

## Peran Orangtua dalam Perkembangan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun di TK ABA Tegalsari, Bantul

Aprilia Ayu Saputri, Intan Puspitasari

Universitas Ahmad Dahlan

Email: ayu97.april@gmail.com; intan.puspitasari@pgpauud.uad.ac.id

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan memperoleh informasi tentang peran orang tua dalam perkembangan regulasi emosional anak usia 5-6 tahun di TK ABA Tegalsari Bantul. Berdasarkan observasi awal ditemukan beberapa permasalahan diantaranya dari 30 anak di kelas B terdapat 5 anak temperamen, 5 anak sering terlihat marah, 3 anak sering terlihat emosi verbal, 11 anak lebih banyak diam, dan 6 anak cenderung ingin menang sendiri. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara. Peneliti melibatkan 4 subjek dengan kriteria orang tua murid siswa kelompok B, anak sering marah berlebihan, belum bisa mengekspresikan emosi sesuai dengan keadaan atau situasi yang ada seperti menangis saat diganggu temannya, dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bentuk peran orangtua sebagai motivator, fasilitator, pembimbing, dan pendidik sudah dilakukan orang tua sebagai usaha membantu perkembangan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun, namun ada faktor lain yang membuat perkembangan regulasi emosi anak masih kurang baik yaitu belum konsistennya pendampingan orangtua dan bentuk mengekspresikan emosi negatif orangtua dalam proses pengasuhan yang tidak sadar diamati dan ditiru oleh anak. Peran orang tua yang paling banyak digunakan yaitu mengajak anak berbicara, mengapresiasi perbuatan baik anak, dan memberi pengertian saat anak mengeluarkan emosi negatif.

**Kata Kunci:** Peran orangtua, regulasi emosi, anak

### Abstract

*This study aims to obtain information about the role of parents in the development of emotional regulation of children aged 5-6 years in TK ABA Tegalsari Bantul. Based on the initial observations, the researchers saw several problems including from 30 children in class B there were 5 temperamental children, 5 children often looked angry, 3 children often saw verbal emotions, 11 children were more silent, and 6 children tended to want to win on their own. This research was conducted using qualitative and descriptive research methods with interview techniques. The instrument used is an interview guide. This research was conducted at TK ABA Tegalsari, Banguntapan, Bantul. The researcher determined the subject as many as 4 parents of group B students with children aged 5-6 years and these children showed less development of emotional regulation. The results of this study can be seen from the form of the role of parents as motivators, parents as facilitators, parents as mentors, and parents as educators that parents have done in an effort to help the development of emotional regulation of children aged 5-6 years, but there are other factors that make the development of children aged 5-6 years old. The regulation of children's emotions is still not good, namely the inconsistency of parental assistance and the form of expressing parents' negative emotions in the parenting process that children are not aware of and imitate. Of the several forms of parental roles above, the most widely used parental roles are inviting children to talk, appreciating children's good deeds, and giving understanding when children express negative emotions.*

**Keywords:** The role of parents, emotion regulation, children.

## 1. PENDAHULUAN

Perkembangan anak di usia 5-6 tahun mengalami kemajuan yang sangat pesat pada beberapa aspek perkembangan salah satunya ialah perkembangan sosial emosional. Para pakar telah menyakini bahwa IQ (kecerdasan otak) ternyata hanya memberi kontribusi lebih sedikit dibandingkan dengan kecerdasan emosional (EQ). Menurut Goleman (2017: 42) kecerdasan intelektual tak dapat bekerja dengan sebaik-baiknya tanpa kecerdasan emosional. Orang-orang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi akan memiliki regulasi sosial yang baik, mudah bergaul, ramah, tidak mudah takut atau gelisah dan bersikap tegas dalam mengungkapkan perasaan mereka.

Regulasi emosi merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh seseorang yang berkaitan dengan bagaimana seseorang menerima, menilai, mengelola, dan mengungkapkan emosinya secara tepat untuk mencapai keseimbangan emosionalnya. Kemampuan yang baik dalam mengelola emosi akan menjadikan seseorang mampu menghadapi ketegangan atau situasi apapun dalam kehidupannya (Gross, 1998: 271-272). Adapun menurut Gross dan John (2003: 62) menjelaskan bahwa, regulasi emosi meliputi seluruh kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan situasi tertentu, mengenali kelebihan dan kekurangan diri individu serta mempunyai gambaran konsep yang jelas tentang dirinya.

Perkembangan regulasi emosi anak terbagi menjadi 2 faktor, yaitu faktor intrernal dan faktor eksternal. Menurut Bukatko (2008: 43) Faktor internal terdiri dari tempramen anak dan sistem syaraf. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari usia, jenis kelamin, peran orangtua, lingkungan, dan religiusitas (Pratisti, 2013: 9-15). Faktor internal lain yaitu temperamen yang merupakan dasar kepribadian yang dimiliki individu sejak lahir (Santrock, 2007: 87).

Peran orang tua menjadi salah satu pengaruh dalam regulasi emosi anak. Peran orang tua adalah tingkah laku orang tua dalam memegang posisi tertentu pada lembaga keluarga, yang di dalamnya berfungsi sebagai

pengasuh, pembimbing, dan pendidik anak (Novrinda dkk, 2017: 42). Menurut Juraida dkk (2016: 2) Setiap anak memiliki sifat yang berbeda-beda dan memiliki keunikan, ada yang bersifat pendiam, pemarah, sabar, dan lain sebagainya. Seperti halnya dengan pengendalian emosi setiap anak berbeda beda bergantung pada cara orang tua membimbing anak dalam mengungkapkan emosinya.

Orang tua merupakan orang pertama yang mengajari anak-anak mereka dalam meregulasi emosi dengan memberikan pengalaman, pengetahuan, dan keteladanan. Keterlibatan orang tua dalam memberikan bimbingan dan arahan kepada anak akan menentukan keberhasilan anak pada tahap selanjutnya (Permono, 2013: 35-37). Anak yang mampu mengendalikan emosinya dengan baik, pada umumnya akan diterima dengan baik di lingkungannya begitupun sebaliknya.

Seperti halnya pemaparan Morris et al (dalam Pratisti 2013: 323) bahwa kemampuan regulasi emosi anak ditentukan oleh orangtua yang peran sebagai *role model* bagi anaknya. Orangtua dengan regulasi emosi baik akan membuat anak-anaknya menjadi baik pula regulasi emosinya. Menurut Bandura (Pratisti 2013: 324) kemampuan regulasi emosi tidak muncul secara tiba-tiba melainkan hasil belajar berdasarkan pengamatan terhadap orang lain atau lingkungan. Orang tua dapat membimbing anak dalam mengendalikan emosinya dengan memberikan contoh yang baik terhadap anak. Banyak cara untuk orang tua membantu meregulasi emosi anak diantaranya yaitu, mengenalkan jenis-jenis emosi pada anak, berdiskusi tentang perasaan dengan anak, mengajarkan strategi menghadapi perasaan kepada anak, memberikan penguatan positif kepada anak, dan memberikan contoh regulasi emosi yang baik kepada anak.

Melihat permasalahan ini, maka peneliti melakukan observasi kepada anak dan wawancara kepada guru kelas kelompok B di TK ABA Tegalsari dengan hasil secara emosi anak dapat mengenali perasaannya sendiri dan mengelolanya secara wajar sesuai

situasinya namun, yang ditemukan di lapangan dari 30 anak di kelas B terdapat 5 anak temperamen, terdapat 5 anak sering terlihat marah, terdapat 3 anak sering terlihat emosi verbal, 11 anak lebih banyak diam, dan 6 anak cenderung ingin menang sendiri.

Informasi lain yang didapatkan peneliti adalah belum ada tema khusus yang membahas perkembangan regulasi emosi anak di program *parenting* TK ABA Tegalsari. Oleh karena itu, perkembangan regulasi emosi anak masih kurang sesuai dengan STPPA dikarenakan sinergisitas antara orang tua dan sekolah belum optimal. Selain itu, pada hasil kajian kepustakaan yang peneliti lakukan masih sedikit penelitian terkait perkembangan regulasi emosi pada anak. Justru pada penelitian sebelumnya lebih banyak membahas mengenai regulasi emosi orangtua.

Berdasarkan studi pendahuluan TK ABA Tegalsari yang telah dijabarkan di atas, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian kepada anak yang perkembangan regulasi emosinya masih kurang untuk diidentifikasi bagaimana peran orang tua dalam perkembangan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun di TK ABA Tegalsari, Banguntapan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

## 2. KAJIAN PUSTAKA

### A. Peran Orangtua

Peran orangtua adalah perilaku orangtua yang menduduki posisi tertentu dalam lembaga keluarga dan selama mereka berfungsi sebagai pengasuh, pembimbing dan pendidik bagi anak (Novrinda dkk, 2017:42). Peranan yang benar bisa membantu anak agar bisa tumbuh secara optimal (Maharani, 2020:93). Sebagai orangtua mengasuh, mendidik, merawat, dan melindungi anak termasuk kewajiban dan tanggung jawab yang mereka miliki. Seperti yang dikemukakan oleh Pratama (2018: 102) bahwa orang tua berkewajiban dan bertanggung jawab dalam mengasuh, mendidik, dan melindungi anak.

Orangtua merupakan faktor utama keberhasilan pendidikan karakter di dalam keluarga dengan memberi contoh yang diperlihatkan pada anak. Keterlibatan orangtua dalam memberikan bimbingan serta arahan bagi anak akan menentukan keberhasilan anak pada tahap selanjutnya (Permono, 2013: 35).

Bentuk peran orangtua sejatinya sama dengan bentuk peran yang diberikan guru di sekolah. Bentuk-bentuk peran orangtua tersebut antara lain:

#### a. *Orangtua sebagai motivator*

Motivasi yang diberikan bisa dalam bentuk memberikan dorongan dalam bentuk nasihat dan komunikasi yang baik dengan anak, pemberian spirit dalam bentuk pujian atau hadiah atas perbuatan baik yang telah mereka lakukan (Renaldi, 2000: 43).

#### b. *Orangtua sebagai pendidik*

Umar (2015: 20) mengemukakan bahwa keberhasilan pendidikan anak ditentukan oleh peran orangtua dalam mendidik anaknya.

#### c. *Orangtua sebagai fasilitator*

Peran orangtua sebagai fasilitator hal ini dibuktikan dengan pemberian fasilitas kepada anak mulai dari tempat khusus, tempat penyimpanan perlengkapan belajar ataupun memenuhi apa yang anak butuhkan seperti mainan, serta pendampingan saat anak bermain. (Pratama, 2018: 7).

#### d. *Orangtua sebagai pembimbing*

Memfasilitasi dan membiayai anak belajar merupakan kewajiban orangtua, akan tetapi bimbingan orangtua juga sangat dibutuhkan oleh anak. Ketika anak mengalami kesulitan dalam kegiatan bermain ataupun belajar yang sedang dilakukan sebagai orangtua harus memberikan pengertian dan membantu sebisa mungkin kesulitan yang dialami anak (Slameto, 2003: 64).

### B. Perkembangan Regulasi Emosi Anak

Regulasi emosi diartikan sebagai pikiran atau peringatan yang dipengaruhi oleh emosi individu, bagaimana individu mengalami dan mengekspresikan

emosinya (Gross & John dalam Shahadat, 2013: 23). Pikiran dan perilaku individu sangat terpengaruh oleh emosi individu tersebut. Ketika individu mengalami emosi negatif, mereka biasanya tidak dapat berpikir jernih dan mengambil tindakan di luar kesadaran.

Hal tersebut diperkuat oleh pendapat Gresham dan Eleonora (2012: 618) regulasi emosi melibatkan proses ekstrinsik dan intrinsik yang bertanggung jawab untuk mengelola emosi seseorang menuju pencapaian tujuan dan termasuk manipulasi emosi positif dan negatif. Regulasi emosi melibatkan pengendalian rangsangan yang muncul dari dalam dan mengatur perilaku karena kemampuan untuk memodulasi ekspresi, perilaku, dan impuls perasaan. Pada konteks anak usia dini, regulasi emosi digambarkan sebagai kemampuan dalam mengenali emosi diri sendiri dan orang lain serta kemampuan mengkomunikasikan perasaannya dengan tepat. Regulasi emosi adalah kemampuan yang tidak dapat muncul secara tiba-tiba, melainkan sudah dibiasakan dan ditanamkan pada diri anak sejak usia dini (Pratiwi, et al., 2018: 10).

Tingkat pencapaian regulasi emosi anak usia 5-6 tahun menurut Widyaningsih (2016: 11-22) yaitu:

- a. *Mengelola emosi dan mengenali perasaan sendiri* yaitu bagaimana anak-anak dapat mengenali perasaan mereka sendiri dan juga menangani perasaan mereka secara alami melalui pengalaman di lingkungan. Misalnya, anak dapat dengan baik menunjukkan bahwa mereka sedang marah, senang atau sedih.
- b. *Mengekspresikan emosi sesuai dengan kondisi yang ada.* Hal ini berkaitan dengan cara anak mengekspresikan emosi yang dialami dalam keadaan tertentu. Misalnya saat anak sedih, anak menangis, saat menerima hadiah, anak mengungkapkan perasaan senang.
- c. *Menyesuaikan dengan situasi dan mengendalikan diri sendiri.* Dalam

hal ini, anak dapat menunjukkan bahwa mereka dapat beradaptasi dengan situasi yang ada atau saat ini. Misalnya, di lingkungan baru, anak dapat beradaptasi dan berteman dengan cepat.

- d. *Mengetahui perasaan orang lain dan merespon secara wajar.* Adapun dalam hal ini, bagaimana cara anak mengetahui perasaan teman dan merespon secara tepat. Misalnya saat teman sedang sedih anak mampu menunjukkan rasa empatinya.

Menurut Kharisma dkk (2020: 94) banyak cara untuk orangtua menjalankan peranannya dalam perkembangan regulasi emosi anak, diantaranya:

- a. *Menjadi panutan/teladan.* Orangtua adalah teladan atau bisa disebut juga *role model* bagi anak-anaknya setelah mereka dewasa. Mengajarkan anak tentang regulasi emosi akan membantunya tumbuh menjadi anak yang kuat secara emosional. Anak yang memahami emosinya dan memiliki regulasi emosi yang baik, mereka dapat menghadapi segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya. Dalam hal ini orangtua dapat terlebih dahulu menjadi panutan/teladan untuk mencontohkan penguasaan dan pengelolaan emosi. Misalnya saat menghadapi stres dalam bekerja, kemampuan orangtua untuk mengontrol dan menghadapi stres tersebut akan dipelajari oleh anak. Bagi anak yang terbiasa melihat orangtua melampiaskan kemarahan yang meledak-ledak di rumah, mereka akan cenderung merasa bahwa melampiaskan amarah yang meledak-ledak adalah hal yang biasa.
- b. *Menjadi motivator.* Orangtua memberikan apresiasi sebagai penguatan positif. Penguatan yang diberikan terhadap tindakan ataupun respon positif yang di tunjukkan anak, seperti dengan memberikan pujian

ataupun penghargaan (khusniah, 2018: 94).

- c. *Menjadi fasilitator.* Pemberian fasilitas kepada anak mulai dari tempat perlengkapan belajar ataupun memenuhi apa yang anak butuhkan seperti mainan, serta pendampingan saat anak bermain (Pratama, 2018: 7). Pendampingan ketika anak sedang bermain menjadi salah satu fasilitas orangtua dalam perkembangan regulasi emosi anak. misalnya ketika sedang bermain ataupun melakukan kegiatan anak merasa kesulitan orangtua perlu memberikan pendampingan.
- d. *Menjadi pembimbing.* Pada peran ini orangtua membimbing anak dalam membantu proses perkembangan regulasi emosi anak. Misalnya, ketika melihat anaknya marah secara berlebihan orangtua memberikan bimbingan, arahan dan masukan bagaimana sebaiknya mereka menanggapi situasi yang mereka hadapi.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan peran orangtua dalam perkembangan regulasi anak dengan melakukan beberapa cara yaitu, orangtua menjadi panutan/teladan, motivator, fasilitator, dan pembimbing.

### 3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang dimaksudkan untuk mendapatkan informasi mendalam dan komprehensif tentang peran orangtua dalam perkembangan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun di TK ABA Tegalsari Yogyakarta. Responden dalam penelitian ini terdiri dari 4 orangtua. Kriteria orangtua siswa TK ABA Tegalsari yang memiliki anak berusia 5-6 tahun, belum bisa mengontrol emosinya seperti marah yang berlebihan, belum bisa mengeskpresikan

emosi sesuai dengan keadaan atau situasi yang ada seperti menangis saat diganggu temannya, dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Langkah pertama peneliti meminta izin dan persetujuan penelitian kepada calon responden. Permintaan izin tersebut dilakukan via whatsapp dengan menerapkan kode etik penelitian. Kode etik tersebut berupa norma yang harus dipatuhi oleh peneliti dalam melaksanakan penelitiannya dengan tujuan supaya subjek merasa nyaman dan kemudian bersedia untuk diteliti. Isi dari surat resmi tersebut yaitu berupa hak dan kewajiban yang dimiliki oleh peneliti serta responden, prosedur, dan pertanggung jawaban penelitian.

Setelah itu peneliti meminta responden untuk mengisi data identitas anak dan orangtua dan berdiskusi dengan responden tentang waktu wawancara. Kemudian, peneliti dan informan menentukan jadwal pelaksanaan wawancara. Setelah disepakati, peneliti melaksanakan wawancara jarak jauh via telepon. Pada saat melakukan wawancara jarak jauh, peneliti merekam jalannya wawancara dengan menggunakan alat perekam suara tujuannya agar informasi yang didapatkan dapat dianalisis dan peneliti dapat mengolah data hasil wawancara tersebut.

Wawancara dilakukan secara menyeluruh dan semi terstruktur kepada responden penelitian dengan aturan-aturan yang dibuat. Teknik wawancara dilakukan untuk mengungkap data tentang peran orangtua, jenis lanjutan dari peran orangtua, manfaat peran orangtua dan faktor-faktor yang mempengaruhi peran orang tua dalam perkembangan regulasi emosi anak. Selama proses wawancara berlangsung, peneliti mencatat semua jawaban terwawancara, termasuk mimik, gerakan maupun hal-hal lain yang terjadi.

Peneliti menggunakan pertanyaan langsung kepada orangtua siswa sebagai subjek dan sumber informasi. Selain instrumen, peneliti juga menggunakan dua teknik yaitu menemui responden secara langsung dengan menggunakan alat bantu berupa HP untuk merekam proses wawancara

dan menghubungi responden via videocall whatsapp untuk mendokumentasikan kegiatan wawancara.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Aspek pada penelitian ini yaitu peran orangtua terkait aspek motivator, aspek fasilitator, aspek pembimbing, dan aspek pendidik.

Peran orangtua dalam perkembangan emosi dilihat dari aspek aspek di atas dapat di turunkan menjadi dorongan dan apresiasi, pendampingan sebagai fasilitas, membimbing, dan teladan atau panutan atau bisa disebut juga role model.

##### a. Peran Orangtua Terkait Dorongan dan Apresiasi yang diberikan Orangtua dalam Perkembangan Regulasi Emosi

Berdasarkan hasil wawancara terkait dengan dorongan dan apresiasi yang diberikan orangtua dalam membantu perkembangan regulasi emosi anak, peneliti menemukan bahwa pendapat orangtua tentang dorongan dan apresiasi yang diberikan orangtua dalam membantu perkembangan regulasi emosi bermacam-macam, sesuai dengan pandangan masing-masing.

Cara orangtua memberikan dorongan dalam membantu anak mengelola emosinya dengan mengajak anak berbicara dan berkomunikasi serta menjelaskan dengan baik mengenai perasaan anak. Sebagaimana pendapat (Kharisma dkk 2020: 94) yang mengatakan bahwa motivasi yang diberikan Selain itu orangtua mengenalkan emosi kepada anak orangtua juga menjelaskan bagaimana orangtua mengelola emosinya sesuai dengan keadaan atau situasinya. Selanjutnya apresiasi yang diberikan orangtua ialah pujian, seperti mengucapkan adek hebat, mengacungkan jempol, dan memberi pelukan. Sependapat dengan (Khusniyah, 2018: 94) yang

menyatakan bahwa penguatan dapat diberikan jika anak melakukan tindakan ataupun respon positif terhadap suatu peristiwa, contoh penguatannya seperti memberikan pujian ataupun penghargaan kepada anak.

Maka, dari penjelasan di atas dapat disimpulkan peran orangtua dalam memberikan dorongan dan apresiasi jika dilakukan dengan baik akan berdampak baik kepada perkembangan regulasi emosi anak. Hal ini dapat dilihat dari hasil wawancara terkait peran orangtua dalam memberikan dorongan dan apresiasi untuk membantu perkembangan regulasi emosi anak. Namun kenyataannya masih ada faktor lain yang membuat perkembangan regulasi emosi anak menjadi kurang baik seperti dalam menasihati orangtua terkadang terselip kalimat negatif misalnya anak bertengkar dengan temannya dilerai dan menanyakan alasan mengapa mereka bertengkar jika anaknya yang salah dinasihati dan diberi pengertian kalau apa yang dikalukannya salah namun jika temannya yang salah anak dinasihati agar tidak bermain dulu dengan temannya tersebut. Cara melerainya benar namun saat menasihati anak Ketika temannya berbuat salah kurang tepat.

##### b. Peran orangtua Terkait Pendampingan Sebagai Fasilitas dalam Perkembangan Regulasi Emosi

Berdasarkan hasil wawancara peran orangtua terkait pendampingan sebagai fasilitas dalam perkembangan regulasi emosi anak, peneliti menemukan bahwa fasilitas yang diberikan kepada anak dalam mengelola emosi ialah pendampingan dan yang dilakukan orangtua ketika belum mampu

memberikan fasilitas kepada anak dalam mengelola emosinya ialah dengan memberikan pengertian.

Fasilitas yang berikan orangtua kepada anak dalam membantu mengelola emosinya ialah memantau dan memberikan pendampingan saat anak sedang bermain. Hal ini sependapat dengan pendapat (Pratama, 2018: 7) yang mengatakan bahwa Pemberian fasilitas kepada anak mulai dari tempat, perlengkapan belajar ataupun memenuhi apa yang anak butuhkan seperti mainan, dan pendampingan saat anak bermain (Pratama, 2018: 7). Pendampingan saat anak bermain bisa dilakukan dengan memantau saja ataupun memberikan kesempatan kepada anak untuk mengambil keputusan untuk dirinya sendiri, atau ketika sedang bermain dan anak mulai merasa kesulitan orangtua perlu memberikan pendampingan. Kemudian terkait dengan yang orangtua lakukan ketika belum mampu memberikan fasilitas kepada anak dalam membantu mengelola emosinya yaitu dengan memberikan pengertian dan penjelasan kepada anak tentang alasan mengapa orangtua belum bisa memberikan fasilitas yang dibutuhkan.

Menurut hasil wawancara peneliti terhadap responden salah satu diantaranya ada yang mengatakan jika orangtua belum konsisten dalam mendampingi anak bermain. Menurut penelitian Sasmita (2020: 32) pengaruh yang di dapat dari pendampingan yaitu mengajarkan anak tentang bertanggung jawab dengan apa yang dimiliki dan apa yang diperbuat. Maka dapat disimpulkan jika peran orangtua terkait pendampingan sebagai fasilitas memberikan dampak positif terhadap perkembangan regulasi emosi anak. Hal ini dapat di lihat dari

hasil wawancara jika peran fasilitator memberikan dampak positif terhadap perkembangan regulasi emosi anak, namun ada faktor lain yang membuat perkembangan regulasi emosi anak menjadi kurang baik yaitu karena kurang konsistennya pendampingan yang diberikan orangtua kepada anak.

c. Peran orangtua Terkait Bimbingan dalam Perkembangan Regulasi Emosi

Berdasarkan hasil wawancara peran orangtua terkait bimbingan dalam perkembangan regulasi emosi anak, peneliti mendapatkan hasil bimbingan yang diberikan orangtua kepada anak mengenai perasaan diri sendiri dan orang lain serta mengekspresikan emosinya ialah dengan memberi pengertian. Sebagaimana pendapat (Kharisma dkk 2020: 94) ketika melihat anaknya marah secara berlebihan orangtua memberikan bimbingan, arahan dan masukan bagaimana sebaiknya mereka menanggapi situasi yang mereka hadapi. Peran orangtua dalam memberi pengertian biasanya dengan melakukan diskusi tentang apa yang dirasakan satu sama lain, serta menjelaskan bagaimana mengekspresikan emosinya dengan baik.

Selanjutnya bimbingan orangtua kepada anak mengenai cara mengekspresikan emosinya yaitu dengan mengajak anak berbicara tentang perasaannya ataupun emosinya, dan berkomunikasi dengan anak. Hal ini sejalan dengan pendapat Jamaludin (2019: 172) komunikasi orangtua dalam keluarga menentukan pembentukan pribadi anak didalam dan diluar rumah. Berdasarkan penelitian di atas dapat ditarik kesimpulan peran orangtua dengan bimbingan memberikan berkontribusi baik terhadap perkembangan regulasi emosi anak.

Sehingga penelitian terkait peran orangtua dengan bimbingan dalam perkembangan regulasi emosi anak masih perlu dilakukan penelitian lanjutan.

d. Cara orangtua Mengajarkan Strategi Mengelola Emosi

Berdasarkan hasil wawancara peran orangtua terkait cara orangtua mengajarkan strategi mengelola emosi, peneliti menemukan bahwa cara orangtua mengenalkan macam macam emosi dan mengajarkan tentang strategi mengelola emosinya kepada anak yaitu dengan memperlihatkan atau mencontohkan ekspresi emosi atau perasaan yang sedang dirasakan dan mengizinkan anak melampiaskan emosi negatifnya ataupun kemarahannya dengan caranya namun tidak sampai berlebihan ini sangat berpengaruh kepada anak.

Sebagaimana pendapat Gurnaso (2001: 31) mengatakan bahwa peran orangtua dalam keluarga ialah sebagai contoh dan teladan. Hal ini ditunjukkan dengan cara orangtua mencontohkan ekspresi emosi atau perasaan yang sedang dirasakan antara keduanya. Berdasarkan hasil wawancara salah satu responden mengatakan bahwa anaknya pernah mengikuti cara orangtua mengekspresikan emosi negatif yaitu dengan tindakan mencubit atau menjewer.

Tindakan ini juga dilakukan saat anak sedang marah dengan temannya, setelah mengetahui hal itu orangtua langsung merubah cara mengekspresikan emosinya. Seiring dengan berjalannya waktu anak juga mulai berhenti melakukan tindakan tersebut kepada temannya. Sependapat dengan Bandura (Janet 2018: 190) tindakan mengamati memberi ruang belajar terhadap individu. Manusia belajar dengan mengamati perilaku orang lain dan

mengolah apa yang diamati lalu menirukan apa yang diamati. Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan bahwa memberikan panutan atau teladan ini berdampak terhadap baik atau buruknya perkembangan regulasi emosi anak.

Berdasarkan hasil wawancara dan pembahasan peneliti menemukan dari beberapa bentuk peran orangtua di atas, peran orangtua yang paling banyak digunakan yaitu menjaga komunikasi baik dengan anak, memberikan apresiasi, dan memberi pengertian saat anak mengeluarkan emosi negatif. Menjaga komunikasi baik antara anak dan orangtua dapat dilakukan untuk menjalin suatu komunikasi yang efektif antara orangtua dan anak menggunakan self disclosure yang juga harus diikuti dengan menerapkan sikap mendengarkan karena mendengarkan dapat berarti memberikan perhatian, memahami, mengevaluasi suatu stimulus yang kita terima (Supratiknya, 1995: 45). Artinya dalam mendidik anak berkaitan dengan komunikasi, penting sekali mendengarkan perasaan, karena apa yang dirasakan oleh orang lain, jauh lebih bermakna dan mempengaruhi apa yang dilakukan daripada yang dipikirkan (Handayani, 2016: 62).

Apresiasi termasuk kedalam penguatan positif, pada penelitian ini apresiasi yang digunakan oleh orangtua adalah pujian dan penghargaan sebagai sebuah penguatan positif untuk anak. Sependapat dengan penelitian Novita (2015: 253) yang mengatakan bahwa hadiah merupakan alat pendidikan yang menyenangkan diberikan kepada anak yang telah menjalankan kegiatan positif yang selalu diharapkan, agar anak lebih giat lagi belajarnya dan mencapai

prestasi yang lebih baik lagi dari apa yang telah dicapai saat ini.

## 5. SIMPULAN

Peran orangtua dalam perkembangan regulasi emosional anak usia 5-6 tahun di TK ABA Tegalsari Bantul meliputi dorongan dan apresiasi, pendampingan sebagai fasilitas, bimbingan orangtua, dan cara orangtua mengajarkan strategi mengelola emosi. Dorongan dan apresiasi ditunjukkan dengan selalu mengajak anak berbicara mengenai perasaan dan mengapresiasi dengan pujian. Pendampingan ditunjukkan dengan orangtua mendampingi anak saat bermain, bimbingan orangtua ditunjukkan dengan memberi arahan dan pengertian kepada anak. Cara orangtua mengajarkan strategi mengelola emosi ditunjukkan dengan memberikan contoh dan teladan kepada anak. Bentuk peran orangtua di atas sudah dilakukan orangtua sebagai usaha membantu perkembangan regulasi emosi anak, namun ada faktor lain yang membuat perkembangan regulasi emosi anak masih kurang baik yaitu belum konsistennya pendampingan orangtua, orangtua masih menasihati anak dengan kalimat negatif dan bentuk mengekspresikan emosi negatif dalam proses pengasuhan yang secara tidak sadar diamati dan ditiru oleh anak. Berdasarkan hasil penelitian dari beberapa bentuk peran orangtua di atas, peran orangtua yang paling banyak digunakan yaitu mengajak anak berbicara, mengapresiasi perbuatan baik anak, dan memberi pengertian saat anak mengeluarkan emosi negatif.

## 6. REFERENSI

- Bukatko. 2008. *Child and adolescent development: A chronological approach*. Boston: Houghton Mifflin.
- Goleman, D. 2017. *Emotional Intelligence* (terjemahan). PT Gramedia Pustaka, Jakarta.
- Gresham dan Eleonora. 2012. Personality and individual differences. *Elsevier Journal* 52 616–621.
- Gross, J. J. & Ross A. Thompson. 1998. Antecedent and response focused emotion regulation: divergent consequences for experience and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*. 74. 224-237.
- Gross, J.J & John, O. P. 2003. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 85, No. 2, 348–362.
- Handayani, M., Penelitian, P., Pendidikan, K., & Kemdikbud, B. 2016. Pencegahan kasus kekerasan seksual pada anak melalui prevention of sexual violence cases in children through interpersonal communication. *Jurnal Ilmiah VISI PGTK PAUD dan DIKMAS*, 12(1), 67–80. [journal.unj.ac.id/unj/index.php/jiv/article/download/2805/2091](http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jiv/article/download/2805/2091)
- Janet Herly .L. 2018. Penerapan teori belajar sosial Albert Bandura dalam proses belajar mengajar di sekolah. *KENOSIS* Vol, 4 No. 2
- Juraida Ida, Masluyah, Purwanti 2016. Pengendalian emosi anak usia 5-6 tahun di taman kanak-kanak ananda Pontianak Barat. Vol 5, No 3
- Khusniyah .N.L. 2018. Peran orang tua sebagai pembentuk emosional sosial anak. *Jurnal Qawwaram*. Vol. 11, No. 2
- Novita Anna, 2015. Pengaruh pemberian reward transaksional orangtua terhadap prestasi siswa di SMK N 1 Saptosari. *Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*, Vol. 22, No.3
- Pratama Dodi, 2018. Peran orangtua dalam meningkatkan pendidikan anak di

- desa piasak hilir kecamatan Selimbau, *Jurnal Pendidikan 1(1)*.
- Pratisti, W.D. 2013. Peran orangtua dalam perkembangan kemampuan regulasi emosi anak : model teoritis. *Prosiding Seminar Nasional Parenting*.
- Renaldi. 2000. *Peran orangtua Untuk Keberhasilan Anak Di Sekolah* Jakarta: Pusat Majalah Bulanan, Perkawinan Dan Keluarga No.336
- Santrock. 2007. *Perkembangan Anak*. Erlangga, Jakarta.
- Sasmita, S., & Sumarni, W. (2020). Peran Orang Tua Dalam Pendampingan Pembelajaran Online Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES*
- Seguin, D. 2016. New directions in parenting research. *Journal of Psychology And Cognition. 1(1):11-3*
- Slameto. 2003. *Peranan Ayah Dalam Pendidikan Anak*. Satya Wiydya, Salatiga.
- Supratiknya. 1995. *Komunikasi Antarpribadi:Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Kanisius.
- Umar, M. 2015. Peranan orangtua dalam peningkatan prestasi belajar anak. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling, 1(1), 20*.  
<https://doi.org/10.22373/je.v1i1.315>
- Widyaningsih, T.S, Kustriyani, M & Handayani, K. 2016. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perkembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Prasekolah di TK Panti Puruhita Krpyak Kota Semarang. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan, 3(2), 168- 17*