

## **PERAN ORANG TUA DALAM REGULASI EMOSIONAL: STUDI KASUS PADA SALAH SATU ANAK USIA(6 TAHUN) DI KELURAHAN LILIBA**

Maria Septania Nadela Owa<sup>1\*</sup>, Sartika Kale<sup>2</sup>, Kristin Margiani<sup>3</sup>, Angelikus  
Nama Koten<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> PGPAUD FKIP Universitas Nusa Cendana

<sup>1</sup>[mariaseptanianadelaowa@gmail.com](mailto:mariaseptanianadelaowa@gmail.com)

### **ABSTRACT**

Emotional regulation is a child's ability to recognize, control, and express emotions appropriately. At an early age, children still need guidance from parents to help control emotions such as anger, sadness, disappointment, and excessive crying. This study aims to determine the role of parents in emotional regulation in a 6-year-old child in Liliba Village. This study used qualitative research with a case study method. The research informants consisted of two parents, namely the father and mother, and two immediate family members, namely the grandfather and grandmother of the 6-year-old child. Data collection techniques were carried out through interviews, observation, and documentation. Data analysis was carried out through the stages of data collection, data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The validity of the data in this study was carried out using source triangulation and technical triangulation techniques. Source triangulation was conducted by comparing information obtained from the father, mother, grandfather, and grandmother as research informants. Meanwhile, technical triangulation was conducted by comparing the results of interviews, observations, and documentation. In addition, the researcher also conducted member checks by reconfirming the results interviews with informants so that the data obtained corresponds to actual conditions. The results of the study show that parents have four roles that are highlighted, namely (1). As guides, parents accompany children when they experience emotions and help calm them down, (2). As educators, parents teach children to recognize and control emotions well., (3). As motivators, parents provide support, encouragement, and praise to children when they are able to control their emotions., (4). As role models, parents also become role models through their patient attitude, gentle way of speaking, and the ability to control emotions in front of children. Through these findings, parents are invited to play an active role in regulating children's emotions from an early age.

**Keywords:** *parental role, emotional regulation, early childhood, case study, emotional development*

### **ABSTRAK**

Regulasi emosional merupakan kemampuan anak dalam mengenali, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara tepat. Pada usia dini, anak masih membutuhkan bimbingan dari orang tua untuk membantu mengontrol emosi seperti marah, sedih, kecewa, dan menangis berlebihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran orang tua dalam regulasi emosional pada salah satu anak usia 6 tahun di Kelurahan Liliba. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus. Informan penelitian terdiri dari dua orang tua yakni

bapak dan mama dan anggota keluarga terdekat dua orang yakni opa dan oma dari anak usia 6 tahun. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui tahap pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui teknik triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari ayah, ibu, opa, oma sebagai informan penelitian. Sementara itu, triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, peneliti juga melakukan member check dengan mengonfirmasi kembali hasil wawancara kepada informan agar data yang diperoleh sesuai dengan kondisi yang sebenarnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua memiliki empat peran yang di tonjolkan, yaitu (1). Sebagai pembimbing, orang tua mendampingi anak saat mengalami emosi dan membantu menenangkan anak., (2). Sebagai pendidik, orang tua mengajarkan anak mengenali dan mengendalikan emosi dengan baik., (3). Sebagai motivator, orang tua memberikan dukungan, semangat, dan pujian kepada anak ketika mampu mengontrol emosinya., (4). Sebagai Teladan, orang tua juga menjadi teladan melalui sikap sabar, cara berbicara yang lembut, dan kemampuan mengendalikan emosi di depan anak. Melalui temuan ini orang tua di ajak untuk berperan aktif dalam regulasi emosi anak sejak dini.

**Kata Kunci:** Peran orang tua, Regulasi emosional, Anak usia dini, Studi kasus, Perkembangan emosi.

### **A. Pendahuluan**

Anak usia dini merupakan individu yang sedang berada pada masa perkembangan yang sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk perkembangan emosional. Regulasi emosional merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara tepat sesuai dengan situasi yang dihadapi. Kemampuan ini perlu dikembangkan sejak usia dini karena berpengaruh terhadap kemampuan anak dalam berinteraksi sosial, menyelesaikan

masalah, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Namun, pada kenyataannya masih ditemukan anak yang mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosinya, seperti mudah marah, menangis berlebihan, kecewa, cemas, atau menunjukkan perilaku agresif ketika menghadapi situasi yang tidak sesuai dengan keinginannya.

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi anak dalam memperoleh pendidikan dan pengalaman hidup. Orang tua memiliki peran yang sangat penting

dalam membantu perkembangan regulasi emosional anak. Melalui pola asuh, bimbingan, perhatian, serta contoh perilaku yang diberikan, orang tua dapat membantu anak memahami berbagai bentuk emosi dan cara mengelolanya dengan baik. Menurut Santrock (2023), perkembangan emosional anak sangat dipengaruhi oleh interaksi yang terjadi antara anak dan orang tua dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, Bar-On menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam memahami dan mengelola emosi sehingga mampu menghadapi berbagai tuntutan kehidupan secara efektif.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di Kelurahan Liliba, ditemukan bahwa terdapat seorang anak usia 6 tahun yang masih mengalami kesulitan dalam mengatur emosinya. Anak sering menunjukkan perilaku marah, menangis, dan kecewa secara berlebihan ketika keinginannya tidak terpenuhi atau ketika menghadapi masalah dengan teman maupun anggota keluarga. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosional anak masih memerlukan pendampingan

dan bimbingan yang lebih optimal dari lingkungan keluarga, khususnya orang tua.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan emosional anak. Orang tua yang aktif mendampingi, memberikan arahan, motivasi, dan menjadi teladan yang baik cenderung mampu membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosional secara lebih efektif. Sebaliknya, kurangnya perhatian dan pendampingan orang tua dapat menyebabkan anak mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi serta berinteraksi dengan lingkungan sosialnya.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini difokuskan pada peran orang tua dalam regulasi emosional pada salah satu anak usia 6 tahun di Kelurahan Liliba. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan bagaimana peran orang tua sebagai pendidik, pembimbing, motivator, dan teladan dalam membantu perkembangan regulasi emosional anak. Hasil

penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi orang tua, masyarakat, serta pengembangan ilmu pendidikan anak usia dini, khususnya yang berkaitan dengan peran keluarga dalam mendukung perkembangan emosional anak.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Penelitian dilakukan di Kelurahan Liliba, Kecamatan Oebobo, Kota Kupang. Subjek penelitian adalah orang tua dan anggota keluarga terdekat dari anak usia 6 tahun. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai peran orang tua dalam membantu anak mengelola emosi. Observasi dilakukan untuk melihat perilaku emosional anak dan respon orang tua secara langsung. Data yang diperoleh kemudian dianalisis melalui tahap pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan

## **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa orang tua memiliki peran penting sebagai pembimbing dalam membantu regulasi emosional anak usia 6 tahun di Kelurahan Liliba. Orang tua mendampingi anak ketika anak mengalami emosi seperti marah, sedih, atau kecewa. Saat anak menangis atau marah, orang tua berusaha menenangkan anak dengan berbicara secara lembut, memberikan nasihat, serta membantu anak memahami penyebab emosinya. Pendampingan tersebut membantu anak belajar mengontrol emosinya secara perlahan dan merasa lebih aman secara emosional.

Selain sebagai pembimbing, orang tua juga berperan sebagai pendidik dalam mengenalkan berbagai jenis emosi kepada anak. Orang tua mengajarkan anak tentang perasaan senang, sedih, marah, dan takut serta cara mengungkapkan emosi dengan baik. Orang tua juga mengajarkan anak cara menenangkan diri, seperti berbicara dengan baik

atau diam sejenak ketika marah. Melalui pengajaran tersebut, anak mulai memahami bahwa setiap emosi dapat disampaikan dengan cara yang positif tanpa harus melampiaskan kemarahan secara berlebihan.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa orang tua berperan sebagai motivator bagi anak. Orang tua memberikan dukungan, semangat, dan pujian ketika anak mampu mengendalikan emosinya dengan baik. Ketika anak merasa sedih atau kecewa, orang tua memberikan penguatan agar anak tetap percaya diri dan tidak mudah menyerah. Dukungan emosional yang diberikan orang tua membantu anak merasa dihargai dan dicintai sehingga anak menjadi lebih tenang dalam menghadapi masalah sehari-hari.

Selain itu, orang tua juga menjadi teladan bagi anak dalam mengelola emosi. Anak cenderung meniru sikap dan perilaku orang tua dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, orang tua berusaha

menunjukkan sikap sabar, berbicara dengan lembut, dan tidak marah berlebihan di depan anak. Sikap tersebut memberikan contoh yang baik bagi anak dalam menghadapi masalah dan mengendalikan emosinya. Dengan adanya peran orang tua sebagai pembimbing, pendidik, motivator, dan teladan, kemampuan regulasi emosional anak dapat berkembang dengan lebih baik.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai peran orang tua dalam regulasi emosional anak usia 6 tahun di Kelurahan Liliba, dapat disimpulkan bahwa orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membantu perkembangan regulasi emosi anak.

Peran orang tua tersebut terlihat dalam beberapa aspek, yaitu:

Sebagai pembimbing, orang tua membantu anak dalam mengelola emosi dengan cara

menenangkan,  
merangkul, membujuk,  
serta mendampingi anak  
ketika mengalami emosi  
seperti marah, sedih, atau  
menangis. Pendekatan  
ini membantu anak untuk  
merasa aman dan lebih  
mudah mengendalikan  
emosinya.

Sebagai pendidik, orang  
tua memberikan  
pemahaman kepada  
anak mengenai emosi,  
seperti marah, sedih, dan  
senang, serta  
mengajarkan perilaku  
yang baik.

Peran Motivator, orang  
tua berperan aktif dalam  
membangun  
kepercayaan diri dan  
semangat pantang  
menyerah pada anak  
melalui pemberian pujian,  
dukungan moril, dan  
kehadiran yang  
konsisten.

Peran Teladan, orang tua  
menyadari fungsinya  
sebagai model perilaku  
(role model) dengan

menunjukkan sikap  
tenang, sabar, dan  
kontrol diri yang stabil di  
hadapan anak, sehingga  
anak dapat meniru pola  
regulasi emosi yang  
sehat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, L. (2023). Pola asuh orang tua dalam mendidik perilaku sosial emosional anak usia 5-6 tahun di rt 5/1 dan rt 3/2 Desa Degan Kecamatan Winong Kabupaten Pati. *Eprints.Walisongo.Ac.Id*, 2(1), 1–170. [https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/24670/%0Ahttps://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/24670/1/%281903106073%29\\_Lathifatun Nur Aini\\_Skripsi Full - Aini.pdf](https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/24670/%0Ahttps://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/24670/1/%281903106073%29_Lathifatun%20Nur%20Aini_Skripsi%20Full%20-%20Aini.pdf)
- Astuti, B., Handayani, A., & Rakhmawati, D. (2024). Analisis Masalah Perkembangan Sosial Emosi Pada Anak Didik di Kelas Rendah dan Penanganannya. *Jurnal Upgris Edukatika*, 02(01), 27–32.
- Aprilia Ayu Saputri, I. P. (2022). Peran Orangtua dalam Perkembangan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun di TK ABA Tegalsari, Bantul. *Jurnal Ilmiah Psikologi (JIPSI)*, 4(1), 35–44.
- Appulembang, Y. A., & Agustina. (2019). Studi Komparatif: Perbedaan Status Identitas Diri Remaja Ditinjau Dari Pola Asuh Orangtua Di Universitas X Di Jakarta. *Jurnal Bimbingan Dan*

- Konseling Ar-Rahman*, 5(1), 17–23.  
<https://doi.org/10.31602/jbkr.v5i1.1767>
- Aisyah, S., & Nurhayati. (2021). Karakteristik perkembangan anak usia dini dalam proses pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 85–93.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Nolen-Hoeksema, S. (2021). *Pengantar psikologi* (edisi terbaru). Jakarta: Erlangga
- Berk, L. E. (2022). *Development through the lifespan*. Hoboken, NJ: Pearson Education.
- Baumrind, D. (2013). Authoritative parenting revisited: History and current status. *Child Development Perspectives*, 7(1), 11–15.  
<https://doi.org/10.1111/cdep.12008>
- Calkins, S. D., & Hill, A. (2007). Caregiver influences on emerging emotion regulation. In J. J. Gross, *Handbook of emotion regulation*. Guilford Press. (229–248).
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2020). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, 48(2), 1–10.
- Eka Yunita Amna, J. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Siswa Taman Kanak-Kanak Di Tk Lampoh Keudee. *Jurnal Aceh Medika*, 9623(2548-9623.), 50–57.
- Efrideanti, T., Vitaloka, W., & Zaki, A. (2025). The Role of Parents in Managing Negative Emotions in Early Childhood. *Journal of Islamic Education Students*, 5(1), 124–134.  
<https://doi.org/10.31958/jies.v5i1.14940>
- Early Childhood Education and Development Studies (ECEDS)*, 5(2), 31–35.
- Fauziah<sup>1</sup>, A., Keisha<sup>2</sup>, A. Y., Natalia, M., Wanga<sup>3</sup>, K., Dhira Khairunnisa<sup>4</sup>, N., Izzah<sup>5</sup>, N. N., Huwaiza, Q., Taqwa<sup>6</sup>, A., Guru, P., Anak, P., & Dini, U. (2022). Keterlibatan Orang Tua dalam Memberikan Stimulasi Emosi pada Anak. *Qawwam: Journal for Gender Mainstreaming*, 16(2), 89–98.  
<https://doi.org/10.20414/qawwam.v16i2.6566>