

PERKEMBANGAN ASPEK EMOSIONAL PADA ANAK USIA 3 TAHUN: STUDI KASUS ANANDA AR DI KEC. BARUGA

Nur Annisya^{1)*}, Septiani¹⁾

¹⁾Jurusan PG-PAUD, Universitas Halu Oleo. Jln. H.E.A Mokodompit, Kendari 93232, Indonesia

*Korespondensi Penulis, e-mail: nurkendari110503@gmail.com

Abstrak

Dengan studi kasus Ananda AR, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perkembangan aspek emosional anak usia 3 tahun. Pendekatan deskriptif kualitatif digunakan, yang melibatkan pengamatan langsung, wawancara, dan observasi lingkungan rumah dan aktivitas bermain anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ananda AR memiliki kemampuan emosional, seperti mampu bereaksi terhadap situasi yang tidak menyenangkan, mengenali dan mengidentifikasi emosinya melalui ekspresi wajah dan gerakan tubuh, dan menunjukkan rasa percaya diri dan semangat saat berpartisipasi dalam berbagai aktivitas. Menenangkan diri sendiri, berbicara tentang perasaan Anda, dan mengikuti aturan sosial adalah beberapa indikator yang perlu didukung. Secara keseluruhan, perkembangan emosional Ananda AR menunjukkan proses yang berlangsung, dan dia membutuhkan dukungan dan bimbingan dari orang tua dan orang-orang di sekitarnya agar dia dapat mengembangkan potensi emosionalnya secara optimal. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa keluarga dan lingkungan sangat penting untuk mendukung aspek emosional anak usia dini agar mereka tumbuh seimbang dan sehat.

Kata kunci: Perkembangan Emosional; Anak Usia Dini; Kemandirian; Pengendalian Diri; Stimulasi Orang Tua.

EMOTIONAL DEVELOPMENT IN A 3-YEAR-OLD CHILD: A CASE STUDY OF ANANDA AR IN BARUGA DISTRICT

Abstract

Through the case study of Ananda AR, this study aims to describe the emotional development of a 3-year-old child. A qualitative descriptive approach was used, involving direct observation, interviews, and observations of the child's home environment and play activities. The results of the study indicate that Ananda AR possesses emotional abilities, such as being able to react to unpleasant situations, recognize and identify his emotions through facial expressions and body movements, and demonstrate confidence and enthusiasm when participating in various activities. Self-soothing, talking about your feelings, and following social rules are some indicators that need to be supported. Overall, Ananda AR's emotional development shows an ongoing process, and he needs support and guidance from his parents and those around him so he can develop his emotional potential optimally. The results of this study confirm that family and the environment are very important in supporting the emotional aspects of early childhood so that they grow in a balanced and healthy manner.

Keywords: Emotional Development; Early Childhood; Independence; Self-Regulation; Parental Stimulation.

PENDAHULUAN

Periode awal yang sangat penting dan mendasar sepanjang rentang pertumbuhan dan perkembangan kehidupan manusia dikenal sebagai usia dini. Ini adalah periode penting dalam kehidupan anak untuk mencapai periode keemasan, ketika potensi anak dapat berkembang dengan cepat. Anak-anak usia dini, di sisi lain, berada pada masa kritis, yaitu masa keemasan anak, yang tidak dapat diulang lagi jika potensinya tidak dimaksimalkan pada usia dini. Di mana konsekuensinya akan menghambat perkembangan anak pada tahap berikutnya. Oleh karena itu, usia emas adalah satu kali dan tidak dapat diulang. Setiap bayi dilahirkan dengan berbagai potensi dan kemampuan. Interaksi antara genetis dan faktor lingkungan memengaruhi bagaimana otak berfungsi. Kelengkapan organisasi otak manusia saat lahir terdiri dari antara seratus dan dua ratus neuron atau sel saraf, yang memungkinkan mereka untuk berkembang dan diaktualisasikan untuk mencapai tingkat perkembangan yang sangat tinggi. Pendidikan usia dini dimaksudkan untuk menumbuhkan kecerdasan. Hubungan antar sel saraf otak, keseimbangan antara otak kiri dan otak kanan, dan jumlah sel saraf yang ada di otak sangat

memengaruhi kecerdasan (Marlita, 2024). Hakekat pendidikan adalah mengoptimalkan potensi manusia atau anak. Semua potensi manusia bergantung pada otaknya. Dengan demikian, pengertian pendidikan terbatas pada pengembangan potensi manusia, terutama potensi yang bergantung pada otaknya. Pendidikan umumnya mengikuti neurosains; contohnya, pendidikan berusaha mengoptimalkan fungsi otak untuk mencerdaskan siswa (Nurul et al., 2021).

Masa keemasan, atau *golden age*, terjadi antara usia 0 dan 6 tahun. Anak-anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat. Anak-anak usia dini mengalami perkembangan agama dan moral, fisik motorik kasar dan halus, bahasa, kognitif, dan sosial emosional (Retnaningrum & Umam, 2021). Menurut Undang-undang No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, anak usia dini adalah anak-anak dari usia 0 hingga 6 tahun; namun, para ahli menganggap anak usia dini adalah anak-anak dari usia 0 hingga 8 tahun. Usia emas atau *golden age* adalah masa di mana otak kita sangat mampu menyerap banyak informasi, apa pun informasinya (Hasanah & Fajri, 2022). Selain itu, Antara usia 0 dan 6 tahun dikenal sebagai masa emas perkembangan anak, di mana dasar-dasar perkembangan kemampuan fisik, bahasa, sosial, emosional, konsep diri, seni, moral, dan nilai-nilai agama dibangun, sehingga seluruh potensi pertumbuhan anak dapat terpenuhi secara optimal. masa kritis. Anak-anak muda membutuhkan dukungan yang tepat dari keluarga dan orang-orang di sekitarnya karena perkembangan mereka yang sangat cepat (Wijayanto, 2020). Anak-anak usia dini mengalami perubahan pada fase kehidupan sebelumnya. Hampir semua potensi anak mengalami masa sensitif dan cepat untuk tumbuh dan berkembang dengan benar. Karena setiap anak memiliki perkembangan yang unik, perkembangan setiap anak tidak sama (Fuadia, 2022).

Emosi dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu emosi positif dan negatif. Emosi dipengaruhi oleh genetika dan pengalaman masa lalu, terutama ekspresi wajah emosi, di mana emosi dasar seperti bahagia, terkejut, marah, dan takut memiliki ekspresi wajah yang sama di berbagai budaya (Anzani et al., 2020). Emosi adalah perasaan batin yang kompleks yang terdiri dari pergeseran pikiran, nafsu, kondisi mental, dan fisik seseorang. Emosi dapat muncul dalam berbagai bentuk atau gejala, seperti rasa takut, kecemasan, kemarahan, kekecewaan, kesedihan, kekesalan, rasa iri, cemburu, kegembiraan, kasih sayang, dan rasa ingin tahu. Setiap perasaan ini memiliki dampak yang berbeda terhadap kesejahteraan sosial dan psikologis seseorang, terutama pada anak usia dini, saat mereka membuat identitas dan interaksi pertama mereka dengan dunia luar. Istilah sosial, di sisi lain, berkaitan dengan bagaimana seseorang dapat membangun hubungan sosial. Dalam kehidupan sehari-hari manusia, jenis hubungan ini adalah bagian integral dari kehidupan sosial. Sebaliknya, hubungan intrapersonal adalah hubungan yang terjadi antara seseorang dan dirinya sendiri. Dengan demikian, kemampuan individu untuk membangun relasi yang memungkinkan mereka memenuhi kebutuhan dan keinginan mereka sendiri dan dengan orang lain dapat didefinisikan sebagai perkembangan sosial. Kemampuan seseorang untuk memahami, merespons, dan berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka disebut sebagai perkembangan sosial. Ini termasuk membangun dan mempertahankan hubungan yang baik, memahami norma dan aturan dalam interaksi sosial, dan belajar berbicara dengan baik (Hidayah, 2023).

Perkembangan emosional adalah kemampuan untuk mengontrol, mengolah, dan mengendalikan emosi agar mampu merespon secara positif terhadap situasi yang menyebabkan emosi ini muncul. Selain itu, kehidupan emosional orang tua terkait dengan kompetensi sosial anak (Fitnes dan Duffield). Sebagai contoh, orang tua yang menunjukkan ekspresi emosi yang positif memiliki kompetensi sosial yang tinggi, karena mereka belajar dari interaksi dengan anak-anak mereka untuk mengungkapkan emosinya secara wajar (Sari & Mulyadi, 2020). Kesadaran diri yang berkembang pada anak-anak yang terkait dengan kemampuan memahami rentang emosi yang luas disebut perkembangan emosional, menurut Santrock (2011). Perkembangan ini biasanya dimulai dengan memahami reaksi emosi orang lain, lalu emosi diri sendiri, dan kemudian mengendalikan emosi diri. Pola perkembangan emosi tidak universal. Emosi pada anak usia dini kuat, jelas, dan sementara, dan dapat diketahui melalui perilaku anak.

Menurut (Asy-syamsa & Zulfa, 2022) berikut adalah komponen yang mempengaruhi perkembangan emosi anak:

1. Rasa takut adalah perasaan yang mendorong seseorang untuk menghindari sesuatu dan sedapat mungkin menghindari berinteraksi dengannya.
2. Rasa marah adalah perasaan yang disebabkan oleh perbedaan tingkat keinginan yang disalurkan melalui tingkah laku.
3. Kecemburuan: Ini adalah jenis kecemasan yang disebabkan oleh kurangnya kepercayaan diri seseorang dan ketakutan akan kehilangan kasih sayang mereka.
4. Duka cita, suatu keterangsangan emosi yang disebabkan oleh kehilangan sesuatu yang dicintai;

5. Keingintahuan, suatu reaksi tertarik terhadap sesuatu yang dapat dilakukan dengan bertanya dan menjelajahi sensasi.
6. Iri hati: Ini dapat ditunjukkan dengan berbagai cara, tetapi yang paling umum adalah dengan mengeluh tentang barangnya sendiri atau menginginkan barang yang sama dengan orang lain.
7. Gembira, emosi yang menyenangkan dan ditunjukkan dengan keriaan, kesenangan, atau kebahagiaan.
8. Sedih, biasanya ditunjukkan oleh anak-anak dengan menangis dan kehilangan minat pada kegiatan sehari-hari mereka, seperti makan dan bermain.
9. Kasih Sayang berasal dari rasa suka yang tulus terhadap sesuatu atau seseorang, yang ditunjukkan baik secara fisik maupun verbal.

Indikator perkembangan emosional dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No.137 Tahun 2014 yaitu sebagai berikut:

- a. Mengenal perasaan sendiri dan mengelolanya secara wajar (mengendalikan diri secara wajar)
- b. Mengendalikan perasaan
- c. Mau berbagi, menolong, dan membantu teman
- d. Menyatakan emosi dengan tepat

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, seperti yang diketahui dari penelitian kualitatif yang menerapkan aktivitas ilmiah untuk mengumpulkan data secara sistematis. Peneliti harus memahami alasan di balik perilaku informan atau jawaban pertanyaan mereka, bukan hanya meminta informasi dan membenarkannya (Safrudin et al., 2023). Hal tersebut dilakukan untuk mendapatkan data yang berkualitas. Data ini dikumpulkan melalui 218 instrument lembar observasi pada perkembangan emosional yang digunakan pada anak usia 3 tahun, yang mencakup pengamatan langsung, wawancara, percakapan biasa, dan observasi. Satu anak berinisial AR, orang tuanya, dan pengamatan di lingkungan rumahnya adalah sampel dari observasi ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rumah anak berinisial AR terletak di Jalan Simbo, Kelurahan Baruga, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara. Subjek observasi ini adalah anak berusia tiga tahun, orang tuanya, dan lingkungan tempat mereka bermain. Anak yang diamati adalah laki-laki. Fokus observasi ini adalah untuk mengetahui sejauh mana interaksi dan perilaku anak terhadap lingkungannya dapat meningkatkan perkembangan emosional mereka baik di lingkungan keluarga maupun di lingkungan bermain anak dengan orang lain. Tujuan observasi ini akan dicapai melalui pengamatan langsung dan observasi melalui instrumen kuesioner perkembangan emosional anak untuk mengukur kemampuan anak.

Tabel 1. Lembar Instrumen Observasi Perkembangan Emosional Anak Usia 3 Tahun.

Indikator dan Instrumen	Ketercapaian	
	Ya	Tidak
Bereaksi terhadap hal-hal yang tidak benar		
1. Anak dapat bereaksi terhadap hal-hal yang tidak benar (misal: marah bila diganggu)	✓	
Mengenal dan Mengendalikan perasaan (emosional)		
2. Anak dapat menyebutkan perasaan yang dirasakan (misalnya saya senang)		✓
3. Anak dapat memilih kartu emosi sesuai perasaannya.		✓
4. Anak dapat mengidentifikasi perasaan diri menggunakan kata atau ekspresi sederhana (sedih)	✓	
5. Anak dapat mengidentifikasi perasaan diri menggunakan kata atau ekspresi sederhana (marah)	✓	
6. Anak dapat mengidentifikasi perasaan diri menggunakan kata atau ekspresi sederhana (takut)		✓

Indikator dan Instrumen	Ketercapaian	
	Ya	Tidak
7. Anak tidak menangis berlebihan saat keinginannya belum terpenuhi	✓	
8. Anak mampu menggunakan cara sederhana untuk menenangkan diri		✓
9. Anak dapat menerima kekalahan dalam permainan tanpa tantrum	✓	
10. Anak dapat menahan amarah ketika keinginannya tidak terpenuhi		✓
11. Anak dapat menenangkan diri saat merasa sedih		✓
12. Anak dapat menunjukkan kemampuan menahan reaksi negatif ketika kecewa atau marah		✓
Menunjukkan rasa percaya diri	✓	
13. Anak dapat maju ke depan tanpa ragu		
14. Anak dapat menunjukkan hasil karya sendiri	✓	
Tanggung jawab diri dan kemampuan diri		
15. Mulai bisa mengungkapkan ketika ingin buang air kecil	✓	
16. Mulai bisa mengungkapkan ketika ingin buang air besar	✓	
17. Anak dapat menyiapkan alat bermainnya sendiri	✓	
18. Anak dapat merapikan mainannya setelah digunakan		✓
19. Anak dapat memilih sendiri alat permainan tanpa arahan	✓	
20. Anak menyelesaikan permainan yang telah dipilihnya		✓
21. Anak dapat menunjukkan perilaku sesuai konteks situasi (misal: menunggu giliran)		✓
22. Anak dapat menunjukkan perilaku sesuai konteks situasi (berbagi)	✓	
23. Anak dapat menyesuaikan cara bermain atau belajar sesuai instruksi guru atau kondisi kelompok		✓
Mengetahui perasaan temannya dan merespon secara wajar		
24. Anak dapat menghibur teman yang sedang menangis		✓
25. Anak dapat menawarkan bantuan kepada temanya		✓
26. Anak mampu menebak perasaan teman melalui ekspresi wajah		✓
27. Anak mampu menebak perasaan teman melalui nada bicara	✓	
Mengekspresikan emosi yang sesuai dengan kondisi yang ada		
28. Anak dapat menunjukkan rasa antusias saat mengikuti perlombaan	✓	
29. Anak dapat menunjukkan rasa senang saat menang dalam perlombaan	✓	
30. Anak dapat menunjukkan kesedihan saat kalah dalam perlombaan		✓
31. Anak menunjukkan rasa antusias ketika guru mengumumkan kegiatan bermain	✓	
32. Anak menunjukkan ekspresi senang saat berhasil menyelesaikan tugas	✓	
33. Anak dapat menunjukkan gerakan tubuh yang sesuai dengan perasaan yang dialami	✓	
34. Anak dapat mengekspresikan emosi melalui kata-kata atau tindakan sesuai situasi		✓
Bertanggung jawab atas perilakunya untuk kebaikan diri sendiri		
35. Anak dapat mengikuti peraturan bermain demi keamanan dirinya (tidak boleh lari kencang-kencang nanti jatuh)		✓
Memiliki sikap gigih (tidak mudah menyerah)		
36. Anak dapat menunjukkan usaha berulang untuk menyelesaikan tugas meski menemui kesulitan.	✓	
Bangga terhadap hasil karya sendiri		
37. Anak dapat menunjukkan hasil karyanya kepada orang lain dengan percaya diri	✓	
Memperlihatkan kehati-hatian kepada orang yang belum dikenal		

Indikator dan Instrumen	Ketercapaian	
	Ya	Tidak
38. Anak dapat menunjukkan sikap berhati-hati saat berinteraksi dengan orang yang belum dikenal	✓	
39. Anak dapat menyebutkan orang dewasa yang dapat dipercaya dan aman untuk diajak berinteraksi	✓	

Hasil observasi menunjukkan bahwa perkembangan emosional Ananda AR sedang berjalan, dengan capaian yang berbeda untuk setiap indikator. AR telah mampu bereaksi terhadap situasi yang tidak menyenangkan, menunjukkan emosi dasar seperti senang, sedih, dan marah melalui ekspresi wajah dan gerakan tubuhnya, serta melakukan berbagai kegiatan dengan antusiasme dan rasa percaya diri. AR juga menunjukkan sikap gigih, bangga terhadap apa yang mereka lakukan, dan mampu memperhatikan orang baru. Dalam hal kemandirian, AR sudah mulai mampu mengungkapkan kebutuhan dasar mereka, memilih dan menyiapkan alat bermain, dan berbagi dengan teman. Namun, mereka masih membutuhkan bimbingan untuk menenangkan diri, mengikuti aturan, menunggu giliran, menyelesaikan permainan, dan mengekspresikan perasaan secara verbal. Selain itu, kemampuan empati Ananda AR masih terbatas, yang ditunjukkan oleh ketidakmampuan untuk menghibur teman, menawarkan bantuan secara spontan, dan memahami emosi teman melalui ekspresi wajah mereka. Secara keseluruhan, anak-anak membutuhkan stimulasi terus-menerus dari guru dan orang tua untuk melatih empati, mengikuti aturan, mengendalikan emosi, dan mengungkapkan perasaan secara lisan sesuai tahap perkembangan anak usia dini.

Pernyataan di atas sejalan dengan penelitian (Sahara et al., 2023) yang di mana peran orang tua sangat penting dalam mengembangkan kecerdasan emosi anak-anak di usia dini. Anak paling dekat dengan orang tuanya. Orang tua juga bertanggung jawab untuk mengasuh dan membimbing anaknya dengan memberikan contoh yang baik dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Orang tua juga harus memperkenalkan anaknya ke dunia luar dan memberikan penjelasan yang jelas tentang hal-hal yang mungkin tidak dipahami oleh anak. Orang tua memainkan peran penting dalam kehidupan rohani anak dan membantu mereka bersosialisasi dengan dunia luar. Akibatnya, sikap anak terhadap orang tuanya pada awal hidupnya akan memengaruhi pemikiran dan emosinya di kemudian hari. Oleh karena itu, orang tua atau ibu bapak memiliki peran penting dan signifikan dalam mendidik anak mereka. Hal ini sejalan dengan teori menurut Santrock (2011). Perkembangan ini biasanya dimulai dengan memahami reaksi emosi orang lain, lalu emosi diri sendiri, dan kemudian mengendalikan emosi diri. Pola perkembangan emosi tidak universal. Emosi pada anak usia dini kuat, jelas, dan sementara, dan dapat diketahui melalui perilaku anak.

KESIMPULAN

Masa kanak-kanak usia dini adalah periode emas yang sangat penting dalam pembentukan dasar-dasar perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak, menurut penelitian yang dilakukan terhadap perkembangan aspek emosional anak usia tiga tahun. Pada usia ini, anak-anak mulai menunjukkan kemampuan untuk bereaksi terhadap situasi, mengenali, dan mengidentifikasi emosi mereka, serta mulai mengembangkan kemandirian dan tanggung jawab diri. Namun, orang tua dan lingkungan sekitar anak-anak masih membutuhkan bimbingan dan stimulasi untuk belajar mengendalikan emosi, mengikuti aturan, dan menunjukkan empati dan kepedulian terhadap perasaan orang lain. Genetis dan faktor lingkungan, seperti pola asuh dan interaksi dengan orang dewasa dan teman sebaya, mempengaruhi perkembangan emosional yang optimal. Dengan stimulus yang tepat dan dukungan berkelanjutan, potensi anak dalam aspek emosional dapat berkembang secara optimal, mendukung tumbuh kembang yang sehat dan seimbang secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anzani, R. W., Insan, I. K., & Tangerang, U. M. (2020). *Perkembangan sosial emosi pada anak usia prasekolah*. 2, 180–193.
- Asy-syamsa, W. D., & Zulfa, E. S. (2022). *Pengaruh Pola Asuh Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini*. 1(1), 1–11.

- Fuadia, N. N. (2022). *Perkembangan sosial emosi anak usia dini*. 3, 31–47.
- Hasanah, U., & Fajri, N. (2022). *Konsep Pendidikan Karakter Anak Usia Dini*. 2(2), 116–126.
- Hidayah, F. (2023). *Optimalisasi Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Dalam Belajar Kelompok*. 3, 7942–7956.
- Marlita, D. E. (2024). *Hakikat Anak Usia Dini*.
- Nurul, U., Paiton, J., Susanti, S. E., Studi, P., Agama, P., Islam, F. A., & Hasan, U. Z. (2021). *Pembelajaran anak usia dini dalam kajian neurosains*. 2(April), 53–60.
- Retnaningrum, W., & Umam, N. (2021). Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Melalui Permainan Mencari Huruf. *Jurnal Tawadhu*, 5.
- Safrudin, R., Zulfamanna, Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian Kualitatif. *Journal Of Social Science Research*, 3(2), 1–15.
- Sahara, A., Hidayat, R., & Mentari, E. G. (2023). Peran Orangtua Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini Anis. *Jurnal An-Nur: Kajian Pendidikan Dan Ilmu Keislaman*, 9(1).
- Sari, P. P., & Mulyadi, S. (2020). *Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini*. 4(1), 157–170.
- Wijayanto, A. (2020). *Peran Orangtua dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional*. 1(1), 55–65.