



Pengaruh Validasi Emosi terhadap Kontrol Diri dan Konsep Diri Anak Usia 4–6 Tahun

Putri Ratih Puspitasari^{a✉}, Eva Riza^b

^{a b} Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

DOI: [10.31004/obsesi.v10i2.8150](https://doi.org/10.31004/obsesi.v10i2.8150)

Abstrak

Kesenjangan antara tuntutan akademik dan kematangan afektif anak usia dini masih sering mengabaikan peran penting dukungan psikologis guru dalam interaksi pembelajaran. Padahal, validasi emosi merupakan salah satu determinan utama dalam pembentukan integritas diri anak. Penelitian korelasional ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh validasi emosi terhadap kontrol diri dan konsep diri anak usia 4–6 tahun sebagai komponen fundamental dalam pengembangan karakter. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melibatkan 166 anak dari berbagai satuan PAUD. Data dikumpulkan melalui instrumen skala Likert dengan triangulasi sumber dari guru dan orang tua, kemudian dianalisis menggunakan teknik regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa validasi emosi berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri dengan kontribusi sebesar (97,2%) serta terhadap konsep diri sebesar (41,7%). Nilai determinasi yang sangat tinggi pada variabel kontrol diri mengindikasikan kuatnya peran respons afektif orang dewasa, sekaligus menunjukkan perlunya kajian lanjutan untuk mengantisipasi potensi subjektivitas pelaporan kolektif. Implikasi penelitian menekankan pentingnya penguatan kompetensi pedagogis berbasis empati sebagai prasyarat dalam membangun regulasi diri anak yang adaptif dan stabil, serta mendukung pengembangan model pendidikan holistik pada anak usia dini.

Kata Kunci: *validasi emosi, kontrol diri, konsep diri, anak usia dini*

Abstract

The gap between academic demands and the affective maturity of early childhood often still overlooks the crucial role of teachers' psychological support in learning interactions. In fact, emotional validation is one of the main determinants in the formation of a child's self-integrity. This correlational research aims to analyze the influence of emotional validation on self-control and self-concept in children aged 4–6 years as fundamental components in character development. The study uses a quantitative approach involving 166 children from various early childhood education units. Data was collected through Likert scale instruments with source triangulation from teachers and parents, then analyzed using simple linear regression techniques. The results show that emotional validation has a significant influence on self-control (97.2%) and on self-concept (41.7%). The very high determination value for the self-control variable indicates the strength of the relationship. The implications of the research emphasize the importance of strengthening empathy-based pedagogical competence as a prerequisite for building adaptive and stable child self-regulation, as well as supporting the development of a holistic education model in early childhood.

Keywords: *emotional validation, self-control, self-concept, early childhood*

Pendahuluan

Periode usia dini (golden age) merupakan masa krusial yang ditandai dengan plastisitas otak yang tinggi, di mana stimulasi lingkungan memainkan peran fundamental dalam membentuk arsitektur saraf individu. Interaksi yang responsif dan lingkungan yang kaya akan stimulasi pada fase ini secara signifikan memperkuat koneksi sinaptik yang mendasari berbagai fungsi kognitif maupun perilaku. Sebaliknya, defisit dukungan lingkungan yang memadai berisiko menghambat optimalisasi potensi genetik anak yang berdampak pada keberlangsungan tumbuh kembang jangka panjang. Oleh karena itu, penguatan kapasitas pada fase ini tidak hanya krusial bagi kesiapan belajar, tetapi juga menjadi determinan utama ketahanan mental anak. Realitas ini menegaskan bahwa setiap intervensi pendidikan harus mampu menjangkau seluruh dimensi perkembangan anak secara terintegrasi, sehingga pemahaman mendalam mengenai mekanisme pertumbuhan menjadi prasyarat mutlak bagi efektivitas praktik pedagogis di lembaga pendidikan anak usia dini.

Keselarasannya antara mekanisme biologis dan metodologi pengajaran tersebut pada akhirnya melahirkan paradigma pembelajaran yang lebih komprehensif. Fenomena yang terjadi, fokus pendidikan anak usia dini saat ini telah bertransformasi dari penguasaan literasi dan numerasi dasar menuju pengembangan kapasitas diri yang lebih holistik. Berdasarkan paradigma ini, anak usia dini dipandang berada pada fase perkembangan yang sangat menentukan bagi kehidupan selanjutnya, terutama pada aspek sosial-emosional. Dimensi ini mencakup kemampuan anak dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi secara tepat, serta membangun hubungan sosial positif yang menjadi fondasi keberhasilan akademik, sosial, dan psikologis di masa depan. Pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, baik secara fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Salah satu aspek yang memiliki pengaruh jangka panjang terhadap kesejahteraan individu adalah perkembangan sosial emosional. (Zitzmann et al., 2024).

Perkembangan sosial emosional anak usia dini dapat diartikan sebagai kemampuan anak dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosinya secara tepat, serta menjalin hubungan sosial yang positif dengan orang lain (Bockmann & Yeong, 2023). Aspek ini mencakup empati, regulasi emosi, kontrol impuls, dan kemampuan bekerja sama. Perkembangan sosial emosional yang optimal merupakan fondasi bagi keberhasilan anak dalam kehidupan sosial, akademik, dan psikologis. Pada rentang usia 4–6 tahun, secara spesifik anak memasuki tahap krusial dalam pembentukan regulasi diri, khususnya yang berkaitan dengan kontrol diri dan konsep diri. Kontrol diri merujuk pada kapasitas individu untuk mengendalikan emosi dan perilaku sesuai dengan tuntutan sosial, sementara konsep diri berkaitan dengan representasi mental anak dalam memandang serta menilai dirinya sendiri. Kedua aspek ini tidak berkembang dalam isolasi, melainkan melalui interaksi sosial yang bermakna dengan figur dewasa yang responsif, terutama orang tua dan pendidik.

Interaksi yang berperan penting dalam perkembangan sosial-emosional anak adalah validasi emosi. Validasi emosi merupakan respons orang dewasa yang mengakui, menerima, dan memahami perasaan anak tanpa menghakimi, sehingga anak merasa dihargai dan dipahami. Kemampuan anak untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosinya sendiri serta membangun hubungan yang sehat dengan orang lain sangat bergantung pada pengalaman sosial awal yang diterimanya (Ananto & Vinayastri, 2021). Perkembangan sosial-emosional merupakan salah satu aspek penting dalam pendidikan anak usia dini karena berpengaruh langsung terhadap kesiapan anak dalam belajar dan berinteraksi sosial. Anak usia 4–6 tahun berada pada fase krusial dalam pembentukan kontrol diri dan konsep diri sebagai bagian dari regulasi diri yang akan menentukan keberhasilan adaptasi anak pada jenjang pendidikan selanjutnya.

Salah satu pengalaman penting dalam pembentukan aspek sosial emosional anak adalah bagaimana emosi mereka divalidasi oleh orang dewasa, terutama orang tua dan guru. Validasi perasaan mengacu pada proses pengakuan, penerimaan, dan penghargaan terhadap emosi anak sebagai reaksi yang sah dan wajar terhadap situasi tertentu (Lin et al., 2024). Melalui validasi ini, anak merasa dipahami dan dihargai, yang menjadi fondasi bagi terbentuknya kepercayaan diri, empati, dan kemampuan regulasi emosi. Artinya perilaku responsif orang dewasa yang berinteraksi dengan anak akan menentukan perkembangan sosial emosional pada anak selanjutnya. Validasi emosi merupakan bentuk respons emosional orang dewasa yang ditunjukkan dengan menerima, mengakui, dan memahami perasaan anak tanpa menghakimi. Gottman dan DeClaire menyatakan bahwa validasi emosi merupakan inti dari *emotion coaching* yang membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi dan perilaku secara adaptif. Oleh karena itu, penting bagi orang dewasa yang berinteraksi dengan anak usia dini untuk memahami konsep validasi perasaan serta dampaknya terhadap perkembangan anak secara holistik (Palenzuela-luis et al., 2022).

Sebaliknya, ketika perasaan anak tidak diakui atau bahkan ditolak, anak cenderung mengalami kebingungan emosional dan berpotensi mengalami masalah perilaku dan psikologis seperti kecemasan dan agresivitas. Studi oleh (Azmiati et al., 2021) menunjukkan bahwa anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan yang invalidatif secara emosional cenderung memiliki tingkat kortisol yang lebih tinggi, yang berkorelasi

dengan peningkatan risiko gangguan kecemasan dan depresi pada masa remaja. Demikian pula, penelitian oleh (Nur et al., 2025) menemukan bahwa minimnya respons empatik dari orang tua terhadap ekspresi emosi anak berdampak negatif terhadap perkembangan kemampuan sosial anak di taman kanak-kanak. Dampak negatif yang disebabkan oleh orang tua yang tidak melakukan validasi perasaan akan membuat perkembangan anak terhambat. Hal ini perlu diperhatikan agar anak dapat tumbuh dengan kondisi mental yang sehat.

Kontrol diri merupakan kemampuan anak dalam mengendalikan emosi dan perilaku sesuai dengan norma sosial. Vygotsky menegaskan bahwa regulasi diri berkembang melalui interaksi sosial dengan orang dewasa yang responsif. Kontrol diri merupakan kemampuan anak untuk mengatur emosi, perilaku, dan dorongan internal agar sesuai dengan tuntutan lingkungan sosial (Yu & Bailey, 2025). Pada anak usia dini, kontrol diri berkembang secara bertahap melalui interaksi dengan orang dewasa dan pengalaman emosional yang berulang. (Citra et al., 2021) menjelaskan bahwa kontrol diri berkaitan dengan kemampuan anak menahan impuls dan menyesuaikan perilaku dengan norma sosial, sementara (Habibah, 2025) menekankan bahwa pengelolaan emosi yang didukung oleh respons empatik orang dewasa menjadi fondasi utama berkembangnya kontrol diri. Penelitian terkini dalam konteks PAUD menunjukkan bahwa anak yang mendapatkan respons emosional positif dari guru dan orang tua cenderung memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih baik. (Faizah et al., 2023)

Kontrol diri dan konsep diri memiliki keterkaitan yang erat dalam perkembangan sosial-emosional anak usia dini. Anak yang mampu mengelola emosinya dengan baik cenderung memiliki pandangan positif terhadap dirinya, sedangkan konsep diri yang positif memperkuat kemampuan anak dalam mengendalikan perilaku. Praktik validasi emosi oleh guru dan orang tua berperan sebagai faktor kunci yang menghubungkan keduanya, karena membantu anak merasa diterima, dipahami, dan dihargai. Temuan penelitian PAUD mutakhir mengonfirmasi bahwa validasi emosi tidak hanya mendukung regulasi diri, tetapi juga memperkuat konsep diri anak secara berkelanjutan (Vazsonyi & Jiskrova, 2018).

Konsep diri adalah pandangan individu terhadap dirinya sendiri yang terbentuk melalui pengalaman sosial dan emosional. Validasi anak menciptakan rasa aman emosional yang menjadi dasar berkembangnya kontrol diri dan konsep diri positif. (McClelland et al., 2022). Anak usia dini berada pada tahap *initiative vs guilt*, di mana dukungan emosional sangat menentukan pembentukan rasa percaya diri. Konsep diri merujuk pada cara anak memandang, menilai, dan memahami dirinya sendiri, baik dari aspek kemampuan, keberhargaan, maupun penerimaan sosial. (Korona-golec et al., 2019). Konsep diri mulai terbentuk sejak usia dini melalui pengalaman interaksi sosial dan penilaian lingkungan sekitar. (Mardiani et al., 2024) menegaskan bahwa bahasa dan respons sosial orang dewasa berperan penting dalam membentuk pemahaman anak tentang dirinya. Studi pada Jurnal Obsesi menunjukkan bahwa lingkungan belajar yang suportif dan menghargai perasaan anak berkontribusi signifikan terhadap terbentuknya konsep diri positif, seperti rasa percaya diri dan keberanian mencoba hal baru (Hermahayu et al., 2023).

Data statistik dari National Institute of Mental Health (Dwi et al., 2024) menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 5 anak yang tidak menerima validasi emosi secara konsisten sejak usia dini menunjukkan gejala gangguan kecemasan pada usia 10 tahun, dan lebih dari 30% di antaranya berisiko tinggi mengalami kesulitan relasi sosial saat memasuki usia sekolah dasar. Selain itu, laporan UNICEF (2024) mengungkapkan bahwa anak-anak yang tumbuh di lingkungan keluarga yang tidak responsif secara emosional memiliki kemungkinan dua kali lipat mengalami masalah regulasi emosi dibandingkan anak-anak yang mendapatkan dukungan emosional yang memadai. (Zumroh et al., 2024). Penelitian sebelumnya lebih banyak mengkaji kontrol diri dan konsep diri anak usia dini melalui pendekatan pola asuh secara umum, strategi disiplin, atau iklim kelas. Penelitian yang secara spesifik menempatkan validasi emosi sebagai variabel utama serta mengaitkannya dengan kontrol diri dan konsep diri anak usia dini dalam konteks PAUD Indonesia masih terbatas. Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan mengkaji validasi emosi sebagai prediktor kontrol diri dan konsep diri anak usia dini dalam konteks pendidikan PAUD di Indonesia.

Dalam konteks pendidikan anak usia dini di Indonesia, upaya penguatan karakter seringkali masih terjebak pada pendekatan instruksional formal, sehingga mengabaikan aspek mikro-interaksi seperti validasi emosi. Hal ini menyebabkan adanya kesenjangan dalam literatur empiris nasional. Penelitian sebelumnya telah banyak mengkaji kontrol diri dan konsep diri anak usia dini melalui perspektif pola asuh, strategi disiplin, dan iklim kelas, namun kajian secara spesifik menempatkan validasi emosi sebagai variabel utama serta menguji perannya secara simultan terhadap kontrol diri dan konsep diri anak usia dini di lembaga PAUD di Indonesia masih terbatas dan belum tereksplorasi secara empiris dan optimal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh validasi emosi terhadap kontrol diri dan konsep diri anak usia dini. Studi ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis dengan memperkaya kajian perkembangan sosial-emosional anak

serta kontribusi praktis bagi guru dan orang tua dalam menerapkan praktik validasi emosi secara efektif di lingkungan PAUD.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian dilaksanakan pada satuan pendidikan anak usia dini di kecamatan kramatjati pada anak usia 4–6 tahun. Subjek penelitian berjumlah 166 anak usia 4–6 tahun yang terdaftar pada satuan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD). Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, karena seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah validasi emosi (X), sedangkan variabel terikat meliputi kontrol diri (Y_1) dan konsep diri (Y_2). Instrumen berupa angket skala Likert yang disusun berdasarkan indikator perkembangan sosial-emosional anak dan telah melalui uji validitas isi untuk mengetahui pengaruh validasi emosi terhadap kontrol diri dan konsep diri anak usia dini. Uji validitas butir dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment dengan kriteria r hitung $>$ r tabel ($\alpha = 0,05$). Seluruh item dinyatakan valid. Uji reliabilitas instrumen menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, dengan hasil sebesar 0,92 untuk instrumen validasi emosi, 0,89 untuk kontrol diri, dan 0,86 untuk konsep diri, yang menunjukkan reliabilitas tinggi. Pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh validasi emosi terhadap kontrol diri dan konsep diri anak usia dini. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengukuran hubungan antar variabel secara objektif melalui analisis statistik (Waruwu et al., 2025).

Validasi emosi didefinisikan sebagai respons orang dewasa dalam menerima dan memahami emosi anak secara empatik tanpa menghakimi (Ananto & Vinayastri, 2021). Kontrol diri merujuk pada kemampuan anak mengelola emosi dan perilaku sesuai tuntutan sosial, sedangkan konsep diri mengacu pada pandangan dan penilaian anak terhadap dirinya sendiri. Instrumen penelitian berupa angket skala Likert yang diisi oleh guru dan orang tua. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 26. Pengujian hipotesis dilakukan pada taraf signifikansi 0,05. Menurut (Forester et al., 2024) regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh satu variabel bebas terhadap satu variabel terikat secara statistik. Pemilihan regresi linear sederhana didasarkan pada tujuan penelitian yang ingin mengetahui besarnya pengaruh langsung validasi emosi terhadap masing-masing aspek perkembangan anak. Penelitian ini tidak menggunakan analisis multivariat karena fokus penelitian bukan pada perbandingan simultan antarvariabel terikat, melainkan pada kekuatan pengaruh variabel bebas terhadap setiap variabel terikat secara spesifik. Penilaian perilaku anak dilakukan oleh guru dan orang tua yang memiliki interaksi langsung dan intens dengan anak dalam konteks pembelajaran dan pengasuhan. Aspek etika penelitian anak usia dini diperhatikan dengan memperoleh persetujuan dari pihak sekolah dan informed consent orang tua sebelum pengumpulan data. Identitas anak dijaga kerahasiaannya dan seluruh data digunakan hanya untuk kepentingan penelitian akademik

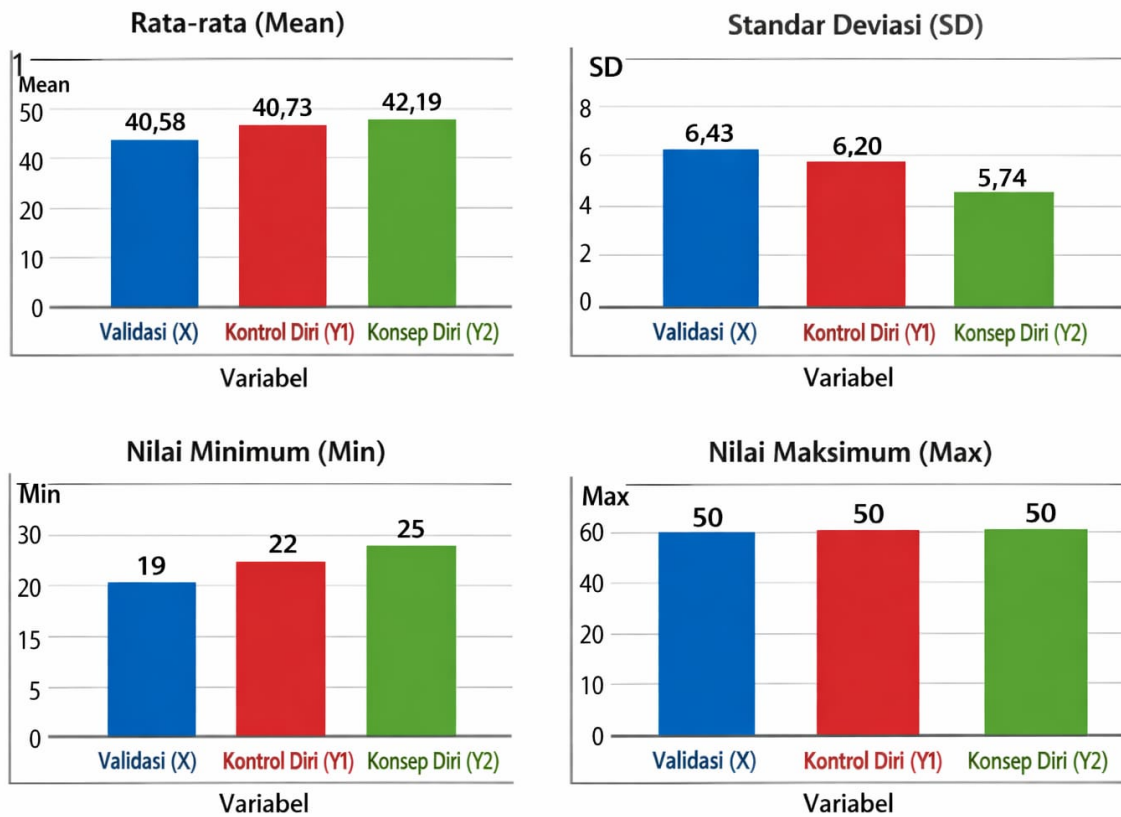
Hasil dan Pembahasan

Penyajian Tabel Statistik Deskriptif

Tabel 1. Tabel Statistik Deskriptif

Variabel	Mean	SD	Min	Max
Validasi (X)	40,58	6,43	19	50
Kontrol Diri (Y1)	40,73	6,20	22	50
Konsep Diri (Y2)	42,19	5,74	25	50

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata skor Validasi (X) sebesar 40,58 dengan standar deviasi 6,43, nilai minimum 19, dan maksimum 50. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat validasi responden berada pada kategori cukup tinggi, dengan variasi data yang relatif moderat. Pada variabel Kontrol Diri (Y1), diperoleh nilai rata-rata sebesar 40,73 dan standar deviasi 6,20, dengan skor minimum 22 dan maksimum 50. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kontrol diri yang baik, dengan sebaran skor yang cukup homogen. Sementara itu, variabel Konsep Diri (Y2) memiliki nilai rata-rata tertinggi yaitu 42,19 dengan standar deviasi 5,74, skor minimum 25, dan maksimum 50. Hal ini menandakan bahwa responden secara umum memiliki konsep diri yang positif, serta variasi jawaban yang lebih kecil dibandingkan variabel lainnya.



Gambar 1. Diagram Statistik Deskriptif

Dari diagram terlihat jelas bahwa Konsep Diri (Y2) memiliki nilai rata-rata paling tinggi dibandingkan dua variabel lainnya. Diagram batang menunjukkan bahwa variabel Konsep Diri (Y2) memiliki nilai rata-rata tertinggi dibandingkan variabel Validasi (X) dan Kontrol Diri (Y1). Hal ini mengindikasikan bahwa responden cenderung memiliki konsep diri yang lebih positif dibandingkan tingkat validasi dan kontrol diri. Skor Validasi paling beragam antar responden. Konsep Diri paling konsisten (jawaban responden lebih mirip satu sama lain). Diagram batang standar deviasi menunjukkan bahwa variabel Validasi (X) memiliki tingkat variasi data tertinggi dibandingkan variabel Kontrol Diri (Y1) dan Konsep Diri (Y2). Sementara itu, variabel Konsep Diri (Y2) memiliki standar deviasi terendah, yang mengindikasikan sebaran data yang lebih homogen.

Nilai minimum terendah ada pada Validasi (X) → masih ada responden dengan tingkat validasi yang cukup rendah. Konsep Diri (Y2) memiliki nilai minimum tertinggi → bahkan responden terendah pun tetap berada pada level yang relatif baik. Variabel Validasi (X) memiliki skor minimum paling rendah dibandingkan variabel Kontrol Diri (Y1) dan Konsep Diri (Y2). Sementara itu, Konsep Diri (Y2) memiliki nilai minimum tertinggi, yang mengindikasikan bahwa tingkat konsep diri responden relatif baik secara keseluruhan. Diagram batang nilai maksimum menunjukkan bahwa seluruh variabel penelitian, yaitu Validasi (X), Kontrol Diri (Y1), dan Konsep Diri (Y2), memiliki skor maksimum yang sama yaitu 50. Hal ini mengindikasikan bahwa terdapat responden yang mencapai skor tertinggi pada setiap variabel, sehingga instrumen pengukuran mampu menangkap tingkat karakteristik responden secara optimal. Kesamaan nilai maksimum ini juga menunjukkan bahwa rentang skala pengukuran pada ketiga variabel telah dimanfaatkan secara penuh oleh responden.

Pengaruh Validasi Emosi terhadap Kontrol Diri Anak

Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa validasi emosi berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri anak usia 4–6 tahun.

Tabel 2. Hasil Uji Regresi Validasi Emosi terhadap Kontrol Diri

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error
1	0,986	0,972	0,972	1,214

Nilai R Square sebesar 0,972 menunjukkan bahwa validasi emosi memberikan kontribusi sebesar 97,2% terhadap kontrol diri anak, sedangkan sisanya sebesar 2,8% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Temuan ini memperkuat teori Gottman (2007) yang menyatakan bahwa penerimaan emosi anak berperan penting dalam membantu anak mengelola perilaku dan emosi secara adaptif. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Handayani et al. (2024) dalam Jurnal Obsesi yang menemukan bahwa respons emosional positif guru berpengaruh signifikan terhadap regulasi diri anak usia dini.

Pengaruh Validasi Emosi terhadap Konsep Diri Anak

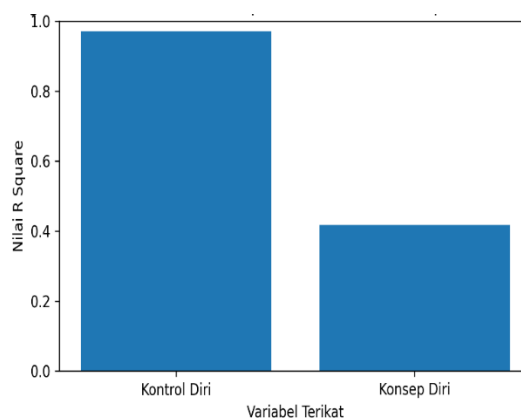
Analisis regresi juga menunjukkan adanya pengaruh signifikan validasi emosi terhadap konsep diri anak usia dini.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Validasi Emosi terhadap Konsep Diri

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error
1	0,646	0,417	0,413	2,087

Nilai R Square sebesar 0,417 menunjukkan bahwa validasi emosi memberikan kontribusi sebesar 41,7% terhadap konsep diri anak usia 4–6 tahun. Hasil ini menunjukkan bahwa anak yang emosinya divalidasi cenderung memiliki rasa percaya diri, penerimaan diri, dan persepsi positif terhadap kemampuan dirinya. Temuan ini sejalan dengan pandangan (Clinkinbeard et al., 2018) yang menekankan peran interaksi sosial dalam pembentukan konsep diri, serta diperkuat oleh penelitian Hermahayu et al. (2025) dalam Jurnal Obsesi yang menyatakan bahwa lingkungan emosional yang suportif berkontribusi signifikan terhadap perkembangan konsep diri anak. Hasil analisis menunjukkan bahwa validasi emosi berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri anak usia 4–6 tahun dengan nilai signifikansi $< 0,05$ dan kontribusi sebesar 97,2%. Selain itu, validasi emosi juga berpengaruh signifikan terhadap konsep diri anak dengan kontribusi sebesar 41,7%. Temuan ini sejalan dengan teori (Nur et al., 2025) yang menyatakan bahwa konsep diri positif berkembang melalui pengalaman emosional yang diterima secara positif oleh lingkungan. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa validasi emosi memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap kontrol diri dan pengaruh sedang hingga kuat terhadap konsep diri anak usia dini. Temuan ini menegaskan bahwa praktik validasi emosi oleh guru dan orang tua merupakan strategi penting dalam mendukung perkembangan sosial-emosional anak sesuai dengan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA).

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa validasi emosi berpengaruh signifikan terhadap kontrol diri anak usia 4–6 tahun, dengan nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,972. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar variasi kontrol diri anak dalam konteks penelitian ini dapat dijelaskan oleh praktik validasi emosi yang dilakukan oleh guru dan orang tua. Selain itu, validasi emosi juga menunjukkan pengaruh signifikan terhadap konsep diri anak, dengan nilai R Square sebesar 0,417, yang menunjukkan kontribusi sedang. Perbedaan besaran kontribusi ini mengindikasikan bahwa kontrol diri lebih sensitif terhadap respons emosional langsung orang dewasa, sementara konsep diri dipengaruhi oleh faktor perkembangan yang lebih luas dan bersifat jangka panjang. Untuk menjaga fokus analisis, artikel ini hanya menyajikan tabel inti hasil regresi, sementara statistik deskriptif rinci dan grafik pendukung digunakan secara selektif untuk memperjelas temuan utama.



Gambar 2. Pengaruh Validasi Emosi terhadap Kontrol Diri dan Konsep Diri Anak

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa validasi emosi berpengaruh sangat signifikan terhadap kontrol diri anak usia 4–6 tahun, dengan kontribusi sebesar 97,2%. Temuan ini mengindikasikan bahwa respons emosional orang dewasa yang menerima, memahami, dan tidak menghakimi perasaan anak berperan dominan dalam membantu anak mengelola emosi dan perilaku. Secara teoretis, hasil ini sejalan dengan pandangan (Zitzmann et al., 2024) yang menyatakan bahwa validasi emosi membantu anak mengenali perasaannya, menenangkan diri, serta memilih respons yang lebih adaptif terhadap situasi sosial. Dalam konteks PAUD, guru dan orang tua yang memvalidasi emosi anak secara konsisten berkontribusi pada terbentuknya kemampuan menunggu giliran, mengikuti aturan, dan mengendalikan impuls. Temuan penelitian ini juga memperkuat hasil penelitian dalam Jurnal Obsesi yang menunjukkan bahwa kualitas interaksi emosional guru memiliki hubungan yang kuat dengan regulasi diri anak usia dini. Anak yang merasa emosinya dihargai cenderung lebih kooperatif dan mampu menyesuaikan perilaku dengan tuntutan lingkungan belajar. Dengan demikian, validasi emosi tidak hanya berfungsi sebagai dukungan emosional, tetapi juga sebagai strategi pedagogis yang efektif dalam mengembangkan kontrol diri anak.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa validasi emosi berpengaruh signifikan terhadap konsep diri anak usia dini, dengan kontribusi sebesar 41,7%. Temuan ini menunjukkan bahwa anak yang mendapatkan respons emosional positif dari orang dewasa cenderung memiliki persepsi diri yang lebih positif, rasa percaya diri yang lebih baik, serta keberanian untuk mencoba hal baru. Hal ini sejalan dengan teori (Cheung et al., 2020) yang menyatakan bahwa konsep diri terbentuk melalui pengalaman sosial dan penilaian lingkungan terhadap individu sejak usia dini. Hasil penelitian ini juga mendukung perspektif (Park, 2024) yang menekankan peran interaksi sosial dalam pembentukan pemahaman anak tentang dirinya. Validasi emosi memungkinkan anak memperoleh makna positif terhadap pengalaman emosionalnya, sehingga membentuk konsep diri yang sehat. Penelitian dalam Jurnal Obsesi turut menegaskan bahwa lingkungan emosional yang suportif di satuan PAUD berkontribusi signifikan terhadap perkembangan konsep diri anak, khususnya dalam aspek kepercayaan diri dan kemandirian.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa validasi emosi memiliki peran yang lebih kuat terhadap kontrol diri dibandingkan konsep diri. Hal ini dapat dipahami karena kontrol diri berkaitan langsung dengan kemampuan regulasi emosi yang muncul secara situasional, sedangkan konsep diri berkembang secara bertahap dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lain. Meskipun demikian, validasi emosi tetap menjadi fondasi penting dalam membangun kedua aspek perkembangan sosial-emosional anak usia dini. Pentingnya validasi juga ditunjukkan dalam konteks pendidikan, di mana guru yang sensitif terhadap emosi anak dan memberikan tanggapan yang suportif terbukti meningkatkan keterlibatan dan partisipasi anak dalam pembelajaran. Intervensi berbasis sekolah yang menekankan pada validasi perasaan bahkan telah terbukti menurunkan tingkat perilaku agresif dan meningkatkan empati di antara anak-anak prasekolah. Dengan demikian, validasi perasaan tidak hanya berkontribusi pada kesejahteraan individu anak, tetapi juga memperkuat iklim sosial yang positif di lingkungan keluarga maupun sekolah (Graham et al., 2022).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa validasi perasaan memiliki beberapa dampak positif terhadap anak usia dini, di antaranya: 1) Meningkatkan Regulasi Emosi (Blegur & Amseke, 2024). Anak yang mendapatkan validasi perasaan lebih mampu mengenali dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik dibandingkan dengan anak yang mengalami penolakan atau pengabaian emosional. 2) Mengembangkan Keterampilan Sosial (Faizah et al., 2023). Anak yang tumbuh dalam lingkungan yang memvalidasi emosinya lebih cenderung memiliki hubungan sosial yang sehat dan empati yang tinggi. 3) Mengurangi Risiko Gangguan Psikologis (Dwi et al., 2024). Studi menunjukkan bahwa validasi perasaan berkorelasi dengan rendahnya tingkat kecemasan dan depresi pada anak. 4) Meningkatkan Kecerdasan Emosional (Sari, 2017). Anak yang mendapatkan validasi lebih mudah memahami dan merespons emosi orang lain secara adaptif, yang menjadi dasar bagi perkembangan kecerdasan emosional.

Temuan-temuan dari berbagai studi menegaskan bahwa validasi perasaan memiliki implikasi luas bagi kehidupan anak usia dini. Validasi yang diberikan secara konsisten mampu menciptakan rasa aman emosional dalam diri anak, yang penting bagi pembentukan kepercayaan diri dan kompetensi sosial. Di sisi lain, ketidakhadiran validasi emosional menyebabkan anak meragukan legitimasi perasaannya sendiri, yang dalam jangka panjang dapat memicu pola pikir negatif dan relasi interpersonal yang disfungsional. Validasi perasaan juga berfungsi sebagai sarana pembelajaran emosional bagi anak, ketika orang tua atau pengasuh mencerminkan emosi anak dengan kata-kata yang tepat dan memberi dukungan tanpa menghakimi, anak belajar mengenali dan memberi nama pada emosinya. Proses ini penting untuk mengembangkan keterampilan regulasi emosi dan konsep diri positif yang akan digunakan sepanjang hidup (Yu & Bailey, 2025).

Besarnya kontribusi dalam penelitian ini kemungkinan dipengaruhi oleh kedekatan konstruk antara validasi emosi dan indikator kontrol diri, khususnya ketika keduanya diukur melalui persepsi responden yang sama, yaitu guru dan orang tua. Kondisi ini berpotensi menimbulkan common method bias, di mana penilaian emosional responden memengaruhi persepsi terhadap perilaku anak. Selain itu, konteks budaya dan praktik pengasuhan pada lokasi penelitian dapat memperkuat hubungan antara respons emosional orang dewasa dan regulasi perilaku anak. Berbeda dengan kontrol diri, pengaruh validasi emosi terhadap konsep diri menunjukkan kontribusi yang lebih moderat. Dengan demikian, validasi emosi berperan sebagai faktor penting, namun bukan satu-satunya determinan dalam pembentukan konsep diri anak usia dini.

Pendekatan kritis terhadap temuan ini memperkaya dialog ilmiah dengan menunjukkan bahwa meskipun validasi emosi merupakan strategi yang efektif dalam konteks PAUD, kekuatan pengaruhnya sangat bergantung pada metode pengukuran, konteks sosial, dan karakteristik responden. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, data diperoleh melalui angket persepsi guru dan orang tua, sehingga berpotensi mengandung bias subjektif responden. Kedua, penelitian dilakukan pada konteks wilayah dan karakteristik lembaga PAUD tertentu, sehingga generalisasi hasil penelitian perlu dilakukan secara hati-hati. Ketiga, penggunaan regresi linear sederhana belum memungkinkan analisis hubungan simultan antarvariabel. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain multivariat atau pendekatan longitudinal untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

Simpulan

Validasi emosi yang dilakukan oleh guru dan orang tua memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan sosial-emosional anak usia dini, khususnya dalam aspek kontrol diri dan konsep diri. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara validasi emosi dengan kontrol diri anak, serta kontribusi moderat terhadap konsep diri, yang mengindikasikan bahwa respons emosional orang dewasa menjadi faktor kontekstual yang relevan dalam membantu anak mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosinya secara adaptif. Secara teoretis, temuan ini memperkuat kajian sosial-emosional PAUD dengan menegaskan posisi validasi emosi sebagai mekanisme interaksional yang menjembatani pengasuhan dan regulasi diri anak, sekaligus memperkaya literatur yang selama ini lebih menekankan pendekatan disiplin perilaku. Namun demikian, besarnya kontribusi yang ditemukan dalam penelitian ini perlu dipahami secara proporsional, mengingat keterbatasan metode pengukuran dan konteks penelitian. Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi guru dan orang tua untuk lebih sadar dalam menggunakan bahasa emosional yang empatik, tidak menghakimi, dan responsif sebagai bagian dari praktik pendidikan dan pengasuhan sehari-hari. Dengan demikian, validasi emosi dapat diintegrasikan sebagai strategi pedagogis dan pengasuhan yang mendukung perkembangan kontrol diri dan pembentukan konsep diri anak secara lebih sehat dan berkelanjutan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis berterima kasih kepada rekan, seluruh responden dan para tim yang terlibat dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Ananto, M. C., & Vinayastri, A. (2021). *Pengembangan Instrumen Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini*. 6(2), 87–98.
- Blegur, J. S. T., & Amseke, F. V. (2024). *Edudikara : Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*. 9(2), 71–80.
- Bockmann, J. O., & Yeong, S. (2023). Using Mindfulness - Based Interventions to Support Self - regulation in Young Children : A Review of the Literature. *Early Childhood Education Journal*, 51(4), 693–703. <https://doi.org/10.1007/s10643-022-01333-2>
- Cheung, R. Y. M., Yin, L., & Chung, K. K. H. (2020). *Emotion dysregulation between mothers , fathers , and adolescents : Implications for adolescents ' internalizing problems*. 83(January), 62–71.
- Clinkinbeard, S. S., Barnum, T., & Rhodes, T. (2018). *The other side of the coin : Exploring the effects of adolescent delinquency on young adult self-control* *The other side of the coin : Exploring the effects of adolescent delinquency on young adult self-control*.
- Dwi, D., Putri, R., Kostania, G., & Yulifah, R. (2024). *The relationship of gadget use with the mental and emotional of preschool children in KB TK Negeri Pembina 1 Malang , Indonesia*. 1–6.
- Faizah, N., Liliana, I., & Dewi, K. (2023). *Menumbuhkan Sikap Sosial Emosional EMC 2 Terhadap Psychological Well-Being pada Siswa Sekolah Dasar*. 13–22.
- Forester, B. J., Idris, A., Khater, A., Afgani, M. W., Isnaini, M., Islam, U., Raden, N., & Palembang, F. (2024).

- Penelitian Kuantitatif: Uji Reliabilitas Quantitative Research : Data Reliability Test.* 4(3), 1812–1820.
- Graham, J. A., Alcaide, M., & Garcia, F. (2022). *Analyzing when parental warmth but without parental strictness leads to more adolescent empathy and self-concept : Evidence from Spanish homes.* December, 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1060821>
- Habibah, N. (2025). *Implementasi Pola Asuh Positif dan Implikasinya terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini di Lembaga PAUD.* 02, 55–64.
- Hermahayu, H., Rasidi, R., & Zahra, A. A. (2023). *Exploring a Positive Discipline Approach to Foster Academic Motivation : A Stakeholder Perspective.* 7(3), 1–18.
- Korona-golec, K., Hlawacz, T., & Gruszka-gosiewska, A. (2019). *The relationship between self-control and temperament: a contribution to the self-control definition debate.* 7(1), 24–31.
- Lin, S. C., Kehoe, C., Pozzi, E., Liontos, D., & Whittle, S. (2024). *Research Review : Child emotion regulation mediates the association between family factors and internalizing symptoms in children and adolescents – a meta-analysis.* 3, 260–274. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13894>
- Mardiani, D. P., Fitria, V., & Yulianingsih, W. (2024). *Program Transisi PAUD ke SD dalam Perspektif Orang Tua dan Guru.* 8(1), 99–108. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i1.4939>
- Mcclelland, M. M., Cameron, C. E., & Dahlgren, J. (2022). *The Development of Self- Regulation in Young Children.* 2019.
- Nur, S., Jannah, F., Info, A., Education, C., Identity, C., Attachment, I., Pendidikan, I., & Aman, T. (2025). *Ontologi Attachment dalam Dinamika Keluarga: Peran Orang Tua dalam Pembentukan Identitas Anak.* 13(1), 42–54. <https://doi.org/10.56013/edu.v13i1.3600>
- Palenzuela-luis, N., Duarte-climents, G., & Gómez-salgado, J. (2022). *International Comparison of Lifestyle in Adolescents : A Systematic Review.* 67(September), 1–11. <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604954>
- Park, D. (2024). *Your feelings are reasonable : Emotional validation promotes.* November 2023, 1–10. <https://doi.org/10.1111/desc.13523>
- Sari, S. P. (2017). *Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa.* 3(2), 123–137.
- Vazsonyi, A. T., & Jiskrova, G. K. (2018). On the development of self-control and deviance from preschool to middle. *Journal of Criminal Justice*, 56(August 2017), 60–69. <https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2017.08.005>
- Waruwu, M., Natijatul, S., Utami, P. R., & Yanti, E. (2025). *Metode Penelitian Kuantitatif : Konsep , Jenis , Tahapan dan Kelebihan.* 10, 917–932.
- Yu, Y., & Bailey, A. L. (2025). Self-concept in first grade and academic performance trajectories : roles of gender and dual-language immersion versus English-medium program enrollment. *International Multilingual Research Journal*, 19(4), 298–317. <https://doi.org/10.1080/19313152.2024.2387990>
- Zitzmann, J., Rombold, L., Charlotte, G., & Babette, R. (2024). Emotion Regulation , Parenting , and Psychopathology : A Systematic Review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 27(1), 1–22. <https://doi.org/10.1007/s10567-023-00452-5>