



Strategi dalam Pengembangan Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini

Anita Fikuri^{1*}, Wiji Astuti²

^{1,2}UIN Sultan Aji Muhammad Idris Samarinda

*Email korespondensi anitafikuriassyakur@gmail.com

Abstrak

Kecerdasan emosional dapat dipahami sebagai kemampuan dalam mengendalikan perasaan diri dan orang lain, mengelola emosi, serta memotivasi diri sendiri. Perkembangan emosi akan berkembang secara optimal apabila menerima stimulus positif serta senantiasa membiasakan diri untuk berperilaku positif. Peran orang tua sangat dibutuhkan dalam proses pengembangan kecerdasan emosional anak, oleh karena itu perlu adanya strategi yang diterapkan orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak. Strategi orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak adalah cara yang dilakukan orang tua agar anak mampu mengembangkan kecerdasan emosionalnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi dalam pengembangan kecerdasan emosional anak usia dini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, karena data dalam penelitian ini diperoleh dari hasil penelitian, observasi, serta dokumentasi peneliti-peneliti sebelumnya. Subjek dalam penelitian ini adalah anak usia dini yang berusia 5-6 tahun. Hasil penelitian menunjukkan terdapat beberapa strategi yang dapat diterapkan orang tua dalam pengembangan kecerdasan emosional anak yaitu mengenalkan emosi kepada anak, mampu mengatur emosi, mampu memanfaatkan emosi secara positif, dan memiliki pertahanan diri.

Kata kunci: kecerdasan emosional, perkembangan, stimulus

PENDAHULUAN

Kecerdasan emosional sangatlah penting, sebab hal ini akan membantu anak menahan diri dari perilaku menyimpang dan kejahatan (Yunia, Liyanovitasari & Saparwati, 2019). Perkembangan emosi akan berkembang secara optimal apabila menerima stimulus positif serta senantiasa membiasakan diri untuk berperilaku positif (Maulinda, Muslihin & Sumardi, 2020). Kecerdasan emosional dapat diartikan sebagai sebuah kecakapan individu dalam mengendalikan emosinya (Hanurawan, 2012). Kecerdasan emosional juga dapat

dipahami sebagai kemampuan dalam mengendalikan perasaan diri dan orang lain, mengelola emosi, serta memotivasi diri sendiri.

Salovey dan Mayer dalam (Wijayanto & Novitasari, 2019) menjelaskan bahwasanya aspek-aspek dalam kecerdasan emosional dibagi beberapa bagian, yaitu 1) Mengungkapkan serta memahami perasaan, 2) Mengendalikan amarah, 3) Ketekunan, 4) Keramahan, 5) Mampu menyesuaikan diri, 6) Kemandirian, 7) Empati, 8) Mampu menyelesaikan permasalahan pribadi, 9) Kesetiakawanan, dan 10) Sikap hormat. Sebagaimana yang telah dijelaskan diatas, bahwa keterampilan dalam mengemukakan kesadaran dan pengelolaan perasaan cepat berubah melalui berbagai sikap dan tindakan untuk mencapai suatu kebahagiaan. Anak pada dasarnya hidup bukan hanya menggunakan instingnya, akan tetapi, anak juga mampu dalam mengintegrasikan perilaku dan perasaannya melalui pengalaman untuk bertindak logis, rasional, dan terukur (Pramujiono, Suhari, Rachmadtullah, Indrayanti & Setiawan, 2020).

Lingkungan yang paling dekat dengan anak ialah lingkungan keluarganya, terutama orang tua (Anggraini, 2021). Anak usia dini yaitu anak pada usia 5-6 tahun dalam pengelolaan emosinya memiliki bagian dan proses pematangan emosi, sebab pada masa ini, anak berada pada masa peralihan dari pra-operasional menuju operasional (Suryana, 2016). Latar belakang keluarga juga memiliki pengaruh yang sangat besar, dan setiap keluarga tentunya memiliki latar belakang keluarga yang berbeda satu dengan yang lainnya (Handayani, Purbasari & Setiawan, 2020). Berdasarkan hal-hal yang telah dipaparkan diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi dalam pengembangan kecerdasan emosional anak usia dini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu pendekatan yang berfokus untuk mengkaji suatu fenomena secara komprehensif (Sugiyono, 2021). Pendekatan kualitatif dipilih karena dalam penelitian ini tidak terdapat observasi secara langsung, melainkan data-data diperoleh dari hasil penelitian, observasi, serta dokumentasi peneliti-peneliti sebelumnya. Subjek dalam penelitian ini adalah anak usia dini yang berusia 5-6 tahun. Analisis dalam penelitian ini berfokus pada anak dan orang tuanya, dimana anak akan dikembangkan emosionalnya dalam pengembangan kecerdasan emosional, serta memberikan gambaran terkait strategi orang tua dalam mengembangkan emosional anak tersebut.

PEMBAHASAN

Setiap anak memiliki emosionalnya masing-masing, setiap ekspresi emosional akan kita kenali dalam setiap jenjang usianya (Wijayanto & Novitasari, 2019). Dari kecil sampai orang dewasa, baik itu laki-laki maupun perempuan. Contoh kecilnya, seorang anak akan sangat bahagia dan tersenyum riang pada saat ayahnya melakukan hal lucu atau bertingkah lucu kepada anak. Sementara di satu sisi, anak akan sedih dan mulai menangis saat mainan kesayangannya direbut sang kakak. Emosi anak usia dini lebih terlihat langsung melalui ekspresi fisiknya (Mashar, 2011), maksudnya adalah apabila seorang anak merasa sakit dan tidak nyaman ia akan langsung menangis. Pada fase ini, peran orang tua sangatlah penting, sebab orang tua akan sangat mengerti terkait keadaan emosional anaknya walaupun anak tersebut tidak mengatakannya secara langsung (Sembiring, 2019).

Strategi orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak adalah cara yang dilakukan orang tua agar anak mampu

mengembangkan kecerdasan emosionalnya (Mahyuddin, 2019). Kecerdasan emosional tersebut harus dimanfaatkan secara tepat dan optimal, sehingga akan berguna dalam keberlangsungan hidupnya kelak (Fitriyani, 2015). Strategi yang digunakan dalam pengembangan kecerdasan emosional anak adalah sebagai berikut :

Orang tua mampu mengenalkan emosi diri kepada anak.

Anak-anak akan mudah tersenyum apabila kita tersenyum, kemudian anak-anak akan mudah takut jika kita menampilkan ekspresi menakutkan (Sukatini et al., 2020). Anak-anak cepat merespon terhadap objek penglihatannya (Fajrie, 2016). Respon anak merupakan bentuk dari emosional yang dikeluarkannya dalam bentuk reaksi atau respon fisik (Wijayanto, 2020), maka dapat dipahami bahwa anak mengenali emosi dengan baik. Orang tua wajib mengenalkan nama-nama emosi kepada anak, seperti senang, takut, marah, dan lain sebagainya (Kartikasari, 2018). Tak hanya itu, orang tua juga perlu memberikan penjelasan mengenai sebab dan akibat munculnya emosi tersebut.

Orang tua mampu mengatur emosinya sesuai dengan situasi dan kondisi. Mengatur emosi sesuai situasi dan kondisi merupakan penataan emosi (Anwar, 2018). Hal ini dilakukan sesuai situasi dan kondisi untuk melakukan perilaku yang positif. Anak-anak usia dini yang tentunya masih labil (Ningsih & Rahmadi, 2020), sebaiknya dibiasakan untuk mengungkapkan dan mengatur emosinya secara tepat, agar tidak merugikan dirinya sendiri serta orang yang ada disekitarnya (Nurjannah, 2017). Pada fase ini, peran orang tua kembali dikuatkan, yaitu dengan cara memberikan pemahaman mengenai perilaku emosi yang sesuai dengan kondisi yang ada (Prasetya & Gunawan, 2018).

Orang tua mampu memanfaatkan emosi secara positif.

Memanfaatkan emosi secara positif tidaklah mudah, disini anak

mampu mengungkapkan hasrat atau kemauan serta menggerakkan hasrat untuk berperilaku positif dari segala bentuk perasaan diri (Oktiani, 2017). Tak hanya itu, anak juga mampu dalam melakukan kegiatan lainnya, seperti berdoa sebelum makan, kemudian berani mencoba hal-hal baru. Orang tua harus lebih peka dan tidak terus-menerus melarang kegiatan atau hal baru yang ingin dilakukan anak (Rahmawati, 2020). Contohnya, seorang anak ingin bermain pasir dengan teman-temannya, namun orang tua melarang, maka sebaiknya dibiarkan saja karena tanpa kita sadari dari permainan kecil tersebut, anak akan tahu bagaimana bentuk pasir, kegunaan pasir dan lainnya. Anak juga akan mulai berkomunikasi dengan teman sebayanya sehingga terciptalah obrolan. Dalam hal ini, orang tua harus dapat membimbing dengan baik. Pada intinya, mengelola emosi secara positif yaitu apabila anak mampu melakukan kegiatan produktif tanpa merugikan orang lain dan dirinya sendiri (Mulyana, Gandana & Muslim, 2017).

Orang tua mampu memiliki pertahanan diri dalam menghadapi suatu hal. Setiap orang tentunya memiliki pertahanan diri masing-masing dalam menghadapi suatu masalah (Meilia & Murdiana, 2019). Tujuannya adalah untuk mampu menyelesaikan permasalahan yang ada. Seorang anak harus mampu bersikap waspada, serta mampu mempertahankan gagasan serta menghadapi persoalan (Goleman et al., 2001). Seorang anak yang mampu menjaga barangnya dengan baik, maka termasuk anak yang memiliki kewaspadaan dan kehati-hatian yang tinggi (Wijanarko & Setiawati, 2017). Kembali lagi, peran orang tua sangat penting dalam memberikan kesempatan saat anak sedang berbicara dan mencoba mencari solusi apabila anak mendapatkan masalah (Datuk, 2020). Tak hanya itu saja, hendaknya orang tua juga menjaga kesehatan mental anak agar tidak mudah stres dan tertekan dengan masalah yang

dihadapinya (Rohayani, 2020). Kesehatan mental juga termasuk penting sebab kecemasan ataupun ketakutan berlebih bisa terjadi pada siapapun dan dimanapun (Tasalim & Cahyani, 2021). Untuk itu, orang tua harus senantiasa sigap dalam segala kemungkinan.

KESIMPULAN

Masa usia dini, merupakan masa-masa yang sangat rentan dan termasuk masa emas. Dimana orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan pemahaman kepada anak. Kecerdasan emosional merupakan sesuatu yang tidak dapat dianggap sepele. Perkembangan emosional adalah luapan perasaan ketika anak berinteraksi dengan orang lain. Orang tua merupakan tokoh yang sangat penting dalam menjalankan strategi pengembangan emosional anak. Orang tua merupakan pendidik dan teladan untuk anaknya, oleh sebab itu pula, orang tua haruslah menjadi teladan yang baik untuk anaknya. Terdapat beberapa strategi yang dapat diterapkan orang tua dalam pengembangan kecerdasan emosional anak yaitu mengenalkan emosi kepada anak, mampu mengatur emosi, mampu memanfaatkan emosi secara positif, dan memiliki pertahanan diri.

REFERENSI

- Anggraini, N. (2021). Peranan orang tua dalam perkembangan bahasa anak usia dini. *Metafora: Jurnal Pembelajaran Bahasa Dan Sastra*, 7(1), 43–54. <https://doi.org/10.30595/mtf.v7i1.9741>
- Anwar, A. (2018). Pengaruh regulasi emosi terhadap coping penyelesaian studi mahasiswa. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 16(2), 56–59. <https://doi.org/10.47007/jpsi.v16i02.2>
- Datuk, A. (2020). Sistem zonasi sebagai solusi bagi orang tua untuk mendapatkan pendidikan anak yang bermutu di Kota Kupang. *Attractive: Innovative Education Journal*, 2(2), 20–33. <http://dx.doi.org/10.51278/aj.v2i2.40>

- Fajrie, N. (2016). Pengenalan kegiatan seni rupa untuk anak tunanetra dalam upaya mengembangkan kemampuan sensitivitas. *Imajinasi Jurnal Seni*, 10(2), 153–158. <https://doi.org/10.15294/imajinasi.v10i2.8809>
- Fitriyani, L. (2015). Peran pola asuh orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosi anak. *Lentera*, 18(1), 93–110.
- Goleman, Daniel, Said, H. A., Becker, & Bieswanger. (2001). *Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Handayani, R., Purbasari, I., & Setiawan, D. (2020). Tipe-tipe pola asuh dalam pendidikan keluarga. *Refleksi Edukatika: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 11(1), 16–23. <https://doi.org/10.24176/re.v11i1.4223>
- Hanurawan, F. (2012). Strategi pengembangan kesehatan mental di lingkungan sekolah. *Psikopedagogia*, 1(1).
- Kartikasari, N. D. (2018). *Kemampuan baca tulis anak usia 4-5 tahun melalui kerjasama lembaga pendidikan anak usia dini (PAUD) dengan orangtua di Taman Anak Sejahtera Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Mahyuddin, N. (2019). *Emosional anak usia dini*. Prenadamedia.
- Mashar, R. (2011). *Emosi anak usia dini dan strategi pengembangannya*. Kencana.
- Maulinda, R., Muslihin, H. Y., & Sumardi. (2020). Analisis kemampuan mengelola emosi anak usia 5-6 tahun (literature riview). *Jurnal PAUD Agapedia*, 4(2), 300–313.
- Meilia, M., & Murdiana, M. (2019). Pendidik Harus Melek Kompetensi Dalam Menghadapi Pendidikan Abad Ke-21. *Kordinat: Jurnal Komunikasi Antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, 18(2), 491–517. <https://doi.org/10.15408/kordinat.v18i2.11501>
- Mulyana, E. H., Gandana, G., & Muslim, M. Z. N. (2017). Kemampuan anak usia dini mengelola emosi diri pada kelompok B di TK Pertiwi DWP Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya. *Jurnal PAUD Agapedia*, 1(2), 214–232. <https://doi.org/10.17509/jpa.v1i2.9361>
- Ningsih, D. P., & Rahmadi, D. S. (2020). Dampak pernikahan dini di Desa Keruak Kecamatan Keruak Kabupaten Lombok Timur.

Jurnal Ilmiah Mandala Education, 6(2), 404–414.
<https://doi.org/10.58258/jime.v6i2.1452>

Nurjannah. (2017). Mengembangkan kecerdasan sosial emosional anak usia dini melalui keteladanan. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 14(1), 50–61.
<https://doi.org/10.14421/hisbah.2017.141-05>

Oktiani, I. (2017). Kreativitas guru dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. *Jurnal Kependidikan*, 5(2), 216–232.
<https://doi.org/10.24090/jk.v5i2.1939>

Pramujiono, A., Suhari, Rachmadtullah, R., Indrayanti, T., & Setiawan, B. (2020). *Kesantunan berbahasa, pendidikan karakter, dan pembelajaran yang humanis*. Indocamp.

Prasetya, A. F., & Gunawan, I. M. S. (2018). *Mengelola emosi*. K-Media.

Rahmawati, Z. D. (2020). Penggunaan media gadget dalam aktivitas belajar dan pengaruhnya terhadap perilaku anak. *TA'LIM: Jurnal Studi Pendidikan Islam*, 3(1), 97–113.
<https://doi.org/10.52166/talim.v3i1.1910>

Rohayani, F. (2020). Menjawab problematika yang dihadapi anak usia dini di masa pandemi covid-19. *Qawwam*, 14(1), 29–50.
<https://doi.org/10.20414/qawwam.v14i1.2310>

Sembiring, J. B. (2019). *Buku ajar neonatus, bayi, balita, anak pra sekolah*. Deepublish.

Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sukatin, S., Chofifah, N., Turiyana, T., Paradise, M. R., Azkia, M., & Ummah, S. N. (2020). Analisis perkembangan emosi anak usia dini. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 5(2), 77–90. <https://doi.org/10.14421/jga.2020.52-05>

Suryana, D. (2016). *Pendidikan anak usia dini: Stimulasi & aspek perkembangan anak*. Prenada Media.

Tasalim, R., & Cahyani, A. R. (2021). *Stress akademik dan penanganannya*. Guepedia.

Wijanarko, J., & Setiawati, E. (2017). *Maksimalikan otak anak anda*. Happy Holy Kids.

- Wijayanto, A. (2020). Peran orangtua dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak usia dini. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 4(1), 55–65. <https://doi.org/10.21831/diklus.v4i1.30263>
- Wijayanto, A., & Novitasari, K. (2019). Strategi pengembangan kecerdasan emosi anak usia dini di Kelurahan Krobokan Kecamatan Semarang Barat. *Tunas Cendekia*, 2(2), 89–96. <https://doi.org/10.24256/tunas%20cendekia.v2i2.1301>
- Yunia, S. A. P., Liyanovitasari, & Saparwati, M. (2019). Hubungan kecerdasan emosional dengan kenakalan remaja pada siswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 55–64. <https://doi.org/10.32584/jikj.v2i1.296>