



## Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini

Sukatin\*✉, Nurul Chofifah\*, Turiyana\*, Mutia Rahma Paradise\*, Mawada Azkia\*,  
Saidah Nurul Ummah\*

\*Institut Agama Islam Nusantara Batang Hari

Diterima: 12 06 2020 :: Disetujui: 30 06 2020 :: Publikasi online: 30 06 2020

**Abstrak** Perkembangan emosi semakin dipahami sebagai sebuah krisis dalam perkembangan anak. Dari masa perkembangan awal, bayi menunjukkan rasa aman dalam keluarganya apabila kebutuhannya terpenuhi oleh lingkungannya. Bayi akan mengeksplor melalui sentuhan dan rasal. Proses belajar pada masa inilah yang mempengaruhi perkembangan pada tahapan selanjutnya. Usia dini disebut juga tahap perkembangan emas (*golden age*). Pada tahap ini sebagian besar sel-sel otak berfungsi sebagai pengendali setiap aktivitas. Dengan memperhatikan dan memahami emosi anak, dapat membantu guru mempercepat proses pembelajaran yang bermakna dan permanen. Kemampuan anak usia dini mengelola emosi merupakan bagian dari pematangan perkembangan emosi anak dimasa peralihan dari pra operasional menjadi masa operasional kongkrit. Kemampuan anak usia dini dalam mengelola emosi dirinya sendiri dapat dilihat dari dimensi kemampuan anak dalam memamfaat emosinya secara *positive*.

**Kata kunci:** Perkembangan Emosi, Anak Usia Dini

**Abstract** Emotional development is increasingly understood as a crisis in the development of children. From the early development period, babies show a sense of security in their families if their needs are met by their environment. Babies will explore through touch and rasal. The learning process at this time will influence the development at a later stage. Early age is also called the golden development stage (*golden ege*). At this stage most brain cells function as controllers of each activity. By paying attention and understanding the emotions of children, can help teachers accelerate the learning process that is meaningful and permanent. The ability of early childhood to manage emotions is part of the maturation of emotional development of children in the transition from preoperative to concrete operational period. The ability of early childhood to manage their own emotions can be seen from the dimension of children's ability to use their emotions positive.

**Keywords:** Emotional Development, Early Childhood Education

### Pendahuluan (Introduction)

Lembaga pendidikan anak usia dini sangat penting keberadaannya untuk membangun dan menciptakan generasi penerus yang berkualitas dimasa yang akan datang, sebagai upaya optimalisasi potensi keemasan anak. Emosi adalah perasaan yang banyak berdampak pada perilaku. Biasanya emosi merupakan reaksi terhadap dorongan dari luar dan dalam diri individu. Emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran. Jadi, emosi merupakan salah satu aspek penting dalam pertumbuhan anak usia dini. Setiap anak akan mengalami masa-masa pertumbuhan dan perkembangan pada berbagai dimensi, apabila pada anak diberikan stimulasi edukatif secara intensif dari lingkungannya, maka anak akan mampu menjalani tugas perkembangannya dengan baik. Setiap individu mengalami perkembangan. Perkembangan terjadi sejak usia dini hingga dewasa. Perkembangan tidak dapat diukur, tetapi dapat dirasakan. Perkembangan bersifat maju kedepan, sistematis dan berkesinambungan. Usia dini adalah masa yang paling tepat untuk menstimulasi perkembangan emosi. Hal itu akan menjadi modal untuk anak saat ia dewasa kelak.

Perkembangan emosi pada anak usia dini sangatlah penting. Sebab perilaku emosi-emosi ada hubungannya dengan aktivitas dalam kehidupannya. Semakin kuat emosi memberikan tekanan, akan semakin kuat mengguncang keseimbangan tubuh untuk melakukan aktivitas tertentu. Jika kegiatan sesuai dengan emosinya maka anak akan senang melakukannya dan secara mental akan meningkatkan konsentrasi dan aktivitasnya dan secara psikologis akan positif memberikan sumbangan pada peningkatan motivasi dan minat pada pembelajaran yang ditekuni. Sosial emosional pada anak usia dini penting dikembangkan. Terdapat beberapa hal mendasar yang mendorong pentingnya pengembangan emosi tersebut.

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bersifat studi pustaka (*library research*) dengan menggunakan berupa artikel jurnal dan buku-buku yang berkaitan dengan penelitian ini. Teknik pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data-data baik artikel jurnal ataupun buku-buku. Analisis data penelitian ini menggunakan analisis konten (*content analysis*).

## Hasil Penelitian dan Analisis (Result and Analysis)

### Perkembangan Emosi

#### Perngertian perkembangan

Perkembangan (*development*) adalah bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Disini menyangkut adanya proses diferensiasikan dari sel-sel tubuh, jaringan tubuh, organ-organ dan sistem organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya. Termasuk juga perkembangan emosi, intelektual, dan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya (Soetjiningsi, 1995).

Periode penting dalam tubuh kembang anak adalah masa balita, karena pada masa ini pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya.

Perkembangan adalah proses perubahan dalam pertumbuhan pada suatu waktu sebagai fungsi kematangan dan interaksi dengan lingkungan. Dalam perspektif psikologi, perkembangan merupakan perubahan progresif yang menunjukkan cara tingkah laku dan berinteraksi dengan lingkungannya (Fakhrudin, 2010).

Sedangkan menurut Jamaris dalam (Sujiono, 2009), perkembangan merupakan suatu proses yang bersifat kumulatif. Artinya, perkembangan terdahulu akan menjadi dasar bagi perkembangan selanjutnya. Oleh sebab itu, lanjut Jumaris, apabila terjadi hambatan pada perkembangan terdahulu, maka perkembangan selanjutnya akan mendapatkan hambatan.

Perkembangan dapat diartikan sebagai “perubahan yang progresif dan kontinyu (*berkesinambungan*) dalam bentuk individu dari mulai lahir sampai mati”. Perngertian dlain dari perkembangan adalah perubahan-perubahan yang dialami individu atau organisme menuju tingkat kedewasaannya atau kematangan (*maturation*) yang berlangsung secara sistematis, progresif, dan berkesinambungan, baik menyangkut fisik (*jasmaniah*) maupun psikis (*rohaniah*) (Yusuf, 2008).

Perkembangan adalah perubahan psikologis sebagai hasil dari peroses pematangan fungsi psikis dan fisik pada diri anak, yang ditunjang oleh faktor lingkungan dan proses belajar dalam peredaran waktu tertentu menuju kedewasaan dari lingkungan yang banyak berpengaruh dalam kehidupan anak menuju dewasa. Perkembangan menandai maturitas dari organ-organ dan sistem-sistem, prolehan keterampilan, kemampuan yang lebih siap untuk beradaptasi terhadap stres dan kemampuan untuk memikul tanggung jawab maksimal dan memperoleh kebebasan dalam mengekspresikan kreativitas (Supriyadi, 2010).

### **Perngertian Emosi**

Emosi merupakan suatu keadaan atau perasaan yang begejolak dalam diri individu yang sifatnya didasari. *Oxford English Dictionary* mengartikan emosi sebagai sesuatu kegiatan atau pergolakan pikiran, prasaan, nafsu atau setiap keadaan mental yang hebat. Selain itu, Daniel Goleman merumuskan emosi sebagai sesuatu yang merujuk pada suatu prasaan dan pikiran-pikiran khususnya, sesuatu keadaan biologis dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi dapat dikelompokkan sebagai suatu rasa marah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel atau malu.

Istilah emosi berasal dari kata “emotus” atau “emovere” atau “mencerca” (*to stir up*) yang berarti sesuatu yang mendorong terhadap sesuatu, missal emosi gembira mendorong untuk tertawa, atau perkataan lain emosi didefinisikan sebagai suatu keadaan gejala penyesuaian diri yang berasal dari dalam dan melibatkan hamper keseluruhan diri individu (Sujiono, 2009).

Emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran. Jadi, emosi merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, karena emosi dapat merupakan motivator perilaku dalam arti meningkatkan, tapi juga dapat mengganggu perilaku internasional manusia (Prawitasari, 1995).

Menurut Crow dan Crow (1958), pengertian emosi adalah ‘*An emotion, is an affective experience that accompanies generalized inner adjustment and mental and physiological stirredup states in the individual, and that shows it self in his evert behavior*’. Jadi, emosi adalah pengalaman afektif yang digeneralisasikan dalam penyesuaian diri dan mental sehingga dapat menerangkan siapa individu tersebut sesungguhnya dan ditunjukkan dalam setiap perilakunya.

Menurut Elizabeth B. Hurlock sebagaimana yang dikutip (Setiani, 2012) kemampuan anak untuk bereaksi secara emosional sudah ada semenjak bayi baru dilahirkan. Gejala pertama perilaku emosional ini berupa keterangsangan umum. Dengan meningkatkan usia anak, reaksi emosional mereka kurang menyebar, kurang sembarangan, lebih dapat dibedakan, dan lebih lunak karena mereka harus mempelajari reaksi orang lain terhadap luapan emosi yang berlebihan.

Lindsley, berpendapat bahwa emosi disebabkan oleh perkerjaan yang terlampau keras dari susunan syaraf terutama otak, misalnya apabila individu mengalami frustrasi, susunan saraf berkerja sangat keras yang menimbulkan sekresi kelenjar-kelenjar tertentu yang dapat mempertinggi perkerjaan otak, maka hal itu menimbulkan emosi.

Jadi emosi adalah pengalaman afektif yang disertai penyesuaian diri dalam diri individu tentang keadaan mental dan fisik dan berwujud suatu tingkah laku yang tampak. Jadi emosi adalah pengalaman afektif yang disertai penyesuaian dari dalam diri individu tentang keadaan mental dan fisik dan berwujud suatu tingkah laku yang tampak. Emosi sering didefinisikan dalam istilah perasaan (*feeling*), misalnya pengalaman afektif, kenikmatan atau ketidaknikmatan, marah terkejut, bahagia, sedih dan jijik. Emosi juga sering berhubungan dengan ekspresi tingkah laku dan respon-respon fisiologis.

### **Fungsi Emosi pada Anak Usia Dini**

*Pertama*, perilaku emosi anak yang ditampilkan merupakan sumber penilaian lingkungan sosial terhadap dirinya. Penilaian lingkungan sosial ini akan menjadi dasar individu dalam menilai dirinya sendiri. Contoh: jika seorang anak sering mengekspresikan ketidaknyamannya dengan menangis, lingkungan sosialnya akan menilai ia sebagai anak yang “cengeng”. *Kedua*, emosi yang menyenangkan atau tidak menyenangkan dapat mempengaruhi interaksi sosial anak melalui reaksi-reaksi yang ditampilkan lingkungannya. Melalui reaksi lingkungan sosial anak dapat belajar untuk membentuk tingkah laku emosi yang dapat diterima lingkungannya. Jika anak melemparkan mainannya saat marah, reaksi yang muncul dari lingkungannya adalah kurang menyukai atau menolaknya. *Ketiga*, emosi dapat mempengaruhi iklim psikologis lingkungan, artinya jika ada yang ditampilkan dapat menentukan iklim psikologis lingkungan. Artinya jika ada seorang anak yang pemarah dalam suatu kelompok, maka dapat mempengaruhi kondisi psikologis lingkungannya saat itu. *Ketiga*, tingkah laku yang

sama dan ditampilkan secara berulang dapat menjadi satu kebiasaan. Artinya jika seorang anak yang ramah dan suka menolong merasa senang dengan perilakunya tersebut dan lingkunganpun menyukainya maka anak akan melakukan perbuatan tersebut berulang-ulang hingga akhirnya menjadi kebiasaan. *Keempat*, ketegangan emosi yang dimiliki anak dapat menghambat atau mengganggu aktivitas motorik dan mental anak. Seorang anak yang mengalami stress atau ketakutan menghadapi suatu situasi, dapat menghambat anak tersebut untuk melakukan aktivitas. Misalnya, seorang anak akan menolak bermain kreasi dengan cat poster karena takut akan mengotori bajunya dan dimarahi orang tua. Kegiatan kreasi dengan cat poster ini sangat baik untuk melatih motorik halus dan indra perabaannya.

### **Jenis Emosi pada Anak Usia Dini**

#### **Gembira**

Setiap orang dari berbagai usia mulai dari jenjang bayi hingga dewasa di seluruh bumi ini mengenal dan memiliki pengalaman dalam mengekspresikan rasa kebahagiaan yang dirasakannya. Misal, jika anak mampu mengerjakan tugasnya dengan baik dan guru memberikan hadiah baik lisan maupun benda, anak akan kegirangan dan berteriak “hore aku dapat hadiah dari bu guru”. Begitu pula seorang istri yang mendapat karangan bunga dari suami dihari ulang tahunnya, istri akan tersenyum bahagia. Aktivitas kreatif saat menemukan sesuatu yang dicari-cari dan kemenangan olahraga akan menampilkan perasaan bahagia.

#### **Marah**

Rasa marah yang dirasakan manusia terpicunya karena tidak terpenuhinya sesuatu sesuai keinginan atau harapannya. Rasa marah dilampiaskan dengan berbagai cara misalnya orang yang ditendang akan baik menendang lebih keras dibarengi dengan tenaga atau dorongan yang lebih keras.

Chaplin (1998) dalam *dictionary of psychology*, bahwa marah adalah reaksi emosional akut yang timbul karena sejumlah situasi yang merangsang, termasuk ancaman, agresi lahiriyah, pengekangan diri, serangan lisan, kekecewaan, atau frustrasi dan dicirikan kuat oleh reaksi pada sistem otomik, khususnya oleh reaksi darurat pada bagian simpatetik, dan secara implisit disebabkan oleh reaksi seragam, baik yang bersifat somatis atau jasmaniyah maupun yang verbal atau lisan.

Barlet dan Izart (Steward, 1985) menguraikan ekspresi orang yang marah ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut: (a)dahi bekerut, (b)tatapan mata tajam pada objek pencetus kemarahan, (c)membesarnya cuping hidung, (d)bibir ditarik ke belakang memperlihatkan gigi yang mencengkeram, (e)rona merah pada kulit, (f)takut. Ketakutan adalah suatu tanggapan emosi terhadap ancaman. Takut adalah suatu mekanisme pertahanan hidup dasar yang terjadi sebagai respons terhadap suatu stimulus tertentu, seperti rasa sakit atau ancaman bahaya. Beberapa ahli psikologi juga telah menyebutkan bahwa takut adalah salah satu dari emosi dasar selain kebahagiaan, kesedihan, dan kemarahan.

Ketakutan juga terkait dengan suatu perilaku spesifik untuk melarikan diri dan menghindari, sedangkan kegelisahan adalah hasil dari persepsi ancaman yang tak dapat dikendalikan atau dihindarkan. (g)sedih. Sedih adalah perasaan anak ketika melihat sesuatu yang membuat hatinya iba dan timbul kesedihan dan merasa kehilangan sesuatu yang di senangi atau tidak terpenuhi apa yang diinginkan. Misalnya saja sang anak mempunyai boneka kesayangan kemudian hilang disitulah anak pasti merasa kehilangan dan timbul kesedihan (Ndari, 2018).

Dalam memberikan petunjuk pada manusia, Al Qur'an dan hadits banyak membahas tentang berbagai jenis ekspresi emosional manusia ketika menghadapi atau mengalami sesuatu. Ekspresi yang ditampilkan sangat kaya termasuk ekspresi primer dan emosi sekunder.

Emosi primer adalah emosi dasar yang dianggap secara biologis yang telah terbentuk sejak awal kelahiran. Diantara emosi primer adalah gembira, sedih, marah dan takut. Sedangkan emosi sekunder merupakan emosi yang lebih kompleks dibandingkan emosi primer. Emosi sekunder adalah emosi yang mengandung kesadaran diri atau evaluasi diri, sehingga pertumbuhannya tergantung pada perkembangan kognitif seseorang. Contoh: malu, iri hati,

dengki, sombong, angkuh, bangga, kagum, takjub, cinta, benci, bingung, terhina, sesal dan sebagainya. Beragam emosi ini timbul dalam diri manusia pada kondisi dan situasi tertentu dan pengendaliannya ditentukan oleh kemampuan yang berbeda-beda pada masing-masing individu itu sendiri.

### **Peran Figur Ayah dan Ibu dalam Membentuk Kemampuan Pengendalian Emosi pada Anak**

#### **Figur Ayah**

Seorang ayah yang terlibat dan sensitif dalam pengasuhan anak akan memberikan efek positif dalam perkembangan anak. Ketika ayah terlibat dan menerapkan disiplin yang cukup tinggi akan mengurangi kecenderungan anak untuk berperilaku eksternalisasi (marah, bandel, berperilaku menyimpang) terutama pada masa sekolahnya (Koentjoro, 2004). Keterlibatan ayah juga akan mengembangkan kemampuan anak untuk berempati, bersikap penuh perhatian dan kasih sayang serta hubungan sosial yang lebih baik. Penelitian juga menunjukkan bahwa keterlibatan ayah akan memberikan manfaat yang positif bagi anak laki-laki dalam mengembangkan kendali diri dan kemampuan menunda pemuasan keinginan dan pada penyesuaian sosial remaja laki-laki (Koentjoro, 2004). Meski penelitian belum memberikan dukungan yang kuat tentang peran ayah pada anak perempuan Andayani (2004) meyakini bahwa keterlibatan dan sensitivitas ayah dalam pengasuhan akan memberikan manfaat yang besar bagi perkembangan anak perempuan. Dalam perkembangan seorang anak perempuan kasih sayang yang dan perhatian efektif dari ayah juga sangat dibutuhkan. Gottman dan DeClaire menggaris bawahi bahwa meski peran ayah pada prestasi akademik dan karir perempuan belum didukung oleh hasil penelitian yang kuat, anak-anak perempuan yang didampingi oleh ayahnya akan cenderung tidak menjadi *sexual promiscuous* secara dini dan mampu mengembangkan hubungan sehat dengan laki-laki di masa dewasanya. Anak-anak perempuan yang mendapatkan perhatian yang positif dari ayahnya akan mendapatkan pemenuhan keutuhan afektif dan pada saat yang sama ia akan belajar bagaimana berhubungan dengan lawan jenis secara sehat (Koentjoro, 2004).

#### **Figur Ibu**

Ibu akan sangat berperan membentuk kebiasaan-kebiasaan hidup anak yang nantinya akan membangun karakter dan sifat-sifat anak. Sebagai sosok orang terdekat, penanaman nilai kepada anak dilakukan ibu melalui penanaman kebiasaan, yang akan berakumulasi menjadi kepribadian. Selain sebagai penanam kebiasaan-kebiasaan, ibu juga berperan memperbaiki kesalahan-kesalahan yang dilakukan anak. Semakin banyak ibu menemukan saat anak berbuat salah, semakin banyak kesempatan ibu untuk mengajak anak memperbaikinya. Jika ibu hanya sempat menemukan kejadian tersebut dua kali dalam sehari, maka pembelajaran yang diterima anak hanya 20%, sementara delapan kali kesalahan lain tidak sempat diperbaiki, yang berarti hilang 80% kesempatan ibu untuk memperbaiki kesalahan anak. Itulah sebabnya, mengapa peran ibu sebagai orang terdekat anak sangat menentukan kebiasaan yang terbentuk yang akhirnya membangun sifat anak (Istadi, 2006).

Seorang ibu yang memang sudah kodratnya memiliki "*instink*" keibuan untuk terampil mengurus anak-anaknya, bahkan wanita yang belum atau tidak melahirkan anak sendiri. Peran ayah juga dipengaruhi oleh peran ibu yang sering memberikan evaluasi pada para ayah ketika terlibat dengan anak-anak. Simons dkk membuktikan bahwa sikap, harapan dan dukungan ibu terhadap ayah akan memperkuat identitas peran ayah yang kemudian akan meningkatkan perhatian ayah terhadap anak, atau dengan kata lain meningkatkan pematangan psikologis (*psychological centraliti*) tentang pentingnya anak bagai si ayah. Ketika hubungan dengan istri kurang memuaskan atau penuh dengan konflik, ayah cenderung menjauh dari anak. Jika ayah masih berinteraksi dengan anak ketika kualitas pernikahan tidak memuaskan, maka pola perilakunya terhadap anak juga cenderung kurang positif (Nurhayani, 2014).

Terdapat beberapa keterampilan yang perlu dikuasai anak agar mereka dapat mencapai kompetensi emosi, yakni: (a)kesadaran atas kondisi emosi sendiri, (b)keterampilan dalam menelisik dan memahami emosi orang lain. (c)keterampilan dalam menggunakan kosakata

emosi dan ekspresi istilah-istilah yang lazim tersedia dalam subkulturnya. (d)kemampuan untuk terlibat secara empatik dan simpatik dalam pengalaman emosional orang lain. (e)kemampuan dalam memahami bahwa kondisi emosional dalam diri, tidak perlu selalu bersesuaian dengan ekspresi luar, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain. (f)kemampuan dalam mengatasi secara adaptif berbagai emosi aversif serta beragam suasana yang menekan, melalui penggunaan strategi pengaturan diri. (g)kesadaran bahwa struktur atau hakikat dari suatu hubungan sangat ditentukan oleh bagaimana emosi dikomunikasikan dalam hubungan tersebut. (h)kemampuan meyakinkan diri secara emosi, yakni memandang pengalaman emosi sebagai sesuatu yang sesuai dengan keyakinan moral.

Bar-On dan Parker mengemukakan bahwa keterampilan-keterampilan diatas dapat di didikkan pada anak-anak serta dapat di evaluasi kemajuannya dengan menggunakan beberapa cara sebagai berikut: (a)dengan membuat anak-anak menanggapi tugas –tugas yang di berikan, misalnya permainan boneka, yang dirancang untuk membangkitkan pemahaman langsung maupun tidak langsung mereka terhadap proses-proses yang terkait emosi. (b)dengan membuat orang tua atau guru menilai secara sistematis perilaku anak-anak yang terkait dengan emosi (*emotion-related behavior*). (c)dengan mewawancarai anak-anak tentang pengalaman mereka, dengan menggunakan cerita atau sketsa video atau laporan pribadi. (d)dengan mengamati mereka secara langsung dalam situasi yang membangkitkan emosi (H. I. Dkk, 2017).

Terdapat beberapa hal penting dalam perkembangan emosional anak yang perlu difahami: (a)usia berpengaruh pada perbedaan perkembangan emosi Setiap rentang usia menunjukkan beberapa perbedaan yang paling mencolok dalam ekspresi dan regulasi emosi. Selama usia prasekolah, anak juga mengalami stress dan meresponsnya, namun di usia ini mereka juga berusaha untuk mengatur perasaan dan dorongan dirinya sendiri. Perbedaan kemampuan dalam mengekspresikan dan meregulasi emosi pada anak ini juga terkait dengan perkembangan kognitif anak, dimana perkembangan kognitif anak ini akan mempengaruhi kemampuan untuk mengontrol diri dan menghambat impuls. (b)perubahan ekspresi wajah terhadap emosi Seperti halnya orang dewasa, ekspresi perasaan anak-anak juga terlihat dari ekspresi wajahnya. Seiring dengan bertambahnya usia mereka, anak-anak semakin mampu dalam mengekspresikan emosi mereka melalui tersenyum, mengerutkan kening, dan ekspresi lainnya perasaan. Kemampuan menggambarkan ekspresi emosi mereka semakin kompleks dan terlihat dari raut wajah mereka. (c)menunjukkan emosi yang kompleks Anak-anak di usia prasekolah memperlihatkan ekspresi wajah yang menunjukkan kebanggaan, malu-malu, malu, jijik, dan rasa bersalah yang tidak terlihat pada bayi atau anak yang lebih muda. Ekspresi yang lebih kompleks dapat di tunjukkan dan kemampuan ini sangat dipengaruhi oleh perkembangan kognitif untuk mereka mengalami dan mengekspresikan perasaan-perasaan tersebut. (d)bahasa tubuh Ternyata wajah tidak cukup bagi anak untuk mengekspresikan emosi, anak juga menggunakan seluruh tubuhnya untuk mengekspresikan perasaannya. Mereka mengekspresikannya melalui gerak gerik dan bahasa tubuhnya. (e)suara dan kata Anak-anak semakin baik dalam mengekspresikan perasaan mereka melalui suara dan kata seiring bertambahnya usia. Mereka mulai memberi label yang sederhana terhadap apa yang mereka rasakan kemudian berkembang menjadi pelabelan yang semakin kompleks seiring dengan perasaan yang semakin kompleks yang mereka alami. (f)representasi simbolik Sejak batita, balita, dan selanjutnya, anak-anak semakin baik dalam menggunakan simbol, memainkan permainan, menggambar, dan memanipulasi material, untuk mengkomunikasikan dan mengarahkan emosi. (g)pengetahuan emosi Anak telah mulai mampu mengidentifikasi dan memberi nama perasaan yang dialaminya dan orang lain, dimana kemampuan ini sangat dibutuhkan untuk regulasi emosi anak dalam berempati dan menunjukkan sikap pro sosial yang sesuai. Emosi anak berkembang lebih awal dibanding dengan saat anak mulai mampu berfikir. Batita sudah mampu memberi label pada emosinya yang sederhana, walaupun mereka membutuhkan waktu lebih lama untuk melabel emosi yang lebih kompleks atau campuran dari beberapa emosi yang terjadi dalam satu waktu. Perubahan dari batita ke masa prasekolah, anak berfikir bahwa orang akan merasa apa yang mereka rasakan menjadi bahwa perasaan mereka sendiri mungkin berbeda dari orang lain. Serta belajar kapan mereka perlu dan tidak perlu

mengungkapkan perasaan mereka sesuai dengan tuntutan social. (h)perubahan usia dalam regulasi emosi Anak usia ini lebih dapat menyamarkan atau melebihi emosi yang mereka rasakan dari reaksi yang biasanya mereka tampilkan di usia yang lebih muda. Anak yang lebih tua lebih mampu untuk menyesuaikan diri dengan aturan-aturan tidak tertulis apa pun yang ada dalam budaya dan masyarakat mereka, tentang menunjukkan atau menyembunyikan emosi. (i)respons pada perasaan lainnya Anak menikmati dalam menunjukkan emosi yang kuat, dan tampaknya kegiatan ini menjadi salah satu cara mereka belajar tentang perasaan. Kemampuan berempati juga semakin berkembang. Dan ekspresi emosi yang ditampilkan untuk satu keadaan yang sama dapat saja berbeda dari setiap rentang usia, misalnya batita akan merasa takut saat melihat anjing yang besar berlari kencang, namun anak yang lebih tua akan menunjukkan perasaan tertarik. (j)ikatan emosional dengan yang lain Ikatan emosional dengan orang lain mulai berkembang, dan akan berkembang lebih cepat pada anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang mendukung seperti banyak menghabiskan waktu bersama saudara kandung atau ditempat pengasuhan atau penitipan yang banyak terdapat orang. (k)tahap-tahap perkembangan emosional Terdapat beberapa model perkembangan emosi yang dapat dijadikan landasan untuk mempelajari perkembangan emosi anak prasekolah. Seperti teori dari Stanley Greenspan, Kurt Fischer, dan Carolyn Saarni. Dimana Model Greenspan menjadi lebih psikodinamik, Fischer berfokus lebih pada kognitif yaitu pada pertumbuhan keterampilan emosi tertentu, dan Saarni datang dari perspektif konstruktivis sosial (Femmi Nurmalitasari, 2015).

Adapun variasi emosi pada masing-masing anak berbeda-beda, perbedaan ini dipengaruhi oleh beberapa hal di antaranya: (a)keadaan fisik, (b)reaksi sosial terhadap perilaku emosional, (c)kondisi lingkungan, (d)jumlah anggota keluarga, (e)cara mendidik, (f)status sosial ekonomi keluarga (Mashar, 2015).

### **Karakteristik Perkembangan Emosi Pada Anak Usia Dini**

Masa anak usia dini disebut juga sebagai masa awal kanak-kanak yang memiliki berbagai karakter atau ciri-ciri. Ciri-ciri ini tercermin dalam sebutan-sebutan yang diberikan oleh para orang tua, pendidik, dan ahli psikologi untuk anak usia dini (Masher Riana, 2011: 7). Usia lima tahun pertama adalah masa emas untuk perkembangan anak. Karena pada usia ini anak mengalami masa peka dan kritis (Masher Riana, 2011: 10). Emosi yang berasal dari bahasa latin *movere*, berarti menggerakkan atau bergerak, dari asal kata tersebut emosi dapat diartikan sebagai dorongan untuk bertindak. Emosi merujuk pada suatu perasaan atau pikiran-pikiran khususnya, emosi dapat berupa perasaan amarah, ketakutan, kebahagiaan, cinta, rasa terkejut, jijik, dan rasa sedih (Mashar, 2015).

Uraian mengenai karakteristik perkembangan emosi anak usia dini memberi gambaran lebih utuh tentang karakter emosi anak, Hurlock (1993) menyatakan bahwa karakter emosi anak usia dini sangat kuat pada usia 2,5-3,5 tahun dan 5,5-6,5 tahun. Beberapa ciri utama reaksi emosi pada anak usia dini antara lain: (a)reaksi emosi anak sangat kuat, anak akan merespons suatu peristiwa dengan kadar kondisi emosi yang sama. Semakin bertambah usia anak, anak akan semakin mampu memilih kadar keterlibatan emosinya. (b)reaksi emosi sering kali muncul pada setiap peristiwa dengan cara yang diinginkannya. Anak dapat bereaksi emosi kapan saja mereka menginginkannya. Kadang tiba-tiba anak menangis saat bosan atau karena suatu kondisi yang tidak jelas. Semakin bertambah usia anak, kematangan emosi anak semakin bertambah sehingga mereka mampu mengontrol dan memilih reaksi emosi yang dapat diterima lingkungan. (b)reaksi emosi anak mudah berubah dari satu kondisi ke kondisi lain. Bagi seseorang anak sangat mungkin sehabis menangis akan langsung tertawa keras melihat kejadian yang menurutnya lucu. Reaksi ini menunjukkan spontanitas pada diri anak dan menunjukkan kondisi asli (*genuine*) di mana anak sangat terbuka dengan pengalaman-pengalaman hatinya. (c)reaksi emosi bersifat individual, artinya meskipun peristiwa pencetus emosi sama namun reaksi emosinya dapat berbeda-beda. Hal ini terkait dengan berbagai faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi terutama pengalaman-pengalaman dari lingkungan yang dialami anak. (d)keadaan emosi anak dapat dikenali melalui gejala tingkah laku yang ditampilkan. Anak-anak

sering kali mengalami kesulitan dalam mengungkapkan emosi secara verbal. Kondisi emosi yang dialami anak lebih mudah dikenali dari tingkah laku yang ditunjukkan.

Pemahaman mengenali karakteristik emosi anak akan sangat membantu orang tua dan pendidik dalam memberi stimulasi atau rangsangan emosi yang tepat bagi anak (Mashar, 2015). Campos mendefinisikan emosi sebagai perasaan atau afeksi yang timbul ketika seseorang berada dalam suatu keadaan yang dianggap penting oleh individu tersebut. Emosi diwakilkan oleh perilaku yang mengekspresikan kenyamanan atau ketidaknyamanan terhadap keadaan atau interaksi yang sedang dialami. Emosi dapat berbentuk rasa senang, takut, marah, dan sebagainya (Nurmalitasari, 2015).

Karakteristik emosi pada anak berbeda dengan karakteristik yang terjadi pada orang dewasa, dimana karakteristik emosi pada anak itu antara lain: (a)berlangsung singkat dan berakhir tiba-tiba, (b)terlihat lebih hebat atau kuat, (c)bersifat sementara atau dangkal, (d)lebih sering terjadi, (e)dapat diketahui dengan jelas dari tingkah lakunya, (f)reaksi mencerminkan individualitas.

Emosi memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan anak, baik pada usia prasekolah maupun pada tahap-tahap perkembangan selanjutnya, karena memiliki pengaruh terhadap perilaku anak. Woolfson menyebutkan bahwa anak memiliki kebutuhan emosional, seperti ingin dicintai, dihargai, rasa aman, merasa kompeten dan mengoptimalkan kompetensinya (Femmi nurmalitasari, 2015: 106). Terdapat beberapa hal penting dalam perkembangan emosional anak yang perlu dipahami meliputi: (a)usia berpengaruh pada perbedaan perkembangan emosi, (b)perubahan ekspresi wajah terhadap emosi, (c)menunjukkan emosi yang kompleks, (d)bahasa tubuh, (e)suara dan kata, (f)representasi simbolik, (g)pengetahuan emosi,(h)perubahan usia dalam regulasi emosi, (i)respons pada perasaan lainnya, (j)ikatan emosional dengan yang lain, (k)tahap-tahap perkembangan emosional (Nurmalitasari, 2015).

Perkembangan ciri khas emosi pada anak adalah emosinya kuat, emosi sering kali tampak, emosinya bersifat sementara lainil, dan emosi dapat diketahui melalui perilaku anak (Khairi, 2018). Para psikolog mengemukakan karakteristik perkembangan sosio emosional bahwa terdapat tiga tipe tempramen anak, yaitu:

*Pertama*, anak yang mudah diatur mudah beradaptasi dengan pengalaman baru, senang bermain dengan mainan baru, tidur dan makan secara teratur dan dapat menyesuaikan diri dengan perubahan di sekitarnya. *Kedua*, anak yang sulit diatur seperti sering menolak rutinitas sehari-hari, sering menangis, butuh waktu lama untuk menghabiskan makanan dan gelisah saat tidur. *Ketiga*, anak yang membutuhkan waktu pemanasan yang lama, umumnya terlihat agak malas dan pasif, jarang berpartisipasi secara aktif dan seringkali menunggu semua hal diserahkan kepadanya.

Dari pendapat diatas diketahui bahwa kepribadian dan kemampuan anak berempati dengan orang lain merupakan kombinasi antara bawaan dengan pola asuh ketika ia masih anak-anak. Ketika anak berusia satu tahun, senang dengan permainan yang melibatkan interaksi sosial, senang bermain dengan sesama jenis kelamin jika berada dalam kelompok yang berbeda. Namun, ketika berumur antara 1 s/d 1,5 tahun, biasanya menunjukkan keinginan untuk lebih mandiri yakni melakukan kegiatan sendiri, seperti main sendiri, makan dan perkaian sendiri, cemburu, *tantrum* (marah jika kemauannya tidak di penuhi).

Sedangkan saat usia 1,5 s/d 2 tahun, ia mulai berintraksi dengan orang lain, tetapi butuh waktu untuk bersosialisasi, ia masih sulit berbagidengan orang lain, sehingga ia akan menangis bila berpisah dengan orang tua nya meski hanya sesaat. Sedangkansaat usia 2,5 s/d 6 tahun, perkembangan emosi mereka sangat kuat seperti ledakan amarah, ketakutan yang hebat iri hati yang tidak masuk akal Karena ingin memiliki barang orang lain dan biasanya terjadi dalam lingkungan keluarga yang besar. Demikian pula dengan rasa cemburu muncul karena kurangnya perhatian yng diterima dibanding dengan yang lainnya, dan terjadi dalam keluarga yang kecil. Terjadi sebagai akibat dari lama nya bermain, tidak mau tidur siang dan makan terlalu sedikit.



Secara jelas kognisi sosial seorang anak yang berumur 0-1 tahun adalah tumbuhnya perasaan sebagai seorang pribadi lebih menyukai orang familiar (obyek ikatan emosinya). Sedangkan usia 1-2 tahun yakni tumbuh pengenalan sosial dengan mengenali perilaku yang disengaja. Lalu untuk usia 3-5 tahun, muncul pemahaman perbedaan antara kepercayaan dan keinginan seorang anak yakni persahabatan yang didasarkan pada aktivitas bersama.

Menurut Soemariati karakteristik bersosialisasi anak TK di antaranya: (a) anak memiliki salah satu atau dua sahabat tetapi sahabat ini cepat berganti, (b) kelompok bermain cenderung kecil dan tidak terlalu terorganisasi secara baik oleh karena itu kelompok tersebut cepat berganti, (c) anak lebih mudah sekali bermain bersebelahan dengan teman yang lebih besar, (d) perselisihan sering terjadi tetapi sebentar kemudian mereka lebih baik kembali.

Sedangkan untuk karakteristik emosional anak TK dalam buku karangan Soemariati Patmonodewo, menyatakan di antaranya sebagai berikut (Nurjannah, 2017: 53-54), (a) anak TK cenderung mengekspresikan emosinya dengan bebas dan terbuka. Sikap marah sering diperlihatkan oleh anak pada usia tersebut. (b) sering iri hati terhadap teman, anak seringkali memperubtkan perhatian guru.

### **Problematika perkembangan emosi anak usia dini**

Manusia merupakan makhluk monodualis, yaitu makhluk individu sekaligus sebagai makhluk sosial. Salah satu implikasi dari posisinya sebagai makhluk monodualis adalah untuk memenuhi kebutuhannya sehari-hari dan untuk menyelesaikan berbagai tugas kesehariannya manusia memerlukan bantuan orang lain. Kemampuan seorang individu untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya ataupun menyelesaikan tugas-tugas kesehariannya biasanya ditentukan oleh kemampuannya dalam bersosialisasi. Ketidakmampuan seorang individu dalam bersosialisasi dipengaruhi oleh perkembangan aspek sosialnya yang terhambat. Salah satu dampak dari ketidakmampuan anak usia dini dalam bersosialisasi adalah anak usia dini dapat mengalami gangguan perilaku antisosial. Pada kehidupan sehari-hari, perilaku antisosial pada anak usia dini tersebut tidak sulit ditemui, baik dilingkungan keluarga ataupun dilingkungan sekolah yaitu di kelompok bermain (KB) dan taman kanak-kanak (TK). Berkaitan dengan problematika sosial anak usia dini, setidaknya ada tiga macam perilaku antisosialisasi yang sering sekali ditemukan, antara lain:

### **Ketidakpatuhan**

Hasan Alwi dkk., dalam kamus besar bahasa Indonesia. Kata patuh diartikan sebagai taat, suka menurut, dan berdisiplin. Sedangkan ketidakpatuhan diartikan sebagai sikap tidak taat dan tidak menurut pada orang lain (H. A. Dkk., 2002). Dalam hal ini pada orang tua atau pendidik PAUD setidaknya ada 3 bentuk ketidakpatuhan pada anak usia dini yang harus diketahui oleh orang tua dan pendidik PAUD. Ketiga bentuk ketidakpatuhan tersebut antara lain: (a) *The Passive Resistant Type (Tipe Penentang Pasif)*. Pada ketidakpatuhan jenis ini anak menjadi diam atau menghindari perintah dengan cara yang pasif, anak mengikuti perintah, tetapi dengan setengah hati. (b) *The Openly Defiant Type (Tipe Penentang Terang-Terangan)* pada ketidakpatuhan jenis ini anak langsung menolak secara verbal. (c) *The Spiteful Type of Noncompliance (Tipe Penentang dengan Menunjukkan Keburukan)*. Pada ketidakpatuhan jenis ini anak melakukan hal yang sebaliknya dari yang diperintahkan.

### **Temper tantrum**

Markus Willy dkk dalam kamus Inggris Indonesia. Kata temper berasal dari bahasa yang berarti tendency to be angry atau mudah marah, sedangkan tantrum berarti marah. Jadi secara istilah temper tantrum berarti perilaku mudah marah dengan kadar arah yang berlebihan (I. M. W. Dkk., 2005). Anak dengan temper tantrum memiliki kelemahan dalam mengendalikan emosinya, alhasil ia meluapkannya dengan bentuk kemarahan secara berlebihan. Setidaknya ada 3 jenis temper tantrum pada anak, yaitu: (a) manipulatif Tantrum terjadi jika seorang anak tidak memperoleh apa yang ia inginkan. (b) verbal Frustration Tantrum jenis ini terjadi jika anak tahu apa yang ia inginkan, tetapi tidak tahu bagaimana cara menyampaikan keinginan dengan jenis

kepada orang lain. (c)temperamental tantrum dapat terjadi jika tingkat frustrasi anak mencapai tahap yang sangat tinggi dan anak menjadi sangat tidak terkontrol.

### **Perilaku Agresif**

Agresif artinya bersifat atau bernafsu menyerang, cenderung ingin menyerang sesuatu yang dipandang sebagai hal atau situasi yang mengecewakan, menghalangi atau menghambat. Pada dasarnya perilaku agresif adalah suatu perbuatan, baik disengaja maupun tidak disengaja yang ditunjukkan untuk menyerang pihak lain, baik secara fisik maupun secara verbal (Hasan, 2008). Menurut Aliah B. Purwakania Hasan, perilaku agresif muncul pada anak di usia dua tahun. Anak-anak yang berusia dua tahun menunjukkan perilaku agresif dengan memukul atau menendang. Ketika ia berumur tiga hingga enam tahun, selain memukul dan menendang ia akan menampilkan perilaku agresif yang bersifat verbal dan memfokuskan perilaku agresifnya pada kebendaan, misalnya pada mainan atau benda lainnya. Dengan demikian perbuatan merusak, mencuri, dan merebut benda anak lain termasuk bentuk dari perilaku agresif. Saat melakukan perilaku negatifnya, anak yang agresif tidak cepat merasa bersalah dan menyadari akan perilakunya serta sulit untuk meminta maaf.

Beberapa penjelasan diatas berkaitan dengan problematika perkembangan social anak usia dini. Namun seorang anak tidak hanya memiliki problematika tersebut. Disisi lain, problematika perkembangan emosi anak usia dini juga dialami oleh seorang anak. Perlu kita ketahui bahwa semua orang tua maupun pendidik PAUD senantiasa berupaya memberikan berbagai stimulus agar pertumbuhan fisik dan perkembangan fisik anak, termasuk perkembangan emosinya dapat berlangsung optimal. Namun, tanpa disadari terkadang pemberian stimulus tersebut malah menjadi bumerang bagi para orang tua dan pendidik PAUD. Hal itu dapat disebabkan kekurangan tepatan orang tua atau pendidik PAUD dalam mengasuh dan mendidik anak usia dini. Akibatnya anak usia dini mengalami problematika perkembangan emosi sebagai berikut:

### **Penakut**

Menurut Abdul Rohman Saleh, takut adalah emosi atau perasaan yang sangat mendorong individu untuk menjauhi sesuatu dan sedapat mungkin menghindari kontak dengan hal itu. Menurut Aliah B. Purwakania Hasan, Al-qur'an menggambarkan rasa takut dengan keguncangan yang hebat yang mengguncang manusia dengan hebat sehingga menghilangkan kemampuan berfikir dan pengendalian diri.

### **Pencemasan**

Pencemasan berasal dari kata cemas yang berarti tidak tentram hati, khawatir, dan gelisah. Sementara pencemasan adalah orang yang mudah cemas. Ada 3 faktor yang menyebabkan anak usia dini menjadi pencemas yaitu rasa tidak aman yang dialami anak usia dini. Perasaan bersalah yang dialami anak usia dini dan rasa kecewa yang berlebihan akibat kegagalan berulang yang dilakukan anak usia dini.

### **Rendah diri**

Rendah diri dapat diartikan sebagai suatu perasaan yang menjadikan anak usia dini merasa kurang mampu (kompeten), jika dibandingkan dengan anak yang lainnya.

### **Pemalu**

Pemalu berasal dari kata malu, yang berarti merasa tidak enak hati (hina, rendah, dan sebagainya), karena berbuat sesuatu yang kurang baik (kurang benar, berbeda dengan kebiasaan, dan mempunyai cacat atau kekurangan), segan melakukan sesuatu karena agak takut; dan kurang senang (rendah, hina, dan sebagainya). Beberapa hal yang dapat menjadi penyebab anak usia dini menjadi anak yang pemalu, antara lain: anak usia dini sering mendapat hinaan celaan dari orang lain, anak usia dini dijuluki dengan julukan-julukan yang berstigma negative, sikap pilih kasih orang tua atau pendidik PAUD, memiliki cacat jasmani, faktor ekonomi orang tua.

### **Permasalahan Emosi pada Anak Usia Dini**

Dalam perkembangannya, kita akan menemukan berbagai macam permasalahan emosi yang muncul di sekeliling kita. Banyak faktor yang menentukan munculnya permasalahan emosi pada anak yang paling utama adalah peranan keluarga.

### **Jenis Permasalahan Emosi pada Anak Usia Dini**

Pada dasarnya fondasi emosi yang sehat dibangun atas dasar penerimaan dan penghargaan terhadap dirinya. Perwujudan dari perasaan ini, yang paling awal adalah anak yang dapat merasakan kasih sayang dari orang-orang terdekatnya. Jika anak kehilangan perasaan ini maka sulit ia akan memiliki emosi yang sehat (A. N. Dkk., 2005). Menurut Nugraha berikut adalah jenis-jenis permasalahan emosi yang sering terjadi pada anak usia dini:

#### **Kekurangan Afektif**

Afektif dapat meliputi perasaan kasih sayang, rasa kehangatan, dan persahabatan yang ditunjukkan pada orang lain. Setiap orang mempunyai kebutuhan untuk memberi dan menerima afektif. Gangguan yang ditimbulkan akibat dari kekurangan afektif dapat berupa: (a)perkembangan Fisik yang Terlambat, dapat menyebabkan anak depresi, akibatnya terjadi hambatan sekresi (pengeluaran hormon pituitary), yaitu hormone yang berfungsi untuk mengatur metabolisme dan pertumbuhan perkembangan sehingga perkembangan fisik akan terganggu. (b)gagap atau Mengalami Gangguan Bicara. (c)kulit Konsentrasi dan Mudah Teralih Perhatiannya. (d)kulit Mempelajari Bagaimana Membina Hubungan dengan Orang lain. (e)mereka sering kali tampak agresif dan nakal. (f)kurangnya minat terhadap orang lain, menarik diri, egois, dan penuntut. (g)pada taraf berat dapat menyebabkan gangguan jiwa

Kurangnya afektif memang dapat mengganggu penyesuaian diri dan perkembangan sosial anak. Akan tetapi, bukan berarti afektif yang berlebihan akan lebih baik. Individu yang terlalu banyak mendapat afektif pun akan kesulitan dalam penyesuaian diri. Karena pelimpahan afektif yang berlebihan justru menghalangi anak belajar mengekspresikan afektif kepada orang lain.

#### **Anxiety (cemas)**

*Anxietas* atau cemas adalah rasa takut pada sesuatu tanpa sebab yang jelas yang sering kali berlangsung lama. Biasanya rasa takut ini juga dibarengi oleh kegelisahan dan dugaan-dugaan akan terjadinya hal-hal buruk, seperti kematian, kecelakaan dan sebagainya. Pada anak, rasa cemas biasanya terjadi saat ia berusia sekitar 3 tahun, bentuknya bisa berupa cemas kehilangan kasih sayang orang tua, cemas akan mengalami rasa sakit, cemas karena merasa berbeda dengan orang lain, atau mengalami kejadian yang tidak menyenangkan.

Sumber-sumber yang menimbulkan rasa tidak aman pada anak, yaitu sebagai berikut: (a)orang tua atau guru yang tidak konsisten. Hal ini dapat membuat anak merasa kehidupan sebagai sesuatu yang tidak dapat diduga dan menakutkan. (b)orang tua yang terlalu menuntut kesempurnaan atas prestasi anak. (c)tidak adanya batasan atau aturan yang jelas dari orang tua, mana yang boleh dan tidak boleh, mana yang buruk dan yang baik. Kecemasan muncul karena anak tidak dapat menentukan batasan sendiri dalam bertindak laku. (d)kritik yang berlebihan dari orang tua atau orang dewasa lain dan kelompok sebaya. (e)seringnya anak diingatkan mengenai tugas dan tanggung jawabnya bila ia dewasa kelak. (f)merasa bersalah. Ini biasanya anak membayangkan hukuman yang akan diterimanya. (g)model dari orang tua. Orang tua yang cemas sering kali mempunyai anak yang pencemas pula karena anak belajar dari orang tuanya bagaimana peran orang tua secara umum memandang kehidupan. (h)frustasi yang terus-menerus. Terlalu sering mengalami frustrasi dapat menyebabkan kemarahan dan kecemasan. Hal ini dapat pula disebabkan target yang terlalu tinggi sehingga anak sulit mencapai tujuannya. Perasaan tidak mampu inilah yang menimbulkan kecemasan.

Adapun upaya yang dapat dilakukan guru ataupun orang tua untuk menangani anak yang cemas, diantaranya dapat melakukan hal-hal berikut: (a)menentramkannya, anak pencemas butuh ditentramkan oleh orang dewasa yang tenang. Oleh karena itu, orang tua harus tetap tenang bila anak gelisah, rewel, menangis, pucat atau panik. (b)mencoba untuk mengalihkan

perhatian anak dari hal-hal atau bayangan-bayangan yang membuatnya cemas. (c)tidak mendesak anak untuk memberikan penjelasan. Desakan orang tua sering kali membuat anak merasa tidak dimengerti. (d)ajakan anak untuk melakukan relaksi. Dengan menarik nafas dalam, menghembuskan nafas perlahan sambil berkata “tenang atau semua akan beres anak telah melakukan relaksi termudah.” (e)melakukan hal-hal yang menyenangkan, seperti mendengarkan musik, menggambar, atau membaca ketika merasa cemas. (f)membiasakan anak mengekspresikan perasaannya melalui permainannya atau cerita. (g)meminta bantuan ahli bila kecemasan anak berlalu-lalut.

### **Hipersensitivitas**

Hipersensitivitas adalah kepekaan emosional yang berlebihan dan cukup sering dijumpai pada anak-anak. Anak dikatakan hipersensitif bila ia mudah sekali merasa sakit hati dan menunjukkan respons yang berlebihan terhadap sikap dan perhatian orang lain. Anak yang hipersensitif tidak bisa menerima penilaian, komentar, dan kritik orang lain tanpa rasa sakit hati. Penyebab tumbuhnya sikap hipersensitif diantaranya karena merasa kurang dan tidak sama dengan orang lain. Anak merasa dirinya tidak sebandai, semenarik, atau sepopuler anak-anak lain.

Adapun langkah yang dapat dilakukan orang tua ataupun para pendidik lainnya dalam menangani anak hipersensitif diantaranya sebagai berikut: (a)menghindari sikap overprotective terhadap anak, sebaliknya orang tua hendaknya menguatkan diri dalam menghadapi lingkungan sosial yang memang penuh dengan beragam sifat manusia. (b)dalam proporsi yang wajar anak perlu diperkenalkan apa kritik. Namun, harus diingatkan sebaiknya orang tua atau guru tidak mengkritik anak dengan cara merendahkan-rendahkan dirinya, tetapi bangkitkan semangatnya untuk memperbaiki diri. (c)orang tua dan para pendidik lainnya hendak mengajarkan anak untuk memandang dirinya secara proporsional. Tidak melebih-lebihkan segi positifnya, tidak juga menyepelakan kekurangannya, (d)selain itu, orang tua dan guru sebaiknya mengajarkan keterampilan untuk mengatasi masalah pada anak.

### **Fobia**

Fobia adalah perasaan takut yang irasional terhadap suatu objek yang sebenarnya tidak berbahaya atau tidak menyeramkan. Jadi, tidak ada sumber bahaya yang mengancam secara nyata. Fobia merupakan suatu gangguan psikologis yang perlu diatasi, terutama bila intensitasnya sangat kuat sehingga mengganggu kelancaran kehidupan sehari-hari.

Fobia terdiri dari aspek emosi dan tingkah laku. Jadi, penderita fobia biasanya merasa takut yang amat sangat terhadap suatu objek, kemudian menjerit, lalu berlari, mengunci diri di kamar, atau menampilkan tingkah laku ketakutan. Reynold mengemukakan dalam buku karangan Nugraha Ali ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan permasalahan emosi sebagai berikut (Ali Nugraha dkk., 2005: 11.5): (a)latar belakang keluarga yang kasar, dimana kebiasaan kehidupan dalam keluarga ini selalu menggunakan cara-cara kasar dalam menyelesaikan masalah, seperti menendang, mencaci, memukul, berkelahi, dan lain sebagainya. (b)kerasaan tertolak secara fisik atau emosional oleh pilihan orang tua. Anak yang tidak diinginkan biasanya merasakan seperti ini. (c)orang dewasa yang belum dewasa dan memiliki kematangan yang cukup untuk melakukan pengasuhan anak. (d)kehilangan terlalu dini untuk merasakan kedekatan dengan orang yang disayangi. Misalnya perceraian orang tua atau yatim piyatu sejak kecil dan tidak memiliki orang tua pengganti yang mengasuhinya. (e)orang tua yang tidak mampu mencintai anaknya, disebabkan mereka pun tidak pernah merasakan kasih sayang. (f)perasaan cemburu yang berlebihan dan tidak ditangani dengan baik, tatkala ia mendapatkan adik baru dan merasakan kehilangan kasih sayang dan perhatian dari orang tuanya. (g)situasi baru dimana anak belum siap dalam menghadapi dan tidak menemukan pasangan yang cocok untuk menemaninya. (h)pendapat gertakan, gangguan, dan ketidakramahan dari anak yang lain. (i)cacat fisik atau memiliki postur tubuh yang berbeda dengan anak yang lain dimana hal ini jika tidak ditangani dengan baik dapat menjadi gangguan emosional.

### **Simpulan dan Saran (Conclusion and Recommendation)**

Berdasarkan analisis data yang dilakukan perkembangan emosi adalah luapan perasaan ketika anak berinteraksi dengan orang lain sedangkan perkembangan adalah tingkat jalinan interaksi anak dengan orang lain, mulai dari orang tua, guru bahkan teman sebaya mereka. Dengan demikian perkembangan emosi adalah kepekaan anak untuk memahami perasaan orang lain ketika berinteraksi dalam kehidupan sehari-hari. Banyak hal yang dapat mengembangkan perkembangan emosi pada anak, misalnya, figur seorang ibu dan ayah, lingkungan sekitar dan teman sebayanya. Perkembangan emosi anak yang positif dapat memudahkan anak dalam aktifitas lainnya dilingkungan sosial. Oleh karena itu, sangat penting memahami dan membantu anak-anak memahami perasaannya sendiri ataupun perasaan orang-orang yang ada disekitarnya. Terkait dengan perkembangan emosi pada anak, Rasulullah SAW juga telah memberikan contoh praktik pendidikan emosi, dalam hal ini Rasulullah SAW mengajari bagaimana bersikap tenang, memperlakukan orang dengan kasih sayang, melatih keberanian, melatih kesabaran. Dari pembahasan diatas juga perkembangan emosi anak usia dini terdapat beberapa masalah yang harus dihadapi, oleh karena itu peran orang tua, lingkungan sekitar dan keluarga sangat penting untuk merangsang kecerdasan emosi dan sosial anak.

### **Daftar Rujukan (References)**

- Dkk., A. N. (2005). *Metode Pengembangan Sosial Emosional*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Dkk., H. A. (2002). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Dkk., I. M. W. (2005). *Kamus Inggris Indonesia*. Surabaya: Arkola.
- Dkk, H. I. (2017). *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan Anak Usia Dini Sebuah Bunga Rampai*. Jakarta: Kencana.
- Fakhrudin, A. U. (2010). *Mendidik Anak Menjadi Unggulan*. Yogyakarta: Manika Books.
- Hasan, A. B. P. (2008). *Psikologi Perkembangan Islam: Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Pra Kelahiran hingga Pasca Kematian*. Yogyakarta: Raja Grafindo Perkasa.
- Khairi, H. (2018). Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini dari 0-6 Tahun. *Jurnal Warna*, 2(2). Retrieved from <https://ejournal.iaii.ac.id/index.php/warna/article/view/87>
- Koentjoro, A. dan. (2004). *Psikologi Keluarga: Peran Ayah Menuju Coparenting*. Yogyakarta: Citra Media.
- Mashar, R. (2015). *Emosi Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Ndari, V. A. dan S. S. (2018). *Metode Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini*. Tasikmalaya: Edu Publisher.
- Nurhayani. (2014). Peran Figur Ayah dan Ibu dalam Membentuk Kemampuan Pengendalian Emosi pada Anak. *Jurnal Tarbiyah*, 21(1).
- Nurmalitasari, F. (2015). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Pra Sekolah. *Bulletin Psikologi*, 23(1).
- Setiani, R. E. (2012). *Metode Melatih Kecerdasan Emosional pada Anak di SDIT Al-Irsyad Al-Islamiyah Purwokerto*. STAIN Purwokerto.
- Sujiono, Y. N. (2009). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Indeks.
- Supriyadi, O. (2010). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: Kurnia Kalam Semesta.
- Yusuf, S. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

