



## Konseling Individual dalam Pengembangan Emosi Anak Usia Dini

Luthfia Zoyadila<sup>1</sup>, Siti Ramadhani<sup>2</sup>, Cindy Caroline Samudra<sup>3</sup>

<sup>123</sup>STAI Raudhatul Akmal, Deli Serdang, Indonesia

<sup>1</sup>dilazoya4@gmail.com, <sup>2</sup>sitirama02031994@gmail.com, <sup>3</sup>cindycarollina636@gmail.com

### Abstrak

Perkembangan emosi pada anak usia dini merupakan fondasi penting bagi terbentuknya kemampuan sosial serta regulasi diri anak dalam tahap perkembangan selanjutnya. Beragam persoalan emosi, seperti ketidakmampuan mengelola perasaan dan munculnya perilaku emosional yang kurang adaptif, menunjukkan perlunya intervensi yang tepat sejak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran konseling individual dalam mendukung pengembangan emosi anak usia dini. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kepustakaan dengan menganalisis jurnal ilmiah dan buku akademik bereputasi yang diterbitkan dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir. Hasil kajian menunjukkan bahwa konseling individual memiliki peran signifikan dalam membantu anak memahami, mengekspresikan, serta mengendalikan emosi secara positif melalui hubungan konseling yang empatik dan berorientasi pada kebutuhan anak. Pendekatan ini memungkinkan layanan yang lebih personal dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Tantangan dalam pelaksanaan konseling individual meliputi keterbatasan kemampuan komunikasi anak, keterlibatan orang tua yang belum optimal, serta kompetensi konselor. Adapun solusi yang dapat diterapkan mencakup penggunaan media bermain, penguatan kolaborasi dengan orang tua, serta peningkatan kompetensi profesional konselor.

**Kata kunci:** konseling individual, emosi anak, anak usia dini

### Abstract

*Emotional development in early childhood serves as a crucial foundation for children's social abilities and self-regulation in later stages of development. Various emotional challenges, including difficulties in managing feelings and maladaptive emotional behaviors, highlight the need for appropriate early intervention. This study aims to examine the role of individual counseling in promoting emotional development in early childhood. The research method employed is a literature review analyzing reputable academic journals and scholarly books published within the last ten years. The findings reveal that individual counseling plays a significant role in assisting children to recognize, express, and regulate emotions through an empathetic and child-centered counseling relationship. This approach enables more personalized interventions aligned with the developmental characteristics of young children. The main challenges identified include children's limited communication abilities, suboptimal parental involvement, and counselors' professional competencies. Proposed solutions involve the use of play-based counseling media, strengthened collaboration with parents, and continuous professional development for counselors. In conclusion, individual counseling is an effective and strategic approach to supporting emotional development in early childhood.*

**Keywords:** individual counseling, children's emotions, early childhood

## PENDAHULUAN

Perkembangan emosi pada anak usia dini merupakan komponen esensial dalam proses tumbuh kembang anak karena memiliki pengaruh langsung terhadap pembentukan keterampilan sosial, kemampuan mengendalikan diri, serta kesiapan anak dalam menghadapi lingkungan belajar dan sosial pada tahap perkembangan berikutnya. Pada periode usia dini, anak mulai mengembangkan kemampuan untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengelola berbagai emosi dasar, seperti rasa senang, marah, takut, dan sedih. Ketika anak belum mampu mengelola emosinya secara tepat, kondisi tersebut berpotensi memunculkan perilaku yang kurang adaptif, hambatan dalam interaksi sosial, serta gangguan dalam proses pembelajaran. Oleh sebab itu, diperlukan upaya intervensi yang terencana dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Thompson (2019: 23)

Fenomena permasalahan emosi pada anak usia dini saat ini menjadi perhatian serius baik dalam konteks internasional maupun nasional. Secara global, berbagai laporan menunjukkan meningkatnya masalah regulasi emosi pada anak, seperti tantrum berlebihan, kesulitan mengelola frustrasi, perilaku agresif, serta rendahnya kemampuan empati, yang dipengaruhi oleh pola asuh yang kurang responsif, paparan gawai berlebihan, serta minimnya interaksi sosial bermakna (Denham et al., 2012: 187). Di Indonesia, permasalahan serupa juga banyak ditemukan dalam konteks pendidikan anak usia dini, khususnya di lingkungan sekolah dan keluarga. Banyak anak menunjukkan perilaku mudah marah, menangis berkepanjangan, menarik diri dari lingkungan sosial, serta kesulitan mengikuti aturan dan rutinitas pembelajaran. Kondisi ini diperparah oleh kurangnya pemahaman orang tua dan pendidik mengenai stimulasi emosi yang tepat serta terbatasnya layanan pendampingan psikologis di satuan PAUD. Apabila tidak ditangani secara tepat sejak dini, permasalahan emosi tersebut berpotensi berlanjut hingga tahap perkembangan selanjutnya dan berdampak negatif pada penyesuaian diri anak di lingkungan sekolah maupun masyarakat (Shonkoff & Phillips, 2000: 87).

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan suatu pendekatan yang bersifat personal, preventif, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak usia dini. Salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk membantu anak dalam mengelola dan mengembangkan emosi secara sehat adalah konseling individual. Konseling individual dipandang efektif karena memberikan ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan perasaan, memahami emosi yang dialami, serta belajar strategi pengelolaan emosi secara bertahap dengan pendampingan profesional (Geldard, 2016: 12; Corey, 2017: 5).

Secara teoretis, konseling individual memiliki beragam definisi menurut para ahli. Corey (2017: 6) menjelaskan bahwa konseling individual merupakan proses hubungan bantuan yang dilakukan secara tatap muka antara konselor dan konseli dengan tujuan membantu konseli memahami diri, mengembangkan potensi, serta mengatasi permasalahan pribadi yang dihadapi. Gibson dan Mitchell (2018: 32) menyatakan bahwa konseling individual adalah suatu proses interaksi terapeutik yang terstruktur, di mana konselor membantu individu mengenali masalah, membuat keputusan, serta mengembangkan perilaku yang lebih adaptif. Dalam konteks anak usia dini, Geldard dan

Geldard (2016: 13) menekankan bahwa konseling individual dilakukan melalui pendekatan yang sesuai dengan dunia anak, seperti bermain, bercerita, dan aktivitas ekspresif, sehingga anak mampu menyampaikan emosi dan pengalaman secara alami. Dengan demikian, konseling individual tidak hanya berfungsi sebagai upaya penanganan masalah emosi, tetapi juga sebagai sarana pengembangan kemampuan regulasi emosi dan kesejahteraan psikologis anak sejak usia dini.

Berbagai kajian ilmiah dalam satu dekade terakhir menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki peranan penting dalam mendukung perkembangan emosi anak usia dini. Secara umum, bimbingan dan konseling dipahami sebagai proses bantuan profesional yang bertujuan membantu individu mencapai perkembangan pribadi, sosial, dan emosional secara optimal (Sukardi, 2016: 8). Dalam konteks anak usia dini, layanan konseling tidak hanya berfungsi sebagai upaya penanganan masalah, tetapi juga sebagai sarana pencegahan dan pengembangan kemampuan regulasi emosi sejak dini.

Dibandingkan dengan layanan konseling secara umum seperti konseling kelompok atau layanan klasikal, konseling individual memiliki karakteristik yang lebih personal dan mendalam. Menurut Winkel dan Hastuti (2018: 45), konseling individual merupakan bentuk layanan konseling yang dilakukan secara tatap muka antara konselor dan konseli untuk membantu konseli memahami diri dan permasalahan yang dihadapi secara lebih spesifik. Pendekatan ini memungkinkan konselor untuk memusatkan perhatian sepenuhnya pada kondisi emosional anak, sehingga respons dan intervensi yang diberikan dapat disesuaikan dengan kebutuhan unik setiap anak.

Dalam perkembangan emosi anak usia dini, hubungan konseling yang bersifat individual menjadi sangat penting karena anak membutuhkan rasa aman dan penerimaan tanpa syarat. Gladding (2019: 63) menegaskan bahwa hubungan konseling yang efektif ditandai oleh kehangatan, empati, dan kepercayaan, yang menjadi fondasi utama bagi anak untuk mengekspresikan perasaan serta pengalaman emosionalnya. Melalui konseling individual, anak memperoleh ruang aman untuk mengekspresikan emosi negatif seperti marah, takut, atau sedih tanpa rasa takut akan penilaian sosial dari lingkungan sekitarnya.

Lebih lanjut, pendekatan konseling individual pada anak usia dini sering dikombinasikan dengan teknik-teknik yang sesuai dengan dunia anak, seperti bermain terapeutik, menggambar, dan bercerita. Menurut Landreth (2012: 28), konseling individual berbasis bermain memungkinkan anak menyalurkan emosi dan konflik batin secara simbolik, sehingga membantu anak mengembangkan kemampuan pengendalian emosi secara bertahap. Namun demikian, kajian empiris menunjukkan bahwa praktik bimbingan dan konseling di lembaga PAUD masih didominasi oleh pendekatan klasikal dan kelompok, sementara konseling individual belum banyak diterapkan secara sistematis.

Keterbatasan kajian dan praktik konseling individual ini semakin terlihat dalam konteks pendidikan anak usia dini yang berlandaskan nilai-nilai keislaman. Padahal, pendidikan Islam menekankan pentingnya pendampingan individual yang memperhatikan fitrah, akhlak, dan kondisi psikologis anak secara menyeluruh. Menurut Nata (2017: 98), pendidikan Islam memandang setiap anak sebagai individu unik yang perlu dibimbing

secara personal dengan pendekatan kasih sayang dan keteladanan. Oleh karena itu, pengembangan kajian konseling individual dalam pendidikan anak usia dini berbasis nilai keislaman menjadi kebutuhan mendesak guna mendukung perkembangan emosi anak secara holistik.

Kebaruan ilmiah artikel ini terletak pada penekanan terhadap konseling individual sebagai pendekatan utama dalam pengembangan emosi anak usia dini dengan mempertimbangkan keunikan dan kebutuhan emosional setiap anak. Penekanan ini sejalan dengan pandangan McLeod (2021: 6) yang menyatakan bahwa konseling individual memungkinkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap pengalaman subjektif konseli, sehingga intervensi yang diberikan menjadi lebih bermakna dan kontekstual. Artikel ini tidak hanya menguraikan konsep konseling dan emosi secara teoretis, tetapi juga mengintegrasikan temuan-temuan penelitian mutakhir untuk mengidentifikasi berbagai tantangan dalam pelaksanaan konseling individual, serta merumuskan solusi aplikatif yang relevan dengan praktik pendidikan anak usia dini.

Sejumlah hasil penelitian mendukung efektivitas konseling individual dalam pengembangan emosi anak usia dini. Penelitian yang dilakukan oleh Ray et al., (2015: 150). menunjukkan bahwa konseling individual berbasis pendekatan terapeutik yang sesuai dengan perkembangan anak secara signifikan meningkatkan kemampuan regulasi emosi dan menurunkan perilaku bermasalah pada anak usia dini.

Dalam konteks pendidikan, penelitian *longitudinal* oleh Bierman et al. (2018: 108) menegaskan bahwa intervensi individual yang berfokus pada penguatan emosi dan hubungan interpersonal memberikan dampak positif terhadap kesiapan sekolah dan kemampuan sosial anak usia dini. Di Indonesia, hasil penelitian Wiyani (2020: 93) menunjukkan bahwa pendampingan individual yang dilakukan secara konsisten oleh guru dan konselor di lembaga PAUD mampu membantu anak mengelola emosi negatif, seperti kemarahan dan kecemasan, serta meningkatkan perilaku prososial anak.

Meskipun demikian, berbagai penelitian juga mengungkapkan adanya tantangan dalam implementasi konseling individual pada pendidikan anak usia dini. Tantangan tersebut meliputi keterbatasan kompetensi konselor PAUD, rasio guru dan anak yang tinggi, serta minimnya panduan operasional konseling individual yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini (McLeod, 2021: 214; Bratton et al., 2017: 72). Oleh karena itu, diperlukan kajian komprehensif yang tidak hanya menyoroti peran konseling individual, tetapi juga merumuskan solusi praktis agar layanan tersebut dapat diterapkan secara efektif dan berkelanjutan.

Berdasarkan paparan tersebut, permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini berfokus pada peran konseling individual dalam mendukung pengembangan emosi anak usia dini serta tantangan dan solusi yang menyertainya. Tujuan utama penelitian ini adalah menganalisis secara komprehensif peran konseling individual dalam pengembangan emosi anak usia dini berdasarkan kajian literatur terkini. Diharapkan, hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling anak usia dini, serta manfaat praktis bagi pendidik, konselor, dan lembaga

pendidikan dalam merancang layanan konseling yang lebih efektif, kontekstual, dan berorientasi pada kebutuhan emosional anak.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan rancangan studi kepustakaan. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pengkajian dan pemaknaan konsep serta temuan ilmiah mengenai konseling individual dalam pengembangan emosi anak usia dini. Pendekatan kualitatif dinilai relevan untuk memahami fenomena konseling dan perkembangan emosi anak secara mendalam dan kontekstual (McLeod, 2021: 3).

Sumber data penelitian berasal dari artikel jurnal ilmiah bereputasi dan buku akademik yang relevan dengan tema konseling, emosi anak, dan pendidikan anak usia dini, dengan rentang publikasi sepuluh tahun terakhir. Unit analisis berupa dokumen ilmiah yang dipilih berdasarkan kesesuaian topik dan kredibilitas sumber guna menjamin validitas teoretis dan empiris kajian (Denham et al., 2020: 204).

Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran literatur secara sistematis menggunakan kata kunci yang sesuai dengan fokus penelitian. Keabsahan data dijaga melalui seleksi sumber secara ketat dan pembacaan kritis terhadap setiap dokumen yang dianalisis menggunakan teknik analisis isi secara kualitatif melalui tahapan pengelompokan data, penyusunan uraian naratif, dan interpretasi temuan. Penarikan kesimpulan dilakukan secara induktif dengan mengkaji keterkaitan dan kecenderungan temuan yang muncul dari hasil sintesis berbagai sumber, sehingga diperoleh gambaran komprehensif mengenai peran konseling individual dalam pengembangan emosi anak usia dini (Shirk & Karver, 2018: 368).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Konseling Individual dalam Pengembangan Emosi Anak Usia Dini**

Berdasarkan hasil telaah literatur, konseling dalam konteks anak usia dini dipahami sebagai proses pendampingan profesional yang dirancang secara sistematis untuk mendukung perkembangan emosional, sosial, dan perilaku anak sesuai dengan tahap perkembangannya. Konseling pada usia dini tidak diarahkan semata-mata untuk menyelesaikan masalah, melainkan lebih menekankan fungsi pengembangan dan pencegahan sebagai bagian integral dari layanan pendidikan anak usia dini. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan kontemporer yang menempatkan konseling sebagai strategi promotif dalam membangun kesehatan mental sejak usia awal (McLeod, 2021: 3)

Konseling anak usia dini memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan konseling pada remaja atau dewasa. Anak belum memiliki kemampuan kognitif dan bahasa yang matang untuk merefleksikan pengalaman emosionalnya secara abstrak. Oleh karena itu, proses konseling perlu menggunakan pendekatan yang konkret, simbolik, dan berbasis pengalaman. Landreth (2017:3) menegaskan bahwa efektivitas konseling anak sangat ditentukan oleh kemampuan konselor memasuki dunia anak,

yakni dunia bermain, imajinasi, dan ekspresi simbolik. Dalam praktik pendidikan anak usia dini, konseling merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari proses pembelajaran dan pengasuhan. Konseling berfungsi membantu anak membangun rasa aman, memahami emosi, serta mengembangkan kepercayaan diri. Konseling individual menjadi pendekatan yang relevan karena memungkinkan pendidik atau konselor memahami kondisi emosional anak secara lebih mendalam, termasuk pengaruh lingkungan keluarga dan sekolah terhadap perilaku anak. Dengan demikian, konseling dipandang sebagai relasi profesional yang berorientasi pada kesejahteraan psikologis anak secara menyeluruh. Selain berfungsi sebagai sarana pendampingan emosional, konseling individual pada anak usia dini juga memiliki peran strategis dalam membantu anak membangun kemampuan regulasi emosi secara bertahap.

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengelola respons emosionalnya agar sesuai dengan tuntutan situasi sosial. Pada tahap usia dini, kemampuan ini belum berkembang secara internal sehingga anak sangat bergantung pada bantuan orang dewasa. Thompson (2019: 7) menjelaskan bahwa pada masa awal kehidupan, regulasi emosi bersifat eksternal, di mana anak membutuhkan figur dewasa yang responsif untuk menenangkan, memberi makna, dan mengarahkan ekspresi emosinya. Dalam konteks ini, konseling individual berfungsi sebagai proses *co-regulation*, yaitu pendampingan emosional yang memungkinkan anak belajar mengelola perasaannya melalui relasi yang aman dan suportif. Konseling individual memberikan ruang bagi anak untuk memperoleh perhatian penuh dari konselor dalam suasana yang bebas dari tekanan sosial. Kondisi ini memungkinkan eksplorasi emosi berlangsung secara lebih mendalam dibandingkan layanan konseling kelompok.

Anak usia dini sering kali mengekspresikan emosi melalui perilaku, seperti tantrum, agresivitas, atau penarikan diri, karena keterbatasan kemampuan verbal. Melalui konseling individual, konselor dapat mengamati dan memahami makna di balik perilaku tersebut secara lebih komprehensif. Denham et al. (2020: 205) menegaskan bahwa pemahaman terhadap ekspresi emosi anak memerlukan pendekatan yang sensitif terhadap konteks perkembangan dan pengalaman emosional anak, yang hanya dapat diperoleh melalui interaksi yang intens dan personal.

Lebih lanjut, konseling individual berperan penting dalam menyediakan ruang aman (*safe emotional space*) bagi anak untuk mengekspresikan berbagai perasaan tanpa takut disalahkan atau dihukum. Lingkungan yang aman secara emosional merupakan prasyarat utama bagi perkembangan emosi yang sehat. Shirk dan Karver (2018: 370) menjelaskan bahwa kualitas hubungan konseling *therapeutic alliance* memiliki pengaruh signifikan terhadap perubahan emosional dan perilaku anak. Hubungan yang dibangun atas dasar empati, penerimaan tanpa syarat, dan konsistensi membantu anak mengembangkan rasa percaya terhadap orang dewasa serta terhadap dirinya sendiri. Rasa aman tersebut menjadi fondasi bagi munculnya keberanian anak dalam mengenali dan mengungkapkan emosi secara lebih adaptif.

Pelaksanaan konseling individual pada anak usia dini harus disesuaikan dengan tahap perkembangan anak yang masih bersifat konkret dan simbolik. Oleh sebab itu, pemanfaatan media bermain, cerita, gambar, serta berbagai aktivitas kreatif menjadi elemen penting dalam proses konseling. Bermain dipahami sebagai sarana komunikasi alami bagi anak yang memungkinkan mereka menyalurkan konflik batin, rasa takut, dan kebutuhan emosional yang belum dapat diungkapkan secara verbal. Melalui pendekatan ini, konselor dapat memahami pengalaman internal anak secara lebih mendalam tanpa memaksakan pola pikir orang dewasa (Landreth, 2017: 18).

Selain mendukung ekspresi emosi, konseling individual juga berperan dalam penguatan rasa percaya diri dan harga diri anak. Anak yang merasa didengarkan, dihargai, dan dipahami secara personal cenderung mengembangkan citra diri yang positif serta menerima emosi yang dimilikinya sebagai hal yang wajar. Intervensi emosional pada usia dini terbukti efektif dalam menekan perilaku bermasalah serta meningkatkan kemampuan pengendalian diri dan penyesuaian sosial anak pada tahap perkembangan selanjutnya (Bierman et al., 2021: 50).

Di samping fungsi pengembangan, konseling individual memiliki peran preventif dalam mencegah munculnya permasalahan emosi dan perilaku yang lebih kompleks. Masalah emosional yang tidak ditangani sejak dini berpotensi berkembang menjadi gangguan perilaku, kecemasan, dan kesulitan dalam hubungan sosial pada fase perkembangan berikutnya. Oleh karena itu, konseling individual dipandang sebagai bentuk intervensi dini yang strategis dan berkelanjutan dalam mendukung kesehatan mental anak. Pendekatan konseling yang bersifat promotif dan preventif memberikan dampak jangka panjang terhadap kesejahteraan psikologis individu (McLeod, 2021: 7). Dengan demikian, konseling individual dalam pengembangan emosi anak usia dini tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah yang tampak, tetapi juga berperan dalam membangun dasar.

## **B. Jenis-Jenis Konseling Individual untuk Anak Usia Dini**

Konseling individual yang diberikan kepada anak usia dini perlu dirancang secara khusus dengan mempertimbangkan tingkat perkembangan kognitif dan kematangan emosional anak. Anak pada fase ini belum mampu memahami proses konseling yang bersifat abstrak dan verbal seperti pada orang dewasa, sehingga pendekatan yang digunakan harus selaras dengan cara anak memaknai pengalaman dan mengekspresikan perasaannya. Landreth (2017: 18)

### **a. Konseling Berbasis Bermain (*play therapy*)**

Konseling berbasis bermain atau *play therapy* merupakan pendekatan yang paling luas diterapkan dalam layanan konseling bagi anak usia dini. Pendekatan ini berangkat dari pandangan bahwa bermain merupakan media komunikasi yang paling alami bagi anak. Melalui aktivitas bermain, anak dapat menyalurkan perasaan, mengekspresikan konflik batin, serta merepresentasikan pengalaman emosional yang belum mampu mereka ungkapkan secara verbal (Landreth, 2017:20). Sejumlah penelitian empiris menunjukkan bahwa *play therapy* memiliki

efektivitas yang signifikan dalam membantu anak meningkatkan kemampuan regulasi emosi, sekaligus mengurangi berbagai bentuk masalah perilaku yang muncul pada masa kanak-kanak awal (Bratton et al., 2015: 22). Dengan demikian, bermain tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas rekreatif, tetapi juga sebagai sarana terapeutik yang bermakna.

b. **Konseling Berpusat pada Anak (*Child-Centered Counseling*)**

Pendekatan konseling berpusat pada anak menitikberatkan pada sikap dasar konselor yang meliputi penerimaan tanpa syarat, empati yang mendalam, serta keaslian dalam membangun hubungan dengan anak. Konselor berperan menciptakan suasana yang aman, hangat, dan suportif sehingga anak merasa diterima apa adanya. Dalam kondisi tersebut, anak memiliki ruang psikologis yang cukup untuk mengekspresikan berbagai emosi dan pengalaman pribadinya tanpa rasa takut disalahkan, dikritik, atau dinilai secara negatif. Lingkungan konseling yang demikian sangat penting bagi anak usia dini yang masih sensitif terhadap respons orang dewasa di sekitarnya. Denham et al. (2020: 210)

c. **Konseling Relasional dan Berbasis Kelekatan**

Konseling relasional dan berbasis kelekatan memandang kualitas hubungan antara konselor dan anak sebagai unsur terapeutik yang paling menentukan. Pendekatan ini menekankan bahwa interaksi yang konsisten, responsif, dan penuh kehangatan akan membantu anak membangun rasa aman secara emosional. Rasa aman tersebut menjadi landasan utama bagi perkembangan kemampuan regulasi emosi dan kepercayaan diri anak. Thompson (2019: 55) menegaskan bahwa hubungan yang stabil dan suportif dengan figur dewasa berperan penting dalam proses internalisasi pengelolaan emosi pada anak usia dini. Oleh karena itu, konselor tidak hanya berfungsi sebagai pemberi intervensi, tetapi juga sebagai figur relasional yang memberikan pengalaman emosional positif bagi anak.

### **C. Peran Konseling Individual dalam Pengembangan Emosi Anak Usia Dini**

Konseling individual memiliki peranan yang sangat penting dalam menunjang perkembangan emosi anak usia dini, mengingat pada fase ini anak sedang membangun fondasi awal kemampuan pengelolaan emosi yang berpengaruh terhadap perkembangan psikososial di masa mendatang. Keterbatasan kematangan kognitif dan kemampuan bahasa membuat anak belum mampu mengelola emosinya secara mandiri, sehingga memerlukan pendampingan emosional yang bersifat personal, berkelanjutan, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangannya. Melalui konseling individual, anak memperoleh perhatian penuh dalam suasana yang kondusif, memungkinkan konselor memahami dinamika emosi anak secara lebih mendalam, termasuk latar belakang pengalaman, pola respons emosional, serta pengaruh lingkungan yang membentuk kondisi emosinya (Berk, 2013: 280–283; Corey, 2017: 165–168)

Salah satu kontribusi utama konseling individual adalah membantu anak mengenali dan memahami berbagai emosi yang dialaminya. Pada usia dini, emosi

sering diekspresikan melalui perilaku karena keterbatasan kemampuan verbal. Melalui pendekatan yang sesuai dengan dunia anak, seperti permainan simbolik, cerita, gambar, dan aktivitas kreatif, konselor membantu anak mengenali jenis emosi dan situasi pemicunya. Kemampuan mengenali emosi ini menjadi dasar penting bagi perkembangan regulasi emosi, karena pengelolaan emosi yang efektif tidak dapat terjadi tanpa kesadaran emosional (Denham et al., 2015: 213).

Selain itu, konseling individual berperan dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi anak. Pada tahap usia dini, regulasi emosi masih bersifat eksternal sehingga anak membutuhkan bantuan orang dewasa melalui proses co-regulation. Konselor berperan memberikan dukungan yang responsif, menenangkan, dan konsisten, bukan untuk menekan emosi anak, melainkan membantu anak memahami bahwa seluruh emosi dapat diterima dan perlu diekspresikan secara tepat. Melalui pengalaman konseling yang berulang dalam suasana aman, anak secara bertahap mempelajari strategi sederhana dalam mengelola emosi dan mulai menginternalisasi keterampilan regulasi emosi (Eisenberg et al., 2010: 137; Morris et al., 2017: 35).

Konseling individual juga menyediakan ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan emosi tanpa takut disalahkan atau dinilai negatif. Rasa aman emosional merupakan fondasi penting bagi perkembangan kelekatan dan keseimbangan emosi anak. Hubungan konseling yang dibangun atas dasar empati dan penerimaan tanpa syarat membantu anak mengembangkan kepercayaan terhadap figur dewasa serta pemahaman diri yang lebih sehat (Bowlby, 2012: 89; Thompson, 2019: 41).

Lebih lanjut, pengalaman emosional positif dalam konseling individual mendukung pembentukan rasa percaya diri dan harga diri anak. Ketika anak merasa didengarkan dan dihargai, mereka mengembangkan konsep diri yang lebih positif dan kesiapan dalam menghadapi tantangan emosional di masa mendatang (Rogers, 2016: 61; Harter, 2015: 97). Konseling individual juga memiliki fungsi preventif dalam mencegah berkembangnya masalah emosi dan perilaku yang lebih kompleks, karena intervensi dini terbukti efektif sebagai investasi jangka panjang dalam kesehatan mental anak (Shonkoff et al., 2012: 235; Mash & Barkley, 2014: 118).

Kemampuan regulasi emosi yang berkembang melalui konseling individual turut mendukung penyesuaian sosial anak. Anak yang mampu memahami dan mengelola emosinya cenderung memiliki empati yang lebih baik, mampu menyelesaikan konflik secara konstruktif, serta menjalin hubungan sosial yang positif di lingkungan pendidikan (Denham et al., 2015: 654; Wentzel & Miele, 2016: 83).

Dalam perspektif Konseling Islami, konseling individual dipahami sebagai upaya pengembangan fitrah anak melalui pendekatan yang menekankan kasih sayang, keteladanan, dan pembiasaan perilaku positif. Pendampingan yang dilakukan dengan kelembutan dan penerimaan membantu anak mengembangkan keseimbangan emosi dan pengendalian diri sebagai bagian dari proses tazkiyatun nafs, sehingga perkembangan emosi anak berlangsung secara holistik dan berkelanjutan (Al-Ghazali, 2018: 54; Ramayulis, 2019: 121).

#### **D. Dinamika Perkembangan Emosi pada Anak Usia Dini**

Perkembangan emosi pada anak usia dini berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh kematangan biologis, kualitas relasi dengan lingkungan, serta pengalaman belajar yang dialami anak. Pada rentang usia dini, emosi anak bersifat egosentris, yaitu masih berpusat pada diri sendiri, sehingga anak cenderung mengekspresikan emosi secara langsung tanpa mempertimbangkan dampaknya terhadap orang lain. Hal ini merupakan karakteristik perkembangan yang wajar, mengingat struktur neurologis yang berperan dalam pengendalian emosi, seperti korteks prefrontal, masih dalam tahap perkembangan awal (Shonkoff & Phillips, 2000: 98).

Menurut Saarni (2011: 344), perkembangan emosi anak usia dini mencakup beberapa aspek penting, antara lain kesadaran emosi diri, pemahaman emosi orang lain, kemampuan menggunakan kosakata emosi, serta kemampuan mengatur emosi dalam situasi sosial. Pada tahap awal, anak biasanya mampu mengenali emosi dasar seperti senang, marah, takut, dan sedih, namun masih mengalami kesulitan dalam memahami emosi yang lebih kompleks seperti kecewa atau cemburu. Oleh karena itu, respons emosional anak sering tampak berlebihan dan tidak proporsional terhadap situasi yang dihadapi.

Dinamika perkembangan emosi anak juga sangat dipengaruhi oleh pola interaksi dengan figur signifikan, terutama orang tua dan pendidik. Teori keterikatan attachment theory yang dikemukakan oleh Bowlby (2012: 93) menegaskan bahwa hubungan yang aman dan responsif antara anak dan pengasuh berperan penting dalam pembentukan regulasi emosi yang sehat. Anak yang memperoleh respons empatik dan konsisten terhadap ekspresi emosinya akan belajar bahwa emosi dapat dikelola dan disampaikan dengan cara yang dapat diterima. Sebaliknya, pola pengasuhan yang tidak responsif atau keras berpotensi menghambat perkembangan emosi dan meningkatkan risiko munculnya masalah perilaku.

Penelitian empiris mendukung pandangan tersebut. Studi longitudinal yang dilakukan oleh Blair dan Raver (2015: 712) menunjukkan bahwa anak usia dini yang memperoleh dukungan emosional positif dari lingkungan sekolah dan keluarga memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik serta menunjukkan kesiapan belajar yang lebih tinggi dibandingkan anak yang kurang mendapatkan dukungan emosional. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa perkembangan emosi bukan hanya berkaitan dengan aspek afektif, tetapi juga berimplikasi langsung pada perkembangan kognitif dan akademik anak. Selain faktor relasional, lingkungan pendidikan juga memiliki peran strategis dalam dinamika perkembangan emosi anak usia dini.

Denham dan Brown (2010: 657) menyatakan bahwa lingkungan belajar yang hangat, terstruktur, dan responsif terhadap kebutuhan emosional anak dapat membantu anak belajar mengenali dan mengelola emosinya secara lebih adaptif. Guru yang mampu menjadi model pengelolaan emosi yang positif akan memberikan contoh konkret bagi anak dalam menghadapi situasi emosional sehari-hari. Lebih lanjut, perkembangan emosi anak usia dini tidak dapat dipisahkan dari konteks budaya dan

nilai yang melingkupinya. Nilai-nilai sosial, norma, dan keyakinan yang dianut oleh keluarga dan masyarakat turut membentuk cara anak memahami dan mengekspresikan emosi. Dalam konteks pendidikan berbasis nilai religius, pengembangan emosi diarahkan tidak hanya pada kemampuan mengelola perasaan, tetapi juga pada pembentukan sikap empati, kesabaran, dan pengendalian diri.

Hal ini sejalan dengan pandangan Berk (2018: 402) yang menegaskan bahwa perkembangan emosi anak dipengaruhi oleh integrasi antara aspek biologis, psikologis, dan sosial budaya. Dengan demikian, dinamika perkembangan emosi pada anak usia dini merupakan proses yang kompleks dan saling terkait antara kematangan individu dan kualitas lingkungan. Perkembangan emosi yang optimal memerlukan pendampingan yang konsisten, responsif, dan berkesinambungan. Intervensi yang terencana sejak usia dini, baik melalui keluarga maupun lembaga pendidikan, menjadi kunci utama dalam membantu anak membangun dasar emosi yang sehat sebagai bekal menghadapi tahap perkembangan selanjutnya.

#### **E. Kontribusi Konseling Individual terhadap Pengembangan Emosi Anak Usia Dini**

Hasil analisis literatur mengindikasikan bahwa konseling individual memberikan kontribusi yang signifikan dalam mendukung pengembangan emosi anak usia dini. Konseling individual menyediakan ruang yang aman dan terfokus bagi anak untuk mengeksplorasi pengalaman emosionalnya tanpa tekanan sosial. Pendekatan ini memungkinkan konselor memberikan perhatian penuh terhadap kebutuhan emosional anak, sehingga intervensi dapat dirancang secara lebih tepat sasaran. Melalui konseling individual, anak dibantu untuk mengenali dan memahami emosi yang dialaminya secara bertahap. Konselor memfasilitasi proses ini dengan menggunakan bahasa sederhana, ekspresi nonverbal, serta media bermain yang sesuai dengan dunia anak. Ginsburg et al. (2018: 142) menegaskan bahwa interaksi yang empatik dan responsif dalam konseling berperan penting dalam meningkatkan kesadaran emosi anak (*emotional awareness*).

Selain itu, konseling individual berperan dalam membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi. Anak belajar strategi sederhana untuk mengelola emosi, seperti menenangkan diri dan menunda respons impulsif. Penelitian Bierman et al. (2021: 47) menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada regulasi emosi sejak usia dini berkontribusi pada penurunan perilaku bermasalah dan peningkatan kontrol diri. Fleksibilitas konseling individual memungkinkan penyesuaian metode dan media sesuai dengan kesiapan dan karakteristik perkembangan anak.

#### **F. Hubungan Konseling sebagai Fondasi Perkembangan Emosi Anak Usia Dini**

Hubungan konseling merupakan elemen fundamental dalam proses bimbingan dan konseling, khususnya pada anak usia dini yang masih berada pada tahap perkembangan emosi awal. Hubungan konseling mengacu pada kualitas relasi yang terjalin antara konselor dan anak yang ditandai oleh rasa aman, empati, kehangatan, serta penerimaan tanpa syarat. Dalam konteks perkembangan emosi anak usia dini,

hubungan konseling tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian teknik atau strategi intervensi, tetapi menjadi fondasi utama yang memungkinkan anak mengembangkan kemampuan mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosinya secara sehat. Secara teoretis, pentingnya hubungan dalam konseling berakar pada pendekatan humanistik yang dikemukakan oleh Rogers. Rogers (2016: 61) menyatakan bahwa hubungan konseling yang efektif ditandai oleh tiga kondisi inti, yaitu empati, keaslian *genuineness*, dan penerimaan positif tanpa syarat *unconditional positive regard*. Ketiga kondisi ini sangat relevan bagi anak usia dini yang membutuhkan rasa aman emosional sebelum mampu membuka diri dan mengekspresikan perasaan. Ketika anak merasa diterima apa adanya, ia akan lebih berani mengeksplorasi emosi yang dialaminya, termasuk emosi yang sulit seperti marah, takut, atau sedih.

Hubungan konseling yang aman juga berkaitan erat dengan teori keterikatan *attachment theory*. Bowlby (2012: 94) menegaskan bahwa hubungan yang hangat dan responsif dengan figur dewasa menjadi dasar terbentuknya regulasi emosi dan kepercayaan diri anak. Dalam konteks konseling individual, konselor berperan sebagai figur kelekatan sekunder yang menyediakan pengalaman emosional positif. Melalui hubungan yang konsisten dan dapat diprediksi, anak belajar bahwa emosi dapat diungkapkan dan dikelola tanpa ancaman atau penolakan. Lebih lanjut, hubungan konseling berfungsi sebagai wahana *co-regulation* dalam perkembangan emosi anak. Thompson (2019: 33) menjelaskan bahwa pada usia dini, kemampuan regulasi emosi anak masih bersifat eksternal dan berkembang melalui interaksi dengan orang dewasa yang responsif. Dalam hubungan konseling, konselor membantu anak menenangkan diri, memberi label pada emosi, serta menunjukkan cara mengekspresikan perasaan secara lebih adaptif. Pengalaman *co-regulation* yang berulang ini secara bertahap diinternalisasi oleh anak menjadi kemampuan regulasi emosi mandiri.

#### **G. Hambatan dalam Pelaksanaan Konseling Individual Anak Usia Dini**

Meskipun konseling individual memiliki peran strategis dalam mendukung perkembangan emosi anak usia dini, pelaksanaannya di lapangan masih menghadapi berbagai hambatan yang berasal dari karakteristik anak, kompetensi konselor, keterbatasan institusional, serta faktor keluarga dan budaya. Pemahaman terhadap hambatan ini penting agar layanan dapat dirancang dan dijalankan secara efektif dan kontekstual. Salah satu hambatan utama berkaitan dengan karakteristik anak usia dini yang belum memiliki kemampuan verbal dan reflektif untuk mengungkapkan perasaan secara jelas. Anak cenderung mengekspresikan emosi melalui perilaku nonverbal, seperti menangis, tantrum, atau menarik diri, sehingga konselor harus menguasai keterampilan khusus dalam memahami bahasa emosinya melalui observasi dan media bermain (Thompson, 2019: 37).

Keterbatasan kompetensi konselor juga menjadi kendala, karena banyak guru PAUD yang melaksanakan konseling individual tanpa latar belakang pendidikan konseling formal. Kurangnya pemahaman teoritis dan keterampilan relasional dapat

membuat konseling berubah menjadi menasihati atau mengoreksi perilaku anak, bukan proses pendampingan emosional yang mendalam (McLeod, 2021: 214). Rasio guru dan anak yang tinggi turut membatasi waktu konselor untuk membangun hubungan terapeutik secara berkelanjutan (Denham et al., 2020: 312).

Selain itu, dukungan kelembagaan yang minim, seperti tidak adanya ruang khusus, jadwal terstruktur, atau pedoman operasional, juga menghambat implementasi konseling individual secara optimal (Corey, 2017: 18). Faktor keluarga menjadi hambatan lain ketika orang tua belum memahami pentingnya konseling, sehingga intervensi di sekolah tidak selaras dengan pola pendampingan di rumah (Morris et al., 2017: 105).

Faktor budaya turut memengaruhi praktik konseling, karena beberapa norma sosial menilai ekspresi emosi tertentu, seperti marah atau sedih, sebagai perilaku yang tidak pantas. Hal ini dapat membatasi ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan perasaannya, sehingga konselor perlu memiliki sensitivitas budaya dalam pelaksanaan layanan (Thompson, 2019: 59). Dengan memahami hambatan-hambatan ini, konseling individual dapat dirancang lebih efektif, responsif, dan kontekstual sesuai kebutuhan anak.

#### **H. Tantangan dan Kondisi Emosi Anak Usia Dini**

Perkembangan emosi anak usia dini merupakan proses kompleks yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, termasuk kematangan biologis, kualitas relasi, dan pengalaman belajar. Pada tahap ini, anak sedang membangun fondasi kesadaran emosional, kemampuan pengendalian diri, serta keterampilan sosial. Emosi mereka cenderung spontan, intens, dan kurang stabil, serta sering diekspresikan melalui perilaku karena keterbatasan kosakata dan kemampuan regulasi diri (Zinsler, 2017: 10). Anak usia dini sangat bergantung pada regulasi eksternal dari orang dewasa. Interaksi yang sensitif, konsisten, dan penuh empati membantu anak belajar mengelola emosinya, sedangkan respons yang keras atau tidak konsisten dapat memperburuk ketidakstabilan emosi. Tantangan muncul dalam ekspresi emosi, pengelolaan perilaku impulsif, serta adaptasi terhadap perubahan atau transisi seperti memasuki sekolah atau menghadapi rutinitas baru. Lingkungan keluarga dan pendidikan yang hangat dan suportif mendukung perkembangan emosi yang sehat, sedangkan lingkungan yang penuh tekanan atau kurang responsif dapat menimbulkan stres emosional (Berk, 2013: 284–287).

Tantangan sosial juga memengaruhi emosi anak, karena interaksi dengan teman sebaya menuntut kemampuan berbagi, menunggu giliran, dan memahami perasaan orang lain. Kesulitan regulasi emosi dapat menimbulkan konflik, frustrasi, atau penolakan sosial, yang berdampak pada kesejahteraan individu dan kemampuan adaptasi sosial. Kondisi ini menegaskan pentingnya konseling individual yang responsif dan berbasis perkembangan, menyediakan ruang aman bagi anak untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosinya secara bertahap. Dalam perspektif Konseling Islami, pendampingan emosional dilandasi kasih sayang,

keteladanan, dan kesabaran, mendukung keseimbangan emosional dan perkembangan psikososial anak secara menyeluruh (Santrock, 2011: 342–345; Sutoyo, 2013: 112–115).

#### **I. Strategi Pemecahan Masalah dalam Konseling Individual Anak Usia Dini**

Pemecahan masalah (problem solving) merupakan keterampilan psikososial penting yang mendukung perkembangan emosi anak usia dini. Pada tahap ini, anak belum mampu menyelesaikan masalah secara mandiri, sehingga membutuhkan pendampingan orang dewasa. Dalam konseling individual, pemecahan masalah difasilitasi sebagai proses membantu anak mengenali masalah, memahami emosi, dan menemukan cara adaptif menghadapi situasi sulit, bukan sekadar memberi solusi langsung (D’Zurilla & Goldfried, 2010: 15).

Konselor berperan sebagai scaffolding, menyesuaikan strategi dengan tingkat perkembangan, karakter, dan kebutuhan emosional anak, sesuai prinsip zona perkembangan proksimal Vygotsky. Strategi utama meliputi membantu anak mengenali dan memberi label pada masalah serta emosi yang muncul, memunculkan alternatif solusi sederhana, dan memanfaatkan bermain sebagai media simbolik untuk mengeksplorasi masalah dan solusi dalam suasana aman (Thompson, 2019: 41; Bratton et al., 2017: 72; Webster-Stratton & Reid, 2018: 134).

Pemecahan masalah dalam konseling individual juga mendukung regulasi emosi, misalnya dengan menenangkan anak terlebih dahulu melalui pernapasan atau aktivitas sensorik ringan sebelum mencari solusi, sehingga anak dapat berpikir lebih jernih (Morris et al., 2017: 104). Secara preventif, strategi ini berperan mencegah masalah emosi dan perilaku jangka panjang, sekaligus membekali anak dengan keterampilan hidup yang esensial bagi penyesuaian sosial dan kesiapan sekolah di tahap perkembangan berikutnya (Bierman et al., 2016: 52).

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil telaah literatur, konseling individual memiliki peran signifikan dalam pengembangan emosi anak usia dini. Layanan ini bukan sekadar upaya penanganan masalah, tetapi merupakan proses pendampingan profesional yang bersifat pengembangan dan preventif, membantu anak mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosinya secara adaptif sesuai tahap perkembangan. Karakteristik anak usia dini yang masih terbatas secara kognitif dan verbal menuntut pendekatan konseling yang konkret, simbolik, dan berbasis pengalaman, seperti melalui media bermain, relasi empatik, serta lingkungan yang aman secara emosional, sehingga dapat membangun regulasi emosi, rasa aman, dan kepercayaan diri.

Hasil kajian juga menunjukkan bahwa karakteristik perkembangan anak usia dini yang masih terbatas secara kognitif dan verbal menuntut penerapan pendekatan konseling yang konkret, simbolik, dan berbasis pengalaman. Selain fungsi pengembangan, konseling individual berperan sebagai intervensi dini yang mencegah munculnya masalah emosi dan perilaku di tahap perkembangan selanjutnya. Dengan

demikian, konseling individual merupakan komponen penting dalam layanan pendidikan anak usia dini yang perlu diintegrasikan secara sistematis dalam praktik pembelajaran dan pengasuhan. Implementasi konseling individual yang berkesinambungan, kontekstual, dan berpusat pada anak diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap pembentukan fondasi emosional yang sehat serta mendukung perkembangan anak secara optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Berk, L. E. (2018). *Development through the lifespan* (7th ed.). Boston, MA: Pearson Education.
- Bierman, K. L., Nix, R. L., Heinrichs, B. S., Domitrovich, C. E., & Gest, S. D. (2021). Effects of early childhood interventions on emotional and behavioral regulation. *Development and Psychopathology*, 33(1), 45–58.
- Blair, C., & Raver, C. C. (2015). School readiness and self-regulation. *Annual Review of Psychology*, 66, 711–731.
- Bornstein, M. H. (2018). *Handbook of parenting: Vol. 4. Social conditions and applied parenting* (3rd ed.). New York, NY: Routledge.
- Bowlby, J. (2012). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. London: Routledge.
- Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Boston, MA: Cengage Learning.
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2020). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, 48(2), 203–213.
- D'Zurilla, T. J., & Goldfried, M. R. (2010). *Problem-solving therapy*. New York, NY: Springer Publishing.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (2010). Emotion-related self-regulation. *Annual Review of Psychology*, 61, 137–163.
- Geldard, K., & Geldard, D. (2016). *Counselling children: A practical introduction* (4th ed.). London: SAGE Publications.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2018). *Introduction to counseling and guidance* (7th ed.). Boston, MA: Pearson Education.
- Ginsburg, K. R., Levy, S. E., & Daniels, S. R. (2018). The importance of play in promoting healthy child development. *Pediatrics*, 142(3), e20182058.
- Gladding, S. T. (2019). *Counseling: A comprehensive profession* (8th ed.). Boston, MA: Pearson Education.
- Harter, S. (2015). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Landreth, G. L. (2017). *Play therapy: The art of the relationship* (3rd ed.). New York, NY: Routledge.
- Mash, E. J., & Barkley, R. A. (2014). *Child psychopathology* (3rd ed.). New York, NY: Guilford Press.

- McLeod, J. (2021). *An introduction to counselling* (6th ed.). Maidenhead, UK: Open University Press.
- Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., & Houltberg, B. J. (2017). The impact of parenting on emotion regulation. *Developmental Psychology*, 53(1), 35–48.
- Ramayulis. (2019). *Psikologi pendidikan Islam*. Jakarta: Kalam Mulia.
- Ray, D. C., Bratton, S. C., Rhine, T., & Jones, L. (2019). The effectiveness of play therapy: A meta-analytic review. *Professional Psychology: Research and Practice*, 50(5), 363–373.
- Rogers, C. R. (2016). *On becoming a person*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Saarni, C. (2011). Emotional development in childhood. In *Handbook of Child Psychology* (6th ed.). Hoboken, NJ: Wiley.
- Sheridan, S. M., Kim, E. M., Coutts, M. J., Sjuts, T. M., Holmes, S. R., Ransom, K. A., & Garfield, H. (2020). Parent engagement and school-family partnerships in early childhood. *Early Childhood Research Quarterly*, 51, 152–164.
- Shirk, S. R., & Karver, M. S. (2018). Alliance in child and adolescent psychotherapy. *Psychotherapy*, 55(4), 365–375.
- Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Washington, DC: National Academy Press.
- Sukardi, D. K. (2016). *Pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Thompson, R. A. (2019). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 84(3), 1–120.
- American Counseling Association. (2015). *Code of ethics*. Alexandria, VA: Author.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Webster-Stratton, C., & Reid, M. J. (2018). The incredible years parents, teachers, and children training series. *Prevention Science*, 19(1), 125–138.
- Wentzel, K. R., & Miele, D. B. (2016). *Handbook of motivation at school*. New York, NY: Routledge.
- Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2018). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Wiyani, N. A. (2020). *Bimbingan dan konseling anak usia dini*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Zinsser, K. M., Denham, S. A., Curby, T. W., & Shewark, E. A. (2017). Practice, coaching, and consultation: A framework for supporting early childhood teachers' social-emotional practices. *Early Education and Development*, 28(5), 1–19. *opment*, 28(5), 1–19.