

## Peningkatan Kepercayaan Diri Anak Usia Dini Melalui Pendekatan Preventif dan Perkembangan: Studi Kualitatif di Kelompok Bermain

Dinar Azzahra<sup>1</sup>, Libri Rizka Puri Windarta<sup>2</sup>

<sup>1</sup>UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon, Indonesia  
e-mail: [dinarazzahra95@gmail.com](mailto:dinarazzahra95@gmail.com)

<sup>2</sup>UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon, Indonesia  
e-mail: [libririzka@uinssc.ac.id](mailto:libririzka@uinssc.ac.id)

### Abstract

*Many young children experience shyness, marked by fear of speaking, avoidance of social interaction, and reluctance to explore new situations. This behavior often indicates low self-confidence, which may hinder social and emotional development if not properly addressed. This study aims to explore efforts to enhance children's self-confidence through preventive and developmental approaches in an early childhood learning setting. Using a descriptive qualitative method, the research involved 20 children aged 3–5 years and applied observation and interview techniques with teachers and parents at a playgroup in Kuningan, West Java. The findings revealed that both preventive and developmental approaches effectively increased children's confidence by creating a supportive environment and encouraging social participation through activities such as role-playing and small group interactions. The study concludes that consistent collaboration between teachers and parents plays a significant role in strengthening children's self-confidence and reducing shyness in daily interactions.*

**Keywords:** *self-confidence, early childhood, preventive approach, developmental approach, social-emotional learning*

### Abstrak

Banyak anak usia dini menunjukkan perilaku pemalu yang ditandai dengan rasa takut berbicara, menghindari interaksi sosial, dan enggan mencoba hal baru. Kondisi ini sering mencerminkan rendahnya kepercayaan diri yang, jika tidak ditangani, dapat menghambat perkembangan sosial dan emosional anak. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan upaya peningkatan kepercayaan diri anak melalui pendekatan preventif dan pendekatan perkembangan di lingkungan pembelajaran anak usia dini. Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan subjek 20 anak usia 3–5 tahun. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara dengan guru serta orang tua di salah satu kelompok bermain di Kuningan, Jawa Barat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua pendekatan tersebut efektif meningkatkan kepercayaan diri anak melalui lingkungan belajar yang mendukung serta kegiatan sosial seperti bermain peran dan interaksi dalam kelompok kecil. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kolaborasi guru dan orang tua berperan penting dalam menumbuhkan kepercayaan diri anak dan mengurangi rasa malu dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci :** *kepercayaan diri, anak usia dini, pendekatan preventif, pendekatan perkembangan, pembelajaran sosial-emosional*

---

## Pendahuluan

Rasa percaya diri merupakan keadaan mental yang dimiliki individu untuk memaksimalkan seluruh potensi dirinya, sehingga menciptakan kepercayaan dalam menjalankan berbagai aktivitas yang diinginkan. Rasa percaya diri dapat dianggap sebagai sumber utama energi bagi seseorang dalam meraih kesuksesan. Anak yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi memberikan dampak positif bagi kehidupan mereka di masa depan. Mereka cenderung mencapai keberhasilan dan lebih berani dalam melakukan suatu tindakan (Wardani, Hafidah, & Dewi, 2021).

Sementara itu, kepercayaan diri merupakan pola pikir dan perilaku yang dimiliki oleh anak usia dini. Ketika seorang anak memiliki sikap percaya diri, anak tersebut dapat lebih mudah menerima berbagai hal positif dan akan lebih cepat memahami berbagai informasi yang dapat diberikan kepadanya di masa mendatang. Ketika anak tersebut tumbuh dewasa, dia akan mampu menghadapi berbagai tantangan dengan lebih baik. Erikson juga menyatakan bahwa anak yang memiliki rasa percaya diri akan yakin dengan kemampuannya dan optimis dalam setiap tindakan, berani tampil, serta mampu berperilaku baik terhadap orang-orang di sekelilingnya (Putri, Darmiyanti, & Putri, 2022).

Usia dini sering kali disebut sebagai masa emas atau "golden age," yaitu periode di mana kemampuan otak anak untuk menyerap informasi berada pada puncaknya. Setiap informasi yang diterima pada fase ini dapat memberikan dampak yang signifikan bagi perkembangan anak di masa mendatang. Rentang waktu yang dianggap sebagai masa emas ini bervariasi, yaitu antara 0-2 tahun, 0-3 tahun, 0-5 tahun, atau bahkan 0-8 tahun (Prasetyawan, 2019).

Anak usia dini juga merupakan periode emas dalam kehidupan, di mana terjadi perkembangan yang sangat pesat dalam berbagai aspek, seperti kognitif, bahasa, motorik fisik, sosial emosional, seni, moral, dan religius. Selama fase pertumbuhan ini, mereka memerlukan dukungan, pendidikan, bimbingan, serta teladan yang baik dari lingkungan sekitar. Hal ini penting, mengingat salah satu karakteristik anak adalah kecenderungannya untuk meniru apa yang dilihat dan didengar. Oleh karena itu, masa dini adalah waktu yang paling tepat untuk menanamkan karakter, yang akan tertanam kuat hingga mereka dewasa, sehingga sulit untuk terpengaruh oleh hal-hal yang tidak sesuai dengan karakter dasar mereka (Rohmawati & Watini, 2022).

Kepercayaan diri merupakan kunci utama dalam mencapai kesuksesan bagi anak. Anak-anak yang memiliki rasa percaya diri biasanya lebih berani, mudah beradaptasi, dan mampu meraih prestasi yang baik. Namun, tidak semua anak menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Anak-anak yang pemalu sering kali menghadapi tantangan dalam membangun rasa percaya diri mereka. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk memberikan dukungan kepada anak-anak yang pemalu agar mereka dapat meningkatkan kepercayaan diri dan tumbuh berkembang secara optimal.

Sikap pemalu yang dimiliki anak seringkali membuatnya menghindari interaksi dengan orang lain, serta menimbulkan rasa takut dan keraguan saat ingin melakukan sesuatu. Anak-anak yang pemalu cenderung menarik diri dalam hubungan sosial. Mereka biasanya lebih banyak diam, berbicara dengan suara yang lembut, menghindari kontak mata, dan tidak berani mengambil inisiatif sendiri. Anak yang pemalu jarang menimbulkan masalah dan sering kali kurang mendapatkan perhatian dari lingkungan sekitarnya. Dalam situasi yang sulit, anak pemalu cenderung menarik diri dan memilih untuk meninggalkan lokasi tersebut. Oleh karena itu, masalah pemalu pada anak tidak dapat diabaikan begitu saja, karena permasalahan ini dapat berdampak besar pada perkembangan kepribadian anak di masa depan (Rizky, Syafrudin, & Oktaria, 2024)

Rasa malu merupakan sifat yang dapat mengurangi kualitas anak, membuatnya kurang percaya diri, dan menghambat kemampuan untuk menjalin interaksi sosial dengan orang lain serta beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Sebagian orang tua, menganggap rasa malu sebagai perilaku yang wajar. Jika perilaku yang dianggap wajar saat ini tidak mendapatkan

bimbingan yang tepat atau arahan dari pengalaman masa lalu, perilaku tersebut akan berkembang menjadi masalah yang lebih serius (Oktariana & Nurfajani, 2022). Sifat pemalu ini seringkali muncul akibat kurangnya keterampilan sosial, rasa percaya diri yang rendah, minimnya interaksi sosial, serta kesulitan dalam beradaptasi terutama dengan orang-orang baru dan lingkungan sekitarnya (Rifa & Suryana, 2022).

Menurut Herlock, rasa malu pada anak adalah reaksi emosional yang tidak nyaman yang muncul dalam diri seseorang akibat penilaian yang negatif. Anak-anak merasa malu ketika mereka menyadari bahwa pengetahuan atau keterampilan mereka berada di bawah standar teman sebaya, terutama saat berada di sekitar orang-orang yang belum mereka kenal (Sabarrudin, Andariska, & Fitriani, 2022).

Oleh karena itu, pemalu pada anak usia dini adalah fenomena yang cukup umum terjadi. Anak-anak yang pemalu cenderung lebih tertutup, kurang berani untuk mengungkapkan pendapat, dan sering merasa gugup ketika berada dalam situasi sosial. Kondisi ini bisa menghambat perkembangan sosial dan emosional mereka.

Meningkatkan kepercayaan diri pada anak yang pemalu bukanlah hal yang bisa dicapai secara instan. Diperlukan usaha yang sistematis dan berkelanjutan untuk mencapainya. Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan adalah pendekatan preventif, yang bertujuan untuk mencegah timbulnya sikap pemalu sejak dini.

Pendekatan preventif adalah kegiatan yang dijalankan oleh guru bimbingan konseling dengan tujuan mencegah perilaku anak agar tetap sejalan dengan karakter yang diharapkan. Pendekatan ini dapat diimplementasikan dengan menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, memberikan dukungan emosional yang memadai, serta memberikan kesempatan bagi anak untuk berinteraksi dengan orang lain (Sudiatmika, 2024).

Selain pendekatan preventif, pendekatan perkembangan juga memegang peranan yang sangat penting. Pendekatan ini menekankan pada pengembangan potensi dan kemampuan anak secara holistik, sehingga anak dapat mengembangkan rasa percaya diri yang lebih tinggi (Aprianty & Ngalimun, 2022).

Bimbingan konseling perkembangan merupakan sebuah program yang dirancang berdasarkan sejumlah prinsip penting. Program ini diperlukan oleh setiap anak selama proses perkembangannya, dengan fokus pada cara anak belajar serta mendorong pertumbuhan mereka. Dalam hal ini, konselor dan guru memiliki peran kunci dalam membantu siswa untuk belajar dan terlibat aktif dalam proses pembelajaran (Aprianty & Ngalimun, 2022).

Dengan melakukan observasi disalah satu kelompok bermain yang ada di daerah Kuningan. Peneliti mengamati bahwa terdapat ada anak yang mengalami permasalahan yaitu pemalu. Anak ini cenderung lebih suka bermain sendiri, sering mengamati teman-temannya dari kejauhan daripada terlibat dalam percakapan. Dia tampak gelisah dan merasa takut ketika diajak berinteraksi atau diminta menjawab pertanyaan di kelas. Namun, dia merasa lebih nyaman dan bebas ketika berada di dekat guru yang sudah akrab dengannya. Dia juga lebih memilih mengerjakan tugas-tugasnya secara mandiri dibandingkan berpartisipasi dalam kegiatan kelompok.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan upaya peningkatan kepercayaan diri anak usia dini melalui pendekatan preventif dan pendekatan perkembangan di salah satu lembaga PAUD di Kabupaten Kuningan. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap penguatan praktik pembelajaran sosial-emosional di lingkungan pendidikan anak usia dini serta menjadi referensi bagi guru dan orang tua dalam menstimulasi rasa percaya diri anak secara optimal.

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Metode kualitatif merupakan suatu metode dalam penelitian yang menghasilkan data deskriptif, baik dalam bentuk kata-kata tertulis maupun lisan dari individu, serta perilaku yang dapat diamati.

Pendekatan ini menekankan pemahaman yang lebih mendalam terhadap suatu masalah daripada sekadar mengamati permasalahan dari permukaan. Dengan demikian, analisis dalam pendekatan ini cenderung lebih menonjolkan proses dan makna yang terkandung dalam fenomena yang diteliti (Prayogi & Kurniawan, 2024). Sementara itu, pendekatan deskriptif yang dilakukan diharapkan dapat memahami objek penelitian dengan pemahaman yang mendalam mengenai Upaya Meningkatkan Kemampuan Percaya Diri pada Anak melalui Pendekatan Preventif dan Pendekatan Perkembangan.

Penelitian ini dilakukan pada salah satu kelompok bermain yang ada di daerah Kuningan pada bulan Agustus tahun 2025 dengan subjek 20 anak yang terdiri dari usia 3-5 tahun. Teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara. Pada tahap observasi, peneliti menggunakan observasi non partisipan yang berarti peneliti berperan sebagai pengamat yang bersifat objektif, mencatat dan mendokumentasikan peristiwa yang terjadi tanpa terjun langsung dalam aktivitas yang sedang berlangsung kegiatan ini dilakukan sebelum adanya intervensi dari guru, observasi yang kedua dilaksanakan pada saat adanya intervensi dari guru. Sedangkan dalam tahap wawancara, yaitu menggunakan jenis wawancara semi terstruktur agar peneliti secara terbuka dalam menemukan permasalahan. Wawancara dilakukan untuk mendalami hasil yang diperoleh dan memperoleh perspektif guru secara langsung. Dalam melaksanakan wawancara, peneliti hanya perlu mendengarkan dengan seksama dan mencatat apa yang disampaikan oleh informan untuk memperkuat dan mendukung kelengkapan data hasil penelitian.

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan kepala sekolah di salah satu sekolah yang ada di daerah Kuningan Jawa Barat, dengan menggunakan Berdasarkan hasil wawancara dengan guru kelas, diperoleh keterangan bahwa salah satu anak menunjukkan perilaku pemalu dalam kegiatan sehari-hari di sekolah. Guru menjelaskan, "*Anak ini lebih suka bermain sendiri. Biasanya dia hanya memperhatikan teman-temannya dari jauh, jarang sekali mau bergabung untuk bermain bersama.*" Saat kegiatan tanya jawab di kelas, guru juga mengungkapkan bahwa anak tampak gelisah dan ragu untuk berbicara. "*Kalau ditanya, dia sering menunduk atau diam saja, sepertinya takut salah menjawab,*" ujar guru tersebut. Selain itu, guru menambahkan bahwa ketika kegiatan menyanyi atau berdoa bersama, anak lebih memilih berada di bagian belakang kelas. "*Dia tampak lebih tenang kalau di belakang, tidak terlalu menonjol di depan,*" kata guru. Namun, anak tersebut terlihat lebih nyaman dan percaya diri ketika berada di dekat guru yang sudah akrab dengannya. "*Kalau bersama guru yang sering mendampinginya, dia bisa tersenyum dan mau bercerita sedikit-sedikit,*" tambahnya. Dalam kegiatan belajar, anak juga tampak lebih menikmati tugas yang dikerjakan secara mandiri dibandingkan secara berkelompok. "*Kalau disuruh bekerja kelompok, biasanya dia hanya mengikuti saja, tapi kalau kerja sendiri, dia tampak fokus dan senang,*" ungkap guru di akhir wawancara.

Anak seringkali merasa tidak aman dalam lingkungan sosial akibat kurangnya kepercayaan diri atau ketrampilan sosial. Hal ini bisa dipengaruhi oleh pengalaman atau latar belakang keluarga mereka, dimana adanya kurang stimulasi sosial di rumah sehingga membuat anak tersebut menjadi pemalu. Selain itu kurangnya apresiasi yang diberikan oleh orangtua kepada anak, sehingga apa yang dilakukan tidak mendapat pengakuan dari lingkungan terdekatnya yaitu orang tua. Sikap pemalu ini dapat menghambat perkembangan sosial dan emosional anak, sehingga menyulitkan mereka untuk mengeksplorasi dan mencoba hal-hal baru bersama teman-teman sebayanya. Sikap pemalu pada anak dapat menjadi masalah serius yang menghambat perkembangan mereka. Hal ini dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seperti pertumbuhan harga diri, kemampuan berinteraksi, kemampuan bersosialisasi, serta penyesuaian diri dalam lingkungan sosial. Dampaknya pun dapat terlihat dalam kegiatan sehari-hari baik di sekolah maupun di rumah (Wardani et al., 2021).

Oleh karena itu, guru senantiasa memberikan pujian dan dukungan kepada anak-anak untuk meningkatkan rasa percaya diri mereka. Selain itu, guru juga membantu anak berinteraksi dengan teman sebaya, seperti dengan mengajak satu atau dua anak. Hal ini dapat membuat anak merasa lebih nyaman dalam menjalin persahabatan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi sifat pemalu pada anak meliputi kesulitan dalam berkomunikasi, kondisi fisik, rasa kurang percaya diri, pola asuh orang tua, serta perasaan tidak nyaman dalam berinteraksi sosial. Anak yang pemalu cenderung menunjukkan ciri-ciri seperti ketakutan, ketidaksukaan terhadap tantangan, kecenderungan untuk menghindari keramaian, serta enggan untuk menyampaikan pendapatnya. Maka, sangat penting bagi orang tua untuk memahami kondisi ini dan menyadari bahwa anak mereka memerlukan dukungan dari orang lain untuk mengatasi rasa malunya. Peran orang tua seharusnya menjadi teman bagi anak dan membantu mereka mengatasi perasaan tersebut. Jika anak mengalami kesulitan dalam bersosialisasi, orang tua bisa mempertimbangkan untuk berdialog dengan guru di sekolah agar dapat menemukan cara yang tepat untuk membantu anaknya.

Untuk membantu anak mengatasi rasa malu, guru perlu berfokus pada peningkatan kepercayaan diri mereka. Dengan cara ini, sifat pemalu yang ada pada anak akan perlahan-lahan menghilang. Dalam proses ini, peran guru sangat penting sebagai fasilitator, motivator, dan pembimbing (Muarifah, 2020).

Membangun rasa percaya diri pada anak usia dini sangatlah penting. Kepercayaan diri ini dapat membantu anak menjadi lebih mandiri dan membentuk karakter yang baik sebagai bekal untuk kehidupannya di masa depan. Hal ini menunjukkan bahwa percaya diri memainkan peran besar dalam perkembangan anak, terutama dalam aspek sosial, motorik, kognitif, emosional, dan bahasa. Dengan adanya pertumbuhan kepercayaan diri yang positif, diharapkan anak-anak ini akan mampu mengembangkan keberanian dan keyakinan dalam melaksanakan berbagai hal tanpa rasa ragu (Nurmalasari, Nurmala, & Prabowo, 2022). Membangun rasa percaya diri yang baik pada anak, diperlukan kerjasama antara orang tua dan guru. Rasa percaya diri terdiri dari beberapa aspek yang saling mendukung yaitu optimisme, keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, toleransi, ambisi yang seimbang, rasa tanggung jawab, kemampuan untuk menghadapi berbagai situasi dengan tenang, kemandirian, dan fleksibilitas. Dengan perhatian terhadap aspek-aspek tersebut, kita dapat membantu anak mengembangkan percaya diri yang kuat dan positif (Ardiyana, Akbar, & Karnadi, 2019).

Kepercayaan diri merupakan hal yang penting bagi anak-anak, baik secara individu maupun dalam kelompok. Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai kemampuan dan keyakinan seseorang untuk menampilkan potensi terbaik yang dimiliki, yang juga disadari oleh dirinya sendiri. Selain itu, kepercayaan diri dapat dimanfaatkan dengan baik dalam menyelesaikan berbagai masalah dengan solusi yang paling tepat. Proses pembentukan kepercayaan diri tidak terjadi secara kebetulan, melainkan merupakan hasil dari kepribadian seseorang yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman yang dialami sejak lahir (Farid & Wirastania, 2024).

Hal ini sejalan dengan teori belajar sosial yang diperkenalkan oleh Albert Bandura bahwa manusia tidak hanya memperoleh pengetahuan melalui pengalaman langsung, tetapi juga melalui pengamatan dan peniruan perilaku orang lain, terutama berlaku bagi orang-orang yang memiliki pengaruh signifikan dalam kehidupan mereka, seperti orang tua, guru, atau teman sebaya. Teori ini menyatakan bahwa anak-anak cenderung meniru perilaku percaya diri yang mereka lihat pada orang lain. Ketika seorang anak sering menyaksikan orang tuanya menghadapi tantangan dengan positif dan penuh percaya diri, kemungkinan besar anak tersebut akan mengembangkan sikap yang sama. Sebaliknya, jika mereka melihat orang tua mereka merasa ragu-ragu atau menghindari tantangan, anak itu akan lebih mungkin untuk mengadopsi sikap yang serupa.

Sementara itu, menurut (Sholihah, Permatasari, & Rahayu, 2023) terdapat beberapa strategi yang dapat diterapkan untuk membantu anak yang pemalu yaitu: (1) Membiasakan

anak berkomunikasi secara aktif, baik di rumah, sekolah, maupun di lingkungan sosialnya (2) Mengajak anak bergabung dalam kelompok kecil, sehingga mereka mendapatkan pengalaman berinteraksi yang lebih luas. (3) Memberikan motivasi kepada anak agar mereka merasa percaya diri dan tidak merasa minder. (4) Memberikan pujian kepada anak atas prestasi dan keterampilan yang telah mereka capai. (5) Memperkenalkan anak pada kelompok seni di lingkungan sekolah, sehingga mereka merasa lebih percaya diri untuk mencoba hal-hal baru. (6) Guru sebaiknya mendekati anak pemalu dengan penuh pengertian untuk memahami penyebab mereka merasa malu. (7) Penting bagi guru untuk tidak memarahi atau menghukum anak yang kesulitan berinteraksi, karena hal ini dapat menambah rasa minder atau trauma. Sebaliknya, guru harus mendorong anak untuk berinteraksi dengan teman-temannya.

Dengan melakukan hal tersebut, anak tidak lagi merasa malu. Mereka mulai menunjukkan kepercayaan diri yang lebih, bersedia berinteraksi dengan teman-temannya dan telah menjadi lebih mandiri dalam melaksanakan berbagai aktivitas tanpa harus didampingi oleh guru atau orang tua. Menciptakan lingkungan belajar yang aman, menyenangkan, dan mendukung, kita dapat membantu anak-anak usia dini mengembangkan kepercayaan diri mereka. Melalui pendekatan preventif memberikan kesempatan bagi mereka untuk mencoba hal-hal baru dalam meningkatkan rasa percaya diri anak.

Layanan bimbingan memiliki peran penting dalam pendekatan preventif yang bertujuan untuk menghindari masalah sebelum muncul. Dalam konteks ini, layanan tersebut memberikan dukungan kepada anak agar mereka terhindar dari berbagai kendala yang dapat menghambat perkembangan mereka. Berbagai kegiatan yang berorientasi pada pencegahan dapat mencakup program orientasi, program bimbingan karir, serta pengumpulan dan analisis data anak.

Dalam upaya menerapkan pendidikan karakter di sekolah, guru memiliki tanggung jawab untuk memfasilitasi pengembangan dan pembentukan karakter anak. Selain itu, mereka juga perlu memberikan perhatian pada penguasaan keterampilan keras yang akan sangat berharga dalam perjalanan hidup anak dan persiapan karier mereka (Solkhanuddin, Deswalantri, & Santosa, 2020).

Pendekatan preventif yang diterapkan oleh guru mencakup pemberian nasihat dan motivasi kepada anak. Guru berusaha melatih anak untuk mengembangkan efikasi diri mereka, dengan cara meyakinkan mereka akan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan, mengenali potensi mereka untuk berprestasi, dan mengatasi sifat-sifat negatif yang dapat mengurangi kepercayaan diri. Selain itu, guru juga membentuk kelompok belajar, yang mendorong anak untuk termotivasi oleh teman sebaya yang memiliki efikasi tinggi. Melalui evaluasi, terlihat perkembangan anak dengan efikasi rendah setelah mendapatkan bimbingan konseling. Perubahan positif yang ditunjukkan oleh anak menunjukkan betapa pentingnya bimbingan konseling dalam meningkatkan efikasi diri mereka (Nurfadhilla, 2020).

Seorang guru memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung dan aman bagi anak-anak untuk berbicara dan berinteraksi. Dengan mengajak mereka melakukan aktivitas, seperti bermain bersama atau bercerita dengan teman sebaya, guru dapat membantu anak merasa lebih nyaman dan mengurangi rasa malu yang mungkin mereka rasakan.

Salah satu pendekatan preventif yang dapat diterapkan oleh guru pada penelitian yang telah dilakukan adalah dengan membentuk kelompok kecil yang terdiri dari dua hingga tiga anak. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru, diperoleh informasi bahwa salah satu pendekatan preventif yang diterapkan dalam membantu anak pemalu adalah dengan membentuk kelompok kecil berisi dua hingga tiga anak. Guru menjelaskan, "*Saya biasanya membentuk kelompok kecil agar anak yang pemalu tidak merasa tertekan. Dalam kelompok kecil, mereka lebih mudah berinteraksi dan tidak takut berbicara.*" Guru juga menambahkan bahwa kegiatan yang sering dilakukan dalam kelompok kecil tersebut adalah permainan

peran sederhana, seperti menjadi dokter, guru, atau koki. *“Saya minta anak-anak berperan sesuai karakter masing-masing. Misalnya, yang jadi dokter harus berbicara seperti dokter yang sedang memeriksa pasien,”* tutur guru. Melalui kegiatan ini, guru berharap anak-anak dapat saling berkomunikasi dengan lebih leluasa dan mulai terbiasa berbicara di depan teman. Guru mengungkapkan bahwa pendekatan ini cukup efektif. *“Anak yang tadinya hanya diam, sekarang sudah mulai berani bicara ketika bermain peran. Dia tampak lebih nyaman kalau dalam kelompok kecil,”* ujarnya. Kegiatan tersebut membantu anak merasa lebih percaya diri tanpa harus langsung terlibat dalam kelompok besar yang membuatnya merasa malu.

Dalam kelompok ini, guru dapat meminta mereka untuk melakukan permainan peran yang sederhana, seperti menjadi dokter, guru, atau koki. Melalui permainan peran ini, setiap anak akan diberikan instruksi untuk berbicara sesuai dengan karakternya, sehingga mereka dapat saling berinteraksi dan berkomunikasi. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu anak-anak merasa lebih nyaman saat berinteraksi dalam kelompok kecil tanpa perlu merasa malu.

Namun, tidak hanya pendekatan preventif yang bisa guru lakukan yaitu dengan menggunakan pendekatan perkembangan. Guru dapat menerapkan pendekatan perkembangan yang fokus pada pengembangan potensi dan kekuatan individu anak secara maksimal. Melalui pendekatan perkembangan, anak diharapkan dapat mengenali dan memanfaatkan potensi serta kekuatan yang mereka miliki sehingga dapat mencapai perkembangan yang positif (Faisal, 2024).

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru, diperoleh informasi bahwa guru juga menerapkan pendekatan perkembangan dalam membantu anak-anak yang mengalami permasalahan, khususnya anak yang pemalu. Guru menjelaskan, *“Melalui pendekatan perkembangan, saya berusaha memahami setiap anak sesuai tahap perkembangannya. Jadi tidak bisa disamaratakan, karena tiap anak punya cara berbeda dalam menunjukkan rasa percaya dirinya.”* Guru menambahkan bahwa kegiatan yang dilakukan menyesuaikan dengan kebutuhan anak, seperti memberikan kesempatan untuk berpartisipasi dalam kelompok kecil, bermain permainan interaktif, atau berbicara secara perlahan di depan teman-temannya. *“Saya biarkan anak ikut dalam kelompok kecil dulu, supaya dia bisa berinteraksi tanpa merasa tertekan,”* ujar guru. Selain itu, guru juga memberikan pujian atau apresiasi sederhana setiap hari sebagai bentuk dukungan emosional. *“Kalau anak mau membantu teman atau berani bicara sedikit saja, saya langsung beri pujian. Misalnya, saya bilang ‘Kamu hebat sekali hari ini sudah berani bicara di depan teman!’ atau ‘Terima kasih sudah membantu merapikan mainan,’”* ungkap guru. Guru menilai bahwa cara ini sangat membantu dalam membangun kepercayaan diri anak. *“Anak jadi lebih tenang dan mulai percaya bahwa apa yang dia lakukan itu benar dan dihargai. Lama-lama dia jadi lebih berani,”* tutup guru saat wawancara.

Oleh sebab itu, melalui pendekatan tersebut guru dapat memotivasi serta mendorong anak untuk melakukan sesuatu dengan cara yang kreatif, dan lingkungan yang nyaman juga dapat membuat anak-anak bebas mengembangkan potensinya maupun dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh anak tersebut.

Secara ringkas hasil penelitian dari wawancara terhadap guru adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Penelitian

<b>Aspek Perilaku</b>	<b>Sebelum Pendekatan Perkembangan</b>	<b>Pendekatan Perkembangan</b>	<b>Sesudah Pendekatan Perkembangan</b>	<b>Keterangan dari Guru (Kutipan Wawancara)</b>
Interaksi sosial	Anak cenderung menyendiri, mengamati teman jauh, dan jarang berpartisipasi dalam permainan kelompok.	cenderung lebih suka dari teman jarang dalam	Anak mulai mau bergabung dalam kelompok kecil dan ikut bermain dengan dua atau tiga teman.	“Sekarang dia mau ikut dalam kelompok kecil, walaupun awalnya masih diam, tapi sudah mulai tersenyum dan mau berbicara sedikit.”

<b>Aspek Perilaku</b>	<b>Sebelum Pendekatan Perkembangan</b>	<b>Sesudah Pendekatan Perkembangan</b>	<b>Keterangan dari Guru (Kutipan Wawancara)</b>
Keberanian berbicara	Anak tampak gugup dan diam saat kegiatan tanya jawab; sulit mengungkapkan pendapat di depan teman.	Anak mulai berani berbicara perlahan di depan guru dan teman sekelas, terutama ketika mendapat dukungan positif.	“Kalau dulu dia selalu menunduk, sekarang sudah berani menjawab pertanyaan walaupun pelan-pelan.”
Keterlibatan dalam kegiatan kelas	Anak sering berada di belakang kelas saat menyanyi atau berdoa, dan tampak enggan terlibat aktif.	Anak mulai ikut bernyanyi bersama teman, meskipun masih dengan suara pelan.	“Sekarang dia tidak lagi bersembunyi di belakang, malah ikut menyanyi walaupun masih malu-malu.”
Kemandirian	Anak lebih senang mengerjakan tugas sendiri dan menolak bekerja kelompok.	Anak masih suka bekerja mandiri, tetapi mulai menunjukkan toleransi dan mau bekerja sama bila diminta.	“Dia tetap suka kerja sendiri, tapi kalau diajak temannya, sudah tidak menolak seperti dulu.”
Respons terhadap pujian dan dukungan	Anak menunjukkan kurang reaksi ketika diberi tugas atau saat berinteraksi dengan guru.	Anak tampak senang ketika diberi pujian; ekspresi wajah lebih ceria dan percaya diri meningkat.	“Setiap saya beri pujian, dia langsung tersenyum dan tampak lebih semangat untuk mencoba lagi.”

Berdasarkan uraian di atas bahwa pendekatan preventif dan perkembangan adalah kunci untuk meningkatkan kepercayaan diri anak. Dengan menciptakan lingkungan yang aman kita bisa membantu anak-anak merasa lebih nyaman dalam berinteraksi dengan orang lain dan mencoba hal-hal baru.

Kegiatan yang digunakan dalam pendekatan preventif yaitu bermain peran, permainan kelompok sangat efektif dalam membantu anak-anak mengembangkan keterampilan sosial, komunikasi, serta pemecahan masalah. Selain itu, memberikan penguatan positif dan penghargaan atas usaha mereka adalah langkah penting untuk membuat anak-anak merasa dihargai dan percaya pada kemampuan diri mereka. Pendekatan perkembangan juga tidak kalah pentingnya. Dengan merangsang perkembangan kognitif, sosial, emosional, dan fisik anak secara seimbang, kita dapat membantu mereka tumbuh menjadi individu yang percaya diri.

Untuk mencapai hasil yang optimal, dibutuhkan kerjasama yang baik antara orang tua, guru, dan masyarakat. Orang tua bisa memberikan dukungan emosional di rumah, sementara guru berperan dalam menciptakan lingkungan belajar yang positif di sekolah. Masyarakat juga dapat berkontribusi dengan menyediakan berbagai program dan kegiatan yang mendukung pengembangan anak.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di salah satu kelompok bermain yang ada di daerah Kuningan bahwa pentingnya pendekatan preventif dan pendekatan perkembangan dalam meningkatkan rasa percaya diri anak usia dini. Melalui pendekatan preventif, anak-anak diberi bimbingan untuk mencegah munculnya perilaku pemalu sejak dini. Ini dilakukan dengan menciptakan lingkungan yang mendukung, menyediakan kegiatan stimulatif, dan memberikan dukungan emosional yang konsisten. Kegiatan seperti permainan peran dan kerja kelompok telah terbukti efektif dalam membantu anak mengembangkan keterampilan sosial, komunikasi, serta kemampuan pemecahan masalah.

Sementara itu, pendekatan perkembangan fokus pada pengembangan potensi individu anak secara menyeluruh. Dengan memberikan stimulasi pada aspek kognitif, sosial,



emosional, dan fisik, pendekatan ini mendorong anak untuk mengenali dan memanfaatkan potensi diri mereka, sehingga mereka dapat tumbuh menjadi individu yang percaya diri dan mandiri.

Keberhasilan dari kedua pendekatan ini sangat bergantung pada kolaborasi yang erat antara orang tua, guru, dan masyarakat. Orang tua berperan dalam memberikan dukungan emosional di rumah, guru menciptakan lingkungan belajar yang positif di sekolah, dan masyarakat menyediakan program serta kegiatan yang mendukung perkembangan anak. Dengan kerja sama yang baik di antara ketiganya, diharapkan anak-anak dapat mengatasi rasa malu, berani mencoba hal baru, dan memiliki kepercayaan diri yang kuat sebagai bekal untuk masa depan mereka.

## Saran

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar guru PAUD terus mengimplementasikan pendekatan preventif dan perkembangan secara konsisten dalam kegiatan belajar mengajar. Guru perlu merancang aktivitas pembelajaran yang interaktif, memberikan kesempatan bagi anak untuk berekspresi, serta memberikan dukungan emosional yang dapat meningkatkan rasa percaya diri anak. Selain itu, guru hendaknya berperan sebagai model positif dengan menunjukkan sikap percaya diri, empati, dan penghargaan terhadap setiap usaha anak.

Orang tua diharapkan memberikan dukungan yang selaras dengan upaya guru di sekolah melalui komunikasi terbuka, pemberian apresiasi, dan penguatan positif di rumah. Kolaborasi antara guru dan orang tua menjadi kunci dalam menciptakan kesinambungan pembentukan kepercayaan diri anak di lingkungan sekolah dan keluarga.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan pendekatan kuantitatif atau *mixed methods* guna mengukur tingkat efektivitas penerapan kedua pendekatan tersebut secara lebih mendalam. Penelitian juga dapat diperluas ke konteks lembaga dan daerah lain untuk memperoleh temuan komparatif yang memperkaya praktik pembelajaran sosial-emosional anak usia dini di Indonesia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprianty, R. A., & Ngalimun, N. (2022). Model Bimbingan Konseling Perkembangan Dalam Aktivitas Bermain Sebagai Strategi Pengalaman Belajar Yang Bermakna Di Sd Muhammadiyah 8 Banjarmasin. *Jurnal Terapung: Ilmu-Ilmu Sosial*, 4(1), 68–76.
- Ardiyana, R. D., Akbar, Z., & Karnadi, K. (2019). Pengaruh keterlibatan orang tua dan motivasi intrinsik dengan kepercayaan diri anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 494–505.
- Faisal, A. (2024). Peran Layanan Bimbingan Konseling Terhadap Kedisiplinan Siswa Di Sman 1 Kolaka. *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 1(2), 975–983.
- Farid, D. A. M., & Wirastania, A. (2024). Implementasi art therapy terhadap percaya diri anak usia dini di Paud Al Mukmin Surabaya. *Jurnal Fokus Konseling*, 10(1), 1–6.
- Muarifah, C. E. (2020). Peranan guru dalam membangun sikap percaya diri anak kelompok B di TK ABA tlogo. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(9), 427–436.
- Nurfadhilla, N. (2020). Upaya meningkatkan efikasi diri melalui layanan bimbingan konseling. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 48–59.
- Nurmalasari, A., Nurmalasari, M. D., & Prabowo, A. S. (2022). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII

- SMPN 2 Bojonegara. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktek)*, 6(1), 1–4.
- Oktariana, R., & Nurfajani, N. (2022). Analisis Permasalahan Anak Pemalu Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Fkip Unsyiah Banda Aceh. *JURNAL HURRIAH: Jurnal Evaluasi Pendidikan Dan Penelitian*, 3(1), 67–82.
- Prasetiawan, A. Y. (2019). Perkembangan golden age dalam perspektif Pendidikan Islam. *TERAMPIL: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 6(1), 100–114.
- Prayogi, A., & Kurniawan, M. A. (2024). Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif: Suatu Telaah. *Complex: Jurnal Multidisiplin Ilmu Nasional*, 1(2), 30–37.
- Putri, M. A., Darmiyanti, A., & Putri, F. E. (2022). Pengaruh Media Permainan Ular Tangga Raksasa terhadap Kepercayaan Diri Anak Usia Dini 5-6 Tahun di RA Modern Asshofwan Klari Karawang. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 5274–5280.
- Rifa, N., & Suryana, D. (2022). Peranan Guru dalam Mengatasi Sifat Pemalu Anak dengan Bermain Sosial (Studi Kasus Pada Anak di PAUD Ummul Qur'an Tembilihan). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 12533–12543.
- Rizky, A. P., Syafrudin, U., & Oktaria, R. (2024). Strategi Afektif Dalam Mengatasi Permasalahan Pemalu Pada AUD: Faktor Penyebab, Pendekatan, Dan Dampak Psikososial. *CHILDHOOD EDUCATION*, 5(2), 320–334.
- Rohmawati, O., & Watini, S. (2022). Pemanfaatan TV sekolah sebagai media pembelajaran dan pendidikan karakter anak usia dini. *Jurnal Pelita PAUD*, 6(2), 196–207.
- Sabarrudin, S., Andariska, O., & Fitriani, W. (2022). Perilaku insecure pada anak usia dini. *Jurnal Sinestesia*, 12(1), 224–232.
- Sholihah, I. P., Permatasari, D. I., & Rahayu, Y. (2023). Peranan Guru dalam Mengatasi Anak Pemalu di RA Darussalam Pangandaran. *Edu Happiness: Jurnal Ilmiah Perkembangan Anak Usia Dini*, 2(1), 17–24.
- Solkhanuddin, S., Deswalantri, D., & Santosa, B. (2020). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Membentuk Karakter Siswa di MAN 3 Agam Kubang Putih. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 3(1), 23–29.
- Sudiatmika, I. K. (2024). PENDEKATAN PREVENTIF DALAM MENCEGAH PERMASALAHAN DAN MENUMBUHKAN KARAKTER SISWA KELAS XII MIPA SMA NEGERI 1 SELEMADEG. *Widyadari*, 25(1), 108–120.
- Wardani, I. K., Hafidah, R., & Dewi, N. K. (2021). Hubungan antara peran guru dengan rasa percaya Diri anak usia dini. *Kumara Cendekia*, 9(4), 225–233.