

## PERAN SOSIALISASI EMOSI OLEH IBU & AYAH TERHADAP REGULASI EMOSI ANAK USIA DINI

Yettie Wandansari

yettie@ukwms.ac.id

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

### Abstrak

Regulasi emosi adalah ketrampilan yang berkembang pesat pada masa usia dini. Sejumlah penelitian melaporkan bahwa orangtua berperan penting dalam perkembangan regulasi emosi anak, terutama melalui sosialisasi emosi. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah terhadap regulasi emosi anak. Sosialisasi emosi dalam penelitian ini mencakup sosialisasi emosi oleh orangtua melalui ekspresi emosi, respon terhadap emosi negatif anak, dan *emotion coaching*. Partisipan berjumlah 98 pasang siswa Taman Kanak-Kanak berusia 4-6 tahun dengan orangtua. Pengukuran menggunakan 4 instrumen, yaitu terjemahan versi bahasa Indonesia dari *Self-Expressiveness in the Family Questionnaire (SEFQ)*, *Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES)*, SubSkala *Coaching pada Maternal Emotional Styles Questionnaire (MESQ)*, dan *Emotion Regulation Checklist (ERC)*. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan nilai F sebesar 2.114 ( $p=0.043$ ). Kesimpulannya, sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah melalui ekspresi emosi, respon terhadap ekspresi emosi negatif anak, dan *emotion coaching* secara simultan berpengaruh secara signifikan sebesar 16% terhadap regulasi emosi anak, sedangkan faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini berkontribusi sebesar 84%.

**Keywords:** sosialisasi emosi, regulasi emosi, anak usia dini

### Abstract

*Emotion regulation is a skill that develops rapidly in early childhood. Previous research reported that parents play an important role in the development of children's emotion regulation, especially through emotion socialization. This study aims to examine the effect of emotion socialization by mother and father on children's emotion regulation. Emotion socialization in this study includes the socialization of emotions through parental expression of emotions, parental response to the expression of negative emotions of children, and parental emotion coaching. Participants were 98 pairs of 4-6 years old kindergarten students and their parents. The measurement used Indonesian version of four instruments, includes Self-Expressiveness in the Family Questionnaire (SEFQ), Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES), Subscale Coaching of Maternal Emotional Styles Questionnaire (MESQ), and Emotion Regulation Checklist (ERC). The results of multiple regression analysis showed F value of 2.114 ( $p=0.043$ ). In conclusion, the socialization of emotions by mother and father through emotional expression, responses to child's emotional expression, and emotion coaching, simultaneously affect child's emotional regulation. The contribution of parental emotion socialization to children's emotional competence is 16%, while the remaining 84% is influenced by other variables not examined in this study.*

**Keywords:** emotion socialization, emotion regulation, early childhood

## Pendahuluan

Masa usia dini disebut sebagai masa kritis dalam rentang kehidupan manusia sebab merupakan fondasi yang akan menentukan perkembangan di tahap usia selanjutnya (Curtis & O'Hagan, 2003). Salah satu aspek yang penting untuk distimulasi di masa usia dini adalah perkembangan emosi.

Perkembangan emosi berlangsung sejak masa bayi hingga usia 2 tahun. LaFreniere (2000) menyatakan bahwa di usia 3 bulan, seiring dengan perkembangan ketajaman visual dan bertambahnya pengalaman dalam interaksi sosial, bayi mulai mampu membedakan emosi wajah senang, sedih, marah, dan terkejut. Selanjutnya, pada usia 6 bulan bayi mampu merespon dengan cara berbeda terhadap ekspresi emosi yang berbeda, serta mulai menggunakan ekspresi wajah orang lain sebagai indikator untuk merespon situasi yang tidak pasti, misalnya melihat wajah ibunya sebagai referensi sosial untuk merespon situasi baru (*social referencing*). Referensi sosial ini merupakan salah satu bentuk regulasi emosi pertama.

Dijelaskan lebih lanjut oleh Lafreniere (2000) bahwa setelah memasuki masa prasekolah, anak mengalami penurunan dalam emosi marah, frustrasi, dan perilaku tantrum. Anak juga belajar untuk mengarahkan dan memonitor perilaku mereka, mengekspresikan perasaan mereka secara verbal, serta menggunakan bahasa untuk mempengaruhi orang lain agar memenuhi kebutuhan dan tujuan mereka. Perubahan ini merupakan bukti adanya perkembangan regulasi emosi anak (La Freniere, 2000).

Pada masa prasekolah, regulasi emosi menjadi kian penting karena makin kompleksnya emosi anak serta tuntutan sosial maupun akademik. Dengan meningkatnya pemahaman dan kendali anak atas emosinya, pada periode prasekolah ini anak belajar untuk menguasai strategi regulasi emosi yang lebih tepat. Meskipun demikian, kemampuan untuk mengelolanya tidak terjadi secara otomatis, melainkan sangat dipengaruhi oleh pengalaman belajar dari lingkungannya (Joseph & Strain, 2003).

Pengalaman belajar yang berbeda ini selanjutnya terkait dengan adanya variasi dalam perkembangan regulasi emosi anak. Tidak semua anak menunjukkan ketrampilan yang sama dalam mengelola emosi (Cole dkk., 2009). Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan penulis (Wandansari, 2009, 2010, 2013) yang mengidentifikasi adanya permasalahan emosi pada siswa Taman Kanak-Kanak (TK) menurut guru dan orangtua, salah satunya dalam hal regulasi emosi.

Pentingnya regulasi emosi bagi anak ditegaskan sejumlah hasil penelitian yang menunjukkan bahwa regulasi emosi terkait dengan kompetensi sosial dan kompetensi akademik anak. Dalam hal kompetensi sosial, kemampuan mengelola emosi pada anak berkorelasi positif dengan kualitas interaksi sosial, adaptasi sosial, empati yang lebih tinggi, dan lebih sedikit interaksi negatif dengan teman sebaya (Lopez dkk., 2004). Strategi regulasi emosi yang adaptif oleh anak usia dini dapat memprediksi rendahnya penolakan teman sebaya di usia kanak-kanak madya serta rendahnya perilaku anti sosial di usia remaja awal (Trentacosta & Shaw, 2009). Regulasi emosi anak prasekolah berkontribusi terhadap ketrampilan sosial anak pada satu tahun berikutnya (Segal, 2010). Sebaliknya, disregulasi emosi berkorelasi dengan risiko masalah perilaku dan agresivitas pada anak dan remaja (McLaughlin dkk. 2011).

Dalam hal kompetensi akademik, kemampuan siswa TK dalam meregulasi emosi berasosiasi positif dengan keberhasilan akademik siswa, produktivitas siswa di kelas, dan prestasi yang baik dalam membaca dan matematika (Graziano, Reavis, Keane, dan Calkins, 2007). Regulasi emosi siswa prasekolah, regulasi diri, dan perilaku sosial-emosional selama bermain berkontribusi pada penyesuaian sekolah dan kesiapan sekolah anak (Denham, Bassett, Sirotkin, & Zinsser, 2013). Regulasi emosi siswa prasekolah berkorelasi dengan penyesuaian sekolah anak (Herndon, Bailey, Shewark, Denham, & Bassett, 2013). Berdasarkan penjelasan

tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi pada anak berkorelasi positif dengan kompetensi sosial dan kompetensi akademik.

Penelitian ini difokuskan pada variabel regulasi emosi pada siswa Taman Kanak-kanak (TK) dalam kaitan dengan salah satu faktor yang mempengaruhinya, yaitu sosialisasi emosi oleh orangtua. Usia prasekolah dipilih karena regulasi emosi berkembang sangat pesat selama masa prasekolah dan akan membantu keberhasilan anak dalam memenuhi tugas perkembangan usia tersebut, yaitu membangun relasi positif dengan lingkungan sosial, pengelolaan dorongan emosi dalam interaksi sosial, serta ketrampilan belajar seperti berkonsentrasi dan mengikuti arahan guru (Denham, Ferrier, Howarth, Herndon, & Bassett, 2016).

Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan peneliti, teridentifikasi adanya dua kesenjangan. Kesenjangan pertama terkait dengan masih sangat terbatasnya penelitian tentang peran ayah terhadap perkembangan emosi anak. Di sisi lain, penelitian Sanders, Zeman, Poon, & Miller (2013) menunjukkan bahwa ibu dan ayah merespon dengan cara yang berbeda dalam melakukan sosialisasi emosi, dan masing-masing memiliki peran yang unik terhadap regulasi emosi dan risiko depresi pada anak. Demikian pula penelitian Baker, Fenning, & Crnic (2011) melaporkan bahwa reaksi ayah terhadap emosi anak, ekspresi emosi ayah, dan *emotion coaching* oleh ayah dapat diprediksi dari sikap ayah terhadap *emotion coaching*, namun hal itu tidak tampak jelas pada ibu.

Dalam sosialisasi emosi yang dilakukan orangtua, terdapat perbedaan antara respon ayah dan ibu. Berbeda dengan ibu, ayah lebih memberi perhatian terhadap emosi yang tepat pada anak perempuannya daripada anak laki-lakinya di usia prasekolah, sedangkan saat anak di usia sekolah ayah lebih memberi perhatian terhadap emosi yang tidak tepat pada anak laki-lakinya (Chaplin, Cole, dan Zahn-Waxler, 2005). Reaksi ayah terhadap emosi anak, ekspresi emosi ayah, dan respon *emotion coaching* oleh ayah, dapat diprediksi dari sikap ayah terhadap *emotion coaching*, namun hal itu tidak tampak jelas pada ibu (Baker dkk., 2011). Ibu dan ayah memiliki peran yang unik terhadap regulasi emosi dan risiko depresi pada anak (Sanders dkk., 2013). Respon non-suportif ibu terhadap ekspresi sedih anak, dan respon non-suportif ayah terhadap ekspresi marah anak berkorelasi dengan simptom depresif anak; namun respon non-suportif terhadap ekspresi emosi anak, baik oleh ayah maupun ibu, berhubungan dengan disregulasi emosi marah pada anak, rendahnya coping terhadap emosi marah dan sedih, serta meningkatkan simptom depresi pada anak (Sanders dkk, 2013). Oleh karena itu, temuan tersebut perlu dieksplorasi lebih lanjut untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas tentang peran ibu dan ayah dalam perkembangan emosi anak.

Kesenjangan kedua terkait latar belakang budaya partisipan pada sebagian besar partisipan penelitian, yaitu budaya Barat, dalam menjelaskan peran orangtua dan guru terhadap perkembangan emosi anak, sehingga hal ini perlu dikaji lebih lanjut pada budaya yang berbeda. Hal ini penting untuk dicermati, sebab dalam proses interaksi antara orangtua dan anak, reaksi orangtua terutama dalam merespon emosi negatif anak, tidak terlepas dari pengaruh nilai-nilai budaya yang diyakininya. Nilai-nilai budaya yang diyakini seseorang tidak hanya memengaruhi cara individu mengenali emosi, tetapi juga bagaimana ia mengekspresikan dan mengelola emosi dengan cara yang dapat diterima oleh lingkungan sekitar (Ekman, 1992, dalam Kurniawan & Hasanat, 2007). Dengan kata lain, hasil penelitian tentang regulasi emosi yang telah ada belum tentu merepresentasikan regulasi emosi pada partisipan berlatar belakang budaya yang berbeda.

Terkait dengan kesenjangan tersebut, maka dalam penelitian ini penulis berfokus pada peran sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah terhadap regulasi emosi anak usia dini (siswa TK) yang ada di kota Surabaya. Berdasarkan latar belakang masalah di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah: Bagaimana pengaruh sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah terhadap regulasi emosi anak usia dini?

## **Teori Pengasuhan Anak**

Olson dan DeFrain (2006:345-350) menjelaskan beberapa perspektif pengasuhan anak. Pertama, perspektif *family system*, dimana dinamika relasi antara anak dan orangtua dapat dipahami dengan mempelajari efek orangtua pada anak dan efek anak pada orangtua (*bidirectional effects*). Relasi anak dan orangtua dipandang sebagai lingkaran interaktif atau proses saling mempengaruhi yang bersifat *circular*. Kedua, perspektif psikodinamik, yang menekankan pentingnya lingkungan emosional yang positif bagi anak, sehingga anak belajar bahwa dunia adalah tempat yang aman dan baik, dan orangtua dapat dipercaya oleh anak. Ketiga, perspektif organismik, yang berfokus pada perkembangan kognitif anak. Orangtua perlu menyeleksi aktivitas bagi anak yang sesuai dengan tahap perkembangannya, serta tidak menetapkan ekspektasi terlalu tinggi pada anak. Keempat, perspektif *behavioral*, yang lebih menekankan pembentukan perilaku positif pada anak melalui pemberian *reinforcement* daripada melalui *punishment*.

### Sosialisasi emosi

Sosialisasi emosi adalah respon orangtua terhadap pengalaman emosi dan ekspresi emosi anak. Berdasarkan studi literatur, diketahui adanya tiga mekanisme sosialisasi orangtua. Mengacu pada Halberstadt (dalam Denham, Mitchell-Coppeland, Stranberg, Auerbach, dan Blair, 1997), tiga mekanisme tersebut adalah *modeling*, *contingency*, dan *coaching*.

Mekanisme pertama menurut Halberstadt (dalam Denham dkk., 1997) adalah *modeling hypothesis*, yaitu bahwa cara orangtua mengekspresikan emosi orangtua mengajarkan secara implisit pada anak tentang emosi apa saja yang diharapkan dan dapat diterima di dalam keluarga, serta bagaimana situasi tertentu dapat memunculkan emosi tertentu. Melalui *modeling*, orangtua juga secara tidak langsung mengajarkan pada anak bagaimana cara mengekspresikan dan meregulasi emosi.

Mekanisme kedua menurut Halberstadt (dalam Denham dkk., 1997) adalah *contingency hypothesis*, yaitu bahwa adanya respon dukungan orangtua akan membantu anak memaksimalkan ekspresi emosi positif, meminimalkan ekspresi emosi negatif, dan membedakan antara satu emosi dengan emosi lainnya. Dukungan terhadap emosi, seperti menerima emosi anak atau menenangkan anak yang sedang marah, pada dasarnya mengajarkan pada anak untuk bertoleransi dan mengendalikan emosi. Fabes, Leonard, Kupanoff, dan Martin (2001) mendefinisikan reaksi orangtua terhadap emosi anak sebagai reaksi suportif dan non-suportif dalam merespon emosi yang ditampilkan anak. Respon suportif mencakup *emotion-focused coping* atau *problem-focused coping* dimana orangtua membantu anak meregulasi perasaan mereka dengan cara menenangkan anak, atau membantu anak untuk menyelesaikan masalah yang menjadi penyebab munculnya emosi tersebut (Eisenberg dkk., 1998). Perilaku non-suportif mencakup penggunaan hukuman verbal atau fisik untuk mengendalikan anak agar tidak menampilkan emosi negatif, atau menganggap tidak penting emosi anak (Eisenberg, Hofer dan Vaughan, 1998).

Mekanisme ketiga menurut Halberstadt (dalam Denham, 1997) adalah *coaching hypothesis*, yaitu bahwa cara orangtua mengajarkan emosi berkontribusi pada ekspresi emosi anak dan reaksi anak terhadap emosi teman sebayanya. Cara yang digunakan orangtua dapat dibedakan menjadi dua tipe. Tipe pertama yaitu orangtua sebagai “*coach*” yang menyadari emosi anak, terutama emosi negatif, dan membantu anak untuk mengalami dan meregulasi emosinya. Tipe kedua adalah orangtua sebagai “*dismitter*” yang ingin membantu namun mengabaikan pengalaman emosi anak. Mengajak anak berpartisipasi dalam diskusi tentang emosi pada dasarnya memberikan alat bantu bagi anak untuk mengelola emosi, sehingga regulasi emosi dapat ditransfer dari eksternal (orangtua menenangkan anak saat menangis) menuju internal (anak menenangkan dirinya sendiri).

### Regulasi Emosi

Regulasi emosi didefinisikan sebagai proses untuk mengelola dan mengubah emosi yang sedang dialami individu serta bagaimana emosi diungkapkan dalam perilaku (Eisenberg, Hofer, dan Vaughan (2007). Regulasi emosi juga didefinisikan sebagai proses dimana individu mempengaruhi emosi yang sedang dirasakan, kapan dan bagaimana individunya, serta bagaimana mengekspresikannya (Gross, 1999). Regulasi emosi dilakukan anak ketika pengalaman emosi anak terlalu berat, atau ekspresi emosi anak tidak sesuai dengan ekspektasi orang lain, dengan menggunakan strategi fisik, kognitif, dan atau perilaku untuk mengatasi pengalaman emosi internal dan atau ekspresi emosi eksternal (Denham dkk., 2007).

Dalam kaitan dengan fungsi adaptasi, regulasi emosi menurut Shield dan Chiccetti (2001) adalah kemampuan untuk memodulasi dorongan emosi sehingga mendorong adaptasi yang baik dengan lingkungan sekitar. Anak dengan emosi yang teregulasi dengan baik akan memiliki kemampuan untuk merespon tuntutan lingkungan dengan respon yang secara sosial dapat diterima. Sebaliknya, anak dengan disregulasi emosi akan menunjukkan reaksi emosi yang berlebihan dan/atau defisit, termasuk emosi yang terhambat dan reaksi afektif yang tidak tepat. Regulasi emosi merupakan proses dimana anak memonitor dan mengontrol emosi dan ekspresi emosi tersebut untuk beradaptasi terhadap berbagai tuntutan atau situasi sosial, atau sebagai proses ekstrinsik dan intrinsik untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi, untuk mencapai tujuan individu (LaFreniere, 2000). Campos, Frankel & Camras (2004) menyatakan pula *emotion regulation* sebagai modifikasi dalam proses intrinsik maupun ekstrinsik dalam sistem emosi atau manifestasinya dalam perilaku, berupa proses pengaturan emosi baik positif maupun negatif yang dapat bersifat adaptif atau maladaptif.

Walaupun terdapat definisi yang beragam, namun secara umum disepakati bahwa *emotion regulation* mencakup usaha untuk mengatur emosi yang memfasilitasi fungsi adaptasi seseorang (Graziano, Reavis, Keane, dan Calkins, 2007). Lebih lanjut, Kopp (1989) menjelaskan 3 prinsip *emotion regulation*. Pertama, *emotion regulation* mencakup tindakan atau perilaku untuk mengubah atau mengurangi ketegangan yang terkait dengan emosi negatif, misalnya verbalisasi, self-distraction, bermain dengan objek lain). Kedua, *emotion regulation* bersifat adaptif dalam hal dapat dilakukan melalui mekanisme atau strategi yang berbeda. Mekanisme ini telah muncul sejak usia bayi dan akan berkembang seiring dengan meningkatnya fungsi kognitif individu. Ketiga, bayi dan anak usia dini membutuhkan dukungan eksternal untuk meregulasi emosi.

### **Perkembangan Anak Usia Prasekolah**

Menurut Hurlock (1994), masa awal kanak-kanak diidentikkan dengan beberapa aktivitas, seperti usia bermain, usia menjelajah, usia bertanya, usia meniru, dan usia kreatif. Usia ini disebut usia bermain karena anak menghabiskan sebagian besar waktu mereka untuk bermain. Melalui bermain, anak belajar memahami dan menguasai lingkungan, sehingga usia ini juga disebut usia menjelajah. Salah satu cara anak menjelajahi lingkungan adalah dengan bertanya, sehingga usia ini juga disebut usia bertanya. Selain bertanya, perilaku yang menonjol dari usia ini adalah meniru pembicaraan dan perilaku orang lain, sehingga periode ini juga disebut usia meniru. Namun demikian, dibandingkan usia lain, pada usia awal kanak-kanak ini kreativitas dalam bermain lebih menonjol, sehingga disebut sebagai usia kreatif.

Lebih khusus, Hurlock (1994) menjelaskan karakteristik perkembangan kemampuan berbicara, emosi dan sosial pada usia awal kanak-kanak, yang akan diuraikan sebagai berikut. Dalam hal kemampuan berbicara, pada usia ini anak mengalami kemajuan dalam memahami apa yang dikatakan orang lain dan mampu berbicara sehingga dapat dimengerti orang lain. Isi pembicaraan cenderung bersifat egosentris dan terutama menyangkut dirinya sendiri dan aktivitasnya. Dalam hal emosi, selama masa awal kanak-kanak emosi anak sangat kuat, mudah terbawa ledakan-ledakan emosional yang lebih banyak disebabkan oleh masalah psikologis daripada masalah fisik. Mereka mengalami hampir semua jenis emosi yang secara alami

dialami orang dewasa (marah, takut, cemburu, ingin tahu, iri, gembira, sedih, sayang), tetapi rangsangan yang membangkitkan emosi dan cara anak mengungkapkan emosinya sangat berbeda (Hurlock, 1994). Pada aspek sosial, anak belajar bersosialisasi guna mempersiapkan diri untuk menjadi anggota kelompok pada usia akhir masa kanak-kanak (Hurlock, 1994). Dari segi kognitif, Piaget menyatakan bahwa anak usia 2-7 tahun berada pada tahap berpikir pra-operasional, yang ditandai dengan kemampuan anak untuk berpikir simbolik tetapi belum cukup logis (Papalia, Olds dan Feldman, 2001).

### **Peran Sosialisasi Emosi oleh Orangtua terhadap Regulasi Emosi Anak**

Berdasarkan mekanisme sosialisasi emosi oleh orangtua melalui ekspresi emosi (modeling), dilaporkan bahwa ekspresi emosi ibu berkorelasi dengan regulasi emosi anak. Ibu yang memiliki gaya ekspresif tipe *high positive/low negative* (sangat ekspresif dalam emosi positif dan kurang ekspresif dalam emosi negatif) memiliki anak dengan regulasi emosi yang baik (Nelson, O'Brien, Calkins, Leerkes, dan Marcovitch, 2012). Berdasarkan mekanisme sosialisasi emosi oleh orangtua melalui respon terhadap ekspresi emosi negatif anak (*contingency*), dilaporkan bahwa semakin tinggi dukungan ibu saat merespon stress pada anak maka anak makin memahami strategi regulasi emosi (Cole dkk, 2009). Sebaliknya, reaksi non-suportif ibu terhadap emosi negatif anak merupakan prediktor signifikan regulasi emosi anak (Perry, Calkins, Nelson, Leerkes, dan Marcovitch, 2012). Berdasarkan mekanisme sosialisasi emosi oleh orangtua melalui *emotion coaching*, dilaporkan bahwa *emotion dismissing* oleh orangtua merupakan faktor risiko yang berkontribusi terhadap rendahnya regulasi emosi dan masalah perilaku pada anak (Lunkenheimer, Shields, dan Cortina, 2007). Secara ringkas dapat dinyatakan bahwa hasil penelitian terdahulu menunjukkan adanya sumbangan sosialisasi emosi oleh orangtua terhadap regulasi emosi anak.

### **Metode Penelitian**

Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah sosialisasi emosi oleh ibu (X1) dan sosialisasi emosi oleh ayah (X2). Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah regulasi emosi anak (Y). Partisipan berjumlah 98 pasang anak dan ayah-ibu dari 8 sekolah TK di Surabaya. Pemilihan sekolah dilakukan secara purposif, yaitu memenuhi kriteria memiliki siswa usia 4-6 tahun, berada di salah satu dari 4 wilayah Surabaya (Surabaya Timur, Surabaya Pusat, Surabaya Selatan, dan Surabaya Barat), dan orangtua bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Pada setiap wilayah Surabaya dipilih 1-2 sekolah TK yang memenuhi kriteria dan kepala sekolah mengizinkan pengambilan data di sekolah tersebut.

Sosialisasi emosi oleh orangtua diukur melalui skor pada 3 skala. Skala *Self-Expressiveness in the Family Questionnaire* (SEFQ, Halberstadt, Cassidy, Stifter, Parke, dan Fox, 1995) digunakan untuk mengukur sosialisasi emosi melalui ekspresi emosi, *Coping with Children's Negative Emotions Scale* (CCNES; Fabes dkk., 2001) digunakan untuk mengukur sosialisasi emosi melalui respon terhadap emosi anak, dan SubSkala *Coaching* dalam *Maternal Emotional Styles Questionnaire* (MESQ, Lagace-Seguin dan Coplan, 2005) digunakan untuk mengukur sosialisasi emosi melalui *coaching*. Ketiga skala diterjemahkan oleh peneliti. Regulasi emosi anak diungkap melalui skor yang diperoleh anak pada Skala *Emotion Regulation Checklist* versi translasi bahasa Indonesia oleh Novitasari dan Chichetti (2015). Data dianalisis dengan menggunakan analisis regresi berganda dengan bantuan program SPSS 20.

### **Hasil dan Pembahasan**

#### **Deskripsi Data Variabel Penelitian**

Penelitian dilakukan di 8 Taman Kanak-Kanak di kota Surabaya, yaitu dua TK di Surabaya Pusat, dua TK di Surabaya Selatan, tiga TK di Surabaya Timur, dan satu TK di

Surabaya Barat. Dari 500 eksemplar kuesioner yang disebar, yang kembali sejumlah 243 eksemplar. Setelah dilakukan pengecekan kelengkapan pengisian kuesioner, maka yang dapat dianalisis lebih lanjut sejumlah 109 subjek. Langkah berikutnya, dilakukan pengecekan data *outliers*, dengan hasil akhir jumlah total 98 pasang anak dan orangtua diproses untuk uji hipotesis.

### Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Instrumen SEFQ mengukur sosialisasi emosi oleh orangtua melalui ekspresi emosi positif maupun ekspresi emosi negatif. Hasil uji validitas pada SEFQ ibu menunjukkan hasil 24 aitem valid dari 40 aitem, dengan skor reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,929 (reliabilitas sangat baik). Pada SEFQ ayah, hasil uji validitas menunjukkan hasil 26 valid dari total 40 aitem, dengan skor reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,924 (reliabilitas sangat baik).

Instrumen CCNES mengukur sosialisasi emosi orangtua melalui respon terhadap ekspresi emosi negatif anak. Uji validitas pada CCNES Non-Supportif ibu menunjukkan hasil 24 aitem valid dari 36 aitem, dengan skor reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,903 (reliabilitas sangat baik). Pada CCNES Supportif ibu, hasil uji validitas menunjukkan hasil 27 valid dari total 36 aitem, dengan skor reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,914 (reliabilitas sangat baik). Hasil uji validitas pada CCNES Non-Supportif ayah menunjukkan hasil 24 aitem valid dari 36 aitem, dengan skor reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,904 (reliabilitas sangat baik).

Instrumen MESQ ini mengukur sosialisasi emosi orangtua melalui *emotion coaching*. Uji validitas pada MESQ ibu menunjukkan hasil 2 aitem valid dari 7 aitem, dengan skor reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,502 (reliabilitas cukup baik). Pada MESQ ayah, hasil uji validitas menunjukkan hasil 5 valid dari total 7 aitem, dengan skor reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,725 (reliabilitas cukup baik).

Instrumen ERC mengukur regulasi emosi anak. Hasil uji validitas menunjukkan hasil 4 aitem valid dari total 8 aitem. Skor reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,621 (reliabilitas cukup baik).

### Uji asumsi

Hasil uji normalitas melalui uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai  $Z = 0,061$  dan *Asymp.Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200 ( $p > 0,05$ ), atau data berdistribusi normal. Hasil uji linieritas pada tabel Anova menunjukkan rentang nilai *F deviation from linearity* antara 0,618 hingga 1,392 pada rentang  $p$  antara 0,235 hingga 0,950 ( $p > 0,05$ ). Dengan demikian, penyimpangan linieritas data tidak signifikan, atau data bersifat linier.

Hasil uji multikolinieritas pada tabel *collinearity statistics* menunjukkan nilai *tolerance*  $> 0,10$  dan nilai *VIF*  $< 10,00$ , atau tidak terdapat multikolinieritas pada data. Hasil uji heteroskedastisitas melalui uji Glejser menunjukkan nilai  $F = 1,393$  pada  $p = 0,210$  ( $p > 0,05$ ), atau pada model regresi tidak terdapat heteroskedastisitas. Dengan demikian, semua asumsi terpenuhi.

### Uji hipotesis

Hasil uji hipotesis dengan analisis regresi berganda menunjukkan hasil sebagai berikut. Pertama, uji anova menunjukkan nilai  $F$  sebesar 2,114 pada  $p = 0,043$  ( $p < 0,05$ ). Artinya, ada pengaruh variabel sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah melalui ekspresi emosi, melalui respon terhadap ekspresi emosi anak, dan melalui coaching emosi secara simultan (bersama-sama) terhadap regulasi emosi anak. Kedua, nilai *R square* = 0,160 menunjukkan bahwa variabel sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah melalui ekspresi emosi, melalui respon terhadap ekspresi emosi anak, dan melalui coaching emosi secara simultan (bersama-sama) berpengaruh terhadap regulasi emosi anak sebesar 16%. Artinya, sisanya yaitu 84% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.



## Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah melalui ekspresi emosi, melalui respon terhadap ekspresi emosi anak, dan melalui *coaching* emosi berpengaruh secara simultan (bersama-sama) terhadap regulasi emosi anak. Dengan demikian, bila tingkat ekspresi emosi oleh ibu dan ayah semakin positif, respon ibu dan ayah terhadap ekspresi emosi negatif anak semakin positif, dan *coaching* emosi oleh ibu dan ayah terhadap anak semakin tinggi, maka regulasi emosi anak juga akan berkembang lebih baik. Sebaliknya, bila tingkat ekspresi emosi oleh ibu dan ayah semakin rendah, respon ibu dan ayah terhadap ekspresi emosi negatif anak semakin negatif, dan *coaching* emosi oleh ibu dan ayah terhadap anak semakin rendah, maka regulasi emosi anak juga menjadi kurang berkembang.

Hasil penelitian ini sejalan dan melengkapi temuan penelitian terdahulu mengenai regulasi emosi anak pada subjek orangtua. Diantaranya adalah penelitian Cole dkk. (2009) yang melaporkan semakin suportif ibu terhadap emosi anak, maka anak semakin memahami strategi regulasi emosi, serta hasil penelitian Hurrell, Hudson, dan Schniering (2015) bahwa reaksi orangtua terhadap emosi anak berperan signifikan terhadap perkembangan regulasi emosi anak. Hasil penelitian ini juga mengkonfirmasi temuan penelitian terdahulu, yaitu bahwa reaksi non-suportif ibu terhadap ekspresi emosi negatif anak dapat memprediksi regulasi emosi anak (Perry dkk., 2012; Song dan Trommsdorff, 2016). Peran sosialisasi emosi melalui *emotion coaching* dalam penelitian ini juga mendukung hasil penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa *emotion dismissing* oleh orangtua dalam interaksi dalam keluarga berkontribusi pada rendahnya regulasi emosi anak, sedangkan *emotion coaching* berperan sebagai faktor protektif bagi anak dari dampak negatif *emotion dismissing* (Lunkenheimer, Shields dan Cortina, 2007).

Namun demikian, pengaruh variabel sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah melalui ekspresi emosi, melalui respon terhadap ekspresi emosi anak, dan melalui *coaching* emosi secara simultan (bersama-sama) terhadap regulasi emosi anak relatif kecil, yaitu sebesar 16%. Artinya, terdapat variabel lain di luar persamaan regresi atau variabel-variabel yang tidak diteliti dalam penelitian ini yang berpengaruh sebesar 84% terhadap regulasi emosi anak. Beberapa variabel lain terkait sosialisasi emosi yang perlu dikaji lebih lanjut adalah keyakinan orangtua mengenai emosi anak, reaksi terhadap emosi anak, maupun strategi regulasi emosi orangtua, yang semuanya memberikan kontribusi yang unik terhadap keluarga dan anak (Rogers, Halberstadt, Castro, MacCormack, dan Garrett-Peters, 2016).

Kecilnya sumbangan efektif sosialisasi emosi oleh orangtua tersebut tampaknya dipengaruhi pula oleh hasil uji korelasi parsial yang menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara sosialisasi emosi ibu melalui ekspresi emosi dan regulasi emosi anak sebesar 0,304 pada  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ), serta antara sosialisasi emosi ibu melalui respon suportif terhadap ekspresi emosi negatif anak dan regulasi emosi anak sebesar 0,246 pada  $p = 0,015$  ( $p < 0,05$ ). Namun demikian, variabel yang lain, yaitu sosialisasi emosi ibu melalui respon non-suportif dan melalui *emotion coaching*, serta sosialisasi emosi oleh ayah, menunjukkan korelasi yang tidak signifikan dengan regulasi emosi anak ( $p > 0,05$ ).

Selain itu, kecilnya sumbangan sosialisasi emosi oleh orangtua terhadap regulasi emosi anak bisa jadi terkait pula dengan nilai kultur kolektivistik pada partisipan. Pada kultur kolektivistik, emosi dicirikan dengan kendali diri demi mendukung relasi yang harmonis dengan orang lain dan tercapainya tujuan kelompok; sebaliknya, pada kultur individualistik emosi dipandang bersifat unik pada masing-masing individu, sehingga ekspresi emosi secara terbuka merupakan hal yang didukung (Halberstadt dan Lozada, 2011). Raval, Raval, dan Deo (2014) menjelaskan pula bahwa pada ibu India, respon terhadap emosi negatif anak terkait dengan sosialisasi emosi lebih bersifat mengedepankan relasi (*relational socialization*) daripada bersifat otonomi (*autonomous socialization*). Dengan demikian, ada kemungkinan sosialisasi emosi oleh orangtua dalam penelitian ini kurang terungkap dengan jelas karena adanya kecenderungan pada individu berlatar belakang kultur kolektivistik untuk

mengutamakan relasi sosial yang harmonis sehingga tidak terlalu ekspresif dalam hal tertentu yang terkait dengan ekspresi emosi. Hal ini setidaknya didukung data respon non-suportif oleh ibu (skor minimal = 27, skor maksimal = 114, rentang skor = 87, rerata = 70,5 dan SD = 20,11) maupun respon non-suportif ayah terhadap ekspresi emosi negatif anak (skor minimal = 27, skor maksimal = 125, rentang skor = 98, rerata = 68,62 dan SD = 21,8) yang menunjukkan posisi skor rerata berada pada kategori rendah. Sedangkan untuk sosialisasi emosi ibu dan ayah melalui ekspresi emosi dan melalui *emotion coaching* berada pada kategori tinggi.

Di samping itu, hasil penelitian ini tidak terlepas dari beberapa keterbatasan. Pertama, peneliti tidak dapat mengontrol proses pengisian kuesioner karena diisi di rumah oleh orangtua, sehingga peneliti tidak dapat memastikan sepenuhnya apakah subjek sungguh-sungguh mengisi sesuai kondisi yang sebenarnya. Peneliti juga tidak melengkapi metode kuesioner dengan observasi. Kedua, jumlah subjek penelitian perlu diperbesar untuk memperoleh hasil pengujian yang lebih kuat. Terbatasnya jumlah subjek juga menyebabkan daya generalisasi hasil penelitian ini pada populasi orangtua anak TK secara umum belum cukup meyakinkan. Untuk itu dibutuhkan penelitian lanjutan dengan jumlah subjek yang lebih besar dan karakteristik demografis subjek yang lebih bervariasi. Ketiga, keterbatasan pada alat ukur translasi. Meskipun sebagian besar instrumen menunjukkan koefisien reliabilitas yang sangat baik, namun ada 2 instrumen yang memiliki koefisien reliabilitas kategori cukup baik. Selain itu, terdapat perbedaan jumlah aitem valid antara ibu dan ayah, sehingga perlu kehati-hatian dalam menginterpretasikan hasil analisis serta dalam melakukan komparasi.

### Simpulan dan Saran

Terdapat pengaruh yang signifikan variabel sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah melalui ekspresi emosi, melalui respon terhadap ekspresi emosi anak, dan melalui coaching emosi secara simultan (bersama-sama) terhadap regulasi emosi anak, dengan sumbangan pengaruh sebesar 16%. Implikasi hasil penelitian bagi pengelola sekolah TK dan guru TK adalah dapat menjadi rekomendasi bagi sekolah untuk mengembangkan program edukasi bagi para orangtua untuk mendukung perkembangan ketrampilan regulasi emosi yang baik pada anak sejak usia dini melalui sosialisasi emosi secara tepat.

Bagi penelitian lanjutan, hasil penelitian ini dapat ditindaklanjuti dengan menggunakan *multi-method* dalam pengukuran, memperbesar jumlah partisipan, serta menggunakan alat ukur dengan standar jumlah aitem yang sama antara ibu dan ayah sehingga dapat dilakukan perbandingan kontribusi sosialisasi emosi oleh ibu dan ayah. Hasil penelitian ini juga dapat dikembangkan lebih lanjut, misalnya mengeksplorasi variabel-variabel lain yang lebih berperan dalam menentukan perkembangan regulasi emosi anak, meneliti subjek berlatar belakang berbagai budaya, atau mendisain modul *parenting* melalui sosialisasi emosi oleh orangtua terhadap anak usia dini bagi orangtua.

### Referensi

- Baker, J.K., Fenning, R.M., & Crnic, K.A. (2011). Emotion socialization by mothers and fathers: Coherence among behaviors and associations with parent attitudes and children's social competence. *Social Development, 20* (2), 412-430. Doi:10.1111/j.1467-9507.2010.00585.x.
- Campos, J.J., Frankel, C.B., & Camras, L. (2004). On the nature of emotion regulation. *Child Development, 75* (2), 377-394.
- Chaplin, T.M., Cole, P.M dan Zahn-Waxler, C. (2005). Parental socialization of emotion expression: Gender differences and relations to child adjustment. *Emotion, 5* (1), 80-88.
- Cole, P.M., Dennis, T.A., Smith-Simon, K.E., & Cohen, L.H. (2009). Preschoolers' emotion regulation strategy understanding: Relations with emotion socialization and child self-regulation. *Social Development, 18*, 2, 324-352.

- Curtis, A., & O'Hagan, M. (2003). *Care and education in early childhood: A student's guide to theory and practice*. London: RoutledgeFalmer.
- Denham, S.A., Mitchell-Coppeland, J., Stranberg, K., Auerbach, S., & Blair, K. (1997). Parental contributions to preschoolers' emotional competence: Direct and indirect effects. *Motivation and Emotion, 21* (1), 65-86.
- Denham, S.A., Bassett, H.H., & Wyatt, T. (2007). The socialization of emotional competence. Dalam J. Grusec & P. Hastings (eds). *The Handbook of Socialization*. New York: Guilford.
- Denham, S.A., Basset, H.H., Sirotkin, Y.S., & Zinsser, K. (2013). Head Start preschoolers' emotional positivity and emotion regulation predict their social-emotion behavior, classroom adjustment, and early school success. *Dialog, 16* (2), 18-33.
- Denham, S.A., Ferrier, D.E., Howarth, G.Z., Herndon, K.J., & Bassett, H.H. (2016). Key considerations in assessing young children's emotional competence. *Cambridge Journal of Education*, <http://dx.doi.org/10.1080/0305764X.2016.1146659>
- Eisenberg, N., Hofer, C., & Vaughan, J. (2007). Effortful control and its socioemotional consequences. In J.J. Gross (Ed.). *Handbook of emotion regulation*. (pp. 287-306). New York: Guilford Press.
- Fabes, R. A., Leonard, S. A., Kupanoff, K., & Martin, C. L. (2001). Parental coping with children's negative emotions: Relations with children's emotional and social responding. *Child Development, 72*, 907-920. doi:10.1111/1467-8624.00323.
- Graziano, P.A., Reavis, R.D., Keane, S.P., & Calkins, S.D. (2007). The role of emotion regulation in children's early academic success. *Journal of School Psychology, 45*, 3-19.
- Gross, J.J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition and Emotion, 13*, 5, 551-573.
- Halberstadt, A. G., Cassidy, J., Stifter, C. A., Parke, R. D., & Fox, N. A. (1995). Self-expressiveness within the family context: Psychometric support for a new measure. *Psychological Assessment, 7*, 93-103. doi:10.1037/1040-3590.7.1.93.
- Halberstadt, A.G., & Lozada, F.T. (2011). Emotion development in infancy through the lens of culture. *Emotion Review, 3* (2), 158-168.
- Herndon, K.J, Bailey, C.S., Shewark, E., Denham, S.A., & Bassett, H.H. (2013). Preschoolers' emotion expression and regulation: Relations with school adjustment. *Journal of Genetic Psychology, 174* (0), 642-663.
- Hurrell, K.E., Hudson, J.L., & Schniering, C.A. (2015). Parental reactions to children's negative emotions: Relationship with emotion regulation in children with an anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 29*, 72-82. Doi: 10.1016/j.janxdis.2014.10.008.
- Hurlock, E.B. (1994). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa: Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Joseph, G.E. & Strain, P.S. (2003). Comprehensive evidence-based social-emotional curricula for young children: An analysis of efficacious adoption potential. *Topics in Early Childhood Special Education, 23* (2), 65-76.
- Kopp, C. B. (1989). Regulation of distress and negative emotions: A developmental view. *Developmental Psychology, 25*(3), 343-354.
- Kurniawan, A.P., & Hasanat, N.U. (2007). Perbedaan ekspresi emosi pada beberapa tingkat generasi suku Jawa di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi, 34* (1), 1-17.
- LaFreniere, P. (2000). *Emotional development, A biosocial perspective*. Belmont, California: Wadsworth/Thompson Learning.
- Lagace-Seguin, D., & Coplan, R.J. (2005). Maternal emotional styles and child social adjustment: Assessment, correlates, outcomes and goodness of fit in early childhood. *Social Development, 14* (4), 613-636.