

## **BAB II. EMOSI DASAR DAN POLA ASUH**

### **II.1 Emosi**

#### **II.1.1 Pengertian Emosi**

Emosi sangat penting peranannya dalam kehidupan, karena emosi salah satu bagian yang tidak bisa dipisahkan dengan kehidupan. Mengerti apa yang sangat mendasar dalam kehidupan seorang individu, yaitu emosi menjadi sesuatu yang krusial untuk dipahami oleh semua orang. Mempelajari dan memahami emosi dapat menjadi individu yang mengenal emosi diri sendiri dan dapat meningkatkan kecerdasan emosi yang sehat yang kemudian akan menghasilkan seseorang anak yang dikemudian hari akan sukses dikehidupannya.

Menurut English and English dalam Miswari (2017) emosi adalah *“a complex feeling state accompanied by characteristic motor and glandular activities”* (suatu kondisi perasaan yang rumit yang disertai spesifik kegiatan kelenjar dan juga motoris). Sedangkan menurut Sarwono dalam Nurhakim (2016) beranggapan emosi yaitu setiap kondisi pada diri seorang individu yang disertai macam-macam sikap yang baik pada tingkat dangkal ataupun pada tingkat yang mendalam.

#### **II.1.2 Macam-macam Emosi**

Menurut Hasan (2006) mengatakan ada dua macam emosi, yaitu:

1. Emosi Primer yaitu emosi dasar yang diberikan secara biologis yang terwujud pada masa awal kelahiran. Senang, sedih, marah, dan takut merupakan macam-macam dari emosi primer.
2. Emosi Sekunder yaitu emosi yang lebih rumit dan berisi kesadaran diri atau pertimbangan diri, sehingga dalam pertumbuhannya itu bergantung pada perkembangan psikologis seseorang. Macamnya antara lain: sombong, angkuh, takjub, bingung.

#### **II.1.3 Teori-Teori Emosi**

Ada tiga pola dasar emosi yaitu takut, marah, dan sedih menurut Waston dalam Yusuf (2016) memberi pendapat ada tiga pola dasar dari emosi, yaitu takut, marah,

dan sedih. Ketiga jenis emosi itu menunjukkan tanggapan tertentu pada rangsangan tertentu pula, tetapi dapat terjadi kemungkinan juga sebuah perubahan. Respon adalah reaksi yang dimunculkan individu yang berupa gerakan atau pun tindakan sedangkan stimulus adalah hal-hal yang merangsang suatu gerakan atau tindakan yang dapat di tangkap oleh alat indera. Bisa dikatakan emosi berfungsi sebagai *energizer* karena emosi membangkitkan dan memobilisasi energi, marah akan menggerakkan tubuh agar menyerang dan jika takut menggerakkan kaki untuk berlari. Hal tersebut sebagai bentuk respon suatu kegiatan yang menstimulasi emosi seseorang. Adapun teori menurut James dan Lange, yaitu emosi itu muncul karena faktor perubahan fisik atau perubahan seseorang. Ekspresi emosi akan ditampilkan dalam perilaku seperti lari ketakutan setelah melihat ular atau pun loncat-locat karena senang mendapat hadiah.



Gambar II.1 Macam-macam Emosi

Sumber: [https://www.google.com/search?q=macam-macam+emosi&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjW98CZorjhAhU57HMBHay3D40Q\\_AUIDigB&biw=1366&bih=576#imgrc=oKvvDC6AXug-zM](https://www.google.com/search?q=macam-macam+emosi&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjW98CZorjhAhU57HMBHay3D40Q_AUIDigB&biw=1366&bih=576#imgrc=oKvvDC6AXug-zM)  
(Diakses pada 04/04/2019)

Menurut Goleman dalam Ali dan Asrori (2008, h.62-63) menandai sejumlah kelompok emosi, yaitu sebagai berikut:

1. Amarah, meliputi brutal, benci, marah besar, mengamuk, jengkel, kesal hati, terganggu, bermusuhan, tindak kekerasan, rasa pahit, tersinggung, dan kebencian patologis.

2. Kesedihan, meliputi pedih, sedih, muram, suram, ditolak, putus asa, melankolis, mengasihani diri, kesepian, dan depresi.
3. Rasa takut, meliputi cemas, takut, gugup, perasaan takut sekali, waspada, tidak tenang, khawatir, waswas, ngeri, panik, dan phobia.
4. Kenikmatan, meliputi kebahagiaan, gembira, ringan puas, riang, senang, terhibur, bangga, kenikmatan indrawi, takjub, terpesona, rasa terpenuhi, girang, senang sekali, dan mania.
5. Cinta, meliputi penerimaan, persahabatan, bakti, hormat, kasmaran, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, dan kasih sayang.
6. Terkejut, meliputi terkesiap, takjub, dan terpana.
7. Jengkel, meliputi hina, mual, tidak suka, jijik, muak, benci, dan mau muntah.
8. Malu, di dalamnya meliputi rasa bersalah, menyesal, hina, aib, malu hati, kesal hati, dan hati hancur lebur.

Dari keterangan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa rupa-rupa emosi adalah rasa takut, kenikmatan, amarah, kesedihan, cinta, jengkel, terkejut, dan malu.

#### **II.1.4 Jenis-Jenis Emosi dan Dampaknya pada Perubahan Fisik**

Emosi terbagi menjadi beberapa jenis beserta dampak perubahan fisik yang disebabkan oleh emosi tersebut. Berikut jenis-jenis emosi beserta dampaknya pada perubahan fisik:

Tabel II.1 Jenis-Jenis Emosi dan Dampaknya pada Perubahan Fisik  
 Sumber: Buku “Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja” hal.116, penulis Syamsu Yusuf LN. (2016)

Jenis Emosi	Perubahan Fisik
1. Terpesona	Reaksi elektris pada kulit
2. Marah	Peredaran darah bertambah cepat
3. Terkejut	Denyut jantung bertambah cepat
4. Kecewa	Bernafas Panjang
5. Sakit/Marah	Pupil mata membesar

6. Takut	Berdiri bulu roma
7. Tegang	Terganggu pencernaan

### II.1.5 Pengelompokan Emosi

Menurut Yusuf (2016, h.117) emosi dikelompokkan ke dalam dua bagian, yaitu emosi sensoris dan emosi psikis.

a. Emosi Sensoris

Emosi yang timbul dari rangsangan luar pada tubuh seperti manis, sakit, rasa dingin, lelah, kenyang, dan lapar.

b. Emosi Psikis

Emosi kejiwaan merupakan emosi yang memiliki alasan kejiwaan, yang termasuk kedalam emosi ini diantaranya yaitu:

- Perasaan Intelektual, yaitu yang memiliki hubungan dengan suatu kebenaran. Perasaan ini dibentuk dari keinginan akan pengakuan akan kebenaran dari seorang individu oleh individual atau kelompok lainnya.
- Perasaan Sosial, yaitu perasaan yang berhubungan dengan orang lain baik bersifat pribadi maupun kelompok. Wujud perasaan ini seperti memberikan perhatian kepada orang lain.
- Perasaan Susila, yaitu perasaan yang berhubungan dengan nilai-nilai baik dan buruk atau etika (moral). Contohnya merasa bersalah dalam diri jika melakukan pelanggaran dan rasa tentram jika menaati peraturan.
- Perasaan Keindahan (Estetis), yaitu perasaan yang berkaitan erat dengan keindahan dari sesuatu, baik bersifat nyata maupun tidak nyata.
- Perasaan Ketuhanan. Salah satu kelebihan manusia yaitu dengan dianugerahi fitrah untuk mengenal Tuhannya dengan kata lain manusia dikaruniai insting religius. Karena fitrah ini manusia diuluki sebagai "*Homo Divinans*" dan "*Homo Religius*", yaitu sebagai makhluk yang berkeTuhanan atau makhluk beragama.

### II.1.6 Ciri-Ciri Emosi

Yusuf mengutip pendapat Dahlan (2016, h. 116) yang menyebutkan bahwa emosi sebagai suatu peristiwa psikologis mengandung ciri-ciri sebagai berikut

- Lebih memiliki sifat subjektif dibanding kejadian psikologis lainnya, seperti pengamatan dan berpikir
- Bersifat fluktuatif (tidak tetap)
- Banyak melibatkan dengan kejadian pengenalan panca indra

Tabel II.2 Karakteristik Emosi Anak dan Dewasa  
Sumber: Buku “Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja” hal.116, penulis Syamsu Yusuf LN. (2016)

Emosi Anak	Emosi Orang Dewasa
1. Berlangsung singkat dan berakhir tiba-tiba	1. Berlangsung lebih lama dan berakhir dengan lambat
2. Terlihat lebih hebat atau kuat	2. Tidak terlihat hebat / kuat
3. Bersifat sementara atau dangkal	3. Lebih mendalam dan lama
4. Lebih sering terjadi	4. Jarang terjadi
5. Dapat diketahui dengan jelas dari tingkah lakunya	5. Sulit diketahui karena lebih pandai menyembunyikannya

### II.1.7 Prinsip Utama Mengelola Emosi

Menurut Mulyadi (2004) menyebutkan beberapa prinsip utama dalam mengelola emosi, yaitu sebagai berikut:

- a. Tidak ada perasaan yang salah

Perasaan biasanya muncul karena suatu hal yang umum dan bertindak pada semua orang. Akibat yang muncul biasanya hampir sama. Contoh ketika sedang marah reaksi tubuh biasanya akan dicirikan dengan degup jantung yang cepat dan saraf menegang. Penyebab tersebut dapat sederhana ataupun rumit, dan menggambarkan suatu hal yang wajar. Rasa marah sangat manusiawi sehingga tidak ada alasan untuk menyalahkan bahwa itu suatu hal

yang salah. Seperti halnya jika lapar menandakan karena belum makan ataupun rasa kantuk karena belum tidur. Perasaan itu adalah reaksi kimiawi tubuh dan memang seperti itu tubuh berproses dan bekerja.

b. Perasaan harus diungkapkan tetapi secara bijak

Emosi akan lebih baik apabila diungkapkan bukan dipendam. Emosi atau perasaan yang dipendam akan menimbulkan destruktif bagi seseorang, terutama jika ada tekanan yang dirasakan anak. Ada dua hal yang membuat anak sulit mengungkapkan perasaan yang sedang dirasakannya, yaitu kemampuan bahasanya yang belum cukup berkembang dan pengaruh lingkungan sosial sekitar. Adapun kemungkinan seorang anak takut mengakui perasaannya karena ajaran orang dewasa yang menilai negatif sebuah emosi.

c. Letakkan harapan sesuai dengan kemampuan anak

Anak-anak tetaplah anak-anak. Mereka mempunyai keterbatasan pengawasan terhadap dirinya maupun pemahamannya. Jadi, tidak mungkin untuk menginginkan seorang anak-anak untuk mampu mengerti, mengendalikan diri seperti orang dewasa. Untuk mencapai harapan yang diinginkan sesuai dengan perkembangan anak dan mengetahui apa yang dapat diharapkan anak orangtua perlu mencerna pola-pola perkembangan pada anak sesuai usianya. Mulyadi (2004) menyebutkan “penelitian yang dilakukan oleh psikolog Alber Mehrabian terhadap anak-anak menunjukkan bahwa 55% perasaan diungkapkan melalui isyarat nonverbal, misalnya melalui ekspresi wajah dan sikap tubuh. Sementara itu, 38% perasaan yang tersisa disampaikan melalui nada suara. Sisanya sebanyak 7% diungkapkan melalui kata-kata”.

d. Berusaha menjadi model yang baik

Dalam mendidik seorang anak cara yang paling efektif adalah menjadikan orangtua sebagai contoh baik atau model bagi anak. Maka tunjukanlah bagaimana cara orang yang sudah dewasa dalam memadamkan amarah dan kekecewaan dengan sikap tenang untuk membantu anak mengerti dari apa yang orangtua teladani.

e. Bersikap Bertanggung Jawab

Sikap bertanggung jawab dalam mendidik anak sangatlah penting karena sikap ini akan menolong orangtua mencapai tujuan. Anak akan terdorong untuk patuh dan menghormati orang tua. Konsekuensi ini pun berlaku untuk orangtua. Jika orangtua melakukan salah atau melanggar sebuah aturan orangtua harus tetap menerima konsekuensi sebuah hukuman. Hukuman disini bukanlah orangtua bersedia diperlakukan apa saja oleh anaknya. Namun, hanya bertujuan sebagai pelajaran konsekuensi kehidupan pada anak. Jika orangtua tidak konsekuen maka anak pun akan kebingungan. Orangtua juga perlu menjelaskan tujuan dan alasan dalam membuat aturan tertentu dengan bahasa yang tidak sulit untuk dimengerti. Selain itu, orangtua juga harus membeberkan bahwa peraturan itu berbeda-beda untuk orang yang berbeda.

### **II.1.8 Manfaat Mengendalikan Amarah untuk Anak**

#### **a. Meningkatkan kecerdasan emosi anak**

Mulyadi (2014) mengatakan menurut penelitian menunjukkan hanya 20% kecerdasan kognitif berpengaruh pada keberhasilan seseorang, sisanya adalah tergantung pada kecerdasan emosionalnya. Berikut unsur-unsur kecerdasan emosi yang bisa dipenuhi orang tua dengan membantu anak mengatur emosinya

- a. Anak belajar dan menjadi bisa untuk mengenali emosinya,
- b. meluapkan perasaannya,
- c. memperhitungkan tingkat emosinya,
- d. mampu meregulasi emosi,
- e. dapat mengurungkan ledakan emosi,
- f. dapat mengendalikannya,
- g. bisa mengurangi tekanan diri akibat emosi, dan
- h. dapat membedakan antara tindakan dan perasaan.

#### **b. Menumbuhkan kesehatan jasmani dan mental anak**

Ketidakmampuan seseorang dalam menunjukkan emosi akan berdampak buruk pada kesehatan jasmani dan mentalnya. Anak menganggap tertekan dan terbebani sehingga anak mendapati keluhan-keluhan fisik ataupun mental jika emosi ditahan keluar. Seorang anak yang tidak dapat menangani tekanan emosi kerap kali merasakan gangguan fisik seperti sakit perut atau flu sebelum melakukan ujian,

ingin buang air kecil karena takut, atau gagap bicara disaat sedang gugup. Maka bantuan orang tua sangat diperlukan untuk melatih anak untuk mengeluarkan emosinya. Dengan begitu, anak merasa nyaman sehingga akan berdampak positif pada kesehatan jasmani dan mentalnya.

c. Menolong anak melakukan adaptasi sosial

Mengajari anak mengekspresikan dan memahami perasaannya akan mempengaruhi keberhasilan hidupnya dan aspek perkembangannya. Sebaliknya, jika gagal dalam memahami dan mengomunikasikan perasaan akan menimbulkan konflik dengan orang lain. Kemampuan untuk mengekspresikan emosi tepat dengan lingkungannya merupakan sesuatu yang krusial agar anak bisa diterima dalam lingkungan kehidupannya.

## **II.2 Pola Asuh**

### **II.2.1 Pengertian Pola Asuh**

Pola Asuh terbentuk dari dua kata yaitu pola dan asuh. Anisah (2017) mengutip menurut Poerwadarminta (1985, h.63) pola merupakan contoh dan istilah asuh memiliki arti merawat, menjaga, dan mendidik anak atau didefinisikan membina, memimpin, mengasah anak supaya tidak manja dan dapat berdiri sendiri. Dapat disimpulkan maka istilah pola asuh yaitu suatu acuan atau suatu rupa perubahan ekspresi dari orangtua yang mampu mempengaruhi dan menyatu pada seseorang dalam upaya merawat, membimbing, memelihara, membina, dan mendidik anak-anaknya baik yang masih kecil ataupun yang belum dewasa supaya dikemudian hari menjadi manusia yang dewasa dan mandiri.

Furqon dalam Lidyasari (2013) karakter yang unggul dibutuhkan bagi seseorang untuk menentukan berhasil tidak hidupnya. Karakter adalah kecakapan atau kekuatan baik mental atau moral, akhlak seseorang yang menggambarkan karakter khusus yang menjadi motivasi, lalu yang mencirikan keunikan dengan yang lain. Dalam membentuk karakter suatu individu memerlukan metode yang terus-menerus dan membutuhkan waktu relatif lama. Karakter dibentuk melalui pendidikan karakter, yang berperan utama dan pertama dalam mengajarkan pendidikan karakter bagi anak adalah lingkungan keluarga, terpenting peran

orangtua anak. Sikap orangtua yang secara tidak langsung ataupun langsung akan ditiru dan dipelajari oleh anak yang nantinya anak akan mempelajari dasar-dasar perilaku yang baik tersebut untuk kehidupannya dikemudian.

Pada saat otak anak berkembang dengan baik disitulah sangat dibutuhkan peranan, akibat, dan bimbingan orangtua. Orangtua memberikan semua hal tersebut melalui suatu cara yang ada di dalam pola asuh orangtua kepada anaknya. Hurlock dalam Annisah (2017) yang diterjemahkan Tjandrasa (1992, h.202): “cara orangtua memperlakukan anaknya dipeharuhi dari sikap orangtua, perlakuan orangtua terhadap anak sebaliknya berpengaruh pada sikap anak terhadap mereka dan perilaku mereka. Jika sikap dari orangtua baik dan mendukung, hubungan anak dan orangtua akan jauh lebih baik dibandingkan apabila sikap dari orangtua mereka tidak positif”. Jika anak memandang perilaku baik dari orangtuanya anak akan cepat menirukannya dan mencontohnya begitupun sebaliknya jika orangtua melakukan hal buruk seorang anak akan meniru perilaku tersebut. Anak-anak akan akan meniru sebagaimana orangtuanya berperilaku, menanggapi, bertutur kata, dan memecahkan masalah, serta menyampaikan perasaan dan emosinya. Sikap orangtua yang baik akan membawa efek yang baik pula untuk perkembangan anaknya kelak. Vinayastri (2015, h.39) mengatakan sejak masih berada di dalam kandungan terutama disaat masa kehamilan minggu ke-4 peranan pola asuh orangtua sudah dimulai.

### **II.2.2 Tipe Pola Asuh**

Sikap dapat menentukan suatu hubungan yang dimiliki antara orangtua dan anak. Perilaku tersebut dapat diwujudkan dalam pola asuh orangtua di dalam keluarga. Menurut Lidyasari (2013) Secara garis besar, pola asuh orangtua dapat dibagi menjadi tiga tipe, yaitu :

1) **Pola Asuh Otoriter.**

Orang tua menerapkan peraturan sewenang-wenang dan sepihak kepada anaknya. Dalam pola asuh ini mengarah pada pendekatan yang bersifat diktator. Anak dipaksakan agar nurut dan patuh terhadap apa yang diperintahkan dan yang diinginkan orang tua. Semua yang dilakukan oleh

anak ditentukan oleh orang tua. Anak tidak diberi ruang untuk memilih dalam melakukan aktifitas yang diinginkan. Orang tua mempunyai hak penuh dalam menentukan kemauan dan harus dikerjakan atau yang tidak boleh ditekuni oleh anak. Mereka mengira bahwa dengan menjadi orang tua yang otoriter akan melahirkan anak yang berperilaku baik. Dalam pola asuh ini orang tua yakin bahwa dengan cara memaksakan pendirian, nilai, perilaku dan standar perilaku kepada anak perilaku anak dapat diubah sesuai dengan keinginan orang tua.

Anak yang diasuh dalam keluarga otoriter mayoritas merasa dirinya tertekan, dan penurut. Mereka kurang dapat berpikir, belum bisa mengendalikan diri, kurangnya percaya diri, kurang kreatif, manja, kurang dewasa dalam perkembangan moral, dan rasa ingin tahunya rendah. Dengan begitu pengasuhan tersebut akan menimbulkan efek negatif untuk perkembangan anak nantinya. Anak akan kesulitan mengembangkan potensi yang dimiliki, karena harus menurut apa yang diinginkan orangtua, walau bertentangan dengan kemauan anak. Pola asuh seperti ini bisa mengakibatkan anak menjadi stres ataupun depresi karena selalu ditekan dan dipaksa untuk menuruti apa kata orangtua, namun pada kenyataannya mereka tidak menghendaki.

2) Pola asuh permisif

Orangtua cenderung memberikan banyak kebebasan kepada anaknya tidak memberikan batasan dan kurang memberikan kontrol dan biasanya anak akan tumbuh tanpa arahan. Orangtua tidak ingin terlibat dan tidak mau ambil pusing untuk memedulikan kehidupan anaknya, untuk menghindari ketegangan antara dua belah pihak. Orangtua sangat acuh apakah anaknya melakukan hal-hal yang baik atau tidak, yang terpenting hubungan anak dengan orangtua tetap baik-baik saja, maksudnya tidak terjadi masalah atau perseteruan antara keduanya. Pola asuh ini membuat anak menjadi anak yang manja dan anak acuh dengan tanggung jawab sosial dan akan kesusahan dalam bergaul di lingkungannya kelak. Tidak menutup kemungkinan dampak tersebut terbawa hingga anak tersebut dewasa.

3) Pola Asuh otoritatif (*Authoritative*)

Orangtua mendukung kebebasan yang dibarengi bimbingan dan kontrol kepada anak. Orangtua memberikan pengawasan, pengertian dan banyak mengirim masukan-masukan positif dan berupa arahan pada apa yang anak lakukan. Dalam banyak perihal orangtua sering bermusyawarah dengan anak tentang macam-macam dalam menentukan keputusan. Menjawab setiap pertanyaan anak dengan bijak dan terbuka.

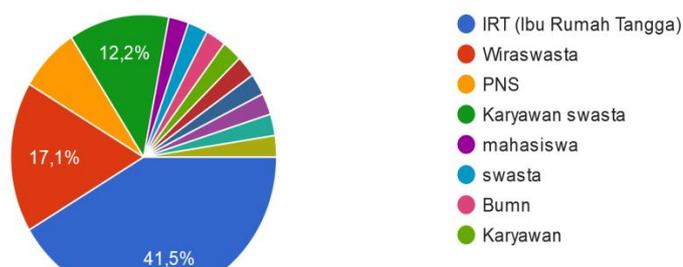
Dalam pola otoritatif ini akan melatih anak untuk mandiri, namun peran orangtua harus tetap ada yaitu menetapkan batas dan control. Dengan demikian perkembangan anak dapat berkembang secara optimal. Anak akan merasa lebih nyaman dan senang, mempunyai kontrol diri dan rasa percaya dirinya sedikit demi sedikit akan terpupuk, mampu mengatasi stres, adanya motivasi diri untuk mencetak prestasi dan dapat mengontrol emosi dengan baik sehingga anak dapat berkomunikasi dan beradaptasi dengan lingkungan yang sedang dihadapinya. Sementara orangtua tetap memberikan pengawasan dan bimbingan jika anak melakukan kegiatan negatif yang bisa merusak kepribadiannya.

### II.2.3 Hasil Kuisisioner

Setelah melakukan penelitian dengan menyebarkan kuisisioner kepada 49 orang responden, yang didalamnya terdapat respon dari perempuan dan laki-laki, yang rata-rata memiliki anak usia 0-7 tahun di kota Bandung yang disebarkan melalui media *online* pada dan selebaran tanggal 29 November 2018 dan penebaran kuisisioner kedua Juli 2019, maka berikut ini adalah hasil kuisisioner beserta pertanyaan kuisisionernya :

Apakah pekerjaan anda?

41 tanggapan

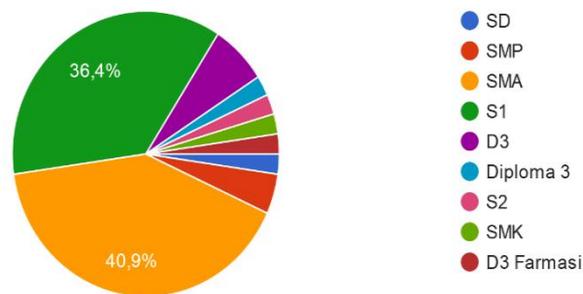


Gambar II.2 Pekerjaan Responden  
 Sumber: Dokumentasi Pribadi (2018)

Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa, rata-rata responden dari kuisisioner ini mempunyai pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 41,5%.

apa pendidikan terakhir anda?

44 tanggapan

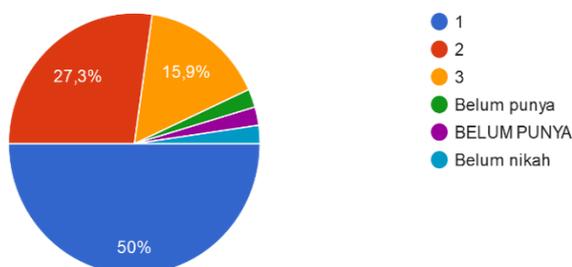


Gambar II.3 Pendidikan Terakhir Responden  
 Sumber: Dokumentasi Pribadi (2018)

Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa, rata-rata responden dari kuisisioner ini, menempuh pendidikan terakhir sampai SMA sederajat sebanyak 40,9% dan S1 sebanyak 36,4%.

Berapa jumlah anak anda?

44 tanggapan

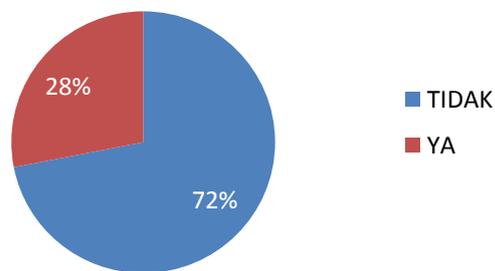


Gambar II.4 Jumlah Anak Responden  
Sumber: Dokumentasi Pribadi (2018)

Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa, rata-rata responden dari kuisisioner ini, mempunyai jumlah anak sebanyak satu orang dengan 50% dan dua orang anak dengan 27,3%.

**Apakah anda mengenalkan emosi dasar pada anak anda mengetahui beserta manfaatnya?**

45 tanggapan

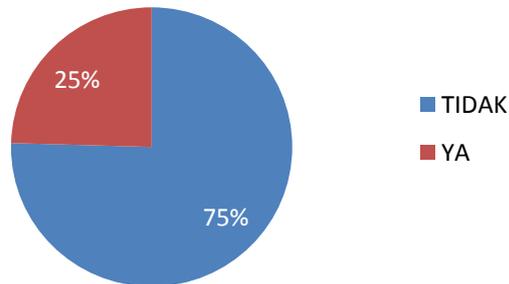


Gambar II.5 Mengenalkan Emosi Dasar pada Anak Responden  
Sumber: Dokumentasi Pribadi (2018)

Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa, rata-rata responden dari kuisisioner ini sebanyak 72% belum mengenalkan emosi dasar kepada anaknya dan sebanyak 28% sudah mengenalkan emosi dasar pada anaknya.

### Apakah anda tau pentingnya mengenalkan emosi dasar pada anak usia dini?

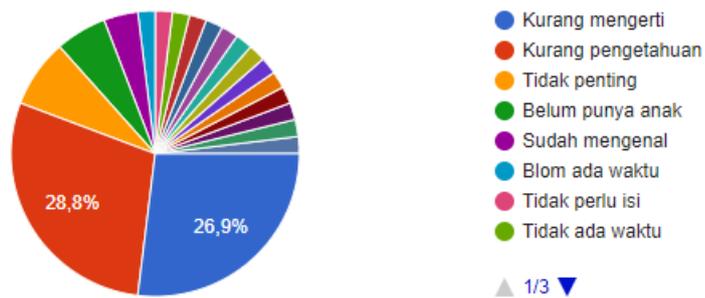
45 tanggapan



Gambar II.6 Pengetahuan Responden Pentingnya Emosi Dasar  
Sumber: Dokumentasi Pribadi (2018)

### (Jika tidak) Mengapa anda tidak/belum mengenalkan emosi primer/dasar pada anak anda?

52 tanggapan

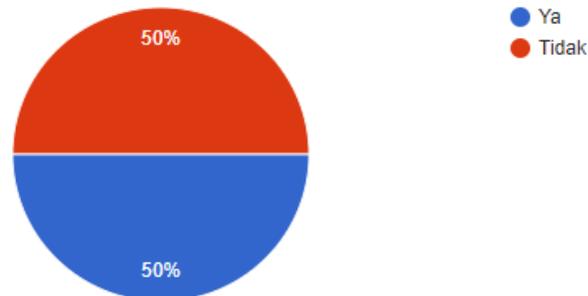


Gambar II.7 Alasan Responden Tidak Mengenalkan Emosi  
Sumber: Dokumentasi Pribadi (2019)

Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa, rata-rata responden dari kuisisioner ini, memiliki alasan 28,8% menjawab kurangnya pengetahuan mengenai emosi dasar dan 26,9 menjawab kurang mengerti.

Apakah anda mengetahui adanya media buku cerita anak untuk mengenalkan emosi primer/dasar?

52 tanggapan



Gambar II.8 Pengetahuan Responden Mengenai Media Buku  
Sumber: Dokumentasi Pribadi (2018)

Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa, responden telah mengetahui keberadaan media buku mengenai emosi dasar akan tetapi mereka belum paham betul mengenai pentingnya mengenalkan emosi dan bagaimana cara mengenalkannya.

#### II.2.4 Hasil Wawancara

Selain melakukan penelitian dengan menyebarkan kuisisioner penulis melakukan penelitian kualitatif pada penelitian sebelumnya berupa wawancara terhadap tokoh yang menguasai tentang informasi dan permasalahan guna memperjelas informasi dan pemahaman penelitian tentang emosi dasar pada anak usia dini. Wawancara dilakukan pada tanggal 29 November 2018 dengan Nida Nadia S.Psi. Maka berikut ini adalah hasil dari wawancara tersebut :

Kecerdasan emosi termasuk kedalam salah satu aspek penting bagi seorang makhluk sosial. Salah satu faktor sukses manusia adalah kecerdasan emosi, dimana simpati dan empati merupakan bagian dari kecerdasan emosi tersebut.

RS Destika (2016) mengatakan “Sejak kecerdasan emosi sudah dikenaluaskan oleh Goleman di tahun 1995, orangtua sudah semakin yakin maupun sadar bahwa keberhasilan dari seorang anak tidak hanya mengandalkan dengan keterampilan

teknis dan pengetahuan ilmiah, tapi dipengaruhi oleh kemampuan anak tersebut dalam meregulasi emosi mereka. Dengan tingginya kesadaran orangtua untuk dapat mengetahui kemampuan dari anak mereka dalam hal meregulasi emosi menjadi satu alasan untuk membuat sistem yang dapat menganalisis ciri khas dari kecerdasan emosi anak usia dini.”

Cara mengenalkan emosi dasar pada anak dibedakan berdasarkan usianya. Anak kecil cenderung merekam dan mengikuti apa yang dilihat. Jadi orangtua seharusnya mencontohkan segala hal yang baik kepada anaknya dan mengajarkan emosi itu sehat secara mental. Hidayati dan Wahyu, menyebutkan bahwa pola emosi anak berbeda dengan orang dewasa, termasuk kemarahan. Berikut ini beberapa ciri yang khas ekspresi emosi pada anak:

- **Emosi yang Kuat**  
Anak kecil menjawab dengan kedalaman yang sama, baik itu pada keadaan yang tidak penting maupun serius.
- **Emosi yang Terlihat Jelas**  
Emosi pada anak lebih mudah dilihat dibandingkan pada orang dewasa. Selain itu, anak-anak juga tampak paham bahwa ledakan emosi tidaklah dapat diterima. Mereka sebenarnya berusaha mengekang hal itu dan menjawab dengan sesuatu yang lebih diterima.
- **Emosi Bersifat Sementara**  
Emosi pada anak mudah sekali berubah. Anak yang awalnya sedang sedih bisa tiba-tiba senang karena melihat mainan. Ketika reda pun, anak yang marah bisa tertawa bahagia dalam hitungan menit dan melupakan amarahnya.
- **Reaksi Bersifat Individual**  
Reaksi emosi setiap anak bersifat individual. Hal ini tercermin pada sikap anak yang marah dengan bentuk yang berbeda-beda. Ada yang mengurung diri di kamar, berteriak-teriak, berguling-guling, melempar barang, dan lain sebagainya.

- Emosi Beralih Kekuatannya

Emosi yang sangat kuat akan berkurang kekuatannya pada usia tertentu. Sementara emosi yang lainnya yang awalnya lemah bisa berubah menjadi kuat. Hal ini memperlihatkan bahwa emosi berubah seiring usia anak bertambah.

- Emosi dapat Diprediksi melalui Gejala Perilaku

Sebagian anak memperlihatkan emosi secara tidak langsung. Bentuk yang diperlihatkan antara lain gelisah, bengong, menangis, sukar berbicara, tingkah laku cemas, dan gugup seperti menghisap jempol serta menggigit kuku (h.25-26).

Adapun penggunaan media untuk membantu memperkenalkan emosi dasar pada anak seperti *emoticon*. *Emoticon* dapat menjadi media untuk mengenalkan emosi dasar karena dengan *emoticon* tersebut dapat mengekspresikan perasaan atau emosi dalam bentuk animasi. Warna juga dapat menjadi alternatif media untuk mengenalkan emosi karena warna mempunyai simbol untuk mengekspresikan emosi. Visual juga dapat menjadi media untuk mengenalkan emosi kepada anak. Sebisa mungkin kenalkan kepada anak bahwa emosi juga tidak menetap namun bisa dengan berbagai cara seperti contoh *playterm*. Terdapat berbagai macam media untuk mengenalkan emosi dasar kepada anak diantaranya lewat bercerita, *emoticon* pada aplikasi *chatting*, warna, dan tekstur benda yang dapat merangsang emosi anak.

Ada beberapa tahapan emosi dasar pada anak seperti contohnya takut, gembira, sedih, senang, cinta, benci, dan lain-lain. Jika anak sulit dalam mengekspresikan emosi orangtua harus mengetahui sebabnya lalu membiarkan anak tersebut meluapkan emosinya dengan caranya sendiri sambil kita perhatikan sekaligus membenarkan jika terjadi suatu kesalahan ketika anak mengekspresikan emosinya.

Orangtua harus mengenalkan emosi dasar pada anak sedari dini mungkin bahkan ketika mereka masih berada dalam kandungan ibunya. Karena anak dalam kandungan pun sudah bisa merasakan emosi yang dimana emosi yang dirasakan adalah emosi yang ibunya rasakan juga. Jadi ibu yang sedang mengandung sebisa

mungkin dapat mengatur emosinya dengan baik. Tidak ada batasan umur untuk mengenalkan emosi dasar kepada anak karena seperti halnya orangtua yang sedang mengenalkan emosi kepada anak, orang tuapun merasakan emosi berupa senang.

Banyak hal yang dapat diperbuat untuk mencerdaskan emosional pada anak contohnya dengan mengenalkan anak kepada alam luar seperti kepada tumbuhan atau binatang. Karena dengan begitu anak mulai bisa mengembangkan emosinya sendiri. Keluarga berperan krusial untuk proses pengenalan dan juga perkembangan anak terhadap emosi dasar. Dengan mendidiknya untuk sopan dan santun agar anak menjadi pribadi yang positif dan mengetahui dimana dan kapan anak tersebut bisa mengekspresikan emosinya. Anak juga agar mengetahui sedini mungkin apa yang baik dan buruk untuk dirinya di waktu yang akan datang.

### **II.3. Analisis**

Dari hasil kuisisioner yang telah peneliti lakukan dapat dianalisa sebagian besar responden sudah mengetahui pentingnya mengenalkan emosi dasar kepada anaknya masing-masing namun kebanyakan belum mengetahui manfaat dari mengenalkan emosi dasar pada anak usia dini. Adapun dari hasil wawancara di atas dapat dianalisis bahwa mengenalkan emosi dasar kepada anak itu sangat penting karena dapat berpengaruh pada kecerdasan anak itu sendiri. Emosi itu bentuknya konkrit tidak abstrak namun karena seorang anak usia dini masih bersifat konkrit yang membuat emosi itu abstrak, sulit dimengerti atau disentuh. Mungkin sebagian dari orangtua ada yang sudah paham dan sepakat pentingnya mengenalkan macam-macam emosi untuk anak. Hanya saja, masih cukup banyak pula orangtua yang tidak tahu betul apa manfaat mengenalkan emosi dasar pada anaknya. Seperti hasil wawancara dengan Nida Nadia selaku psikolog anak yang telah peneliti lakukan peran utama yang paling efektif dalam mengenalkan emosi dasar pada anak sejak dini yaitu keluarga terutama orangtua.

Ada beberapa media yang dapat digunakan untuk memperkenalkan emosi dasar kepada anak. Diantaranya adalah media verbal dengan cara mengajak anak tersebut untuk berkomunikasi. Dengan berkomunikasi, anak dapat diberi pengertian

mengenai pengembangan emosi dasar. Selain itu, dapat juga melalui media visual yang dapat berbentuk digital maupun non digital. Maka solusinya merancang sebuah media informasi pentingnya mengenalkan emosi dasar pada anak usia dini melalui buku ilustrasi.

#### **II.4. Resume**

Hal penting yang dirasa perlu anak-anak dapat kuasai adalah kemampuannya dalam meregulasi emosi. Karena jika mereka mampu meregulasi emosinya, mereka akan lebih dapat diterima di lingkungan masyarakat, mereka pun akan lebih berhasil untuk mendapatkan apa yang dibutuhkan dengan menjadi individu yang tidak mudah menyerah, dan banyak aspek positif lainnya dari anak yang memiliki pengaturan emosi yang baik.

Orangtua baiknya bersikap dengan bijaksana, tidak berlebihan terhadap salah satu dari pola asuh yang sudah ada, maksudnya dapat memberikan pengasuhan yang sesuai dengan apa yang ingin dikerjakan anak dan apa yang menjadi keinginan orangtua. Semua pola asuh tersebut dapat diterapkan selaras dengan keadaan dan situasi. Dengan begitu pengasuhan orangtua untuk anak lebih kepada memprioritaskan kasih sayang, musyawarah, kebersamaan, pengertian satu sama lain, dan saling terbuka. Jika anak telah dibimbing dengan pola asuh demokratis, maka anak dapat berkembang baik. Semua potensi yang anak miliki dapat dikembangkan dengan maksimal. Dampak baik yang akan terjadi adalah terjadinya suatu tatanan masyarakat yang baik, saling bertoleransi dan mengasihi, masyarakat memiliki pikiran positif, jujur, dan mempunyai toleransi yang cukup baik.

#### **II.5. Solusi Perancangan**

Melihat permasalahan yang telah dibahas di bab sebelumnya maka dibutuhkan solusi untuk membantu mengatasinya. Kurniawan (2009) mengatakan desain juga telah menyatu dengan bermacam dalam bidang keilmuan, sehingga sangat mungkin untuk merambah segala aspek kehidupan pada masyarakat. Desain ada di kehidupan dalam masyarakat dengan wujud yang bermacam-macam. Melihat dari pentingnya dan manfaat mengenalkan emosi dasar maka solusinya untuk membantu mengatasi

masalah di atas yaitu sebuah media konkrit berbentuk buku ilustrasi mengenai mengenalkan emosi dasar yang di desain sedemikian rupa agar membantu mempermudah para orangtua untuk mengenalkan emosi dasar pada anaknya.

Dilengkapi dengan halaman interaktif beserta ilustrasi ekspresi dari keempat emosi dasar tersebut, agar anak-anak lebih mudah memahami emosi yang abstrak. Karena diumpamakan dengan benda-benda yang konkrit dan dekat dengan keseharian anak. Nantinya jika anak mampu memahami emosi, diharapkan ia lebih mampu untuk mengatur emosinya kelak. Buku ini diharapkan menjadi pengenalan awal akan ekspresi emosi anak dan diharapkan dapat dioptimalkan penggunaannya oleh orangtua untuk memperluas dan menggali lebih dalam tentang pemahaman akan emosi anak usia dini.