

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia dini merupakan individu yang sedang mengalami proses perkembangan yang sangat pesat dan sesuai dengan tahap perkembangan kemampuan anak seperti kognitif, fisik, sosial, emosional, bahasa. Setiap anak memiliki karakter yang berbeda – beda, memiliki karakteristik yang unik, dan pada dasarnya dunianya dipenuhi dengan bermain. Anak usia dini memerlukan bantuan dari lingkungan sekitarnya untuk memberikannya pengalaman dan mengembangkan perkembangan yang dimilikinya. Rentang usia dari anak usia dini sendiri adalah 0 hingga 6 tahun seperti tercantum dalam Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1. Anak usia dini terbagi menjadi 4 tahapan yaitu pada masa bayi usia lahir hingga 12 bulan, masa balita usia 2 tahun hingga 3 tahun, dan masa prasekolah dari usia 3 tahun hingga 6 tahun, dan masa SD (Sekolah Dasar) kelas awal usia 6 hingga 8 tahun (Halimah, 2016). Anak usia dini memiliki karakteristik yang unik dan pandai untuk meniru lingkungan sekitarnya, karenanya lingkungan sangat berpengaruh untuk potensi anak berkembang secara optimal. Potensi yang sudah dikembangkan secara optimal dan dimiliki anak di masa usia dini adalah potensi yang akan dibawa anak untuk memasuki jenjang sekolah yang selanjutnya, sejalan dengan itu seperti tercantum pada UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 4 bahwa anak mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran dan jenjang pendidikan sesuai tahapan pendidikannya. Anak usia dini memiliki proses perkembangan yang sangat pesat, pada masa ini anak harus memiliki berbagai macam pengalaman yang menarik sebagai cara untuk anak mengenal dunia secara lebih luas.

Pendidikan anak usia dini memiliki beberapa jalur pendidikan sebelum akhirnya akan melanjutkan jenjang selanjutnya yaitu pendidikan sekolah dasar. Jalur pendidikan yang dimiliki yaitu berdasarkan tingkatan pada usia anak dari usia 2 –

Indita Giovany Arisda, 2023

MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

6 tahun untuk membantu anak dalam segi pertumbuhan dan perkembangannya agar anak siap untuk memasuki tingkatan pendidikan selanjutnya.

Pendidikan anak usia dini dilaksanakan sebelum memasuki jenjang pendidikan sekolah dasar, terdapat beberapa jalur pendidikan: (1). Pendidikan formal yaitu Taman Kanak-Kanak (TK) dan bentuk lain yang sederajat, (2). Pendidikan nonformal yaitu Kelompok Bermain (KB) atau bentuk lain yang sederajat, dan (3). Pendidikan informal berbentuk pendidikan keluarga dan juga pendidikan yang ada di lingkungan di dekat rumah seperti tercantum pada UU No. 20 Tahun 2003 Sistem Pendidikan Nasional Pasal 28. Pendidikan nonformal Kelompok Bermain (KB) adalah satuan pendidikan anak usia dini (paud) untuk anak yang memiliki usia 2 – 6 tahun dan diutamakan untuk anak yang berusia 3 – 4 tahun. Anak usia 3 – 4 tahun memiliki perkembangan dimana mereka senang untuk meniru lingkungan sekitarnya, baik itu meniru perilaku temannya ataupun meniru perilaku orang dewasa, selain itu juga anak usia 3 – 4 tahun sudah dapat memperlihatkan emosi yang dirasakan atau dimilikinya seperti menangis saat ia sedang kesal, sedih, marah, atau sakit, dan tertawa saat ia senang dan melihat sesuatu yang lucu. Anak yang berusia 3 – 4 tahun sudah mulai mengenali emosi yang timbul pada dirinya, terlihat saat ia melakukan kesalahan maka ia akan meminta maaf atau setidaknya akan merasa bersalah, lalu saat ia merasakan hal yang tidak disukai maka ia akan marah, akan tetapi pada usia ini juga anak belum memiliki kontrol impuls yang baik sehingga anak kesulitan untuk mengendalikan emosi dan tidak memikirkan akibat yang akan terjadi dari apa yang sudah dilakukan, seperti contohnya saat anak menginginkan mainan orang lain lalu anak merampas mainan tersebut dari orang lain. Anak usia ini juga menggunakan pukulan, gigitan, dorongan, atau kegiatan fisik lainnya untuk solusi dalam menyelesaikan emosi, karenanya emosi anak perlu dilatih dan dikelola agar anak tidak menimbulkan perilaku atau reaksi negatif dari emosi yang ia rasakan.

Mengelola adalah proses perilaku dalam mengatur ataupun mengendalikan sesuatu. Mengelola emosi adalah proses dari dimana seseorang mengatur dan mengendalikan emosi ataupun perasaan yang sedang dirasakannya sehingga reaksi yang dikeluarkan dari emosi tersebut bisa diterima oleh orang di lingkungan sekitar.

Indita Giovany Arisda, 2023

MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Menurut (Puspita, 2019) kemampuan mengelola emosi adalah cara seseorang untuk dapat menyadari perasaan diri sendiri dan juga dapat kembali dari perasaan sedih, marah, kecewa dengan cepat dan juga memiliki penanganan yang tepat. Reaksi emosi anak akan muncul saat merespon suatu kejadian sesuai dengan apa yang mereka rasakan dalam hatinya. Emosi anak akan berubah seiring bertambahnya usia, mengeluarkan emosi sama dengan mengeluarkan ekspresi dan itu sangat wajar, tetapi jika tidak dikendalikan dengan baik maka emosi tersebut akan berdampak negatif, maka dari itu anak harus belajar untuk mengendalikan emosi yang ia rasakan seperti yang tercantum dalam Permendikbudristek Lampiran I No. 7 Tahun 2022 mengenai Standar Isi pada Pendidikan Anak Usia Dini, dimana anak perlu untuk belajar bagaimana cara untuk mengelola, mengendalikan, dan mengatur emosi, terdapat beberapa cara untuk mengelola emosi yaitu dengan menarik nafas, memahami penyebab emosi, mengenali emosi yang dirasakan, dan hal tersebut diturunkan berupa deskripsi dalam Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini Standar Isi Tentang Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak usia 3 – 4 Tahun yaitu beberapa diantaranya mengikuti aktivitas kegiatan, bersabar menunggu giliran, merasa bersalah saat melakukan kesalahan, menghargai orang lain, mengatakan perasaan secara verbal, meminjam dan meminjamkan mainan pada temannya, serta membangun kerjasama.

Perilaku berulang yang dilakukan anak baik itu secara positif atau negatif akan berkembang menjadi kebiasaan, karenanya pembiasaan perilaku positif harus dilakukan secara berulang pada anak tujuannya untuk menanamkan nilai pendidikan karakter demi membangun sikap individu yang beradab dan memiliki sikap yang terpuji. Pembiasaan perilaku bisa dilakukan di rumah dan di sekolah secara berkesinambungan, jika pembiasaan sikap baik dilakukan secara terus menerus maka akan mengubah pola berpikir, bersikap, bertidak sesuai dengan norma yang berlaku. Anak adalah peniru yang ulung, maka untuk menanamkan kebiasaan baik pada anak harus dimulai dari lingkungan sekitar seperti guru, orang tua, dan keluarga dengan memberikan contoh perilaku baik. Perilaku baik yang dapat dilakukan adalah bersabar dalam menunggu giliran, disiplin dalam menaati

Indita Giovany Arisda, 2023

MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

aturan yang berlaku, menggunakan barang dengan perlahan tanpa tergesa. Pembiasaan yang dilakukan secara berulang akan menghasilkan pembentukan emosi yang matang bagi anak, selain itu juga akan menjadikan anak untuk mengenal emosi yang dirasakan oleh dirinya sendiri dan anak akan mengetahui bagaimana mengelola ataupun mengatur emosi yang dirasakan agar tidak menimbulkan perilaku negatif bagi lingkungan sekitarnya. Pembiasaan yaitu kegiatan yang dilakukan secara berulang atau terus menerus dalam kehidupan sehari – hari sehingga menjadi kebiasaan yang baik untuk anak sehingga anak menjadi terbiasa. Pembiasaan dilakukan agar anak memahami bahwa terdapat peraturan yang terdapat dalam kehidupan sehari – hari di lingkungan sekitarnya sehingga anak menjadi tertib akan aturan yang berlaku dan anak juga mengenal bagaimana mengendalikan emosi dari pembiasaan yang telah dilakukan sehari – hari. Menurut (Masitah & Setiawan, 2018) anak usia dini memiliki permasalahan dalam mengasah keterampilannya seperti dalam mengetahui apa itu perilaku positif dan perilaku negatif yang terjadi terhadap lingkungan sekitarnya. Situasi tertentu menunjukkan bahwa anak sering memaksakan kehendak, tidak mau berbagi, dan bersikeras untuk melakukan hal sesuai dengan keinginannya sendiri tanpa melihat dan menghargai orang lain. Pembiasaan juga biasanya dilakukan di sekolah, seperti di salah satu lembaga di Kota Bandung memiliki pembiasaan yang dilakukan pada seluruh muridnya yaitu anak belum merasa bersalah jika melakukan suatu kesalahan, meminta maaf jika dirasa bersalah dan mengakui kesalahan, anak belum bisa mengungkapkan perasaan secara wajar dan masih berontak juga memukul saat mengungkapkan perasaannya.

Hasil observasi yang dilakukan di salah satu lembaga Kelompok Bermain di daerah Kota Bandung bahwa pembiasaan yang dilakukan di lembaga tersebut belum bisa meningkatkan kemampuan anak dalam mengelola emosi dan juga belum diterapkan dengan konsisten terlihat dari proses bermain bersama teman anak masih belum sabar saat akan melakukan suatu hal sehingga anak melakukan suatu hal sesuai dengan keinginannya sendiri tidak mengikuti peraturan kelas yang ada dan juga anak belum bisa menghargai perasaan temannya sehingga tidak melihat temannya yang lain. Perilaku tersebut dilakukan secara berulang, bisa

Indita Giovany Arisda, 2023

MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

mengungkapkan perasaannya secara wajar dan terkadang anak belum bisa mengungkapkan perasaan secara wajar. Perilaku tersebut bisa disebabkan dari suasana hati anak yang berbeda setiap harinya, selain itu guru tidak melaksanakan pembiasaan secara konsisten dikarenakan anak cenderung untuk memaksakan kehendaknya sendiri, terlebih jika permintaan dirinya ditolak oleh guru atau temannya maka ia akan menangis atau marah, sehingga pembiasaan yang diterapkan belum berjalan dengan baik.

Manfaat dari diadakannya penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan anak dalam mengelola emosi diri pada anak Kelompok Bermain yang berusia 3 hingga 4 tahun, agar anak belajar bagaimana mengendalikan dan mengelola emosi sehingga tidak menjadi emosi yang negatif bagi lingkungan sekitarnya dari pembiasaan menenangkan diri dengan cara mengungkapkan perasaan yang sedang dirasakan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan beberapa masalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana proses ketika melakukan pembiasaan mengungkapkan perasaan dengan wajar secara verbal untuk meningkatkan kemampuan mengelola emosi diri pada anak?
- 1.2.2 Bagaimana kemampuan anak dalam mengelola emosi diri setelah diterapkan proses pembiasaan mengungkapkan perasaan dengan wajar secara verbal?.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, sehingga menjadi tujuan sebagai berikut:

- 1.3.1 Untuk mendeskripsikan proses ketika melakukan pembiasaan mengungkapkan perasaan untuk meningkatkan kemampuan mengelola emosi diri pada anak
- 1.3.2 Untuk mendeskripsikan kemampuan anak dalam mengelola emosi diri setelah diterapkan proses pembiasaan mengungkapkan perasaan.

Indita Giovany Arisda, 2023

MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberi manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis,

diantaranya sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoretis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan anak dalam mengelola atau mengenali emosi pada anak usia 3 – 4 tahun melalui pembiasaan yang dilakukan dalam kehidupan sehari – hari. Mengeluarkan emosi sama dengan mengeluarkan ekspresi dan itu sangat wajar, tetapi jika tidak dikendalikan maka emosi tersebut akan berdampak negatif, maka dari itu anak harus belajar untuk mengelola emosi yang ia rasakan. Dalam melatih anak dalam mengelola emosi diri perlu menggunakan metode yang diterapkan dalam kegiatan sehari – hari anak, agar nantinya anak terbiasa dalam mengelola emosi dan anak dapat mengenali emosinya sendiri. Metode yang bisa digunakan adalah pembiasaan yang dilakukan adalah dengan terbiasa mengungkapkan perasaan yang sedang dialami sehingga anak dapat menenangkan dan menuangkan emosi diri saat sedang merasakan perasaan yang tidak wajar.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis bagi semua pihak, diantaranya sebagai berikut:

1.4.2.1 Bagi Anak

Adapun manfaat yang dirasakan oleh anak yaitu sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan mengelola emosi diri anak terhadap situasi yang sedang dihadapi olehnya dan anak juga dapat mengenali emosi yang sedang dirasakan oleh dirinya sendiri

1.4.2.2 Bagi Guru

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi guru sebagai bahan dalam melaksanakan proses kegiatan pembelajaran untuk lebih meningkatkan dan menerapkan pembiasaan setiap hari pada anak agar anak dapat mengelola emosi diri dari penerapan pembiasaan tersebut

Indita Giovany Arisda, 2023

MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.4.2.3 Bagi Orang tua

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada orang tua dapat membangun hubungan baik antara orang tua dan juga siswa, selain itu juga orang tua dapat merasakan perkembangan peningkatan anak dalam mengendalikan emosi dirinya baik itu di rumah ataupun di sekolah. Hal ini perlu adanya kerja sama antara guru dan orang tua dalam penerapan metode pembiasaan

1.4.2.4 Bagi Sekolah

Adapun manfaat penelitian ini bagi sekolah yaitu sebagai peningkatan kualitas kegiatan pembelajaran dengan menerapkan metode pembiasaan pada keseharian anak dapat meningkatkan anak dalam mengelola emosi dirinya dengan baik

1.4.2.5 Bagi Peneliti

Manfaat yang dirasakan oleh peneliti yaitu peneliti dapat menyelesaikan permasalahan yang sebelumnya ditemukan pada anak dan juga dapat mengembangkan kemampuan mengelola emosi diri anak dengan metode pembiasaan yang sederhana dalam kehidupan sehari - hari. Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat untuk permasalahan yang sering ditemukan di lapangan terhadap anak usia dini serta dapat mendapat solusi dari permasalahan tersebut

1.4.2.6 Bagi Penelitian Selanjutnya

Manfaat bagi penelitian selanjutnya adalah menjadikan penelitian ini sebagai tolak ukur untuk mengembangkan penelitian selanjutnya, juga bisa dijadikan sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi ini terdiri dari Bab I Pendahuluan yang berisi tentang pemaparan latar belakang, sehingga menjadi rumusan masalah, lalu pada bab ini juga terdapat tujuan dan manfaat penelitian. Terdapat struktur organisasi skripsi yang berisikan sistematika keseluruhan isi skripsi.

Bab II memaparkan dasar – dasar penelitian yang didukung oleh teori ahli. Metode yang digunakan pada penelitian pun dijelaskan pada bab ini. Pada bab ini

juga membahas mengenai penelitian terdahulu yang relevan sehingga sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan.

Bab III menjelaskan mengenai metode penelitian, desain penelitian, partisipan, tempat penelitian, instrumen penelitian, serta teknik analisis dan pengumpulan data.

Bab IV menjelaskan mengenai temuan dan bahasan yang ditemukan selama penelitian di lapangan. Bab ini juga menjadi hasil dari permasalahan yang sudah dicantumkan dalam rumusan masalah.

Bab V yaitu bagian terakhir dari skripsi ini, dan berisikan mengenai kesimpulan dari hasil penelitian yang sudah dipaparkan secara keseluruhan pada bab sebelumnya. Pada bab ini juga menjelaskan mengenai implikasi dan rekomendasi agar penelitian selanjutnya lebih baik dari penelitian yang telah dilakukan.

Indita Giovany Arisda, 2023

MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu