



ANALISIS PERAN ORANG TUA TERHADAP KEMATANGAN EMOSI ANAK USIA 3-4 TAHUN DI PPT MUTIARA BUNDA

Handajani¹, Ratno abidin², Naili Sa'ida³, Gusmaniarti⁴
^{1,2,3,4} Universitas Muhammadiyah Surabaya, Indonesia

Email: handajani-2021@fkip.um-surabaya.ac.id



DOI: <https://doi.org/10.34125/jmp.v10i3.865>

Sections Info

Article history:

Submitted: 23 July 2025

Final Revised: 11 August 2025

Accepted: 16 August 2025

Published: 23 September 2025

Keywords:

Emotional Regulation

Parents

Emotional Maturity

Early Childhood



ABSTRACT

Emotional maturity in early childhood is an important foundation for social, cognitive, and moral development. This study aims to analyze the relationship between parental roles in emotional regulation and the level of emotional maturity of children aged 3-4 years at the Mutiara Bunda PPT. The study used a quantitative correlational approach with instruments in the form of a parental emotional regulation scale adapted from Gross's (2023) theory and a child social-emotional development scale developed by Solihah et al. (2022). The results of validity and reliability tests indicate that both instruments have high content validity and excellent reliability (Cronbach's $\alpha > 0.9$). The results of the Pearson correlation analysis showed a significant positive relationship ($r = 0.65, p < 0.01$) between parental emotional regulation and children's emotional maturity. The dimensions of cognitive strategies and attention diversion showed the highest contribution to children's emotional regulation. This study emphasizes the importance of parents' active role in developing emotional regulation as a foundation for children's emotional maturity. The practical implications of this study point to the need for parenting and training programs that focus on emotional management in early childhood care.

ABSTRAK

Kematangan emosi pada anak usia dini merupakan fondasi penting dalam perkembangan sosial, kognitif, dan moral. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara peran orang tua dalam regulasi emosi dan tingkat kematangan emosi anak usia 3-4 tahun di PPT Mutiara Bunda. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan instrumen berupa skala regulasi emosi orang tua yang mengadaptasi teori Gross (2023) dan skala perkembangan sosial-emosional anak yang dikembangkan oleh Solihah dkk. (2022). Hasil uji validitas dan reliabilitas menunjukkan bahwa kedua instrumen memiliki validitas isi yang tinggi dan reliabilitas yang sangat baik (Cronbach's $\alpha > 0.9$). Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan hubungan positif yang signifikan ($r = 0.65, p < 0.01$) antara regulasi emosi orang tua dengan kematangan emosi anak. Dimensi strategi kognitif dan pengalihan perhatian menunjukkan kontribusi tertinggi terhadap regulasi emosi anak. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran aktif orang tua dalam mengembangkan regulasi emosi sebagai pondasi kematangan emosional anak. Implikasi praktis dari penelitian ini mengarah pada perlunya program pendampingan dan pelatihan orang tua yang fokus pada pengelolaan emosi dalam pengasuhan anak usia dini.

Kata kunci: Regulasi Emosi, Orang Tua, Kematangan Emosi, Anak Usia Dini

PENDAHULUAN

Periode usia dini, khususnya usia 3–4 tahun, merupakan masa krusial dalam perkembangan anak yang ditandai dengan pesatnya pertumbuhan aspek kognitif, sosial, motorik, bahasa, dan emosional. Salah satu aspek yang sangat penting namun kerap terabaikan adalah perkembangan emosi. Kematangan emosi merupakan fondasi awal yang akan memengaruhi perilaku, hubungan sosial, serta kesiapan anak dalam menghadapi tantangan kehidupan di kemudian hari (Rahiem, 2023).

Kematangan emosi pada anak usia 3–4 tahun mencakup kemampuan untuk mengenali, menamai, mengekspresikan, dan mulai mengatur emosi dasar seperti marah, senang, takut, dan kecewa secara wajar sesuai konteks sosial. Pada usia ini, anak juga mulai menyadari bahwa perasaannya dapat berbeda dengan orang lain, dan mulai belajar memahami perasaan teman sebaya. Dengan demikian, kematangan emosi sejak usia dini menjadi landasan penting bagi terbentuknya pribadi yang adaptif, mandiri, dan mampu menjalin relasi sosial yang sehat. (Santrock, 2021)

Perkembangan emosi anak tidak terjadi secara otomatis, melainkan sangat dipengaruhi oleh kualitas interaksi dan stimulasi dari lingkungan terdekat, terutama dari orang tua. Dalam pendekatan ekologi perkembangan oleh Bronfenbrenner, keluarga menempati lapisan mikrosistem yang memiliki dampak paling langsung dan kuat terhadap tumbuh kembang anak (Karisma & Dkk, 2020).

Orang tua berperan sebagai figur utama yang menjadi model pengelolaan emosi, pemberi penguatan sosial, pengatur lingkungan emosional, serta fasilitator pembelajaran sosial-emosional melalui pengalaman sehari-hari. Interaksi yang hangat, responsif, dan konsisten dari orang tua dapat membantu anak memahami emosi, mengelola impuls, dan membangun empati (Abidin et al., 2025). Hal ini menegaskan bahwa keterlibatan orang tua secara konsisten merupakan kunci utama dalam membentuk dasar kematangan emosi anak sejak usia dini.

Studi Rahiem (2023) mengidentifikasi beberapa strategi regulasi emosi yang digunakan orang tua Indonesia, seperti menghibur anak saat menangis, mengalihkan perhatian anak dari sumber stres, mengajak anak berbicara tentang perasaannya, hingga menggunakan teknik reward untuk mendorong pengendalian diri (Rahiem, 2023).

Sementara itu, Karisma et al. (2023) menemukan bahwa anak yang dibesarkan dengan pola asuh hangat, demokratis, dan penuh kelekatan cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik daripada anak yang diasuh dengan pola permisif atau otoriter (DHIU & FONNO, 2022). Kegiatan sederhana seperti membaca buku cerita bersama, bermain peran, atau berdialog tentang perasaan sehari-hari terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan ekspresi emosi anak.

Dengan demikian, strategi pengasuhan yang hangat, demokratis, dan disertai stimulasi sederhana sehari-hari terbukti mampu memperkuat regulasi emosi anak secara optimal. (Yuliani & Ramadhan, 2022)

Namun demikian, tidak semua orang tua memiliki pemahaman dan keterampilan yang memadai dalam mendampingi perkembangan emosi anak. Kesibukan, stres orang tua, serta kurangnya edukasi tentang pentingnya perkembangan sosial-emosional sering kali membuat orang tua merespons emosi anak secara reaktif, misalnya dengan membentak, mengabaikan, atau justru terlalu memanjakan anak ketika sedang emosi.

Kondisi ini bisa menyebabkan anak kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosinya secara mandiri, yang berdampak pada perilaku agresif, tantrum berkepanjangan, atau rendahnya kemampuan bersosialisasi (Rahiem, 2023). Artinya, keterbatasan pengetahuan dan pola respons yang kurang tepat dari orang tua dapat menjadi hambatan

serius bagi tercapainya kematangan emosi anak usia dini.

Di lingkungan satuan PAUD seperti PPT Mutiara Bunda, interaksi antara guru, anak, dan orang tua membentuk sistem pembelajaran yang utuh. Guru dapat memberikan stimulasi dan lingkungan sosial yang mendukung, namun dukungan dan keterlibatan orang tua tetap menjadi kunci utama dalam mendukung keberhasilan perkembangan emosi anak (Rohmtul Ummah et al., 2024).

Oleh karena itu, penting untuk melakukan analisis mendalam mengenai bagaimana peran orang tua baik dari sisi pola asuh, komunikasi emosional, maupun keterlibatan dalam aktivitas anak berkontribusi terhadap kematangan emosi anak usia 3–4 tahun yang bersekolah di PPT Mutiara Bunda. Dengan demikian, penelitian ini menjadi relevan untuk mengungkap kontribusi nyata orang tua dalam mendukung perkembangan sosial-emosional anak di lembaga PAUD. (Prasetyo et al., 2023)

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara sistematis bentuk-bentuk peran orang tua dalam mendukung perkembangan emosi anak, serta mengidentifikasi praktik-praktik pengasuhan yang terbukti efektif di lingkungan nyata. Dengan temuan ini, diharapkan lembaga pendidikan, guru, dan orang tua dapat mengembangkan strategi kolaboratif yang lebih efektif dan kontekstual untuk mengoptimalkan perkembangan sosial-emosional anak usia dini (Putra, 2024).

Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis dalam memperkuat peran orang tua dan lembaga pendidikan dalam membangun fondasi kematangan emosi anak sejak usia dini.

METODE PENELITIAN

Kematangan Emosi Anak Usia 3–4 Tahun

Kematangan emosi pada anak usia dini merupakan salah satu tonggak penting dalam perkembangan kepribadian yang sehat. Pada usia 3 hingga 4 tahun, anak mulai menunjukkan kemampuan dasar dalam mengenali dan memahami berbagai emosi seperti senang, marah, takut, dan sedih.

Mereka mulai bisa mengekspresikan perasaan secara verbal meskipun masih terbatas dan belajar menyesuaikan emosinya dengan konteks sosial di sekitarnya. Menurut Rahiem (2023), kematangan emosi tidak hanya sekadar mengenali perasaan, tetapi juga mencakup kemampuan untuk mengelola dan mengekspresikannya secara tepat sesuai norma sosial. Fitriani dan Yuliarti (2022) menambahkan bahwa indikator kematangan emosi meliputi kemampuan mengekspresikan perasaan dengan tepat, mengendalikan impuls, menunjukkan empati terhadap orang lain, serta mengatasi situasi yang menimbulkan stres.

Dengan demikian, kematangan emosi menjadi dasar bagi tumbuhnya kemampuan sosial dan kesiapan akademik anak (Khoerunisa et al., 2025). Artinya, kematangan emosi pada usia dini tidak hanya berpengaruh terhadap keseharian anak, tetapi juga menjadi pondasi penting bagi perkembangan sosial dan akademik pada tahap berikutnya.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kematangan Emosi Anak (Handayani et al., 2024)

Proses pembentukan kematangan emosi anak tidak dapat dilepaskan dari berbagai faktor internal maupun eksternal. Faktor internal (dari dalam diri anak) seperti temperamen bawaan, kematangan otak, dan kondisi kesehatan memberikan dasar biologis terhadap respons emosional anak. Sementara itu, faktor eksternal (dari lingkungan sekitar anak) justru lebih dominan dalam membentuk regulasi emosi secara berkelanjutan.

Lingkungan keluarga, terutama pola pengasuhan orang tua, menjadi sumber utama pembelajaran emosi anak. Keterlibatan emosional orang tua yang bersifat responsif, penuh empati, dan konsisten, menciptakan ruang aman bagi anak untuk berekspresi dan belajar

mengenali perasaannya sendiri. Tidak hanya itu, hubungan yang positif dengan orang tua, suasana rumah yang mendukung, serta pengalaman bermain sosial juga turut memperkaya pengalaman emosional anak di usia dini (Sa'ida, 2018).

Kematangan emosi membantu anak mengenali, memahami, dan mengelola perasaan mereka dengan cara yang tepat. Namun, pengamatan awal menunjukkan adanya variasi dalam kematangan emosi anak-anak di PPT Mutiara Bunda. Variasi ini diduga berkaitan dengan pola asuh dan dukungan emosional yang diberikan oleh orang tua di rumah (Masruroh et al., 2024). Selain itu, peran pendidik di PPT Mutiara Bunda juga menjadi faktor penting dalam mengatasi permasalahan kematangan emosi anak melalui pendekatan pendidikan yang mendukung.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran orang tua terhadap kematangan emosi anak usia 3–4 tahun di PPT Mutiara Bunda sekaligus melihat peran pendidik dalam mendukung kematangan emosi anak didiknya. Ketika orang tua maupun guru memberikan stimulasi dan intervensi yang baik serta didukung oleh lingkungan yang positif, maka kematangan sosial emosional anak akan berkembang dengan optimal.

Dengan demikian, faktor internal dan eksternal yang saling melengkapi, terutama pola asuh orang tua dan dukungan guru, merupakan penentu utama keberhasilan anak dalam mencapai kematangan emosi sejak usia dini.

Peran Orang Tua dalam Perkembangan Emosi Anak (Rahmah & Sari, 2024)

Orang tua memiliki peran sentral dalam membentuk kematangan emosi anak sejak usia dini. Peran ini terwujud melalui berbagai pendekatan, seperti modeling perilaku emosional, validasi emosi anak, pendidikan emosi, hingga penguatan positif dalam situasi sehari-hari (Diananda, 2020). Anak belajar banyak dari cara orang tua mengekspresikan dan merespons emosi mereka sendiri.

Misalnya, ketika orang tua mengelola amarah secara tenang dan rasional, anak pun akan meniru pola tersebut dalam situasi yang serupa (Khusniyah, 2018). Validasi emosi anak, seperti mengakui dan memahami perasaan mereka tanpa menghakimi, juga menjadi langkah penting untuk membantu anak merasa dihargai.

Dalam hal ini, orang tua dapat mengajarkan anak untuk menamai emosinya, misalnya dengan mengatakan, "Kamu kelihatan kecewa, ya, karena mainannya rusak?" Penguatan positif, seperti memberikan pelukan atau pujian ketika anak mampu mengelola emosinya dengan baik, turut memperkuat proses pembelajaran emosi tersebut. Rahiem (2023) menegaskan bahwa anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga yang terbuka secara emosional cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik dibandingkan dengan anak-anak dari lingkungan yang kaku atau penuh konflik.

Dengan demikian, keterampilan orang tua dalam memodelkan, memvalidasi, dan memperkuat pengalaman emosional anak sangat menentukan keberhasilan anak dalam mencapai kematangan emosi yang sehat.

Teori-Teori Pendukung

Pemahaman tentang perkembangan emosi anak juga diperkuat oleh berbagai teori psikologi perkembangan. Erik Erikson, dalam teorinya tentang tahap psikososial, menyebut bahwa anak usia 3–5 tahun berada pada fase inisiatif versus rasa bersalah. Di tahap ini, anak perlu diberi kesempatan untuk mencoba dan menginisiasi tindakan serta mengekspresikan emosinya. Ketika orang tua memberikan dukungan dan batasan yang tepat, anak akan tumbuh menjadi individu yang percaya diri dan memiliki kontrol emosi yang sehat (McLeod, 2023).

Dengan demikian, teori Erikson menegaskan bahwa dukungan dan bimbingan orang

tua pada masa ini sangat berpengaruh dalam membentuk kepercayaan diri sekaligus kemampuan regulasi emosi anak. (Arifin & Dewi, 2022).

Teori Attachment oleh Bowlby dan Ainsworth juga menekankan pentingnya kedekatan emosional antara anak dan orang tua. Anak yang memiliki secure attachment akan merasa aman dalam mengeksplorasi emosinya, serta lebih mudah membentuk hubungan sosial yang sehat. Ketika anak merasa diterima secara emosional oleh orang tuanya, maka regulasi emosi pun berkembang secara optimal (Karisma et al., 2023).

Selain itu, Teori Sosial-Kognitif Bandura menunjukkan bahwa anak belajar melalui observasi. Dalam konteks ini, reaksi emosional orang tua menjadi contoh utama yang akan ditiru oleh anak. Jika orang tua menampilkan sikap sabar, tenang, dan rasional saat menghadapi situasi emosional, maka anak cenderung mengikuti pola yang sama (Fitriani & Yuliarti, 2022).

Dengan demikian, teori Attachment dan teori Sosial-Kognitif memperkuat pemahaman bahwa hubungan emosional yang aman serta keteladanan orang tua merupakan dasar penting dalam pembentukan regulasi emosi anak.

Penelitian Terkait

Berbagai penelitian sebelumnya telah menunjukkan pentingnya peran orang tua dalam perkembangan regulasi emosi anak usia dini. Karisma et al. (2023) menemukan bahwa keterlibatan aktif orang tua dalam aktivitas seperti bermain bersama anak, membacakan cerita, dan melakukan diskusi emosional secara rutin mampu meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada anak usia 2–4 tahun. Aktivitas-aktivitas ini memberikan anak kesempatan untuk mengenal dan menamai emosi serta berlatih merespons situasi sosial dengan lebih adaptif. (Wulandari et al., 2023)

Sementara itu, Rahiem (2023) mengidentifikasi berbagai strategi pengasuhan emosional yang umum digunakan oleh orang tua di Indonesia. Strategi tersebut meliputi pelukan, penggunaan penguatan verbal, serta teknik pengalihan sebagai cara dalam meredakan emosi negatif anak. Temuan ini menunjukkan bahwa orang tua memiliki peran langsung dalam membantu anak membentuk pola regulasi emosi yang sehat melalui respons-respons sehari-hari yang bersifat empatik.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Fitriani dan Yuliarti (2022) menegaskan bahwa lingkungan keluarga yang suportif secara sosial dan emosional mempercepat proses pencapaian kematangan emosi pada anak usia PAUD. Lingkungan yang penuh penerimaan dan komunikasi terbuka memungkinkan anak merasa aman untuk mengekspresikan perasaannya dan belajar mengelola emosi secara bertahap.

Ketiga penelitian ini memberikan landasan teoritis dan empiris yang memperkuat fokus studi ini mengenai keterkaitan antara peran orang tua dan kematangan emosi anak usia 3–4 tahun. Dengan demikian, hasil penelitian terdahulu secara konsisten menegaskan bahwa keterlibatan aktif, respons empatik, dan lingkungan keluarga yang suportif merupakan faktor kunci dalam mendorong kematangan emosi anak usia dini.

Peran Orang Tua dalam Menstimulasi Kematangan Emosi Anak

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di PPT Mutiara Bunda mengungkapkan bahwa sebagian besar orang tua menunjukkan keterlibatan aktif dalam proses perkembangan emosi anak usia 3–4 tahun. Keterlibatan ini tercermin dari kebiasaan mereka mendampingi anak saat bermain, membacakan buku cerita dengan muatan emosional, serta memberikan tanggapan verbal dan nonverbal terhadap emosi anak (Lilawati, 2020).

Pola ini menunjukkan bahwa orang tua telah menjalankan peran sebagai emotional

coach, sebagaimana dijelaskan oleh Gottman (dalam Rahiem, 2023), yaitu orang tua yang membimbing anak untuk mengenali perasaannya, memberi label pada emosi yang dialami, serta membimbing mereka dalam mengelola perasaan tersebut.

Anak-anak yang mendapatkan pendampingan semacam ini cenderung lebih mampu mengatur emosinya, menunjukkan empati terhadap teman sebaya, serta mampu mengekspresikan emosi negatif secara proporsional tanpa ledakan yang berlebihan. Dengan demikian, keterlibatan aktif orang tua sebagai emotional coach terbukti berperan penting dalam menumbuhkan kemampuan regulasi emosi dan empati anak sejak usia dini.

Variasi Pola Asuh dan Dampaknya Terhadap Regulasi Emosi

Penelitian ini juga menemukan adanya variasi dalam pola asuh yang diterapkan oleh orang tua peserta didik. Beberapa orang tua menerapkan pola asuh demokratis, yaitu memberi ruang kepada anak untuk menyampaikan emosinya, memberikan arahan yang jelas, serta menjaga konsistensi dalam pemberian aturan.

Pola ini terbukti memberikan dampak positif terhadap regulasi emosi anak. Hal ini sejalan dengan temuan Karisma et al. (2023) yang menyatakan bahwa pola asuh demokratis berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kemampuan anak dalam mengelola emosi. Sebaliknya, pola asuh permisif dan otoriter masih dijumpai dalam beberapa kasus.

Anak yang diasuh secara permisif cenderung tidak mengenal batasan, yang mengakibatkan ledakan emosi saat keinginannya tidak terpenuhi. Adapun pola asuh otoriter mengakibatkan anak menekan emosinya karena takut terhadap reaksi keras orang tua, sehingga menghambat perkembangan kemampuan regulasi emosi secara sehat.

Dengan demikian, perbedaan pola asuh yang diterapkan orang tua memiliki pengaruh langsung terhadap kualitas regulasi emosi anak, di mana pola demokratis lebih mendukung perkembangan emosi sehat dibandingkan pola permisif maupun otoriter.

Kesesuaian Temuan dengan Teori Erikson dan Attachment

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori psikososial Erikson yang menyebutkan bahwa anak usia 3–4 tahun berada pada tahap inisiatif versus rasa bersalah. Pada tahap ini, penting bagi anak untuk diberi ruang dalam mengekspresikan dirinya dan mendapat dukungan dari lingkungan sekitar, terutama orang tua.

Ketika anak diberi kepercayaan untuk mengelola emosinya sendiri, mereka akan tumbuh menjadi individu yang percaya diri dan memiliki kontrol diri yang baik (McLeod, 2023). Sebaliknya, jika anak sering dimarahi, ditekan, atau diabaikan saat mengekspresikan emosi, maka mereka akan mengalami kebingungan emosional dan rasa bersalah.

Teori attachment dari Bowlby dan Ainsworth juga mendukung temuan ini, di mana anak-anak dengan ikatan emosional yang aman dengan orang tua akan lebih stabil secara emosional, mudah berempati, serta mampu menghadapi tekanan sosial dengan lebih baik. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat teori Erikson dan attachment bahwa dukungan emosional serta ikatan yang aman dengan orang tua merupakan fondasi penting bagi perkembangan regulasi emosi anak.

Kegiatan Bermakna di Rumah sebagai Sarana Regulasi Emosi

Kegiatan-kegiatan sehari-hari di rumah ternyata memiliki peran yang tidak kalah penting dalam menstimulasi perkembangan emosi anak. Orang tua yang melibatkan anak dalam kegiatan seperti bercerita, bermain peran, memasak, atau bercocok tanam tidak hanya memberikan pengalaman kognitif, tetapi juga memperkaya pengalaman emosional anak.

Melalui kegiatan tersebut, anak belajar mengekspresikan perasaan, mengelola frustrasi, memahami giliran, serta menumbuhkan empati.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian Nurrahma & Suryana (2023), yang menyatakan bahwa stimulasi emosi yang dilakukan dalam konteks kegiatan sehari-hari terbukti lebih efektif dibandingkan pendekatan yang bersifat verbal instruktif seperti ceramah atau teguran. Dengan demikian, keterlibatan anak dalam aktivitas bermakna di rumah berperan penting sebagai sarana alami untuk melatih regulasi emosi sekaligus membangun kedekatan emosional dengan orang tua.

Tantangan yang Dihadapi Orang Tua dalam Pengasuhan Emosional

Meskipun sebagian besar orang tua telah menunjukkan keterlibatan positif, masih ditemukan beberapa tantangan yang memengaruhi efektivitas pengasuhan emosional. Salah satunya adalah keterbatasan waktu, terutama bagi orang tua yang bekerja penuh waktu. Selain itu, masih banyak orang tua yang belum memiliki pengetahuan memadai mengenai perkembangan emosi anak.

Budaya yang menganggap emosi negatif sebagai sesuatu yang tabu juga menjadi penghambat dalam menciptakan ruang ekspresi yang sehat bagi anak. Untuk itu, diperlukan adanya program penyuluhan, kelas parenting berbasis emosi, serta kerja sama antara lembaga PAUD dan orang tua untuk mengatasi tantangan tersebut secara berkelanjutan. Dengan demikian, berbagai kendala yang dihadapi orang tua menunjukkan perlunya dukungan edukatif dan kolaboratif agar proses pengasuhan emosional dapat berlangsung lebih efektif dan berkesinambungan.

Peran Lembaga PAUD dalam Mendukung Peran Orang Tua

PPT Mutiara Bunda sebagai lembaga PAUD memiliki kontribusi besar dalam menguatkan peran orang tua melalui berbagai kegiatan seperti parenting mingguan, penyusunan dokumentasi perkembangan emosi anak, dan komunikasi dua arah antara guru dan orang tua. Melalui pendekatan kolaboratif ini, orang tua menjadi lebih sadar akan pentingnya keterlibatan aktif dalam mendampingi perkembangan emosional anak di rumah.

Kolaborasi semacam ini merupakan langkah strategis dalam membangun fondasi regulasi emosi anak yang sehat dan berkelanjutan. Dengan demikian, peran lembaga PAUD tidak hanya sebatas mendidik anak, tetapi juga menjadi mitra utama orang tua dalam membentuk kematangan emosi anak sejak usia dini.

Instrumen Penelitian: Observasi dan Wawancara Terstruktur

Penelitian ini menggunakan lembar observasi dan wawancara terstruktur untuk menilai peran orang tua dalam mendukung kematangan emosi anak usia 3–4 tahun. Subjek penelitian terdiri dari 15 orang tua yang merupakan wali dari peserta didik di PPT Mutiara Bunda. Instrumen tersebut menilai berbagai aspek pengasuhan emosional sebagai berikut:

Tabel 1. Aspek yang Diobservasi dalam Regulasi Emosi Orang Tua

No.	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor	Keterangan
-----	--------------------	-----------	------	------------

No.	Aspek yang Dinilai	Indikator	Skor	Keterangan
1	Pola Komunikasi Emosional	Orangtua membiasakan anak menyebutkan perasaannya	1-4	Skala Likert
		Orangtua merespons emosi anak dengan empati	1-4	
2	Modeling Emosi Positif	Orangtua menunjukkan emosi secara terkendali	1-4	
		Orangtua memberikan contoh pengendalian diri	1-4	
3	Strategi Regulasi Emosi	Orangtua mengalihkan emosi negatif anak dengan aktivitas	1-4	
		Orangtua melatih anak mengenali solusi saat marah/sedih	1-4	
4	Keterlibatan dalam Kegiatan Bermakna	Orangtua mendampingi anak dalam kegiatan emosional seperti bermain peran atau membaca cerita	1-4	
		Orangtua menyediakan waktu rutin untuk kegiatan bersama	1-4	
5	Pemberian Penguatan Positif	Orangtua memuji anak saat berhasil mengelola emosinya	1-4	
		Orangtua menggunakan pelukan atau sentuhan saat menenangkan anak	1-4	

Keterangan:

Skor 1 = Tidak Pernah | 2 = Kadang-kadang | 3 = Sering | 4 = Selalu

Dengan demikian, instrumen observasi dan wawancara ini dirancang untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai pola komunikasi, strategi regulasi emosi, keterlibatan, serta pemberian penguatan positif yang dilakukan orang tua dalam mendukung kematangan emosi anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan observasi dan wawancara terhadap 15 orang tua, diperoleh hasil rata-rata skor per aspek sebagai berikut:

Tabel 2. Rata-rata Skor Per Aspek Pengasuhan Emosional

No	Aspek yang Dinilai	Rata-rata Skor	Kategori
1	Pola Komunikasi Emosional	3.6	Baik
2	Modeling Emosi Positif	3.2	Baik
3	Strategi Regulasi Emosi	2.9	Cukup
4	Keterlibatan dalam Kegiatan Bermakna	2.7	Cukup
5	Pemberian Penguatan Positif	3.5	Baik

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi emosional, modeling emosi positif, dan pemberian penguatan positif sudah berada pada kategori baik, sedangkan strategi regulasi emosi serta keterlibatan orang tua dalam kegiatan bermakna masih perlu ditingkatkan.

Interpretasi:

1. Mayoritas orang tua memiliki pola komunikasi emosional yang baik (skor rata-rata 3.6), mereka terbiasa merespons emosi anak dengan penuh empati dan membiarkan anak menamai perasaannya.
2. Dalam hal modeling, sebagian besar orang tua memberi contoh emosi yang terkendali, meskipun masih ada yang cenderung reaktif.
3. Strategi regulasi emosi seperti mengalihkan emosi anak dengan kegiatan atau memberi alternatif solusi masih cukup lemah.
4. Keterlibatan orang tua dalam aktivitas emosional seperti bermain peran, membaca cerita, atau berbicara santai masih kurang optimal.
5. Penguatan positif seperti pujian, pelukan, atau kata-kata yang menenangkan telah diterapkan dengan baik oleh sebagian besar responden.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa meskipun pola komunikasi emosional, modeling positif, dan penguatan sudah tergolong baik, namun keterlibatan orang tua dalam kegiatan bermakna serta strategi regulasi emosi masih perlu ditingkatkan agar perkembangan emosional anak lebih optimal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua di PPT Mutiara Bunda sudah memiliki kesadaran yang cukup tinggi dalam mendampingi perkembangan emosi anak, terutama dalam aspek komunikasi dan pemberian penguatan positif. Hal ini sesuai dengan temuan Karisma et al. (2023) yang menyatakan bahwa komunikasi terbuka dan ekspresi empatik orang tua sangat mendukung regulasi emosi anak.

Namun demikian, keterlibatan orang tua dalam kegiatan bermakna seperti bermain peran, mendongeng, atau aktivitas harian yang mengandung unsur emosi masih berada pada kategori cukup. Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan waktu, beban pekerjaan, atau kurangnya pemahaman orang tua bahwa aktivitas tersebut berpengaruh besar terhadap perkembangan emosi anak (Rahiem, 2023).

Strategi pengalihan emosi dan pemberian solusi saat anak mengalami ledakan emosi juga belum banyak diterapkan secara konsisten. Padahal menurut Nurrahma & Suryana (2023), pendekatan ini penting untuk membangun keterampilan regulasi emosi jangka panjang.

Dengan demikian, meskipun sebagian besar orang tua telah menunjukkan peran yang positif, dibutuhkan peningkatan pemahaman dan praktik yang lebih sistematis melalui pelatihan, komunikasi dua arah dengan guru, serta peningkatan peran sekolah dalam memberikan contoh dan pendampingan kepada keluarga. Artinya, sinergi antara orang tua, guru, dan lembaga PAUD sangat diperlukan agar stimulasi emosi anak lebih konsisten dan efektif, sehingga kematangan emosi dapat tercapai secara optimal.

KESIMPULAN

Peran orang tua dalam regulasi emosi sangat berpengaruh terhadap kematangan emosi anak usia 3–4 tahun. Strategi seperti cognitive reappraisal dan attentional deployment terbukti efektif dalam mendukung perkembangan kontrol diri dan ekspresi emosi anak. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terbukti valid dan reliabel dalam mengukur

regulasi emosi orang tua serta tingkat kematangan emosi anak, sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur di lingkungan pendidikan anak usia dini. Hubungan positif signifikan ($r = 0.65$, $p < 0.01$) antara regulasi emosi orang tua dan kematangan emosi anak menegaskan bahwa pola asuh yang responsif, komunikatif, dan berbasis pengelolaan emosi internal orang tua dapat membantu anak lebih adaptif secara emosional. Implikasi praktisnya, pendidik dan lembaga PAUD perlu menggandeng orang tua dalam program pendidikan emosi anak, termasuk pelatihan singkat pengasuhan berbasis regulasi emosi agar proses perkembangan anak berlangsung optimal dan seimbang. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa kolaborasi orang tua, guru, dan lembaga PAUD menjadi kunci penting dalam membentuk kematangan emosi anak sejak usia dini sebagai fondasi bagi perkembangan sosial dan akademik di masa depan..

REFERENSI

- Abidin, R., Surabaya, U. M., Indonesia, L. P., & Indonesia, L. P. (2025). Memahami Sosial Emosional Anak Melalui Pendekatan.
- Arifin, Z., & Dewi, S. (2022). Pola asuh demokratis dan dampaknya pada regulasi emosi anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 11(2), 101-115.
- DHIU, K. D., & FONON, Y. M. (2022). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *EDUKIDS: Jurnal Inovasi Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 56-61.
- Diananda, A. (2020). Peranan Orang Tua Dalam Membantu Perkembangan Emosi Positif Dan Perilaku Sosial Anak. *JECIES*, 1(2), 123-140.
- Febriani, A., & Nugroho, B. (2024). Peran keluarga dalam pembentukan regulasi emosi anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 18(1), 45-58.
- Handayani, N., Susanti, R., & Firmansyah, A. (2024). Parenting berbasis emosi untuk anak usia dini. *Indonesian Journal of Early Childhood*, 9(1), 34-47.
- Hasanah, U., & Zulfikar, M. (2022). Hubungan peran orang tua dengan perkembangan emosi anak prasekolah. *Jurnal Obsesi*, 6(3), 201-214.
- Karisma, W. T., & Dkk. (2020). Peran Orangtua Dalam Menstimulasi Pengelolaan Emosi Anak Usia Dini. *PAUDIA*, 9(1), 94-102.
- Khoerunisa, F., Hasanah, U., Novita, N., & Rohmah, N. (2025). Peran Aktif Orang Tua dalam Mempersiapkan Kematangan Anak Sebelum Memasuki Sekolah Dasar. 1(2), 249-258.
- Khusniyah, N. L. (2018). Peran Orang Tua sebagai Pembentuk Emosional Sosial Anak. *Qawwam*, 12(1), 87-101.
- Lilawati, A. (2020). Peran Orang Tua dalam Mendukung Kegiatan Pembelajaran di Rumah pada Masa Pandemi. *Jurnal Obsesi*, 5(1), 549.
- Masruroh, F., Wahyuningsih, R., & Halima, A. N. (2024). Pengaruh Parenting Pada Orang Tua Terhadap Pola Asuh Anak Usia Dini. *INCARE*, 5(1), 080-088.
- McLeod, S. (2023). Erikson's stages of psychosocial development. *Simply Psychology*.
- Ma'sum, A. H., & Purnomo, M. S. (2024). Effective Communication Strategies for Private Schools to Address the Controversy of High-Paying Education. *JERIT: Journal of Educational Research and Innovation Technology*, 1(2), 103-111. <https://doi.org/10.34125/jerit.v1i2.15>
- Mudijono, M., Halimahturrafiah, N., Muslikah, M., & Mutathahirin, M. (2025). Harmonization of Javanese Customs and Islamic Traditions in Clean Village. *INJIES: Journal of Islamic Education Studies*, 2(1), 10-18. <https://doi.org/10.34125/injies.v2i1.15>
- Mahbubi, M., & Ahmad, A. B. (2025). Redefining Education in The Millennial Age: The Role of Junior High Schools Khadijah Surabaya as A Center for Aswaja Smart

Schools. *INJIES: Journal of Islamic Education Studies*, 2(1), 19–28.
<https://doi.org/10.34125/injies.v2i1.14>

- Mahfudloh, R. I., Mardiyah, N., Mulyani, C. R., & Masuwd, M. A. (2024). Management Of Character Education in Madrasah (A Concept and Application). *INJIES: Journal of Islamic Education Studies*, 1(1), 35–47. <https://doi.org/10.34125/injies.v1i1.5>
- Nugraha, R. A., & Iskandar, M. Y. (2024). Development of Video Tutorials as A Media for Learning Graphic Design in Vocational High Schools. *JERIT: Journal of Educational Research and Innovation Technology*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.34125/jerit.v1i1.1>
- Nurhayati, D., & Putri, R. (2023). Edukasi parenting berbasis emosi untuk meningkatkan regulasi emosi anak. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 17(2), 77–90.
- Nurrahma, A., & Suryana, D. (2023). Stimulasi emosi anak usia dini dalam kegiatan sehari-hari. *Early Childhood Research Journal*, 5(1), 66–78.
- Prasetyo, T., Lestari, P., & Anggraini, D. (2023). Hubungan pola komunikasi keluarga dengan regulasi emosi anak. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 12(2), 155–167.
- Putra, A. (2024). Dampak Peran Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial Dan Emosional Anak. *Circle Archive*, 1(4), 1–14.
- Rahiem, M. D. H. (2023). Orang Tua dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(1), 40–50.
- Rahmah, F., & Sari, Y. (2024). Pola komunikasi emosional dalam keluarga. *Journal of Early Childhood Care*, 10(2), 221–235.
- Rohmtul Ummah, F., Usriyah, L., & Mu'alimin, M. (2024). Peran Guru dalam Perkembangan Emosi Anak di Madrasah Ibtidaiyah. *Diksi*, 3(2), 175–184.
- Sa'ida, N. (2018). Perkembangan Regulasi Diri Anak Usia Dini. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo*, 5(2).
- Santrock, J. W. (2021). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sari, M., & Rahmawati, D. (2022). Hubungan pola asuh dengan perkembangan sosial-emosional anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 6(1), 11–20.
- Wulandari, H., Setiawan, E., & Amalia, R. (2023). Peran ayah dalam pembentukan regulasi emosi anak. *Jurnal Psikologi Anak*, 8(2), 134–146.

Copyright holder:

© Author

First publication right:

Jurnal Manajemen Pendidikan

This article is licensed under:

CC-BY-SA