

BAB V

PEMBAHASAN

A. Perkembangan Emosi Anak

Anak-anak dinilai orang tua dari cara mereka mengekspresikan emosi dan emosi dominan yang tampak. Penilaian tersebut kemudian menjadi dasar pembentukan penilaian diri anak. Menurut (Hurlock, 1978) seiring bertambahnya usia, respons emosional anak semakin terarah dan tidak lagi acak. Ekspresi emosi yang memberi kepuasan biasanya diulang hingga menjadi kebiasaan. Jika kebiasaan itu mendapat respon sosial yang kurang baik, akan sulit diubah bahkan bisa menetap. Pola perkembangan emosi juga dapat diprediksi, misalnya amarah, lalu bergeser menjadi bentuk ekspresi marah yang lebih matang seperti cemberut atau keras kepala.

Pada aspek kesadaran diri emosional, AN sudah mampu mengungkapkan perasaan dengan bercerita kepada ayah maupun guru, misalnya menyatakan kesedihan karena ayah sakit. Hal ini konsisten dengan observasi yang menunjukkan AN sering mengekspresikan emosi melalui cerita. J juga menunjukkan kesadaran diri yang baik, ia mampu menyebutkan perasaan senang atau kesal dan menjelaskan alasannya, baik kepada ayah maupun guru. Informasi dari observasi, ayah, dan guru saling menguatkan. Sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rifdah & Siti, 2024) dalam observasi, banyak anak menunjukkan kemampuan untuk mengidentifikasi serta juga menyatakan perasaan mereka dengan mempergunakan kata-kata. Selain

ekspresi verbal, observasi juga menunjukkan bahwasanya para anak mempergunakan ekspresi non-verbal seperti ekspresi wajah serta juga gerakan tubuh untuk menyampaikan emosi mereka.

Menurut (Hurlock, 1978) ekspresi marah pada masa kanak-kanak cenderung lebih sering muncul dibandingkan rasa takut dalam berbagai bentuknya. Hal ini disebabkan oleh lebih banyaknya rangsangan yang memicu kemarahan, serta sejak usia dini anak-anak belajar bahwa kemarahan merupakan cara yang efektif untuk memperoleh perhatian maupun memenuhi keinginan. Seiring bertambahnya usia, jumlah situasi yang dapat memicu kemarahan semakin meningkat, sehingga anak-anak cenderung mengekspresikan kemarahan lebih sering. Dalam aspek pengendalian emosi, AN masih sering menangis ketika frustrasi, baik di rumah maupun sekolah, meski tidak pernah meluapkan emosi dengan teriakan. Ayah dan guru sama-sama menilai AN perlu pendampingan agar lebih konsisten. J menunjukkan kemampuan menunda keinginan, tetapi saat kecewa masih marah dengan teriakan. Ayah dan guru mengonfirmasi hal ini, sehingga data valid.

Pada aspek ekspresi sesuai norma, AN mampu mengekspresikan emosi sesuai keadaan, seperti menundukkan kepala saat malu atau tertawa saat senang. Guru juga menilai AN tidak meluapkan emosi dengan cara negatif. J pun mengekspresikan emosi sesuai situasi, misalnya senang saat bermain, tetapi kadang masih menunjukkan ekspresi ngambek atau menangis tanpa sebab. Validitas terlihat dari kesesuaian antara observasi dan wawancara. Sependapat dengan (Mashar, 2011) reaksi emosional pada anak sering kali

muncul secara spontan sesuai dengan keinginannya. Anak dapat mengekspresikan emosi kapan saja, misalnya tiba-tiba menangis karena bosan atau karena kondisi yang tidak jelas. Anak mulai mampu mengendalikan diri dan memilih bentuk reaksi emosional yang lebih sesuai serta dapat diterima oleh lingkungan sosialnya.

Aspek empati menjadi kekuatan keduanya. AN menunjukkan kepedulian dengan membantu ayah saat sakit, mendukung kakaknya, dan menghibur teman yang sedih. Guru mengonfirmasi perilaku ini di sekolah. J bahkan lebih menonjol, ia sering berbagi alat tulis, mainan, atau jajan, serta membantu teman yang kesulitan. Ayah dan guru sama-sama menilai J memiliki empati tinggi. Sejalan dengan penelitian (Nadia dkk., 2025) mayoritas anak yang diasuh oleh ayah saja menunjukkan perkembangan yang positif. Mampu menjalin interaksi dengan teman sebaya, berbagi mainan, serta mengenali dan mengekspresikan emosi seperti rasa senang maupun marah.

Dalam aspek frustrasi dan konflik, AN tidak menunjukkan perilaku agresif, selalu meminta maaf, dan kadang melibatkan orang dewasa untuk menyelesaikan masalah. Guru menilai AN bertanggung jawab atas kesalahan. J lebih sering terlibat perselisihan dengan teman, tetapi ia jujur mengakui kesalahan dan mau meminta maaf. Ayah menilai J cenderung menghindar saat konflik dengan orang tua. Validitas tetap terjaga karena data dari observasi dan wawancara saling melengkapi.

Terakhir, pada aspek stabilitas emosi, AN kadang masih menunjukkan perubahan emosi, terutama dipengaruhi kondisi keluarga, tetapi mampu stabil

saat berinteraksi di sekolah. J juga masih menunjukkan perubahan emosi, dipengaruhi suasana rumah maupun sekolah, meski mampu stabil dalam kegiatan positif seperti olahraga atau doa bersama. Konsistensi data dari ayah, guru, dan observasi memperkuat validitas. Menurut (Rofi'ah dkk., 2022) ekspresi emosi anak sering kali berubah dengan cepat. Dari kondisi sedih, ia bisa seketika berganti menjadi tertawa gembira, lalu tiba-tiba menangis, atau bahkan marah tanpa alasan yang jelas karena tidak memahami masalah yang dihadapinya.

Menurut Hurlock (1978), pada usia sekitar 6 tahun anak pada umumnya diharapkan mencapai beberapa tahapan perkembangan emosi pada kesadaran diri emosional (*emotional self-awareness*), pengendalian emosi (*emotional control*), ekspresi emosi sesuai norma sosial (*socialized expression*), empati (kepekaan terhadap perasaan orang lain), kemampuan mengatasi frustrasi dan konflik sosial secara positif dan stabilitas emosi. Anak mulai mampu mengenali dan menyebutkan jenis emosi yang dirasakannya (senang, sedih, marah, takut, kecewa) serta mulai bisa menjelaskan sebab dari emosi tersebut, tidak hanya menunjukkannya lewat perilaku spontan.

Anak mulai belajar menahan atau menunda pelampiasan emosinya, meskipun pengendalian ini belum stabil dan masih sangat memerlukan bimbingan orang dewasa. Ledakan emosi (tantrum) sudah mulai berkurang dibanding masa balita, tetapi belum sepenuhnya hilang. Anak mulai menyesuaikan cara mengekspresikan emosinya dengan aturan atau harapan lingkungan sosial, misalnya tidak berteriak saat marah, atau menahan tangis di

tempat umum, karena mulai memahami reaksi orang lain terhadap ekspresi emosinya.

Anak mulai mampu memahami dan merespons perasaan orang lain, ditunjukkan lewat sikap berbagi, menolong teman yang kesulitan, atau menghibur orang yang sedih sebagai bentuk awal kematangan sosial-emosional. Anak mulai bisa menghadapi kekecewaan atau perselisihan dengan teman tanpa selalu bereaksi agresif, misalnya dengan meminta maaf, mencari solusi, atau meminta bantuan orang dewasa, meskipun kemampuan ini masih dalam tahap berkembang. Emosi anak usia ini masih cukup mudah berubah-ubah dan sangat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan (suasana rumah, sekolah, hubungan dengan orang-orang terdekat), sehingga kestabilan emosi belum bisa diharapkan penuh, namun anak mulai menunjukkan kemampuan menenangkan diri kembali setelah mengalami gejolak emosi.

Hurlock (1978) menekankan bahwa pada usia 6 tahun anak berada pada masa transisi dari ekspresi emosi yang spontan dan tidak terkendali (khas usia balita) menuju ekspresi emosi yang lebih matang, terarah, dan sesuai norma sosial namun proses ini belum selesai dan masih sangat bergantung pada bimbingan serta contoh dari orang tua dan guru.

Berdasarkan pembahasan keenam aspek di atas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan emosi AN dan J secara umum telah sesuai dengan tahapan perkembangan emosi anak usia 6 tahun sebagaimana dikemukakan oleh Hurlock (1978). Kesadaran diri emosional dan empati merupakan dua aspek yang telah dicapai dengan baik oleh kedua subjek, sedangkan pengendalian

emosi dan stabilitas emosi masih berada dalam proses berkembang, yang memang merupakan karakteristik normal pada tahap usia ini. Ekspresi emosi sesuai norma sosial dan kemampuan mengatasi frustrasi serta konflik sosial menunjukkan variasi antara kedua subjek, yang lebih dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan pola pengasuhan dibandingkan oleh penyimpangan tahap perkembangan.

Perbedaan yang tampak antara AN dan J terutama terletak pada pola dan intensitas ekspresi emosi negatif. AN cenderung mengekspresikan emosi negatif melalui tangisan, sementara J cenderung mengekspresikannya melalui kemarahan dan kecenderungan menghindari konflik pada lingkungan rumah. Perbedaan pola ini sejalan dengan pandangan Hurlock bahwa meskipun tahapan perkembangan emosi bersifat universal dan dialami oleh setiap anak, cara anak mengekspresikan emosinya sangat dipengaruhi oleh faktor individual, temperamen, serta lingkungan pengasuhan yang dialaminya. Dengan demikian, variasi capaian antara AN dan J bukan merupakan indikasi penyimpangan perkembangan, melainkan bagian dari dinamika normal perkembangan emosi anak usia 6 tahun.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan emosi AN dan J telah sesuai dengan enam capaian perkembangan emosi anak usia 6 tahun menurut teori Hurlock, dengan catatan bahwa beberapa aspek, khususnya pengendalian emosi dan stabilitas emosi, masih berada dalam tahap berkembang dan memerlukan pendampingan lebih lanjut dari orang tua maupun guru. Temuan ini menegaskan pentingnya peran lingkungan rumah

dan sekolah secara bersama-sama dalam mendukung optimalisasi perkembangan emosi anak, khususnya pada aspek-aspek yang belum sepenuhnya matang, agar anak dapat mencapai kematangan emosi yang lebih utuh seiring bertambahnya usia.

B. Pengasuhan Orang Tua Tunggal Ayah

Berdasarkan hasil wawancara, pengasuhan yang dilakukan oleh ayah tunggal pada AN dan J menunjukkan adanya strategi yang terstruktur namun tetap menekankan hubungan emosional dengan anak. Menurut (Hurlock, 1978) hal utama dalam disiplin adalah adanya aturan. Aturan dipahami sebagai pola perilaku yang telah ditetapkan sebelumnya, baik oleh orang tua, guru, maupun teman sebaya. Pola ini berfungsi sebagai pedoman bagi anak untuk mengetahui perilaku yang dianggap tepat dalam situasi tertentu. Dengan adanya aturan, anak memiliki acuan yang jelas mengenai batasan dan tuntutan perilaku, sehingga mereka dapat belajar menyesuaikan diri serta mengembangkan kontrol diri sesuai dengan norma yang berlaku di lingkungannya.

Ayah AN menerapkan aturan berbasis sebab-akibat, sehingga anak belajar memahami konsekuensi dari perilaku. Misalnya, jika AN melempar mainan, mainan disimpan sementara. Sebaliknya, jika ia mampu menahan emosi, ia mendapat kesempatan bermain lebih lama. Ayah J menekankan aturan dalam meminta sesuatu dengan sopan, dan menyampaikan aturan pada saat emosi anak stabil. Hal ini menunjukkan bahwa kedua ayah berusaha menanamkan disiplin dengan cara yang komunikatif dan tidak menekan anak.

Orangtua perlu mengevaluasi kembali pola pengasuhan yang selama ini diterapkan. Hal ini dapat dilakukan dengan tidak terlalu memberikan perlindungan berlebihan, membiarkan anak menghadapi kekecewaan, serta tidak selalu cepat membantu agar anak belajar mandiri. Selain itu, orangtua juga perlu mendukung anak dalam mengatasi masalah, menunjukkan empati, serta menetapkan aturan yang tegas dan konsisten (Mashar, 2011). Ayah AN konsisten menegakkan aturan, sehingga AN terbiasa berpikir sebelum bertindak dan belajar mengendalikan emosi. Ayah J juga menegakkan aturan secara konsisten, meskipun kadang memberi kelonggaran saat anak lelah atau sakit. Konsistensi ini penting karena anak belajar bahwa perilaku negatif tidak akan menghasilkan keinginan, sehingga mereka terdorong untuk mengendalikan diri.

Kedua ayah menggunakan hukuman berupa teguran lisan, bukan fisik. Ayah AN menegur dengan kata-kata halus, sedangkan ayah J kadang menambahkan cubitan ringan. Hukuman lisan ini membantu anak memahami kesalahan tanpa merasa ditekan, sehingga lebih efektif dalam membentuk pengendalian emosi. Sependapat dengan (Lestari, 2020) ketika ayah mengetahui anaknya melanggar aturan yang telah ditetapkan, ia berusaha mengembalikan disiplin dengan cara yang tepat. Salah satu teknik yang digunakan adalah penarikan kasih sayang, yaitu menunjukkan ketidaksetujuan dengan mengurangi dukungan emosional untuk sementara waktu. Langkah ini bukan bertujuan untuk melukai anak, melainkan sebagai bentuk kontrol agar anak memahami konsekuensi dari perilakunya. Dengan demikian,

pendisiplinan menjadi sarana orang tua dalam mengarahkan anak untuk belajar mengendalikan diri dan bertanggung jawab atas tindakannya.

Setiap anak memiliki karakteristik yang berbeda, dan tugas orangtua adalah menggali potensi tersebut serta mendukung proses pengembangan diri anak. Upaya ini dapat dilakukan melalui pemberian teladan yang baik, komunikasi yang aktif, motivasi yang berkesinambungan, pelibatan anak dalam berbagai kegiatan, serta penghargaan terhadap setiap tahap perkembangan yang dilalui. Bentuk apresiasi seperti penguatan dan penghargaan menjadi penting sebagai wujud pengakuan atas usaha anak dalam menghadapi proses tumbuh kembangnya (Tisna Syafnita, 2022). Ayah AN memberikan pujian dan kesempatan bermain di luar rumah sebagai bentuk penghargaan. Ayah J memberikan janji jalan-jalan ke tempat yang disukai anak. Penghargaan ini membuat anak merasa dihargai, percaya pada ayah, dan lebih termotivasi untuk berperilaku sesuai aturan.

AN diasuh bersama ayah dan kakak, sehingga dukungan keluarga inti menjadi penting dalam membentuk kepribadian dan emosi. J mendapat dukungan dari nenek dan tetangga, sehingga ia belajar beradaptasi dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Peran keluarga dan orang sekitar terbukti membantu anak merasa diperhatikan dan membentuk karakter sosial-emosional. Hasil penelitian (Apriliana & Suryadi, 2024) juga menunjukkan bahwa anak yang memiliki kedekatan yang baik dengan ayah biasanya lebih terampil dalam menjalin hubungan sosial. Mereka cenderung mampu berinteraksi secara positif dengan teman sebaya, memiliki sikap mau berbagi,

serta lebih terlatih dalam menyelesaikan konflik yang muncul di lingkungannya.

Ayah AN menegakkan aturan dengan komunikasi tenang, sehingga anak belajar mengendalikan emosi tanpa merasa ditekan. Ayah J menekankan aturan sopan dalam meminta sesuatu, dengan teguran lisan saat anak marah. Kedua ayah berusaha menjaga keseimbangan antara disiplin dan hubungan emosional. Sejalan dengan penelitian (Saputri & Puspitasari, 2022) orangtua dapat membantu anak dalam mengelola emosinya dengan cara mengajak mereka berbicara dan berkomunikasi secara baik, serta memberikan penjelasan yang jelas mengenai perasaan yang sedang dialami anak sesuai dengan keadaan atau situasi yang terjadi. Setelah itu, orangtua dapat memberikan apresiasi berupa pujian, seperti mengucapkan kata-kata penyemangat, mengacungkan jempol, atau memberikan pelukan. Bentuk dorongan ini membuat anak merasa dihargai, lebih percaya diri, dan termotivasi untuk mengendalikan emosinya dengan cara yang positif.

Ayah AN memberikan pelukan dan motivasi, membiarkan anak tenang sebelum diajak bicara. Ayah J memeluk anak lalu mengalihkan emosi dengan bermain atau jalan-jalan. Dukungan emosional ini membuat anak merasa diperhatikan dan lebih cepat mengendalikan perasaan negatif. Hasil penelitian (Apriliana & Suryadi, 2024) menegaskan bahwa kehadiran emosional seorang ayah memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan perkembangan emosi anak. Aktivitas sederhana seperti bermain bersama atau membaca dapat menumbuhkan rasa percaya diri anak. Sebaliknya, ketidakhadiran ayah atau

komunikasi yang tertutup dapat membuat anak cenderung menarik diri dan kesulitan mengekspresikan perasaan. Cara ayah merespons kesalahan anak juga berpengaruh besar; pendekatan yang suportif membantu anak memahami bahwa kegagalan merupakan bagian dari proses belajar.

Ayah AN berusaha menjadi teladan dengan tetap tenang saat anak marah, sehingga anak meniru sikap sabar. Ayah J mencontohkan perilaku sosial positif seperti disiplin dan suka memberi. Teladan nyata dari ayah menjadi model penting bagi anak dalam membentuk perilaku. AN dilatih berbagi dengan kakak dan bermain dengan teman sebaya di lingkungan rumah. J diajak berinteraksi dengan tetangga dan ikut kegiatan sosial di lingkungan. Interaksi sosial ini membantu anak belajar berbagi, peduli, dan membangun keterampilan sosial.

Pengasuhan ayah tunggal pada AN dan J menunjukkan pola yang menekankan aturan, konsistensi, teladan, penghargaan, dan dukungan emosional. AN lebih banyak mendapat dukungan dari keluarga inti (ayah dan kakak), sedangkan J mendapat dukungan dari nenek dan lingkungan sekitar. Validitas data terjaga karena hasil wawancara dengan ayah konsisten dengan perilaku anak yang diamati, serta diperkuat oleh keterlibatan guru dan lingkungan sosial. Dengan demikian, pengasuhan ayah tunggal dapat membentuk perkembangan emosi anak secara positif, meskipun tetap diperlukan pendampingan agar anak lebih konsisten dalam pengendalian emosi dan stabilitas perasaan.

C. Perkembangan Emosi Anak yang Diasuh oleh Orang Tua Tunggal Ayah

Perkembangan emosi anak yang diasuh oleh orang tua tunggal ayah merupakan fenomena yang menarik untuk dikaji karena memperlihatkan bagaimana peran ayah tidak hanya sebatas sebagai pencari nafkah, tetapi juga sebagai figur utama dalam pembentukan karakter dan kestabilan psikologis anak. Anak yang tumbuh bersama ayah tunggal menghadapi dinamika pengasuhan yang berbeda, di mana ayah harus menyeimbangkan antara penegakan aturan, pemberian teladan, serta dukungan emosional. Dalam konteks ini, kehadiran ayah menjadi sangat penting karena mampu memberikan rasa aman, membangun kepercayaan diri, serta menumbuhkan empati melalui interaksi sehari-hari.

Perkembangan emosi AN dan J sangat erat kaitannya dengan pola pengasuhan ayah tunggal yang mereka terima. AN menunjukkan kemampuan yang baik dalam kesadaran diri, empati, serta ekspresi sesuai norma. Hal ini tidak lepas dari cara ayahnya yang selalu memberikan ruang bagi AN untuk menenangkan diri sebelum diajak berbicara, serta menegakkan aturan berbasis sebab-akibat dengan komunikasi yang tenang. Pola pengasuhan ini membuat AN terbiasa berpikir sebelum bertindak dan belajar mengendalikan emosinya, meskipun ia masih sering menangis ketika frustrasi. Dukungan keluarga inti berupa ayah dan kakak juga memperkuat stabilitas emosinya, sehingga AN mampu menunjukkan emosi yang lebih positif di sekolah.

Sementara itu, J berada pada kategori baik, terutama dalam kesadaran diri dan empati. Ia sering berbagi dengan teman, membantu, dan menunjukkan

kepedulian sosial yang tinggi. Hal ini berkaitan dengan pola pengasuhan ayah yang menekankan aturan sopan santun dalam meminta sesuatu, serta memberikan apresiasi berupa pujian atau janji jalan-jalan. Ayah J juga memberikan dukungan emosional melalui pelukan dan pengalihan aktivitas ketika J marah atau sedih. Pola ini membuat J lebih terbuka dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial yang lebih luas, karena selain ayah, ia juga mendapat dukungan dari nenek dan tetangga. Namun, J masih perlu dilatih dalam pengendalian emosi karena cenderung marah dengan teriakan ketika kecewa, serta kadang menghindar saat konflik dengan ayah.

Secara keseluruhan, perkembangan emosi AN dan J menunjukkan hasil positif yang terbentuk dari pengasuhan ayah tunggal yang menekankan aturan, konsistensi, teladan, penghargaan, dan dukungan emosional. AN lebih stabil dalam lingkup keluarga inti, sedangkan J lebih menonjol dalam interaksi sosial yang luas. Keduanya memperlihatkan bahwa kehadiran emosional ayah, komunikasi yang terbuka, serta konsistensi dalam menegakkan aturan menjadi faktor penting dalam membentuk perkembangan emosi anak yang diasuh oleh orang tua tunggal ayah.