

## MEMAHAMI KECERDASAN EMOSIONAL ANAK USIA DINI

Siska Dwi Paramitha, M.Psi<sup>1</sup>

<sup>1</sup> IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

---

### Info Artikel :

Diterima 12 Juli, 2023

Direvisi 27 Juli, 2023

Dipublikasikan 4 Agustus 2023

---

### Kata Kunci:

Emosional

Kecerdasan

Orangtua

---

### ABSTRACT

intelligence in every child must be developed as a whole, intelligence in thinking, emotional intelligence and spiritual intelligence. This intelligence must be built as early as possible because with a balanced intelligence a child can certainly become an individual who is mentally and physically perfect. The role of parenting in this case, parents and educators in schools is also the main thing because with the right parenting techniques, intelligence in children will certainly develop as well. In this case, emotions are not only considered as negative things, but there are also positive emotions that must be developed by children. Therefore, emotional intelligence must be built as early as possible so that children can become successors of or for the next life.

Key word: Emotional, intelligence, parents

### Abstrak

Kecerdasan pada setiap anak tentunya harus dikembangkan secara keseluruhan. Baik kecerdasan dalam berpikir, kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual. Kecerdasan ini tentunya harus dibangun sedini mungkin karena dengan kecerdasan yang seimbang anak tentu dapat menjadi sosok individu yang secara jiwa dan raga menjadi sempurna. Peran pengasuhan dalam hal ini yaitu orang tua maupun pendidik di sekolah menjadi hal utama juga karena dengan teknik pengasuhan yang tepat maka kecerdasan pada anak tentu akan berkembang juga. Dalam hal ini emosi bukan hanya dianggap sebagai hal yang negatif namun juga terdapat emosi yang positif yang harus dikembangkan oleh anak, Oleh sebab itu kecerdasan emosi ini harus dibangun sedini mungkin agar dapat menjadikan anak sebagai penerus dari atau untuk kehidupan selanjutnya.

Kata Kunci: Emosional, Kecerdasan dan Orangtua.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author.

---

### Koresponden:

Siska Dwi Paramitha, M.Psi

Email: [siska.psi86@gmail.com](mailto:siska.psi86@gmail.com)

---

### Pendahuluan

Paradigma pendidikan di Indonesia lebih menekankan yaitu pada pengembangan dan kinerja otak kiri saja. Dengan hal itu bisa terlihat dari sistem pembelajaran yang akan dipakai cenderung menuntut siswa agar dapat mengikuti seluruh pelajaran yang sudah distandarisasi. Sehingga ada banyak siswa yang mengikuti les atau pelajaran tambahan diluar sekolah agar mampu mengimbangi ilmu yang akan didapatkan di sekolah.

Memang hal ini sangat efektif apabila tujuan sebuah pendidikan hanya untuk mengembangkan sebuah kecerdasan intelektual. Hal ini bisa terjadi karena adanya ketidakmampuan siswa ataupun guru dalam mengolah kecerdasan sosial emosional. Pendidikan anak usia dini (1-6 tahun) yaitu suatu upaya pembinaan yang bertujuan untuk anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun yang dilakukan dengan

melalui pemberian stimulus pendidikan agar membantu perkembangan dan pertumbuhan rohani maupun jasmani anak sehingga mereka dapat memiliki kesiapan ketika memasuki pendidikan yang lebih lanjut.<sup>1</sup>

Anak dilahirkan belum bersifat sosial dalam mencapai kematangan dalam hubungan sosial. anak belajar tentang bagaimana menyesuaikan diri dengan orang lain, tradisi, dan norma-norma kelompok. Dapat dikatakan bahwa anak belajar meleburkan diri dalam satu kesatuan dan saling berinteraksi dan bekerja sama dengan orang lain. Kemampuan ini akan dimiliki oleh anak melalui berbagai pengalaman sosial atau kesempatan dengan orang-orang dilingkungannya, baik saudara, orang tua, teman bermain, teman sebaya, atau orang dewasa lainnya. Permainan merupakan salah satu bentuk aktivitas penting yang dominan pada masa kanak-kanak dikarenakan anak-anak bisa menghabiskan waktunya lebih banyak diluar rumah untuk bermain dengan teman-temannya daripada terlibat aktivitas lain.

Terkait dengan hal yang dijelaskan diatas maka tujuan dari pendidikan anak usia dini (1-6 tahun) yaitu untuk meningkatkan segala kecerdasan dan potensi anak usia dini termasuk dalam kecerdasan emosional. Perkembangan anak (khususnya usia dini 1-6 tahun) sangat penting untuk dijadikan perhatian khusus bagi guru maupun orang tua. Karena proses tumbuh kembang seorang anak sangat mempengaruhi kehidupan mereka pada masa mendatang. Anak usia dini ini sendiri merupakan kelompok yang berada dalam suatu proses perkembangan yang unik. Proses perkembangan terjadi bersamaan dengan *golden age* (masa keemasan atau masa peka). Dengan itu begitu pentingnya dan sangat mempengaruhi anak dimasa mendatang.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan memotivasi diri sendiri dan untuk bertahan menghadapi frustrasi, mengatur suasana hati dan menjaga agar bebas dari stres, mengandalkan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan serta tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berdoa dan berempati. Unsur kemampuan anak yang berkaitan erat dengan kecerdasan emosionalnya seperti memiliki perasaan kendali dan penguasaan seseorang terhadap tubuh dunia dan perilaku, memiliki perasaan rasa ingin tahu bahwa menyelidiki sesuatu itu bersifat positif dan menimbulkan kesenangan, memiliki kemampuan kendali diri untuk menyesuaikan dan mengendalikan tindakan dengan pola yang sesuai usia anak suatu rasa kendali batiniah. Memiliki kemampuan kooperatif untuk menyeimbangkan kebutuhannya sendiri dengan kebutuhan orang lain serta orang dewasa, memiliki kemampuan keterkaitan untuk melibatkan diri dengan orang lain berdasarkan pada perasaan masing-masing saling memahami, dan memiliki keyakinan serta kemampuan verbal (kecakapan berkomunikasi) untuk bertukar gagasan dan konsep dengan orang lain serta perasaannya.

Perkembangan emosional juga merupakan sebuah sekumpulan interaksi yang kompleks diantara faktor obyektik dan subyektif, yang diturunkan dari sistem hormonal. Dengan hal itu emosi dapat membangkitkan perasaan, proses kognitif seperti dampak persepsi yang relevan secara emosional, menciptakan sebuah penyesuaian diri secara lebih luas terhadap suatu kondisi yang dapat membangkitkan, jug berpengaruh terhadap suatu perilaku seperti ekspresif, tujuan langsung dan adaktif dan juga emosi dapat meningkatkan suatu pengalaman afektif seperti dapat membangkitkan perasaan.<sup>2</sup>

Mengingat ada banyaknya bukti mengenai akan pentingnya sebuah pendidikan untuk anak usia dini maka anak perlu diberikan dorongan-dorongan, rangsangan-rangsangan dan dukungan berupa program kegiatan yang bermanfaat, yang menyegarkan serta terencana. Peran pendidik (guru, orang tua dan orang dewasa) sangat dibutuhkan dalam upaya mengembangkan potensi anak. Berhasil atau tidak pembelajaran tersebut akan bergantung pada anak dalam menerima pembelajarannya, anak akan tumbuh dalam ketangkasan dan kemampuan menggunakan intelektualnya, menguasai dan mengembangkan emosinya serta kesanggupannya untuk kerja sama dan bergaul dengan temannya serta orang lain dan lingkungan sekitar. Dengan hal itu anak perlu melakukan suatu pendekatan pembelajaran dari seorang pendidik atau guru, tidak hanya sadar akan tugasnya sebagai pendidik anak bangsa, akan tetapi juga harus tahu benar bahwa yang akan dihadapainya adalah seorang anak dengan segala sifat serta keunikan anak

---

<sup>1</sup> Martinis Yamin dan Jamiliah abri Sanan, Panduan Pendidikan Anak Usia Dini, (Jakarta: Gaung Persada Press, 2010), hlm.1

<sup>2</sup> Robert Plutchik, The Psychology and Biology of Emotion (New York: Harper Collins Cllegee Publication, 1995), hlm.5

usia dini (1-6 tahun). Sebuah konsep tentang anak ini hendaknya dapat menjadi panutan bagi guru dalam melakukan tugasnya di taman kanak-kanak.<sup>3</sup>

Masa usia dini yaitu dimana dalam masa tersebut membentuk untuk dasar-dasar kepribadian seseorang anak yang kelak akan menjadi karakter di masa dewasanya. Di dalam sebuah penelitian *Neurocence* menyatakan bahwa "suatu kemampuan seseorang 50% telah mencapai ketika anak berusia 4 tahun, 30% pada usia 8 tahun, 20% akan dicapai dalam usia 17-18 tahun. Berdasarkan dari tinjauan aspek didaktis psikologi memiliki tujuan pendidikan anak usia dini yaitu dapat menumbuhkan kembangkan pengetahuan, keterampilan dan etika agar mampu menolong diri sendiri (*self help*), yaitu bertanggung jawab dan mandiri terhadap diri sendiri seperti mampu menjaga dan merawat kondisi fisik, mampu membangun hubungan dengan orang lain dan mengendalikan emosi.

Wilayah kecerdasan emosional merupakan hubungan pribadi antar pribadi. Kecerdasan emosi juga bertanggung jawab terhadap harga diri sendiri, kepekaan sosial dan kesadaran diri serta akan kemampuan adaptasi sosial. Jika suatu kepekaan emosional tinggi, maka otomatis anak akan mampu memahami berbagai perasaan yang muncul serta dapat mengenali jati diri sendiri.

Dengan menjaga jalur-jalur supaya komunikasi tetap terbuka lebar antara penyesuaian diri, kendali diri, dan rasa empati. Kecerdasan emosional sangat berperan penting dalam lingkungan, masyarakat, keluarga maupun kehidupan spiritual serta pengalaman romantis.<sup>4</sup> Kecerdasan spiritual disandarkan pada hati, maka hati anak pada masa kecil akan mengerti bahwa kebajikan serta kecerdasan dapat menjadikan sesuatu yang berakhir menyenangkan. Kecerdasan spiritual juga merupakan pemikiran yang terilhami sehingga dapat memahami apa yang terkandung dalam "spiritual". Kecerdasan spiritual juga dapat pula terbentuk sempurna seiring dengan kecerdasan emosional.<sup>5</sup>

Sedangkan kecerdasan emosional itu merupakan sebagai suatu bentuk kemampuan yang dimiliki seorang anak sehingga dapat mengenal diri sendiri serta orang lain dan dapat pula menempatkan diri pada situasi orang lain juga lingkungan proposional. Dengan itu seseorang anak yang memiliki kecerdasan emosional dapat dilihat dari kemampuan mengenal dirinya sendiri, serta dapat mengendalikan diri atau memotivasi diri, mengontrol emosi, mempunyai rasa empati atau memperlihatkan perhatian dan menyesuaikan diri.

Sehingga Pentingnya bagi para pendidik yang berada di lingkungan ranah keluarga, lembaga atau dalam masyarakat untuk mengetahui akan bagaimana proses perkembangan yang terjadi dalam keluarga, terutama pada anak usia dini (1-6 tahun). Untuk itu agar anak dapat memilah sikap atau tindakan agar dapat menstimulasi perkembangan emosional dan seluruh aspek perkembangan anak usia dini.

Fungsi orang tua yaitu adalah untuk mengasuh anak dengan baik, seperti contoh guru kepada peserta didiknya. Orang tua yang berbeda dapat menggunakan teknik pengasuhan yang berbeda pula kepada anak-anaknya. Teknik pengasuhan orang tua tergantung pada standar masyarakat dan budaya, dalam situasi dan perilaku anak-anak pada waktu tersebut.<sup>6</sup> Betapa besar suatu pengaruh dalam lingkungan pada perkembangan kecerdasan anak, oleh sebab itu, hendaklah pendidik atau orang tua memperhatikan siapa orang-orang yang berada di lingkungan anak. Interpretasi terhadap penataan di lingkungan sosial internal memiliki tujuan menyingkapi suatu nilai-nilai yang diapresiasi anak dalam menerima bantuan guru atau orang tuanya untuk memiliki dan mengembangkan dasar-dasar disiplin diri.<sup>7</sup>

<sup>3</sup> Montolalu, dkk, *Bermain dan Permainan Anak*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2009), hlm.93

<sup>4</sup> Jeanne Segal, *Melejitkan Kepekaan Emosional*, (Bandung: Mizan Media Utama, 1997), hlm.26-27

<sup>5</sup> Marsyah, *What We Can Learn From the Early Awakening Child*, Terjemahan: Soesanto Budidarmo, *Kecerdasan Spritual: Anak yang Mempunyai Kesadaran Dini*, ( Elex Media Komputindo, 2001), hlm.201

<sup>6</sup> Sudarwan Danim, *Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm.55

<sup>7</sup> Moh. Shochib, *Pola Asuh Orang Tua Dalam Membantu Anak Mengembangkan Disiplin Diri Sebagai Pribadi yang Berkarakter*, ( Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm.73

## Pembahasan

### A. Pengertian Kecerdasan Emosional

Dalam hal ini kecerdasan menyangkut kemampuan menyelesaikan masalah yang merupakan kemampuan umum pada mental individu yang terlihat dalam caranya bertindak dan melakukan suatu pekerjaan. Kecerdasan juga biasanya dapat ditunjukkan melalui kecepatan, ketepatan dan keberhasilan dalam berbuat atau memecahkan suatu masalah yang dihadapi. Kecerdasan emosional termasuk dalam kecerdasan personal yang merupakan bagian dari kecerdasan majemuk. Kecerdasan personal dapat meliputi kecerdasan intrapersonal dan interpersonal. Dimana Goleman mengembangkan kecerdasan emosional (*Emotional Intelligence*) atau EL yang menitik beratkan pada kecerdasan pribadi (*Personal Intelligence*).<sup>8</sup>

Emosi sebagai aspek psikologis individu menjadi dasar dalam memahami kecerdasan emosi secara lengkap, sebagaimana emosi juga dapat meningkatkan prestasi, kinerja atau menggapai kesuksesan dalam hidup serta dapat dikelola menjadi emosi yang cerdas. Dalam hal ini memahami emosi merupakan langkah awal untuk memahami hakikat kecerdasan emosional. Sedangkan untuk memahami emosi ada salah satu penjelasan pengertian tentang emosi. Emosi merupakan suatu keadaan yang terangsang dari organisme, perubahan yang disadari, sifatnya yang mendalam, serta perubahan perilaku.<sup>9</sup>

Emosi juga merujuk pada suatu perasaan dan pikiran khasnya seperti suatu keadaan biologis dan psikologis serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak.<sup>10</sup> Jadi timbulnya emosi merupakan stimulus eksternal, seperti kecemasan merupakan reaksi emosi dikarenakan sesuatu yang terjadi diluar harapan individu, dimana justru menimbulkan masalah baru untuk dirinya sendiri. Kecerdasan yang memungkinkan manusia untuk berpikir rasionalis, rasional dan taat asas yaitu dinamakan kecerdasan intelektual. Sementara itu, kecerdasan lain yang memungkinkan manusia berpikir asosiatif, yang terbentuk dengan kebiasaan serta kemampuan mengenali pola emosi, dinamakan kecerdasan emosional.<sup>11</sup>

Emosi pada dasarnya suatu yang kompleks karena sulit untuk dijelaskan namun demikian, saat emosi terjadi sesungguhnya terdapat komponen emosi yang dapat dijelaskan yaitu meliputi : ekspresi wajah, respon tubuh internal terutama yang melibatkan sistem saraf otonomik, reaksi terhadap emosi, serta keyakinan atau penilaian kognitif bahwa telah terjadi keadaan positif atau negatif tertentu.<sup>12</sup> Sebagian perubahan dalam fisiologis yang terjadi selama rangsangan emosional muncul akibat aktivasi cabang simpatif dari sistem saraf otonomik yaitu untuk mempersiapkan tubuh melakukan tindakan darurat. Sebab, kerja emosi sangat berkaitan dengan otak tertentu yaitu sistem limbik. Dalam sistem limbik terdapat amigada yang merupakan spesialis dalam masalah-masalah emosional.<sup>13</sup>

Jadi dari penjelasan diatas dapat disimpulkan kecerdasan emosional bukan sesuatu yang ada atau tidaknya ketika anak baru dilahirkan, kecerdasan emosional harus diajarkan dan dibina selama tahap pendewasaan seorang anak dikarenakan jika hal tersebut dibiarkan tanpa diajarkan, kemungkinan anak berkelakuan dengan cara-cara yang tidak dapat diterima oleh masyarakat. Dalam hal ini kecerdasan emosional juga meliputi kemampuan menerima, memahami, mengelola emosi, mengekspresikan dan mampu memberikan kontribusi dalam menghadapi kejadian-kejadian dalam kehidupan kelak dikemudian hari. Pada akhirnya, dengan memiliki kemampuan seharusnya

<sup>8</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, (Jakarta: Gramedia, 2003) hlm. 57

<sup>9</sup> Chaplin, J.P, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terjemahan Kartini Kartono, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011), hlm. 163

<sup>10</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, Terjemahan T.Hermaya, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003), hlm. 410

<sup>11</sup> Dana Zohar dan Ian Marshall, *Spiritual Intelligence: The Ultimate Intelligence*, (London: Bloomsbury Publishing, 2000), hlm.6

<sup>12</sup> Rita L. Atkinson, *Pengantar Psikologi*, (Batam: Interaksara, 1987), hlm. 87

<sup>13</sup> *Ibid.*, hlm.89

kecerdasan emosional kelak anak akan menghasilkan persahabatan yang berkualitas kesehatan mental dan fisik, serta kesuksesan dunia kerja maupun disekolah.

## B. Perkembangan Emosi Anak Usia Dini

### 1. Pengertian Anak Usia Dini

Ditinjau dari sisi usia kronologis, anak usia dini merupakan suatu kelompok anak yang berada direntang usia 0-8 tahun menurut kesepakatan UNESCO, serta pada pandangan umum anak diartikan juga sebagai seseorang baik perempuan maupun laki-laki yang belum mencapai umur dewasa. Secara normatif, anak diartikan seseorang yang memiliki umur dari lahir sampai usia enam tahun.<sup>14</sup>

Dari hal diatas, diketahui perbedaan rentang usia antara UNISCO dan Undang-Undang Republik Indonesia tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional diatas yaitu terletak pada prinsip perkembangan dan pertumbuhan anak, dimana pada usia 6-8 tahun merupakan usia transisi dari masa anak-anak yang masih memerlukan bantuan ( dependen) kemasa anak-anak yang mulai mampu mandiri ( independen), baik dari segi fisik, sosial, mental, emosional maupun intelektual. Oleh sebab itu, UNISCO menetapkan bahwa rentang usia pada anak 0-8 tahun berada pada jalur PAUD. Sedangkan dalam UUD RI nomor 20 tahun 2003 tentang sisdiknas yang sudah dijelaskan diatas khususnya pasal 1 ayat 14 dikatakan bahwa anak usia dini merupakan anak yang berada pada rentang usia lahir sampai 6 tahun, sehingga diindonesia anak yang telah memiliki usia diatas 6 tahun sudah berada pada jalur pendidikan dasar.

Dilihat aspek perkembangan ilmu psikologis anak usia dini berada pada masa keemasan sepanjang usia perkembangan anak. Usia keemasan adalah masa yang disebut oleh montessori dengan *sensitive periode* dimana anak mulai peka untuk menerima berbagai stimulasi dan bermacam upaya pendidikan dari lingkungannya baik disengaja maupun tidak disengaja.<sup>15</sup> Sedangkan berdasarkan aspek pedagogis, masa usia dini merupakan masa peletak dasar dan pondasi awal bagi perkembangan dan pertumbuhan selanjutnya. Agar pertumbuhan dan perkembangan bisa tercapai secara optimal, maka hal itu dibutuhkan situasi maupun kondisi yang kondusif saat memberikan stimulasi dan upaya-upaya pendidikan sesuai dengan kebutuhan anak.

### 2. Perkembangan Emosional Anak Usia Dini

Emosi merupakan suatu keadaan yang kompleks, dapat berupa perasaan ataupun getaran jiwa yang ditandai dengan perubahan biologis yang muncul menyertai terjadinya suatu perilaku. Dalam aspek emosional melibatkan tiga variabel, yaitu variabel organismik, variabel stimulus dan variabel respons. Serta juga dalam peranan emosi dan fungsi pada perkembangan anak adalah: 1) sebagai bentuk kepribadian dan penilaian anak terhadap dirinya; 2) sebagai upaya pengembangan diri; 3) sebagai bentuk komunikasi dengan lingkungannya; 4) sebagai bentuk tingkah laku yang dapat diterima lingkungannya; 5) sebagai bentuk kebiasaan.<sup>16</sup>

Bentuk reaksi emosi pada anak akan tampak pada amarah yang muncul, rasa malu cemas atau khawatir, gembira, ekspresi rasa takut, rasa ingin tahu yang kuat, rasa malu, cemburu, iri hati, senang, sedih dan kasih sayang. Pada gambaran umum bentuk atau pola hubungan emosi terhadap kehidupan seorang anak yaitu; yang pertama, emosi mewarnai pandangan anak terhadap dimensi kehidupan. Persepsi tentang rasa takut, bahagia, malu, ingin tahu, agresif dan lain-lain akan mengikuti pola tertentu sesuai pola yang berkembang dalam kelompok sosial dan kehidupannya. Kedua, interaksi sosial. Melalui emosi anak akan belajar cara mengubah perilaku agar dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan dan ukuran sosial. Ketiga, reaksi emosional jika diulang-ulang akan dapat berkembang menjadi suatu kebiasaan.<sup>17</sup> Perkembangan emosi juga tidak selamanya stabil karena banyak faktor yang mempengaruhi baik faktor berasal dari internal maupun eksternal juga baik pengaruhnya secara dominan maupun terbatas. Adapun faktor yang

<sup>14</sup> Pasal 1 ayat 14 Undang-Undang No.23 tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

<sup>15</sup> Elizabeth Hainstock, Metode Pengajaran Montessori Untuk Anak Prasekolah, (Jakarta: Pustaka The Laprasta, 1999), hlm.10

<sup>16</sup> Maurice J. Elias, Academic And Social Emotional Learning, [www.ibe.unesco.org](http://www.ibe.unesco.org), hlm. 45

<sup>17</sup> Samsu Yusuf, Psikologi Perkembangan Anak & Remaja, (Bandung: Rosda Karya, 2002), hlm.122

mempengaruhi perkembangan emosi anak usia dini meliputi; konflik-konflik dalam proses perkembangan, sebab-sebab yang bersumber dari lingkungan, keadaan di dalam diri individu.<sup>18</sup>

Secara khususnya dalam perubahan emosi berakibat pada perilaku tertentu diantaranya adalah memperkuat semangat, jika orang merasa senang atau puas atas hasil yang dicapai dan melemahkan semangat jika timbul rasa kecewa karena kegagalan dan sebagai puncak dari keadaan ini adalah timbulnya rasa butus asa atau frustrasi, menghambat atau menghambat konsentrasi belajar, apabila sedang mengalami ketegangan emosi dan bisa juga menimbulkan sikap gugup dan gagap dalam berbicara, jika terjadi rasa cemburu dan iri hati suasana emosional yang diterima dan dialami individu semasa kecilnya akan mempengaruhi sikapnya dikemudian hari baik kepada dirinya sendiri maupun orang lain serta dapat mengganggu penyesuaian sosial.<sup>19</sup>

Ada beberapa ciri khas emosi yang dimiliki anak-anak diantaranya adalah emosi yang kuat, emosi bersifat sementara, emosi seringkali tampak, emosi berubah kekuatannya, reaksi mencerminkan individualitas dan emosi dapat diketahui melalui gejala perilaku.<sup>20</sup>

### **3. Fungsi Emosi Pada Anak Usia Dini**

Pertama, perilaku emosi anak yang ditampilkan merupakan sumber penilaian lingkungan sosial terhadap dirinya. Dari penilaian lingkungan sosial ini akan menjadi bentuk dasar individu dalam menilai dirinya sendiri. Seperti contohnya: ketika seorang anak yang sering mengekspresikan ketidaknyamanannya dengan menangis, lingkungan sosialnya akan menilai sebagai anak yang cengeng. Kedua, emosi dapat mempengaruhi iklim psikologis lingkungan dalam artian jika ada yang ditampilkan dapat menampilkan iklim psikologis lingkungan seperti jika ada seorang anak yang pemarah dalam suatu kelompok maka dapat mempengaruhi kondisi psikologis lingkungannya saat itu. Ketiga, emosi yang menyenangkan atau tidak menyenangkan dapat mempengaruhi interaksi sosial anak melalui reaksi-reaksi yang ditampilkan lingkungannya. Melalui reaksi tersebut lingkungan sosial anak dapat belajar untuk membentuk tingkah laku emosi yang dapat diterima lingkungannya. Seperti, jika anak melemparkan mainannya saat marah, reaksi yang muncul dari lingkungannya adalah kurang menyukai atau menolaknya. Empat, ketegangan emosi yang dimiliki anak usia dini dapat menghambat atau mengganggu aktivitas motorik dan mental anak. Seorang anak yang mengalami ketakutan atau stress menghadapi situasi, dapat menghambat anak tersebut untuk melakukan aktivitasnya. Contohnya, seorang anak akan menolak bermain kreasi dengan cat poster karena takut akan mengotori bajunya dan dimarahi orang tua. Kegiatan kreasi dengan cat poster tersebut sangat baik untuk melatih motorik halus dan indra perabaannya. Kelima, tingkah laku yang sama dan ditampilkan secara berulang dapat berubah menjadi suatu kebiasaan. dalam artian jika seorang anak yang ramah dan suka menolong merasa senang dengan perilakunya tersebut otomatis lingkungan pun menyukainya maka anak akan melakukan perbuatan tersebut secara berulang-ulang hingga akhirnya menjadi suatu kebiasaan.<sup>21</sup>

### **4. Karakteristik Perkembangan Emosional Pada Anak Usia Dini**

Uraian mengenai karakteristik perkembangan emosi anak usia dini memberi gambaran yang lebih utuh tentang karakter emosi anak yang menyatakan bahwa karakter emosi anak usia dini sangat kuat pada usia 2,5 sampai 3,5 tahun dan 5,5 sampai 6,5 tahun. Ada beberapa ciri utama reaksi emosi pada anak usia dini yaitu: a) reaksi emosi seringkali muncul pada setiap peristiwa dengan cara yang diinginkannya. Anak dapat bereaksi emosi kapan saja mereka menginginkannya. Terkadang tiba-tiba anak menangis saat bosan atau karena suatu kondisi yang tidak jelas, semakin bertambahnya usia anak kematangan emosi anak semakin bertambah pula sehingga mereka mampu mengontrol dan memilih reaksi emosi yang dapat diterima lingkungan. b) 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. c) reaksi bersifat individual,

---

<sup>18</sup> Robert E. Slavin, *Educational Psychology, Theory And Practice*, (Boston: Allyn And Bacon, 1994), hlm.195

<sup>19</sup> Ibid, hlm.334

<sup>20</sup> Elizabeth B. Hurlock, *op.cit.*, hlm.216

<sup>21</sup> R. Mas Har, *Emosi Anak Usia Dini*, (Jakarta: Kencana, 2015), hlm.43

artinya meskipun peristiwa pencetus emosi sama namun reaksi emosinya dapat berbeda beda hal ini terkait dengan berbagai faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi terutama pengalaman dari lingkungan yang dialami anak. d) reaksi emosi anak mudah berubah dari satu kondisi ke kondisi lain. Bagi seorang anak sangat mungkin ketika selesai menangis akan langsung tertawa keras melihat kejadian yang menurutnya lucu. Dalam reaksi ini menunjukkan spontanitas pada diri anak dan menunjukkan kondisi asli dimana anak sangat terbuka dengan pengalaman-pengalam hatinya. e) keadaan emosi anak usia dini dapat dikenali melalui gejala tingkah laku yang ditampilkan. Anak-anak seringkali mengalami kesulitan-kesulitan dalam mengungkapkan emosi secara verbal. Kondisi emosi yang dialami anak lenih mudah dikenali dari tingkah laku yang ditunjukkan. <sup>22</sup>

Karakter emosi pada anak sangat berbeda dengan karakteristik yang terjadi pada orang dewasa, dimana karakteristik emosi pada anak itu dapat berupa: berlangsung singkat dan berakhir tiba-tiba, bersifat sementara atau dangkal, dapat diketahui dengan jelas dari tingkah lakunya, reaksi mencerminkan individualitas, lebih sering terjadi dan terlihat lebih hebat atau kuat emosi memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan anak usia dini, baik usia pada prasekolah maupun pada tahap-tahap perkembangan selanjutnya, karena memiliki pengaruh terhadap perilaku anak. terdapat beberapa hal penting dalam perkembangan emosional anak usia dini yang perlu dipahami yaitu seperti: usia berpengaruh pada perbedaan perkembangan emosi, menunjukkan emosi yang kompleks, bahasa tubuh, perubahan ekspresi wajah terhadap emosi, representasi simbolik, suara dan kata, perubahan usia dalam regulasi emosi, pengetahuan emosi, tahap-tahap perkembangan emosional, ikatan emosional dengan yang lain dan respon pada perasaan lainnya. Dapat disebutkan bahwa anak memiliki kebutuhan emosional, seperti ingin dicintai, dihargai, rasa aman, merasa kompeten dan mengoptimalkan kompetensinya.<sup>23</sup>

## 5. Jenis Permasalahan Emosi Pada Anak Usia Dini

Dalam perkembangannya, kita akan menemukan berbagai macam permasalahan emosi yang sering muncul disekeliling kita. Banyak faktor yang menentukan munculnya permasalahan emosi pada anak yang paling utama adalah peranan keluarga. Pada dasarnya pondasi 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 untuk memiliki emosi yang sehat. <sup>24</sup> Berikut jenis-jenis permasalahan emosi yang sering terjadi pada anak usia dini yaitu:

### **Kekurangan afektif**

Afektif dapat meliputi dalam perasaan kasih sayang, rasa kehangatan, dan persahabatan yang ditunjukkan pada orang lain. Setiap orang mempunyai kebutuhan untuk memberi dan menerima afektif tersebut kurangnya afektif bisa dapat mengganggu penyesuaian diri dan perkembangan sosial anak. akan tetapi, bukan berarti afektif yang berlebihan akan lebih baik. Individu yang terlalu banyak mendapatkan afektif pun akan kesulitan dalam penyesuaian diri. Karena pelimpahan afektif yang berlebihan justru menghalangi anak belajar mengekspresikan afektif kepada orang lain.

### **Anxiety (Cemas)**

Merupakan rasa takut sesuatu tanpa sebab yang jelas yang sering kali berlangsung lama. Biasanya rasa takut ini juga disertai oleh kegelisahan dan dugaan akan terjadinya hal buruk seperti kematian, kecelakaan, dan sebagainya. Pada anak, rasa cemas biasanya terjadi saat anak berusia sekitar 3 tahun, bentuknya bisa berupa seperti cemas, kehilangan kasih sayang orang tua, cemas akan mengalami rasa sakit, cemas karena merasa berbeda dengan orang lain atau mengalami kejadian yang tidak menyenangkan. Adapun upaya yang dapat anak yang dilakukan seorang guru maupun orang tua untuk menangani anak yang mengalami cemas dapat melakukan seperti hal-hal berikut: a)

---

<sup>22</sup> H. Khairi, Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini Dari 0-6 tahun, (Jurnal Warna, 2(2). Retrieved From <https://ejournal.iaiiig.ac.id/index.php/warna/article/view/87> .

<sup>23</sup> Femmi Nurmalita Sari, Perkembangan Sosial Emosi Pada Anak Usia Prasekolah, (Bulletin Psikologi, 23(1),2015), hlm.106

<sup>24</sup> Ali Nugraha, Dkk, Metode Pengembangan Sosial Emosional, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2005), hlm. 10

menentramkannya, anak cemas butuh ditrentamkan oleh orang dewasa yang tenang. Sebab orang tua harus tetap tenang bila anak mengalami gelisah, menangis, rewel, pucat atau panik. b) tidak mendesak anak untuk memberikan penjelasan. Karena hal itu sering kali akan membuat anak merasa tidak dimengerti. c) mencoba untuk mengalihkan perhatian anak dari hal-hal yang membuatnya cemas. d) melakukan hal-hal yang menyenangkan seperti mendengarkan musik, menggambar, atau membaca ketika merasa cemas. e) membiasakan anak mengekspresikan perasaannya melalui permainan atau bercerita. f) meminta bantuan ahli bila kecemasan berlarut larut.

### **Hipersensitivitas**

Merupakan kepekaan emosional yang berlebihan dan cukup sering dijumpai pada anak-anak. anak dapat dikatakan hipersensitif bila anak tersebut mudah sekali merasa sakit hati dan menunjukkan respon yang berlebihan terhadap perhatian orang lain dan juga bersikap. Anak yang hipersensitif biasanya tidak bisa menerima komentar, penilaian, dan kritik orang lain tanpa rasa sakit hati. Penyebab tumbuhnya sikap hipersensitif diantaranya karena merasah dirinya kurang dan tidak sama dengan orang lain juga anak merasa dirinya tidak semenarik, sependai, atau yang sepopuler anak-anak lain.

### **Fobia**

Merupakan perasaan takut yang irasional terhadap suatu objek yang sebenarnya tidak berbahaya atau menyeramkan. fobia merupakan suatu gangguan psikologis yang perlu diatasi, terutama bila intensitasnya sangat kuat sehingga dapat mengganggu kelancaran kehidupan sehari-hari. fobia terdiri aspek emosi dan tingkah laku. Jadi dapat dikatakan penderita fobia biasanya merasakan rasa takut yang amat sangat terhadap suatu objek, kemudian menjerit, mengunci diri dikamar, menampilkan tingkah laku ketakutan, atau berlari.<sup>25</sup> Ada beberapa faktor yang menyebabkan permasalahan emosi yaitu, sebagai berikut: a) latar belakang keluarga yang kasar, dimana dalam kebiasaan kehidupan dalam keluarga tersebut selalu menggunakan cara-cara kasar dalam menyelesaikan masalah, seperti mencaci, menendang, berkelahi, memukul, dan lain sebagainya. b) orang dewasa yang belum dewasa dan memiliki kematangan yang cukup untuk melakukan pengasuhan anak. c) kekerasan tertolak secara fisik atau emosional oleh pilihan orang tua, anak yang tidak diinginkan biasanya merasakan hal ini. d) kehilangan terlalu dini untuk merasakan kedekatan dengan orang yang disayangi, misalnya perceraian orang tua atau menjadi yatim piatu sejak kecil dan tidak memiliki orang tua pengganti yang mengasihkannya. e) cacat fisik atau memiliki bentuk fostur tubuh yang berbeda dimana dengan anak yang lain dan hal ini jika tidak ditangani dengan baik maka akan dapat terjadi gangguan emosional. f) situasi baru dimana anak belum siap dalam akan menghadapi dan tidak menemukan pasangan yang cocok untuk menemaninya atau menerimanya. g) pendapat gertakan, gangguan dan ketidakramahan dari anak yang lain. h) memiliki perasaan cemburu yang berlebihan dan tidak ditangani dengan baik, tatkala anak mendapatkan adik baru dan merasakan kehilangan kasih sayang dan perhatian dari orang tuanya. i) orang tua yang tidak mampu mencintai anaknya, disebabkan oleh juga mereka tidak pernah merasakan kasih sayang juga sejak mereka kecil.

### **Referensi**

- Atkinson, Rita L. 1987. Pengantar Psikologi. Batam: Interaksara.  
Danim, Sudarwan. 2013. Perkembangan Peserta Didik. Bandung: Alfabeta.  
Dkk, Ali Nugraha. 2005. Metode Pengembangan Sosial Emosional. Jakarta: Universitas Terbuka.  
Marsyah. 2001. 'What We Can Learn from the Early Awakening Child', Terjemahan: Soesanto Budidarmo, Kecerdasan Spritual: Belajar dari Anak yang Mempunyai Kesadaran Dini, Elex Media Komputindo.  
Elias, Maurice J. Academic And Social Emotional Learning, [www.ibe.unesco.org](http://www.ibe.unesco.org).  
Goleman, Daniel. 2003. Kecerdasan Emosional. Jakarta: Gramedia.

---

<sup>25</sup> *Ibid*, hlm.11



Hainstock, Elizabeth. 1999. Metode Pengajaran Montessori Untuk Anak Prasekolah. Jakarta: Pustaka The Laprasta.

Har, R. Mas. 2015. Emosi Anak Usia Dini. Jakarta: Kencana.

Hurlock, Elizabeth B. op.cit.

J.P. Chaplin. 2011. Kamus Lengkap Psikologi, Terjemahan Kartini Kartono. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Khairi, H. Karakteristik Prekembangan Anak Usia Dini Dari 0-6 tahun. Jurnal Warna, 2(2). Retrieved From <https://ejournal.iaiiig.ac.id/index.php/warna/article/view/87>.

Montolalu,dkk. 2009. Bermain dan Permaianan Anak. Jakarta : Universitas Terbuka.

Pasal 1 ayat 14 Undand-Undang No.23 tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Plutchik, Robert. 1994. The Psycology and Biology of emotion New York: Harper Collins Cllegee publication.

Sari, Femmi Nurmalita. 2015. Perkembangan Sosial Emosi Pada Anak Usia Prasekolah, Bulletin Psikologi, 23(1).

Segal, Jeanne. 1997. Melejitkan kepekaan Emosional. Bandung: Mizan Media utama.

Shochib, Moh. 2010. Pola Asuh Orang Tua Dalam Membantu Anak Mengembangkan Disiplin Diri Sebagai Pribadi yang Berkarakter. Jakarta: Rineka Cipta.

Slavin, Robert E. 1994. Educational Psccholaogy, Theory And Practice. Boston: Allyn And Bacon.

Yamin, Martinis & Sanan, Jamilah Sabri. 2010. Panduan Pendidikan Anak Usia Dini(PAUD). Jakarta : Gaung Persada Pres.

Yusuf, Samsu. 2002. Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. Bandung: Rosda Karya.

Zohar, Dana & Marshall Ian. 2000. Spiritual Intelligence: The Ultimate Intelligence. London: Bloomsbury Publishing.