

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seorang individu pada masa anak usia dini sedang menjalani proses perkembangan yang sangat pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak usia dini menurut *National Association For the Education of Young Children (NAEYC)* berada pada rentang usia 0-8 tahun. Pada rentang usia ini perkembangan manusia berada di masa keemasan (*golden age*), yaitu masa ketika pertumbuhan dan perkembangan terjadi sangat pesat yang menjadi fondasi kehidupannya di masa mendatang.¹ Dalam periode ini, anak mulai peka untuk menerima berbagai bentuk stimulasi dari lingkungannya baik yang disengaja maupun tidak disengaja. Stimulasi yang diberikan akan sangat berpengaruh terhadap seluruh aspek perkembangan anak.

Terdapat enam aspek perkembangan yang sangat penting pada masa *golden age* yaitu, perkembangan moral-agama, perkembangan fisik-motorik, perkembangan kognitif, perkembangan bahasa, dan perkembangan sosial-emosional. Perkembangan sosial-emosional anak melibatkan perubahan dalam emosi, kepribadian, dan hubungan individu dengan orang lain². Perkembangan sosial-emosi anak merupakan dua aspek yang berbeda tetapi tidak dapat dipisahkan satu sama lain karena perilaku sosial sangat erat hubungannya dengan perilaku emosi walaupun memiliki pola yang berbeda. Perilaku sosial seorang anak sangat dipengaruhi oleh kestabilan emosinya, begitu pula kemampuan emosionalnya akan terlihat dalam interaksi sosialnya.

Kestabilan emosi pada anak usia dini berkembang melalui latihan regulasi emosi yang konsisten. Regulasi emosi adalah kemampuan individu termasuk anak usia dini, untuk mengenali, memahami, mengekspresikan,

¹ Yuliani Nuraini, *Perspektif Baru Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, ed. revisi (Jakarta: Campustaka, 2019), h.6.

² John W. Santrock, *Children*, 15th ed. (New York: McGraw-Hill Education, 2021), h. 186-187.

dan mengelola emosi secara adaptif dalam berbagai situasi sosial dan lingkungan.³ Kemampuan ini mencakup proses internal dan eksternal yang memungkinkan anak mengarahkan respons emosionalnya agar sesuai dengan tuntutan sosial dan perkembangan. Keterampilan regulasi emosi pada masa kanak-kanak membentuk dasar kompetensi sosial-emosional anak di lingkungan sekolah. Kemampuan ini memfasilitasi anak membangun hubungan positif dengan guru dan teman sebaya, hal tersebut berperan dalam mencegah munculnya masalah perilaku dan meningkatkan prestasi akademik anak di sekolah. Kemampuan regulasi yang matang memungkinkan anak untuk menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan lingkungan sekolah secara fleksibel.

Regulasi emosi pada anak usia dini merupakan fondasi penting bagi perkembangan sosial dan akademik. Anak yang mampu mengelola emosinya lebih siap membangun interaksi sosial yang sehat, menunjukkan perilaku prososial, kesiapan akademik dan kesejahteraan psikologis jangka panjang.⁴ Keterampilan regulasi emosi anak yang baik berkontribusi pada kesejahteraan psikologis jangka panjang, karena anak lebih kuat secara emosional terhadap stres dan memiliki risiko lebih rendah terhadap gangguan mental di masa depan. Namun, data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui program Cek Kesehatan Gratis (CKG) menunjukkan bahwa sekitar 10 persen anak di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental.⁵ Dari sekitar 7 juta anak menjalani skrining, terdeteksi ratusan ribu anak usia sekolah dasar hingga remaja mengalami gejala kecemasan dan depresi. Data ini menegaskan bahwa kesulitan regulasi emosi sejak usia dini dapat berlanjut menjadi masalah kesehatan mental di usia sekolah.

³ Ellie M. Harrington, et al. "Emotion Regulation in Early Childhood: Implications for Socioemotional and Academic Components of School Readiness," *Emotion* 20, no. 1 (January 2020): 48–53 .

⁴ Katarina Nilfyr and Linda Plantin Ewe, *Thriving Children's Emotional Self-Regulation in Preschool: A Systematic Review Discussed from an Interactionist Perspective*, *Education Sciences* 15, no. 2 (2025): 137.

⁵ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "Alarm Kesehatan Mental Anak: CKG Temukan Ratusan Ribuan Anak Bergejala Cemas dan Depresi," Kementerian Kesehatan RI, 9 Maret 2026, diakses 12 April 2026, <https://www.kemkes.go.id/id/alarm-kesehatan-mental-anak-ckg-temukan-ratusan-ribu-anak-bergejala-cemas-dan-depresi>.

Kesulitan meregulasi emosi pada anak usia dini dimulai dari kesulitan melabeli emosi tertentu. Penelitian Hollender et al tahun 2023 menemukan bahwa kesulitan dalam pelabelan emosi di usia prasekolah dapat memprediksi masalah depresi di masa remaja.⁶ Kesulitan melabeli emosi di usia prasekolah bukan hanya masalah linguistik, tetapi juga berkaitan dengan mekanisme regulasi emosi. Anak yang tidak mampu mengidentifikasi dan memberi nama pada perasaannya, sering kali kesulitan dalam mengenali dan membedakan perasaan yang dialami, sehingga ekspresi emosinya muncul secara berlebihan atau tidak sesuai dengan konteks. Ketidakmampuan mengendalikan emosi dapat terlihat dalam bentuk tantrum, menangis berkepanjangan atau perilaku agresif ketika menghadapi frustrasi.

Permasalahan regulasi emosi tidak hanya ditentukan oleh faktor kemampuan individu, tetapi juga oleh lingkungan dan orang dewasa. Di lingkungan keluarga orang tua menjadi figur utama yang memberikan contoh dan membentuk pemahaman anak tentang emosi.⁷ Interaksi sehari-hari yang dibangun orang tua bersama anak, melalui percakapan dan bermain bersama menjadikan pengalaman berharga untuk perkembangan emosi anak. Cara orang tua dalam mengekspresikan marah, sedih, atau bahagia menjadi model nyata bagi anak untuk mengenali, memahami dan mengelola berbagai jenis emosi. Melalui dukungan, penerimaan dan respons yang hangat anak belajar mengungkapkan emosi tanpa harus dihakimi. Dengan demikian, keluarga berperan sebagai fondasi utama dalam pembentukan regulasi emosi yang dimiliki anak.

Penelitian yang dilakukan oleh Morris *et al* tahun 2017 yang mengulas tentang model tripartit yang menjelaskan bagaimana orang tua mempengaruhi regulasi anak melalui tiga mekanisme utama yaitu,

⁶ Allison E. Hollender et al., "Childhood Emotion Dysregulation Mediates the Relationship Between Preschool Emotion Labeling and Adolescent Depressive Symptoms", (2023, American Psychological Association).

⁷ Clara Boned-Fustel, et al. "State of the Art on the Influence of Parenting Style in Early Childhood Emotional Development," Discover Psychology 5 (2025).

modeling, praktik pengasuhan dan iklim emosional dalam keluarga.⁸ *Modeling* yaitu pengamatan anak terhadap cara orang tua meregulasi emosinya, praktik pengasuhan yang berkaitan dengan emosi seperti pelabelan dan validasi perasaan, dan iklim emosional dalam keluarga, termasuk kelekatan emosional, ekspresi afektif, serta gaya pengasuhan. Ketiga mekanisme ini saling terhubung dan membentuk dinamika pengasuhan yang mendukung atau justru menghambat proses internalisasi strategi regulasi emosi pada anak. Kualitas kehadiran dan interaksi orang tua menjadi faktor utama dalam membentuk kemampuan anak untuk mengenali, mengelola dan menginternalisasi regulasi emosi secara adaptif.

Beberapa penelitian juga menghubungkan pola asuh orang tua terhadap regulasi emosi yang dimiliki anak. Penelitian yang dilakukan oleh Shorer *et al* tahun 2019 menemukan bahwa *playfulness* orang tua, yaitu kemampuan orang tua untuk bersikap spontan, hangat, dan kreatif dalam interaksi sehari-hari dengan anak berkaitan positif dengan kemampuan regulasi emosi anak usia dini.⁹ Studi ini melibatkan 137 orang tua dan menunjukkan bahwa pengaruh *playfulness* terhadap regulasi emosi anak dimediasi oleh kedekatan hubungan orang tua-anak dan kesadaran emosional orang tua. Semakin tinggi tingkat *playfulness* orang tua, semakin dekat hubungan emosional dengan anak, semakin rendah konflik, dan semakin baik kemampuan anak dalam mengelola emosinya. Temuan ini menegaskan bahwa gaya pengasuhan yang hangat, fleksibel, dan penuh humor bukan hanya menciptakan suasana positif di rumah, tetapi juga menjadi sarana efektif dalam membentuk ketahanan emosional anak.

Namun, kenyataannya saat ini di mana ayah dan ibu sama-sama bekerja menjadi hal yang lumrah dalam keluarga *modern*. Tuntutan ekonomi, biaya hidup yang tinggi dan adanya perubahan pandangan mengenai peran gender juga mendorong ayah dan ibu berbagi peran secara aktif di dunia kerja. Fenomena ini berdampak pada pola pengasuhan anak,

⁸ Amanda S. Morris, *et al.* "The Impact of Parenting on Emotion Regulation During Childhood and Adolescence," *Child Development Perspectives* 11, no. 4 (2017): 1–6.

⁹ Maayan Shorer, *et al.* "Parental Playfulness and Children's Emotional Regulation: The Mediating Role of Parents' Emotional Regulation and the Parent-Child Relationship," *Early Child Development and Care* 189, no. 13 (2019): 1–11.

karena intensitas kebersamaan untuk berinteraksi, bermain dan mendampingi anak menjadi terbatas. Laporan *Global Working Parents Report* yang dirilis oleh *Remote* tahun 2024 menunjukkan bahwa jutaan orang tua di berbagai negara menghadapi tantangan dalam menyeimbangkan pekerjaan dan pengasuhan anak.¹⁰ Survei terhadap lebih dari 13.000 orang tua di 13 negara mengungkapkan bahwa kebijakan cuti orang tua dan fleksibilitas kerja sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan keluarga serta perkembangan anak. Oleh karena itu, keseimbangan antara pekerjaan dan keterlibatan orang tua dalam pengasuhan menjadi faktor krusial bagi perkembangan anak.

Fenomena serupa juga terjadi di Indonesia, banyak ibu bekerja di perkotaan menghadapi dilema antara mendampingi tumbuh kembang anak atau memenuhi tuntutan ekonomi keluarga. Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta mencatat bahwa pada tahun 2024, rata-rata perempuan yang bekerja sebagai tenaga profesional di wilayah ini mencapai 48,04%. Kota Administrasi Jakarta Utara mencatat persentase tertinggi sebesar 51,84%, diikuti oleh Jakarta Selatan (50,42%) dan Jakarta Timur (48,94%). Sementara itu, Jakarta Barat, Kepulauan Seribu, dan Jakarta Pusat masing-masing berada pada angka 47,99%, 46,79%, dan 42,07%.¹¹ Tingginya partisipasi kerja perempuan di wilayah Jakarta mengindikasikan bahwa banyak ibu menjalani peran ganda sebagai pekerja sekaligus ibu rumah tangga.

Data yang ditampilkan oleh Badan Pusat Statistik tahun 2024 menunjukkan peningkatan jumlah perempuan profesional yang memperkuat fenomena keterlibatan ganda orang tua di dunia kerja. Hal ini menyebabkan keluarga dengan kedua orang tua bekerja mengalami keterbatasan untuk mendampingi tumbuh kembang anak karena tuntutan ekonomi dan beban kerja. Penelitian yang dilakukan Husna dkk tahun 2023

¹⁰ Remote, *Global Working Parents Report* (2024), diakses 16 Januari , 2026, [Global Working Parents Report.pdf](#) .

¹¹ Badan Pusat Statistik, *Perempuan sebagai Tenaga Profesional*, 25 April 2025, diakses 16 Januari 2026, <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/NDY2IzI=/perempuan-sebagai-tenaga-profesional.html> .

yang menyoroti bagaimana pengasuhan anak pada keluarga dengan kedua orang tua bekerja.¹² Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga dengan kedua orang tua bekerja tetap dapat memberikan pengasuhan yang efektif apabila terdapat dukungan emosional, komunikasi yang konsisten, serta pembagian peran yang jelas dalam rumah tangga. Namun, tingginya partisipasi kerja orang tua, menimbulkan tantangan baru terkait keterbatasan waktu bersama anak, yang berpotensi memengaruhi kualitas interaksi dan perkembangan regulasi emosi anak usia dini. Kondisi ini menimbulkan urgensi untuk mengkaji sejauh mana hubungan intensitas kehadiran orang tua yang bekerja dengan pembentukan regulasi emosi anak.

Meskipun penelitian tentang hubungan orang tua dan regulasi emosi anak telah banyak dilakukan, hasilnya beragam karena perbedaan metodologi maupun sosial budaya. Penelitian sebelumnya lebih banyak meneliti tentang pola asuh dan peran salah satu orang tua dalam mempengaruhi regulasi emosi anak. Padahal dalam realitas keluarga *modern*, kehadiran ibu maupun ayah dalam pengasuhan sama-sama memiliki peran penting dalam membentuk iklim emosional keluarga dan menjadi model dalam pengelolaan emosi anak. Sehingga belum banyak kajian yang secara khusus meneliti bagaimana hubungan intensitas kehadiran orang tua dengan regulasi emosi anak usia 4-5 tahun dalam keluarga kedua orang tua bekerja. Oleh karena itu, diperlukan kajian lebih lanjut yang relevan dengan realitas keluarga di Indonesia saat ini.

Dimensi kehadiran orang tua, baik secara fisik maupun secara emosional, dalam situasi terbatas yaitu ketika kedua orang tua bekerja, menjadi faktor penting yang diduga memiliki hubungan dengan perkembangan regulasi emosi anak. Fenomena ini tampak jelas di TK Islam Al Azhar 13 Rawamangun, di mana banyak anak yang berasal dari keluarga dengan kedua orang tua bekerja dan memiliki kesulitan dalam mengelola

¹² Wabilia Husnah, Ifa Prasetya Novianafari, dan Siti 'Ilmawati Sholihat, *Pengasuhan Anak pada Keluarga dengan Orang Tua Bekerja: Studi Kasus Kabupaten Bekasi* (Jakarta: Badan Riset dan Inovasi Nasional; Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, 2023)

emosinya.¹³ Hasil observasi memperlihatkan bahwa banyak anak diantar dan dijemput oleh pengasuh, serta cerita yang disampaikan anak mengenai aktivitas bersama orang tua yang terbatas, hal ini menunjukkan bahwa banyak anak yang memiliki keluarga dengan kedua orang tua yang bekerja. Fenomena tersebut diperkuat dari data peserta didik memperlihatkan latar belakang keluarga dengan ayah dan ibu bekerja yang secara langsung memengaruhi intensitas kebersamaan anak dan orang tua di rumah karena waktu interaksi menjadi terbatas.

Selain itu, hasil observasi juga memperlihatkan bahwa beberapa anak masih kesulitan dalam mengelola emosinya, hal ini terlihat dalam aktivitas harian di sekolah seperti anak mudah tersinggung ketika mainannya diambil teman, langsung menangis ketika kalah dalam permainan sederhana, sulit menenangkan diri setelah konflik kecil dengan teman sebaya dan tidak sabaran ketika mengantre. Walaupun guru telah memberikan stimulasi secara konsisten seperti, melatih anak menunggu giliran dalam permainan, menggunakan media *puzzle* emosi untuk membantu anak mengenali dan melabeli perasaan, serta memberikan pertanyaan reflektif sederhana mengenai pengalaman emosional mereka, kemampuan regulasi emosi anak belum berkembang secara optimal. Maka dari itu berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: **“Hubungan Intensitas Kehadiran Orang Tua dengan Regulasi Emosi Anak Usia 4-5 Tahun pada Keluarga yang Kedua Orang Tua Bekerja di TK Islam Al Azhar 13 Rawamangun.”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan:

1. 10% anak di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental, yang mengindikasikan adanya permasalahan dalam regulasi emosi sejak usia dini.

¹³ Catatan Observasi, Kegiatan PKM, TK Islam Al Azhar 13 Rawamangun, September-November 2025.

2. Anak usia prasekolah kesulitan melabeli emosi yang dirasakan.
3. Orang tua bekerja mengalami kesulitan menyeimbangkan pekerjaan dan pengasuhan, yang berdampak pada keterlibatan dalam pengasuhan anak.
4. Partisipasi perempuan bekerja mencapai 48,04%, yang menandakan tingginya jumlah keluarga dengan kedua orang tua bekerja.
5. Keterbatasan waktu tetap menjadi tantangan utama dalam membangun interaksi yang berkualitas dengan anak.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan masalah-masalah yang telah diidentifikasi, agar penelitian lebih terfokus, peneliti membatasi kajian pada anak usia 4–5 tahun yang memiliki kedua orang tua bekerja *full time* dan diasuh oleh pengasuh. Analisis difokuskan pada intensitas kehadiran orang tua dalam pengasuhan di rumah, baik pada hari kerja (sebelum dan sesudah orang tua bekerja) maupun pada hari libur, serta bagaimana hubungan intensitas kehadiran orang tua dalam pengasuhan dengan regulasi emosi anak usia 4–5 tahun ketika di sekolah.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi serta pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara intensitas kehadiran orang tua dengan regulasi emosi anak usia 4–5 tahun pada keluarga yang kedua orang tuanya bekerja?”.

E. Tujuan Umum Penelitian

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas kehadiran orang tua dengan regulasi emosi anak usia 4–5 tahun pada keluarga yang kedua orang tuanya bekerja.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat secara teoritis dan praktis, yaitu:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian keilmuan di bidang pendidikan anak usia dini, khususnya terkait hubungan intensitas kehadiran orang tua dengan perkembangan regulasi emosi anak. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur yang relevan dalam konteks keluarga urban di Indonesia.

2. Secara Praktis

a. Bagi Orang Tua

Sebagai bahan refleksi atas pentingnya kehadiran orang tua dalam pengasuhan anak usia dini, serta sebagai panduan dalam membangun hubungan yang hangat dan responsif dengan anak.

b. Bagi Guru

Memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai pentingnya aspek emosional dalam perkembangan anak, serta mendorong terjalannya kerja sama kolaboratif dengan orang tua.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai rujukan awal untuk meneliti variabel serupa dengan pendekatan atau konteks yang berbeda.