

# BAB I

## PENDAHULUAN

Bab ini berisi latar belakang permasalahan pada penelitian mengenai *mindful parenting* dan kompetensi sosial-emosi pada anak usia dini. Berdasarkan latar belakang penelitian, muncul pertanyaan penelitian dan tujuan penelitian. Selain itu, pada bab ini juga terdapat manfaat penelitian baik secara teoritis maupun secara praktis.

### 1.1 Latar Belakang Penelitian

Kompetensi sosial-emosi memiliki peranan penting dalam proses tumbuh kembang seorang anak pada usia dini, terutama dalam proses pembelajaran dan penyesuaian diri dengan lingkungan barunya. Kompetensi sosial-emosi anak usia 5–6 tahun dapat menggambarkan keefektifan serta kemampuan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan sosialnya, contohnya bermain secara bergantian bersama dengan teman-teman lainnya (Irzalinda, Lestari, dan Sofia, 2022). Menurut Santrock, masa perkembangan anak yang terjadi di akhir masa bayi hingga usia 5-6 tahun harus distimulasi dengan tepat pada setiap aspeknya, seperti perkembangan nilai agama dan moral, bahasa, kognitif, motorik, dan juga sosial-emosi.

Perkembangan kompetensi sosial-emosi anak usia dini memiliki peranan dengan orang sekitar sehingga itu dapat menunjukkan tingginya kompetensi sosial-emosi yang dimiliki oleh anak tersebut (Amalia dan Rogamelia, 2022). Peranan penting dari perkembangan sosial-emosi anak usia dini tentunya dapat menentukan keberhasilan seseorang di masyarakat yang juga didukung oleh banyak faktor. Penilaian lingkungan terhadap emosi dan perilaku yang dimunculkan anak dapat membentuk konsep diri anak, selain itu ekspresi emosi juga dapat memengaruhi iklim psikologis lingkungan (Patmonodewo, 1995). Untuk mencapai kecerdasan emosi yang dapat mencapai keberhasilan, maka orang tua harus membantu anak untuk mencapai kompetensi sosial-emosi yang baik dari sejak dini.

Kompetensi sosial-emosi pada anak usia dini merupakan perubahan perilaku yang disertai dengan perasaan-perasaan tertentu yang melingkupi anak usia dini saat berhubungan dengan orang lain (Wiyani, 2014). Perkembangan sosial-emosi

merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan seorang anak. Kompetensi sosial-emosi merupakan faktor penting bagi anak, untuk melindungi mereka dalam menghadapi perubahan-perubahan yang dapat mereka harapkan dari dunia yang penuh tekanan di kemudian hari (Garmezy, 1991). Kompetensi sosial-emosi ini juga berpengaruh terhadap hasil akademik, sosial, dan psikologis anak seiring dengan pertambahan usianya (McCabe & Altamura, 2011). Karakteristik anak yang memiliki kompetensi sosial emosi yang baik, antara lain: mudah beradaptasi dan bersosialisasi dengan lingkungannya, memiliki rasa tanggung jawab, peduli, senang membantu, dan mampu menyelesaikan masalahnya sendiri (Afrianti, 2014)

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh Syarkiah, Masnipal, dan Tsaury (2018) di Taman Penitipan Anak dan Kelompok Bermain di Yayasan PAUD Cimahi, menunjukkan bahwa dari 58 anak yang berusia 2–4 tahun, terdapat 14 anak yang mengalami permasalahan sosial emosi. Permasalahan yang tampak antara lain: tidak mau mengikuti peraturan yang ditetapkan di yayasan, belum bisa mengontrol ke-sabaran contohnya tidak mau mengantri saat sedang mencuci tangan, anak belum mengerti mengenai tanggung jawab, belum mampu untuk mengungkapkan keinginan seperti buang air kecil dan besar, anak belum mampu mengontrol emosinya contohnya seperti anak ingin membalaskan dendamnya ke anak lain yang telah menyenggolnya. Menurut hasil riset yang dilakukan oleh Ananda dan Fadhilaturrehmi (2018), pada anak di Kelompok Bermain Tuanku Tambusai, Bangkinang, dari 16 anak, secara kemampuan sosial dan emosi sebagian besar anak memiliki kemampuan sosial-emosi yang rendah. Anak yang memiliki kemampuan sosial-emosi yang kurang baik cenderung sulit beradaptasi dengan lingkungan barunya, pendiam, sulit untuk berkomunikasi dengan orang yang menurutnya asing, dan kurang peduli dengan apa yang terjadi di sekitarnya (Assingkily & Hardiyati, 2019). Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh Nurhasanah (2020) kepada anak didik dan guru kelompok B di TK As-Salam Pekan Arba Tembilahan mengatakan bahwa dalam proses pembelajaran dan bermain, masih ada sebagian anak yang kompetensi sosial emosinya masih rendah, hal tersebut ditandai dengan adanya beberapa anak bereaksi dengan marah ketika dilarang bermain di waktu belajar, rebutan mainan dan tidak mau bermain bersama,

berkelahi dengan temannya, dan ada beberapa anak yang sulit diatur ketika belajar dan membuat situasi belajar kurang kondusif.

Menurut Rohayati (2016) faktor-faktor yang dapat memengaruhi kompetensi sosial-emosi, antara lain: pengasuhan, interaksi teman sebaya, dan status kesehatan. Dari ketiga faktor tersebut, yang akan menjadi fokus perhatian peneliti adalah faktor pengasuhan. Peneliti memfokuskan penelitian pada faktor pengasuhan, karena pengaruh orang tua dalam menjalankan pengasuhannya terhadap anak sangat besar terhadap perkembangan anak (Fatchurahman & Praktiko, 2012).

Pengasuhan orang tua juga memiliki pengaruh penting terhadap perkembangan kompetensi sosial emosi anak. Kompetensi emosi merupakan salah satu faktor yang paling dominan dalam memengaruhi keberhasilan anak di masa yang akan datang, dengan mengajari anak kompetensi emosi mereka akan lebih mampu untuk mengatasi berbagai masalah (Sari, Sumardi & Mulyadi, 2020). Peran orang tua dan pengasuhannya akan memengaruhi seluruh aspek perkembangan anak. Pentingnya figur seorang ayah akan memengaruhi perkembangan kognitif, sosial emosional, nilai moral agama, bahasa, hingga seni pada anak (Novela, 2019). Menurut hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Hayati & Mamat (2014) mengenai pengasuhan dan peran orang tua serta pengaruhnya terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini, semakin besar peran orang tua dalam pengasuhan anak, maka sosial-emosi anak akan semakin baik.

Dari beberapa penelitian menemukan adanya pengaruh pengasuhan orang tua terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini. Semakin besar peran orang tua dalam pengasuhan anak, maka sosial-emosi anak akan semakin baik (Hayati & Mamat, 2013). Anjum (2014) menemukan bahwa pengaruh pola asuh terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini berdampak secara signifikan dan positif. Menurut Zakharova & Silakova (2016) hubungan antara orang tua dan anak merupakan penentu paling penting dari perkembangan mental, emosional, dan proses sosialisasi. Kelekatan ibu dan anak berpengaruh secara signifikan terhadap sosial-emosi anak (Wijirahayu, Krisnatuti, & Muflikhati, 2016). Hal tersebut dapat dilihat dari perilaku sosial-emosi anak yang ceria, mandiri, mudah berteman, mau berbagi, pemberani, memiliki motivasi yang baik dan mau bekerja (Berg, 2011; Suteja & Yusriah, 2017)

Menurut Berg (2011), anak usia dini yang memiliki orang tua dengan tuntutan yang tinggi dan responsif yang rendah, perkembangan sosial-emosinya lebih buruk dibandingkan dengan orang tua yang menerapkan pola asuh otoritatif dan permisif. Dari pernyataan tersebut, menunjukkan bahwa sikap dan kemampuan orang tua dalam pengasuhan sangat berpengaruh pada perkembangan kompetensi anak, khususnya pada kompetensi sosial emosinya. Sikap dan kemampuan orang tua dalam pengasuhan dapat memengaruhi kompetensi anak, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi pengasuhan diantaranya, yang pertama faktor emosional yang dialami oleh orang tua dalam mengasuh anak yang dapat mengakibatkan kelelahan serta dapat menguras energi serta psikis orang tua yang memengaruhi penerapan gaya pengasuhannya terhadap anak (Williams & Wahler, 2010). Selain itu, faktor tekanan yang didapatkan oleh orang tua juga dapat memengaruhi pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua tersebut. Tekanan tersebut dapat berubah menjadi pengasuhan yang positif atau pengasuhan yang negatif, tergantung dengan kondisi orang tua (Conger, Elder, Lorenz, & Simons; 1994). Selanjutnya yaitu responsivitas, yaitu orang tua perlu memiliki responsivitas dan memberikan pengasuhan yang seimbang terhadap anak-anaknya agar dapat berkembang menjadi pribadi yang utuh dan mampu menyesuaikan diri dalam kehidupan bermasyarakat. Responsivitas juga dapat disebut sebagai penerimaan yang ditunjukkan oleh orang tua dengan merespon tepat apa yang dibutuhkan oleh anak, seperti interaksi, dukungan serta kehangatan yang anak butuhkan (Febriani & Saraswati, 2018).

Menurut Muamanah (2018) pengasuhan yang tepat dan baik untuk sosial emosi anak adalah pengasuhan otoritatif, karena pada pengasuhan ini orang tua mendorong anak untuk mandiri, namun tetap memberikan batasan untuk mengontrol perilaku anak orang tua bersikap penuh kasih sayang dan perhatian terhadap anak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di DKI Jakarta terhadap 101 ibu mengenai pola asuh dengan *mindful parenting* pada ibu yang memiliki anak 3–6 tahun, disebutkan bahwa seorang ibu yang memiliki karakter atau kemampuan *mindful parenting* akan memiliki pola asuh yang otoritatif pula (Febriani & Saraswati, 2018). Pengasuhan juga dapat dipengaruhi oleh intensitas hubungan orang tua dengan anak, fokusnya pada saat ini serta dengan melakukan proses pengasuhan tanpa adanya penghakiman tertentu pada anak yang dapat

memengaruhi kondisi anak. Intensitas hubungan orang tua dengan anak ini juga dapat dipengaruhi dari kesadaran dan fokus perhatian dari orang tua pada saat interaksi pengasuhan berlangsung. Kemampuan tersebut juga perlu ditopang dengan kemampuan meregulasi reaktivitas terhadap perilaku anak yang dapat berdampak pada pengasuhan. Faktor-faktor tersebut merupakan karakteristik dari *mindful parenting* (Febriani & Saraswati, 2018).

*Mindful parenting* yaitu praktik pengasuhan dengan *mindfulness* merupakan pengasuhan yang baik yang dapat menentukan bagaimana anak berproses kedepannya. Perbedaan *mindful parenting* dengan pola asuh lainnya yaitu, *mindful parenting* merupakan keterampilan orang tua untuk tetap sadar (*mindful*) pada proses pengasuhan anak. *Mindfulness* yaitu memiliki pikiran yang jernih dan tenang yang difokuskan pada masa sekarang dengan cara yang tidak menghakimi (Singh, Lancioni, Winton, Singh, Curtis, dan McAleavey, 2007). Ketika seorang individu sepenuhnya berada di masa sekarang, dia akan sangat terbuka untuk memahami dan menanggapi situasi dengan lebih banyak pilihan dari pada yang dia sadari sebelumnya (Kabat-Zinn, 1994). *Mindfulness* dapat menyebabkan perubahan perspektif yang cukup signifikan sehingga menyebabkan perubahan perilaku individu dan hasil perkembangan yang positif (Zhang, Wang, & Ying, 2019). *Mindfulness* ini kemudian dijadikan sebagai dasar teori pengasuhan yaitu *mindful parenting*.

*Mindful parenting* merupakan pengasuhan yang lebih terfokus pada hubungan interpersonal, bukan intrapsikis, dan perhatian khususnya pada hubungan antara anak dan orang tua. *Mindful parenting* mampu mereduksi stress, dan meningkatkan kepuasan orang tua dalam pengasuhan anak (Cohen dan Semple, 2010). Tujuan khusus dari *mindful parenting* adalah untuk memfasilitasi orang tua untuk tidak menghakimi, perhatian pada saat ini, dan kesengajaan dalam pengasuhan anak (Kabat-Zinn & Kabat-Zinn, 1997). Orang tua yang menerapkan *mindful parenting* terhadap anaknya, dia akan hadir sepenuhnya baik secara mental maupun fisik untuk anaknya, tanpa mengkhawatirkan masa depan maupun masa lalu, mereka juga dapat menghadapi perilaku negatif anak dengan alternatif cara yang tidak kaku dan tenang, lebih konsisten, dan mempunyai tujuan serta nilai yang jelas dalam pengasuhan (Singh, dkk, 2007; Duncan, Coatworth, & Greenberg,

2009; Bogels, Lehtonen, & Restifo, 2010; Siegel & Hartzell, 2013). Orang tua yang menerapkan *mindful parenting*, dapat meningkatkan hubungan keterikatan yang aman antara orang tua dan anak sehingga anak memiliki tingkat regulasi emosi yang lebih tinggi dan *well-being* yang lebih baik, dan meningkatkan sikap prososial anak (Cohen & Semple, 2010; Zhang, Wang, & Ying, 2019; Medeiros, Gouveia, Canavarro, & Moreira, 2016).

Menurut Munisa (2018), orang tua yang memiliki keterampilan *mindful parenting* akan terhindar dari stres akibat pola asuh (*parenting stress*), mampu menghargai pendapat dan tindakan anak, mampu menjalankan peran orang tua, dan menjalin hubungan yang harmonis antara orang tua dan anak. Pernyataan ini juga didukung oleh Sofyan (2019) yang menyatakan bahwa *mindful parenting* juga dapat membangun pengasuhan orang tua menjadi lebih positif, di antaranya dapat membantu anak usia dini menjadi lebih berani mengekspresikan diri, apa yang dirasa oleh anak, dapat membantu anak untuk mengendalikan dirinya. Orang tua yang memiliki keterampilan *mindful parenting* yang tinggi akan berdampak pada tingkat regulasi emosi yang tinggi pula ketika anak menginjak remaja (Shania, 2022). Anak akan lebih merasa dihargai dan lebih mampu untuk mengomunikasikan masalah yang sedang dihadapinya kepada orang tua dengan baik (Munisa, 2018). Orang tua yang menerapkan *mindfulness* dalam pengasuhannya dapat meningkatkan keterikatan antara anak dan orang tua sehingga memberi dampak kelabilan emosi yang rendah dan regulasi emosi adaptif yang tinggi pada anak usia dini (Zhang, Wang, & Ying, 2019).

Dari penelitian-penelitian yang dibahas tersebut, dapat dilihat bahwa peran pengasuhan dan juga *mindful parenting* berpengaruh secara signifikan terhadap kompetensi sosial emosi anak. Pada penelitian-penelitian sebelumnya peran pengasuhan yang berpengaruh terhadap kompetensi sosial emosi anak usia dini hanya dilihat dari tiga gaya pola asuh, yaitu: autoritatif, autoritarian, dan permisif, oleh karena itu peneliti mencoba menggunakan pendekatan pola asuh yang berupa *mindful parenting* untuk melengkapi penelitian-penelitian sebelumnya, karena dilihat dari beberapa penelitian mengenai pengaruh *mindful parenting* terhadap anak usia dini, *mindful parenting* ini cukup berpengaruh secara signifikan terhadap perkembangan anak dan juga orang tua. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti

apakah *mindful parenting* juga dapat berpengaruh secara signifikan terhadap kompetensi sosial-emosi anak usia dini, karena disebutkan pula bahwa *mindful parenting* ini sama dengan pola asuh autoritatif, yang pada penelitian sebelumnya disebutkan berpengaruh secara positif signifikan terhadap kompetensi sosial-emosi anak usia dini.

## **1.2 Pertanyaan Penelitian**

Apakah terdapat pengaruh dari *mindful parenting* terhadap kompetensi sosial-emosi anak usia dini?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari *mindful parenting* terhadap kompetensi sosial-emosi anak usia dini di Bandung.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat dalam penelitian ini dibagi menjadi manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis yang dijelaskan sebagai berikut:

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur mengenai pengaruh dari *mindful parenting* terhadap kompetensi anak usia dini, khususnya pada aspek sosial sosial emosi.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Secara praktis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber pengetahuan orang tua tentang salah satu alternatif pola pengasuhan yaitu *mindful parenting* yang memiliki pengaruh yang positif terhadap kompetensi sosial emosi anak usia dini.