Peran Keluarga dalam Menangani Emosi Negatif dan Pembentukan Karakter Anak Usia Dini

Silvia Febiola^{1,(*)}, Nir Hazizah¹

¹Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia

(*)silviafebiola25@gmail.com

ABSTRAK

Perkembangan emosi anak pada usia dini perlu mendapatkan stimulasi dan penanganan yang tepat sesuai dengan tahap perkembangannya, peran keluarga sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosi baik itu emosi positif maupun emosi negatif, karena peranannya yang sangat penting orangtua perlu mengenali emosi dirinya sendiri sebelum mengenalkan, mengelola, memotivasi, dan mengajarkan anak untuk mengenali emosi orang lain, pemberian stimulasi dan tindakan yang tepat dalam menghadapi emosi yang ditunjukkan anak sejak dini akan menentukan karakter anak dimasa yang akan datang orangtua dapat mengembangkan emosi anak melalui kegiatan rutin yang dilakukan dirumah dan orangtua harus memahami pentingnya pengalaman bagi masa awal kanak-kanak.

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan anak dalam rentan usia 0-8 tahun atau lebih dikenal dengan masa *golden age* karena pada masa ini anak mengalami masa peka dan sangat kritis terhadap sesuatu, selain itu pada priode ini khususnya 3-6 tahun banyak orangtua yang mengasumsikan bahwa ini adalah “usia sulit” bagi anak karena mereka akan mengalami berbagai masalah.

Pertumbuhan dan perkembangan anak yang berkembang sangat pesat sehingga anak perlu diberikan perhatian, stimulasi, dan penanganan yang tepat sesuai dengan tahap tumbuh kembang anak baik pada aspek pengembangan nilai agama dan moral, kognitif, bahasa, sosial-emosional, fisik-motorik, seni, dan keterampilan.

Pendidikan anak usia dini merupakan dasar pembentukan kepribadian manusia, seperti mengajar bagaimana bersikap sopan dalam kehidupan sehari-hari. Pembentukan kepribadian anak dari usia dini sangat mempengaruhi karakter dan kepribadian anak dalam kehidupan sosial dalam masyarakat berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Alicia Benavides-Nieto berkata bahwa kehidupan sosialisasi tertinggi berawal dari pembentukan karakter yang dilakukan sejak (Gunawan, 2017)

Taman kanak-kanak merupakan salah satu lembaga pendidikan yang menekankan pertumbuhan dan perkembangan fisik motorik, kompetensi sosial, emosional, bahasa, kognitif, seni, keterampilan, yang disesuaikan dengan keunikan dan tahap perkembangan masing-masing anak sehingga taman kanak-kanak perlu menciptakan lingkungan yang kondusif, nyaman, dan aman bagi anak (Moh, 2017).

Dalam mengembangkan semua aspek pertumbuhan dan perkembangan anak Orang tua juga mengambil peranan yang sangat

penting terutama dalam aspek perkembangan emosi anak, sebab waktu anak bersama orangtua atau keluarga lebih lama dibandingkan dengan guru di sekolah sehingga anak akan menirukan apa yang dilihat, didengar, dirasakan, dan yang dialami dirumah.

Pada saat ini banyak dari pendidik termasuk orang tua ingin mengurangi waktu anak bermain baik itu di sekolah maupun dirumah karena pendidik dan orang tua berasumsi bahwa ketika anak bermain tidak ada hasil yang di peroleh anak, namun bermain adalah aktivitas yang sangat penting bagi perkembangan anak, anak membutuhkan bagaimana belajar bertahan hidup, mengendalikan perhatian, mengendalikan emosi yang diperoleh dari bermain (Hazizah, 2018)

Selain itu pada priode ini lingkungan yang paling berpengaruh terhadap kepribadian anak adalah keluarga terutama ibu, besarnya pengaruh keluarga menjadi hal paling menarik untuk diperhatikan baik bagi ibu muda maupun calon ibu yang semestinya memahami terlebih dahulu bagaimana karakteristik perkembangan anak termasuk pola perkembangan emosinya agar dapat memberikan stimulasi dan penanganan yang tepat.

Emosi merupakan keadaan psikis seseorang yang disampaikan melalui ekspresi atau tindakan. Emosi juga sering diartikan sebagai *mood* atau perasaan seseorang yang dapat dilihat dari raut wajah, perkataan, tulisan, dan tindakan seseorang.

Kecerdasan emosi merupakan kecerdasan yang harus dimiliki oleh seseorang dan harus berkembang dengan baik sebab seseorang yang memiliki kecerdasan emosi mampu menempatkan dan mengendalikan emosi yang dimiliki, oleh sebab itu kecerdasan emosi harus distimulasi sejak dini.

Terdapat beberapa aspek utama dalam perkembangan sosial emosional, yaitu (1) empati seperti penuh pengertian, tenggang rasa, dan kepedulian terhadap sesama, (2) aspek afiliasi seperti komunikasi dua arah atau hubungan antar pribadi, kerja sama, dan (3) resolusi konflik seperti penyelesaian konflik, dan (4) aspek pengembangan kebiasaan positif seperti tata krama, kesopanan, dan tanggung jawab menurut Wolfinger dalam (Ananda et al., 2018).

Keluarga adalah salah satu factor penting dalam pengembangan emosi anak, baik itu mengembangkan emosi positif yang dimiliki anak serta penanganan emosi negative anak yang menentukan terciptanya karakter anak, kemampuan keluarga terutama orangtua untuk mengerti, mendeteksi, menstimulasi, dan memberikan penanganan yang tepat sangat dibutuhkan

Orangtua yang semestinya memahami berbagai macam karakteristik anak dan aspek utama dalam pengembangan emosi anak, pada kenyataannya banyak kita temukan dilapangan bahwa orang tua masih belum memahami perannya sebagai orang tua, sehingga pertumbuhan dan perkembangan anak tidak terstimulasi dengan baik bahkan memperburuk keadaannya, sehingga berpengaruh pada watak dan karakter anak dimasa yang akan datang.

Selain itu kurangnya pengetahuan orang tua dalam menangani emosi yang dimunculkan anak ditambah dengan lingkungan keluarga yang tidak mengerti akan tugas-tugas perkembangan anak secara keseluruhan membuat orangtua kehilangan pedoman dalam menyelesaikan permasalahan emosi yang dialami anak.

Pengalaman dan hubungan dalam keluarga sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosi anak usia dini yang

juga akan berdampak pada terbentuknya karakter anak pada saat dewasa, aktivitas keseharian yang ada di lingkungan keluarga dan hubungan keluarga membuat anak belajar emosi baik penyebab maupun konsekuensinya Thompson dan Lagattuta dalam (Mashar, 2011)

KAJIAN TEORI

Emosi merupakan watak seperti perasaan, minat, sikap, dan nilai yang dimiliki oleh seseorang yang disertai penyesuaian diri dalam diri seseorang mengenai keadaan mental dan fisik yang dapat dilihat dari suatu perilaku atau tindakan yang ditampilkan oleh individu Crow & Crow yang dikutip Sunarto dalam (Susanto, 2012)

Dalam proses pengembangan sosial-emosional melibatkan adanya perubahan dalam hubungan individu satu dengan individu yang lain, baik itu perubahan emosi, dan perubahan dalam kepribadian (Santrock, 2007)

Kompetensi sosial-emosional adalah kemampuan untuk membangun dan mempertahankan hubungan baik dengan orang lain, sikap, dorongan dari luar, dan mengenai apa yang harus dilakukan serta keterampilan seseorang untuk berkomunikasi dengan jelas dan efektif, dan keterampilan membentuk sebuah hubungan yang efektif menurut David W. Johnson dalam (Moh, 2017)

Orang tua dan keluarga, guru, serta teman sebaya memiliki peranan yang sangat berpengaruh dalam tercapainya aspek perkembangan sosial-emosional anak yang baik pada masa kanak-kanak menurut Boyd dkk dalam (Soetijiningsih, 2012)

Pada saat sekarang ini masih banyak orangtua dan keluarga yang tidak memahami bahwa perkembangan sosial-emosional anak

dipengaruhi oleh berbagai macam pengalaman yang dialami anak pada masa awal kanak-kanak, mereka masih mempelajari kemampuan ini yang disebabkan oleh keterbatasan kemampuan yang dimiliki anak tetapi harus di motivasi dan di stimulasi terus menerus agar bisa berkembang (Soetijiningsih, 2012)

Kondisi emosi dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu emosi negatif yang terjadi akibat adanya hubungan yang mengancam atau kondisi menyakitkan seperti: marah, kecemasan, rasa malu atau bersalah, kesedihan, kecemburuan, dan jijik, sedangkan emosi positif terjadi akibat adanya suatu keadaan yang menguntungkan seperti reaksi dari kebahagiaan, rasa senang, bangga, cinta, penghargaan, dan perasaan terharu atau belas kasih menurut Lazzarus dalam (Mashar, 2011)

Emosi positif seperti gembira, bahagia, ceria, dan sabar perlu dikembangkan sejak dini dimana emosi positif diasumsikan membuat orang lebih sehat jasmani dan rohani, sedangkan emosi negatif seperti marah, cemas, bosan, cemburu, dengki, dan sedih biasanya akan memunculkan banyak masalah, kedua emosi ini baik positif maupun negative dapat diamati dari ekspresi yang dapat dilihat seperti dari raut wajah, gerakan tubuh, tangan, dan bahasa non verbal lainnya menurut Prawitasari dalam (Mashar, 2011)

Terdapat beberapa cara yang dilakukan orangtua dalam memberi stimulasi terhadap kecerdasan emosi anak diantaranya yaitu (1) orang tua harus meninjau kembali dan memperbaiki pola asuh yang diterapkan selama ini kepada anak, dan menerapkan pola asuh yang bertolak belakang dengan kebiasaan yang dilakukan selama ini (2) memberikan perhatian pada tahap-tahap perkembangan kecerdasan emosi (3) melatih anak untuk mengenali emosi diri sendiri dan

cara mengelola emosi tersebut serta mengenali emosi orang lain (Mashar, 2011)

Pola asuh dapat diartikan sebagai cara yang dilakukan orang tua dalam mendidik dan merawat anak, kemampuan orang tua dalam mengolah emosi dengan baik pada diri sendiri dan orang lain dan pola asuh yang tepat merupakan hasil dari sebuah ikatan perkawinan yang sah yang dapat membentuk keluarga yang memiliki kecerdasan sosial-emosional yang baik (Ekasari & Witarsa, 2018)

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam mengembangkan emosi anak yang perlu dipahami oleh orang tua yaitu (1) usia anak, setiap anak memiliki perkembangan emosi yang berbeda diantara anak satu dengan yang lain (2) perubahan emosi dapat dilihat dari ekspresi raut muka yang diperlihatkan (3) anak biasanya menunjukkan emosi yang kompleks dalam beberapa waktu (4) bahasa tubuh (5) suara dan perkataan (6) representasi simbolik (7) pengetahuan emosi (8) respon pada perasaan lain (9) tahap-tahap perkembangan emosional (10) ikatan emosional dengan yang lain (11) menempatkan perubahan emosi (Nurmalitasari, Psikologi, Psikologi, & Gadjah, 2015)

Peran keluarga dalam membantu anak mengatasi hambatan yang berhubungan dengan perkembangan sosial-emosional anak (1) pola asuh orang tua, dalam mengembangkan emosi anak orangtua harus disesuaikan dengan keadaan dan situasi, adakalanya orangtua menerapkan pola asuh otoriter, demokratis, dan permisif (2) perlakuan orangtua kepada anak sebaiknya

disesuaikan dengan tahap perkembangan anak, dan usia anak (Soetijiningsih, 2012)

Kecerdasan emosi sangat penting di kembangkan dan di stimulasi sejak dini, anak yang kecerdasan emosi baik terlihat bahagia, bermotivasi tinggi, orangtua yang mengambil peran terbesar harus terlebih dahulu memiliki kecerdasan emosi dalam dirinya sebelum mengembangkan kecerdasan emosi anak (Mashar, 2011)

Anak usia dini sering menunjukkan respond emosi yang dapat diamati dan diupayakan pengembangannya yaitu (1) membiarkan dirinya nyaman dalam kondisi tertekan (stress) upaya yang dapat membantu stress yang dialami anak yaitu membacakan buku cerita, memberikan benda yang dapat menstimulasi anak bisa mengungkapkan perasaannya, memberikan mainan besar yang bisa dipeluk, dll. (2) memberikan kesempatan anak untuk makan, tidur, dan ke toilet tanpa dipaksa (3) mengatasi situasi yang berubah tiba-tiba secara terkontrol (4) tidak mengungkapkan kemarahan dengan tindakan kekerasan (5) mengatasi anak untuk tidak menghindar dari orang lain (6) memberikan kesempatan anak untuk menunjukkan minat atau perhatian terhadap kegiatan (7) membiarkan anak terlihat tersenyum bahagia Menurut Beaty dalam (Susanto, 2012)

Kebutuhan emosional dikembangkan untuk mengontrol konflik dan perbedaan yang ada di mana anak akan berlatih mengendalikannya emosi, serta memberikan respons yang lebih efektif terhadap perilaku yang tidak diinginkan, membuat keputusan yang lebih baik, dan mengembangkan hubungan yang sehat dengan orang lain

dimasa yang akan datang menurut Glatt dalam (Moh, 2017)

PEMBAHASAN

Seperti yang telah kita ketahui bahwa anak usia dini berada pada masa priode pertumbuhan dan perkembangannya begitu pesat, perkembangan emosional merupakan salah satu aspek perkembangan anak yang sangat penting diberi stimulasi sejak dini, sebab seperti yang dikatakan (Susanto, 2012) emosi merupakan perasaan atau watak yang ada dalam diri individu baik keadaan mental maupun fisik.

Dalam membantu perkembangan emosi anak terdapat beberapa factor yang mempengaruhi emosi anak usia dini baik yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sekitar. Pada proses perkembangan emosi anak orangtua dan keluarga, guru, serta teman sebaya memiliki peranan yang sangat penting, namun pada kenyataan yang kita temui dilapangan dan dalam kehidupan sehari-hari masih banyak dari orangtua atau keluarga yang belum memahami peranan mereka dalam pengembangan emosi anak seperti yang telah dikemukakan oleh (Soetijiningsih, 2012) yang mana orangtua dan keluarga yang tidak mengerti bahwa perkembangan sosial emosional anak dipengaruhi oleh pengalaman yang dialami oleh anak pada masa awal kanak-kanak, dimana pengalaman terbesar yang diterima anak berasal dari lingkungan keluarga nya sendiri, disini seharusnya orangtua telah memiliki pemahaman dan kemampuan dalam menciptakan pengalaman positif anak dalam rangka membantu perkembangan emosi yang

positif bagi anak dan mengurangi dampak yang ditimbulkan dari emosi negatif yang ditampilkan anak.

(Santrock, 2007) mengemukakan bahwa dalam proses perkembangan sosial-emosional menginginkan terdapat perubahan baik emosi maupun kepribadian anak, disini orang tua harus bisa menjalankan peranannya sebaik mungkin agar perkembangan emosional anak berkembang dengan baik dan terjadinya perubahan karakter pada anak dimasa yang akan datang.

Emosi yang dimiliki dikategorikan menjadi dua yaitu emosi positif dan emosi negatif, yang dapat di lihat dari ekspresi, gerakan tubuh, perilaku, bahasa, dan tindakan yang dilakukan anak seperti yang dikutip oleh Mashar (2011), untuk itu disini orangtua harus memahami peranannya bagaimana mengembangkan emosi positif dan mengurangi emosi negative anak atau mengalihkannya menjadi emosi positif, namun hal yang sering kita jumpai bahwa orang tua melakukan penanganan yang tidak tepat terhadap reaksi emosi negative yang dilihatkan anak sehingga emosi negative tersebut semakin buruk dan berkembang.

Orang tua dapat mengembangkan emosi positif anak dan menangani emosi negative anak melalui kegiatan rutin yang dilakukan secara bersama, mengontrol perkataan dan tingkah laku di depan anak, melalui kegiatan bermain dan meluangkan waktu bersama, selain itu orangtua harus memperbaiki kembali pola asuh yang ditetapkan selama ini menjadi lebih baik serta melatih anak untuk mengenali emosi diri dan

emosi orang lain serta bagaimana mengelola emosi tersebut.

Sebagai orangtua ada beberapa hal yang perlu kita perhatikan dalam mengembangkan emosi anak, sebelum itu kita harus bisa terlebih dahulu mengontrol emosi kita sendiri. Adapun hal-hal yang sebaiknya diperhatikan yaitu usia dan tahap perkembangan anak, perubahan emosi yang ditunjukan anak, bahasa tubuh, suara dan perkataan, dan respond dari stimulasi yang diberikan.

Dalam mengembangkan emosi anak pola asuh orangtua mengambil bagian penting sebab pola asuh yang diterapkan akan berdampak pada pengalaman yang diterima anak sehingga jika pola yang diterapkan hanya otoriter maka akan mengganggu perkembangan emosi anak sebagai contohnya anak tidak berani mengemukakan pendapat karena terbiasa menunggu perintah, selain itu orangtua hendaknya juga memperlakukan anak sesuai dengan tahap perkembangannya menurut (Soetijiningsih, 2012)

Jika dilihat dalam kehidupan sehari-hari masih banyak kita temui bahwa orangtua tidak dapat mengelola emosi diri sendiri sehingga memberikan pengalaman yang buruk bagi masa awal anak-anak, sementara kebutuhan anak untuk mendapatkan contoh dan pengalaman harus dipenuhi, dan jika ini terus-terus terjadi akan berdampak buruk terhadap perkembangan emosional anak, karena kecerdasan emosi sangat penting untuk di stimulasi sejak usia dini.

Disini terlihat banyaknya orangtua dan keluarga yang tidak memahami bagaimana tindakan yang semestinya dilakukan, banyak orangtua dan keluarga member tekanan kepada anak ketika anak menunjukkan reaksi negatifnya seperti ketika anak marah kepada adiknya lalu menunjukkan kemarahan tersebut dengan membanting barang, orangtua sering kali kembali memarahi anak tersebut. Hal ini tidak semestinya terjadi sebab orangtua yang memahami keadaan emosi anak akan mencoba meredam amarah tersebut dengan berbagai aktivitas yang dilakukan bersama, serta ketika emosi itu sudah mulai mereda barulah mencari tau alasan dibalik tindakan yang dilakukan anak, lalu kemudian mencari solusi dari masalah yang dihadapi anak dan memberikan pemahaman kepada anak mengenai emosi yang ada didalam diri dan bagaimana cara mengontrolnya.

Orangtua dan keluarga juga seharusnya mengerti dan memahami perubahan emosi yang terjadi pada anak sehingga dapat di tangani dengan cara yang tepat, orangtua dan keluarga hendaknya dapat memberikan rasa nyaman, memberikan kebebasan pada anak dalam menjalankan aktivitasnya dengan adanya pengontrolan, mengatasi mood anak yang berubah dengan tidak menggunakan tindakan kekerasan, membiasakan anak untuk bersosialisasi, serta memberikan anak kesempatan untuk mengembangkan minat dan bakat yang dimiliki.

Jika saja orangtua dapat melaksanakan perannya dengan sangat baik maka emosi negative anak akan dapat

ditangani dan emosi positifnya dapat dikembangkan secara optimal sejak usia dini maka akan terbentuklah generasi yang berkarakter dimasa yang akan datang.

KESIMPULAN

Perkembangan emosi anak perlu dikembangkan dan di stimulasi sejak usia dini, sebab akan berpengaruh juga terhadap aspek perkembangan lainnya, perkembangan emosi juga di tentukan oleh stimulasi dan tindakan yang dilakukan orangtua dalam menangani reaksi emosi yang di timbulkan anak, orangtua dan keluarga yang memberikan pengalaman mengenai emosi di masa awal kanak-kanak perlu diperhatikan dan perlu adanya perbaikan dalam menerapkan pola asuh anak dalam keluarga karena perkembangan emosi anak baik itu emosi positif dan negatif tak lepas dari peran orangtua, setiap orangtua dan keluarga memiliki kewajiban untuk mengenalkan, mengelola, memotivasi, emosi yang ada pada diri anak dan mengenali emosi yang ada pada oranglain, ini dapat dilakukan melalui kegiatan rutin yang dilaksanakan dirumah dan kegiatan pembiasaan yang mana akan berdampak pada terbentuknya karakter anak dimasa yang akan datang. Maka disimpulkan bahwa stimulasi dan penanganan yang tepat terhadap perkembangan emosi baik positif maupun negative akan berdampak pada karakter anak yang di stimulasi sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

Ananda, R., Studi, P., Guru, P., Dasar, S., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2018). Peningkatan Kemampuan Sosial

- Emosional Melalui Permainan Kolaboratif pada Anak KB, 2(1), 20–26.
- Ekasari, D., & Witarsa, R. (2018). Pengaruh Pola Asuh Ibu terhadap Kecerdasan Sosial Anak Usia Dini di TK Kenanga Kabupaten Bandung Barat, 2(1), 76–84.
- Gunawan, R. (2017). The Role of Character Education for Early Children in Early Childhood Education Programs in Happy Kids Bogor Indonesia, 66(Yicemap), 23–26.
- Hazizah, N. (2018). The Importance of Playing for Developing Intelligence in Early Childhood, 169(Icece 2017), 213–215.
- Mashar, R. (2011). *emosi anak usia dini dan strategi pengembangannya*. Jakarta: prenadamedia group.
- Moh, A. (2017). The Development of Children ' s Social -Emotional Competences : A Case Study in UNP ' s Labschool -Kindergarten , Padang Indonesia, 58, 369–374.
- Nurmalitasari, F., Psikologi, P. M., Psikologi, F., & Gadjah, U. (2015). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah, 23(2), 103–111.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak* (Ke Sebelas). Jakarta: Erlangga.
- Soetijiningsih, K. hari. (2012). *Perkembangan Anak sejak pembuahan sampai Kanak-kanak Akhir*. Jakarta: prenadamedia group.
- Susanto, A. (2012). *perkembangan Anak usia dini, pengantar dalam berbagai aspeknya*. Jakarta: prenadamedia group.