BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Masalah

Periode anak usia dini adalah masa pada individu yang sedang mengalami proses perkembangan pesat dalam fase kehidupan. Aspek perkembangan emosional merupakan salah satu aspek perkembangan yang sangat penting bagi anak usia dini. Menurut Saarni, Mumme, dan Campos dalam Berk: A*n emotion, then, expresses your readiness to establish, maintain or change your relation to environment on a matter of importance to you*[1]*.* Pendapat tersebut menjelaskan bahwa emosi mengekspresikan kesiapan individu untuk membangun, mempertahankan atau mengubah hubungan dengan lingkungan tentang hal-hal terkait yang dianggap penting bagi individu. Dengan demikian, emosi memiliki peran yang penting dalam hubungan sosial antar individu dengan lingkungan sehingga tercipta hubungan yang baik.

Pada anak usia dini, berinteraksi dengan orang, di luar dirinya sendiri, merupakan suatu tantangan tersendiri. Saat anak berinteraksi dengan sesamanya, anak akan belajar menyampaikan, mengomunikasikan dan memvalidasi perasaan atau emosinya. Hal ini berkaitan dengan regulasi emosi pada individu. Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk menurunkan, menjaga atau meningkatkan dorongan emosi pada individu.[2] Emosi berpengaruh terhadap kognitif seseorang. Menurut Lewis, *the relationship between emotion and cognition is bidirectional a dynamic interplay already under way in early infancy.*[3] Jika diartikan yakni, hubungan antara emosi dan kognisi bersifat dua arah, yang merupakan suatu interaksi dinamis yang berlangsung dari awal masa bayi. Oleh karena itu, emosi mempengaruhi daya ingat seseorang.

Menurut Zuddas dalam Putri, regulasi emosi merupakan aspek penting dalam perkembangan sosial dan kognitif anak.[4] Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pentingnya menstimulasi anak untuk mengenali emosi dan

---

[1] Laura E.Berk, *Child Development Seventh Edition* (Boston: Pearson Education, Inc, 2006), h.396

[2] Kim-Spoon, J., Cicchetti, D., & Rogosch, F. A, *Child Development.* 2013 h. 84, 512–527.

[3] Berk, *Loc.Cit.*

[4] Christopora Intan Himawan Putri, “Pelatihan Regulasi Emosi Anak Usia Prasekolah”, Universitas Indonesia: Fakultas Psikologi, vol.6 Edisi2, Desember 2017 h.191

mengomunikasikannya secara tepat. Menurut Tanyel dalam Putri, orang dewasa memiliki peranan yang cukup besar di dalam emosi dan regulasi emosi.[5] Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa anak memerlukan keterlibatan orangtua dalam stimulasi regulasi emosi. Menurut Crespo, Tetrancosta dan Aikins dalam Putri, orangtua yang memiliki kesulitan di dalam meregulasi emosi, akan berpengaruh pada sulitnya anak dalam meregulasi diri serta permasalahan perilaku pada diri anak.[6] Artinya, orangtua yang masih memiliki hambatan dalam meregulasi emosi, memerlukan suatu usaha mencapai kestabilan emosi terlebih dahulu, sebelum membantu anak meregulasi emosinya, sehingga usaha meregulasi emosi anak dapat berjalan sesuai harapan.

Peraturan Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Nasional Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Lampiran I tentang perkembangan emosi anak pada usia 5-6 tahun menuliskan beberapa indikator pencapaian berkaitan dengan regulasi emosi yang merupakan gambaran ideal perkembangan emosi yang ditunjukkan oleh anak usia 5-6 tahun. Indikator tersebut diantaranya yaitu mengendalikan perasaan, menunjukkan rasa percaya diri, memiliki sikap gigih (tidak mudah menyerah), bangga terhadap hasil karya sendiri, menghargai keunggulan orang lain, menghargai orang lain dan menunjukkan rasa empati.[7]

Survei yang dilakukan oleh Dinda Septiani dan Itto Nesyia Nasution dalam jurnal Pengaruh Peran Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan terhadap Perkembangan Regulasi Emosi Anak menuliskan adanya hubungan antara perkembangan regulasi emosi anak dengan peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan yang masih tergolong rendah. Lamb dalam Septiani menyatakan persepsi tentang peran ayah yang terlibat dalam pengasuhan dapat berpengaruh terhadap keseluruhan perkembangan sosial, emosional, moral dan prestasi akademik anak.[8] Penelitian yang dilakukan oleh Gluecks (Hurlock, 2009), menemukan bahwa kenakalan remaja merupakan lanjutan dari perilaku asosial yang dimulai pada masa kanak-kanak. Pengasuhan orangtua khususnya ayah adalah aspek penting bagi perilaku moral anak. Anak yang mendapat pengasuhan

---

[5] Ibid
[6] Ibid
[7] Kemdikbud, (2014), Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, Jakarta: Kemdikbud, Lampiran I, h.62-63

[8] Dinda Septiani, Itto Nessya, "Perkembangan Regulasi Emosi Anak dilihat dari Peran Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan", Jurnal Psikologi, Vol. 1 No. 1 (Agustus, 2017), 25

yang baik akan lebih mudah menyesuaikan diri tehadap aturan, nilai dan norma yang berlaku dalam masyarakat. [9]

Hasil survei yang dilakukan Pratiwi dkk di provinsi Lampung pada TK di kelurahan Gedong Meneng dalam jurnal Pendekatan *Coaching* dan *Dismissing* Orangtua dengan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun menuliskan bahwa sebagian besar anak belum mampu mengenali emosi dirinya, seperti sulit mengendalikan diri dan menunjukkan reaksi mudah marah, berteriak, atau membentak. Anak belum mampu merespon emosi orang lain dengan baik, belum mampu menyesuaikan diri dengan keadaan tertentu, dan belum mampu menunjukkan emosi yang tenang. Selain itu ditemukan juga beberapa anak yang juga belum mampu menunjukkan sikap toleransi terhadap orang lain dan memaksakan kehendak terhadap temannya.[10] Selain hasil survei dari penelitian karya ilmiah, peneliti juga menemukan beberapa anak yang mengalami kesulitan meregulasi emosi pada anak kelompok B di sekolah tempat peneliti mengajar pada TK swasta di daerah Menteng, Jakarta Pusat. Peneliti melakukan observasi selama lebih dari satu bulan mulai dari 1 April sampai 23 Mei 2022. Berdasarkan hasil observasi tersebut peneliti menemukan anak dengan karakterisitik emosi yang mudah mengeluh, marah dan cenderung tidak mau mencoba lagi hal yang belum berhasil dan anak yang tiba-tiba menangis kejar dengan ekspresi kesal dan berkata-kata yang menunjukkan suatu kekesalan. Peneliti juga menemukan ciri-ciri perilaku anak seperti sering izin ke toilet setiap lima s.d. sepuluh menit sekali dan sering tersandung atau terjatuh saat berjalan.

Berdasarkan hasil observasi tersebut, kondisi ideal yang seharusnya ditemukan pada anak usia 5-6 tahun belum muncul. Keadaan yang demikian menjadi salah satu faktor diperlukannya suatu metode baru yang efektif dalam membantu anak meregulasi emosinya. Metode tersebut diharapkan dapat diterapkan oleh lingkungan terdekat anak. Media yang menarik dan menyenangkan serta dapat membantu secara efektif dikembangkan dalam menstimulasi regulasi.

Regulasi emosi menjadi faktor yang penting dalam interaksi anak dengan teman sebaya, orangtua, anggota keluarga, guru dan lingkungan terdekatnya. Pemberian stimulus yang tepat sangat penting untuk membantu proses regulasi

---

[9] Ibid., h.27

[10] Megita Nur Pratiwi, Ari Sofia dan Guan Fitria Anggraini, "Pendekatan *Coaching* dan *Dimissing* Orangtua dengan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun", FKIP Universitas Lampung. 2018. h.2-3

emosi pada anak. *Journal* atau dalam bahasa Indonesia dikenal dengan buku catatan harian merupakan sebuah salah satu media yang digunakan untuk mengekspresikan perasaan dalam bentuk tulisan. *Journaling* atau menulis jurnal harian merupakan salah satu hal yang dipilih oleh penulis dalam membantu stimulasi regulasi emosi anak. Berdasarkan Marcelina, *journaling* adalah kebiasaan mengisi buku harian atau jurnal yang digunakan untuk menumpahkan berbagai pikiran dan emosi yang dirasakan.[11] *Journaling* tidak hanya dilakukan oleh orang dewasa, namun dapat dilakukan oleh anak-anak. Manfaat *journaling* yaitu untuk membantu memfokuskan peristiwa atau masalah yang terjadi, merencanakan suatu hal, memberikan suasana yang menyenangkan, memaafkan kejadian yang mengecewakan dan lain-lain. Berdasarkan manfaat tersebut, kegiatan *journaling* dipilih menjadi kegiatan yang dapat membantu anak dalam meregulasi emosinya. Kegiatan *journaling* yang akan dilakukan, disesuaikan dengan kebutuhan anak melalui modifikasi media yang menarik dan menyenangkan bagi anak. Melalui media *journaling* diharapkan dapat membantu orangtua dalam menstimulasi regulasi emosi anak, sehingga anak mampu meregulasi emosinya secara stabil sesuai capaian indikator perkembangan anak, sebelum anak berelasi dengan teman sebayanya dalam lingkup yang lebih luas.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dapat diidentifikasikan masalah sebagai berikut:

1. Apakah media *Flipchart Journal* “Emoku” (Emosi Diriku) dapat menstimulasi regulasi emosi anak usia 5-6 tahun?
2. Bagaimana pengembangan media *Flipchart Journal “Emoku”* (Emosi Diriku) dalam menstimulasi regulasi emosi anak usia 5-6 tahun?
3. Bagaimana pengaruh media *Flipchart Journal “Emoku”* (Emosi Diriku) dalam menstimulasi regulasi emosi anak usia 5-6 tahun?

[11] Risky Nur Marcelina, *Kebiasaan Journaling untuk Kesehatan Mental,* 2021, (http://ners.unair.ac.id/site/index.php/news-fkp-unair/30-lihat/916-kebiasaan-journaling-untuk-kesehatan-mental), 18.31, h . 1. Diunduh tanggal 6 Maret 2022

C. Ruang Lingkup

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, ruang lingkup dalam pengembangan ini dibatasi pada pengembangan media *Flipchart Journal "Emoku"* (Emosi Diriku) berupa buku harian yang dikemas dalam bentuk media *flipchart.*

D. Fokus Pengembangan

Agar permasalahan dapat dikaji dengan lebih mendalam, berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan ruang lingkup masalah yang telah dikemukakan, maka penelitian ini berfokus pada bagaimana mengembangkan media *Flipchart Journal "Emoku"* (Emosi Diriku) untuk menstimulasi regulasi emosi anak usia 5-6 tahun.

E. Manfaat Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pendidikan sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi atau referensi ilmiah khususnya mengenai pengembangan media *Flipchart Journal "Emoku"* (Emosi Diriku) untuk menstimulasi regulasi emosi anak usia 5-6 tahun.

2. Manfaat praktis

a. Bagi anak

Pengembangan alat permainan ini diharapkan dapat meningkatkan dan menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun melalui media *Flipchart Journal "Emoku*" Emosi Diriku yang nantinya dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.

b. Bagi pendidik

Hasil pengembangan ini diharapkan dapat menjadi masukan atau ide bagi pendidik dalam penggunaan media pembelajaran *journaling* untuk menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun.

c. Bagi orangtua dan orang dewasa

Pengembangan media ini dapat menjadi sumber referensi bagi orangtua dan orang dewasa mengenai pentingnya menstimulasi kemampuan regulasi emosi sejak usia dini. Pengembangan media ini sebagai alat bantu bagi orangtua dan orang dewasa dalam langkah awal mengobservasi keadaan emosi yang dialami anak usia 5-6 tahun. Selain itu, media ini dapat digunakan sebagai alat bantu yang dapat digunakan secara rutin oleh orangtua dan orang dewasa kepada anak sebagai upaya pembiasaan anak dalam menyampaikan emosi yang dirasakan anak setiap hari dengan tujuan pada hasil jangka panjang yaitu anak mampu memvalidasi emosi atau apa yang dirasakannya sehingga anak secara mandiri nantinya dapat terbiasa meregulasi emosinya sendiri.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Media *Flipchart Journal* ini dapat menjadi sumber referensi serta bahan pembanding dalam mengembangkan media untuk menstimulasi kemampuan regulasi emosi bagi penelitian tindak lanjut untuk peneliti berikutnya.