

ROLE MODEL ORANG TUA DALAM PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK USIA DINI DENGAN PENDEKATAN TEORI RET

Venna Kurniawati

STAI YPBWI SURABAYA

Email: Vennakurniawati16@gmail.com

ABSTRACT

Family is forming or building a relationship in it with other people who will later form new and good quality individuals. In the Islamic approach, family is the main base that supports the building of Islamic community and society, so that families get significant attention and care from Al- Qur'an (Al-Jauhari, 2005: 3). Social emotional disturbances such as slow learning, not being able to build friendships, being depressed about something and mood swings in early childhood in the millennial era often occur even though early childhood is a happy time. This research wants to find out how social emotional development strategies are developed in the nuclear family, so that children will learn to understand themselves, engage with others, empathize and how to deal with conflict. The research method is a descriptive study. Data collection techniques using observation and interviews. Qualitative descriptive data analysis. The results of the research are that in the realization of sakinah family counseling with the theory of reality, the counseling process can not only be applied by a counselor but can also be applied by people for their families as long as the problems encountered are not too complicated and can still be overcome by themselves.

Keywords: Parents, Emotional Development, RET Theory

ABSTRAK

Keluarga adalah membentuk atau membangun sebuah hubungan didalamnya dengan orang lain yang nantinya akan membentuk individu yang baru berkualitas dan baik, Dalam pendekatan Islam, keluarga adalah basis utama yang menjadi pondasi bangunan komunitas dan masyarakat Islam, sehingga keluarga mendapatkan perhatian dan perawatan yang signifikan dari Al-Qur'an (Al-Jauhari,2005: 3). Gangguan sosial emosional seperti lambat belajar, tidak bisa menjalin pertemanan, terobsesi terhadap sesuatu dan mood yang berubah-ubah pada anak usia dini di era millennial sering terjadi padahal masa anak usia dini adalah masanya bahagia. Penelitian ini ingin mengetahui bagaimana strategi perkembangan sosial emosional yang dikembangkan di dalam keluarga inti, sehingga anak akan belajar memahami diri mereka sendiri, keterlibatan dengan orang lain, berempati dan bagaimana menghadapi konflik. Metode Penelitian adalah studi deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Analisa data deskriptif kualitatif. Hasil dari penelitian yakni dalam realisasi konseling keluarga sakinah dengan teori realitas ini proses konselingnya tidak hanya bisa diterapkan oleh seorang konselor tapi juga dapat diterapkan oleh orang-orang untuk keluarganya asalkan permasalahan yang dihadapi tidak begitu rumit dan masih bisa diatasi sendiri.

Kata Kunci: Orang tua, Perkembangan emosional, Teori RET

PENDAHULUAN

Kata keluarga dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005:536), adalah keluarga inti yang terdiri dari Ibu, Bapak dan anak-anak (seisi rumah). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia yang disingkat menjadi WHO (1969), keluarga adalah anggota keluarga yang saling berhubungan melalui pertalian darah, adopsi, atau perkawinan (Ariffudin, 2005:52). Dalam pendekatan Islam, keluarga adalah basis utama yang menjadi pondasi bangunan komunitas dan masyarakat Islam, sehingga keluarga mendapatkan perhatian dan perawatan yang signifikan dari Al-Qur'an (Al-Jauhari,2005:3).

Perkembangan sosial emosional menjadi sesuatu hal yang sangat penting untuk diperhatikan. Hal ini karena terdapat beberapa anak yang mengalami gangguan sosia emosional seperti lambat belajar, tidak bisa menjalin pertemanan, terobsesi terhadap sesuatu, mood yang berubah-ubah. Masa anak usia dini merupakan salah satu periode yang sangat penting, karena periode ini merupakan tahap perkembangan kritis. Pada masa inilah kepribadian seorang anak akan terbentuk. Pengalaman yang terjadi pada masa ini cenderung bertahan dan mempengaruhi sikap anak sepanjang hidupnya. Seperti yang dikatakan Montessori dalam Hainstock (Afifah & Kuswanto, 2020) menyebut bahwa anak usia dini ini sebagai periode sensitif (*sensitive priods*). Sehingga, stimulus yang didapatkan oleh anak akan sangat membantu menuju tahap perkembangan selanjutnya. Stimulus yang diberikan kepada anak harus sesuai dengan tahap perkembangan anak, sehingga anak mampu berkembang sempurna. Bayak orang dewasa gagal memahami anak sebagai makhluk yang mempunyai kecerdasan dan mempunyai kemampuan dalam belajar (Afifah & Kuswanto, 2020, p.61). Hal ini menyebabkan kemampuan bawaan yang terdapat di dalam diri anak tidak berkembang dengan baik, karena kurangnya stimulus yang didapatkan oleh anak. RET juga sering disebut sebagai pendekatan konseling A-B-C-D-E. Hal ini dikarenakan praktek konseling dalam RET hakekatnya mendasarkan pada teori kepribadian A-B-C-D-E dari Albert Ellis. Dalam teori tersebut dinyatakan bahwa manusia membentuk emosi dan perilakunya berdasar atas pikiran dan filsafat yang ditemukannya sendiri, yang dibentuk oleh lingkungan sosialnya. Namun demikian, yang membentuk kepribadian manusia bukan kondisi-kondisi sosial tersebut, melainkan reaksinya terhadap kondisi-kondisi sosial tersebut.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan jenis penelitian studi lapangan. Sumber data dari data primer dan data pendukung berupa literature dan beberapa artikel penelitian terkait. Proses penggalian data dalam pembelajaran didekati dengan metode observasi , dokumentasi dan wawancara. Data penelitian akan dianalisa dengan analisa deskriptif kualitatif bagaimana gambaran strategi pengembangan sosial emosional anak dalam keluarga inti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian yakni dalam realisasi konseling keluarga sakinah dengan teori realitas ini proses konselingnya tidak hanya bisa digterapkan oleh seorang konselor tapi juga dapat diterapkan oleh orang-orang untuk keluarganya asalkan permasalahan yang dihadapi tidak begitu rumit dan masih bisa diatasi sendiri. Dalam pandangan RET setiap manusia memiliki kapasitas untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan-perasaannya, selama ia mampu memasaksakan diri untuk berpikir dan bertindak lain melalui cara-cara yang lebih baik, rasional, dan konstruktif. Misalnya melalui latihan disiplin diri, belajar secara mandiri, atau dengan meminta bantuan pada orang lain yang mampu berpikir rasional dan obyektif.

Keluarga

Kata keluarga dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005: 536), adalah keluarga inti yang terdiri dari Ibu, Bapak dan anak-anak (seisi rumah). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia yang disingkat menjadi WHO (1969), keluarga adalah anggota keluarga yang saling berhubungan melalui pertalian darah, adopsi, atau perkawinan (Ariffudin, 2005: 52). Dalam pendekatan Islam, keluarga adalah basis utama yang menjadi pondasi bangunan komunitas dan masyarakat Islam, sehingga keluarga mendapatkan perhatian dan perawatan yang signifikan dari Al-Qur'an (Al-Jauhari, 2005: 3).

Pengajaran seperti menerapkan perilaku jujur, dan selalu taat beribadah, dll dengan cara orang tua sebagai model percontohan anak-anaknya agar anak-anaknya dapat meniru apa yang dilakukan orang tuanya dengan baik. dalam hal ini keluarga tersebut menerapkan kegiatan berkumpul bersama untuk mengetahui keluhan kesah yang dialami anak-anaknya hal ini juga sebagai kegiatan untuk mengarahkan anak-anaknya dalam menilai atau berpandangan dalam setiap permasalahan yang dihadapi. Pemberian tugas juga contoh dalam keluarga, diterapkan tugas-tugas atau tanggung jawab kepada anaknya selalu berperilaku jujur, giat belajar, dan selalu melaksanakan pekerjaan rumah dengan baik. Perilaku tersebut dapat membentuk perilaku-perilaku baik pada anak tersebut.

Dalam keluarga ini masih memegang aturan atau budaya jawa yaitu membiasakan anak-anak menggunakan bahasa krama jawa kepada orang yang lebih tua dari mereka hal tersebut masih dilakukan oleh anak-anak pak karim. Keluarga pak karim dalam pendidikan anak-anaknya sangat penting sekali berperilaku jujur, bu karin istri dari pak karim berkata karna berperilaku jujur itu penting karena jika memiliki perilaku tidak jujur maka pasti akan terbongkar perilaku tersebut saat tersebut. Selain dari nilai kejujuran dalam keluarga ini menerapkan agar rajin beribadah hal ini sudah dibiasakan dari kecil. Keluarga ini rutin dilakukan rutin beribadah atau solat berjemaah dan juga membiasakan solat malam dan ibadah lainnya seperti ouasa sunah dan lain-lainnya.

Sosial Emosional

Perkembangan sosial emosional menjadi sesuatu hal yang sangat penting untuk diperhatikan. Hal ini karena terdapat beberapa anak yang mengalami gangguan sosia emosional seperti lambat belajar, tidak bisa menjalin pertemanan, terobsesi terhadap sesuatu, mood yang berubah-ubah. Bahkan menurut pendapat Better Healt Channel memerlukan penanganan khusus. (Ramdani et al., 2021, p. 3). Pada masa ini anak, harus punya kebebasan dalam lingkungan untuk pengembangan fisik, mental dan pertumbuhan spiritualnya, karena dengan lingkungan yang kondusif memungkinkan anak akan berkreasi bebas dan mengembangkan potensi dirinya secara maksimal.

Kecerdasan sosial-emosional pada anak tidak dimiliki secara alami tetapi harus ditumbuhkan dan dikembangkan oleh orang tua. Dalam mengembangkan sosial-emosional anak diperlukan strategi pemberian model-model belajar yang bisa digunakan untuk mengembangkan aspek tersebut dilakukan mulai dari keluarga inti.

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)(Miswari, 2017, p. 9). Sarlito Wirawan Sarwono berpendapat bahwa emosi merupakan “setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna afektif baik pada tingkat lemah (dangkal) maupun pada tingkat yang luas (mendalam) (Monte, 2022). Sedangkan menurut Crow & Crow mengartikan emosi sebagai suatu keadaan yang bergejolak pada diri yang berfungsi sebagai inner adjustment (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan hidup (Monte, 2022).

Secara sederhana, emosi merupakan warna afektif yang menyertai setiap keadaan atau perilaku individu. Yang dimaksud warna afektif ini adalah perasaan-perasaan tertentu yang dialami pada saat menghadapi (menghayati) suatu situasi tertentu. Contohnya, gembira, bahagia, putus asa, terkejut, benci (tidak senang), dan sebagainya. Perkembangan sosial adalah suatu proses yang muncul dimana anak belajar tentang diri dan orang lain dan tentang membangun serta merawat pertemanan. Perkembangan sosial dimulai saat bayi dilahirkan dimana saat itu bayi mulai berinteraksi dengan keluarganya dan selanjutnya berinteraksi dan bersosialisasi diluar rumah.

GAMBAR 1

JENIS-JENIS EMOSI DAN DAMPAKNYA PADA PERUBAHAN FISIK

JENIS EMOSI	PERUBAHAN FISIK
Terpesona	Reaksi elektris pada kulit
Marah	Peredaran darah bertambah cepat
Terkejut	Denyut jantung bertambah cepat
Kecewa	Bernapas panjang
Sakit / marah	Pupil mata membesar
Takut / tegang	Air liur mengering
Takut	Berdiri bulu roma
Tegang	Terganggu pencernaan, otot-otot menegang atau bergetar (tremor)

Sumber : Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja, hal. 116

Emosi dapat dikelompokkan ke dalam dua bagian, yaitu emosi sensoris dan emosi kejiwaan (psikis):

1. Emosi sensoris, yaitu emosi yang ditimbulkan oleh rangsangan dari luar terhadap tubuh, seperti: rasa dingin, manis, sakit, lelah, kenyang, dan lapar.
2. Emosi psikis, yaitu emosi yang mempunyai alasan-alasan kejiwaan. Yang termasuk emosi ini, diantaranya adalah:
 - a) Perasaan Intelektual, yaitu yang mempunyai sangkut paut dengan ruang lingkup kebenaran. Perasaan ini diwujudkan dalam bentuk: rasa yakin dan tidak yakin terhadap suatu hasil karya

ilmiah, rasa gembira karena mendapat suatu kebenaran, rasa puas karena dapat menyelesaikan persoalan-persoalan ilmiah yang harus dipecahkan.

- b) Perasaan Sosial, yaitu perasaan yang menyangkut hubungan dengan orang lain, baik bersifat perorangan maupun kelompok. Wujud perasaan ini seperti rasa solidaritas, persaudaraan, simpati, kasih sayang dan sebagainya.

Teori RET atau Realitas.

RET dibangun berdasar atas filosofi bahwa "apa yang mengganggu jiwa manusia bukanlah peristiwa-peristiwa, tetapi bagaimana manusia itu mereaksi atau berprasangka terhadap peristiwa-peristiwa tersebut".

Secara umum dikatakan bahwa anak-anak dan juga binatang memiliki sejumlah keterbatasan emosi dan cenderung untuk cepat emosi. Seiring dengan penambahan usia, maka ketika anak-anak cukup mampu menguasai bahasa secara efektif, mereka memperoleh kemampuan untuk mempertahankan emosinya dan sedapat mungkin menjaga emosi-emosinya yang terganggu. RET tidak memusatkan perhatian kepada peristiwa-peristiwa masa lalu, tetapi lebih kepada peristiwa yang terjadi saat ini dan bagaimana reaksi terhadap peristiwa tersebut. RET juga percaya bahwa setiap manusia mempunyai pilihan, mampu mengontrol ide-idenya, sikap, perasaan, dan tindakan-tindakannya serta mampu menyusun kehidupannya menurut kehendak atau pilihannya sendiri.

RET juga sering disebut sebagai pendekatan konseling A-B-C-D-E. Hal ini dikarenakan praktek konseling dalam RET hakekatnya mendasarkan pada teori kepribadian A-B-C-D-E dari Albert Ellis. Dalam teori tersebut dinyatakan bahwa manusia membentuk emosi dan perilakunya berdasar atas pikiran dan filsafat yang ditemukannya sendiri, yang dibentuk oleh lingkungan sosialnya. Namun demikian, yang membentuk kepribadian manusia bukan kondisi-kondisi sosial tersebut, melainkan reaksinya terhadap kondisi-kondisi sosial tersebut.

Secara umum, teori tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

- A : Peristiwa yang menggerakkan, misal : "Saya gagal dalam tes matematika"
B : Hasil evaluasi terhadap peristiwa yang dialami (A).
B1 : Pesan irasional : "Saya gagal tes, berarti saya sebagai orang yang mengalami kegagalan total"
B2 : Pesan rasional : "Saya gagal tes. Ini tidak memuaskan dan payah, tetapi ini semua harus dihadapi dan saya akan menyiapkan diri lebih baik untuk ujian mendatang".
: Representasi dari konsekuensi perasaan yang dihasilkan B1 : merasa tertekan.
B2 : Berbesar hati dan tidak akan menghalangi dalam ujian berikutnya.
D : Hadimnya perdebatan argumen untuk melawan pesan diri yang tidak rasional yang dinyatakan dalam B1. Fungsi konselor adalah membantu untuk mempertanyakan pesan-pesan irasional yang teridentifikasi.
E : Merupakan jawaban-jawaban yang telah dikembangkan berdasar atas pertanyaan-pertanyaan

irasional.

Berdasar hal di atas, B hakekatnya adalah sistem keyakinan (*belief system*) yang tumbuh pada diri seseorang sebagai reaksi terhadap peristiwa yang dialaminya. Sedangkan C adalah keadaan emosi yang dialaminya, sebagai konsekuensi dari system keyakinannya. Dengan demikian yang menyebabkan seseorang menjadi terganggu emosinya hakekatnya bukan A, tetapi adalah B1 (dipertahankannya sistem keyakinan diri yang tidak rasional).

Dalam pandangan RET setiap manusia memiliki kapasitas untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan-perasaannya, selama ia mampu memasaksakan diri untuk berpikir dan bertindak lain melalui cara-cara yang lebih baik, rasional, dan konstruktif. Misalnya melalui latihan disiplin diri, belajar secara mandiri, atau dengan meminta bantuan pada orang lain yang mampu berpikir rasional dan obyektif.

SIMPULAN

Penelitian ini memfokuskan kajian terhadap metode metode yang berkontribusi dalam meningkatkan pengembangan sosial emosional anak usia dini serta keterlibatan guru didalamnya. Kata sakinah berasal dari akar kata sakanah yang berarti diam atau tenangya sesuatu setelah bergejolak (Indra, 2005: 79), sedangkan menurut Farisi (2008: 39), kata sakinah mempunyai arti tenang, terhormat, aman, dan penuh kasih sayang. Jadi dalam realisasi konseling keluarga sakinah dengan teori realitas ini proses konselingnya tidak hanya bisa digterapkan oleh seorang konselor tapi juga dapat diterapkan oleh orang-orang untuk keluarganya asalkan permasalahan yang dihadapi tidak begitu rumit dan masih bisa diatasi sendiri.

Hasil wawancara dengan ibu A mengatakan bahwa perkembangan sosial emosional anak dalam lingkungan keluarga merupakan perkembangan anak yang sangat penting untuk diperhatikan, untuk menyiapkan anak di dalam menghadapi lingkungan sosial yang lebih luas. Kegiatan bermain peran anak anak dapat berperan untuk memainkan tokoh-tokoh yang ada disekitarnya. Anak memainkan peran sesuai apa yang diinginkan tanpa menggunakan dialog melainkan sesuai dengan imajinasinya dan terjadi secara seponatan. Melalui bermain peran anak juga diajak untuk belajar memecahkan masalah pribadinya, dengan bantuan kelompok yaitu teman-temannya sendiri, yang melatih anak untuk hidup sosial dan diharapkan siswa mampu untuk menghayati tokoh yang telah diperankan

DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, Thorik. 2019. Manajemen Pendidikan Anak Usia Dini. Edited by S. Sumihatul Ummal. Duta Media Publishing.
- Dewa Sukardi Ketut, 2000. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka cipta.

- Akilasari, Y., Risyak, B., & Sabdaningtyas, L. (2015). FAKTOR KELUARGA, SEKOLAH DAN TEMAN SEBAYA PENDUKUNG KEMAMPUAN SOSIAL ANAK USIA DINI. *Jurnal Pendidikan Anak*, 1(5), Article 5. <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/PAUD/article/view/10428>
- Aprianti, E. (2018). Penerapan Pembelajaran Bcm (Bermain, Cerita, Menyanyi) Dalam Konteks Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Di Kober Baiturrohim Kabupaten Bandung Barat. *Tunas Siliwangi : Jurnal Program Studi Pendidikan Guru PAUD STKIP Siliwangi Bandung*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.22460/ts.v3i2p195-211.651>
- Dwiyanti, R. (2013). Peran Orangtua dalam Perkembangan Moral Anak (Kajian Teori Kohlberg). <http://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/398>
- Hidayati, N. I. (2014). Pola Asuh Otoriter Orang Tua, Kecerdasan Emosi, dan Kemandirian Anak SD. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01). <https://doi.org/10.30996/persona.v3i01.364> Lestari Sri, 2012. *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Pramanamedia Group.
- Ibda, F. (2015). Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget. *Intelektualita*, 3(1), Article 1. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/intel/article/view/197>
- Sunardi, Permanarian, Masraji, 2008. *Teori Konseling*. Bandung: PLB FIP UPI
- Samsul Amin Munir, 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Mahmud, Alimuddin dan Sunarty, Kustiah. (2006). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Keluarga*. Makassar: Samudra Alif-MIM.
- Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir. tt. *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*. Raja Grafindo Persada: Jakarta. 2001.
- Ahmad, Tafsir. *Ilmu Pendidikan dalam Persepektif Islam*. Bandung: Remaja Rosda Karya. 2004.
- Al-Abrasyi, Muhammad al Atiyyah. *Prinsip-prinsip Dasar Pendidikan Islam*. T.t.
- Hadziq Abdullah. t.t *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*. RaSAIL: Semarang.
- Robert C. Bogdan, dan Sari Knopp Biklen. *Riset Kualitatif untuk Pendidikan*. Pengantar Teori dan Metode. Alih Bahasa: Munandir, Dirjen Dikti Depdikbud. 1982.
- Moch. Jamaluddin Ahmad. *Amal Hasanah dan Keutamaannya*, jombang:Pustaka Al-Muhibbin. 2019.