

MENINGKATKAN PENGEMBANGAN ASPEK EMOSI DALAM PROSES PEMBELAJARAN ANAK

Makalah

Disusun Dalam Acara Seminar Nasional Pengembangan Ilmu Pendidikan
FIP UNY

Pada hari Sabtu Tanggal 03 Maret 2007 di Aula Registrasi UNY
Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta



Oleh:
Budi Astuti, M.Si.
NIP. 132319829

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2007**

MENINGKATKAN PENGEMBANGAN ASPEK EMOSI DALAM PROSES PEMBELAJARAN ANAK *)

Oleh:
Budi Astuti, M.Si.**)

Pendahuluan

Pada dasarnya proses pembelajaran anak tidak tergantung pada aspek inteligensi atau kemampuan kognitif saja, tetapi juga dipengaruhi oleh aspek lain seperti aspek perkembangan emosi dan sosial. Terkadang tujuan pembelajaran tidak tercapai bukan karena ketidakmampuan berpikir anak namun karena ia mengalami masalah dalam aspek perkembangan emosi dan sosial yang mengakibatkan terhambatnya proses pembelajaran tersebut. Oleh karena itu, perlu adanya upaya untuk meningkatkan perkembangan aspek emosi dalam proses pembelajaran anak di sekolah agar tercapai tujuan pendidikan yang optimal sesuai dengan tahap-tahap perkembangan anak. Makalah ini menyajikan alternatif solusi dalam meningkatkan aspek emosi anak pada proses pembelajaran di sekolah.

Perkembangan Emosi Pada Anak

Emosi merupakan reaksi yang terorganisir terhadap suatu hal yang berhubungan dengan kebutuhan, tujuan, dan ketertarikan atau minat individu. Emosi terlihat dari adanya reaksi fisiologis, *experiential* yaitu perasaan subjektif yang menyertai individu, dan perubahan dari perilaku yang nampak * (Robinson, 1997, Sroufe, 1997 dalam Ashiabi, 2000). Bertolak dari perspektif ini, maka terdapat dua fungsi emosi pada anak, yaitu sebagai pendorong yang diartikan bahwa emosi akan menentukan perilaku anak untuk melakukan sesuatu, dan sebagai alat komunikasi, yaitu dengan reaksi emosi anak akan memperlihatkan apa yang dirasakannya. Meskipun setiap anak membawa

*) *Makalah Penyaji Penyerta disusun dalam acara Seminar Nasional Pengembangan Ilmu Pendidikan, pada hari Sabtu tanggal 03 Maret 2007, di Aula Registrasi UNY.*

***) *Dosen Jurusan PPB, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.*

perbedaan kemampuan emosi, namun interaksi anak dengan orang lain dapat membantunya menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Kemampuan anak-anak untuk mengekspresikan emosinya (bahagia, sedih, marah ataupun takut) secara tepat merupakan hal penting dalam berinteraksi sosial. Kompetensi sosial pada anak ini tergantung pada tipe, frekuensi dan durasi dari pengekspresian emosi. Jika anak-anak secara konsisten memperlihatkan kemarahan dalam jangka waktu yang lama, hal ini dapat berarti secara potensial teman-teman dalam sosialisasinya akan enggan untuk berteman atau bersosialisasi selanjutnya. Data empiris menunjukkan bahwa anak-anak yang *responsive* terhadap orang lain terlihat menyadari pandangan orang lain dan memperlihatkan perilaku *altruistic* atau perilaku yang mementingkan kepentingan orang lain (Mussen & Eisenberg, 1998).

Anak-anak memahami berbagai macam emosi teman sebaya merupakan hal penting. Hal ini dikarenakan akan memungkinkan mereka untuk dapat merasakan fungsi komunikasi dan ekspresi atau perasaan orang lain. Pemahaman emosi ini juga berfungsi untuk *survival*, sebagai contoh adanya wajah yang memperlihatkan keadaan bahaya didorong oleh rasa takut akan berarti anak tersebut mencari kenyamanan, keamanan, dan perlindungan dari orang lain. Elemen penting dalam memahami emosi adalah rasa subjektivitas dan pengertian terhadap sesuatu, karena hal ini akan menunjukkan mengapa emosi yang satu berbeda dengan emosi yang lain walaupun dalam situasi yang sama. Subjektivitas dan pemahaman arti menjelaskan bahwa individu dalam mengekspresikan emosi berbeda antara satu dengan yang lain.

Dunn & Hughes dalam Ashiabi (2000) menjelaskan bahwa melalui pengalaman-pengalaman dalam mengekspresikan emosi maka anak dapat meningkatkan sensitivitas sosial, selain itu juga dapat mengembangkan kemampuan untuk: (a) menilai emosi orang lain ketika tanda-tanda nyata tidak terlihat secara menonjol, (b) mengenal kembali pengalaman-pengalaman emosi yang berbeda, (c) mengatur emosinya, dan (d) mengalami dan merasakan lebih dari satu emosi secara simultan atau serentak. Bagian penting dalam kemampuan mengekspresikan emosi adalah pengaturan terhadap emosi itu sendiri, baik emosi positif maupun emosi negatif yang dapat melebihi kemampuan akal anak-anak. Ketika hal ini terjadi, perilaku anak dan aktivitas berpikirnya akan

menjadi tidak beraturan. Jika anak memunculkan sikap menarik diri dan pasif, maka orang tua atau guru perlu menenangkan anak untuk menghadapi situasi ini dengan stimulasi-stimulasi positif.

Proses Pembelajaran Anak di Sekolah

Sekolah merupakan lembaga sosial yang mencerminkan kultur di mana sekolah itu merupakan bagian dari kultur bersangkutan, dan yang menyampaikan etos serta pandangan dunia kepada kaum muda di samping keterampilan khusus serta pengetahuan (Minuchin & Shapiro dalam Mussen, 1994). Tujuan utamanya adalah mengajarkan keterampilan kognitif, tetapi sekolah melakukan lebih dari itu. Sekolah merupakan sistem sosial kecil tempat anak memaknai aturan moral, aturan sosial, pembentukan sikap dengan pengaturan emosi yang matang, dan cara bergaul dengan orang lain.

Di dalam pelaksanaan program sekolah, hal yang tidak terlepas adalah proses pembelajaran. Proses pembelajaran dapat diartikan sebagai suatu proses transformasi informasi, yaitu usaha untuk memahami atau menguasai pengetahuan maupun suatu keterampilan. Dilengkapi pendapat Parkay & Stanford dalam Rustiana (1997) bahwa dalam proses pembelajaran tidak hanya unsur kognitif saja yang berperan, namun riset-riset dalam bidang neurofisiologis, neuropsikologis, serta faktor kultural membuktikan banyaknya faktor yang berperan dalam hal tersebut.

Dalam pelaksanaan proses pembelajaran dilibatkan dua unsur utama yaitu pengajar (guru) dan pelajar (siswa). Dengan demikian perlu dipahami bahwa efektivitas proses pembelajaran harus memperhitungkan segala hal yang menyangkut kedua unsur tersebut. Berangkat dari konsep bahwa setiap manusia bersifat unik, maka proses pembelajaran sedapat mungkin memperhatikan perbedaan antar individu (*individual differences*). Hal ini minimal dapat dikenakan pada anak yang memperlihatkan perbedaan mencolok dibandingkan teman-temannya. Dengan demikian anak yang memperlihatkan kelebihan ataupun kekurangan tertentu dapat memperoleh perhatian yang proporsional. Seorang anak dapat memilih teknik atau media apa saja dalam mentransformasikan materi pengajaran untuk menunjang pengembangan pribadinya secara komprehensif.

Model Belajar Dalam Mengembangkan Emosi Anak

Menurut Joyce & Shower dalam Rustiana (1997), beberapa model belajar yang dapat digunakan untuk mengembangkan aspek emosi anak, antara lain:

1. Model Personal

Model ini memfokuskan pada diri anak sebagai bagian sentral dalam keseluruhan proses dengan tujuan: (a) mengenali dan mengembangkan emosi melalui perbaikan konsep diri, (b) melatih anak untuk bertanggung jawab terhadap proses pendidikan yang dijalankan dengan menciptakan tujuan belajar yang berasal dari kebutuhan dan aspirasi anak, dan (c) mengembangkan cara berpikir kualitatif, seperti kreativitas dan ekspresi diri. Model tersebut dilakukan dengan cara memberikan kebebasan pada anak untuk mengekspresikan emosi dan perasaan tanpa adanya kritikan dan memberikan kesempatan pada anak untuk membuat perencanaan serta menentukan keputusan sendiri dalam mencapai tujuan belajar.

2. Model Simulasi

Model ini didasarkan pada prinsip *cybernetics*, yaitu menganalogikan manusia dengan mesin. Maksudnya melalui prinsip tersebut, anak diibaratkan sebagai sebuah mesin yang dapat mengatur umpan balik terhadap dirinya sendiri. Model ini memungkinkan anak untuk mengalami secara langsung situasi belajar, sehingga anak dapat merasakan dan selanjutnya memperbaiki perilaku yang masih belum tepat.

3. Model Bermain Peran

Dalam pelaksanaannya model ini membuka peluang bagi anak untuk berperan dalam berbagai karakteristik kepribadian sehingga memungkinkan adanya eksplorasi perasaan dan ekspresi emosi serta memberikan pengalaman baru terhadap sikap, persepsi maupun nilai-nilai. Selain itu melalui bermain peran yang berbeda-beda, anak dapat melatih keterampilan untuk memecahkan masalah dari berbagai sudut pandang.

Kualitas hubungan guru dan siswa (anak) dapat dikonseptualisasikan melalui tiga cara yaitu: (a) *Modelling*, atau peniruan. Ekspresi emosi anak merefleksikan ekspresi emosi guru. Sebagai contoh apabila guru sering memarahi maka akan menghasilkan sifat anak yang tidak jauh berbeda dengan guru. Dari peniruan ini, anak-anak dapat belajar mengekspresikan emosi secara tepat untuk situasi-situasi tertentu dan perilaku-perilaku umum yang berkenaan dengan ekspresi emosi, (b) *Coaching*, atau bimbingan. Guru mendorong anak untuk bereksplorasi dalam memahami emosi dirinya baik secara langsung dengan berkomunikasi secara verbal. Melalui instruksi serta sosialisasi dalam percakapan, guru memberikan kontribusi dengan memberikan informasi-informasi tentang kejadian potensial yang dapat menimbulkan emosi, dan (c). *Contingent Responding*. Reaksi-reaksi perilaku dan emosi pada guru terhadap anak menolong anak untuk memahami adanya perbedaan antara emosi yang satu dengan emosi yang lain. Peningkatan perkembangan emosi yang terintegrasi dapat dilakukan ketika guru memberikan penguatan-penguatan terhadap ekspresi emosi yang positif dan dapat diterima secara sosial.

Strategi Guru Untuk Meningkatkan Perkembangan Emosi Anak Dalam Proses Pembelajaran

1. *Acknowledgement Time*. Guru dapat mengatur waktu di sela-sela pembelajaran untuk membimbing anak-anak mengekspresikan perasaannya dan melibatkan tentang cara-cara mengatasi perasaan tersebut. Guru mendorong anak untuk mengekspresikan perhatian atau penghargaan kepada orang lain yang bersikap baik kepada mereka.
2. *Feeling Time*. Tujuannya adalah membiarkan anak-anak untuk mengemukakan tentang penyebab dari emosi yang dirasakan, apa yang mereka lakukan dengan emosi tersebut, bagaimana mereka berpikir untuk membuat emosi itu berkurang, apa yang dipikirkan mereka tentang cara anak lain dalam menghadapi emosi tersebut.
3. *Affection Activities*. Dalam proses pembelajaran, guru dapat membuat beberapa kegiatan dimana anak dapat menunjukkan afeksinya kepada anak lain. Tujuannya

ialah mengajarkan anak-anak mengenai bagaimana menjalin pertemanan dan mengekspresikan emosinya secara tepat.

4. *Emotional Management Techniques*. Tujuan dari cara ini adalah agar anak dapat mengatur diri dan kemampuannya apabila mengekspresikan emosi negatif di luar kendali dirinya.
5. *Social Problem Solving Approach*. Tujuan strategi ini adalah menolong anak untuk menyelesaikan permasalahan dalam hubungan interpersonalnya, dengan melibatkan sifat empati, cara berkomunikasi yang baik, negosiasi, kompromi. Langkah yang dapat digunakan adalah bermain peran dengan membiarkan anak-anak dalam memecahkan masalahnya sendiri. (Ashiabi, 2000)

Penutup

Perkembangan emosi pada anak-anak memiliki implikasi yang panjang pada kemampuan adaptasi secara kognitif maupun sosial. Anak-anak yang memiliki kompetensi mengekspresikan emosi, akan berempati pada orang lain dan mampu mengkomunikasikan perasaannya secara tepat. Anak dapat mencapai tujuan sosial dalam interaksinya dengan teman dan lingkungan sekitar.

Sebaliknya, ketidakmampuan anak dalam mengatur emosi sejak dini dapat menstimulasi munculnya permasalahan perilaku di masa sekarang dan yang akan datang. Dalam hal ini, peran guru sangat dibutuhkan untuk membantu anak dalam memecahkan masalahnya.

Hal penting yang perlu disadari bahwa guru memberikan kontribusi dalam perkembangan emosi anak-anak dengan mengenal ekspresi emosi dan bagaimana guru meresponnya. Oleh karena itu, para pendidik diharapkan dapat memahami akan pentingnya pengembangan aspek emosi anak untuk menunjang tujuan belajar yang optimal. Hal ini dapat ditingkatkan melalui proses pembelajaran di sekolah dengan model-model belajar yang disesuaikan dengan kebutuhan setiap anak dan aspek perkembangan anak yang bersifat individual.

Daftar Pustaka

- Ashiabi, G.S, 2000. To Improve Developing Aspect of Emotion of The Children. Department of Child And Family Studies, University of Tennessee, Knoxville. *Early Childhood Education Journal*, Vol. 28, No. 2, 2000.
- Mussen, P.H, Conger, J.J., Kagan, J., & Husto, A.C., 1994. *Perkembangan dan Kepribadian Anak*. Jakarta: Penerbit Arcan.
- Mussen, P.H. & Eisenberg, N., 1998. *Handbook Child Psychology. Vol 3: Social, Emotional, and Personality Development*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Rustiana, 1997. Peranan Kecerdasan Emosional Dalam Proses Pembelajaran. Yogyakarta: *Jurnal Ilmiah Psikologi Arkhe*, Tahun kedua, No. 3, 1997.