

Vol 10 No 2 Hal 98-105	J+PLUS UNESA Jurnal Mahasiswa Pendidikan Luar Sekolah	Tahun 2021
---------------------------	--	---------------

PERAN IBU YANG BEKERJA DALAM MENGELOLA EMOSI ANAK USIA DINI

Aldisa Lutfia Yuliasari

Gunarti Dwi Lestari

Jurusan Pendidikan Luar Sekolah
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Surabaya
aldisa.17010034071@mhs.unesa.ac.id

Jurusan Pendidikan Luar Sekolah
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Surabaya
gunartilestari@unesa.ac.id

Info Artikel	Abstrak
<p>Sejarah Artikel: Diterima 0/2021 Disetujui 0/2021 Dipublikasikan 12/2021</p> <p>Keywords:</p> <p>Peran ibu pekerja, Emosi, Anak.</p>	<p>Ibu yang bekerja mempunyai dua tanggungjawab yakni pekerjaan di rumah dan di luar rumah. Pekerjaan di rumah yaitu mengurus keluarga dan pekerjaan di luar rumah yaitu pekerjaan dibidangnya. Sehingga pengasuhan yang diberikan kepada anak tentu berbeda bahkan ada yang berkurang karena harus ditinggal bekerja. Seorang ibu memilih untuk bekerja tentunya dengan faktor yang berbeda-beda. Pengasuhan yang tidak efektif akan memberikan dampak pada emosional anak. Sehingga pada penelitian ini mempunyai tujuan yaitu menyajikan gambaran peran seorang ibu pekerja dalam mengelola emosi anak. Subyek yang diambil yaitu 10 orang ibu yang memiliki anak usia dini. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik deskriptif serta pendekatan yang dipakai untuk penelitian yaitu pendekatan kualitatif. Penelitian ini berfokus pada bagaimana peran ibu yang bekerja untuk mengondisikan emosi anak. Wawancara dan observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dipakai oleh peneliti. Analisis data dalam penelitian ini meliputi pengumpulan data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu yang bekerja juga bisa mengondisikan emosi anak dengan cara memberikan perhatian yang lebih dengan dibantu oleh ayah dan anggota keluarga lainnya. Namun terkadang tidak semua kebutuhan anak dapat terpenuhi oleh ibu dikarenakan sedang bekerja. Seperti halnya perhatian yang diberikan oleh ibu bisa menjadi berkurang, kebutuhan sosial emosional anak, dan kebutuhan waktu bersama ibu.</p> <p><i>Abstract</i></p> <p>Working mothers have two responsibilities, namely work as housewives and as workers in their fields. So that the care given to children is certainly different and some even decrease because they have to be left to work. A mother chooses to work of course with different factors. Ineffective parenting will have an impact on children's emotions. So that the goal to be achieved in this study presents an overview of the role of a working mother in managing children's emotions. The subjects taken were 10 mothers who had early childhood. The type of research used in this research is descriptive using a qualitative approach. This study focuses on how the role of working mothers is to condition children's emotions. The results of this study indicate that working mothers can also condition their children's emotions by giving more attention with the help of fathers and other family members. But sometimes not all children's needs can be met by the mother because she is working. As well as the attention given by the mother can be reduced, the child's social emotional needs, and the need or time with the mother.</p>

Alamat Penyunting dan Tata Usaha:
Laboratorium Pendidikan Luar Sekolah
Fakultas Ilmu Pendidikan
Gedung O-1 Lantai 2 Jalan Lidah Wetan Sby Kode Pos 60213
Telp. 031-7532160 Fax. 031-7532112
E-mail: jpus@unesa.ac.id

E- ISSN 2580-8060

Emosi mempunyai makna yaitu suatu penyampaian perasaan yang dapat berubah secara cepat dan singkat. Istilah emosi berasal dari kata "emotus" atau "emovere" atau "mencerca" yang berarti sesuatu yang mendorong terhadap sesuatu, misal emosi gembira mendorong untuk tertawa, atau perkataan lain emosi didefinisikan sebagai suatu keadaan gejala penyesuaian diri yang berasal dari dalam dan melibatkan hampir keseluruhan diri individu (Sujiono, 2009).

Daniel Goleman (2002 : 411) menjelaskan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi bisa didasarkan pada suatu respon yang terpengaruh dari luar dan dalam individu. Sebagai contoh, saat kita bergembira maka emosi kita akan mendorong untuk tertawa atau sebaliknya saat kita bersedih emosi akan mendorong kita untuk menangis. Tidak hanya orang dewasa, anak usia dini sekalipun juga dapat merasakan emosi. Mereka juga dapat menangis disaat merasakan ketidaknyamanan pada dirinya, ini merupakan sebuah contoh emosi. Terkait dengan teori tersebut, pada penelitian ini terdapat contoh praktis yaitu pada saat anak meminta suatu mainan namun tidak diberikan oleh ibu, anak akan terus menangis. Hal tersebut menunjukkan bahwa emosi akan mendorong anak untuk menangis karena ia merasa sedih tidak diberikan mainan yang diinginkannya.

Elizabeth B. Hurlock, sebagaimana yang dikutip Novi Mulyani (2013:3) dalam jurnalnya yang berjudul *Perkembangan Emosi Dan Sosial Pada Anak Usia Dini*, kemampuan anak untuk bereaksi secara emosional sudah ada semenjak bayi baru dilahirkan. Gejala pertama perilaku emosional ini adalah berupa keterangsangan umum. Namun seiring berjalannya waktu, usia anak akan mempengaruhi reaksi emosional tersebut. Emosional mereka akan lebih terkendali, mereka akan lebih dapat membedakan, serta lebih mudah rileks karena lama kelamaan mereka akan belajar sendiri bagaimana reaksi orang lain apabila mendapatkan emosi yang berlebihan.

Tahap belajar awal pada anak adalah keluarga. Peran keluarga menjadi sangat berpengaruh pada anak karena merupakan tempat dimana anak memperoleh pelajaran dalam hidupnya. Pada dasarnya, anak akan mempelajari semua yang ada di lingkungan sekitarnya dengan cara melihat, mendengar, merasakan. Jadi orang tua mempunyai peranan utama yang dibutuhkan oleh anak dalam perkembangannya, terutama pada pembahasan ini yaitu tentang emosi anak. Karena, orang tua dapat mendidik atau mencontohkan kepada anak bagaimana meluapkan emosi tersebut.

Yuni Setia Ningsih (2008:3) dalam jurnalnya menjelaskan bahwa orangtua merupakan cermin bagi anak-anak di dalam keluarga karena anak-anak cenderung meniru apa yang ia lihat dan temukan dalam keluarga sebab anak diibaratkan bagaikan radar yang akan menangkap segala macam bentuk sikap dan tingkah laku yang terdapat dalam keluarga.

Tugas pendidikan orangtua adalah membuat suasana keluarga atau rumah yang nyaman dan aman untuk anak karena dapat mempengaruhi perkembangan emosional mereka. Karena tanggung jawab orangtua tidak bisa tergantikan dengan yang lain, apalagi tanggungjawab ibu yang sangat berpengaruh kepada anak.

Seiring pada perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, zaman sekarang kedudukan wanita sudah setara dengan pria. Tidak lagi banyak perbedaan status gender antara wanita dan pria. Jadi, pada zaman sekarang wanita

sudah banyak yang ikut mencari nafkah yang biasanya dilakukan oleh kaum pria. Tidak seperti dulu, wanita kebanyakan untuk dituntut hanya mengurus rumah saja sebagai istri serta ibu bagi anaknya. Namun sekarang wanita juga dapat merasakan bekerja pada bidangnya sekaligus dengan bertanggungjawab mengurus keluarganya. Hal tersebut dilakukan seorang wanita dengan latarbelakang yang berbeda-beda, seringkali faktor ekonomi keluarga yang mendorong untuk melakukan hal tersebut.

Ibu mempunyai peranan penting dalam sosial emosional anak. Jika ibu bekerja, maka tugas ibu sebagai orang tua akan terbagi dengan tugas ibu saat bekerja. Oleh karena itu, anak biasanya akan diasuh oleh kerabat dekat yang berada di lingkungan sekitarnya. Biasanya seringkali anak diasuh oleh nenek atau pengasuh. Hal tersebut akan mempengaruhi emosi anak, karena pengasuhan antara ibu dengan orang lain tentu berbeda. Ketika anak melakukan sesuatu, pengasuh akan mengarahkan dan memberi tahu bagaimana melakukan sesuatu yang benar. Pola asuh yang diberikan antara ibu dan pengasuh tentu berbeda, maka hal tersebut akan berdampak pada pengelolaan emosi anak

Tujuan dari penelitian adalah menyajikan gambaran seorang peran ibu pekerja dalam mengelola emosi anak. Pengumpulan data dilaksanakan dengan wawancara bersama ibu dan anak yang terkait. Poin-poin yang ditanyakan dalam wawancara ialah: (1) Bagaimana reaksi anak ketika ditinggal ibunya bekerja, (2) Apa yang menjadi penyebab anak emosi, (3) Bagaimana tindakan ibu ketika anak emosi. Data yang sudah terkumpul akan dianalisis dan diinterpretasikan, kemudian dideskripsikan untuk menggambarkan kondisi yang terjadi pada subjek penelitian.

Dari pemaparan latar belakang tersebut, maka dari itu penulis terinspirasi melaksanakan pengkajian artikel berjudul "Peran Ibu Yang Bekerja Dalam Mengelola Emosi Anak Usia Dini. Secara khusus bertujuan untuk mendeskripsikan: peran seorang ibu mengondisikan atau mengontrol emosional anak usia dini.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dimana metode ini akan menggambarkan kondisi yang ada tanpa mengubah suatu apapun. Menurut Sukmadinata (2010), penelitian deskriptif bertujuan menggambarkan secara sistematis dan akurat fakta dan karakteristik mengenai populasi atau mengenai bidang tertentu. Subjek penelitian ini adalah

- 1) ibu Eva Lutfia Febry seorang guru yang mempunyai anak usia 2 tahun.
- 2) Ibu Ziadaturohmah, wirausaha yang mempunyai anak usia 3 tahun.
- 3) Ibu Maysaroh, bekerja sebagai resepsionis yang mempunyai anak usia 2 tahun.
- 4) Evi Widayawati, seorang guru yang mempunyai anak usia 2 tahun.
- 5) Rahma Feny, bekerja sebagai guru yang mempunyai anak usia 3 tahun.
- 6) Melinda Eka, pegawai pabrik yang mempunyai anak usia 4 tahun.
- 7) Ibu Shofa, guru madrasah yang mempunyai anak usia 2 tahun.
- 8) Silvi Indana, pegawai restoran yang mempunyai anak usia 3 tahun.

- 9) Ibu Nanik Mustika, seorang guru yang mempunyai anak usia 4 tahun.
- 10) Ibu Rikha Fatma, seorang perawat yang mempunyai anak usia 3 tahun.

Teknik analisis data menggunakan teori dari Sugiyono (2012:246-252) meliputi pengumpulan data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keluarga terutama orangtua anak memiliki peran yang berepengaruh emosional anak. Terutama seorang ibu, biasanya paling dekat dengan anak. Berdasarkan penelitian ini, penulis memperoleh hasil bahwa ibu yang bekerja juga tetap bisa mengasuh anak dengan baik meskipun harus membagi waktu dengan pekerjaannya. Seorang ibu dapat melakukannya pada saat sebelum berangkat kerja dan sesudah bekerja. Menurut subjek pertama, ketika anak menangis mereka akan menenangkan anak dengan cara memberikan asi sebagai alternatif. Hal tersebut ternyata juga berpengaruh terhadap anak, ternyata anak kemudian menjadi tenang dan emosi mereka akan segera reda. Sedangkan responden kedua menggunakan cara diskusi dengan anak.

a. Peran Orang Tua

Mengutip dari teori Menurut Friedman, peran dapat dikatakan suatu perilaku sosial seseorang yang diberikan dalam bentuk tanggungjawab atau tugas secara formal atau informal. Peran dapat didasarkan pada ketentuan dan harapan. Dalam kondisi tertentu, seseorang akan membutuhkan peran dari orang lain begitupun sebaliknya karena manusia memang ditakdirkan sebagai makhluk sosial. Pada pembahasan kali ini yaitu tentang peran orang, dimana merupakan peran yang mempunyai pengaruh besar terhadap pengelolaan emosi anak. Pengasuhan anak merupakan tugas utama dari orangtua, dengan berbagai yang dilakukannya untuk dapat merawat anak dengan baik. Tugas ibu dan ayah juga sebagai pendidik, pelindung, pengasuh, dan pemberi contoh. Nur (2015 : 22-23) menyatakan bahwa peran orang tua dalam pendidikan adalah (1) pendidik : dapat mendidik dan mengembangkan potensi anak serta memberikan fasilitas yang dibutuhkan anak dalam pendidikan. (2) pendorong : berperan sebagai perangsang anak untuk mau meningkatkan kemampuan yang ada pada diri anak, (3) fasilitator : tugas ibu dan ayah yaitu memfasilitasi segala kebutuhan belajar anak agar dapat maksimal, (4) pembimbing : sebagai orang tua yang membimbing anak dalam hal kebaikan, serta dalam pendidikan juga penting.

Aspek-aspek peran menurut Scott et al :

- a) Peran bersifat impersonal,
 - b) Peran berkaitan dengan perilaku kerja.
 - c) Peran dapat dipelajari dengan cepat dan dapat menghasilkan beberapa perubahan perilaku utama.
 - d) Peran dan pekerjaan tidak sama,
- ### b. Pengertian Ibu Bekerja

Ibu bekerja merupakan suatu peran ganda yang dilakukan oleh seorang perempuan, yaitu antara mengurus keluarga dan menjalankan pekerjaannya. Berbeda dengan zaman sebelum

sekarang ini, perempuan yang sudah menikah akan sulit untuk menunjang karir sesuai dengan keinginannya. Mereka hanya ditugaskan untuk di rumah mengurus keluarga. Sehingga untuk ibu yang bekerja, membutuhkan pengasuh untuk anaknya. Seringkali, nenek menjadi sasaran untuk pengganti ibunya, atau biasanya keluarga dekat yang masih berada di lingkungan sekitar anak.

Seorang ibu bekerja akan memberikan kebanggaan terhadap dirinya sendiri karena merasa mampu meringankan beban suami tanpa harus melantarkan keluarganya. Wanita bekerja untuk mendapatkan kepuasan diri serta membuat dirinya terdandang di lingkungan sekitarnya. Dalam mendidik anak, ibu-ibu yang bekerja kurang menggunakan teknik disiplin yang keras atau otoriter. Mereka menunjukkan lebih banyak pengertian dalam keluarga. Secara umum, ibu yang bekerja akan lebih memperhatikan dan merawat penampilan. Dengan bekerja kewaspadaan mental menjadi lebih berkembang. Mereka dapat menunjukkan lebih banyak pengertian terhadap pekerjaan suaminya dan masalah-masalah yang bersangkutan, sehingga mempunyai dampak positif terhadap hubungan suami istri.

Paul B. Horton dan Chester L. Hunt (1993) mengungkapkan pada keluarga di Amerika, perubahan yang paling besar adalah peningkatan jumlah “istri yang bekerja”. Perempuan yang sudah menikah, tetapi masih mau bekerja mempunyai beberapa alasan mengapa ia bekerja. Hal tersebut tidak lepas dari kebutuhan keluarga yang dirasanya masih kurang atau belum memenuhi standar sehingga ia dapat membantu suami dengan bekerja. Selain itu, perempuan senang sekali berbelanja, namun terkadang suami tidak dapat memenuhi keinginan tersebut sehingga ia harus bekerja untuk dapat hidup secara konsumtif. Selanjutnya istri bekerja juga berpengaruh terhadap pekerjaan rumah tangga. Pekerjaan tersebut akan dialihkan kepada pembantu rumah tangga dan pengasuh untuk anak.

Para ibu biasanya bukan semata-mata karena dirinya sendiri, melainkan untuk berperan mendukung ekonomi keluarga. Namun juga ada beberapa ibu yang memang bekerja untuk melanjutkan karir yang telah dibangun pada saat sebelum menikah. Namun pengasuhan anak akan digantikan oleh orang lain, meskipun tetap dalam pengawasan ibu. Kebutuhan finansial, kebutuhan aktualisasi diri, kebutuhan sosial merupakan alasan utama untuk seorang ibu bekerja yang rela meninggalkan anak. Mereka siap menerima resiko khususnya dalam perkembangan anak yang masih usia dini yang seharusnya mendapatkan perhatian penuh oleh seorang ibu namun harus ditinggal bekerja. Namun seorang ibu bekerja juga sudah menyiapkan solusi untuk mengatasi hal tersebut,

kebanyakan mereka akan menggunakan pengasuh anak sebagai pengganti dirinya.

c. Faktor-faktor Ibu Bekerja

1. Faktor Ekonomi

a) Memenuhi Kebutuhan Ekonomi

Kondisi keuangan yang belum tercukupi dapat mempengaruhi seorang ibu untuk ikut andil dalam memenuhi kebutuhan ekonomi. Ibu turut bekerja demi kelangsungan hidup keluarga yang sejahtera

b) Mengisi Waktu Luang

Ibu yang bekerja, terkadang mempunyai alasan untuk mengisi waktu luang. Hal ini biasanya dikarenakan sudah tidak memiliki anak yang masih usia dini sehingga merasa mempunyai waktu luang yang banyak. Mereka berfikir, lebih baik menghabiskan waktu untuk bekerja dan dapat membantu perekonomian keluarga.

c) Adanya Jumlah Tanggungan Keluarga

Faktor ini dapat mempengaruhi ibu untuk bekerja. Dikarenakan perekonomian keluarga tidak tercukupi, sedangkan terdapat tanggungan kelayarga yang berjumlah banyak. Sehingga ibu harus membantu ayah untuk bekerja demi memenuhi kebutuhan keuangan keluarga.

2. Faktor Sosial Budaya

a) Tingkat Umur

Umur dapat mempengaruhi seorang ibu untuk bekerja, mereka menganggap bahwa dirinya masih muda dan mampu untuk membagi waktu sehingga memilih untuk bekerja dalam partisipasi meningkatkan perekonomian keluarga.

b) Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kualitas perempuan. Perempuan yang berpendidikan, akan menyalurkan pendidikannya dengan bekerja, sekaligus dengan mengurus keluarga. Dengan bekerja, wanita akan menyalurkan hasil yang telah dicapai dari pendidikan tersebut.

d. Peran Ibu yang Bekerja

Menurut Badan Pusat Statistik Nasional (2015) Buruh/Karyawan/Pegawai, adalah seseorang yang bekerja pada orang lain atau instansi/kantor/perusahaan secara tetap dengan menerima upah/gaji baik berupa uang maupun barang. Ibu yang bekerja di luar rumah, mempunyai tujuan ikut serta dalam memenuhi kebutuhan perekonomian keluarga. Selain itu, seorang ibu yang bekerja juga untuk pengaktualisasian diri guna menyalurkan ilmu yang dimilikinya. Hubungan sosial juga mempengaruhi seorang ibu untuk bekerja, karena dengan demikian perempuan akan

lebih banyak mendapatkan pengetahuan dan pengalaman.

Ibu yang bekerja di luar rumah, ia mempunyai tanggungjawab yang berbeda dibandingkan dengan ibu rumah tangga. Karena ia harus bisa menjadi ibu yang mengurus semua kebutuhan keluarga, dan juga sebagai wanita karir yang bertanggungjawab dalam pekerjaan di luar rumah yang sesuai dengan bidangnya. Sehingga ibu karir merupakan seorang ibu yang tetap menjalankan kewajibannya sebagai istri serta ibu yang sekaligus bekerja pada suatu instansi atau perusahaan. Peran ibu dalam keluarga yakni diantaranya peran ekonomi yaitu ibu dapat bekerja, juga ikut serta dalam memenuhi kebutuhan keluarga. Ibu juga yang mengelola keuangan keluarga sehingga menjadi sejahtera dan dapat terpenuhi kebutuhan ekonominya. Selain itu keluarga juga harus mendapatkan kenyamanan dan keamanan yang terhindar dari kejahatan serta ancaman dari sesuatu yang menyebabkan keluarga menjadi tidak damai. Peran pendidikan, yakni kegiatan yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kemampuan mengolah tingkah laku setiap anggota keluarga untuk dapat memperoleh keluarga yang sejahtera. Fungsi sosial, yaitu memperkenalkan dan menumbuhkan nilai-nilai sosial yang dapat diterapkan pada keluarga sehingga tercipta keluarga yang nyaman dan aman serta menyenangkan. Fungsi keagamaan, yaitu melakukan kegiatan yang berkaitan dengan keagamaan untuk menumbuhkan keimanan dan ketaqwaan kepada anak. Suatu perbuatan yang dilakukan untuk menciptakan dan menumbuhkan nilai-nilai religius dalam keluarga sehingga tercipta keluarga yang beriman dan bertaqwa. Fungsi reproduksi, yakni suatu tindakan yang dilakukan untuk mendapatkan keturunan yang sudah direncanakan sehingga dapat menciptakan kesinambungan dan keluarga yang sejahtera. Serta fungsi afeksi, merupakan kegiatan untuk menanamkan perilaku sosial terhadap sesama anggota keluarga maupun dengan orang lain agar tercipta rasa persaudaraan.

e. Pengertian Emosi

Lazarus menyatakan bahwa, emosi suatu keadaan yang kompleks pada diri organisme, yang meliputi perubahan badan seperti keadaan menggembirakan yang ditandai dengan perasaan yang kuat dan biasanya disertai dengan dorongan yang mengacu pada suatu bentuk perilaku. Bentuk emosi terdiri dari dua yaitu pertama *action*, merupakan tindakan fisik yang dilakukan oleh anak bisa berupa penyerangan, bersembunyi, menjauh dari orang banyak atau tempat umum, menangis, ekspresi wajah dan postur tubuh. Kedua, aksi *psikis* berupa aktivitas saraf otonomi, aktivitas otak, dan

- sekresi hormonal. Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa emosi merupakan reaksi yang terencana, dan juga emosi berkaitan dengan proses *coping* sebagai upaya pemecahan masalah dalam kehidupan individu.
- f. Perkembangan Pada Emosi Pada Anak Usia Dini
Santrock (2007) perkembangan emosi pada masa kanak-kanak awal ditandai dengan munculnya emosi evaluatif yang disadari rasa bangga, malu, dan rasa bersalah, dimana kemunculan emosi ini menunjukkan bahwa anak sudah mulai memahami dan menggunakan peraturan dan norma sosial untuk menilai perilaku mereka. Di bawah ini adalah penjelasan dari ketiga macam emosi yang telah disebutkan oleh Santrock, yakni :
- 1) Rasa Bangga
Rasa bangga ditunjukkan ketika anak mendapatkan sesuatu yang ia merasa senang atau ketika dia melakukan kegiatan yang membuat dirinya merasa bangga. Anak juga akan merasa bangga ketika dia mendapatkan tujuan yang diinginkannya.
 - 2) Rasa Malu
Rasa ini biasanya akan ada ketika anak merasa dirinya tidak dapat melakukan sesuatu sesuai dengan tujuan. Ketika rasa malu tersebut ada, maka anak biasanya akan cenderung menghindari dari orang banyak dan bersembunyi.
 - 3) Rasa Bersalah
Perasaan bersalah ada pada saat anak merasa bahwa apa yang dilakukannya telah gagal atau tidak berhasil. Biasanya anak akan takut sehingga untuk mencari cara untuk dapat memperbaiki apa yang telah gagal. Sehingga orangtua tidak boleh selalu menyalahkan kegagalan anak, dikarenakan dapat membuat dirinya merasa paling bersalah.
- g. Pentingnya Pengelolaan Emosi Anak
Perasaan emosi merupakan perasaan yang bergejolak pada setiap diri individu yang dapat menyebabkan terjadinya perubahan pada ekspresi wajah, perasaan yang akhirnya akan mengakibatkan aksi untuk melampiaskan emosi tersebut seperti menangis, tertawa, terharu, marah dan sebagainya (Suci dan Hazizah, 2019:1).
Menurut Goleman, pengelolaan emosi dapat membantu individu untuk menyeimbangkan emosi agar dapat tersampaikan atau terungkapkan dengan cara yang tepat. Pengelolaan emosi yang baik merupakan salah satu aspek dari kecerdasan emosional (Mulyana, Gandama dan Muslim, 2017:215). Pengelolaan emosi terhadap anak usia dini tentu berpengaruh, dikarenakan anak usia 2-4 tahun akan menangkap pelajaran apapun yang ada di lingkungan sekitarnya baik itu dengan orang dewasa.
- h. Ciri-ciri Emosi Pada Anak Usia Dini
Hurlock menjelaskan beberapa pola emosi yang ada dalam diri anak, yakni :
1. Rasa Takut
Anak seringkali takut dengan kegelapan. Mereka takut dengan hal yang belum mereka kenali. Namun seiring bertambahnya usia, mereka akan mencoba beradaptasi dengan yang ada pada lingkungan di sekitar.
 2. Rasa Marah
Reaksi marah anak dikelompokkan menjadi dua jenis yaitu reaksi impulsif dan reaksi yang ditekan. Reaksi impulsif merupakan reaksi kemarahan yang dilampiaskan diluar dirinya sendiri (*extra punitive*), reaksi ini anak akan meluapkan kemarahannya kepada orang lain, beberapa diantaranya dengan menginjak, menghantam, menvakar, dan dengan tindakan fisik lainnya. Sedangkan lainnya bersifat ke dalam (*intra punitive*), merupakan bentuk reaksi kemarah dengan meluapkannya kepada diri sendiri.
 3. Rasa Cemburu
Terdapat tiga alasan mengapa anak merasa cemburu. *Pertama*, anak merasa tidak diperhatikan dan diduakan. Seringkali rasa tersebut ada pada saat anak-anak di rumah. Misalkan saja, seorang kakak yang baru saja memiliki adik bayi. Tentu dengan kehadiran bayi tersebut, orang tua akan lebih memberikan banyak waktu dan perhatian kepada adik bayi dibandingkan dengan kakak. Kejadian tersebut, si kakak merasa cemburu kepada adiknya. *Kedua*, situasi sekolah. Biasanya hal ini terjadi saat guru di sekolah membandingkan anak satu dengan anak lain. *Ketiga*, anak juga merasa cemburu dengan barang yang dimiliki orang lain tetapi dia tidak memilikinya. Mereka biasanya menginginkan barang yang sama dengan milik temannya, sehingga jika dia tidak memilikinya akan merasa cemburu atau iri kepada temannya.
 4. Kesedihan
Terdapat tiga alasan, *pertama* peran ibu dan ayah, guru, dan orang dewasa lainnya yang dapat menenangkan si kecil dari perasaan sedihnya sehingga dapat senang kembali. *Kedua*, anak-anak dapat cepat melupakan sesuatu yang telah terjadi, namun sewaktu-waktu mereka pasti akan dapat ingat kembali. *Ketiga*, adanya pengganti untuk melupakan kejadian yang menyedihkan. Misalnya dengan memberikan mainan kesukaan anak, dan menghibur anak supaya tidak sedih lagi.
 5. Keingintahuan
Anak-anak dapat menunjukkan rasa ingin tahunya dengan berbagai perilaku, misalnya dengan selalu bertanya dengan hal-hal baru

yang ia rasa belum tahu hal tersebut. Seringkali anak ingin tahu dengan hal yang aneh dan misterius yang ia temukan.

6. Kegembiraan

Kegembiraan merupakan emosi yang ditunjukkan oleh anak ketika dia senang merasa senang dan bahagia. Mereka akan mengekspresikannya dengan tertawa dan selalu ceria.

7. Kasih Sayang

Merupakan bentuk perhatian yang dapat ditunjukkan melalui bentuk fisik maupun perkataan yang ditujukan kepada seseorang sehingga orang tersebut merasa disayangi karena sudah diperlakukan dengan baik.

i. Optimalisasi Pengelolaan Emosi Anak

Optimalisasi pengelolaan emosi yang dilakukan orang tua untuk anaknya merupakan suatu hal yang berpengaruh terhadap perkembangan anak. Dengan melakukan pengelolaan emosi, maka anak akan belajar mengontrol emosi serta bagaimana cara yang benar untuk meluapkan emosi tersebut. Untuk dapat mengatur emosional anak usia dini dapat dilakukan melalui kegiatan pembelajaran, kebiasaan, dan keterkaitan antar orangtua. Menurut Novan, pembelajaran emosional anak usia dini dapat dilakukan melalui pembiasaan, keterampilan, dan keteladanan. Kebiasaan dapat dipraktikkan sejak bayi masih ada dalam kandungan ibu. Karena bayi sudah bisa merekam semua yang di dengar olehnya meskipun masih dalam kandungan. Bayi mempunyai rekaman yang berpengaruh dalam pembentukan kepribadiannya. Pembiasaan perlu adanya keterlanjutan dan dilakukan secara teratur sehingga pembiasaan tersebut tertanam pada diri anak. Membuat jadwal dan program kegiatan juga dapat membantu terbentuknya suatu kebiasaan pada diri anak.

Semua subyek dari penelitian ini merupakan seorang ibu pekerja yang mempunyai anak usia dini. Dari hasil wawancara, mereka mengatakan bahwa mengalami kesulitan saat mengelola emosi anak ditambah dengan pekerjaan di luar rumah dan pekerjaan saat di rumah sebagai ibu untuk anak-anaknya. Responden pertama, apabila sedang bekerja maka anaknya akan diasuh oleh neneknya. Sedangkan responden kedua, yang merupakan seorang ibu pengusaha memilih menggunakan jasa pengasuh untuk mengasuh anaknya. Apabila mereka sudah pulang kerja, maka otomatis pengasuhan akan kembali kepada ibunya.

Anak dari responden pertama yaitu berjenis kelamin laki-laki, sedangkan responden kedua memiliki anak perempuan. Dari kedua jenis kelamin yang berbeda, namun memiliki sifat anak yang sama yaitu selalu senang bermain. Anak akan senang apabila sedang bermain dengan orang tuanya. Menurut kedua ibu pekerja ini, hal yang sering

membuat anak marah yaitu tidak dapat bermain sesuai dengan apa yang mereka mau. Misalnya, anak sangat senang bermain dengan air seperti di sungai. Namun hal tersebut tentu membahayakan bagi anak dikarenakan masih usia dini. Mereka akan marah dan menangis apabila tidak diperbolehkan bermain air di sungai. Untuk itu ibu harus bisa menenangkan anak agar tidak emosi dan marah, misalnya dengan mengganti mainan air di bak yang tidak berbahaya untuk anak.

Sejak dini, sebaiknya anak diberikan pengertian bahwa ibunya seorang pekerja. Jika tidak, maka anak seringkali rewel ketika ibu bekerja. Reaksi anak dari responden pertama ketika ditinggal bekerja seringkali marah dan menangis sehingga jalan untuk menenangkan yaitu mengajak anak untuk mengantarkan pada saat bekerja. Ibu juga harus mengetahui hal apa yang tidak disukai oleh anak, yang sering menyebabkan mereka mengeluarkan emosi marah. Sehingga anak tidak mudah emosi.

Anak seringkali marah dengan apa yang tidak sesuai keinginannya. Menurut Ibu Eva, anaknya seringkali rewel apabila ditinggal bekerja. Untuk mengondisikan hal tersebut, Ibu Eva mengalihkannya dengan memberikan mainan yang anak suka dan membiarkan bermain dengan temannya sehingga emosinya mereda. Sesuai dalam terjemahan buku *Loose Part Play by Theresa Casey and Juliet Robertson*, bermain merupakan hal penting untuk kesehatan dan kesejahteraan anak-anak untuk mengembangkan kreativitas, imajinasi, kepercayaan diri, serta kekuatan dan keterampilan fisik, sosial, kognitif, dan emosional (Komite Hak Anak, 2013). Sedangkan anak dari Ibu Zia seringkali emosi pada saat tidak bisa bermain sesuai apa yang ia mau. Dia anak yang aktif, apapun yang dilihatnya pasti akan dibuat mainan. Namun, tidak jarang sesuatu tersebut merupakan hal yang membahayakan. Untuk itu pada saat Ibu Zia bekerja, akan menitipkan anaknya kepada pengasuh untuk mengawasi. Saat tidak diperbolehkan bermain, anaknya akan marah dan menangis. Sebagai tindakannya adalah memberikan mainan lain yang aman untuk anak.

Dalam penelitian ini yang dilakukan dengan wawancara bersama para orangtua, mendapatkan hasil bahwa mereka menganggap penting dan mengatakan bahwa pengelolaan emosi untuk anak usia dini memang kewajiban sebagai orangtua untuk menunjang perkembangan anak. Adapun peran ibu dalam memberikan stimulasi terkait pengelolaan emosi anak berbentuk : ibu sebagai panutan, ibu sebagai motivator, ibu sebagai fasilitator anak, dan ibu sebagai cermin utama anak. Seorang ibu pekerja, bukan berarti menjadikan alasan untuk melimpahkan tanggungjawab tersebut kepada pengasuh atau orang lain. Karena hal tersebut dapat berpengaruh terhadap emosi anak. Jadi, meskipun ibu bekerja tetap harus mengutamakan anak.

Pertama, peran ibu sebagai panutan. Cara ibu yang digunakan untuk memberikan pengajaran kepada anak tentang sesuatu yang baik yaitu melalui sebagai ibu panutan. Ibu tidak semata-mata hanya menuntut anak untuk melakukan, tetapi orang tua juga harus mencontohkan kepada anaknya melalui kegiatan yang dilakukan sehari-hari. Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek, mereka

melakukan perannya sebagai ibu yang dapat dicontoh oleh anaknya, ibu dalam mengekspresikan rasa gembira atau bahagia dengan mengucapkan alhamdulillah. Selain itu, saat mengutarakan ketika merasa sedih atau takut dengan mengucapkan sholawat yang dapat menenangkan hati. Jika dibiasakan seperti itu, maka anak akan melakukan dengan sendirinya tanpa kita suruh. Seperti yang didapat ketika dalam penelitian, ketika anak sedang naik eskalator, dia mengucapkan bismillah, pada saat selesai makan anak mengucapkan doa setelah makan. Maka dari itu, peran orangtua sebagai panutan dalam pengelolaan emosi sangat efisien bila dilakukan dengan baik dan benar. anak-anak akan menirukan apa yang dilakukan oleh orangtuanya (Wulandari, Wijayanti, dan Saliman, 2019). Maka ibu dan ayah harus bisa bersikap dewasa saat meluapkan amarah sehingga dapat dicontoh oleh anaknya dengan baik.

Kedua, peran orangtua sebagai motivator anak. ibu dan ayah harus kerja sama dalam menanamkan nilai-nilai yang benar kepada anak, mengajarkan mana yang tidak baik untuk dilakukan dan mengganti dengan hal yang lebih baik. Saat melaksanakan peran sebagai motivator yang berhubungan dengan pengelolaan emosi anak, ibu pekerja sebagai subjek penelitian ini menjalankannya dengan memberikan motivasi kepada anak tentang keberanian yang harus ada pada diri anak. Menurut peneliti, percobaan pertama yang dilakukan subjek yaitu dengan mengenalkannya pada sesuatu yang baru. Hal ini mungkin saja dapat membuat anak takut pada awalnya, namun sebagai orangtua disini harus memberikan dukungan agar anak mau mencoba hal baru dan tidak akan takut melakukannya. Hal ini teramati ketika anak berada di ketinggian. Ibu mengenalkan permainan outbond flying fox yang dapat merangsang rasa keberanian anak. Selain itu, ketika pergi outbond ibu membawakan bekal untuk anak dan mengajak anak untuk berbagi dengan temannya. Hal ini dapat meningkatkan rasa emosi kepada anak, lebih dekat dengan lingkungan sekitarnya, serta mempunyai solidaritas tinggi.

Ketiga, peran ibu sebagai cermin utama anak. Sebagai orangtua harus mempunyai komunikasi yang baik dengan anak. Hal ini dapat dimulai dari orangtua atau khususnya pada pembahasan ini adalah ibu untuk saling terbuka dengan anak. Ibu menceritakan apa saja yang memang anak berhak tahu, sehingga terbangun komunikasi yang baik dan bisa saling berdiskusi antara anak dan ibu. Setelah ibu mencontohkan hal tersebut, anak akan dengan terbiasa bercerita tentang permasalahan yang dialaminya. Selain itu menciptakan suasana keluarga yang penting juga berpengaruh terhadap emosional anak, keharmonisan antar anggota keluarga akan membuat anak merasa senang dan nyaman berada dirumah. Menurut peneliti, subjek sudah melakukan keterbukaan tentang luapan emosi antara ayah dan ibu. Mereka menerapkan hal ini agar dapat dicontoh oleh anak. Ketika anak mau terbuka dengan peristiwa atau emosi yang dialaminya, maka orangtua dapat mengajarkan bagaimana penegelolaan emosi yang benar agar tidak melakukan hal-hal yang tidak baik.

Keempat, ibu sebagai fasilitator. Dalam perannya sebagai fasilitator, ibu dapat melakukannya dengan

memberikan fasilitas yang dibutuhkan anak. namun perlu digaris bawahi yaitu fasilitas yang dibuthkan anak, bukan yang diinginkan anak. jika anak meminta mainan, maka ibu memberikan mainan yang bermanfaat yang dapat merangsang kecerdasan otak anak. Selain itu ibu juga dapat merencanakan kegiatan yang berkaitan dengan pengelolaan emosi anak. Sehingga dapat mempengaruhi emosi anak agar lebih baik saat mengendalikannya. Masing-masing ibu pada penelitian ini memiliki cara tersendiri untuk membentuk kegiatan yang memfasilitasi belajar anak. menurut mereka. Belajar tidak hanya didapatkan saat di bangku sekolah, tetapi pelajaran di lingkungan sekitarnya jauh lebih penting dan bermakna. Antara lain mengajak anak pergi bertamasya ke tempat baru. Karena dengan demikian anak akan beradaptasi dengan lingkungan baru, hal ini sangat bagus untuk pengelolaan emosi anak. Mereka akan belajar pada saat melakukan sesuatu yang baru, bertemu dengan orang baru, dan akan belajar dengan situasi dan kondisi yang belum mereka kenali. Kegiatan lainnya yaitu dengan membacakan buku cerita kepada anak. anak akan menangkap emosi apa saja yang ada pada buku tersebut. Selain memberikan fasilitas untuk belajar, anak juga memerlukan permainan agar dia tidak bosan. Menurut subjek pada penelitian ini, permainan lego dapat membuat anak lebih tenang dan terkendali. Lego merupakan permainan dengan cara menyusun balok-balok menjadi suatu bentuk. Permainan ini dapat merangsang otak anak untuk kreatif. Terkait dengan pengelolaan emosi, permainan ini akan membuat anak lebih tenang karena membutuhkan ketelitian.

Menurut hasil data dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, menghasilkan yaitu setiap ibu mempunyai cara tersendiri dalam melakukan perannya untuk mengelola emosi anak. Bekerja bukan suatu halangan bagi ibu untuk tetap mengurus anaknya dengan baik. Stimulasi yang beraneka ragam dari orangtua akan berpengaruh yang berbeda pula terhadap perilaku anak. Maka dari itu, setelah ibu menjalankan perannya sebagai pengasuh pertama bagi anak, maka terdapat langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mengoptimalkan pengelolaan emosi anak usia dini yaitu dimulai dari menstimulasi, mengembangkan, dan mengevaluasi kemampuan pengelolaan emosi anak agar anak mampu menjalin interaksi yang baik dengan orang-orang disekitarnya.

PENUTUP

Simpulan

Seorang ibu pekerja, memang mempunyai tanggung jawab lebih. Pertama pada rumah tangganya dan kedua terhadap pekerjaannya. Hal tersebut dapat mempengaruhi emosional anak apabila seorang ibu tidak dapat membagi antara rumah dengan pekerjaan. Waktu bersama orang tua merupakan hal yang menyenangkan bagi anak, serta hal yang dibutuhkan oleh anak. Ayah dan ibu harus bisa saling membagi waktu untuk bermain dengan anak. Ketika anak sedang emosi, kedua orang tua sebisa mungkin untuk menenangkan dengan cara yang disukai oleh

anak. Sehingga anak tetap merasa diperhatikan walaupun kedua orang tuanya sama-sama bekerja..

Keseimbangan ibu pekerja yang membagi waktu antara pekerjaan dan keluarga dapat dilihat dari banyaknya peran yang dijalankan oleh ibu. Kepuasan yang dirasakan subjek ditunjukkan dengan perasaan bahagia dalam menjalankan peran, baik sebagai pekerja maupun sebagai ibu rumah tangga. Dengan adanya berbagai peran tersebut, subjek dapat menyesuaikan waktu untuk dapat menjalankan setiap perannya. Tercapainya keseimbangan kerja dan keluarga memberikan dampak positif pada komitmen dan loyalitas terhadap pekerjaan, performa kerja yang bagus dan keharmonisan keluarga yang terjaga. Beberapa faktor yang mempengaruhi ibu untuk bekerja yaitu aktualisasi diri, kebutuhan ekonomi keluarga, dukungan dari setiap anggota keluarga terutama suami dan dukungan sosial. Agar setiap perannya dapat dijalankan oleh subjek, maka terdapat beberapa strategi yaitu dengan mengalokasikan waktu antara bekerja dan keluarga, dengan menggunakan jasa orang lain misalnya pengasuh anak, kemudian mempertimbangkan jarak antara rumah dan tempat bekerja agar masih bisa melakukan pengawasan kepada anak. dan komunikasi merupakan strategi penting dalam menjalankan peran ini, dengan adanya komunikasi yang baik dengan setiap anggota keluarga maka dipastikan tidak akan ada permasalahan ketika ibu tetap bekerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Sukatin, dll. 2020. *Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini*. Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini. UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Mulyani, Novi. 2013. *Perkembangan Emosi dan Sosial Pda Anak Usia Dini*. Yogyakarta.
- Ningsih, Yuni Setia. 2008. *Peranan Keluarga dalam Pendidikan Emosional Anak*. Jurnal Pemikiran Alternatif Pendidikan. STAIN, Purwokerto.
- Nurhidayah, Siti. 2008. *Pengaruh Ibu Bekerja dan Peran Ayah Dalam Coparenting Terhadap Prestasi Belajar Anak*. Jurnal Soul, Vol 1, No.2.
- Edi Hendri Mulayana, dll. 2017. *Kemampuan Anak Usia Dini Mengelola Emosi Diri Pada Kelompok B Di TK Pertiwi DWP Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya*. Jurnal PAUD Agopedia, Vol. 1 No. 2. Tasikmalaya.
- Huttunen Kerttu, Koivula Merja. 2018. *Children's Social-Emotional Development and its Support: Guest Editorial*. University of Oulu.
- Wijayanto, Arif. 2020. *Peran Orangtua dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak Usia dini*. DIKLUS; Jurnal Pendidikan Luar Sekolah. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Mekarisce, Arnild Augina. *Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif*. Universitas Jambi.
- Ningtyas, Rizqy. 2020. *Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Melalui Kegiatan Gerak dan Lagu*. Universitas Muhammadiyah Jember
- Resika, Nadia, Yeni. Indra. 2019. *The Influence Of Singing Method On Expression Of Children's Emotion At Kindergarten Of Jabal Rahmah Padang*. Universitas Negeri Padang.
- Lippman Laura, Darling Kristen E. 2016. *Early Childhood Social and Emotional Development: Advancing The Field of Measurement*. Publish by Elsevier.
- Robertson Juliet, Casey Theresa. 2016. *Loose Part*. Ebook by Inspiring Scotland.
- Anggraini, Mitha. 2019. *Peran Dan Fungsi Ibu Karir Dalam Pembentukan Karakter Anak Di Dusun Sindon Desa Tukang Kecamatan Pebelan Tahun 2019*. IAIN Salatiga
- Fitriyani. 2018. *Peran Ibu Yang Bekerja Dalam Pemenuhan Kebutuhan Dasar Anak*.
- Nisa, Istiqamatun. 2018. *Peran Ibu Bekerja Dalam Pembentukan Perilaku Keagamaan Pada Anak Di Perumahan PU Pengairan OKU Timur*.
- Hidayah, Nur Salis. 2019. *Analisis Pola Asuh Ibu Bekerja dan Tidak Bekerja Dalam Pemberian Asupan Makanan Terhadap Pertumbuhan dan Motorik Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gribig Kabupaten Kudus*. Universitas Negeri Semarang.
- Fitriana, L. B. & Apriani, W. R. 2019. *Studi Komparatif Pengetahuan Orang Tua Tentang Temper Tantrum yang Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media Poewer Point dan Flip Chart*. Jurnal Ilmu Kesehatan
- Hayati, E. & Siregar, GF. G. 2019. *Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Orang Tua Terhadap Peningkatan Stimulasi Perkembangan Anak Usia 4-5 Tahun*. Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro
- Kilic, S. et al. 2015. *Effect of Parental Attitudes on Skills of Emotional Management in Young Adults*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*
- Mulyana, E. H., Gandana, G. & Muslim, M. Z. N. 2017. *Kemampuan Anak Usia Dini Mengelola Emosi Diri pada Kelompok B di TK Pertiwi DWP Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya*. Jurnal PAUD Agopedia
- Karisma, Winda Tri., DH Dwi Prasetyawati, Karmila Mila. 2020. *Peran Orang Tua dalam Menstimulasi Emosi Anak Usia Dini*. Jurnal Penelitian Dalam Bidang Anak Usia Dini.
- Mashar, Riana. 2011. *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*. Kencana.
- Masruroh, Khulusinniyah. 2019. *Optimalisasi Pengelolaan Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini*. Universitas Ibrahimiy Situbondo.