

REGULASI PERKEMBANGAN EMOSI DAN STRATEGI PENANGANANNYA PADA BAYI

Ika Siti Rukmana

Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Email: Ikasitiruk@gmail.com

Siti Rukmana, Ika (2020). Regulasi Perkembangan Emosi dan Strategi Penanganannya Pada Bayi. *Jurnal Pelita PAUD*, 5(1), 55-60.

doi: <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v5i1.1102>

Diterima: 01-10-2020

Disetujui: 29-11-2020

Dipublikasikan: 10-12-2020

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tahap dan regulasi perkembangan emosi pada bayi, serta strategi dalam menanganinya. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan studi literatur. Pengumpulan data ini adalah *library research* yang mana data dikumpulkan dari sumber buku dan jurnal. Analisis data penelitian ini menggunakan *content analysis*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perkembangan emosi pada bayi terbagi menjadi tangisan, senyuman, takut, dan temperamen. Strategi dalam penanganan yang seharusnya dilakukan oleh orang tua dalam mengasuh bayi adalah dengan beberapa strategi, yakni: (1) Pemahaman orang tua tentang perkembangan emosi bayi; (2) orang tua mengidentifikasi perkembangan emosi bayinya, (3) orang tua membentuk konsep lingkungan pada bayi sehingga perkembangan emosi pada bayi bisa terstimulus dengan baik dan benar.

Kata kunci: Perkembangan emosi, bayi, penanganannya.

Abstract: This study aims to identify the stages and regulation of emotional development in infants, as well as strategies for dealing with them. This research method used qualitative with literature study. This data collection used library research in which data is collected from books and journals. This research data analysis used content analysis. The results showed that the development of emotions in infants into crying, smiling, fear, and temperament. The handling strategies that must be done by parents in caring for babies are several strategies, namely: (1) Parents' understanding of the baby's emotional development; (2) parents identify emotional development, (3) parents form the concept of environment in babies so that emotional development in babies can be stimulated properly and correctly.

Keywords: Emotional development, baby, handle

Anak usia dini merupakan anak yang baru lahir hingga umur enam tahun yang mana pada usia tersebut sedang berada pada masa *urgent* untuk distimulasi setiap tahap pertumbuhan dan perkembangannya. Dari beberapa perkembangan, ada satu perkembangan yang perlu untuk diperhatikan yaitu perkembangan emosi. Perkembangan emosi didefinisikan sebagai perasaan yang muncul saat dalam keadaan tertentu, (John W. Santrock, 2011). Dalam (George Rindu dan Shari Baby, 2013), diselidiki apabila seseorang memiliki kecerdasan emosi rendah dapat mengakibatkan tingginya intensitas untuk depresi. Maka, menurut (Carol D. Ryff, Burton H. Singer, 2001) orang tua dilarang *menjudge* negatif anaknya, salah satu alasannya agar anak tidak depresi.

Ketika sudah memasuki jenjang sekolah Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), maka anak-anak bisa memainkan atau diajari untuk bermain alat musik Angklung. Bermain Angklung dapat meningkatkan kecerdasan emosi mereka, (Mimin Casminah, 2018). Namun berbeda stimulasinya apabila pada usia bayi. Bayi memiliki emosi yang lingkungan sekitarnya diwajibkan untuk peka. Emosi pada bayi terbagi menjadi dua, yakni emosi positif dan emosi negatif, (Izard, 2009). Emosi positif pada bayi seperti antusias, sedangkan emosi negatifnya seperti sedih. Bayi yang baru lahir mengekspresikan emosinya melalui tangisan yang cukup keras. Pada saat itu juga, orang-orang di sekeliling bayi mendeteksi bahwa bayi merupakan makhluk ciptaan Tuhan yang emosional, bahkan bisa juga temperamen.

Dalam (Allan N. Schore, 1994) menganalisis bahwa emosi bayi menjadi gembira ketika ada interaksi antara bayi dan ibunya. Penelitian yang diselidiki oleh Ainsworth (Hasan dan Saver, 1987) menjelaskan bahwa respon terhadap bayi pada masa awal setahun setelah ia lahir sangatlah penting.

Ibu yang kurang peka dan kurang konsisten dalam merespon bayi yang menangis akan menjadikan bayi yang terbiasa menangis dan mudah marah. (Bylsma, 1997) menyatakan bahwa hubungan bayi dan pengasuhnya atau ibunya bertumpu pada aksesibilitas dan respon yang baik kepada bayi. Menurut (Cecilia Y. M. Poon, Bob G. Knight, 2013) menyoroti pentingnya dukungan dari orang

tua karena berkaitan erat dengan emosi anak. Hal ini juga didukung oleh (Suhati dan Chitra Charima Islami, 2019) yang menyatakan bahwa kegiatan *parental* memiliki pengaruh pada sosial emosi anak. Kebahagiaan bayi berasal dari perasaan aman dan dicintai, (Kerry Kelly Novick; Jack Novick, PHD, 2010). Ketika orang tua menanggapi bayinya dengan *support* dan pemahaman, maka bayi memperoleh rasa aman, (Alicia F. Lieberman, 1993).

Setelah dilakukan pencarian, penelitian tentang emosi bayi sebelumnya. Terdapat penelitian yang diteliti oleh (Islahil Akmalia dan Sri Intan Rahayuningsih, 2018) tentang kelekatan ibu dan anak dengan sosial emosional bayi. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Marleah Dean dan Emily A. Rauscher, 2017) dengan judul "*It was an Emotional Baby*": *Previvors' Family Planning Decision-Making Styles about Hereditary Breast and Ovarian Cancer Risk*.

Penelitian selanjutnya juga diteliti oleh (Oliveira, et.al, 2017) dengan judul "*Emotional Interference of Baby and Adult Faces on Automatic Attention in Parenthood*". Selanjutnya, diteliti oleh (Shota Yamamoto, et.al, 2013) dengan judul "*Recognition of a Baby's Emotional Cry towards Robotics Baby Caregive*".

Penelitian peneliti ini berbeda dengan penelitian-penelitian terdahulu di atas, namun penelitian ini berkaitan dengan penelitian yang diteliti oleh (Eliana de Jesus Souza Lemos, et.al, 2019) dengan judul "*Observing the emotional development of a baby at home and in a nursery using ester Bick's infant observation method*". Persamaan penelitian terletak pada saling membahas tentang perkembangan emosi bayi. Sedangkan perbedaannya, penelitiannya Eliana de Jesus, et.al menyelidikinya dengan cara observasi di rumah dan di kamar bayi, sedangkan penelitian peneliti mengkaji menggunakan kajian pustaka.

Penelitian ini penting untuk dikaji karena orang-orang di lingkungan di sekitar bayi yang responsif sangatlah memberi rasa aman pada bayi. Oleh karena alasan kuat tersebut diperlukan adanya pemahaman tentang tahap perkembangan emosi pada bayi agar orang-orang yang mengasuh bayi dapat memahami

terkait dengan perkembangan emosi bayi, regulasinya, dan penanganannya.

Dari paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa memahami, merespon, dan menindaklanjuti, dan menanganinya regulasi perkembangan emosi sangat diperlukan agar bayi mampu tumbuh dan berkembang dengan baik. Lalu, tujuan dari peneliti adalah untuk mengidentifikasi tahap dan regulasi perkembangan emosi bayi dan strategi dalam menangani perkembangan emosi pada bayi.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan studi literatur. Penelitian literatur merupakan penelitian yang diteliti dan dilakukan dengan karya tulis yang telah terpublikasikan dan belum terpublikasikan (Nawawi, H, 1993). Penelitian tidak diwajibkan ke lapangan untuk meneliti. Data-data yang diperoleh berasal dari sumber pustaka, (Zet, 2012). Studi kepustakaan atau studi literatur sangat membutuhkan ketekunan tinggi agar mendapatkan analisis yang diharapkan. Maka, dibutuhkan persiapan dan penelitian yang maksimal dan optimal untuk memperoleh suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah dalam regulasi perkembangan emosi dan strategi penanganannya pada bayi.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan keabsahan data yaitu dengan triangulasi data. Pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan waktu.

Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini mengambil beberapa sumber data dengan sample yang mewakili melalui buku dan jurnal untuk dijadikan sebagai *content analysis*.

Prosedur

Prosedur penelitian dilakukan untuk memperoleh suatu konteks yang terbentuk atau memunculkan bagaimana perkembangan yang terdapat dalam regulasi perkembangan emosi dan strategi penanganannya pada bayi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan studi literatur.

Data, Instrument, dan Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan pengumpulan data dengan *library research* yang mana data dikumpulkan dari sumber buku dan jurnal. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perkembangan emosi pada bayi terbagi menjadi tangisan, senyuman, takut, dan temperamen. Strategi dalam penanganan yang seharusnya dilakukan oleh orang tua dalam mengasuh bayi adalah dengan beberapa strategi, yakni: (1) Pemahaman orang tua tentang perkembangan emosi bayi; (2) orang tua mengidentifikasi perkembangan emosi bayinya, (3) orang tua membentuk konsep lingkungan pada bayi sehingga perkembangan emosi pada bayi bisa terstimulus dengan baik dan benar.

Teknik Analisis Data

Analisis data penelitian ini menggunakan *content analysis*, dalam penelitian ini menganalisis beberapa penelitian yang telah dilakukan tentang regulasi perkembangan emosi pada masa bayi dan penanganannya. Analisis yang dilakukan dari beberapa penelitian yang berbentuk jurnal. Sumber lain dari penelitian ini juga ada dari referensi beberapa buku yang berhubungan dengan penelitian ini. Setelah mengumpulkan data yang didapat, peneliti melakukan analisis mendalam dari beberapa referensi sehingga menghasilkan sebuah hasil yang menjawab rumusan masalah pada penelitian ini.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Peran Biologis dan Lingkungan

Terdapat dua faktor yang memiliki peran adanya emosi. Dua hal yang berperan tersebut merupakan peran biologis dan peran lingkungan. Peran biologis bagi emosi bayi berpengaruh pada *emotional capacity*nya, (Kagan, 2010). Otak manusia berkembang di awal tahun kehidupan. Beberapa bagian otak yang memunculkan emosi pada bayi adalah batang otak, *hipokampus* dan *amigdala*, (Buss dan Goldsmith, 2007). Selain peran biologis, terdapat juga peran lingkungan bayi. Relasi yang terjalin dalam hubungan lingkungan sekitar manusia dapat mempengaruhi perkembangan bayi, (Kopp, 2011). Perkembangan emosi pada bayi juga

dipengaruhi eksposure prenatal dan selanjutnya oleh pola pengasuhan pascakelahiran, (Thomas, J. C., Letourneau dkk, 2017).

Berikut pun dalam (John W. Santrock, 2011), dijelaskan bahwa balita yang mendengar orang tuanya mengalami pertengkaran, emosi sedih bayi muncul. Dalam (James E. Swain dkk, (2017) dijelaskan bahwa apabila ibu mengalami stres, maka bayi ikut merasakan stres yang dialami oleh ibunya. Maka, diperlukan kesadaran orang tua dan lingkungan sekitar bayi bahwa lingkungan sangat berpengaruh terhadap emosi yang bayi rasakan. Karena menurut (Thompson dan Virmani, 2010) kelekatan relasi lingkungan memberi berbagai pengalaman emosi pada bayi, sehingga bayi akan menjadi terbiasa dengan emosi-emosi yang selalu dirasakannya.

Ragam Emosi Bayi

Bayi memiliki ragam emosi yang dirasakan, yakni terdapat empat ragam emosi, yaitu: Tangisan, senyuman, takut, dan temperamen. Ketika bayi lahir ke dunia, emosi pertama yang bayi luapkan adalah dengan menangis. Tangisan pada bayi pada awal kelahirannya adalah caranya berkomunikasi. Bayi menangis pada awal kelahirannya juga sebagai pemberian informasi bahwa sistem saraf bayi sehat.

Bayi memiliki tiga bentuk tangisan. Tangisan bayi yang pertama adalah *basic crying*. Tangisan dasar pada bayi terdiri dari tangisan sesaat, lalu diam sejenak. Bayi menangis dengan pola tangisan dasar menandakan bahwa bayi lapar dan butuh orang di sekitarnya mengambilkan makanan untuknya. Bentuk tangisan kedua adalah *anger crying*. Tangisan marah ini lebih banyak diluapkan menangisnya daripada tangisan dasar. Terakhir, *pain crying* yang memiliki ciri tangisan bayi dalam durasi waktu lama lalu seketika diam dan bayi menahan nafasnya.

Senyuman pada bayi terbagi menjadi dua, yakni senyum refleksif dan senyum sosial. Senyum refleksif pada bayi itu muncul bukan untuk interaksi bayi dengan lingkungannya, namun senyum jenis ini muncul ketika bayi tertidur dengan senyumnya. Senyum sosial ini muncul ketika bayi menunjukkan kode untuk berinteraksi dengan lingkungan

sekitarnya. Senyum jenis ini muncul ketika bayi beginjak usia dua bulan.

Selanjutnya adalah rasa takut. Hal yang sering membuat bayi takut adalah kecemasan bayi terhadap orang baru. Selain itu, bayi juga takut dipisahkan dengan pengasuh atau ibunya.

Bayi mengisap jempolnya memiliki tanda bahwa bayi sedang menenangkan dirinya. Ibu yang menenangkan bayi, maka hal tersebut membantu bayi untuk membantu bayi untuk mengatur emosi bayi serta mengurangi stres yang dialami oleh bayi, (de Haan dan Gunnar, 2000). Menurut (McElwain dan Booth Laforce, 2006) para ibu seharusnya memiliki strategi dalam meregulasi emosi bayi. Dalam penelitian oleh (Oliveira, V., Goulart, 2017) menyelidiki bahwa perhatian orang tua berpengaruh terhadap wajah bayi (takut, netral, atau bahagia).

Emosi terakhir pada bayi merupakan temperamen. Temperamen pada bayi terbagi tiga macam, yakni : temperamen *easy child*, temperamen *difficult child*, dan *slow to warm up child*. Menurut (Chess dan Thomas, 1991), temperamen *easy child* merupakan anak yang terbiasa dengan suasana hati positif dan mudah adaptasi. Temperamen sulit merupakan menunjukkan anak yang mudah emosi. Temperamen terakhir merupakan aktivitasnya rendah dan agak negatif.

Strategi Pengasuhan

Menurut (Ann Sanson dan Mary Rothbart, 1995), orang tua perlu memberi kepekaan terhadap karakter anak. Selanjutnya perlu orang tua membentuk lingkungan bagi anak. Orang tua dalam mengasuh anak diperlukan strategi dalam meregulasi emosi yang dirasakan oleh bayi. Strategi pertama, orang tua memahami tahap perkembangan emosi bayi. Selanjutnya, orang tua mengidentifikasi perkembangan emosi bayinya, sehingga orang tua mampu lebih peka atas kebutuhan bayi.

Selanjutnya, orang tua yang mengasuh bayi perlu untuk membentuk konsep lingkungan bayi. Sehingga bayi dapat terstimulus dengan baik setiap tahap perkembangan emosinya.

SIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini yakni bayi memiliki ragam emosi, yakni menangis, tersenyum, takut, dan temperamen. Dalam mengasuh bayi, orang tua perlu

mengidentifikasi emosi-emosi yang dirasakan oleh bayi sehingga bayi bisa terstimulus tahap perkembangan emosinya dengan baik. Diperlukan juga strategi untuk meregulasi emosi yang dirasakan oleh bayi, yakni pemahaman orang tua terhadap perkembangan emosi bayi, mengidentifikasi emosi bayi, dan membentuk konsep lingkungan yang baik untuk bayi sehingga emosi yang dialami oleh bayi dapat direspon oleh orang tua sebagai pengasuhnya secara baik dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

- Allan N. Schore. (1994). *Affect Regulation and The Repair of the Self*. Norton Professional Books.
- Alicia F. Lieberman. (1993). *The Emotional Life of the Toddler*. New York: Simon & Schuster.
- Chess & Stella & Thomas & Alexander. (1991). *Temperament and the Concept of Goodness of Fit*. Plenum Press.
- Dean, M., Rauscher, E.A, (2017). "It was an Emotional Baby": Previsors' Family Planning Decision-Making Styles about Hereditary Breast and Ovarian Cancer Risk. *J Genet Counsel* 26, 1301–1313. <https://doi.org/10.1007/s10897-017-0069-8>
- Eliana de Jesus Souza Lemos, C. V. Silva & J. da S. Pedroso (2019) Observing the Emotional Development of a Baby at Home and in a Nursery Using Ester Bick's Infant Observation Method, *Early Child Development and Care*, DOI: 10.1080/03004430.2019.1625895
- John W. Santrock. (2011). *Life-Span Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Kerry Kelly Novick; Jack Novick, PHD. (2010). *Emotional Muscle: Strong Parents, Strong Children*. New York: Xlibris Corporation
- Carol D. Ryff, Burton H. Singer. (2001). *Emotion, Social Relationships, and Health*. Oxford University Press
- Carroll E. Izard. (2009). Emotion Theory and Research: Highlights, Unanswered Questions, and Emerging Issues. *Annual Review of Psychology*, 60:1-25
- Carroll E. Izard, Elizabeth Woodburn Cavadel, Kristy J. Finlon & E. Stephanie Krauthamer Ewing. (2011). Emotion Knowledge, Emotion Utilization, Emotion Regulation. *SAGE Journal*, 3(1)
- Cecilia Y. M. Poon, Bob G. Knight. (2013). Parental Emotional Support During Emerging Adulthood and Baby Boomers' Well-Being in Midlife. *International Journal of Behavioral Development*, 37(6).
- George Rindu dan Shari Baby. (2012). Role of Emotional Intelligence on Stress and Coping of Gifted Adolescents. *International Journal of Physical and Social Science*, 2(9).
- Hazan, Cindy, Shaver & Phillip. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3).
- Ishlahil Akmalia dan Sri Intan Rahayuningsih, (2018). *Attachment* (Kelekatan) Ibu dan Anak dengan Perkembangan Sosial Emosional Bayi. *Jurnal Ilmiah Fakultas Keperawatan*, Vol. 3(1)
- Jerome Kagan. (2010). Once More Into the Breach. *SAGE Journal*.
- Megan R. Gunnar & Elysia Poggi Davis BA. (2003). Stress and Emotion in Early Childhood. *Wiley Online Library*.
- Mimin Casminah. (2018). Peningkatan Kecerdasan Emosi Melalui Bermain Musik Angklung. *Jurnal Pelita PAUD*, 2(2).
- Nancy L Mcelwain & Cathryn Booth-LaForce. (2006). Maternal Sensitivity to Infant Distress and Nondistress as Prediction of Infant-Mother Attachment Security. *Journal of Family Psychology*, 20(2).
- Oliveira, V., Goulart, Oliveira, V., Goulart, M., Nobre, J. C., Lucion, M. K., Silveira, P. P., & Bizarro, L. (2017). Emotional Interference of baby and Adult Faces on Automatic Attention in Parenthood. *Psychology & Neuroscience*, 10(2).
- Rebecca L. Shiner. (2012). What is Temperament Now? Assessing Progress Temperament Research on the Twenty-Fifth

- Anniversary of Goldsmith et al. *Child Development Prespectivers Journal*, 6(4).
- Ross A. Tompson. (2010). Attachment and Life History Theory: A Rejoinder. *Child Development Perspectives Journal*, 4(2).
- Shota Yamamoto, Masayoshi Tabuse, *et.al.*, (2013). Recognition of a Baby's Emotional Cry towards Robotic Baby Caregive. *International Journal of Advanced Robotic Systems*, Vo;. 10(86).
- Suhati dan Chitra Charisma Islami. (2018). Pengaruh Peran Orangtua melalui Kegiatan *Parenting* Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak. *Jurnal Pelita PAUD*, 3(1).
- Thomas, J. C., Letourneau, N., Campbell, T. S., Tomfohr-Madsen, L., Giesbrecht, G. F., & APrON Study Team. (2017). Developmental Origins of Infant Emotion Regulation: Mediation by Temperamental Negativity and Moderation by Maternal Sensitivity. *Developmental Psychology*, 53(4).
- Wayne H. Bylsma, Catherine Cozzarelli, & Nebi Sumer. (1997). Relation Between Adult Attachment Styles and Global Self-Esteem. *Basic and Applied Social Psychology*, 9(1).