

PERKEMBANGAN EMOSIONAL PADA ANAK

H. Agus Asri Sabana¹

Abstraksi

Emosi merupakan kegiatan pada diri seseorang yang disertai warna efektif baik pada tingkat lemah maupun tingkat yang luas. Perkembangan emosial anak tergantung pada kecerdasan emosionalnya. Makin tinggi kecerdasan emosionalnya, makin baik pula tingkat perkembangannya. Kecerdasan emosional dikategorikan atas lima wilayah, yaitu mengenali emosi diri, mengelola suasana hati, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Kematangan emosional anak sesuai dengan tahap perkembangannya sangat penting untuk dilatih agar dampaknya dapat dirasakan oleh mereka dimasa yang akan datang. Orang tua mempunyai peran utama dalam pengembangan kematangan emosional anak disamping pengaruh faktor lain, karenanya sebagai orang tua hendaknya lebih banyak menempa diri dengan pengetahuan yang memadai tentang perkembangan anak agar mereka dapat memberikan bimbingan kepada anak-anaknya dengan baik. Bermain merupakan kebutuhan anak dalam menjalankan kehidupannya.

¹ Dosen Fakultas Agama Islam UNMA Prodi PGRA.

Abstraction

Emotion is an activity in a person who accompanied the color effective both at the level of weak and broad. Developments emosial child depends on emotional intelligence. The higher the emotional intelligence, the better the level of development. Emotional intelligence is categorized on five areas, namely recognizing emotions, mood management, motivating oneself, recognizing emotions in others, and relationships. Emotional maturity of the child in accordance with the stage of development is very important to be trained so that its impact can be felt by those in the future. Parents have a major role in the development of emotional maturity as well as the influence of other factors, so as more parents should forge themselves with adequate knowledge about child development so that they can provide guidance to their children well. However, parents also have to keep the children do not exceed the limits in play. There are many things that can be done by parents in order to develop the child's emotional maturity.

Keyword:

Emotional development, emotional intelligence, emotional maturity, parental guidance.

A. Pendahuluan

Menurut English and English, emosi adalah " *a complex feeling state accompanied by characteristic motor and glandular activities*" (suatu keadaan perasaan yang kompleks yang disertai karakteristik kegiatan kelenjar dan motoris). Sedangkan Sarlito Wirawan Sarwono berpendapat bahwa emosi merupakan kegiatan pada diri seseorang yang disertai warna efektif baik pada tingkat lemah (dangkal) maupun tingkat yang luas (mendalam) (Yusuf : 2007 : 115)

Sebagian besar anak segera mengetahui bahwa ungkapan emosi terutama emosi yang kurang baik, secara sosial tidak diterima oleh teman-teman sebaya. Bagi mereka ungkapan emosi yang kurang baik tidak diterima dan dianggap sebagai perilaku bayi, reaksi mundur karena takut dianggap pengecut, dan menyakiti hati orang lain karena cemburu dianggap sebagaia kurang sportif Keinginan kuat untuk mengendalikan diri emosi

tidak berlaku di rumah. Anak sering mengungkapkan emosinya sekeras yang dilakukan sewaktu usia muda.

Perkembangan emosional anak tergantung dengan kecerdasan emosionalnya, makin tinggi tingkat kecerdasan emosionalnya, maka makin baik pula tingkat perkembangan emosionalnya. *Kecerdasan emosional* adalah kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, dan sertahan menghadapi frustrasi, menghadapi dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana, hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdoa. (Goteman, 1997 h. 45).

Dalam hal ini kecerdasan emosional dikategorikan dalam lima wilayah yaitu :

1. **Mengenali emosi diri** yakni kesadaran diri mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Seorang penjahat di Jepang menantang seorang ulama untuk menjelaskan

konsep surga, dan neraka. Tetapi ulama itu menjawab dengan mengejek; "Kau hanyalah orang bodoh, saya tidak mau menyianyiakan waktu untuk orang seperti kamu". Merasa dihina, penjahat itu naik darah, lalu menghunus pedangnya, kemudian berteriak; Saya dapat membunuhmu sekarang juga. Lalu ulama itu menjawab; Itulah neraka. Penjahat itu takjub mendengarnya, lalu menjadi tenang dan menyarungkan pedangnya sambil mengucapkan terima kasih kepada pendeta itu atas penjelasannya. Kemudian sang ulama berkata; Itulah surga. Kesadaran medadak si penjahat tentang amarahnya sendiri menggambarkan pengenalan perasaannya sendiri. Ajaran Socrates mengatakan bahwa; Kenalilah dirimu sendiri menunjukkan inti kecerdasan emosional dimana terjadi kesadaran akan perasaan diri

sendiri sewaktu perasaan itu timbul.

2. **Mengelola suasana hati** yakni menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dan terkendali. Mengelola suasana hati bertujuan untuk menjaga keseimbangan emosi, bukan menekan emosi. Kehidupan tanpa nafsu bagaikan padang pasir netralitas yang datar dan membosankan, terputus dan terkucil dari kesegaran itu sendiri. Emosi harus wajar, keselarasan antara perasaan dengan lingkungan. Apabila emosi terlalu ditekan, terciptalah kebosanan. Bila emosi tidak dikendalikan, terlalu ekstrim dan terus menerus, emosi akan menjadi sumber penyakit seperti depresi berat, cemas berlebihan, amarah yang meluap-luap, serta gangguan emosional yang berlebihan (mania).
3. **Memotivasi diri sendiri** yakni menata emosi dalam

bentuk kendali emosi, menahan diri terhadap kepuasan, mengendalikan dorongan hati. Gangguan emosional dapat mempengaruhi kehidupan mental. Rasa cemas, marah atau depresi mengakibatkan kesulitan dalam berkreasi. Emosi negatif dapat membelokkan perhatian agar selalu tertuju kepada emosi itu sendiri, menghalangi usaha memusatkan perhatian kepada hal-hal yang lain. Sesungguhnya, salah satu pertanda bahwa perasaan telah keluar jalur dan mengarah menjadi penyakit. Bila perasaan begitu kuatnya sehingga mengalahkan pikiran-pikiran lain terus menerus menyabot upaya-upaya memusatkan perhatian pada hal-hal yang sedang dihadapi. Motivasi didukung oleh kondisi perasaan antusiasme, gairah dan keyakinan diri dalam mencapai prestasi dalam beker

a kondisi *flow* menjadi sesuatu yang menakjubkan.

4. **Mengenali emosi orang lain** yakni berempati. Empati dibang-Lm berdasarkan kesadaran diri. Semakin terbuka kita kepada emosi diri sendiri, semakin terampil kita membaca perasaan orang lain. Kemampuan berempati yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain. Ketiadaan empati dapat terlihat pada psikopat kriminal, pemerkosaan dll. Biasanya emosi jarang diungkapkan dengan kata-kata, lebih sering dengan isyarat. Kunci memahami perasaan orang lain adalah mampu membaca pesan nonverbal; nada bicara, gerak-gerik, ekspresi wajah dan sebagainya. 90 persen atau lebih pesan emosional bersifat nonverbal.
5. **Membina hubungan** yakni menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan

antar pribadi. Membina hubungan memerlukan ketrampilan sosial yang berlandaskan kemampuan mengelola suasana hati dan empati.

Dengan landasan ini, ketrampilan berhubungan dengan orang lain akan matang. Ini merupakan kecakapan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan. Jika kecakapan ini tidak dimiliki akan berakibat pada ketidakcakapan dalam dunia sosial atau berulangnya bencana antar pribadi. *Sesungguhnya, karena tidak dimilikinya ketrampilan ini menyebabkan orang-orang yang otaknya encer, sering gagal membina hubungan karena penampilan angkuh, mengganggu atau tak berperasaan.* Kemampuan ini memungkinkan seseorang membentuk hubungan untuk menggerakkan dan mengilhami orang lain, membina kedekatan, meyakinkan dan mempengaruhi

Serta membuat orang-orang lain merasa nyaman.

B. Ciri-ciri pria dan wanita dipandang dari kecerdasan emosional

1. Pria dengan kecerdasan emosional tinggi; Hubungan sosial mantap dan kaya, tidak mudah gelisah, khawatir, partisipatif, bertanggungjawab, simpatik dan hangat, nyaman dengan; dirinya, orang lain dan lingkungan
2. Wanita dengan kecerdasan emosional tinggi ; Sikap tegas, mengungkapkan perasaan secara langsung, memandang dirinya positif, kehidupan memberi makna, mudah bergaul, ramah, tidak meledak-ledak, menyesuaikan diri dengan beban stres. mudah menerima orang baru, nyaman dengan dirinya, ceria, spontan dan terbuka.

C. Kecerdasan emosional menurut para ahli psikologi

1. Kecerdasan Emosional menurut Peter Solovely dan John Mayer

Peter Solovely dan John Mayer menerangkan kualitas emosional dilihat dari; empati, mengungkapkan dan memahami perasaan, mengendalikan amarah, kemandirian, kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan memecahkan masalah antarpribadi, ketekunan, kesetiakawanan, keramahan dan sikap hormat.

2. Kecerdasan Emosional menurut Cooper

Cooper mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi dan informasi, koneksi dan pengaruh manusiawi (Cooper, 1998 h. xv). Ia membahas kecerdasan emosional empat batu penjur:

a. **Kesadaran emosi** yakni kesadaran yang berasal dari hati manusia yang merupakan sumber energi

yang menjadikan kita nyata dan yang memotivasi kita untuk mengenali dan mengejar potensi serta tujuan hidup kita yang unik. Kesadaran emosi ini meliputi; kejujuran emosi, energi emosi, umpan balik emosi dan intuisi praktis.

b. **Kebugaran emosi** yakni kebugaran yang membangun sifat-sifat yang berhubungan dengan hati. Ini meliputi; penampilan autentik, radius kepercayaan, ketidakpuasan konstruktif, dan ketangguhan dan pembaruan.

c. **Kedalaman emosi** Apabila anda hidup dari kedalaman hati, anda akan berhati-hati dalam berbicara, mendengarkan suara hati dan tidak ragu dalam, bersikap. Kata-kata anda akan menyuarakan kebenaran dan didengarkan.

Emerson mengatakan kejiwaan atau psikis. Adapun watak lebih tinggi uraiannya sebagai berikut daripada intelektual.

Kedalaman emosi ini meliputi; potensi unik dan panggilan hidup, komitmen, integritas terapan dan pengaruh tanpa otoritas.

- d. **Alkimia emosi** adalah daya atau proses yang mengubah emosi, yang semula dianggap tidak berharga menjadi sesuatu yang lebih berharga. Alkimia emosi ini meliputi; aliran intuitif, alih waktu reflektif, penginderaan peluang dan menciptakan masa depan.

D. Macam-macam emosi pada anak

Macam-macam emosi anak antara lain ; Amarah, takut, cemburu, ingin tahu, iri hati, gembira, sedih, dan kasih sayang. Pada umumnya emosi dikelompokkan menjadi dua yaitu emosi sensoris dan emosi

1. Emosi Sensoris

Emosi yang ditimbulkan oleh rangsangan dari luar terhadap tubuh, misalnya rasa dingin, rasa panas, manis, kenyang, dan sebagainya.

2. Emosi Psikis

Emosi yang mempunyai alasan-alasan kejiwaan. yang termasuk dalam emosi psikis yaitu ; perasaan intelektual, perasaan sosial, perasaan susila, perasaan keindahan dan perasaan ketuhanan.

a. Perasaan Intelektual : emosi yang bersangkutan dengan ruang lingkup kebenaran. Wujud dari emosi ini adalah rasa yakin, ragu-ragu, gembira karena mendapat sesuatu dan sebagainya.

b. Perasaan Sosial : Emosi yang menyangkut hubungan dengan orang lain, baik

bersifat perseorangan anak usia dini diantaranya sebagai
ataupun yang bersifat berikut :

- c. Perasaan Susila : Emosi yang berhubungan dengan nilai baik dan buruk (etika). Misalnya ; rasa tanggung jawab, rasa bersalah bila melanggar norma, dan lain-lain.
- d. Perasaan Keindahan (estetis) Perasaan yang berhubungan dengan keindahan dari sesuatu , baik bersifat kebendaan maupun kerohanian.
- e. Perasaan Ketuhanan : Manusia memiliki fitrah yaitu kemampuan atau perasaan mengenal Tuhan. Oleh karenanya manusia dikatakan sebagai Homo religius yaitu makhluk yang berke-Tuhanan.
1. Membiarkan diri dihibur ketika dalam keadaan stress (terganggu).
 2. Dapat makan, minum atau ke toilet dengan mudah ketika jauh dari rumah.
 3. Dapat mengatasi dengan baik perubahan situasi/perubahan situasi / perubahan mendadak.
 4. Dapat mengekspresikan amarah dalam kata-kata, bukan dengan tindakan fisik.
 5. Membiarkan tindakan agresifnya dialihkan dalam bentuk lain.
 6. Tidak menarik diri dari orang lain secara berlebihan.
 7. Menunjukkan minat atau perhatiannya pada kegiatan kelas.
 8. Secara umum, hampir selalu terlihat bahagia.

E. Indikator kematangan emosional anak usia dini

Indikator kematangan emosional yang diharapkan pada

Menurut Santrock dalam Educational Psychology, mengungkapkan perkembangan sosial anak sebagaimana dalam Label berikut:

Kelahiran s/d 3 tahun	3 s/d 4 Tahun	5 s/d 6 tahun	7 sampai 8 tahun
<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak bias 2. bertoleransi/ Frustrasi 3. Mudah menangis 4. Tidak bias mengontrol perasaannya 5. Mulai mengekspresikan kasih sayang 6. Membutuhkan rasa tenang dan aman 7. Mulai menerima emosi perasaan orang lain 8. Mengekspresikan diri, kadang- kadang dengan rasa empati 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dapat toleransi Da qn banyak frustrasi 2. Mulai membangun beberapa control diri 3. Tertarik dengan kejutan dan cerita Mulai menunjukkan rasa humor 5. Membutuhkan ekspresi kasih sayang yang jelas 6. Takut gelap 7. Merasa terbebani, mengenali situasi-situasi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengekspresi- kan dan melabelkan perasaan 2. Kontrol agresi lebih baik 3. Mengekspresikan tindakan kurang peduli ketika dipisahkan dengan kedua orang tuanya 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengekspresi- kan reaksi-reaksi pada yang lain 2. Sensitif atas tertawaan dan kritik 3. Mengekspresikan lebih khawatir perang, 4. dan kehilangan

F. Pengembangan perkembangan kematangan emosional pada anak usia dini

Kematangan emosional pada anak tidak tumbuh dengan sendirinya tetapi melalui proses bimbingan dan pelatihan dari orang dewasa utamanya orang tua agar perkembangannya emosionalnya dapat lebih maksimal. Orang tua mempunyai ikatan emosional dengan anak, orang tua juga merapatkan orang terdekat dengan anak, sehingga perkembangan emosional anak sangat dipengaruhi oleh bimbingan dan didikan orang tuanya.

Di samping itu guru di sekolah juga mempunyai peran yang tidak sedikit dalam pengembangan emosional anak. Selama di sekolah guru berinteraksi dengan anak, semakin banyak interaksi antara guru dan anak, maka anak semakin dekat secara emosional, apalagi ditunjang dengan perasaan nyaman dan aman anak selama berinteraksi dengan gurunya. Oleh karena itu guru sangat berperan dalam memberikan bimbingan kepada anak agar perkembangan emosionalnya matang.

Tidak bisa dipungkiri teman sebaya juga sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosional anak, sifat duplikasi yang merupakan sifat bawaan anak berpengaruh terhadap perkembangan emosionalnya. Hurlock B. Elizabeth (1994) mengemukakan bahwa : *anak segera mengetahui bahwa*

ungkapan emosi , terutama emosi yang kurang baik secara sosial tidak diterima oleh teman sebayanya. Anak secara emosional akan di kucilkan oleh teman-temannya jika ia melakukan sesuatu yang dianggap tidak sesuai dengan aturan yang dibuat oleh kelompoknya, terlepas dari benar tidaknya atau terpuji tidaknya tindakan yang dilakukan. Oleh karena itulah peran kelompok teman sebaya sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosional anak. Anak cenderung menirukan apa yang dilakukan oleh teman sebayanya dalam menghadapi masalah yang dihadapinya, disamping anak juga menirukan apa yang dilakukan oleh orang dewasa. Namun kecenderungan duplikasi lebih kuat jika yang melakukan teman sebayanya.

Disamping itu lingkungan masyarakat juga berpengaruh dalam proses perkembangan

kematangan emosional anak. Lingkungan masyarakat yang kondusif berpengaruh positif pada perkembangan emosional anak. Interaksi yang dilakukan anak dengan lingkungan masyarakat tidak bisa dihindarkan. Sehingga sedikit banyak emosionalnya juga terpengaruh.

Pengembangan perkembangan kematangan emosional perindikator yang dapat dilakukan diantaranya sebagai berikut :

1. Membiarkan diri dihibur ketika dalam keadaan stress (terganggu).

Ketika anak dalam keadaan tidak nyaman karena ada sesuatu yang salah menurut dia, baik karena gangguan dari teman, orang asing atau karena tidak terpenuhi keinginannya, maka ia akan terjadi stress. Dalam keadaan demikian anak cenderung meminta perlindungan kepada orang

yang dipercayanya. Dalam hal ini orang biasanya keluarga utamanya orang tuanya menjadi tumpuan utama untuk mencari perlindungan. Tanpa adanya bimbingan dan penanaman bahwa tidak semua orang sejahat yang dia kira, tentunya anak akan hanya mau dihibur oleh orang tuanya saja jika mengalami stress. Peran orang tua dalam memberikan pemahaman kepada anak sangat besar, sehingga anak akan bisa merasa nyaman dengan siapapun. Jika dalam benaknya ditanamkan kejahatan seseorang, maka anak juga akan mengganggapnya jahat, begitu pula sebaliknya.

Menciptakan lingkungan yang aman bagi anak juga bisa menjadi penentu suksesnya indikator ini. Dapat dibayangkan jika dalam lingkungannya ia melihat atau mengalami gangguan-gangguan dari orang lain, maka ia akan hanya merasa aman jika

bersama orang tuanya saja. Ia menganggap hanya orang tuanyalah yang dapat memberikan rasa aman kepada dirinya.

Dengan demikian pembiasaan orang tua terhadap anak dalam mencari perlindungan jika mengalami gangguan perlu dilakukan, agar anak lebih matang perkembangan emosionalnya, sehingga ia dapat memberikan kepercayaan kepada orang lain

2. Dapat makan, minum atau ke toilet dengan mudah ketika jauh dari rumah.

Kebiasaan anak yang diberikan kasih sayang berlebihan berakibat kurang baik bagi perkembangan emosionalnya. Misalnya ; makan minum di suapi, ke toilet di antar dan sebagainya, sebenarnya dapat menjadi racun bagi perkembangan emosional anak. Kemandirian

mereka hilang dan tidak mempunyai keberanian.

Pembiasaan keluarga sejak dini sangat penting diberikan kepada anak. Dengan membiasakan makan minum sendiri akan banyak memberikan manfaat kepada anak, disamping mendidik kemandirian juga dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk bereksplorasi dengan aktifitas makan minum tersebut sehingga anak lebih banyak mendapat pengalaman dan pengetahuan dari aktifitasnya.

Kesempatan yang diberikan kepada anak untuk melakukan sendiri aktifitasnya akan memberikan dampak yang sangat bagus bagi perkembangan emosionalnya, namun hal ini perlu perjuangan yang keras bagi keluarga utamanya orang tua sehubungan dengan kultur masyarakat yang masih

Agus Asri S: Perkembangan Emosional.....

cenderung tidak memberikan kesempatan kepada anak-anaknya untuk bereksplorasi (mandiri) bahkan sampai dimasa dewasanya.

3. Dapat mengatasi dengan baik perubahan situasi/perubahan situasi / perubahan mendadak.

Perubahan situasi yang tidak diduga-duga atau mendadak akan membuat kepanikan bagi siapapun yang mengalaminya baik orang dewasa, terlebih pada anak-anak. Bahkan kepanikan pada anak-anak akan lebih dahsyat dibanding orang dewasa, hal ini disebabkan anak masih belum mempunyai pengetahuan dan pengalaman yang memadai untuk mengatasi masalah tersebut.

Orang tua atau pendidik sebaiknya memberikan pelatihan-pelatihan kepada anak agar anak terbiasa dan dapat mengatasi kondisi yang

terjadi dengan ketenangan tidak dengan kepanikan. Dengan sikap tenang tindakan pemecahan masalah yang dilakukan lebih baik dibanding dengan kepanikan. Kepanikan bahkan akan lebih memperkeruh keadaan.

Ketenangan didapatkan jika anak tahu tindakan untuk mengatasi perubahan kondisi tersebut, dan hal ini bisa terbentuk jika anak sudah pernah mengalami kondisi itu atau sudah pernah diberikan bimbingan- bimbingan dalam mengatasi perubahan tersebut.

4. Dapat mengekspresikan amarah dalam kata-kata, bukan dengan tindakan fisik.

Orang tua merupakan sosok yang dijadikan sunri tauladan bagi anaknya, bahkan dikatakan anak adalah cermin orang tuanya.

Bagaimana sikap anak merupakan gambaran dari sikap dan perilaku orang tuanya.

Dalam hal ini ekspresi orang tua ketika marah, atau ketika senang sedikit banyak akan ditirukan oleh anak-anaknya. Jika orang tua mengekspresikan amarahnya dengan merusak benda-benda disekitarnya, maka begitu pula yang dilakukan oleh anaknya. Memberikan contoh yang baik dalam mengekspresikan amarah sangat penting bagi perkembangan emosional anak.

Ekspresi amarah dengan lisanpun juga harus diberikan contoh yang baik sehingga mereka tidak terjerumus dengan kata-kata yang kotor, umpatan caci-maki dan sebagainya. Hendaknya bapak/ ibu menjauhkan diri dari cacimaki dan umpatan, apalagi dihadapan anak-anak mereka, sebab bagaimanapun ini merupakan sesuatu yang terlarang dan tidak

diperbolehkan. Rosululloh bagaimana cara bersabda : mengekspresikan kegembiraanya dan sebagainya.

ليس المؤمن باطمئنا ولا العن ولا الفطن ولا البدي (رواه الترمذي)

“Bukanlah seorang mukmin, orang yang suka mencela, suka mengutuk, berperangai buruk dan suka mencaci” (HR. Tirmidzi dengan status yang dinyatakan hasan)

Disamping itu anak harus diperingatkan dan dilarang dari hal tersebut guna membersihkan lisan mereka, membentengi mereka dan sertatakrama dengan tatakrama yang baik.

Anak perlu diberikan arahan-arahan, diajak berdiskusi terhadap hal-hal yang dilihatnya, diluruskan, diberikan pemahaman mana yang baik dilakukan dan mana yang tidak baik dilakukan. Jika hal ini dilakukan maka perkembangan emosional anak perkembangan lebih matang, dia akan tahu bagaimana cara mengekspresikan amarahnya,

5. Membiarkan tindakan agresifnya dialihkan dalam bentuk lain.

Anak merupakan sosok yang unik, mereka mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi sehingga apapun mereka lakukan demi terpenuhinya rasa keingin tahuan tersebut. Terkadang apa yang dilakukan oleh anak- anak tersebut bagi orang tua yang tidak memahami karakter perkembangan anak, tindakan anakanak tersebut dirasakan berlebihan dan agresif Kesalahan ini banyak dilakukan oleh sebagian besar orang tua, sehingga akhirnya orang tua, memberikan tindakan prefentif dengan mengekang atau bahkan membunuh keagresifan anak. Mereka belum paham jika pembunuhan karakter anak tersebut akan berdampak negatif

bagi anak dimasa yang akan datang.

Orang tua, yang sudah memahami hal tersebut tidak boleh begitu saja membiarkan anak-anak melakukan tindakan agresif yang berlebihan. Orang tua hendaknya mampu mengendalikan tindakan agresif anak-anaknya menuntunnya kearah yang positif.

Diperlukan strategi yang jitu agar ketika anak-anak diarahkan atau dialihkan tidak merasa terganggu bahkan merasa lebih nyaman dengan arahan yang diberikan oleh orang tuanya.

Di rumah anak-anak diarahkan oleh orang tua atau keluarganya sedangkan di sekolah anak-anak diarahkan oleh pihak sekolah, dalam hal ini guru. Konsistensi antara orang tua dan guru sangat diperlukan dalam hal ini.

6. Tidak menarik diri dari orang lain secara berlebihan.

Sifat minder atau pemalu tidak selayaknya dimiliki oleh anak-anak. Sesuai dengan kodratnya anak memiliki naluri untuk berkumpul dengan orang lain utamanya pada teman sebayanya. Sifat minder lebih banyak diakibatkan karena adanya intervensi dari orang tua. Pola asuh yang salah pada anak serta lingkungan keluarga dan masyarakat memberikan andil terhadap sikap tersebut.

Jika orang tua Sering mengejek, membentak-bentak, melontarkan katakata yang bisa merendahkan dirinya, maka sifat itu akan timbul pada anak. Dan baginya hal ini berlaku di manapun dan kapanpun.

Oleh karena itu yang dapat dilakukan oleh keluarga utamanya orang tua adalah :

Memberikan motivasi kepada anak agar lebih percaya diri

a. Memberikan pemahaman bahwa derajat manusia hakekatnya sama

b. Membiasakan berbaik sangka pada orang lain

c. Menanamkan pada anak bahwa banyak teman, maka hidup lebih bahagia.

Dan masih banyak hal-hal lain yang bisa dilakukan oleh orang tua dalam rangka meningkatkan kepercayaan diri anak agar tidak terlalu menarik diri dari orang lain.

7. Menunjukkan minat atau perhatiannya pada kegiatan kelas.

Pembiasaan belajar pada anak tidak hanya dilakukan di lingkungan sekolah saja, namun dirumahpun anak perlu dibiasakan dengan belajar. Karena dengan belajar itu mereka akan mendapatkan pengetahuan yang nanti sangat berguna bagi mereka dimasa yang akan datang. Tentunya proses belajar pada yang

dilakukan di rumah berbeda dengan disekolah.

Anak dikarunia rasa ingin tahu yang tinggi, dan itu merupakan tugas perkembangannya. Rasa ingin tahu yang tinggi anak perlu dirangsang agar rasa itu semakin besar. Dengan demikian maka motivasi belajar dari dalam dirinya juga akan semakin besar. Rangsangan yang baik terhadap motivasi belajar pada anak akan menimbulkan antusiasme anak untuk belajar.

Di samping pembiasaan yang dilakukan belajar pada anak yang dilakukan dirumah, di sekolahpun peran guru sebagai sosok yang dianut oleh anak hendaknya juga dapat memberikan stimulus terhadap motivasi belajar, agar tugas perkembangannya berupa rasa ingin tahu yang tinggi dapat tersalurkan dengan baik. Guru dapat merangsang anak dengan strategi mengajar yang

menarik, atau dengan menggunakan media belajar yang disukai oleh anak-anak, mengajar dengan strategi yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak.

8. Secara umum, hampir selalu terlihat bahagia.

Anak merupakan sosok yang selalu ceria dan bukan pendendam sebagaimana dialaminya nanti diusia tahap berikutnya. Hal-hal yang mendukung kebahagiaan mereka perlu di pelajari dan dirangsang agar mereka selalu bisa bahagia disetiap saat.

Peran keluarga utamanya orang tua sangat menentukan bagi kematangan emosional anak. Di samping faktor-faktor lainnya, seperti guru, teman sebaya dan lingkungan masyarakat.

Salah satu cara agar untuk menjaga keceriaan anak-anak adalah dengan mengajak mereka bermain. Bermain

Agus Asri S: Perkembangan Emosional.....
merupakan kebutuhan anak dalam menjalankan kehidupannya. Namun demikian orang tua juga harus menjaga agar anak-anak tidak melampaui batas dalam bermain.

Jika bermain dengan anak atau menyaksikan mereka bermain ada beberapa hal yang dapat dilakukan:

- a. Mengarahkan permainan pada hal-hal yang bermanfaat, misalnya permainan melempar dan permainan-permainan yang memberi kemahiran dan menguatkan tubuh.
- b. Menjauhkan mereka dari permainan-permainan yang tidak bermanfaat atau mengandung bahaya bagi fisik dan mentalnya atau permainan-permainan yang diharamkan dan sejenisnya.

- c. Jika mendengar kata-kata kotor yang terlontar dari mulut mereka, misalnya caci-makian, maka hendaknya melarang agar tidak mengucapkan kata-kata itu dan menjelaskan bahaya dan dosa yang ditimbulkan dari kata-kata itu.
- d. Jika anak bersikap jujur atau melakukan akhlak yang baik dalam permainannya, maka doronglah mereka agar mereka terus melakukannya, atau dapat dengan memberikan hadiah agar anak termotivasi untuk melakukannya lagi.
- e. Melalui permainan, minat dan bakat anak dapat diketahui sehingga orang tua dapat lebih mengembangkannya.
- f. Anak-anak akan merasa senang dan tenang jika mereka bermain dibawah pengawasan orang tua mereka. Jika kedua orang tua atau salah satunya melarang mereka bermain, anak-anak tetap akan bermain, lepas dari apakah orang tua suka atau tidak suka. Sebab bermain sudah menjadi karakter tersendiri dan merupakan perangai anak-anak. Larangan anak-anak bermain akan berdampak buruk bagi mental anak, karena hal itu akan mereka bersalah atau berusaha menutup-nutupi kesalahan ini, dan lebih lanjut akan melatih mereka untuk lebih banyak lagi melakukan sesuatu yang dilarang secara sembunyi-sembunyi. Disamping itu pelarangan bermain pada anak akan menciptakan ketidak harmonisan anak,

hubungan antara orang tua dan anak.

G. Kesimpulan

Kematangan emosional anak sesuai dengan tahap perkembangannya sangat penting untuk dilatih agar dampaknya dapat dirasakan oleh mereka dimasa yang akan datang.

Orang tua mempunyai peran utama dalam pengembangan kematangan emosional anak disamping pengaruh faktor lain, karenanya sebagai orang tua hendaknya lebih banyak menempa diri dengan pengetahuan yang memadai tentang perkembangan anak agar mereka dapat memberikan bimbingan kepada anak-anaknya dengan baik.

Bermain merupakan kebutuhan anak dalam menjalankan kehidupannya. Namun demikian orang tua juga harus menjaga agar anak-anak tidak melampaui batas dalam bermain. Ada banyak hal yang bisa dilakukan oleh orang tua dalam

Agus Asri S: Perkembangan Emosional.....
rangka mengembangkan kematangan emosional anak. Bimbingan dan perhatian orang tua kepada anak sangat diperlukan dalam perkembangan emosionalnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Cooper, Robert K dan Ayman Sawaf, 1998, *Executive EQ: Kecerdasan Emosional Dalam Kepemimpinan dan Organisasi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. Edisi Pertama
- Goteman, Daniel. 1997, *Emotional Intelligence*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, Edisi ketiga.
- Hurlock, B. Elizabeth., (Alin Bahasa: Istiwidayanti, Soedjarwo). 1994. *Psikologi Perkembangan: suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Patton, Patricia, 1998, *Emotional Intelligence di Tempat Kerja*, Jakarta: Delapratasa, Edisi Pertama
- Sa'ad, Abdullah. (1997). *langkah Praktis Mendidik Anak Sesuai dengan Tahapan Usia*. Jakarta. Irsyad Baitus Salam.
- Yusuf, Syamsu. 2003. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Rosda Karya Remaja.