

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar manusia yang harus terpenuhi, pendidikan merupakan suatu upaya untuk memanusiakan manusia. Artinya melalui proses pendidikan diharapkan terlahir manusia-manusia yang baik, meskipun standart manusia yang baik tersebut berbeda antar masyarakat, bangsa dan negara, karena adanya perbedaan pandangan hidup filosofis yang diyakini (M.Yasid Bustomi: 11-13).

Pendidikan Anak Usia Dini merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitikberatkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik halus dan kasar, kecerdasan daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual), (socio emosional, sikap dan perilaku serta beragama), (bahasa dan komunikasi), sesuai dengan keunikan dan tahap-tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini (Sujiono :6).

Manusia memerlukan kecerdasan secara emosional yang berupa mengenal dan mampu mengatur perasaannya serta mampu memotifasi diri sendiri untuk bersikap empati. Pada saat kelahiran sampai sekitar umur tiga bulan, anak mengalami perasaan kegembiraan dan kepuasan. Namun ketika menginjak usia tiga bulan selain mengalami perasaan gembira, puas, ceria kadang juga mengalami keadaan tertekan. Perasaan-perasaan yang berkembang adalah perasaan positif seperti keceriaan, kegembiraan dan kasih sayang, tetapi sekaligus juga penerimaan seandainya anak mengalami perasaan negatif. Musik yang baik, lingkungan psikologis yang dapat menimbulkan perasaan positif. Misalnya musik klasik, musik anak-anak ceria dan sederhana, cerita bergambar yang menimbulkan rasa senang, asyik dan menyenangkan (Theo Riyanto :2005,17-18)

Emosi di definisikan sebagai perasaan yang kuat. Perasaan benci, takut, marah, cinta, senang, dan kesedihan. Macam-macam perasaan

tersebut adalah gambaran dari emosi. Emosi merujuk pada suatu perasaan atau pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi merupakan suatu suasana yang kompleks dan getaran jiwa yang menyertai atau muncul sebelum atau sesudah terjadinya suatu perilaku. (Ali Nugraha : 2005,1.2-1.4) Mekanisme dari emosi itu sendiri ada beberapa macam yaitu ada elicitors merupakan dorongan berupa situasi atau peristiwa. Receptor merupakan aktivitas di pusat sistem syaraf. State merupakan perubahan spesifik yang terjadi dalam aspek fisiologis, ekspresi merupakan terjadinya perubahan pada daerah yang dapat di amati seperti tubuh,wajah,suara. Experience merupakan persepsi dan interpretasi individu pada kondisi emosionalnya (ummy hany eprilia : 2012, 60).

Kemampuan mengelola emosi merupakan kemampuan manusia untuk mengendalikan perasaannya sendiri sehingga tidak meledak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilaku secara wajar. Misalnya, seseorang yang sedang marah maka kemarahan itu tetap dapat dikendalikan secara baik tanpa harus menimbulkan akibat yang akhirnya disesali dikemudian hari (kehebatan musik untuk mengasah kecerdasan anak:188-189). Arah dari pembelajaran emosi ini yaitu membantu perolehan kemampuan mengendalikan diri atau mengontrol ekspresi emosi, membantu mengenali emosi diri sendiri, membantu kemampuan motivasi diri, membantu mengenali emosi orang lain, membantu kemampuan membina hubungan dengan orang lain (Ali nugraha : 2004, 5.45).

Sebagai seorang anak emosi lebih mudah di ekspresikan melalui kondisi psikisnya, sebagai contoh seorang anak yang akan langsung menangis apabila ia merasa sakit atau merasa tidak aman. Namun jika seorang anak di tanya tentang bagaimana perasaannya atau mengapa merasa sakit, mereka akan kesulitan untuk mengungkapkan perasaannya. Banyaknya macam emosi yang timbul pada diri anak, keadaan lingkungan yang tidak mendukung juga bisa menyebabkan anak emosi.

Metode dari perkembangan emosi pada anak usia dini dalam proses perkembangan anak yaitu seorang guru dapat melakukan beberapa metode seperti, bernyanyi dan bermain musik, bermain peran, bermain hand puppet, latihan relaksasi dan meditasi dengan musik, bercerita, permainan gerak dan lagu, permainan feeling band, demonstrasi, permainan personifikasi. Musik klasik sangat mempengaruhi perkembangan IQ dan EQ. Seorang anak yang terbiasa mendengarkan musik akan lebih berkembang kecerdasan emosionalnya dan intelegensinya dibandingkan dengan anak yang jarang mendengarkan musik (kehebatan musik untuk mengatur kecerdasan anak:183). Musik dengan tempo sedang dan yang memainkan birama baku dapat merangsang pikiran menjadi tenang serta rileks, belajar sambil mendengarkan musik semacam ini akan membantu otak kita menyerap informasi jauh lebih banyak, meningkatkan konsentrasi, dan membuat pikiran lebih dinamis. Bahkan musik dengan tempo yang lebih lambat mampu menidurkan seseorang atau bayi paling rewel sekalipun (imam musbikin:196-197).

Dalam proses perkembangan emosi, proses relaksasi merupakan proses yang dapat dilakukan pada anak karena cukup efektif untuk latihan pengenalan emosi diri mereka sendiri atau terbentuknya ketrampilan *emotional awareness*. (metode pengembangan sosial emosional:2013,8.9-8.14). Metode merupakan bagian dari strategi kegiatan yang sudah di pilih melalui kegiatan yang ditetapkan untuk mencapai tujuan kegiatan. Maka dari itu untuk memilih suatu metode dalam kegiatan guru perlu mempunyai alasan yang kuat dan faktor yang mendukung pemilihan metode tersebut, seperti karakteristik tujuan kegiatan dan karakteristik anak (Moeslichaton :2004, 7-9).

Masa anak identik dengan masa bermain. dengan bermain anak mendapat banyak pengalaman dalam hidupnya. untuk dapat mengatur perkembangan emosi itu sendiri anak dapat melakukannya dengan relaksasi. relaksasi sendiri dapat mengatur perkembangan emosi anak

dengan merelaksasikan pikiran dan tubuhnya untuk anak menjadi lebih bisa mengontrol emosinya sendiri.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di KB Anyelir IIDI Jl Semenrante Mangkuyudan solo dengan jumlah 14 anak yang terdiri dari 6 putra dan 8 putri. Didalam satu kelas tersebut terdapat sekitar 6 anak yang masih belum bisa menempatkan emosinya ketika kegiatan di kelas dimulai dan ketika istirahat. Ini menunjukkan bahwa tingkat perkembangan emosi anak KB Anyelir IIDI masih belum bisa terarah, hal ini terbukti saat proses pembelajaran yang berkaitan dengan emosi (salah satu kegiatannya yaitu guru bercerita tentang suatu kejadian yang baru saja di alami, ketika itu guru bercerita tentang anak kecil yang diberi hadiah seekor kucing kecil oleh ibunya, suatu hari kucing itu tiba-tiba sakit dan anak sedih dan menangis, dia bingung harus berbuat apa?kemudian anak itu bilang sama ibunya untuk membawa kucing itu ke dokter hewan, setelah di bawa ke dokter hewan kucing itu sembuh dan anak itu senang bisa bermain dengan kucing kecil hadiah dari ibunya). Ketika kegiatan bercerita itu dimulai anak di suruh memejamkan mata dan guru memutar musik klasik untuk anak bisa lebih mengatur emosinya dan bisa merasakan emosi yang di rasakan dari cerita tersebut.

Kondisi yang demikian menuntut guru di KB ANYELIR IIDI untuk mengembangkan perkembangan emosi sesuai tahap perkembangannya. Perkembangan emosi anak perlu di arahkan sejak dini agar emosi anak dapat berkembang secara terarah dalam kegiatan pembelajaran dan dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga anak dapat membedakan berbagai macam emosi seperti senang, sedih, marah, kecewa dll.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas dapat disimpulkan bahwa upaya meningkatkan perkembangan emosi anak agar mampu mengatur emosinya. Peneliti menggunakan metode relaksasi untuk meningkatkan perkembangan emosi anak. Maka peneliti mengadakan penelitian yang berjudul **“Meningkatkan Perkembangan Emosi Anak Melalui**

Metode Relaksasi di KB ANYELIR IIDI JI Semenrante Mangkuyudan Surakarta Tahun Pelajaran 2013/2014”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Guru masih menggunakan metode ceramah dalam proses pembelajaran.
2. Guru kurang memberikan kesempatan pada anak untuk melaksanakan kegiatan.
3. Hasil kegiatan khususnya dalam perkembangan emosimasih rendah.

C. Pembatasan masalah

Agar penelitian ini lebih efektif dan dapat dikaji lebih mendalam maka perlu adanya pembatasan masalah bahwa perkembangan emosi anak ditngkatkan melalui metode relaksasi.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah tersebut maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut : Apakah dengan metode relaksasi dapat meningkatkan proses perkembangan emosi pada anak KB ANYELIR IIDI JI Semenrante Mangkuyudan Surakarta?

E. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Untuk meningkatkan metode relaksasi dalam proses perkembangan emosi anak KB ANYELIR IIDI JI Semenrante Mangkuyudan Surakarta.

2. Tujuan khusus

Untuk meningkatkan perkembangan emosi anak dengan metode relaksasi.

F. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

Memberikan pengetahuan tentang metode relaksasi untuk membantu perkembangan emosi anak.

2. Manfaat praktis

a. Bagi guru

Guru memperoleh pengalaman langsung dalam menerapkan metode relaksasi dalam membantu perkembangan emosi anak.

b. Bagi Anak

Dapat memberikan kegiatan yang lebih bervariasi serta dapat mengatur perkembangan emosi anak dengan metode relaksasi.

c. Bagi Lembaga

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengalaman baru pada guru dalam melakukan perkembangan emosi dengan metode relaksasi.