

DONGENG SEBELUM TIDUR DALAM MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL ANAK 4-5 TAHUN

Nur Intan Rochmawati
Program Studi PGPAUD, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia
Email: intansamsu059@gmail.com

Abstrak

Dasawarsa terakhir ini telah tercatat rentetan peristiwa yang mencerminkan meningkatnya suasana emosi, rasa keputusasaan, dan rapuhnya moral dalam masyarakat, serta kehidupan bersama. Meningkatnya tindak kekerasan dan frustrasi/kekecewaan, baik berupa rasa kesepian anak-anak yang terpaksa ditinggal sendiri atau diasuh *babysitter* dan televisi, atau dalam kepahitan anak-anak yang dipinggirkan, disia-siakan, atau diperlakukan dengan kejam, atau dalam keintiman tidak lazim dari tindakan kekerasan dalam perkawinan. Meluasnya gejala penyimpangan emosional terlihat pada melonjaknya angka tingkat depresi di seluruh dunia dan pada tanda-tanda tumbuhnya agresivitas. Terkait dengan upaya meningkatkan kecerdasan emosional dapat dilakukan dengan melibatkan anak secara emosional melalui penjelajahan karya sastra yang menggambarkan dunia imajiner. Tulisan ini adalah hasil dari penelitian dengan kualitatif. Hasil penelitian tersebut adalah anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret berkaitan dengan 8 aspek cerita, yaitu: (1) jenis cerita, (2) cara bercerita, (3) tema cerita, (4) tokoh cerita, (5) latar cerita, (6) alur cerita, (7) penyajian cerita, dan (8) tindak lanjut bercerita.

Kata kunci: dongeng, kecerdasan emosional, anak usia dini

PENDAHULUAN

Usia dini merupakan masa penting bagi kehidupan seseorang kelak, untuk itu sangat perlu diperhatikan stimulasi yang tepat dalam pertumbuhan dan perkembangan di semua aspek. Usia 0-8 tahun merupakan batasan anak usia dini. Salah satu aspek yang perlu distimulasi secara holistik integratif adalah perkembangan emosional.

Kehidupan anak-anak usia dini dewasa ini semakin mencemaskan. Mereka diperdaya oleh televisi, dengan tayangan-

tayangan yang sarat eksploitasi dan bertendensi kepentingan komersial. Minimnya pertunjukan kesenian dan dongeng, membuat kehidupan anak-anak semakin mencemaskan. Dengan kondisi tersebut, kalau tidak diantisipasi secara dini, dikhawatirkan anak-anak itu akan tumbuh dengan kepribadian menyimpang dan keras (*Kompas*, 30 Juli 1997: 4)

Hal tersebut disebabkan tayangan di televisi lebih banyak memasung kreativitas dan bahkan memasung hak asasi anak-anak. Anak-anak disuruh berdandan, berias,

bernyanyi, dan melakukan gerak-gerik seperti orang dewasa. Selain itu, anak-anak tidak diberikan kesempatan memberikan respon aktif. Hal itu akan dapat menimbulkan apatisme dan hilanglah daya kreativitasnya. anak-anak tidak dituntut berpikir dan menjawab pertanyaan secara aktif.

Keadaan di atas diperkuat oleh laporan yang menyatakan bahwa pada dasawarsa terakhir ini telah tercatat rentetan peristiwa yang mencerminkan meningkatnya suasana emosi, rasa keputusasaan, dan rapuhnya moral dalam masyarakat, serta kehidupan bersama. Tahun-tahun terakhir ini telah terekam meningkatnya tindak kekerasan dan frustrasi/kekecewaan, baik berupa rasa kesepian anak-anak yang terpaksa ditinggal sendiri atau diasuh *babysitter* dan televisi, atau dalam kepahitan anak-anak yang dipinggirkan, disia-siakan, atau diperlakukan dengan kejam, atau dalam keintiman tidak lazim dari tindakan kekerasan dalam perkawinan. Meluasnya gejala penyimpangan emosional terlihat pada melonjaknya angka tingkat depresi di seluruh dunia dan pada tanda-tanda tumbuhnya agresivitas (Goleman 1996: xi).

Kondisi masyarakat di atas dipertegas oleh penelitian-penelitian yang mengungkapkan bahwa kini masyarakat berusaha keras membuat anak lebih cerdas, atau paling tidak menghasilkan nilai lebih baik dalam ujian-ujian IQ standar. Menurut James

R Flynn, seorang pakar filsafat politik di Universitas of Otago, New Zealand, angka IQ telah meningkat lebih dari dua puluh poin sejak pertama kali pada awal abad ini. Namun ironisnya, sementara dari generasi ke generasi anak-anak semakin cerdas, sebaliknya keterampilan emosional dan sosialnya merosot tajam (Shapiro 1995: 5).

Terkait dengan upaya meningkatkan kecerdasan emosional, seperti harapan pada penelitian-penelitian di atas, salah satunya dapat dilakukan dengan melibatkan anak secara emosional melalui penjelajahan karya sastra. Sebagaimana dikatakan oleh Kayam (1988) peran karya sastra sebagai salah satu sarana mengembangkan kecerdasan emosional anak, tidak terlepas dari konsep karya sastra sebagai model kehidupan. Artinya, karya sastra menggambarkan dunia imajiner yang memiliki hubungan secara langsung maupun tidak langsung dengan kehidupan dalam dunia nyata. Dalam hal ini keberadaan karya sastra yang diciptakan seorang sastrawan memang tidak dapat dilepaskan dari sastrawan dan kehidupan nyata.

Menurut Hein (1999: 3), masih dipertentangkan apakah kecerdasan emosional merupakan suatu potensi bawaan atautkah serangkaian kemampuan, kompetensi, atau keterampilan. Senada dengan itu, Mayor & Salovey menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk merasakan secara akurat,

memahami, dan mengekspresikan emosi; kemampuan untuk mengetahui dan menjelaskan perasaan ketika perasaan tersebut mempengaruhi pikiran; kemampuan memahami emosi; dan kemampuan mengarahkan emosi guna perkembangan emosi dan intelektual. Daniel Goleman cenderung mengikuti definisi Mayor & Salovey ini dalam mendefinisikan kecerdasan emosional.

Pendapat lain menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah suatu keterampilan (*skill*) memahami diri sendiri, kemampuan mengatur diri sendiri, memotivasi dan empati, yang merupakan prediktor yang sangat kuat dan dapat dipercaya untuk meraih keberhasilan di tempat kerja. Oleh karena itu, seseorang yang mempunyai kecerdasan emosional adalah seseorang yang menyadari emosinya sendiri dan emosi orang lain dan menyesuaikan perilakunya berdasarkan pengetahuannya tentang kecerdasan emosional tersebut (Dulewicz dan Higgs 2000: 1). McCluskey (1997: 2-3) juga menyatakan bahwa kecerdasan emosional berkaitan dengan keterampilan emosi, ada enam keterampilan emosi yang esensial, yaitu memahami diri sendiri (*selfawareness*), mengelola emosi (*managing emotions*), empati (*emphaty*), komunikasi (*communicating*), kerjasama (*co-operation*), mengatasi konflik (*resolving conflicts*).

Pengukuran melalui evaluasi diri umumnya digunakan untuk mengukur kebiasaan ataupun keterampilan seseorang, serta disajikan dalam bentuk skala tingkat. Agar hasil pengukuran dapat lebih dipertanggungjawabkan, keinginan responden untuk terlibat baik diusahakan melalui instruksi agar responden menjawab sejujurnya.

Berdasarkan uraian di atas, kecerdasan emosional secara konseptual didefinisikan sebagai keterampilan, yang merupakan hasil kerjasama kekuatan emosional dengan pikiran rasional, untuk mengendalikan diri, semangat, ketekunan, serta kemampuan memotivasi diri, dan kemudian menggunakannya sebagai inti daya hidup sehingga sukses dalam membina hubungan dengan orang lain, sukses dalam pekerjaan serta sukses dalam hidup.

Adapun dimensi kecerdasan emosional dalam penelitian ini adalah (1) kemampuan untuk mengenal emosi diri, (2) kemampuan untuk mengelola dan mengekspresikan emosi, (3) kemampuan untuk memotivasi diri, (4) kemampuan untuk mengenali emosi orang lain, dan (5) kemampuan untuk membina hubungan orang lain.

Dimensi kemampuan untuk mengenal emosi diri mencakup indikator: (1) keterampilan mengenali dan merasakan emosi sendiri (2) memahami penyebab timbulnya perasaan tersebut, dan (3) menghargai kata

hati yang biasanya menjadi dasar dalam bertindak.

Dimensi kemampuan untuk mengelola dan mengekspresikan emosi terdiri atas indikator: (1) mempunyai toleransi yang tinggi terhadap frustrasi dan amarah, (2) dapat mengungkapkan perasaan dan pandangan secara positif dan jelas, (3) terampil mengekspresikan diri tentang faktor penyebab suatu keberhasilan dan kegagalan yang dialami tanpa menyalahkan diri sendiri, (4) mempunyai perasaan yang lebih positif tentang diri sendiri, dan (5) tidak larut dalam ketegangan dan kesedihan.

Dimensi kemampuan untuk memotivasi diri mengandung indikator: (1) lebih bertanggung jawab, (2) memusatkan pada tugas yang dikerjakan, (3) dapat menguasai diri dan tidak impulsif, dan (4) mempunyai prestasi kerja yang baik. Dimensi kemampuan untuk mengenali emosi orang lain terdiri atas indikator:

- (1.) bersedia menerima pendapat orang lain,
- (2.) menampung perasaan,
- (3.) kebutuhan dan kehendak orang lain, dan
- (4.) bersedia mendengarkan orang lain.

Dimensi kemampuan untuk membina hubungan orang lain mencakup indikator: (1) kemampuan berbagi peran dan tanggung jawab untuk kesuksesan organisasi, (2) aktif dan bertanggung jawab

dalam setiap perubahan organisasi, (3) menghindari terjadinya konflik, (4) mendorong kebiasaan berbagi ide, (5) perasaan dan informasi, (6) terampil dan tegas dalam berkomunikasi, (7) mampu mengakomodasi aspirasi individu dan tujuan profesional, dan (8) membentuk tim yang bersinergi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan spesifikasi penelitian secara diskriptif analitis artinya penulis akan mencari unsur-unsur, ciri-ciri, sifat-sifat suatu fenomena. Metode ini akan dimulai dengan mengumpulkan data, menganalisis data kemudian menginterpretasikannya (Suryana, 2010). Adapun sumber data dan jenis data yang digunakan adalah sumber data primer dan sumber data sekunder.

Sumber data primer adalah sumber data yang diperoleh langsung dari lapangan melalui riset dan wawancara kepada peserta didik, guru, pengelola dan orang tua. Sedangkan sumber data sekunder adalah data yang mendukung dalam penelitian yang dikumpulkan dari studi kepustakaan terhadap berbagai macam literatur seperti artikel tentang kecerdasan emosi, buku literatur tentang dongeng, literatur tentang implementasi dan peran orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak usia dini.

Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah observasi dan wawancara. Observasi dilakukan untuk mengetahui perilaku awal sebelum dan sesudah pembiasaan dongeng sebelum tidur, menggali makna dari jawaban subjek melalui mimik wajah, perilaku dan gestur.

Wawancara yang digunakan adalah wawancara mendalam yang terfokus dan bersifat terbuka. Sebelum melakukan wawancara, penulis terlebih dahulu menyusun pedoman wawancara atau kerangka pertanyaan yang diajukan. Pokok-pokok pertanyaan tidak perlu ditanyakan secara berurutan. Namun yang diajukan kepada informan bersifat terbuka, eksploratif dan menggunakan bahasa sederhana yang mudah dipahami anak-anak.

Analisis Data

Data yang didapatkan dalam penelitian ini akan dianalisa dan disimpulkan dengan menggunakan metode analisa data kualitatif yaitu data diperoleh, kemudian disusun secara sistematis untuk selanjutnya dianalisa secara kualitatif untuk mencapai kejelasan masalah yang akan dibahas (Sumitro,1990).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Profil cerita yang diminati oleh anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret berkaitan dengan 8 aspek cerita, yaitu: (1) jenis cerita, (2) cara bercerita, (3) tema cerita, (4) tokoh cerita, (5) latar cerita, (6) alur cerita, (7) penyajian cerita, dan (8) tindak lanjut bercerita. Uraian dari kedelapan aspek cerita tersebut sebagai berikut.

Jenis cerita yang diminati oleh anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret, untuk cerita tradisional adalah legenda dan mite. Berkenaan dengan cerita realistik, mereka menyukai cerita yang berjenis cerita petualangan dan cerita yang berjenis cerita keagamaan (nabi dan para sahabatnya).

Cara bercerita yang diminati oleh anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret adalah mendengarkan cerita melalui VCD dan cerita yang dibacakan dari buku. Apabila bercerita dengan menggunakan buku, mereka menginginkan bercerita membacakan buku, mengajak berdialog, dan menggunakan alat peraga untuk mendukung cerita. Bercerita yang dilakukan secara lisan (tanpa menggunakan buku), mereka menginginkan pencerita mengajak dialog dan menggunakan alat peraga untuk mendukung cerita. Bercerita yang dilakukan dengan menggunakan *tape recorder*, mereka menginginkan setelah mendengarkan *tape recorder*, mereka diajak berdialog dan

pencerita memberikan simpulan cerita. Bercerita yang dilakukan dengan menggunakan VCD, mereka menginginkan setelah menonton VCD, mereka diajak berdialog dan bercerita dengan memberikan simpulan cerita.

Tema cerita yang diminati anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret, berkaitan dengan cerita yang bertema sikap positif seorang anak, mereka menyukai tema kejujuran pada diri seorang anak. Berkaitan dengan cerita yang bertema kehidupan di keluarga, mereka menyukai tema cerita tentang anak yang berbakti kepada kedua orang tuanya. Adapun yang terkait dengan tema cerita tentang masalah lingkungan, mereka menyukai cerita tentang menjaga kelestarian alam.

Berkaitan dengan tokoh cerita, anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret memiliki kecenderungan sebagai berikut. Anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret menyukai tokoh cerita yang diperankan oleh binatang. Tokoh binatang yang disukai adalah tokoh binatang berkaki empat yang buas (harimau, beruang, serigala, dll.) dan tokoh binatang berkaki empat yang tidak buas (kelinci, kancil, musang, dll).

Jika cerita itu bertokohkan anak-anak, berdasarkan kemampuan ekonomi keluarganya, mereka menyukai anak-anak yang berasal dari keluarga yang tidak mampu dan anak-anak yang berasal dari keluarga yang

sedang-sedang saja. Berdasarkan asal tempat tinggalnya, tokoh cerita anak-anak yang disukai mereka adalah anak-anak yang berasal dari perkotaan dan anak-anak yang berasal dari pedesaan. Adapun berdasarkan sifat tingkah lakunya, tokoh cerita anak-anak yang mereka sukai adalah anak-anak yang suka menolong, penyabar, dan mudah berteman.

Cerita yang bertokohkan orang dewasa, berdasarkan kemampuan ekonomi keluarganya, mereka menyukai cerita orang dewasa yang berasal dari keluarga sedang-sedang saja. Berdasarkan asal tempat tinggalnya, tokoh orang dewasa yang disukai mereka adalah orang dewasa yang berasal dari perkotaan. Adapun tokoh orang dewasa berdasarkan sifat tingkah lakunya, mereka menyukai orang dewasa yang bersifat penyayang, penyabar, dan penyantun.

Cerita yang bertokohkan robot, berdasarkan bentuk kemiripannya, mereka menyukai robot yang menyerupai binatang. Adapun berdasarkan sifat tingkah lakunya, tokoh robot yang mereka sukai robot yang penyayang, penyabar, dan penyantun.

Anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret, berkaitan dengan latar cerita, berkecenderungan dalam hal waktu dikisahkannya cerita, mereka menyukai cerita tentang kejadian masa depan dan cerita tentang kejadian masa lalu. Dalam kaitannya dengan

lingkungan tempat diceritakannya kehidupan tokoh cerita, mereka menyukai cerita yang terjadi di negeri antah berantah atau negeri cerita.

Berdasarkan alur bercerita anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret menghendaki cerita yang diceritakan secara urut dari lahir sampai mati. Berkaitan dengan penyajian cerita apakah di sekolah atau di rumah, anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret memiliki memiliki karakteristik sebagai berikut. Apabila mereka mendapatkan cerita, baik di sekolah maupun di rumah, menghendaki pencerita sebelum bercerita memberikan gambaran dan tujuan cerita, suara pencerita jelas terdengar, penyajian cerita secara urut dan sesekali memberikan kesempatan bertanya jawab, pencerita menirukan tingkah laku tokoh cerita, pencerita menggunakan alat peraga (boneka, gambar, dll.), pencerita memberikan kesempatan berinteraksi antara pendengar dan pencerita, pencerita memberikan kesempatan interaksi antara pendengar dan pendengar, serta pencerita memberikan kesempatan berinteraksi antarpengantar dan pencerita. Berkaitan dengan waktu dilaksanakannya bercerita di sekolah, mereka menghendaki bercerita dilaksanakan pada waktu tengah pelajaran (setelah istirahat pertama). Adapun yang terkait dengan waktu bercerita di rumah, mereka menghendaki bercerita pada waktu malam hari (menjelang tidur malam).

Tindak lanjut setelah dilaksanakan bercerita, bagi anak tahap perkembangan kognitif operasional konkret menghendaki diajak bertanya jawab memahami isi cerita dan nilai-nilai yang dapat diambil, serta diberikannya simpulan akhir cerita dan nasihat yang berkenaan dengan isi cerita.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pendidik, anak, orang tua dan pengelola anak-anak yang mendapatkan pembiasaan dongeng sebelum tidur memiliki perubahan perilaku, dan emosi anak yang lebih baik. Hal ini dikuatkan oleh pernyataan orang tua yang mengatakan bahwa anaknya sebelum dibiasakan mendengarkan dongeng sebelum tidur memiliki kecenderungan tidak sabar ketika memiliki keinginan hingga marah jika tidak terpenuhi, tetapi setelah dibiasakan mendengarkan dongeng sebelum tidur anak tersebut lebih sabar, lebih mudah mengutarakan keinginannya dengan baik, tidak dengan melempar ataupun membanting barang, selalu mengingat tokoh yang didongengkan dan lebih berusaha untuk mengikuti tokoh yang diceritakan. Hal yang sama juga ditunjukkan waktu di sekolah, meski belum dapat mengendalikan emosinya, tetapi anak lebih berusaha tidak membanting ataupun melempar barang ketika keinginannya tidak terpenuhi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan dari penelitian yang telah dilakukan adalah sebagai berikut: Pertama, pada anak usia dini yaitu usia 4-5 tahun lebih menyukai cerita-cerita yang berbau legenda yang berhubungan dengan asal usul, sejarah dan lain sebagainya, kemudian anak usia dini juga menyukai cerita petualangan, cerita tersebut akan memberikan anak lebih semangat dan memberikan pengalaman baru, selanjutnya adalah cerita keagamaan yang berhubungan dengan nabi, hal ini dikarenakan adanya keajaiban-keajaiban yang mampu menarik perhatian dari anak tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- A.M., Sukadi. 2002. "Bagaimana Mengajarkan Bercerita dan Mengarang di Kelas Rendah", dalam *Fasilitator: Wahana Informasi dan Komunikasi Pendidikan Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar*, Edisi 4.
- Bunanta, Murti. 1998. *Problematika Penulisan Cerita Rakyat: untuk Anak Di Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 1998.
- Damono, Sapardi Djoko. 1978. *Sosiologi Sastra: Sebuah Pengantar*. Jakarta: Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa.
- Dulewicz, Vic dan Malcolm Higgs. 2000. *Emotional Intelligence You can't Afford to Ignore It*, ASE (<http://www.ase-solutions.co.uk/ei/Default.htm>).
- Goleman, Daniel. 1996. *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books, 1996.
- Hein, Steve. 1999. *Emotional Intelligence, ect.*, Emotional Intelligence (EQ) (<http://eqi.org>).
- Huck, Charlotte S., Susan Hepler, dan Janet Hickman. 1987. *Children's Literature*. New York: Holt, Rinehart dan Wiston, Inc.
- Hurlock, Elizabeth B. 1988. *Perkembangan Anak*, alih bahasa oleh Meitasari Tjandrasa dan Muslichah Zarkasih. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Kayam, Umar. 1988. "Memahami Roman Indonesia Modern sebagai Pencerminan dan Ekspresi Masyarakat dan Budaya Indonesia: Suatu Refleksi," *Menjelang Teori dan Kritik Susastra Indonesia yang Relevan*, ed.
- Mursal Esten. Bandung: Angkasa. Afifuddin, Beni Ahmad Saebani. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Pustaka Setia.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta : Balai Pustaka), 1994,
- Mursid. 2015. *Belajar dan Pembelajaran PAUD*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.