

# Peran Orang Tua dalam Membentuk Regulasi Emosi dan Kemandirian Anak Usia Dini

Suaidah Lubis<sup>1</sup>, Sintong Ekapiasi Situmeang<sup>2</sup>, Ika Nurhandayani<sup>3</sup>, Irma Manurung<sup>4</sup>, Dwi Ayu Ningsih<sup>5</sup>, Hafnizar<sup>6</sup>, Tengku Nuranasyah Syam<sup>7</sup>, Lenny Marlina Simbolon<sup>8</sup>, Dohar Mauli Manurung<sup>9</sup>  
1,2,3,4,5,6,7,8,9Program Studi Magister Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

## ARTICLE INFO

### Article history:

Received: 10 Januari 2026

Revised : 24 Januari 2026

Accepted : 29 Januari 2026

### Keywords:

Parental Role,  
Emotional Regulation,  
Independence,  
Early Childhood

### How to Cite:

Lubis, S., Situmeang, S. E., Nurhandayani, I., Manurung, I., Ningsih, D. A., Hafnizar, H., Syam, T. N., Simbolon, L. M., & Manurung, D. M. (2026). Peran Orang Tua dalam Membentuk Regulasi Emosi dan Kemandirian Anak Usia Dini. *Tut Wuri Handayani : Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 5(1), 61–65. Retrieved from <https://jurnal.risetilmiah.ac.id/index.php/jkip/article/view/1338>

## ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran orang tua dalam membentuk regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini di TK Bhineka Tunggal Ika. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Subjek penelitian terdiri atas lima orang tua yang memiliki anak usia 4-6 tahun dan terlibat langsung dalam pengasuhan sehari-hari, serta didukung oleh informasi dari guru kelas. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setiap subjek menerapkan pola pendampingan yang berbeda dalam membentuk regulasi emosi dan kemandirian anak. Regulasi emosi anak terbentuk melalui respon emosional orang tua yang hangat, keteladanan dalam mengelola emosi, serta komunikasi yang membantu anak mengenali dan mengekspresikan perasaannya. Sementara itu, kemandirian anak berkembang melalui pembiasaan aktivitas sehari-hari, pemberian kesempatan untuk mencoba secara mandiri, serta penguatan positif dari orang tua. Faktor pendukung dalam pendampingan meliputi kesabaran dan kesadaran orang tua, sedangkan faktor penghambat berupa keterbatasan waktu dan kelelahan. Penelitian ini menegaskan bahwa kualitas pendampingan orang tua berperan penting dalam mendukung perkembangan regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini.

This study aims to describe the role of parents in shaping emotional regulation and independence in early childhood at TK Bhineka Tunggal Ika. This research employed a qualitative descriptive approach. The research subjects consisted of five parents of children aged 4-6 years who were directly involved in daily caregiving, supported by information from classroom teachers. Data were collected through in-depth interviews and participant observation. The findings indicate that each subject applied different parenting practices in supporting children's emotional regulation and independence. Emotional regulation was developed through warm emotional responses, parental role modeling, and communication that helped children recognize and express their emotions. Children's independence was fostered through daily habituation, opportunities for autonomous practice, and positive reinforcement. Supporting factors included parental patience and awareness, while inhibiting factors involved time constraints and parental fatigue. This study highlights that the quality of parental involvement plays a crucial role in promoting emotional regulation and independence in early childhood.

This is an open access article under the CC BYSA license



## Corresponding Author:

**Suaidah Lubis**

Program Studi Magister Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

[suaidah@staff.uma.ac.id](mailto:suaidah@staff.uma.ac.id)

## Pendahuluan

Anak usia dini berada pada masa perkembangan yang sangat menentukan bagi kehidupan selanjutnya. Pada fase ini, perkembangan emosi dan kemandirian menjadi fondasi penting bagi kemampuan anak dalam berinteraksi sosial, mengelola diri, serta menghadapi tuntutan lingkungan. Menurut Hurlock (2013), masa anak usia dini merupakan periode kritis bagi perkembangan emosional dan sosial karena pengalaman awal akan memengaruhi pola perilaku anak pada tahap perkembangan berikutnya. Oleh karena itu, regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini tidak berkembang secara otomatis, melainkan terbentuk melalui proses interaksi yang berkelanjutan dengan lingkungan terdekat, khususnya orang tua.

Regulasi emosi anak usia dini merujuk pada kemampuan anak dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat sesuai dengan situasi sosial. Gottman (2007) menjelaskan bahwa kemampuan regulasi emosi anak berkembang melalui proses pendampingan emosional dari orang tua, terutama melalui validasi emosi, komunikasi yang hangat, dan keteladanan dalam mengelola emosi. Sementara itu, kemandirian anak usia dini berkaitan dengan kemampuan anak melakukan aktivitas sehari-hari, mengambil keputusan sederhana, serta bertanggung jawab terhadap tugas-tugas ringan sesuai dengan tahap perkembangannya. Erikson (1963) dalam teori perkembangan psikososial menyatakan bahwa pada tahap *autonomy versus shame and doubt*, anak membutuhkan dukungan dan kepercayaan dari orang tua agar mampu berkembang menjadi individu yang mandiri dan percaya diri. Kedua aspek ini saling berkaitan dan menjadi indikator penting dalam kesiapan anak menghadapi lingkungan sosial dan pendidikan selanjutnya.

Dalam praktiknya, masih ditemukan anak usia dini yang menunjukkan kesulitan dalam mengelola emosi, seperti mudah marah, menangis berlebihan, atau mengalami tantrum, serta menunjukkan tingkat kemandirian yang rendah dalam aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut sering kali berkaitan dengan pola pendampingan orang tua yang belum optimal atau belum konsisten. Baumrind (1991) menjelaskan bahwa kualitas relasi dan pola interaksi orang tua dengan anak sangat memengaruhi perkembangan sosial-emosional dan kemandirian anak. Orang tua sebagai lingkungan pertama anak memiliki peran strategis dalam membentuk dasar regulasi emosi dan kemandirian melalui cara berinteraksi, memberikan contoh, serta membiasakan anak menghadapi situasi sehari-hari secara mandiri.

Berbagai penelitian sebelumnya telah membahas peran orang tua dalam perkembangan emosi dan kemandirian anak usia dini. Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih bersifat kuantitatif atau membahas peran orang tua secara umum, tanpa menggali secara mendalam pengalaman dan praktik nyata yang dilakukan oleh masing-masing orang tua dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, kajian kualitatif yang secara spesifik mendeskripsikan variasi pola pendampingan orang tua dalam membentuk regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini masih terbatas, khususnya pada konteks pendidikan anak usia dini di lingkungan taman kanak-kanak.

Berdasarkan kondisi tersebut, terdapat kebutuhan akan penelitian kualitatif yang mampu menggambarkan secara mendalam bagaimana orang tua mendampingi regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini dalam konteks keseharian. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada peran orang tua dalam membentuk regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini di TK Bhineka Tunggal Ika. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bentuk pendampingan orang tua serta menjadi rujukan bagi sekolah dan orang tua dalam mendukung perkembangan emosi dan kemandirian anak usia dini secara optimal.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai peran orang tua dalam membentuk regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengungkapan pengalaman, pandangan, dan praktik pendampingan orang tua dalam konteks kehidupan sehari-hari.

Penelitian dilaksanakan di TK Bhineka Tunggal Ika. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu orang tua yang memiliki anak usia dini berusia 4-6 tahun dan terlibat langsung dalam pendampingan anak sehari-hari. Subjek utama penelitian berjumlah lima orang tua. Untuk memperkuat data, penelitian ini juga melibatkan guru kelas sebagai informan pendukung.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipan. Wawancara mendalam digunakan untuk menggali pengalaman, pandangan, dan praktik orang tua dalam mendampingi regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini. Observasi partisipan dilakukan untuk mengamati perilaku anak serta interaksi antara orang tua dan anak dalam aktivitas sehari-hari yang berkaitan dengan regulasi emosi dan kemandirian.

Analisis data dilakukan secara tematik, melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data yang diperoleh dari wawancara dan observasi dianalisis untuk menemukan tema-tema yang berkaitan dengan peran orang tua dalam membentuk regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini.

Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan metode, serta member checking kepada subjek penelitian untuk memastikan kesesuaian antara data yang diperoleh dengan pengalaman dan pandangan subjek.

## Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap lima orang tua yang memiliki anak usia dini berusia 4-6 tahun di TK Bhineka Tunggal Ika serta diperkuat dengan hasil observasi partisipan. Untuk menjaga kerahasiaan identitas, subjek penelitian diberi kode S1, S2, S3, S4, dan S5. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua memiliki peran penting dalam membentuk regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini, dengan variasi pola pendampingan pada masing-masing subjek.

### Peran Orang Tua dalam Membentuk Regulasi Emosi Anak Usia Dini

Berdasarkan hasil wawancara, Subjek 1 (S1) menunjukkan pola pendampingan emosional yang responsif. S1 membantu anak mengenali emosi dengan menyebutkan perasaan yang dialami anak ketika anak menunjukkan perilaku menangis atau marah. Pendekatan yang digunakan berupa komunikasi verbal dengan nada lembut serta sentuhan fisik yang menenangkan, seperti memeluk anak. Observasi menunjukkan bahwa anak menjadi lebih cepat tenang setelah mendapatkan respon tersebut.

Subjek 2 (S2) menekankan pentingnya keteladanan dalam pengelolaan emosi. S2 berusaha mengontrol emosi ketika menghadapi perilaku anak agar anak tidak meniru respon negatif. Berdasarkan hasil observasi, anak dari S2 cenderung meniru cara orang tua menyelesaikan masalah secara verbal dan lebih jarang menunjukkan perilaku tantrum.

Subjek 3 (S3) mengungkapkan bahwa anak masih sering mengalami tantrum ketika keinginannya tidak terpenuhi. S3 biasanya memberikan waktu kepada anak untuk menenangkan diri terlebih dahulu sebelum mengajak anak berbicara mengenai perasaan yang dialami. Pendekatan ini membantu anak memahami emosinya secara bertahap meskipun masih memerlukan pendampingan yang konsisten.

Subjek 4 (S4) menyampaikan bahwa keterbatasan waktu akibat kesibukan kerja menjadi tantangan dalam mendampingi emosi anak. Namun, S4 tetap berupaya menjaga kualitas interaksi dengan meluangkan waktu khusus untuk mendengarkan cerita anak. Observasi menunjukkan bahwa anak tetap mampu mengekspresikan perasaan kepada orang tua meskipun waktu interaksi terbatas.

Subjek 5 (S5) menerapkan komunikasi yang terbuka dan hangat dalam mendampingi emosi anak. S5 membiasakan anak mengekspresikan perasaan dengan kata-kata dan menghindari respon marah ketika anak menunjukkan emosi negatif. Anak terlihat lebih mampu mengungkapkan perasaan sedih atau kecewa secara verbal.

#### **Peran Orang Tua dalam Membentuk Kemandirian Anak Usia Dini**

Hasil wawancara menunjukkan bahwa seluruh subjek membiasakan anak melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri sesuai dengan kemampuan anak. Subjek 1 dan Subjek 3 membiasakan anak makan sendiri dan merapikan mainan setelah digunakan, meskipun anak masih membutuhkan arahan verbal. Subjek 2 memberikan kesempatan kepada anak untuk memilih pakaian dan aktivitas bermain, sehingga anak terbiasa mengambil keputusan sederhana.

Subjek 4 melatih anak melakukan aktivitas perawatan diri, seperti memakai sepatu dan mencuci tangan sendiri, sebagai bentuk pembiasaan kemandirian. Subjek 5 tidak langsung membantu anak ketika mengalami kesulitan, tetapi memberikan arahan agar anak mencoba menyelesaikan tugasnya sendiri. Observasi menunjukkan bahwa anak yang dibiasakan mandiri cenderung lebih percaya diri dan bertanggung jawab terhadap tugas-tugas sederhana.

#### **Faktor Pendukung dan Penghambat**

Hasil penelitian juga mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam pendampingan orang tua. Faktor pendukung meliputi kesabaran orang tua, komunikasi yang hangat, serta kesadaran orang tua akan pentingnya regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini. Sementara itu, faktor penghambat meliputi keterbatasan waktu, kelelahan orang tua, serta perbedaan pola pendampingan antara ayah dan ibu.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran orang tua memiliki kontribusi yang sangat penting dalam membentuk regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa kemampuan anak dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi tidak berkembang secara spontan, melainkan melalui proses pendampingan yang konsisten dari orang tua dalam kehidupan sehari-hari. Orang tua berperan sebagai figur utama yang memberikan contoh, respon emosional, serta arahan dalam membantu anak memahami emosinya.

Dalam aspek regulasi emosi, temuan penelitian menunjukkan bahwa pendekatan orang tua yang responsif dan komunikatif, seperti yang dilakukan oleh Subjek 1 dan Subjek 5, membantu anak menenangkan diri dan mengekspresikan perasaan secara lebih adaptif. Pola pendampingan ini sejalan dengan konsep *emotion coaching* yang dikemukakan oleh Gottman (2007), yang menekankan pentingnya validasi emosi dan komunikasi hangat dalam membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi. Anak yang mendapatkan respon emosional positif dari orang tua cenderung lebih mampu mengendalikan emosi negatif seperti marah dan kecewa.

Keteladanan orang tua dalam mengelola emosi, sebagaimana terlihat pada Subjek 2, juga menjadi faktor penting dalam pembentukan regulasi emosi anak usia dini. Anak belajar melalui proses peniruan terhadap perilaku orang tua dalam menghadapi situasi yang menimbulkan emosi. Temuan ini mendukung pandangan Hurlock (2013) yang menyatakan bahwa perkembangan emosional anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, terutama melalui contoh perilaku yang ditunjukkan oleh orang tua.

Selain regulasi emosi, hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua berperan signifikan dalam membentuk kemandirian anak usia dini. Pemberian kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, seperti makan sendiri, merapikan mainan, memilih pakaian, dan melakukan perawatan diri sederhana, membantu anak mengembangkan rasa percaya diri dan tanggung jawab. Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan psikososial Erikson (1963) pada tahap *autonomy versus shame and doubt*, yang menekankan bahwa dukungan dan kepercayaan dari orang tua memungkinkan anak berkembang menjadi individu yang mandiri dan tidak ragu terhadap kemampuannya sendiri.

Hasil penelitian juga menunjukkan adanya faktor pendukung dan penghambat dalam pendampingan orang tua. Kesabaran, komunikasi yang hangat, serta kesadaran orang tua akan pentingnya regulasi emosi dan kemandirian menjadi faktor pendukung utama. Sebaliknya, keterbatasan waktu dan kelelahan orang tua menjadi faktor penghambat yang memengaruhi konsistensi pendampingan. Temuan ini sejalan dengan pandangan Baumrind (1991) yang menyatakan bahwa kualitas interaksi orang tua dan anak berpengaruh terhadap perkembangan sosial-emosional dan kemandirian anak.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini terbentuk melalui interaksi yang berkelanjutan antara orang tua dan anak. Pendampingan emosional yang konsisten, keteladanan perilaku, serta pemberian kesempatan kepada anak untuk bersikap mandiri merupakan kunci utama dalam mendukung perkembangan anak usia dini secara optimal.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar orang tua dapat terus meningkatkan kualitas pendampingan terhadap regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini melalui komunikasi yang hangat, keteladanan dalam mengelola emosi, serta pemberian kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri sesuai dengan tahap perkembangannya. Konsistensi dalam pendampingan diharapkan dapat membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi dan kemandirian secara optimal.

Bagi pihak sekolah, khususnya TK Bhineka Tunggal Ika, disarankan untuk memperkuat kerja sama dengan orang tua melalui program parenting atau kegiatan pendampingan yang berfokus pada pengembangan regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini. Sekolah dapat berperan sebagai fasilitator dalam memberikan pemahaman dan dukungan kepada orang tua terkait praktik pendampingan yang efektif.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan melibatkan jumlah subjek yang lebih luas serta mempertimbangkan variabel lain yang relevan, seperti perbedaan pola pendampingan antara ayah dan ibu, latar belakang keluarga, atau peran lingkungan sekolah, guna memperkaya kajian mengenai regulasi emosi dan kemandirian anak usia dini.

## References

- Sujiono, Y. N. (2014). Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini. Jakarta: Indeks.
- Hurlock, E. B. (2013). Perkembangan Anak. Jakarta: Erlangga.
- Gottman, J. M. (2007). Raising an emotionally intelligent child. Simon & Schuster.
- Suryana, D. (2016). Pendidikan Anak Usia Dini: Teori dan Praktik Pembelajaran. Jakarta: Kencana