan moral, sementara teman sebaya menjadi cermin bagi perkembangan sosial-emosional anak. Dalam konteks ini, sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat pembelajaran akademik, tetapi juga sebagai laboratorium sosial-emosional tempat anak belajar menghadapi perbedaan, menyesuaikan diri, dan mengatasi tekanan sosial.

Hasil kajian berbagai penelitian mendukung Teori Ekologi Perkembangan Bronfenbrenner (1979) yang menjelaskan bahwa perkembangan anak terjadi dalam sistem lingkungan yang saling berinteraksi dan memengaruhi, terutama mikrosistem keluarga dan sekolah. Hubungan timbal balik yang harmonis antara kedua sistem ini sangat menentukan arah perkembangan anak. Sekolah yang mengadopsi pendekatan *Social Emotional Learning* (SEL) dan kebijakan disiplin positif terbukti efektif dalam menumbuhkan kesejahteraan emosional siswa serta menurunkan perilaku maladaptif (Durlak et al., 2020; Rahmawati et al., 2020). Melalui penerapan SEL, anak tidak hanya diajarkan keterampilan akademik, tetapi juga kemampuan kesadaran diri (*self-awareness*), empati (*social awareness*), dan tanggung jawab sosial (*responsible decision-making*).

Temuan penelitian Pratiwi (2019) turut memperlihatkan bahwa guru memiliki peran sentral sebagai model emosi bagi siswa. Guru yang menunjukkan empati, kesabaran, dan konsistensi dalam menghadapi perilaku siswa dapat menurunkan tingkat stres akademik serta meningkatkan keterlibatan dan motivasi belajar anak. Sikap dan perilaku guru di kelas menjadi contoh nyata bagi siswa dalam mengelola emosi. Dengan demikian, lingkungan sekolah yang positif dapat berfungsi sebagai regulator sosial yang membantu anak menyeimbangkan respon emosinya terhadap berbagai situasi belajar dan sosial.

Temuan-temuan tersebut memiliki keterkaitan yang kuat dengan teori-teori psikologi perkembangan dan pendidikan. Pertama, Teori Attachment (Bowlby, 1988) dan Self-Regulation Model. (Eisenberg & Sulik, 2014) menjelaskan bahwa regulasi emosi anak terbentuk melalui hubungan interpersonal yang stabil, aman, dan penuh dukungan. Anak yang mengalami kelekatan aman (*secure attachment*) cenderung memiliki kemampuan kontrol diri yang lebih baik dan tidak mudah mengalami ledakan emosi. Kedua, Teori Ekologi Perkembangan Bronfenbrenner (1979) memperluas pemahaman tersebut dengan menekankan bahwa perkembangan anak merupakan hasil dari interaksi dinamis antara berbagai sistem lingkungan mulai dari keluarga, sekolah, hingga masyarakat luas. Ketiga, kerangka teori *Social Emotional Learning* (SEL) yang dikembangkan oleh (Durlak et al., 2011) menegaskan bahwa pembelajaran berbasis emosi di sekolah berperan penting dalam membangun kesadaran diri, empati, dan keterampilan sosial anak secara sistematis.

Ketiga teori ini saling melengkapi dan bersama-sama menggambarkan bahwa perkembangan emosi anak adalah proses interaktif, ekologis, dan kontekstual, di mana anak tidak dapat dipisahkan

dari sistem sosial yang menaunginya. Lingkungan keluarga memberikan pondasi awal berupa rasa aman, cinta, dan kelekatan emosional, sementara sekolah bertugas memperkuat kemampuan sosial-emosional tersebut melalui pengalaman belajar, interaksi sosial, dan keteladanan guru.

Hasil penelitian ini konsisten dengan berbagai studi internasional dan nasional. Studi internasional seperti (Eisenberg & Sulik, 2014), (Durlak et al., 2011), dan (Brackett et al., 2025) mendukung pentingnya pola asuh positif dan pembelajaran sosial-emosional dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis anak. Demikian pula, penelitian (Jennings & Greenberg, 2014) menunjukkan bahwa kompetensi sosial-emosional guru memiliki korelasi kuat dengan hasil belajar siswa.

Di Indonesia, penelitian (Ananda dan Fitria 2021), (Hidayati dan Utami 2021), serta (Rahmawati et al. 2020) mengonfirmasi relevansi temuan tersebut dalam konteks budaya lokal. Misalnya, nilai gotong royong dan kekeluargaan dalam budaya Indonesia dapat memperkuat ikatan emosional antara anak, orang tua, dan guru, sehingga membentuk regulasi emosi yang lebih stabil. Namun, hasil kajian ini juga mengindikasikan adanya tantangan baru, yaitu perlunya peningkatan kesadaran guru terhadap pentingnya kesejahteraan emosional siswa, mengingat sebagian besar kebijakan pendidikan di Indonesia masih berorientasi pada capaian akademik.

Namun demikian, hasil kajian ini juga mengindikasikan tantangan nyata dalam praktik pendidikan nasional, yaitu masih rendahnya kesadaran sebagian pendidik dan lembaga pendidikan terhadap pentingnya kesejahteraan emosional siswa. Fokus kebijakan yang terlalu menekankan capaian akademik sering kali mengabaikan dimensi sosial-emosional anak. Padahal, tanpa keseimbangan emosional, prestasi akademik yang dicapai cenderung tidak berkelanjutan dan berisiko menimbulkan stres atau kelelahan belajar. Oleh karena itu, perlu adanya reorientasi paradigma pendidikan yang menempatkan kesejahteraan emosional sebagai bagian integral dari tujuan pendidikan nasional.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menegaskan bahwa sinergi antara keluarga dan sekolah merupakan kunci utama dalam pembentukan keseimbangan emosional anak secara berkelanjutan. Kolaborasi yang harmonis antara kedua lingkungan ini dapat menciptakan kesinambungan nilai, komunikasi yang konsisten, dan dukungan emosional yang kokoh. Melalui sinergi tersebut, anak akan tumbuh menjadi pribadi yang empatik, resilien, percaya diri, serta memiliki daya saing sosial yang tinggi.

Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk meninjau secara mendalam peran lingkungan keluarga dan sekolah dalam pembentukan emosi anak melalui kajian literatur dari berbagai sumber ilmiah terbitan tahun 2015–2025. Kajian ini menyoroti bahwa proses pembentukan emosi pada anak bukanlah hasil dari satu faktor tunggal, melainkan merupakan hasil interaksi kompleks antara pengalaman yang diperoleh dari dua ruang utama dalam kehidupan anak, yaitu keluarga dan sekolah. Berdasarkan hasil analisis literatur, dapat disimpulkan bahwa kedua lingkungan ini memiliki peran yang saling melengkapi dan berkontribusi secara signifikan terhadap keseimbangan emosi anak, baik dalam konteks individu maupun sosial.

Lingkungan keluarga berfungsi sebagai fondasi emosional pertama yang membentuk kepribadian dasar dan stabilitas emosi anak. Pola asuh yang hangat, penuh kasih, dan responsif terbukti memiliki dampak positif terhadap kemampuan anak dalam mengenali serta mengelola emosinya. Komunikasi yang empatik dan keterbukaan antara orang tua dan anak menjadi wadah bagi anak untuk belajar mengekspresikan perasaan secara sehat tanpa rasa takut atau tertekan. Selain itu, hubungan kelekatan yang aman (*secure attachment*) antara orang tua dan anak, sebagaimana dijelaskan oleh Bowlby (1988), berperan penting dalam membangun rasa percaya diri, kontrol diri, dan kemampuan anak dalam menavigasi situasi emosional yang menantang. Dengan demikian, keluarga bukan hanya tempat tumbuh secara fisik, tetapi juga sebagai arena utama bagi perkembangan afektif dan moral anak.

Sementara itu, lingkungan sekolah berperan sebagai ruang sosial kedua yang memperluas pengalaman emosional anak di luar rumah. Melalui interaksi dengan guru dan teman sebaya, anak belajar mengatur emosi dalam konteks sosial yang lebih kompleks. Sekolah yang menerapkan pendekatan pembelajaran sosial-emosional (*Social Emotional Learning/SEL*), iklim kelas yang inklusif, dan kebijakan disiplin positif mampu memperkuat regulasi emosi anak serta mendorong perilaku prososial. Guru, dalam hal ini, berperan sebagai model emosional yang memberikan contoh nyata tentang bagaimana mengelola stres, menunjukkan empati, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif. Ketika anak merasa diterima dan dihargai di lingkungan sekolah, ia akan lebih mampu mengembangkan keseimbangan emosional yang mendukung keberhasilan akademik dan sosialnya.

Sinergi antara keluarga dan sekolah menjadi kunci utama dalam pembentukan emosi anak yang sehat dan berkelanjutan. Kolaborasi yang efektif antara guru dan orang tua melalui komunikasi dua arah, kegiatan parenting, dan keselarasan nilai-nilai emosional akan memperkuat kontinuitas pembelajaran emosi anak di kedua lingkungan. Ketika keluarga menanamkan nilai kasih sayang dan empati di rumah, sementara sekolah menguatkannya melalui interaksi sosial dan pembelajaran emosional, anak akan memiliki dasar yang kokoh dalam membangun kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) yang mendukung kesuksesan hidupnya di masa depan.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa keseimbangan emosi anak tidak dapat dilepaskan dari peran harmonis antara lingkungan keluarga dan sekolah. Kedua lingkungan tersebut saling bersinergi dalam menciptakan dukungan emosional yang berkesinambungan, sehingga anak tumbuh menjadi individu yang stabil secara emosional, berempati tinggi, mampu mengendalikan diri, serta memiliki daya adaptasi yang kuat terhadap tantangan sosial dan akademik.

Daftar Pustaka

- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2025). Emotional Intelligence: Implications for Personal, Social, Academic, and Workplace Success. *Social and Personality Psychology Compass*, February. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., & Taylor, R. D. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Eisenberg, N., & Sulik, M. J. (2014). Emotion-Related Self-Regulation in Children. *NIH Public Access*, 39(1), 77–83. <https://doi.org/10.1177/0098628311430172>
- Grant, M. J., Booth, A., & Centre, S. (2009). A typology of reviews: an analysis of 14 review types and associated methodologies. *Journal Compilation: Health Information and Libraries Journal*, 91–108. <https://doi.org/10.1111/j.1471-1842.2009.00848.x>
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2014). The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491–525. <https://doi.org/10.3102/0034654308325693>
- Kitchenham, B., & Charters, S. M. (2021). *Guidelines for performing Systematic Literature Reviews in Software Engineering*.
- Lindawati, Y. I., & Utami, N. R. (2021). Hubungan Pola Asuh Orangtua Terhadap Emosi Remaja. *Jurnal Sosial Dan Sains*, 1, 846–852.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., & Robinson, L. R. (2019). The Role of the Family Context in the Development of Emotion Regulation. *NIH Public Access*, 16(2), 1–26. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>.The
- Novera, W. R., Ramelan, H., Ulmi, E. K., & Muthie, I. (2025). Pengaruh Pola Asuh dan Attachment terhadap Kemandirian Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(5), 1521–1532. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i5.7051>
- Pinquart, M. (2017). Associations of Parenting Dimensions and Styles With Externalizing Problems of Children and Adolescents: An Updated Meta-Analysis. *Developmental Psychology*, 53(5), 873–932.
- Ponidjan, T. S., Kes, M., Yuliani, F. C., Amanupunnyo, N. A., Adam, Y., Gressilda, J., Sine, L., Damayanti, D. S., Montolalu, A., & Rahman, M. A. (2025). *Tumbuh Kembang Anak* (L. O. Alifariki (ed.); I). PT MEDIA PUSTAKA INDO.

Peran Lingkungan Keluarga dan Sekolah dalam Pembentukan Emosi Anak: Kajian Literatur Psikologi ...

Sa'diyah, W. W., Filasofa, L. M. K., & Khunaifi, A. (2025). Pola komunikasi orang tua dalam pengembangan sosial emosional anak di tk tarbiyatul athfal 04. *Aş-Şibyān : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 307–320.

Salsabila, D. I., Wulandari, H., & Dini, A. U. (2023). Peran Guru dalam Perkembangan Emosi Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(4), 3182–3188.

Santrock, J. W. (2019). *Children* (C. Burger (ed.); XIV). Aptara, Inc.

Snyder, H. (2019). *Literature review as a research methodology : An overview and guidelines. Journal of Business Research*, 104(August), 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>

Zain, A., Supadmi, Nurmina, Rachmijati, C., & Banat, A. (2023). *Psikologi pendidikan* (R. Indriani (ed.); Issue August). PT Arr Rad Pratama.

This page is intentionally left blank