

PENGEMBANGAN KECERDASAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK USIA DINI MELALUI METODE PEMBIASAAN

Atin Risnawati¹, Zaenuri², Wildan Nuril Ahmad Fauzi³
IAIN Metro Lampung¹, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta^{2,3}
atinrisnawati@gmail.com, nurizae07@gmail.com
wildannufa12@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian yang pendekatannya menggunakan pendekatan kualitatif dengan model *Literatur*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana mengembangkan kecerdasan sosial emosional anak usia dini, mendeskripsikan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi perkembangan sosial anak dan mendeskripsikan cara mengembangkan kecerdasan sosial anak melalui metode pembiasaan. Hal ini sangat penting karena kecerdasan interpersonal (sosial) dan kecerdasan emosional anak tidak dimiliki secara alami, akan tetapi harus diberi rangsangan sejak dini baik dari baik dari pendidikan dalam keluarga, sekolah maupun masyarakat. Itulah sebabnya diperlukan berbagai metode yang dapat digunakan untuk mengembangkannya. Salah satu metode yang dapat digunakan orang tua maupun pendidik sekolah dalam mengembangkan aspek sosial dan emosi pada anak usia dini, yaitu melalui metode pembiasaan. Metode pembiasaan yang dapat dilakukan untuk mengembangkan sosial emosional anak usia dini antara lain pembiasaan beribadah, berhubungan dengan orang lain, bekerja dan menyelesaikan masalah, berpakaian, gaya hidup, cara belajar, menyikapi lingkungan, dan lain sebagainya.

Kata kunci: *Kecerdasan Sosial Emosional Anak, Metode Pembiasaan*

ABSTRACT

This research is a study whose approach uses a qualitative approach with the Literature model. This study aims to describe how to develop early childhood emotional social intelligence, describes what factors influence a child's social development and describes how to develop a child's social intelligence through habituation methods. This is very important because the interpersonal intelligence (social) and emotional intelligence of children are not naturally possessed, but must be stimulated early on from both education in the family, school and society. That is why it takes a variety of methods that can be used to develop it. One method that can be used by parents and school educators in developing social and emotional aspects in early childhood, namely through habituation methods. Habituation methods that can be done to develop emotional social early childhood include habituation of worship, connecting with others, working and solving problems, dressing, lifestyle, how to learn, responding to the environment, and so on.

Keywords: *Child's Emotional Social Intelligence, Habituation Method*

PENDAHULUAN

Belajar di waktu kecil bagai mengukir di atas batu, dan belajar sesudah dewasa bagai mengukir di atas air. Perumpamaan itulah yang menjadi pedoman bagi seorang pendidik dalam mendidik anak didik mereka (Nisa, 2018: 721). Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang begitu pesat, bahkan dapat dikatakan sebagai *golden age* (usia emas), yaitu usia yang sangat berharga dibandingkan usia-usia selanjutnya (Suyadi, 2016: 2). Anak usia dini adalah sosok individu yang sedang menjalani suatu proses perkembangan dengan pesat dan sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak juga bersifat egosentris, memiliki rasa ingin tahu secara alamiah, merupakan makhluk sosial, unik, kaya dengan fantasi, memiliki daya perhatian yang pendek, dan merupakan masa yang paling potensial untuk belajar. (Wahyudin, 2012: 7)

John Locke yang mengistilahkan bahwa anak lahir seperti *tabula rasa* (*blank slate*), di mana anak lahir diibaratkan seperti kertas kosong yang corak dan bentuk kertas ini sangat ditentukan bagaimana cara kertas ini ditulisi. Oleh karena itu pengalaman dan lingkungan hidup sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak (Yudrik, 2011: 5). Anak usia dini merupakan awal dari masa kehidupan setiap manusia. Masa ini sangat penting akan adanya stimulus agar perkembangannya tercapai secara optimal. Anak mulai belajar hal-hal baru dari lingkungan sekitarnya, oleh karena itu lingkungan anak usia dini dituntut agar dapat memberikan pengalaman belajar sebaik mungkin. (Irwansyah, 2018: 66)

Berbicara tentang perkembangan sosial emosional, anak sebagai salah satu aspek dalam perkembangan anak sejatinya tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Dengan kata lain, membahas perkembangan emosi harus bersinggungan dengan perkembangan sosial anak. Demikian juga sebaliknya, membahas perkembangan sosial harus melibatkan emosi. Sebab keduanya terintegrasi dalam bingkai kejiwaan yang utuh (Suyadi, 2010: 108-109). Perkembangan sosial emosi yang positif memudahkan anak untuk bergaul dengan sesamanya dan belajar dengan lebih baik, juga dalam aktifitas lainnya di lingkungan sosial. Pada saat anak

masuk Kelompok Bermain atau juga PAUD, mereka mulai keluar dari lingkungan keluarga dan memasuki dunia baru. Peristiwa ini merupakan perubahan situasi dari suasana emosional yang aman, ke kehidupan baru yang tidak dialami anak pada saat mereka berada di lingkungan keluarga. Dalam dunia baru yang dimasuki anak, ia harus pandai menempatkan diri diantara teman sebaya, guru dan orang dewasa di sekitarnya.(Marisson, 2012: 221)

Perkembangan sosial emosional pada anak usia dini sangatlah penting, sebab perilaku emosi-sosial ada hubungannya dengan aktivitas dalam kehidupannya. Semakin kuat emosi memberikan tekanan, akan semakin kuat mengguncangkan keseimbangan tubuh untuk melakukan aktivitas tertentu. Jika kegiatan sesuai dengan emosinya maka anak akan senang melakukannya dan secara mental akan meningkatkan konsentrasai pada aktivitasnya dan secara psikologis akan positif memberikan sumbangan pada peningkatan motivasi dan minat pada pembelajaran yang ditekuninya.

Tidak setiap anak berhasil melewati tugas perkembangan sosial emosional pada usia dini, sehingga berbagai kendala dapat saja terjadi. Sebagai pendidik sepatutnyalah untuk memahami perkembangan sosial emosional anak sebagai bekal dalam memberikan bimbingan terhadap anak agar mereka dapat mengembangkan kemampuan sosial dan emosinya dengan baik. Perlu kita ketahui bahwa proses pembelajaran sosial emosional pada anak selain mendengarkan dan melakukan nasihat guru, juga dengan mengamati dan meniru hal-hal yang dilihatnya pada diri guru. Mereka juga melihat bagaimana guru mengelola emosi, menangani problem, mengkomunikasikan harapan, dan sebagainya. Mengingat anak dapat belajar dengan memperhatikan cara orang dewasa bertindak dan berperilaku maka orang tua atau guru dapat mengajarkan sesuatu dengan memberik contoh sebagai pembiasaan mereka. Cara ini jauh lebih efektif daripada hanya sekedar memberi tahu anak apa yang harus dilakukan karena anak adalah para peniru ulung atas perilaku yang berhasil diamatinya. Jadi seorang pendidik harus memberikan contoh terlebih dahulu secara terus menerus agar anak dapat

mengikuti dan dengan sendirinya anak akan terbiasa melakukan sesuatu tanpa dicontohkan terlebih dahulu.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah studi pustaka (*Library Research*). Study pustaka yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu penelitian yang pengumpulan datanya dilakukan di lapangan (perpustakaan) dan menggali sumber data bukan dari manusia. Sehingga dalam melakukan penelitian ini didasarkan atas pembacaan terhadap beberapa literatur yang memiliki informasi dan memiliki relevansi dengan topik penelitian. Metode pengumpulan data menggunakan berbagai literatur yang berkaitan dengan penelitian ini. Adapun sumber data dalam penelitian ini berupa jurnal, laporan hasil penelitian, majalah ilmiah, surat kabar, buku, hasil seminar dan lain sebagainya yang memiliki relevansi dengan topik penelitian. Objek dalam penelitian ini yaitu berkaitan dengan variabel perkembangan sosial emosional anak usia dini dan berkaitan dengan variabel pembiasaan.

PEMBAHASAN

Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini

Perkembangan sosial ialah pencapaian suatu kematangan dalam hubungan sosial (Yudrik, 2011: 47). Dalam hal lain juga perkembangan sosial merupakan proses pembelajaran untuk menyesuaikan diri terhadap norma-norma kelompok, moral dan tradisi, meleburkan diri menjadi satu kesatuan dan saling berkomunikasi dan kerja sama. Perkembangan sosial yang terjadi pada anak bersifat dinamis dan sangat dipengaruhi lingkungannya, setiap perkembangan mereka menunjukkan ciri tersendiri pada kemampuan sosialnya yang akan menjadi bagian penting dalam perkembangan selanjutnya.

Campos mendefinisikan emosi sebagai perasaan atau afeksi yang timbul ketika seseorang berada dalam suatu keadaan yang dianggap penting oleh individu tersebut. Emosi diwakilkan oleh perilaku yang mengekspresikan kenyamanan atau

ketidaknyamanan terhadap keadaan atau interaksi yang sedang dialami. Emosi dapat berbentuk rasa senang, takut, marah, dan sebagainya.(Femmi, 2015: 103-111)

Anak-anak hidup dalam 3 macam lingkungan yang mempengaruhi perkembangan emosinya dan kepribadiannya. Ketiga faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan tersebut adalah:

1. Lingkungan keluarga

Keluarga sangat berperan dalam menanamkan dasar-dasar pengalaman emosi. Jika secara umum ekspresi emosi cenderung ditolak oleh lingkungan keluarga maka hal tersebut memberi isyarat bahwa *emotional security* yang ia dapatkan dari keluarga kurang memadai. Dalam kondisi seperti ini anak mudah marah, cepat menangis, dan sebagainya sehingga ia sukar bergaul. Gaya pengasuhan yang diperoleh anak dari keluarga akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosi anak.

2. Lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah yang dapat menimbulkan gangguan emosi dan menyebabkan terjadinya tingkah laku pada anak yaitu hubungan yang kurang harmonis antara anak dan guru, hubungan yang kurang harmonis dengan teman-teman.

3. Lingkungan tempat tinggal

Kondisi lingkungan yang dapat mempengaruhi emosi anak yaitu: daerah yang terlalu padat, daerah yang memiliki angka kejahatan tinggi, kurangnya fasilitas rekreasi, tidak adanya aktivitas-aktivitas yang diorganisasi dengan baik untuk anak.(Agus, 2007: 44-46)

Pendapat lain dari Rini Hildayati faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan sosial emosional anak usia dini yaitu, faktor hereditas, yakni faktor yang berhubungan dengan hal-hal yang diturunkan dari orangtua kepada anak cucunya yang pemberian biologisnya sejak lahir. Faktor hereditas ini merupakan salah satu faktor penting yang memberikan pengaruh terhadap perkembangan anak usia dini, termasuk perkembangan sosial dan emosi mereka.

Sedangkan faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi menurut Setiawan pada anak usia dini yaitu meliputi:

1. Keadaan di dalam individu.

Keadaan individu seperti usia, keadaan fisik, intelegensi, peran seks dan lain-lain dapat mempengaruhi oleh perkembangan individu. Hal yang cukup menonjol terutama berupa cacat tubuh atau apapun yang dianggap oleh diri anak sebagai kekurangan akan sangat mempengaruhi perkembangan emosinya.

2. Konflik-konflik dalam proses perkembangan.

Di dalam menjalani fase-fase perkembangan, tiap anak harus melalui beberapa macam konflik yang pada umumnya dapat dilalui dengan sukses, tetapi ada juga anak yang mengalami gangguan atau hambatan dalam menghadapi konflik-konflik ini. Anak yang tidak dapat mengatasi konflik-konflik tersebut biasanya mengalami gangguan emosi.(Nurjannah, 2017: 52-55)

Karakteristik bersosialisasi anak TK di antaranya:

1. Anak memiliki salah satu atau dua sahabat tetapi sahabat ini cepat berganti
2. Kelompok bermain cenderung kecil dan tidak terlalu terorganisasi secara baik oleh karena itu kelompok tersebut cepat berganti-ganti
3. Anak lebih mudah sekali bermain bersebelahan dengan teman yang lebih besar
4. Perselisihan sering terjadi tetapi sebentar kemudian mereka lebih baik kembali

Berdasarkan karakteristik di atas, perkembangan sosial anak masih sering pilih-pilih teman dan hanya memiliki salah satu teman untuk bermain. Selain itu, anak masih sering bertengkar untuk memperebutkan mainan dan guru yang dianggap mereka sebagai miliknya sendiri.(Patmonodewo, 2005: 33)

Karakteristik emosi pada anak berbeda dengan karakteristik yang terjadi pada orang dewasa, dimana karakteristik emosi pada anak itu antara lain; (1) berlangsung singkat dan berakhir tiba-tiba; (2) terlihat lebih hebat atau kuat; (3)

bersifat sementara atau dangkal; (4) lebih sering terjadi; (5) dapat diketahui dengan jelas dari tingkah lakunya, dan (6) reaksi mencerminkan individualitas. Emosi dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu, emosi positif maupun negatif. Santrock mengungkapkan bahwa emosi dipengaruhi oleh dasar biologis dan juga pengalaman masa lalu. Terutama ekspresi wajah dari emosi, disini dituliskan bahwa emosi dasar seperti bahagia, terkejut, marah, dan takut memiliki ekspresi wajah yang sama pada budaya yang berbeda.(Femmi, 2015: 106)

Metode Pembiasaan

Metode merupakan cara yang telah teratur dan telah terpikir baik-baik untuk mencapai suatu maksud (Tim Penyusun, 1999: 232). Menurut pendapat Mahmud Yunus yang dikutip Armai Arief, metode adalah “Jalan yang hendak ditempuh oleh seseorang supaya seseorang sampai pada tujuan tertentu, baik dalam lingkungan perusahaan, perniagaan, maupun dalam kupasan ilmu pengetahuan dan lainnya”.(Armai, 2002: 87)

Secara etimologi, pembiasaan berasal dari kata “biasa”. Dalam kamus besar Bahasa Indonesia, “biasa” berarti 1) Lazim atau umum, 2) Seperti sedia kala, 3) Sudah merupakan hal yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Dengan adanya prefiks “pe” dan sufiks “an” menunjukkan arti proses. Sehingga pembiasaan dapat diartikan dengan proses membuat sesuatu/seseorang menjadi terbiasa. Dapat dikatakan bahwa pembiasaan adalah sebuah cara yang dapat dilakukan untuk membiasakan anak didik berfikir, bersikap, bertindak secara baik sesuai norma-norma agama.(Armai, 2002: 110)

Pembiasaan menurut Zainal Aqib merupakan upaya yang dilakukan untuk mengembangkan perilaku anak, yang meliputi perilaku keagamaan, sosial, emosional dan kemandirian.(Zainal, 2009: 28) Pembiasaan merupakan proses penanaman kebiasaan. Kebiasaan adalah pola untuk melakukan tanggapan terhadap situasi tertentu yang dipelajari oleh seorang individu dan yang dilakukan secara berulang-ulang untuk hal yang sama.(Tim Penyusun, 1999: 113)

Demikian halnya dengan cara mendidik anak. Untuk dapat membina agar anak mempunyai sifatsifat terpuji, tidaklah mungkin dengan menggunakan penjelasan pengertian saja, akan tetapi perlu membiasakannya untuk melakukan

hal-hal yang baik yang diharapkan nanti dia akan memiliki sifat itu, serta menjauhi sifat tercela. Kebiasaan dan latihan itulah yang membuat dia cenderung untuk melakukan yang baik dan meninggalkan yang buruk.(Zakiah, 2005: 73)

Penembangan Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Metode Pembiasaan

Pembelajaran dengan pembiasaan. Kebiasaan adalah pola untuk melakukan tanggapan terhadap situasi tertentu yang dipelajari oleh seorang individu dan yang dilakukan secara berulang-ulang untuk hal yang sama, dan sesuai dengan standar dan sistem nilai yang berlaku. Dengan demikian, sebelum menjadi anak baik, seharusnya didahului oleh para guru karena metode ini efektif diajarkan ke anak melalui proses pemberian contoh. Kegiatan pembiasaan yang dapat ditularkan kepada anak usia dini untuk dapat mengembangkan sosial emosional antara lain meliputi hal-hal berikut ini: (Nurjannah, 2017: 59-60)

1. Pembiasaan dalam beribadah sesuai dengan agama dan kepercayaannya masing-masing, seperti adab do'a, adab shalat, adab membaca kitab suci
2. Pembiasaan dalam berhubungan dengan orang lain, seperti cara menyapa, cara meminta, cara berkomunikasi, tata krama, sopan santun, mengenadliken marah
3. Pembiasaan dalam bekerja dan menyelesaikan masalah, seperti bersabar, bersemangat, menjaga kondisi kerja, disiplin
4. Pembiasaan dalam berpakaian dan berbusana, seperti berpakaian kerja, berpakaian pesta, berpakaian ibadah, berpakaian ke kematian, termasuk mengenakan sepatu, make up
5. Pembiasaan gaya hidup, yaitu tidak boros, mandiri, sederhana, tidak berfoya-foya, dan sebagainya
6. Pembiasaan cara belajar, yaitu sikap belajar, pemanfaatan waktu belajar, adab belajar, dan sebagainya
7. Pembiasaan dalam menyikapi lingkungan, seperti membuang sampah pada tempatnya, membersihkan selokan oleh para guru dan diikuti oleh anak

8. Dan masih banyak yang lainnya, sesuai dengan perkembangan budaya dan kebutuhan isi Pembiasaan

KESIMPULAN

Usia dini merupakan masa golden age yang mana anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan tidak tergantikan pada masa mendatang. Ketika anak mulai memasuki pendidikan sekolah anak mulai keluar dari lingkungan keluarga dengan suasana sosial emosional yang aman ke kehidupan yang tidak dialami anak pada saat mereka berada di lingkungan keluarga. Beberapa problem yang dialami anak pada usia dini antara lain, ketidakpatuhan, temper tantrum, perilaku agresif, penakut, pencemas, rendah diri, dan pemalu.

Kecerdasan interpersonal dan kecerdasan emosional pada anak usia dini ini tidak dimiliki oleh anak secara alami, tetapi harus ditumbuhkan dan dikembangkan oleh orangtua maupun pendidik PAUD dengan mengembangkan aspek sosial dan emosi anak usia dini. Karena Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan kecerdasan sosial emosional pada anak usia dini adalah faktor hereditas (orangtua), lingkungan dan umum.

Dalam mengembangkan kecerdasan sosial emosional anak usia dini diperlukan berbagai metode yang dapat digunakan untuk mengembangkannya. Salah satu metode yang dapat digunakan orangtua maupun pendidik PAUD dalam mengembangkan aspek sosial dan emosi pada anak usia dini, yaitu melalui pembiasaan. Kebiasaan adalah pola untuk melakukan tanggapan terhadap situasi tertentu yang dipelajari oleh seorang individu dan yang dilakukan secara berulang-ulang untuk hal yang sama, dan sesuai dengan standar dan sistem nilai yang berlaku.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, Dariyo, 2007. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*, Bandung: PT Reflika Aditama.
- Armai Arief, 2002. *Pengantar Ilmu Dan Metodologi Pembelajaran Agama Islam*, Jakarta: Ciputat Press.
- Femmi Nurmalitasari, Perkembangan Sosial Emosi Pada Anak Usia Prasekolah Dalam Jurnal Buletin Psikologi. Universitas Gadjah Mada. Volume 23, No. 2, Desember 2015: 103 – 111.
- Irwansyah & Alia, Tesa.(2018). “Pendampingan Orang Tua Pada Anak Usia Dini Dalam Penggunaan Teknologi Digital”, *Dalam A Journal Of Language, Literature, Culture, And Education Polyglot* , Vol.14 No.1.
- Morisson, George. 2012. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Indeks.
- Mursid, 2017. *Pengembangan Pembelajaran PAUD*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nisa`, Khoirul Mudawinun. (2018), “*Integrasi Nilai-Nilai Moderasi Pda Pendidikan Usia Dini Berbasis Living Values Education (Lve)*”, (*Jurnal Annual Conference For Muslim Scholars*, STAI Madiun.
- Nurjannah, “Mengembangkan Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Keteladanan” dalam HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam. Vol. 14, No. 1, Juni 2017.
- Patmonodewo, Soemarsubjekti. 2005. *Pendidikan anak prasekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suyadi Dan Ulfah, Maulidya, 2016. *Konsep Dasar PAUD*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Suyadi. 2010. *Psikomogi Belajar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Pedagogia.
- Tim Penyusun Kamus Pembinaan Dan Pengembangan Bahasa Indonesia, 1999. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka.
- Wahyudin, Uyu Dan Agustin, Mubiar. 2012. *Penilaian Perkembangan Anak Usia Dini; Panduan Untuk Guru, Tutor, Fasilitator Dan Pengelola Pendidikan Anak Usia Dini*. Badung: PT Refika Aditama.
- Yudrik Jahja, 2011. *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana.

Zainal Aqib, 2009. *Belajar dan Pembelajaran di Taman Kanak-Kanak*, Bandung : Yrama Widya.

Zakiah Darajat, 2005. *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang.