

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Lembaga PAUD yang selama ini dikenal oleh masyarakat luas salah satunya adalah Taman Kanak-Kanak (TK). Undang-undang tentang sistem Pendidikan Nasional Pasal 28 Ayat (3) menyebutkan bahwa “Taman kanak-kanak (TK) menyelenggarakan pendidikan untuk mengembangkan kepribadian dan potensi diri sesuai dengan tahap perkembangan peserta didik. Taman Kanak-Kanak adalah salah satu bentuk satuan pendidikan bagi anak usia dini pada jalur pendidikan formal yang menyelenggarakan program pendidikan bagi anak usia empat tahun sampai enam tahun yang bertujuan untuk mengembangkan seluruh aspek perkembangan anak seperti nilai-nilai agama dan moral, fisik motorik, kognitif, bahasa dan sosial emosional anak.

Usia dini merupakan usia di mana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Usia dini disebut sebagai usia emas (*golden age*). Di masa ini anak mulai peka untuk menerima stimulasi. Masa emas ini hanya datang sekali selama hidup anak. Oleh karena itu, di usia emasnya seorang anak harus mendapatkan stimulasi dari pendidik, orang tua, ataupun orang dewasa lainnya. Dengan stimulasi yang diberikan, seorang anak dapat mencapai tugas-tugas perkembangan yang diharapkan muncul pada perilakunya sehari-hari. Sehingga bisa

mengembangkan seluruh aspek perkembangannya. Salah satu aspek perkembangan yang penting untuk dikembangkan yaitu sosial emosional.

Aspek yang paling sering mewarnai dan menentukan irama hidup kita sesungguhnya adalah emosi. Perkembangan emosional berhubungan dengan seluruh aspek perkembangan anak. Perkembangan emosi merupakan dasar perkembangan kepribadian di masa datang. Pembahasan mengenai emosi sesungguhnya adalah pembahasan mengenai kerja otak, yang menjadi mesin penggerak tingkah laku individu. Kecerdasaan emosi pada anak usia sangat berperan penting terhadap kecerdasan emosi pada masa yang akan datang. Perkembangan emosi yang sehat sangat membantu untuk menjadi individu yang memiliki kepribadian yang baik. Pengembangan emosi pada anak memang sangat penting. Karena anak-anak belum mengerti sesuatu yang benar dan salah, biasanya anak akan melampiaskan emosinya bila keinginannya tidak dapat terpenuhi. Sehingga perlu ada bimbingan dari orang tua, guru, atau orang dewasa lainnya agar anak dapat tumbuh menjadi pribadi yang baik.

Belakangan, setelah Howard Gardner mengemukakan teorinya mengenai *multiple intelegent* atau kecerdasan majemuk dan Daniel Goleman mensosialisasikan mengenai *emotional intelegent* (kecerdasan emosi), nyatalah bahwa bukan hanya kecerdasan akademik yang menentukan keberhasilan hidup seseorang tetapi emosi menjadi sesuatu yang penting untuk diketahui seseorang. Pengembangan emosi di Taman Kanak-Kanak merupakan satu hal yang penting dan harus diperhatikan

oleh para guru. Keterampilan emosi pada anak sangat menentukan terbentuknya kepribadian anak pada masa selanjutnya.

Yusuf (dalam Susanto, 2011: 159) membagi lima aspek kecerdasan emosional sebagai berikut: kesadaran diri, mengelola emosi, memanfaatkan emosi secara produktif, empati, dan membina hubungan. Dari kelima aspek tersebut, dapat diketahui bahwa seorang anak harus mengetahui apa yang dirasakan pada suatu kondisi tertentu, seorang anak harus mampu menangani perasaannya agar perasaan tersebut dapat diungkapkan dengan tepat, mampu mengendalikan diri, memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain, dan dapat membina hubungan baik dengan orang lain.

Setiap anak memiliki emosi yang berbeda-beda dan biasanya hal itu tergantung dari suasana hatinya dan kadang juga dipengaruhi dari situasi dilingkungannya. Emosi anak ada yang negatif ada pula yang positif. Perasaan marah, takut dan sedih merupakan emosi negatif pada anak sedangkan perasaan senang atau gembira merupakan emosi positif pada anak. Seorang anak harus dapat mengontrol emosi positif dan negatifnya agar tidak terjadi ketegangan emosi. Karena ketegangan emosi dapat menghambat atau mengganggu aktivitas mentalnya. Agar anak tidak mengalami ketegangan emosi maka guru dapat melakukan beberapa metode pembelajaran, seperti bernyanyi dan bermain musik, bermain peran, permainan *hand puppet*, latihan relaksasi dengan musik, bercerita,

permainan gerak dan lagu, permainan *feeling band*, demonstrasi, dan permainan personifikasi.

Berdasarkan pengamatan di TK Kanoman III Klaten menunjukkan bahwa pengembangan emosi anak-anak di TK tersebut belum optimal. Masih banyak anak yang minta ditunggu orang tuanya sampai kegiatan di sekolah selesai dan masih banyak yang menangis ketika ditinggal, masih ada anak yang suka memaksakan kehendak, bila tidak dituruti akan menangis dan marah. Di TK Kanoman III alat peraga kurang menarik sehingga anak kurang antusias dalam mengikuti kegiatan di sekolah dan metode pengembangan emosi yang digunakan oleh guru kurang tepat, guru menggunakan metode pemberian tugas. Dengan metode tersebut, pengembangan emosi anak kurang optimal, karena anak hanya melaksanakan tugas yang diberikan guru, sehingga kegiatan yang dilakukan anak monoton dan dapat menghambat kreatifitas anak. Dengan kegiatan yang monoton tersebut juga akan menghambat anak dalam mengekspresikan perasaannya. Hal tersebut terjadi karena kurangnya kreatifitas guru dalam menyampaikan bahan ajar sehingga perkembangan emosi anak kurang optimal. Perkembangan emosi yang harus dicapai anak Taman Kanak-Kanak meliputi: anak mampu mengekspresikan emosi secara tepat, anak memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain, anak dapat mengendalikan emosi dan anak mampu mengenal emosi diri.

Sehubungan dengan itu agar anak dapat mencapai perkembangan emosinya secara optimal maka dalam penelitian ini peneliti akan

menggunakan metode relaksasi. Dengan metode relaksasi dapat membantu anak mengelola emosinya sehingga anak dapat mengekspresikan emosinya secara tepat dan dengan metode relaksasi yang dilakukan pada anak efektif untuk pengenalan emosi diri mereka, seperti yang dikatakan oleh Rahmawati (dalam Ali, 2006: 8.16) “Proses relaksasi yang dilakukan pada anak cukup efektif untuk latihan pengenalan emosi diri mereka sendiri atau terbentuknya keterampilan *emotional awareness*”. Dalam keadaan relaksasi, seluruh tubuh dalam keadaan seimbang, dalam keadaan tenang tapi tidak tertidur, dan seluruh otot-otot dalam keadaan rileks dengan posisi tubuh yang nyaman. Dengan kendornya otot-otot tubuh, yang tegang menjadi rileks (santai), maka akan tercipta suasana perasaan yang tenang dan nyaman. Perasaan yang tenang dan nyaman akan menopang lahirnya pola pikir dan tingkah laku yang positif, normal dan juga emosi yang terkontrol.

Bermula dari latar belakang tersebut, maka peneliti akan mengadakan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Metode Relaksasi terhadap Perkembangan Emosi Anak Kelompok B di TK Kanoman III Klaten Tahun Ajaran 2013/ 2014”**.

## **B. Identifikasi masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka identifikasi masalah pada penelitian ini adalah:

1. Kurangnya metode untuk mengembangkan emosi di TK Kanoman III Klaten.
2. Pengembangan emosi anak-anak di TK Kanoman III kurang optimal.

### **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah metode relaksasi berpengaruh terhadap perkembangan emosi anak kelompok B di TK Kanoman III Klaten Tahun ajaran 2013/2014?”

### **D. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah “Untuk mengetahui pengaruh metode relaksasi terhadap perkembangan emosi anak kelompok B di TK Kanoman III Klaten Tahun ajaran 2013/2014”.

### **E. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dengan terjun langsung ke lapangan.
  - b. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan bagi peneliti selanjutnya.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi anak

- 1) aktifitas relaksasi ini dapat membantu anak mengeluarkan emosi-emosi yang di tekan, menciptakan ketenangan, dan meningkatkan produktivitas pembelajaran pada anak,
- 2) Perkembangan emosi anak selalu diperhatikan sehingga anak dapat meraih prestasi dan kesuksesan dalam hidupnya dan
- 3) Dengan relaksasi anak mampu mengendalikan emosinya.

### b. Bagi guru

- 1) Memberikan informasi kepada guru di TK Kanoman III untuk memilih alternatif dalam pembelajaran dengan menggunakan metode relaksasi untuk mengembangkan perkembangan emosi anak.
- 2) Sebagai rujukan guru dalam memberikan saran kepada orang tua untuk pengembangan emosi anak.

### c. Bagi orang tua

Dapat dijadikan motivasi orang tua untuk selalu memperhatikan perkembangan emosi anaknya, sehingga anak dapat menjalani kehidupannya kelak.