

HUBUNGAN POLA ASUH *AUTHORITATIVE* DENGAN KEMAMPUAN ANAK USIA 6-7 TAHUN DALAM MELAKUKAN REGULASI EMOSI

Anik Indarwati

**Prodi psikologi – Universitas Muhammadiyah Gorontalo
anikindarwati@umgo.ac.id**

ABSTRACT

The background of this research is, there are still many children who have not been able to regulate emotions according to their age development. Emotional regulation has a role in carrying out social interactions and daily activity activities. In school age, children's emotion regulation ability is influenced by the environment. Family is the main environment in helping children learn, in choosing parenting according to developmental age is very influential in helping children learn to be able to control emotions. This research aimed to find how is the relationship of authoritative parenting with the ability of children aged 6-7 years to regulate emotions in Gorontalo city children aged 6-7 years who live in the Sipatana sub-district of Gorontalo city. The sampling technique use random sampling. The number of samples is 75 children. Data is collected using ERC (emotion regulation checklist and authoritative parenting questionnaire). Data analysis method uses product moment correlation. Based on the results of calculation of product moment correlation analysis results obtained $r_{xy} = 0.871$ with a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). This shows that the authoritative parenting of parents (X) has a strong and positive relationship with the ability to self-regulate children (Y). This means that the more authoritative parenting style, the better the child's ability to regulate emotions.

Keyword: Authoritative Parenting, Children, Emotion Regulation

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi masih banyak anak yang belum mampu melakukan regulasi emosi sesuai dengan perkembangan usianya. Regulasi emosi mempunyai peranan dalam melakukan interaksi social dan aktivitas kegiatan anak sehari - hari. Pada anak usia sekolah kemampuan regulasi emosi dipengaruhi lingkungan. Keluarga merupakan lingkungan utama dalam membantu anak belajar, sehingga memilih pola asuh sesuai usia perkembangan sangat berpengaruh dalam membantu anak belajar untuk mampu mengendalikan emosi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola asuh authoritative dengan kemampuan anak usia 6-7 tahun melakukan regulasi emosi di kota Gorontalo, populasi penelitian ini anak usia 6-7 tahun yang tinggal di kecamatan sipatana kota Gorontalo. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling. Jumlah sampel adalah 75 anak. Data dikumpulkan dengan menggunakan ERC (emotion regulation checklist dan kuisioner pola asuh authoritative. Metode analisis data menggunakan korelasi product momen, Berdasarkan hasil perhitungan analisis korelasi product moment diperoleh hasil $r_{xy} = 0,871$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Ini menunjukkan bahwa pola asuh authoritative orang tua (X) mempunyai hubungan yang kuat dan bersifat positif dengan kemampuan melakukan regulasi diri anak (Y). Hal ini berarti semakin authoritative pola asuh orang tua maka kemampuan anak melakukan regulasi emosi semakin baik.

Kata Kunci: Pola asuh *Authoritative*, Anak, Regulasi Emosi

PENDAHULUAN

Regulasi emosi mempunyai peran sebagai prose perubahan ekspresi emosi (positif dan negatif) dalam berinteraksi dengan lingkungan sesuai dengan aturan sosial yang ada (Whitebread & Basilio, 2012). Kim-Spoon, Cicchetti, & Rogosch (2013) mengartikan regulasi emosi sebagai kemampuan untuk menurunkan, mempertahankan atau meningkatkan dorongan emosi seseorang dan mempunyai peran yang mendasar dalam perkembangan afeksi, sosial dan emosi. Gyurak, Gross & Etkin, (2011) menuliskan bahwa regulasi emosi sebagai alat mental untuk meningkatkan, mempertahankan, atau menurunkan intensitas, durasi, dan/atau kualitas dari pengalaman emosi. Individu dengan kemampuan regulasi emosi yang baik mampu untuk melihat mengevaluasi, memodifikasi reaksi emosional, mampu meredakan dan mengatur timbulnya emosi yang negatif (Thompson, 1994; Kopp, 1989). Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa ketidakmampuan untuk meregulasi emosi merupakan faktor risiko penting dalam pembentukan perilaku agresif (Roll, Koglin, Petermann, 2012).

Pada anak, regulasi emosi digambarkan sebagai kemampuan dalam mengenali emosi diri sendiri dan orang lain serta kemampuan mengkomunikasikan perasaannya (Papalia & Martorell, 2014). Pada usia prasekolah, regulasi emosi merupakan aspek penting dari perkembangan sosial dan kognitif anak (Zuddas, 2012). Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang mampu meregulasi emosi memiliki keunggulan intelektual seperti keterampilan memecahkan masalah dibandingkan dengan anak yang mengalami satu emosi yang terus menerus menarik perhatiannya (Davis&Jevine, 2012; Zuddas 2012). Hal ini dikarenakan, emosi memiliki peran untuk mengarahkan perhatian akan informasi dimana individu dapat memahami dan menanggapi perubahan dari tujuan awal yang telah ditentukan (Thompson & Meyer, 2007).

Regulasi emosi tidak bisa dilepaskan dari faktor-faktor yang mempengaruhinya. Ada dua faktor utama yang berperan di dalam regulasi emosi, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dipengaruhi oleh temperamen serta usia dan sistem biologis (Fox & Calkins, 2003; Calkins & Hall, 2007;

Schimer, 2015). Faktor eksternal berhubungan dengan caregiving behavior dan attachment relationship (Gross, 2007), serta kebudayaan dan lingkungan sekitar anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang mampu meregulasi emosi memiliki keunggulan intelektual seperti keterampilan memecahkan masalah dibandingkan dengan anak yang mengalami satu emosi yang terus menerus menarik perhatiannya (Davis & Jevine, 2012; Zuddas 2012). Hal ini dikarenakan, emosi memiliki peran untuk mengarahkan perhatian akan informasi dimana individu dapat memahami dan menanggapi perubahan dari tujuan awal yang telah ditentukan (Thompson & Meyer, 2007). Berlaku sebaliknya, penelitian longitudinal menunjukkan bahwa ketidakmampuan untuk meregulasi emosi merupakan potensi dalam pembentukan perilaku agresif (Roll, Koglin, Petermann, 2012).

Menurut Tanyel (2009), orang dewasa memiliki peranan yang cukup besar di dalam perkembangan emosi dan regulasi emosi. Orang tua yang memiliki kesulitan di dalam meregulasi emosi akan berpengaruh pada sulitnya anak dalam meregulasi diri serta permasalahan perilaku pada diri anak (Crespo, Tetrancosta, Aikins, 2017). Selain itu, penelitian terkait pengasuhan dan regulasi emosi yang dilakukan di childcare center menunjukkan bahwa hubungan antara anak dengan caregiver berdampak secara langsung pada kemampuan regulasi emosi anak (Pallini, Baiocco, Baumgartner, Bellucci, Laghi, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa pengasuhan memiliki peranan penting dalam perkembangan regulasi emosi.

Pengasuhan terkait pembelajaran emosi dan regulasi emosi bisa dilakukan dimana saja, termasuk di sekolah (Doescher & Sugawara, 1992). Hal ini sejalan dengan penelitian Parke (dalam Santrock, 2007) yang menunjukkan bahwa penerimaan dan dukungan orang tua terhadap emosi anak berhubungan dengan kemampuan seorang anak untuk mengelola emosi dengan cara yang positif. Orang tua yang memberikan bimbingan dan dukungan membuat individu lebih mampu untuk meredakan emosi negatif dan mampu menenangkan diri (Gottman, Katz, & Hooven, 1997). Bentuk dukungan dan juga penerimaan orang tua tercermin dalam pola pengasuhan yang diterapkan orang tua kepada anak (Baumrind dalam

Nixon dan Halpenny, 2010. Baumrind (1991 dalam Santrock, 2014) mengembangkan beberapa jenis pola asuh dengan menunjukkan dua dimensi pengasuhan yaitu responsivitas dan kontrol. Responsivitas meliputi dukungan kehangatan, dan kasih sayang yang ditunjukkan orang tua terhadap anak. Sementara kontrol adalah tuntutan yang diberikan orang tua kepada anak agar anak menjadi individu yang dewasa dan bertanggung jawab, sertamemberlakukan aturan dan batasan yang sudah di tetapkan (Nixon & Halpenny, 2010). Berdasarkan penilaian terhadap orang tua menggunakan dua dimensi ini, Baumrind membedakan empat gaya pengasuhan yaitu; authoritative, authoritarian, permissive dan uninvolved. Masing-masing pola pengasuhan tersebut menimbulkan dampak yang berbeda-beda pada kemampuan anak dalam melakukan regulasi emosi. Orang tua yang menerapkan pola asuh authoritative mendorong anak untuk mandiri tetapi masih menetapkan batasa -batasan dan kontrol atas perilaku anak. Orang tua juga menunjukan kehangatan dan sangat komunikatif dengan anak (Santrock, 2014). Pola asuh authoritative menghasilkan anak dengan kemampuan sosial, self esteem dan perfoemansi sekolah yang baik. anak juga memiliki emosi yang stabil dan jarang terlibat dengan perilaku bermasalah serta memiliki tingkat depresi yang rendah (Darling, 2014). Hal tersebut disebabkan orang tua mampu memberikan pemantauan, pendisiplinan yang efektif serta memberikan dukungan-dukungan yang diperlukan oleh anak (Santrock, 2014). Pola asuh authoritarian memiliki karakteristik tingginya tingkat kontrol orang tua terhadap anak. Orang tua mengarahkan anak untuk mengikuti arahan dan aturan mereka. Orang tua dengan pola asuh ini cenderung menerapkan hukuman atas perilaku anak yang tidak sesuai dengan standar orang tua. Orang tua juga sangat jarang mengekspresikan kasih sayang kepada anak baik secara verbal maupun fisik. anak yang mendapat pengasuhan dengan gaya authoritarian cenderung memiliki kecemasan yang tinggi, dan kemampuan berkomunikasi yang buruk (Santrock, 2014). Anak juga mengalami kesulitan untuk mengatur emosi mereka sendiri (Gottman dan DeClaire, 2008).

Sementara itu, pola asuh permissive (indulgent) identik dengan perilaku orang tua yang menunjukkan kehangatan yang tinggi tetapi menetapkan sedikit sekali kontrol kepada anak. Dengan kata

lain, orang tua sangat me manjakan anak. Akibatnya anak memiliki pengendalian diri yang kurang baik. (Santrock, 2014). Anak yang diasuh oleh orang tua Permissive juga memiliki kesadaran diri self-awareness) yang rendah. Hal ini disebabkan anak selalu mendapatkan apa yang mereka inginkan dan tidak mendapatkan tuntutan untuk mengendalikan perilaku, sebagai akibatnya anak tidak mampu menangani emosi-emosi yang sulit dan mengalami kesulitan dalam menjalin relasi dengan orang lain (Gotman dan DeClaire, 2008). Terakhir adalah pola asuh neglectful (uninvolved). Orang tua dengan pola asuh neglectful tidak terlibat dalam kehidupan anak. Orang tua tidak menunjukkan kehangatan dan tidak memberlakukan batasan/kontrol pada perilaku anak. anak menjadi kurang memiliki kontrol diri dan terjerumus perilaku negatif (Santrock, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Rohner, Khaleque, dan Cournoyer (2009) memperlihatkan bahwa anak yang mempersepsi penolakan dari orang tua cenderung memiliki masalah perilaku, tempramen yang buruk, dan empati yang rendah. anak juga rentan mengalami ketidakstabilan emosi dan kesulitan untuk mengekspresikan perasaannya terhadap orang lain. Melihat kenyataan di atas apakah pola asuh authoritative berhubungan dengan kemampuan anak dalam melakukan regulasi emosi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk jenis korelasi, dengan populasi anak didik usia 6-7 tahun di kelurahan Sipatana Kota Gorontalo, pengambilan sampel penelitian ini random sampling, dengan jumlah sampel yang digunakan 75 orang anak, metode digunakan ini menggunakan skala ERC dan skala pola asuh authoritative. Analisis yang digunakan menggunakan korelasi product moment dengan bantuan software SPSS versi 2.0.

HASIL

Berdasarkan hasil perhitungan analisis korelasi product moment diperoleh hasil $r_{xy} = 0,871$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Ini menunjukkan bahwa pola asuh authoritative orang tua (X) mempunyai hubungan yang kuat dan bersifat positif dengan kemampuan melakukan regulasi diri anak (Y). Hal ini berarti semakin authoritative pola asuh orang tua maka kemampuan anak melakukan regulasi emosi semakin baik. Dengan demikian kemampuan regulasi dipengaruhi oleh unsur internal dan eksternal. Unsur internal meliputi temperamen dan unsur eksternal meliputi lingkungan. Lingkungan yang terdekat dengan anak disini adalah keluarga. Peran paling utama bagi orang tua adalah cara mengasuh anak sesuai untuk mengendalikan dirinya nanti. Pola asuh berpengaruh besar dalam perkembangan dan pertumbuhan anak. Semua jenis pola asuh sangat penting dan berguna untuk anak. Tidak ada pola asuh yang jelek, karena semua jenis pola asuh pasti akan diterapkan untuk anak pada saat tertentu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Keluarga merupakan sarana pertama dan utama bagi tumbuh kembang anak. Figur utama dalam keluarga adalah orangtua dan anak. Peran orangtua terhadap tumbuh kembang anak dapat ditelusuri melalui peran pasif, dan peran aktif. Peran pasif sebagai model; sedangkan peran aktif sebagai pendidik dan pencipta iklim emosional dalam keluarga. Peran orangtua sangat penting bagi perkembangan kemampuan regulasi emosi anaknya. Kemampuan regulasi emosi yang tepat akan menumbuhkan kesejahteraan subjektif, dan kemampuan regulasi emosi negative akan berdampak pada perilaku negative atau kecenderungan untuk mengalami kecemasan atau depresi. Oleh karena itu, penting bagi orangtua untuk menyadari perannya dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi anaknya. Adapun cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan regulasi emosi yang tepat bagi anaknya adalah memberikan teladan atau contoh pengelolaan emosi yang baik, misalnya tidak mengekspresikan amarah secara membabi buta melainkan lebih terkontrol; memberikan pengarahan dan bimbingan pengelolaan emosi

yang tepat, misalnya mengingatkan anaknya ketika mengekspresikan amarah secara berlebihan; dan menciptakan iklim emosional yang baik, misalnya menciptakan keluarga yang penuh kasih sayang, lekat secara emosional, jarang bertengkar, atau memberikan kesempatan bagi anak-anaknya untuk menyuarkan apa yang dirasakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Darajat, Z. (1982). *Perawatan Jiwa Anak*. Jakarta: N.V. Bulan Bintang Desmita
- James, M. (2002). *It's Never Too Late to Be Happy*. Massachusetts: Addison-Wesley Publishing Company, Inc.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development: Psikologi Perkembangan*. Edisi Kesembilan. Jakarta: Kencana.
- Pratt, M. W., Skoe, E.E., Arnold, M. L. (2004). *Care reasoning development and family socialization patterns in later International Journal of Behavioral Development*, 28 (2), 139–147.
- Santrock, J.W. 2007. *Child Development*. Edisi Kesebelas Jilid 1 Terjemahan Mila Rahmawati dan Anna Kuswanti. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Gross, J.J. (2007). *Handbook of emotion regulation*. New York: The Guilford Press.
- Grundman, J.K. (2010). Does parenting style predict identity and emotional outcomes in emerging adulthood. *College Journal of Gustavus Undergraduate Psychology*. Diakses dari <https://gustavus.edu/.../JennyGrundman.pdf>.
- Holodyski, M & Fridelmeier, W. (2005). *Development of emotions and their regulation, an internalization model*. New York: Springer.
- Jones, D.J., Forehand, R., Brody, G.H., & Armistead, L. (2002). Positive parenting and child psychosocial adjustment of inner-city single parent African American families: The role of optimism. *Behavior Modification*, 26, 464–481.
- Kiecolt, J.K., Mc. Guire, L.M., Robbs, T.F., Glaser, R. (2002). Emotions, morbidity, and mortality: new perspectives from psychoneuro immunology. *Annual Reviews*, 53, 85–107.
- Kitayama, S., Karasawa, M. Mesquita, B. (2004). *Collective and personal proceeds in regulating emotions: emotion and self in Japan and The United States*. In P. Philippot, P & R. S., Feldman (Eds.) *The Regulation of Emotion*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Martini, T. S., Root, C.A., & Jenkins, J. M. (2004). Low and middle-income mothers' regulation of negative emotion: Effects of children's temperament and situational emotional responses. *Social Development*, 13, 4, 516–529.
- Matsumoto, D., Yoo, S.H, Nakagawa, S. (2008). Culture, emotion regulation, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(6), 925–937.
- Philippot, P. & Feldman, R.S. (2004). *The regulation of emotion*. New Jersey: Lawrwnce Erlbaum Associates Publishers.
- Reitman, D., Rhode, P. C., Hupp, S. D. A., Altobello, C. (2002). Development and validation of parental authority questionnaire-resived. *Journal of Psychopatology and Behavioural*, 24(2).
- Salovey, P. (2001). *Applied emotional intelligence: Regulating emotions to become healthy, Wealthy, and wise*.