

Program Pengasuhan dalam Mengembangkan Kompetensi Sosial pada Anak Usia Dini

Hanifah Sabilah

Magister Psikologi Terapan, Fakultas Psikologi
Universitas Indonesia, Depok, Indonesia
hanifahsabila1711@gmail.com

Received: August, 13 2023

Revised: Agust, 19 2023

Accepted: September, 01 2023

KEYWORDS

ABSTRACT

Phubbing
Komptensi sosial
Agresivitas
Perilaku bullying
Anak usia dini

Agresivitas pada anak usia dini berupa perilaku bullying merupakan bentuk kesulitan dri pembentukan kompetensi hubungan sosial dan kemampuan pengungkapan emosi. Tujuan artikel ini memberikan model prevensi untuk meningkatkan kompetensi sosial pada anak melalui pendidikan parenting orangtua yang diadaptasi dari program Strong Start Social Emotional Learning Curricula dikembangkan oleh Merrel, Whitcomb dan Parisi. Program ini berisi pengajaran emosi dasar dan pengajaran untuk mengekspresikan emosi tersebut secara tepat. Pelaksanaan program dilakukan seminggu sekali dengan durasi pembelajaran selama 35 menit. Keberhasilan program ditentukan dari hasil evaluasi anak yang sudah mencapai kompetensi dan target pembelajaran yang diharapkan.

Pendahuluan

Fenomena kasus bullying pada anak usia dini menjadi perhatian para ahli. Berbagai temuan terdahulu secara studi kasus menunjukkan di Intansi pendidikan dasar baik TK ataupun PAUD terdapat bullying. Temuan dari penelitian sebelumnya menunjukkan perilaku bullying pada anak usia dini sudah dilakukan dalam wujud bullying fisik, psikologis dan emosional (Maghfiroh & Sugito, 2022; Purnama et al, 2018 ; Wahyuni & Pransiska, 2019). Dampak dari bullying pada anak usia dini adalah kesulitan untuk mengembangkan kompetensi hubungan sosial yang adekuat, kemampuan pengungkapan emosi yang tepat dan rentan mengalami trauma emosional (Wulandari & Jasmin, 2023).

Kompetensi sosial yang dimiliki oleh seorang anak berkembang pesat pada saat anak berada di usia prasekolah (Kwong, et al., 2018). Dalam hal ini, orang tua memiliki peranan penting dalam membantu anak untuk mencapai perkembangan kompetensi sosial dan emosional yang optimal. Kompetensi sosial merupakan fondasi dalam menjalin interaksi dengan orang lain di masa yang akan datang dan juga fondasi dimana anak mengembangkan persepsi terhadap perilaku yang dimunculkan oleh diri sendiri (Semrud-Clikeman, 2007). Dalam hal ini, kompetensi sosial merupakan aspek penting dalam perkembangan anak usia dini. Selain itu, kompetensi sosial juga tidak terlepas dari perkembangan emosional karena dalam interaksi sosial yang terjadi, fungsi emosional juga muncul (Semrud-Clikeman, 2007). Hal tersebut dapat dicontohkan melalui senang ketika bermain bersama teman, merasa marah ketika dipukul, atau merasa sedih ketika diabaikan sehingga dapat dipahami bahwa pengalaman sosial.

Salah satu komponen dari kompetensi sosial emosional yang perlu dikembangkan adalah kemampuan dalam memahami, meregulasi, dan mengekspresikan emosi, terutama pada anak usia dini. Dalam hal ini, salah satu konstruk psikologi yang berkaitan dengan hal tersebut adalah empati. Adanya kemampuan anak dalam memahami emosi yang dirasakan oleh orang lain merupakan dasar bagi terbentuknya perilaku prososial pada anak (Eisenberg, Eggum, & Di Giunta, 2010; dalam Kwong, et al., 2018). Empati merupakan salah satu bentuk kompetensi sosial yang dimiliki oleh individu (Saarni, 1990; dalam Eisenberg & Fabes, 1990). Empati merupakan kemampuan untuk mengidentifikasi dan merasakan permasalahan yang dihadapi oleh orang lain (Borba, 2001).

Kemampuan berempati yang dimiliki oleh anak tidak terlepas dari interaksi yang terjadi antara orang tua dan anak. Orang tua yang responsif terhadap kebutuhan anak akan membuat anak untuk cenderung mematuhi sepenuh hati permintaan orang tuanya, dimana hal tersebut akan menuntun kepada perkembangan perilaku prososial anak (Kochanska & Aksan, 2004; Maccoby, 1992; dalam Ensor, Spencer, & Hughes, 2010). Hasil penelitian longitudinal menunjukkan bahwa anak yang terlibat dalam interaksi yang responsif dengan orang tuanya akan muncul menjadi anak yang lebih prososial (Kochanska, 1997; dalam Ensor, Spencer, & Hughes, 2010). Rothbaum & Weisz (1994) menyatakan bahwa pola pengasuhan orang tua merupakan prediktor yang kuat dalam memunculkan perilaku anak (dalam Ensor, Spencer, & Hughes, 2010). Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa munculnya kemampuan berempati pada anak dapat disebabkan oleh interaksi yang terjadi antara orang tua dan anak melalui pola pengasuhan yang dilakukan orang tua kepada sang anak. Oleh karena itu paper ini berbicara mengenai rancangan program pengasuhan untuk meningkatkan kompetensi sosial pada anak usia dini.

PROGRAM KEGIATAN

Tujuan dari program *parenting* ini adalah untuk mengembangkan kompetensi sosial anak, terutama kemampuan anak dalam berempati terhadap kondisi orang lain. Definisi empati yang digunakan dalam program ini adalah respon emosional anak yang muncul dari kondisi emosional individu lain dan kemampuan anak untuk *perspective taking* dalam memahami kondisi orang lain serta merasakan apa yang individu lain rasakan (Eisenberg, Shea, Carlo, dan Knight; dalam Eisenberg & Fabes, 1990). Program ini dibuat berdasarkan diadaptasi dari program *Strong Start Social Emotional Learning Curricula* yang dikembangkan oleh Merrel, Whitcomb, dan Parisi (2009; dalam Merrel, 2010). Program *Strong Start Social Emotional Learning* dimulai dengan mengajarkan tentang emosi dasar, yang terdiri dari senang, sedih,

marah, takut, jijik, dan terkejut, dan dilanjutkan dengan mengajarkan anak bagaimana cara mengekspresikan berbagai emosi tersebut dengan tepat. Program tersebut diajarkan satu minggu sekali di sekolah dengan durasi pembelajaran selama 35 menit. Dalam program ini, proses pembelajaran tidak dilakukan selama seminggu sekali. Orang tua dapat mengajarkan anak setiap hari melalui media pembelajaran seperti *puppet*, buku cerita, video, ataupun media lainnya yang dapat orang tua ciptakan, seperti *smiley face* yang dibuat dengan kertas kardus, dan dengan durasi waktu yang sama, yaitu selama 35 menit per harinya. Tidak ada estimasi waktu dalam pengimplementasian program ini karena anak memiliki kecepatan masing-masing dalam memperoleh hasil pembelajaran. Orang tua perlu melihat indikator keberhasilan sebagai evaluasi apakah anak sudah mencapai target pembelajaran yang diharapkan. Kegiatan dalam program ini dapat dilaksanakan pada waktu kapan saja sesuai dengan fleksibilitas waktu yang dimiliki oleh orang tua. Hal tersebut mengingat terdapat orang tua yang bekerja sehari-harinya sehingga kuantitas waktu yang dimiliki bersama anak tidak sebanyak orang tua yang tidak bekerja atau bekerja dari rumah.

Program pengasuhan pengembangan kompetensi sosial anak ini bernama *Knowing Feeling*. Hal ini sesuai dengan isi dari program yang bertujuan untuk mengenalkan bermacam-macam emosi dasar kepada anak prasekolah usia 3-5 tahun dan mengajarkan anak bagaimana mengekspresikan emosi secara tepat. Adanya pengetahuan anak terhadap berbagai emosi dasar diharapkan dapat membantu anak dalam mengidentifikasi perasaan yang dialami oleh orang lain. Selain itu, melalui proses pembelajaran cara mengekspresikan emosi dengan tepat, diharapkan dapat membantu anak dalam menghadapi kondisi emosi dirinya sendiri dan juga orang lain sehingga anak dapat memunculkan perilaku yang tepat dalam berinteraksi sesuai dengan kondisi yang sedang dihadapi oleh individu lain. Berikut adalah rincian dari rancangan program *Knowing Feeling* yang dirancang :

Tabel 1. Rancangan Program *Knowing Feeling*

No	Materi yang Diajarkan	Alat dan Bahan	Durasi	Prosedur Pengajaran	Indikator Keberhasilan
1	Mengenalkan enam emosi dasar pada anak: senang, sedih, marah, takut, jijik, dan terkejut.	<ul style="list-style-type: none"> - Gambar berbagai macam ekspresi wajah dari keenam emosi tersebut (gambar diambil dari internet dan dicetak di atas kertas); atau - Kardus bekas yang nantinya menjadi bahan dasar dalam membuat berbagai macam ekspresi wajah dari enam emosi dasar; - Pensil warna/ crayon/ spidol - Kertas manila berbagai macam warna yang disesuaikan dengan ekspresi emosi 	± 35 menit/hari	<ul style="list-style-type: none"> - Orang tua menunjukkan gambar berbagai macam ekspresi wajah dari emosi dasar yang ada. Orang tua dapat mengatakan, “Coba tebak, ini gambar apa yaa.... Tau nggak?” - Biarkan anak menebak sesuai dengan kemampuannya. Beri jeda waktu hingga sang anak menyerah untuk bisa menebak. - Apresiasi kemampuan anak dalam menebak gambar yang ditunjukkan dengan mengatakan, “Wahh... benar! Anak mama/bunda/ibu/umi pintar sekali ya....” - Jika anak tidak mampu menebak, orang tua memberi tahu kepada anak jawaban yang benar. - Pada kegiatan lainnya, orang tua membuat ekspresi wajah dari emosi dasar tersebut dari kardus bekas - Orang tua menempelkan kertas manila warna untuk ekspresi emosi tertentu, misalnya merah untuk marah, kuning untuk senang, biru untuk sedih, hijau untuk jijik, perpaduan biru dan kuning untuk ekspresi takut dan terkejut. - Orang tua bisa mengajak anak terlibat dalam kegiatan membuat gambar wajah tersebut sambil mengajarkan tentang ekspresi apa yang sedang digambar. 	<ul style="list-style-type: none"> - Anak mampu menyebutkan emosi dasar sedih, senang, marah, jijik, takut, dan terkejut dengan benar dan lancar tanpa bantuan dorongan dari orang tua. - Jika anak mampu melakukannya dengan benar, maka anak baru dapat melanjutkan ke materi selanjutnya.

2	Apa itu senang?	<ul style="list-style-type: none"> - Gambar ekspresi emosi yang sudah dibuat sebelumnya; atau - Boneka - Buku cerita - Video 	± 35 menit/hari	<ul style="list-style-type: none"> - Orang tua bisa mengajak anak bermain boneka dan membangun dialog dengan anak dalam menjelaskan perasaan senang/ membaca buku cerita yang sesuai dengan tema/ melihat video yang sesuai dengan tema. - Orang tua kemudian bertanya kepada anak, apakah anak pernah merasa senang? Kapan perasaan itu muncul? Apa yang anak lakukan ketika lagi senang? 	biasanya perasaan itu muncul dan apayang biasanya dilakukan ketika merasa senang.
3	Mengapa kita bersedih?	<ul style="list-style-type: none"> - Gambar ekspresi emosi yang sudah dibuat sebelumnya; atau - Boneka - Buku cerita - Video 	± 35 menit/hari	<ul style="list-style-type: none"> - Buku cerita yang sesuai dengan tema/ melihat video yang sesuai dengan tema. - Orang tua kemudian bertanya kepada anak, apakah anak pernah merasa sedih? Kapan perasaan itu muncul? Apa yang anak lakukan ketika lagi sedih? 	dilakukan ketika sedang merasa sedih.
4	Apa itu marah dan apa yang harus kita lakukan ketika marah?	<ul style="list-style-type: none"> - Gambar ekspresi emosi yang sudah dibuat sebelumnya; atau Boneka 	± 35 menit/hari	<ul style="list-style-type: none"> - Orang tua dengan lebih rinci menjelaskan apa itu emosi marah, apa yang biasanya orang lakukan ketika sedang marah, dan bagaimana perasaan sedih itu bisa muncul. - Orang tua bisa mengajak anak bermain boneka dan membangun dialog dengan anak dalam menjelaskan perasaan sedih/ membacabuku cerita yang sesuai dengan tema/ melihat video yang sesuai dengan tema. - Orang tua kemudian bertanya kepada anak, apakah anak pernah marah? Kepada siapa? Kenapa anak marah? Apa 	<ul style="list-style-type: none"> - Anak mampu mengidentifikasi ekspresi wajah dari emosi marah - Anak mampu menjelaskan kapan biasanya perasaan itu muncul dan apa yang biasanya dilakukan ketika sedang marah. - Anak dapat menjelaskan apa yang akan anak lakukan ketika

				<p>yang anak lakukan ketika marah?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Orang tua kemudian menjelaskan apa yang harus anak lakukan ketika sedang marah agar anak dapat mengeskpresikannya secara tepat di kemudian hari 	<p>sedang merasa marah.</p>
5	Apa itu takut?	<ul style="list-style-type: none"> - Gambar ekspresi emosi yang sudah dibuat sebelumnya; atau - Boneka - Buku cerita - Video 	<p>± 35 menit/ hari</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Orang tua dengan lebih rinci menjelaskan apa itu takut, apa yang biasanya orang lakukan ketika merasa takut, dan mengapa perasaan takut bisa muncul. - Orang tua bisa mengajak anak bermain boneka dan membangun dialog dengan anak dalam menjelaskan perasaan sedih/ membacabuku cerita yang sesuai dengan tema/ melihat video yang sesuai dengan tema. <p>Orang tua kemudian bertanya kepadaanak, apakah anak pernah merasa takut? Kapan perasaan itu muncul? Apa yang anak lakukan ketika sedang takut?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Anak mampu mengidentifikasi ekspresi wajah dari emosi takut. - Anak mampu menjelaskan kapan biasanya perasaan itu muncul dan apa yang biasanya dilakukan ketika sedang merasa takut.

6	Kapan kita merasa jijik dan terkejut?	<ul style="list-style-type: none"> - Gambar ekspresi emosi yang sudah dibuat sebelumnya; atau - Boneka Buku cerita 	± 35 menit/hari	<ul style="list-style-type: none"> - Orang tua dengan lebih rinci menjelaskan apa itu emosi jijik dan terkejut, apa yang biasanya orang lakukan ketika merasa jijik dan terkejut, dan bagaimana perasaan tersebut itu bisa muncul. - Orang tua bisa mengajak anak bermain boneka dan membangun dialog dengan anak dalam menjelaskan perasaan sedih/ membacakan buku cerita yang sesuai dengan tema/ melihat video yang sesuai dengan tema. - Orang tua kemudian bertanya kepada anak, apakah anak pernah merasa jijik dan terkejut? Kapan perasaan itu muncul? Apa yang anak lakukan ketika merasakan hal tersebut? - Orang tua menjelaskan apa yang harus anak lakukan ketika merasa agar anak dapat mengeskpresikannya secara - tepat di kemudian hari 	<ul style="list-style-type: none"> - Anak mampu mengidentifikasi ekspresi wajah dari emosi jijik dan terkejut. - Anak mampu menjelaskan kapan biasanya perasaan itu muncul dan apa yang biasanya dilakukan ketika anak merasa jijik dan terkejut. - Pada emosi jijik, anak mampu menjelaskan apa yang akan anak lakukan ketika anak menghadapi situasi yang menimbulkan - perasaan jijik
7	Mengenali apa yang dirasakan oleh orang lain	<ul style="list-style-type: none"> - Video Kontak langsung dengan orang lain, seperti pergi ke taman/lapangan/swalayan/supermarket 	± 35 menit/hari	<ul style="list-style-type: none"> - Orang tua mengajak anak menonton sebuah video yang sesuai dan memberikan kesempatan pada anak untuk menebak ekspresi emosi yang ditunjukkan oleh tokoh dalam video. - Selain memberikan kesempatan menebak, orang tua juga menanyakan respon anak atau apa yang akan anak lakukan ketika melihat orang merasakan emosi tersebut? Dalam proses ini, orang tua membimbing anak dalam merespon secara tepat terhadap kondisi emosi yang muncul, terutama pada diri orang lain. 	<ul style="list-style-type: none"> - Anak mampu mengidentifikasi berbagai macam ekspresi emosi dasar pada orang lain. - Anak mampu menjelaskan kenapa perasaan tersebut bisa muncul. - Anak mampu menjelaskan apa yang akan anak

				<ul style="list-style-type: none">- - Orang tua juga dapat mengajak anak pergi ke taman/lapangan/swalayan/supermarket dan memberikan kesempatan kepada anak mengamati langsung ekspresi yang dimiliki oleh orang-orang di ruang publik. Dalam hal ini, kesempatan dalam menjelaskan ekspresi emosi orang lain dapat bersifat kondisional karena kondisi di ruang publik tidak terprediksi.	<p>lakukan ketika mengalami kondisi emosi tersebut</p> <ul style="list-style-type: none">- - Anak mampu menjelaskan kira-kira respon apa yang akan anak lakukan jika orangterdekat atau oranglain yang berada di dekat anak mengalami kondisiemosi tersebut.
--	--	--	--	--	--

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Program *Knowing Feeling* ini merupakan program *parenting* yang bertujuan untuk membantu mengembangkan kompetensi sosial anak, terutama dalam kemampuan empati anak usia dini kepada orang lain. Dalam meningkatkan kemampuan empati anak, anak terlebih dahulu perlu memahami berbagai kondisi emosi dasar. Hal ini bertujuan agar anak dapat memahami dan mengidentifikasi emosi tersebut kepada diri sendiri dan orang lain sehingga dapat memunculkan respon yang tepat dalam menghadapi kondisi emosi tersebut. Kompetensi sosial ini perlu dikembangkan sejak usia dini dikarenakan hal ini merupakan fondasi anak dalam melakukan interaksi sosial dengan orang lain. Selain itu juga, ketika anak memiliki kompetensi sosial yang baik maka anak dapat beradaptasi secara baik, mampu mengatur emosi secara efektif, dan mampu membangun hubungan pertemanan yang positif dengan teman sebaya (Wong, Li-Tsang, & Siu, 2014).

1.2 Saran

Telah dijelaskan sebelumnya bahwa salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya perbedaan dalam kemampuan berempati anak adalah faktor sosialisasi. Pada anak usia dini, orang tua merupakan agen sosialisasi terpenting bagi anak. Orang tua perlu membangun hubungan yang positif dengan anak dan melakukan praktik pengasuhan yang efektif agar dapat menstimulasi kompetensi sosial anak secara optimal. Salah satu pola pengasuhan yang disarankan adalah pola asuh otoritatif, dimana orang tua responsif terhadap kebutuhan anak, penuh kehangatan dalam berinteraksi dengan anak, mengedepankan dialog atau diskusi, dan juga tetap memiliki kontrol terhadap perilaku anak. Selain itu juga, orang tua diharapkan dapat lebih peka terhadap kemampuan yang anak miliki (ZPD anak). Hal ini berkaitan dengan proses pembelajaran anak, terutama dalam menentukan target pembelajaran yang sesuai sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Baumrind, D. (1971). Current Patterns of Parental Authority. *Developmental Psychology Monograph, Vol. 4, No.1, Part 2.*
- Borba, M. (2001). *Building Moral Intelligence: The Seven Essential Virtues that Teach Kids to Do the Right Thing.* San Fransisco : Jossey-Bass.
- Brooks, J. (2011). *The Process of Parenting.* New York: McGraw Hill.
- Darling-Churchill, K., & Lippman, L. (2016). Early childhood social and emotional development: Advancing the field of measurement. *Journal of Applied Developmental Psychology, 45,* 1-7.
- Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (1990). Empathy: Conceptualization, Measurement, and Relation to Prosocial Behavior . *Motivation and Emotion, Vol. 14, No.2,* 131-149.
- Ensor, R., Spencer, D., & Hughes, C. (2010). ‘You Feel Sad?’ Emotion Understanding Mediates Effects of Verbal Ability and Mother–Child Mutuality on Prosocial Behaviors: Findings from 2 Years to 4 Years. *Social Development, 20(1),* 93–110.
- Kwong, E., Lam, C. B., Li, X., Chung, K. K., Cheung, R. Y., & Leung, C. (2018). Fit in but stand out: A qualitative study of parents’ and teachers’ perspectives on socioemotional competence of children. *Early Childhood Research Quarterly, 44,* 275-287.
- Merrel, K. W. (2010). Linking Prevention Science and Social and Emotional Learning: The Oregon Resiliency Project. *Psychology in the Schools, 47 (1),* 55-70.
- Ren, L., & Edwards, C. P. (2015). Pathways of influence: Chines parents' expectations, parenting styles, and child social competence. *Early Child Development and Care , 185:4,* 614-630.
- Rohmitriasih. (2016, September 26). *Berebut Kamar Mandi, Siswa TK Terluka ParahDidorong Temannya.* Retrieved from Vemale.com: <https://www.vemale.com/keluarga/97920-berebut-kamar-mandi-siswa-tk-terluka-parah-didorong-temannya.html>
- Santrock, J. W. (2011). *Child Development, Thirteenth Edition.* New York: McGraw Hill.
- Schüller, I., & Demetriou, Y. (2018). Physical activity interventions promoting social competence at school: A systematic review. *Educational Research Review,* DOI: <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2018.09.001>.
- Semrud-Clikeman, M. (2007). *Social Competence in Children.* New York : Springer. Spinrad, T. L., & Eisenberg, N. (2017). Prosocial Behavior and Empathy-Related Prosocial Behavior and Empathy-Related Well-Being. In M. D. Robinson, & M. Eid, *The Happy Mind: Cognitive Contributions to Well-Being* (pp. 331-348). Switzerland: Springer.
- Spinrad, T. L., & Gal, D. E. (2018). Fostering prosocial behavior and empathy in young children. *Current Opinion in Psychology , Vol. 20,* 40-44.

- Wasono, H. T. (2016, September 28). *Siswa PAUD Dianiaya Anak TK Termasuk Kasus Restorasi Justice*. Retrieved from Tempo.co: <https://nasional.tempo.co/read/807864/siswa-paud-dianiaya-anak-tk-termasuk-kasus-restorasi-justice/full&view=ok>
- Wong, A. S., Li-Tsang, C. W., & Siu, A. M. (2014). Effect of a Social Emotional Learning Programme for Primary School Students. *Hong Kong Journal of Occupational Therapy*, 24, 56-63.
- Maghfiroh, N. T., & Sugito. (2022). Perilaku bullying pada anak di taman kanak-kanak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 2175–2182. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1845>
- Purnama, F., Herman, & Saodi, S. (2018). Perilaku bullying pada anak di taman kanak-kanak Aisyah Bustanul Athfal I cabang Bara-Baraya kota Makasar. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, 8(1), 41–45. <https://doi.org/https://doi.org/10.26858/publikan.v8i1.4480>
- Semrud-Clikeman, M. (2007). *Social competence in children*. Springer.
- Wahyuni, V., & Pransiska, R. (2019). Perilaku bullying pada anak usia 5-6 tahun studi kasus di taman kanak-kanak. *Journal of Family, Adult and Early Childhood Education*, 1(2), 159–165. <https://doi.org/10.5281/zenodo.2650150>
- Wulandari, H., & Jasmin, N. (2023). Bullying verbal menyebabkan trauma terhadap anak TK. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(16), 363–374. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.8242460>