

Peran Bimbingan dan Konseling dalam Memaksimalkan Kemampuan Emosi Anak Usia Dini

Ahmad Syukri Sitorus, M.Pd

Dosen Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
Jalan Williem Iskandar Pasar V Medan Estate
ahmadsyukrisitorus@gmail.com

Abstrak

Bimbingan konseling anak merupakan kegiatan yang sengaja dilakukan dalam upaya pemberian bantuan kepada anak salah satunya untuk mengontrol emosi. Bentuk kegiatan bimbingan konseling bagi anak adalah bermain. Bermain dijadikan sebagai instrumen utama untuk menstabilkan emosi anak.

Abstract

Guidance counseling children is an activity that was deliberately done in efforts to help children can control the emotions. Forms of activities for the child guidance counseling is playing. The play was used as the main instrument for stabilizing the emotions of children.

A. Pendahuluan

Setiap anak memiliki warna dalam setiap tahap perkembangannya. Warna tersebut terkadang tersirat menjadi sebuah permasalahan. Permasalahan yang muncul pada diri anak merupakan hal yang wajar terjadi sebab anak merupakan insan yang masih minim pengalaman. Dalam hal pembelajaran yang diikuti oleh anak, baik pembelajaran secara formal pada taman kanak-kanak atau raudhatul athfal, nonformal seperti taman penitipan anak dan kelompok bermain atau informal yaitu pembelajaran yang terbangun dalam keluarga setidaknya menyiratkan akan permasalahan yang mungkin dihadapi oleh anak. setidaknya dua hal besar yang dihadapi oleh anak dalam kaitannya dengan pembelajaran dan menjadi lingkup dari proses bantuan yang harus diberikan yaitu permasalahan akan proses belajar anak dan permasalahan dalam kaitannya dengan sosial anak.

Kita mengetahui bahwa pendidikan anak usia dini merupakan wadah pembinaan bagi anak agar lebih optimal pertumbuhan dan perkembangan anak. Proses pembinaan yang terjadi pada institusi pendidikan anak usia dini, bila kita cermati seolah tidak hanya upaya untuk mengubah pemahaman anak saja dari yang tidak tahu menjadi tahu

atau dari yang belum terampil menjadi terampil, namun pembinaan disini juga bermaksud pemberian bantuan bagi anak agar anak dapat mengenal dirinya serta lingkungan terdekatnya sehingga anak dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan yang baru dikenalnya (Susanto, 2015:9).

Aspek sosial menjadi salah satu domain yang diperhatikan dalam proses pemberian bantuan bagi anak. Sosial yang sarat akan emosi menjadi suatu bahan kajian dalam pemberian bimbingan dan konseling pada anak sebab emosi yang stabil merupakan prasyarat untuk memulai pergaulan. Ketidakstabilan emosi yang terjadi pada anak akan berdampak besar pada aspek sosial anak serta kemampuan belajar anak. Emosi yang tidak mendukung pada proses pembelajaran maka anak tidak akan dapat belajar. Hal ini didukung oleh penelitian para psikolog mengenai otak bahwa dalam struktur otak ada sebuah lapisan yang dikenal dengan lapisan limbik sebagai wadah perasaan yang dipandang sebagai suatu jalan masuknya informasi yang diterima oleh indra. Bila anak berada dalam situasi bahagia yang membuat emosi anak stabil maka jalan tersebut terbuka dan informasi dapat diproses di dalam otak besar namun bila anak berada dalam situasi yang kurang menyenangkan yang berdampak pada labilnya emosi anak maka anak tidak akan dapat belajar.

Tingkat stabil atau tidaknya emosi sangat dipengaruhi oleh situasi atau lingkungan sekitar anak. Bimbingan yang diberikan kepada anak dalam hal pribadi-sosial anak bermaksud agar tercapainya tujuan dan tugas perkembangan pribadi sosial dalam mewujudkan pribadi yang mampu menyesuaikan diri dan bersosialisasi dengan lingkungan secara baik (Susanto, 2015:11). Perkembangan pribadi sosial yang dipandang sebagai modal dalam pergaulan sangat dipengaruhi oleh emosi anak. Sehingga peran bimbingan dalam memberikan bantuan kepada anak untuk menstabilkan emosi anak sangatlah penting.

Berdasarkan latar pandang inilah bermaksud untuk mengkaji lebih dalam mengenai peran bimbingan dan konseling (BK) terhadap optimalisasi emosi anak dengan menjelaskan mengenai konsep bimbingan dan konseling anak, emosi anak dan peran BK terhadap peningkatan kemampuan emosi anak.

B. Konsep Bimbingan dan Konseling pada Anak

Banyak ahli yang telah menggariskan pengertian Bimbingan dan Konseling (BK). Sejarah BK yang lama menyebabkan hilir mudiknya pemahaman orang akan BK. BK merupakan kegiatan yang sengaja dilakukan dalam upaya pemberian bantuan kepada orang-orang tertentu, baik individu maupun kelompok, dari berbagai usia yang diberikan oleh tenaga ahli dimaksud untuk perbaikan kehidupan orang yang dibimbing tersebut (Susanto, 2015:5).

Bila kita kaitkan konsep BK dengan nilai-nilai Al quran, maka manusia harus memahami masalah empirik yang dihadapinya serta sekaligus menyadari hakikat jati diri dan tanggung jawabnya untuk menyelesaikan masalah tersebut. Hakikat jati diri tergambar di dalam Q.S. Al Baqarah ayat 30.

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰٓئِكَةِ اِنِّىْ جَاعِلٌ فِى الْاَرْضِ خَلِيْفَةً ۗ قَالُوْۤا اَتَجْعَلُ فِىْهَا مَنْ يُّفْسِدُ فِىْهَا وَيَسْفِكُ
الدِّمَآءَ وَحَنَ نَسِيْحٌ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ ۗ قَالَ اِنِّىْۤ اَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُوْنَ ﴿٣٠﴾

Artinya:

“Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat: "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui."

Sedangkan tugas, tanggung jawab untuk menyelesaikan masalah tergambar dalam Q.S. Az Zariyat ayat 56 dan Al Qiyamah ayat 14:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْاِنْسَ اِلَّا لِيَعْبُدُوْنَ ﴿٥٦﴾

Artinya:

“Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku”.

بَلِ الْاِنْسَانُ عَلٰٓى نَفْسِهٖۤ اَبْصِرَةٌ ﴿٥٧﴾

Artinya:

“Bahkan manusia itu menjadi saksi atas dirinya sendiri”.

Ayat di atas menjelaskan akan jati diri dan tugas serta tanggung jawab manusia. Ini semua merupakan lapangan dari bimbingan konseling yang bermuara pada proses menjadikan manusia kenal akan dirinya dan mampu serta cakap dalam menghadapi serta menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Berdasarkan konsep ini maka jelas bahwa BK merupakan bantuan yang diberikan untuk perbaikan kehidupan bagi orang tertentu. Dalam kaitannya dengan anak, BK bertujuan untuk membantu anak supaya dapat mengenal dirinya dan lingkungan terdekatnya sehingga dapat menyesuaikan diri melalui tahap peralihan dari kehidupan di sekolah dan masyarakat sekitar anak (Susanto, 2015:7).

Mengingat anak merupakan individu yang unik, egosentris serta imajinatif yang cenderung aktif dan terus bertanya akan lingkungannya menyebabkan kegiatan bimbingan konseling pada anak harus mengacu pada prinsip-prinsip BK pada anak. prinsip-prinsip BK pada anak tidak jauh dari prinsip-prinsip belajar pada anak. prinsip belajar pada anak antara lain: a) Berorientasi pada perkembangan anak, b) Berorientasi pada kebutuhan anak, c) Bermain sambil belajar atau berlajar seraya bermain. Bermain merupakan pendekatan dalam melakukan pembelajaran PAUD. Kegiatan pembelajaran yang disiapkan oleh pendidik hendaknya dilakukan dengan situasi yang menyenangkan dengan menggunakan strategi, metode, materi/bahan, dan media yang menarik serta mudah diikuti oleh anak. Melalui bermain anak diajak untuk bereksplorasi, menemukan, dan memanfaatkan objek-objek yang dekat dengan anak. Ketika bermain, anak membangun pengertian yang berkaitan dengan pengalaman, d) Stimulasi terpadu, e) Lingkungan kondusif, f) Menggunakan pendekatan tematik, g) Aktif, kreatif, inovatif, efektif, dan menyenangkan, h) Menggunakan berbagai macam media dan sumber belajar, i) Mengembangkan kecakapan hidup, j) Pemanfaatan teknologi informasi, k) Pembelajaran bersifat demokratis (Trianto, 2011:73-76).

Berdasarkan pemaparan di atas jelas bahwa kegiatan BK haruslah mengikuti prinsip-prinsip pembelajaran pada anak. Bila kita cermati secara mendalam akan konsep BK, maka metode BK yang paling sesuai dengan anak adalah dengan bermain. Bermain dipandang sebagai salah satu cara yang ampuh dalam upaya membantu anak untuk

dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya serta menolong anak menguasai kecemasan dan konflik.

Dalam kaitannya dengan emosi anak, bermain dijadikan sebagai instrumen utama untuk menstabilkan emosi anak. lingkup sosial yang muncul dari kegiatan bermain yang ditandai dengan interaksi antar teman sebaya menjadikan kecemasan serta kehampaan jiwa anak menjadi tidak ada. Namun tidak semua bentuk bermain bermuara pada stabilitas emosi anak, bisa saja dengan bermain emosi anak menjadi tidak stabil. Namun pengkondisian atmosfer bermain menjadi syarat utama agar emosi anak stabil.

Berdasarkan penjelasan di atas, jelas bahwa BK merupakan bantuan yang diberikan kepada anak agar mengenal dirinya dan lingkungan terdekatnya sehingga dapat menyesuaikan diri. Bermain merupakan langkah utama bagi anak untuk membantu anak dalam mengenal diri dan menstabilkan emosi anak.

C. Emosi Anak Usia Dini

Pada prinsipnya, perkembangan emosi pada anak usia dini lebih rinci dibandingkan dengan emosi yang terjadi pada orang dewasa. Hal tersebut salah satunya dikarenakan pada kesadaran kognitifnya yang telah meningkat memungkinkan pemahaman terhadap lingkungan berbeda dan tahapan semula. Hal lain yang mempengaruhi perkembangan ini adalah berkembangnya wawasan sosial anak. Umumnya mereka telah memasuki lingkungan dimana teman sebaya mulai berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari (Syafaruddin, 2011:63). Dalam kaitannya dengan hal ini maka sebagai langkah untuk memaksimalkan perkembangan emosi anak, sangatlah penting adanya bantuan yang diberikan kepada anak agar perkembangan emosi dan perkembangan lainnya berkembang secara maksimal. Bantuan yang diberikan oleh orang dewasa adalah bantuan yang membantu anak untuk dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan dimana anak berada sebagai modal untuk bersosialisasi dengan lainnya.

Emosi merupakan bagian penting dari kehidupan manusia. Menurut Goleman dalam Yamin (2010:158) emosi manusia dapat dikontrol secara efektif, dan mereka yang dapat mengontrol emosi merupakan orang yang cerdas. Emosi merupakan suatu kecerdasan, dengan adanya emosi kita dapat berperilaku sesuai dengan apa yang kita rasakan sehingga tujuan dan kebutuhan saling berhubungan. Hal inilah yang harus terus

dipantau agar perkembangan emosi menjadi stabil dan dapat berdampak baik terhadap kehidupannya.

Masalah sosial dan emosional yang sering muncul pada anak usia sekolah antara laini adalah :

- 1) Rasa cemas yang berkepanjangan atau takut yang tidak sesuai dengan kenyataan.
- 2) Kecenderungan depresi, permulaan dan sikap apatis dari menghindari dan orang-orang dilingkungannya.
- 3) Sikap yang bermusuhan terhadap anak dan orang lain.
- 4) Gangguan tidur, gelisah, mengigau, mimpi buruk.
- 5) Gangguan makan, misalnya nafsu makan sangat menurun (Syafaruddi, 2011:66).

Dalam proses memberikan bantuan pada perkembangan emosi anak setidaknya kita mengetahui sebenarnya apa kondisi yang mempengaruhi perkembangan emosi anak. perkembangan emosi anak dipengaruhi oleh faktor pematangan dan faktor belajar (Hurlock, 2014:213). Pematangan lebih mengarah pada peran intelektualitas yang menghasilkan berbagai makna yang sebelumnya tidak dimengerti oleh anak. kemampuan dalam mengingat, berfikir akan mempengaruhi perkembangan emosi anak. selain itu, faktor belajar juga mengambil peran penting dalam perkembangan emosi anak. bentuk atau cara belajar yang dijalankan oleh anak akan berpengaruh pada perkembangan emosi anak.

R.A Thompson dalam Yamin (2010:158) menyatakan bahwa anak akan dapat berinteraksi dengan baik jika ia memiliki hubungan emosi yang baik dengan keluarga dan ia diajarkan oleh keluarganya bagaimana harus bersikap dimasyarakat kelak. Anak yang diberikan hubungan emosi yang baik akan dengan sendirinya atau secara jaminan akan bahagia dan ketika dewasa menjadi pribadi yang produktif. Apa yang dirasakan anak sejak kecil akan berdampak pada perkembangannya di kemudian hari. Agar anak dapat menampilkan emosi yang positif maka, hendaklah sejak dini anak berada dalam situasi yang mendukung emosi anak menjadi positif sebab itu akan terus dicarinya sampai ia dewasa dan akan berdampak pada tingkat stabilitas emosi yang berkepanjangan.

Emosi seringkali dikaitkan sebagai dampak dari apa yang dirasakan, gap antara kebutuhan dengan apa yang didapatkan seringkali menimbulkan emosi dan amarah.

Emosi merupakan aplikasi energi dari berfikir dan bertindak. Kebahagiaan, marah, takut, cemas, dan respon emosi lainnya merupakan perbuatan yang dilakukan anak akibat ketidakpuasan atau kepuasan terhadap hidupnya. Emosi-emosi tersebut dapat membantu anak dalam menentukan dan menjalankan tujuan hidupnya. Secara emosi anak satu dengan anak yang lain memiliki perbedaan, hal ini tergantung dari bagaimana orang dewasa memberikan hubungan emosi kepada mereka (Yamin, 2010:159). Ini bermaksud bahwa lingkungan yang berada di sekitar anak harus kondusif dan mendukung perkembangan emosi anak yang baik.

Berdasarkan pemaparan di atas jelas bahwa perkembangan emosi anak merupakan hal yang penting untuk dibina karena berhubungan langsung dengan kemampuan sosial anak dalam kehidupannya di masa yang akan datang. Dari sisi pembelajaran jelas bahwa emosi anak yang stabil akan membantu anak untuk belajar dan sebaliknya emosi yang labil menjadikan anak tidak dapat belajar.

D. Peran BK untuk Meningkatkan Kemampuan Emosi AUD

Dalam istilah pada bimbingan dan konseling (BK), profesi BK disebut dengan konselor. Konselor utama dalam hidup seorang manusia adalah orang tua. Orang tua merupakan pendidik, pembimbing, sekaligus konselor bagi anaknya baik dalam memahami lingkungan, dirinya serta berupaya membantu anaknya keluar dari permasalahan yang dihadapi oleh anaknya. Selain di rumah, anak juga berada dalam lingkungan sekolah yang dalam hal ini konselornya adalah guru.

Bila kita mencermati perilaku anak yang unik dan langkah awal bagi seorang manusia untuk mengenal dan melakukan tindakan sosial, maka kita juga harus mengetahui bagaimana karakteristik anak dalam kaitannya dengan kegiatan sosial anak tersebut. Kita ketahui bahwa tingkah laku sosial adalah sesuatu yang dipelajari, bukan sekedar hasil dan kematangan. Perkembangan sosial seorang anak diperoleh selain dari proses kematangan juga melalui kesempatan belajar dan respons terhadap tingkah laku anak. Anak dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan berbagai orang dan berbagai tatanan, yaitu keluarga, sekolah dan teman sebaya. Perkembangan kelekatan anak dengan pengasuh pertama ketika masih bayi adalah sangat penting dalam mengembangkan emosinya dalam tatanan lingkungan baik didalam maupun diluar keluarga (Syafaruddin, 2011:64).

Perkembangan emosi anak sejak dini harus dikembangkan dan dibina. Emosi sangat mempengaruhi perilaku belajar anak dan kegiatan sosial anak. Emosi yang tidak stabil akan menyebabkan perilaku sosial anak menjadi terganggu. Karena pada sebabnya, selain problem yang menyangkut dirinya sendiri, individu juga dihadapkan pada problem yang terkait dengan orang lain dengan perkataan lain, masalah individu ada yang bersifat pribadi dan ada yang bersifat sosial. Kadang-kadang individu mengalami kesulitan atau masalah dalam hubungannya dengan individu lain atau lingkungan sosialnya. Masalah ini dapat timbul karena individu kurang mampu atau gagal berhubungan dengan lingkungan sosialnya yang kurang sesuai dengan keadaan dirinya. Problem individu yang berhubungan dengan lingkungan sosialnya misalnya: (a) kesulitan dalam persahabatan, (b) kesulitan mencari teman, (c) merasa terasing dalam aktivitas kelompok, (d) kesulitan memperoleh penyesuaian dalam kegiatan kelompok, (e) kesulitan mewujudkan hubungan yang harmonis dalam keluarga, dan (f) kesulitan dalam menghadapi situasi sosial yang baru (Tohirin, 2013:124).

Al quran telah menggariskan akan fitrah manusia yang tercipta sebagai makhluk sosial. Hal ini seperti yang termaktub Q.S. Al Hujurat ayat 13.

يَتَأَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ

أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَّقَنَّهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya:

Hai manusia, Sesungguhnya kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal.

Kemampuan sosial anak adalah hasil belajar, bukan sekedar hasil dari kematangan saja. Perkembangan sosial diperoleh dari kematangan dan kesempatan belajar dari berbagai respons lingkungan terhadap anak. Perkembangan sosialisasi yang optimal diperoleh dari respons yang diberikan oleh tatanan kelas pada awal anak masuk sekolah yang berupa tatanan sosial yang sehat dan sasaran yang memberikan

kesempatan kepada anak untuk mengembangkan konsep diri yang positif keterampilan sosial dan kesiapan untuk belajar secara formal. Sementara itu kegiatan bermain juga mempunyai fungsi dalam mengembangkan aspek sosial anak (Syafaruddin, 2015:54). Penguatan kegiatan bermain bagi anak akan mengoptimalkan perkembangan emosi anak. kestabilan emosi ini akan sangat berdampak besar pada kegiatan sosial dan kegiatan belajar.

E. Penutup

BK merupakan kegiatan yang sengaja dilakukan dalam upaya pemberian bantuan kepada orang-orang tertentu, baik individu maupun kelompok, dari berbagai usia yang diberikan oleh tenaga ahli dimaksud untuk perbaikan kehidupan orang yang dibimbing tersebut. Emosi merupakan bagian penting dari kehidupan manusia. Emosi manusia dapat dikontrol secara efektif, dan mereka yang dapat mengontrol emosi merupakan orang yang cerdas. Emosi merupakan suatu kecerdasan, dengan adanya emosi kita dapat berperilaku sesuai dengan apa yang kita rasakan sehingga tujuan dan kebutuhan saling berhubungan. Bentuk kegiatan BK bagi anak yang digunakan untuk mengembangkan emosi anak adalah bermain. Bermain dijadikan sebagai instrumen utama untuk menstabilkan emosi anak. lingkup sosial yang muncul dari kegiatan bermain yang ditandai dengan interaksi antar teman sebaya menjadikan kecemasan serta kehampaan jiwa anak menjadi tidak ada.

Daftar Pustaka

- Hurlock, Elizabeth B, *Perkembangan Anak*, Jakarta: Erlangga, 2014.
- Susanto, Ahmad, *Bimbingan dan Konseling di Taman Kanak-Kanak*, Jakarta: Kencana, 2015.
- Syafaruddin dkk, *Pendidikan Prasekolah*, Medan: Perdana Publishing, 2015.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: Raja Grafindo, 2013.
- Trianto, *Desain Pengembangan Pembelajaran Tematik Bagi Anak Usia Dini TK/RA & Anak Kelas Awal SD/MI*, Jakarta: Kencana, 2011.
- Yamin, Martinis dan Jamilah Sabri Sanan, *Panduan Pendidikan Anak Usia Dini*, Jakarta: Gaung Persada Pers, 2010.