

**BIMBINGAN ORANG TUA DALAM MEMBENTUK  
PENGENDALIAN EMOSI MARAH ANAK PADA  
MASA PANDEMI COVID-19 DI KELURAHAN BOBOSAN**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof K.H.  
Saifuddin Zuhri Purwokerto Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)**

**Oleh:  
NUR AINI FAJRIYANTI  
NIM. 1717101027**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
2022**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Aini Fajriyanti  
NIM : 1717101027  
Jenjang : S-1  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah  
Judul Skripsi : **Bimbingan Orang Tua dalam Membentuk Pengendalian Emosi Marah Anak pada Masa Pandemi Covid-19 di kelurahan Bobosan**

Menyatakan dengan ini sesungguhnya skripsi saya ini adalah asli hasil karya saya atau penelitian saya sendiri dan bukan dari karya orang lain, serta jika ada kutipan dalam skripsi ini ditulis sumber yang tepat.

Purwokerto, 16 Desember 2021

Yang Menyatakan



**Nur Aini Fajriyanti**

NIM. 1717101027



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

**PENGESAHAN**

**Skripsi Berjudul**

**BIMBINGAN ORANG TUA DALAM MEMBENTUK PENGENDALIAN EMOSI  
MARAH ANAK PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI KELURAHAN  
BOBOSAN**

Yang disusun oleh Saudara Nur Aini Fajriyanti, NIM. 1717101027 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari Senin tanggal 10 Januari 2022 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S.Sos)** dalam **Bimbingan dan Konseling Islam** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Dr. Hj. Khusnul Khotimah, M.Ag  
NIP. 19740310 199803 2 002

Sekretaris Sidang/Penguji II

Lutfi Faishol, M.Pd  
NIP. 19921028 201903 1 013

Penguji Utama

Dr. Herie Kurniawati, M.A.Psi  
NIP. 19790530 200701 2 019

Mengesahkan,

25-1-22

Dekan,



Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag  
NIP. 19591219 199803 1 001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah  
UIN Prof K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto  
Di Purwokerto

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah melakukan bimbingan telaah, arahan, dan koreksi penulisan skripsi dari:

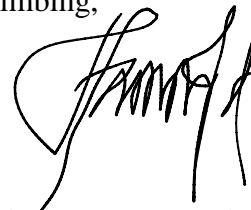
Nama : Nur Aini Fajriyanti  
NIM : 1717101027  
Jenjang : S-1  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah  
Judul Skripsi : Bimbingan Orang Tua dalam Membentuk Pengendalian Emosi Marah Anak pada Masa Pandemi Covid-19 di Kelurahan Bobosan

Sebagai pembimbing berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Purwokerto, 16 Desember 2021

Pembimbing,



**Dr. Hj. Khusnul Khotimah, M.Ag**  
NIP. 19740310 199803 2 002

## **MOTTO**

“Tidak ada balasan kebaikan kecuali kebaikan (pula).”

QS. Ar-Rahman: 60





## PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Segala rasa syukur tucurahkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan banyak nikmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar. Dengan senang hati sebuah karya tulis yang sederhana ini peneliti mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua peneliti, yaitu Umi Nurhayatiningsih yang selalu mendo'akan, memberikan kasih sayang yang tulus dan dukungan penuh, rela berjuang dan berkorban dalam segala hal, serta menjadi ibu yang sangat luar biasa dalam kehidupan peneliti. Serta (Alm.) Abi Mukharis yang selalu peneliti rindukan. Terimakasih banyak telah menjadi seorang ayah dengan pengorbanan dan jasanya yang begitu besar selama hidupnya dan selalu menjadi panutan peneliti. Semoga segala pengorbanan kalian mendapatkan imbalan Surga-Nya Allah SWT. Aamiin.
2. Kakakku satu-satunya, Achmad Nur Rofiq yang telah memberikan dukungan dan motivasi serta menjadi kakak yang baik yang menambah warna-warni kehidupan peneliti. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan yang terbaik di dunia dan di akhirat nanti. Aamiin.
3. Almarhum mbah Marsiti dan pakde Suwarno yang selalu peneliti rindukan setiap saat. Terimakasih atas segala kasih sayang yang telah engkau berikan.
4. Saudara-saudara peneliti yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terimakasih selalu memberikan dukungan positif terhadap peneliti.
5. Hardana Ashar Firas Yurida yang selalu memberikan dukungan, perhatian, dan kasih sayangnya kepada peneliti. Semoga Allah SWT meridhoi rencana baik kami. Aamiin.
6. Keluarga besar BKI A Angkatan 2017 yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu. Terimakasih atas kebersamaan dan kenang-kenangan yang takkan terlupakan.

**BIMBINGAN ORANG TUA DALAM MEMBENTUK PENGENDALIAN  
EMOSI MARAH ANAK PADA MASA PANDEMI COVID-19  
DI KELURAHAN BOBOSAN**

Nur Aini Fajriyanti  
NIM. 1717101027

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya pandemi covid-19 yang memberikan kebijakan baru untuk melakukan berbagai kegiatan dari rumah. Adanya pandemi covid-19 mengakibatkan perubahan emosional pada anak. Maka dari itu pengendalian emosi marah pada anak khususnya pada masa pandemi covid-19 menjadi sangat penting di RT 01 RW 02 kelurahan Bobosan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19. Metode penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian berjumlah lima orang tua yang memiliki anak berusia 3-8 tahun. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan yang dilakukan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 yaitu dengan cara: 1) bimbingan orang tua melalui pembiasaan, 2) bimbingan orang tua melalui nasehat, 3) bimbingan orang tua melalui keteladanan, 4) bimbingan orang tua melalui pengawasan. Sedangkan model pengendalian emosi yang dilakukan orang tua di RT 01 RW 02 Bobosan termasuk ke dalam model pengendalian katarsis, pengendalian rasionalisasi, pengendalian dzikrullah dan pengendalian strategi coping.

**Kata Kunci:** *Bimbingan Orang Tua, Pengendalian Emosi, Covid-19*

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul *“Bimbingan Orang Tua dalam Membentuk Pengendalian Emosi Marah Anak Usia Dini Pada Masa Pandemi Covid-19 di Kelurahan Bobosan”*. Skripsi ini ditujukan untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada program studi Bimbingan dan Konseling Islam di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penyusunan skripsi ini tentu tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, sehingga dengan penuh rasa hormat peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan secara moril maupun materiil. Oleh karena itu peneliti menyampaikan terima kasih kepada:


1. Dr. KH. Moh. Roqib, M.Ag., Rektor Universitas Islam Negeri Prof K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Nur Azizah, M.Si., Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Prof K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Hj. Khusnul Khotimah, M.Ag., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Segenap dosen dan staf administrasi Universitas Islam Negeri Prof K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, terkhusus di Fakultas Dakwah yang telah membantu urusan akademik peneliti.
6. Segenap warga RT. 01 RW. 02 Kelurahan Bobosan Kec. Purwokerto Utara Kab. Banyumas.
7. Kedua orang tua tersayang, (Alm.) Abi Mukharis dan Umi Nurhayatiningsih serta segenap keluarga.
8. Keluarga besar BKI A angkatan 2017.



9. Segenap kerabat dan pihak yang turut berpartisipasi dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal kepada semuanya. Peneliti menyadari penulisan skripsi ini jauh dari kata sempurna, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini dan dapat berguna bagi penelitian di waktu yang akan datang.

Purwokerto, 16 Desember 2021



**Nur Aini Fajriyanti**  
NIM. 1717101027



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PENGESAHAN .....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
<b>BAB I      PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	9
C. Batasan dan Rumusan Masalah.....	12
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	13
E. Kajian Pustaka.....	13
F. Sistematika Penulisan.....	16
<b>BAB II     LANDASAN TEORI</b>	
A. Bimbingan Orang Tua.....	18
1. Pengertian Bimbingan Orang Tua.....	18
2. Ciri-ciri Bimbingan Orang Tua .....	19
3. Bentuk-bentuk Bimbingan Orang Tua .....	20
B. Pengendalian Emosi .....	22
1. Emosi.....	22
a. Pengertian Emosi.....	22
b. Bentuk-bentuk Emosi .....	25
c. Emosi Marah .....	26
2. Pengendalian Emosi .....	27
a. Pengertian dan Ciri-ciri Pengendalian Emosi .....	27

	b. Dampak Pengendalian Emosi.....	29
	c. Model-model Pengendalian Emosi .....	31
	C. Anak .....	34
	1. Pengertian Anak .....	34
	2. Perkembangan Emosi Anak .....	35
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN</b>	
	A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	38
	B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	38
	C. Subjek dan Objek Penelitian .....	39
	D. Sumber Data.....	40
	E. Teknik Pengumpulan Data.....	40
	F. Teknik Analisis Data.....	42
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
	A. Penyajian Data.....	44
	1. Sejarah Lokasi Penelitian .....	44
	2. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	45
	3. Deskripsi Subjek Penelitian .....	46
	B. Bimbingan Orang Tua pada Masa Pandemi Covid-19.....	50
	C. Emosi Anak pada Masa Pandemi Covid-19.....	52
	D. Bentuk-bentuk Bimbingan Orang Tua Dalam Membentuk Pengendalian Emosi Marah Anak pada Masa Pandemi Covid- 19 .....	54
	E. Model Pengendalian Emosi Anak pada Masa Pandemi Covid- 19 .....	60
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Kesimpulan .....	70
	B. Saran.....	71
	<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
	<b>LAMPIRAN</b>	
	<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Wawancara

Lampiran 2. Foto Dokumentasi Penelitian

Lampiran 3. Blangko Bimbingan

Lampiran 4. Surat Keterangan Wakaf

Lampiran 5. Daftar Riwayat Hidup



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Saat ini dunia sedang disibukkan dengan munculnya virus corona (Covid-19) yang mulai menyebar di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 yang dikomunikasikan langsung oleh Presiden RI (Joko Widodo). Dihitung hingga 10 Agustus 2021 perkembangan virus covid-19 di Indonesia jumlah kasus terkonfirmasi positif covid-19 menjadi 3.718.821 kasus dengan 3.171.147 sembuh dan 110.619 meninggal dunia.<sup>1</sup> Covid-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh jenis corona virus yang pertama kali ditemukan di Wuhan, Tiongkok pada bulan Desember 2019. Adapun gejala covid-19 yang paling umum ialah demam, rasa lelah dan batuk kering, hidung tersumbat, pilek, sakit tenggorokan atau diare. Virus ini dapat menyebar melalui percikan-percikan dari hidung atau mulut yang keluar dari orang yang terjangkit covid-19. Pemerintah dalam hal ini kementerian kesehatan telah mengeluarkan pedoman tindakan pencegahan covid-19 yaitu menjaga kebersihan diri dengan cara: a) mencuci tangan dengan sabun atau menggunakan hand sanitizer, b) hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut dengan tangan yang belum dicuci, c) memakai masker pada saat bepergian dan sakit, d) menjauhi kerumunan dan tidak bepergian apabila tidak ada kepentingan. Covid-19 memberikan dampak sangat luas bagi seluruh aspek kehidupan masyarakat baik kesehatan, ekonomi, sosial budaya, politik hukum, dan termasuk juga pendidikan.<sup>2</sup>

Salah satu himbauan untuk menekan lajunya penyebaran covid-19 adalah tetap tinggal di rumah. Ditambah dengan adanya himbauan pemerintah untuk bekerja dan belajar dari rumah maka sejak merebaknya covid-19 di

---

<sup>1</sup> Data Sebaran Covid-19, diakses dari <https://covid19.go.id/> pada tanggal 10 Agustus 2021 pukul 19.17 WIB.

<sup>2</sup> Rohita, "Pengenalan Covid-19 Pada Anak Usia Prasekolah: Analisis Pada Pelaksanaan Peran Orang Tua Di Rumah", *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Volume 5. Issue 1, 2021, hlm 316.



Indonesia sampai hari ini masyarakat mulai menerapkan tetap tinggal di rumah dan tidak kemana-mana jika tidak ada urusan penting. Artinya sebagian besar orang saat ini menghabiskan waktu di rumah bersama keluarga. Menghadapi perubahan tersebut secara mendadak dapat menyebabkan perubahan emosional pada semua orang. Begitu juga dengan anak-anak yang saat ini harus lebih banyak berdiam diri di rumah. Situasi ini dapat menyebabkan anak menjadi stress karena mereka harus berdiam diri di rumah dalam jangka waktu lama, aktivitas terganggu, dan merenggut kesempatan bereksplorasi dengan lingkungan. Anak-anak tidak sama seperti orang dewasa, fungsi kognitif atau pemikiran anak belum sempurna orang dewasa dan memiliki keterbatasan. Bila orang dewasa dihadapkan dalam situasi harus berdiam diri di rumah dalam jangka waktu lama, mereka bisa lebih memahami karena sudah mampu berpikir mengenai dampak di masa sekarang dan masa depan.<sup>3</sup> Oleh sebab itu, orang tua diusahakan dapat mengerti bagaimana yang harus dilakukan agar anak tidak bosan dan jenuh selama berada di rumah. Salah satu hal yang harus diperhatikan yaitu dengan memenuhi kebutuhan emosional anak. Hal ini dapat meminimalisir dampak emosional pada anak, seperti stress yang dapat mempengaruhi perilaku, mental, dan aktivitas psikososial.

Fitriani menyatakan dalam jurnal Farida Rohayani yang berjudul *“Journal For Gender Mainstreaming”*: *“dalam kondisi seperti ini, anak-anak tidak mengerti apa yang mereka hadapi, kuncinya menjaga rutinitas bagi anak-anak usia dini”*. Hal ini sejalan dengan pernyataan Spesialis Perkembangan Anak (Child Fund International) di Indonesia, Eka Hidayati mengemukakan: *“anak-anak khususnya di usia dua tahun ke atas bisa merasakan bingung di tengah pandemi covid-19”*. Psikolog anak dan remaja, Vera Itabiliana Hadiwidjojo sebagaimana dikutip oleh Farida Rohayani dalam *“Journal For Gender Mainstreaming”* menyatakan: *“karakter tangguh dapat meningkatkan kemampuan sang anak untuk lebih memahami orang lain. Hal*

---

<sup>3</sup> A Tabi'in, "Problematika Stay At Home Pada Anak Usia Dini Di Tengah Pandemi Covid-19", *Jurnal Golden Age*, Volume. 04 Nomor. 1, 2020, hlm 192-193.

itu juga tergerak untuk melakukan sesuatu hal positif yang mampu memberikan manfaat bagi orang lain. Lebih lanjut, Vera menjelaskan bahwa situasi yang penuh dengan ketidakpastian dapat menimbulkan rasa kecemasan berlebih bagi setiap orang termasuk anak. Mencermati hal ini, penting bagi orang tua untuk mengembangkan kekuatan di dalam diri anak agar bisa beradaptasi dalam menghadapi beragam tantangan kehidupan”.<sup>4</sup>

Anak merupakan potensi yang memungkinkan untuk menjadi penerus cita-cita perjuangan negara. Anak-anak memiliki peran strategis, berkarakteristik dan oleh karena itu diperlukan pembinaan perlindungan khusus sebagai upaya melindungi tumbuh kembang fisik, mental dan sosial. Seorang anak yang memiliki pertumbuhan dan perkembangan baik apabila orang tua melakukan pola asuh dengan baik, namun jika pola asuh tidak diberikan dengan baik maka anak akan mengalami perkembangan yang tidak optimal.<sup>5</sup>

Berbicara mengenai anak tidak lepas dari peran keluarga dan orang-orang di sekitarnya. Pandangan Islam terhadap keluarga yaitu lingkungan yang memiliki pengaruh besar dalam membentuk karakter anak. Peranan orang tua dalam keluarga sangat menentukan pendidikan anak. Anak mendapatkan pendidikan dan bimbingan yang utama melalui lingkup keluarga.<sup>6</sup> Pendidikan keluarga Islam didasarkan pada QS. At-Tahrim: 6.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman, jagalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu. Penjaganya adalah malaikat-malaikat yang kasar dan keras. Mereka tidak durhaka kepada Allah

<sup>4</sup> Farida Rohayani, “Menjawab Problematika Yang Dihadapi Anak Usia Dini di Masa Pandemi Covid-19”, *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, Volume. 14 Nomor. 1, 2020, hlm 30.

<sup>5</sup> Ida Sofiyanti, dkk, “Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak di Masa Pandemi”, *Jurnal Unw*, Volume. 1 Nomor. 1, 2020, hlm 27.

<sup>6</sup> Syahraini Tambak, dkk, “Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak di Desa Petonggan Kecamatan Rakit Kulim Kabupaten Indragiri Hulu”, *Jurnal Al-Hikmah*, Volume. 14, Nomor. 2, 2017, hlm 120.

*terhadap apa yang Dia perintahkan kepadanya dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.*<sup>77</sup>

Berdasarkan ayat di atas, maka dalam pendidikan Islam orang tua ditempatkan sebagai basis dalam membina pendidikan. Bagi pendidikan anak, tugas utama keluarga adalah sebagai dasar pendidikan karakter dan pandangan hidup keagamaan, sebab karakteristik dan perilaku anak sebagian besar merupakan turunan dari kedua orang tuanya dan dari anggota keluarga yang lain.<sup>8</sup>

Pendidik dalam lingkungan keluarga adalah orang tua. Secara alamiah, anak-anak tumbuh di tengah-tengah orang tua mereka sejak kecil, dari merekalah anak-anak mulai mengenal pendidikan, falsafah hidup, serta kemampuan diri anak diperoleh dari orang tuanya. Bahkan di dalam Al-Qur'an disebutkan orang tua sebagai contoh yang baik dalam membimbing anak-anaknya. Bimbingan yang diterapkan oleh orang tua ialah upaya untuk memberi arahan dalam melaksanakan suatu hal yang baik dan tepat kepada anaknya. Orang tua yang memiliki keteguhan dalam menerapkan bimbingan kepada anaknya, akan berpengaruh positif terhadap anak itu sendiri.

Pemberian bimbingan dari orang tua untuk anak adalah tugas dan kewajiban setiap orang tua, anak mendapatkan bimbingan dengan pendidikan melewati asuhan orang tuanya yang berbeda-beda, seperti yang dijelaskan oleh Novi dalam jurnal yang berjudul "*Bimbingan Orang Tua Dengan Disiplin Siswa*", bahwa orang tua haruslah bijaksana dalam memberikan didikan dengan melakukan pengasuhan yang sama tanpa harus memilih-milih antara anak yang satu dengan anak yang lainnya, disebabkan setiap anak mempunyai kesempatan untuk diberikan asuhan, bimbingan, dan didikan langsung oleh kedua orang tuanya agar dapat menjadi manusia yang bermanfaat bagi keluarga, agama dan bangsa, juga harus selalu berupaya untuk mengarahkan, membimbing, menasehati anak terutama dalam hal yang

---

<sup>7</sup> Departemen Agama RI, *al-Qur'an Dan Terjemahnya* (Jakarta: CV. Kathoda, 2005), hlm 820.

<sup>8</sup> Hasbullah, *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009), hlm 38.

berhubungan dengan pembentukan karakter, emosi dan moral yang baik.<sup>9</sup> Orang tua mempunyai kontribusi yang sangat penting dalam pengupayaan perkembangan pribadi anak. Tugas yang dilakukan orang tua yaitu sebagai peletak unsur-unsur bagi perkembangan anak selanjutnya, supaya anak dapat berkembang secara optimal.

Masa kanak-kanak merupakan masa yang sangat kritis. Anak merupakan individu yang unik yang mempunyai tipe perkembangan dan pertumbuhan dalam perspektif fisik, kognitif, sosial emosional, kreativitas, bahasa dan komunikasi yang khas sesuai dengan level yang tengah dilewati anak tersebut. Pada masa ini merupakan periode keemasan atau *golden age*. Dalam tumbuh kembang pada anak usia emas, pada saat usia kanak-kanak akan mengalami tingkat perkembangan yang pesat dimulai dari perkembangan berpikir, perkembangan emosional, perkembangan tubuh, serta kemampuan sosial anak. Penting bagi orang tua untuk mengembangkan kemampuan anak sebab bimbingan dan asuhan anak yang baik diperlukan sejak dini. Pada tahapan usia 3-5 tahun, anak-anak mulai menunjukkan kemampuan dalam merefleksikan perasaan emosi. Pada usia ini, anak mulai mengerti adanya hubungan antara emosi yang meledak-ledak dengan konsekuensi negatif yang timbul akibatnya. Anak juga mulai mengerti bahwa orang lain juga memiliki perasaan emosi yang sama, dalam hal ini anak mulai mampu memahami emosi yang dirasakan orang lain. Pada tahapan usia 6-8 tahun, anak biasanya mulai mampu memahami perasaan orang lain yang tidak selalu sama dengan dirinya. Hal ini membuat anak mengerti bahwa ia tidak boleh mengatakan sesuatu hal yang dapat menyakiti perasaan orang lain.<sup>10</sup> Tahapan ini ialah pertama kali bagi anak dalam merasakan emosi yang berbeda-beda pada sebagian orang. Emosi merupakan perasaan yang secara fisiologis dan

---

<sup>9</sup> Lina Novita dan Anisa Agustina, "Bimbingan Orang Tua Dengan Disiplin Siswa", *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, Volume. 2, Nomor. 1, 2018, hlm 6.

<sup>10</sup> John W. Santrock, *Perkembangan Anak Jilid II terj. dari Child Development oleh Mila Rachmawati dan Anna Kuswanti* (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm 17.



psikologis dimiliki oleh anak dan dipakai untuk membalas suatu kejadian di sekelilingnya, oleh anak emosi digunakan sebagai cara menarik perhatian.<sup>11</sup>

Menurut Abbas sebagaimana dikutip oleh Fenty Zahara dalam jurnal yang berjudul "*Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja Di SMA Utama Medan*" emosi ialah kondisi psikis berupa perasaan senang, sedih, takut, benci dan sebagainya yang aktivitasnya melebihi kewajaran, sehingga seseorang kadang-kadang tidak dapat menguasai diri dan menyebabkan hubungan sosialnya terganggu. Menurut pendapat Izard dan Buechler yang dikutip oleh Fenty Zahara dalam jurnal yang berjudul "*Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja di SMA Utama Medan*" mengungkapkan ada sepuluh emosi dasar manusia yaitu tertarik (*interest*), bahagia (*joy*), heran dan kagum (*surprise*), sedih (*sadness*), marah (*anger*), muak (*disgust*), jijik (*contempt*), takut (*fear*), malu (*shame*), rasa bersalah (*guilt*). Berdasar akibat dari kondisi (menyenangkan atau tidak menyenangkan pada individu), Izard dan Buechler sebagaimana dikutip oleh Fenty Zahara dalam jurnal yang berjudul "*Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja di SMA Utama Medan*" membagi emosi dasar ke dalam dua jenis, yaitu: positif dan negatif. *Interest*, *joy*, dan *surprise* termasuk dalam emosi positif, selebihnya yaitu emosi negatif. Jika emosi negatif menguasai dalam diri individu dapat menghambat proses penyelesaian konflik yang dihadapinya, kecuali jika individu tersebut dapat mengendalikannya. Pengendalian emosi terutama emosi negatif merupakan suatu kekuatan, jika mampu mengendalikannya. Disamping itu emosi dapat berubah menjadi negatif bahkan cenderung merusak apabila menguasai diri kita.

Menurut Goleman sebagaimana dikutip oleh Fenty Zahara dalam jurnal yang berjudul "*Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja di SMA Utama Medan*" berpendapat, emosi negatif (misalnya marah) yang kuat membelokkan setiap perhatian agar selalu

---

<sup>11</sup> Linda Puspita dan Anita Chandra, "Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini Melalui Outbond Halang Rintang di TK PGRI 38 Taman Pekunden Semarang Tahun Ajaran 2014/2015", *Jurnal PAUDIA*, Volume. 4 Nomor. 2, 2015, hlm 99.



tertuju pada emosi itu sendiri, menghambat usaha yang berupa memusatkan perhatian ke hal-hal lain. Dalam kehidupan sehari-hari tidak jarang individu dengan mudahnya meluapkan kemarahan. Meluapkan amarah merupakan hal yang wajar. Namun terkadang, emosi yang terlalu meluap menjadi tak terkendali. Perasaan marah sebenarnya disebabkan adanya pikiran negatif terhadap suatu hal. Pikiran negatif tersebut terus berkelanjutan sehingga tidak bisa mengontrol diri sendiri. Seringkali permasalahan tersebut menjadi penyebab konflik dan berakhir dengan tindakan tidak terpuji dan kriminal. Tidak ada usaha sabar dan menahan diri. Emosi marah dapat menyebabkan individu melakukan hal-hal di luar akal sehat yang berakibat negatif bagi dirinya bahkan dapat menghancurkan kehidupan pribadinya dan sebagian lagi menunjukkan ketidakmampuan mereka keluar dari keadaan emosi yang menguasainya.<sup>12</sup>

Ada beberapa permasalahan yang muncul pada anak saat belum dapat mengendalikan diri secara baik ialah kemampuan menyesuaikan dalam situasi baru, belum mampu mengatur dirinya sendiri karena kurangnya pemahaman hak dan kewajiban tugasnya, belum dapat mengendalikan diri secara wajar dengan masih seringnya muncul sikap egosentris dan mau menang sendiri serta marah yang tidak terkendali apabila tidak sesuai dengan keinginannya. Menurut Santrock sebagaimana dikutip oleh Anik Lestarinigrum, dkk dalam jurnal yang berjudul “*Pengendalian Emosi Anak Usia Dini Melalui Metode Bermain Kolaboratif (Studi Kasus Pada Anak Kelompok B1 di TK Negeri Pembina Mojojoto*” menjelaskan adanya kemampuan emosi yang dapat dipengaruhi oleh faktor biologis maupun pengalaman seorang anak di masa lalu, dimana ketika anak mengekspresikan rasa senang, sedih, marah, takut, ataupun bahagia itu merupakan bagian dari pengalaman seseorang yang mengalaminya.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Fenty Zahara, “Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja Di SMA Utama Medan”, *Kognisi Jurnal*, Volume. 1, Nomor. 2, 2017, hlm 94-95.

<sup>13</sup> Anik Lestarinigrum, dkk, “Pengendalian Emosi Anak Usia Dini Melalui Metode Bermain Kolaboratif (Studi Kasus Pada Anak Kelompok B1 Di TK Negeri Pembina Mojojoto)”, *Jurnal Prosiding Semdikjar*, Volume. 3, 2019, hlm 87.

Maka dari itu pentingnya pengendalian emosi pada diri individu. Pengendalian emosi khususnya emosi marah ialah suatu tindakan untuk mengatur pikiran, perasaan, nafsu amarah dengan cara yang tepat dan positif serta dapat diterima secara sosial, sehingga dapat mengantisipasi sesuatu yang buruk atau merugikan diri sendiri dan orang lain. Pengendalian emosi marah ini perlu ditanamkan sedari dini. Dengan mengajarkan anak-anak mengendalikan emosi, mereka akan lebih mampu untuk memecahkan beragam problem yang muncul sepanjang jalan perkembangannya kearah individu dewasa. Selain itu, anak akan lebih mampu mengatasi hambatan-hambatan emosi dalam kehidupan yang kontemporer. Hal ini lah yang menyebabkan pengendalian emosi merupakan hal yang sangat penting bagi kehidupan seseorang. Sosok yang paling berperan dalam mengajarkan pengendalian emosi anak usia dini ialah orang tua. Karena anak menuruni emosi dari kedua orang tuanya. Akan tetapi kurangnya tauladan orang tua dalam mendidik anak dapat menyebabkan tidak terbentuknya kestabilan emosi, sehingga menyebabkan anak mudah marah dan tersinggung.

Pada masa pandemi covid-19 yang makin meningkat dapat menimbulkan dampak psikosomatis, yaitu gangguan fisik yang dikarenakan oleh faktor kejiwaan dan tumpukan emosi yang bisa mengakibatkan guncangan dalam diri seseorang seperti kecemasan, stress, lingkungan sosial yang banyak memberikan pengaruh negatif, seperti karena berita hoax dan lain sebagainya.<sup>14</sup> Meskipun tidak ada warga RT 01 RW 02 yang positif covid-19, tapi untuk tindakan preventif tetap ada yaitu dengan himbauan agar selalu memakai masker, mencuci tangan dengan sabun, menjaga jarak, dan menghindari kerumunan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di kelurahan Bobosan, lebih tepatnya di wilayah RT 01 RW 02 kelurahan Bobosan, didapatkan adanya kondisi permasalahan anak selama pandemi yang tidak dapat mengendalikan emosinya dengan baik. Hal ini terlihat ketika anak

---

<sup>14</sup> Wening Sekar Kusuma dan Panggung Sutapa, "Dampak Pembelajaran Daring terhadap Perilaku Sosial Emosional Anak", *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Volume. 5 Issue. 2, 2021, hlm 1637.

menginginkan sesuatu bila tidak dituruti keinginannya anak tersebut marah dan menangis. Dalam penelitian ini, pengendalian emosi yang dimaksudkan yaitu bagaimana bimbingan orang tua dalam mengendalikan emosi anak usia 3-8 tahun seperti ekspresi emosi marah misalnya: mengamuk-ngamuk, menendang, mencubit, ekspresi emosi sedih misalnya (murung, berdiam diri, menangis).<sup>15</sup> Karena pada usia 3-8 tahun merupakan usia dimana anak tidak jarang mengalami tantrum. Tidak semua orang tua bisa mendidik anak agar tenang pada saat marah. Terlebih pada situasi pandemi seperti ini yang mengakibatkan suasana hati anak berubah-ubah. Hal ini peneliti lihat dari kondisi di wilayah RT 01 RW 02 kelurahan Bobosan yang menjadi subjek penelitian yaitu 5 orang tua yang memiliki anak berusia 3-8 tahun dari jumlah keseluruhan 27 KK yang mana hanya ada 5 orang tua yang memiliki anak berusia 3-8 tahun.<sup>16</sup> Alasan mengambil usia 3-8 tahun, karena pada usia ini karakteristik aspek emosi anak usia 3 sampai delapan tahun dapat dilatih dengan belajar interaksi dengan orang lain, bekerja sama, berbaur, toleransi, mengenal sopan santun, bermain pura-pura dan bermain dengan orang-orang dewasa. Stimulasi tersebut membutuhkan bimbingan dari orang dewasa untuk dijadikan role model bagi anak.<sup>17</sup>

Lingkup masyarakat juga berdampak penting bagi perilaku emosi setiap anak, baik itu positif atau negatif. Oleh sebab itu hal ini menarik diteliti agar mendukung pembiasaan diri untuk mengeluarkan emosi secara positif pada anak sejak usia dini.<sup>18</sup> Anak yang tidak dapat mengendalikan emosi, anak akan kurang mampu mengatasi emosi pada dirinya sendiri yang bisa menyebabkan stress, dan bisa membuat lemahnya mental sehingga berakibat bagi anak seperti menderita kecemasan. Dalam mengendalikan emosi,

---

<sup>15</sup> Hasil observasi awal di wilayah RT 01/RW 02 kelurahan Bobosan pada tanggal 2 Februari 2021.

<sup>16</sup> Hasil observasi awal di wilayah RT 01/RW 02 kelurahan Bobosan pada tanggal 18 April 2021.

<sup>17</sup> Berta Laili Khasanah dan Pujiyanti Fauziah, "Pola Asuh Ayah dalam Perilaku Prososial Anak Usia Dini", *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Volume. 5, Issue. 1, 2021, hlm 910.

<sup>18</sup> Arif Wijayanto dan Khikmah Novitasari, "Strategi Pengembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini di Kelurahan Krobokan Kecamatan Semarang Barat", *Jurnal Tunas Cendekia*, Volume 2 Edisi 2, 2019, hlm 90-91.

bimbingan orang tua yang tepat sangat diperlukan agar pengendalian emosi anak berkembang optimal sesuai dengan tahapan usianya. Dengan demikian pada penelitian ini, peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai bimbingan yang dilakukan oleh orang tua di wilayah RT 01/RW 02 kelurahan Bobosan dalam membentuk pengendalian emosi anak. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Bimbingan Orang Tua dalam Membentuk Pengendalian Emosi Marah Anak Pada Masa Pandemi Covid-19 di Kelurahan Bobosan”.

## **B. Definisi Operasional**

Untuk mengurangi kesalahpahaman dalam memahami judul penelitian, maka peneliti membuat definisi operasional yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini. Adapun definisi operasional tersebut meliputi:

### **1. Bimbingan Orang Tua**

Secara Bahasa, kata bimbingan berasal dari bahasa Inggris “*guidance*” yang berarti pemberian petunjuk, pemberian bimbingan atau tuntunan kepada orang lain yang memerlukan. Dalam kata lain, bimbingan ialah bantuan untuk seseorang dalam memutuskan pilihan-pilihan atau penyesuaian-penyesuaian yang bijak. Dari pengertian bimbingan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan merupakan suatu proses bantuan kepada anak-anak, remaja, maupun orang dewasa untuk memahami pribadinya dengan mengenalkan ilmu, pengalaman, dan sebuah langkah untuk mengetahui bagi perkembangan seseorang baik secara efektif dan efisien agar bisa memutuskan suatu pilihan yang terbaik bagi diri individu, dengan memberikan bantuan kepada seseorang maka seseorang akan memahami dirinya sendiri dan menghubungkan pemahaman yang ia dapat dengan menyesuaikan lingkungan disekitarnya.<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> Siti Nur Kholifah, “Implementasi Bimbingan Orangtua pada Ibadah Shalat Lima Waktu Anak di Pekon Dadapan Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus”. *Skripsi*. Lampung: IAIN Metro Lampung tahun 2019, hlm 18-20.



Penjelasan mengenai orang tua yaitu dua orang antara pria dan wanita yang terikat dalam pernikahan serta bertanggung jawab sebagai ayah dan ibu dari anak-anak yang dilahirkannya. Menurut pendapat Gunarsa yang dikutip oleh Novrinda, dkk dalam jurnal yang berjudul *“Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Anak Usia Dini Ditinjau Dari Latar Belakang Pendidikan”* tahun 2017, orang tua merupakan dua orang yang berbeda memulai hidup bersama dengan membawa pemikiran, tabiat-tabiati sehari-hari. Pendapat lain dari Nasution, menjelaskan orang tua merupakan setiap individu yang memiliki tanggungjawab di dalam keluarga atau kewajiban rumah tangga yang dalam kehidupan sehari-hari disebut sebagai ayah dan ibu.<sup>20</sup> Bimbingan orang tua merupakan segala bantuan atau usaha yang diberikan oleh orang tua dalam memberikan bantuan kepada anaknya baik secara moril dan materil. Secara moril berupa nasehat-nasehat, kasih sayang, arahan, pemberian situasi, dan bila mungkin memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas anaknya di rumah. Dan secara materil berupa menyediakan kebutuhan anak. Jadi orang tua merupakan pemegang peran penting sebagai peletak dasar utama dalam membimbing anak-anaknya. Adapun bimbingan orang tua yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu bimbingan yang dilakukan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi anak.

## 2. Pengendalian Emosi Marah

Menurut Chaplin sebagaimana dikutip oleh Fenty Zahara dalam jurnal yang berjudul *“Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja Di SMA Utama Medan”* mengungkapkan pengendalian emosi ialah usaha individu untuk mengelola dan menguasai emosi. Chaplin melanjutkan bahwa emosi merupakan suatu kondisi yang terangsang dari organisme, meliputi perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dan menyebabkan perubahan perilaku. Apabila individu mengalami keadaan

---

<sup>20</sup> Novrinda, dkk, “Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Anak Usia Dini Ditinjau Dari Latar Belakang Pendidikan”, *Jurnal Potensia*, Volume. 2, Nomor. 1, 2017, hlm 41-42.



emosional yang tidak menyenangkan (misalnya marah), maka emosi ini selalu diikuti dengan perubahan tingkah laku yang amat hebat, mendalam dan ekspresif yang jelas dapat dibedakan oleh orang awam sekalipun. Goleman juga menyatakan bahwa pengendalian emosi sebagai usaha untuk menahan diri, mengendalikan diri, dan mengungkapkan emosi dalam bentuk yang rasional dan dapat diterima oleh masyarakat.<sup>21</sup> Pengendalian emosi yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu pengendalian emosi marah.

### 3. Anak

Pengertian anak dalam kamus besar bahasa Indonesia adalah keturunan kedua, manusia yang masih kecil.<sup>22</sup> Anak adalah manusia yang sangat muda. Anak adalah perkembangan manusia yang berkisar diantara 2-12 tahun, dimana pada masa ini sangat mudah untuk dipengaruhi oleh pengaruh faktor dari luar. Pada masa ini merupakan masa pembentukan karakter atau kepribadian yang tepat untuk ditanamkan nilai-nilai positif ke dalam jiwa setiap anak.<sup>23</sup> Sedangkan anak yang menjadi objek penelitian dalam skripsi ini adalah anak yang berusia 3 sampai dengan 8 tahun.

### 4. Pandemi Covid-19

*Coronavirus disease 2019* atau yang disingkat Covid-19 merupakan penyakit yang dikarenakan oleh jenis coronavirus baru yaitu Sars-CoV-2, yang muncul pertama kali di Wuhan Tiongkok pada bulan Desember 2019. Dihitung hingga 10 Agustus 2021 perkembangan virus covid-19 di Indonesia jumlah kasus terkonfirmasi positif covid-19 menjadi 3.718.821 kasus dengan 3.171.147 sembuh dan 110.619 meninggal

---

<sup>21</sup> Fenty Zahara, "Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja Di SMA Utama Medan", hlm 95.

<sup>22</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga* (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), hlm 41.

<sup>23</sup> Lenny Nuraeni dan Andrisyah dan Rita Nurunnisa, "Efektivitas Program Sekolah Ramah Anak dalam Meningkatkan Karakter Anak Usia Dini", *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Volum. 4 Issue. 1, 2020, hlm 22.

dunia.<sup>24</sup> Gejala yang ditimbulkan oleh virus ini yaitu gangguan pernafasan akut seperti demam diatas 38 celcius, batuk-batuk, flu dan sesak nafas bagi manusia. Selain gejala tersebut juga dapat diikuti seperti nyeri otot, lemas dan diare. Pemerintah Indonesia telah melakukan upaya untuk menanggulangi persebaran Covid-19 ini, salah satunya dengan mengeluarkan kebijakan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) guna mempercepat pencegahan Covid-19 yang berdampak pada dibatasinya aktivitas sosial.<sup>25</sup> Dengan adanya kebijakan PPKM untuk tetap di rumah saja, menjadikan orang tua lebih ekstra dalam mengawasi, mendampingi dan membimbing anak-anaknya di rumah.

### **C. Batasan dan Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, agar penelitian ini terfokus dengan konteks pembahasan, mengingat banyaknya keterbatasan kemampuan penelitian maka peneliti membatasi masalah hanya pada “Bimbingan Orang Tua Dalam Membentuk Pengendalian Emosi Marah Anak Pada Masa Pandemi Covid-19 di RT 01 / RW 02 Kelurahan Bobosan”.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana Bimbingan Orang Tua Dalam Membentuk Pengendalian Emosi Marah Anak Pada Masa Pandemi Covid-19 di Kelurahan Bobosan?”.

### **D. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana bimbingan yang dilakukan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 di kelurahan Bobosan?

---

<sup>24</sup> Data Sebaran Covid-19, diakses dari <https://covid19.go.id/> pada tanggal 10 Agustus 2021 pukul 19.17 WIB.

<sup>25</sup> Euis Kurniati, dkk, “Analisis Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak di Masa Pandemi Covid-19”, *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Volume. 5 Issue. 1, 2021, hlm 242.

## 2. Manfaat Penelitian

### a. Manfaat Teoritis

- 1) Menambah wawasan dan khazanah pengetahuan yang bermanfaat tentang pentingnya pengendalian emosi pada anak.
- 2) Penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan referensi untuk penelitian-penelitian berikutnya dan memperkaya bahan pustaka di UIN Prof K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

### b. Manfaat Praktis

- 1) Bagi Orang Tua: dapat menambah ilmu dan wawasan pada orang tua dalam keluarga untuk membentuk pengendalian emosi anak.
- 2) Bagi Anak: dapat menambah ilmu dan wawasan bagi anak agar anak memiliki pengendalian emosi yang baik.
- 3) Bagi Peneliti: dapat menjadi sarana bagi peneliti untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh, menambah ilmu pengetahuan tentang pengendalian emosi anak.

## E. Kajian Pustaka

*Literature review* atau kajian pustaka merupakan suatu landasan untuk mengemukakan teori-teori yang relevan dengan masalah yang diteliti. Dalam kajian pustaka ini akan dijelaskan terkait sumber-sumber yang ada relevansinya dengan penelitian ini.

*Pertama*, penelitian yang dilakukan oleh Slamet Dwi Priatmoko dalam skripsinya yang berjudul “*Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al-Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang tahun 2010*”. Dalam penelitian ini yang dikaji yaitu apakah pengendalian emosi dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengendalian emosi remaja sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok pada remaja putri Panti Asuhan Yayasan Al-Hidayah Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengendalian emosi remaja dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok di

Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Semarang.<sup>26</sup> Penelitian ini memiliki perbedaan dengan yang peneliti lakukan yaitu penelitian ini merupakan penelitian eksperimental sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Persamaan antara penelitian yang peneliti lakukan dengan dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama membahas mengenai topik pengendalian emosi.

*Kedua*, penelitian yang dilakukan oleh Fenty Zahara yang berjudul “*Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Remaja Di SMA Utama Medan*”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat perbedaan pengendalian emosi dilihat dari pola asuh orang tua. Subjek dalam penelitian ini adalah para siswa usia remaja di SMA Utama Medan, duduk di kelas XI berjumlah 59 orang. Hasil penelitian menunjukkan siswa remaja yang diasuh dengan pola asuh demokratis, memiliki pengendalian emosi yang lebih baik jika dibandingkan dengan siswa remaja lain lain yang diasuh dengan pola asuh otoriter dan permisif.<sup>27</sup> Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang peneliti lakukan ialah subjek penelitian ini siswa SMA usia remaja, sedangkan subjek penelitian yang akan peneliti lakukan ialah orang tua yang memiliki anak usia dini. Sedangkan persamaan penelitian yang akan peneliti lakukan dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas mengenai topik pengendalian emosi.

*Ketiga*, penelitian yang dilakukan oleh Ika Ernawati yang berjudul “*Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pengendalian Emosi Anak Kelas VII SMP Negeri 2 Kasihan Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola asuh orang tua terhadap pengendalian emosi anak kelas VII SMP Negeri 2 Kasihan Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kasihan tahun pelajaran 2015/2016, sejumlah 132 siswa. Sampel

---

<sup>26</sup> Slamet Dwi Priatmoko, “Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010”. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang tahun 2010, hlm 60.

<sup>27</sup> Fenty Zahara, “Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja Di SMA Utama Medan”, hlm 107.



dalam penelitian ini sebanyak 100 siswa. Hasil penelitian menunjukkan semakin baik pola asuh orang tua terhadap anak maka semakin baik pula pengendalian emosi anak tersebut. Sebaliknya jika semakin kurang pola asuh orang tua terhadap anak maka semakin kurang pula pengendalian emosi anak tersebut.<sup>28</sup> Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah penelitian di atas menggunakan penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan penelitian kualitatif. Persamaannya dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama membahas mengenai topik pengendalian emosi.

*Keempat*, penelitian yang dilakukan oleh Ika Wiebowo yang berjudul “*Peran Pendidikan Akhlak Dalam Mengembangkan Kemampuan Mengendalikan Emosi Pada Anak Di Lingkungan Keluarga Muslim*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang erat antara pendidikan akhlak di lingkungan keluarga muslim dengan kemampuan anak dalam mengendalikan emosi dan untuk menganalisis bagaimana signifikansi dari peranan pendidikan akhlak di lingkungan keluarga muslim dalam mengembangkan kemampuan mengendalikan emosi pada anak. Penelitian ini merupakan penelitian populasi dimana populasinya anak-anak yang berusia 7-12 tahun yang berjumlah 40 anak. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang cukup signifikan antara pendidikan akhlak di lingkungan keluarga muslim dengan kemampuan anak dalam mengendalikan emosi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan anak dalam mengendalikan emosi dapat ditingkatkan dengan pendidikan akhlak di lingkungan keluarga.<sup>29</sup> Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan ialah penelitian ini menggunakan variabel pendidikan akhlak sedangkan penelitian yang akan

---

<sup>28</sup> Ika Ernawati, “Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pengendalian Emosi Anak Kelas VII SMP Negeri 2 Kasihan Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Volume. 2, Nomor. 2, 2018, hlm 291.

<sup>29</sup> Ika Wiebowo, “Peran Pendidikan Akhlak Dalam Mengembangkan Kemampuan Mengendalikan Emosi Pada Anak Di Lingkungan Keluarga Muslim (Survey RT 02 RW 03 Kelurahan Cilodong)”. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah tahun 2010, hlm 44.



peneliti lakukan menggunakan variabel bimbingan orang tua dan pengendalian emosi marah anak.

#### **F. Sistematika Penulisan**

Untuk memudahkan dalam memahami isi yang terdapat dalam penelitian, maka penulis menyusun sistematika pembahasan ke dalam pokok-pokok bahasan yang terbagi menjadi lima bab sebagai berikut:

Bab pertama membahas tentang pendahuluan yang berisi beberapa hal yang mendasar sebagai suatu kerangka umum terhadap pembahasan berikutnya, seperti latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika penulisan.

Bab kedua membahas tentang landasan teori yang menjelaskan tentang teori bimbingan orang tua, pengendalian emosi, dan anak.

Bab ketiga membahas tentang metode penelitian yang terdiri dari pendekatan dan jenis penelitian, tempat dan waktu penelitian, subjek dan objek penelitian, sumber data, metode pengumpulan data dan teknik analisis data.

Bab keempat membahas tentang hasil penelitian dan pembahasan bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 di kelurahan Bobosan.

Bab kelima membahas tentang penutup yang berisi kesimpulan dan saran.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Bimbingan Orang Tua

##### 1. Pengertian Bimbingan Orang Tua

Bimbingan, secara bahasa berasal dari terjemahan bahasa Inggris “*guidance*”. Kata “*guidance*” ialah kata yang dalam bentuk mashdar (kata benda) yang berasal dari kata kerja “*to guide*” artinya menunjuk, membimbing atau menuntun orang lain kejalan yang benar. Jadi, “*guidance*” berarti pemberian petunjuk, pemberian bimbingan, atau tuntunan kepada orang lain yang membutuhkan. Bimbingan merupakan sebuah arahan yang diperuntukkan orang lain dalam memutuskan pilihan-pilihan dan penyesuaian-penyesuaian yang bijaksana.<sup>30</sup> Menurut Djumhur dan Moh. Surya sebagaimana dikutip oleh Nafisah Wahdah Ulin dalam skripsi yang berjudul “*Pengaruh Bimbingan Orang Tua Dengan Pendekatan Humanistik Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas VIII Di Mts NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2016/2017*”, bimbingan merupakan serangkaian proses pemberian bantuan yang kontinyu dan sistematis kepada seseorang dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, agar tercapai kemampuan untuk memahami dirinya (*self understanding*), kemampuan untuk menerima dirinya (*self acceptance*), kemampuan untuk mengarahkan dirinya (*self direction*), dan kemampuan untuk merealisasikan dirinya (*self realization*) sesuai dengan potensi atau kemampuannya dalam mencapai pembiasaan diri dengan lingkungan, baik keluarga, sekolah maupun masyarakat.<sup>31</sup>

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengertian orang tua yaitu ayah dan ibu kandung atau yang dianggap tua atau dituakan (cerdik, pandai,

---

<sup>30</sup> Yusuf Gunawan, *Pengantar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: PT. Prenhallindo, 2001), hlm 39.

<sup>31</sup> Nafisah Wahdah Ulin, “Pengaruh Bimbingan Orang Tua Dengan Pendekatan Humanistik Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas VIII Di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2016/2017”. *Skripsi*. Kudus: STAIN Kudus tahun 2016, hlm 10.

ahli dan sebagainya) atau orang yang dihormati dan disegani.<sup>32</sup> Selanjutnya pengertian orang tua ialah ayah dan ibu yakni orang yang pertama bertanggung jawab atas terwujudnya kesejahteraan anak baik secara jasmani, rohani maupun sosial. Orang tua memiliki tanggung jawab dalam mendidik, mengasuh dan membimbing anak-anaknya untuk mencapai tahapan tertentu, yang mengantarkan anak untuk siap dalam kehidupan bermasyarakat. Orang tua merupakan tempat bersandar dan harapan setiap anak, dari orang tualah anak memperoleh kasih sayang dan kelembutan serta penjagaan dan pemeliharaan. Anak akan menjadikan orang tuanya sebagai tempat untuk mencurahkan segala permasalahan yang dihadapinya.<sup>33</sup>

Berdasarkan pengertian di atas bimbingan orang tua merupakan segala bantuan yang diberikan oleh orang tua dalam memberikan bantuan kepada anaknya baik secara moril dan materil, secara moril berupa nasehat-nasehat, kasih sayang, arahan, pemberian situasi, dan secara materil menyediakan kebutuhan belajar anak. Kesimpulannya, tugas orang tua di dalam keluarga bukan hanya sebagai pendidik anak, melainkan juga membimbing anak agar memiliki tumbuh kembang yang baik.

## 2. Ciri-ciri Bimbingan Orang Tua

Adapun bimbingan itu mempunyai beberapa ciri-ciri antara lain:

- a. Bimbingan merupakan suatu proses kontinyu atau berkelanjutan. Hal ini berarti sampai sejauh mana individu telah berhasil mencapai tujuan dan menyesuaikan diri.
- b. Bimbingan merupakan proses membantu individu tanpa unsur paksaan. Membimbing tidak memaksa individu untuk menuju ke satu tujuan yang ditetapkan oleh pembimbing secara pasti, melainkan membantu atau

---

<sup>32</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga* (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), hlm 41.

<sup>33</sup> Nafisah Wahdah Ulin, "Pengaruh Bimbingan Orang Tua Dengan Pendekatan Humanistik Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas VII Di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2016/2017". *Skripsi*. Kudus: STAIN Kudus tahun 2016, hlm 11-12.

menolong untuk mengarahkan individu ke arah tujuan yang sesuai dengan potensinya secara optimal.

- c. Bantuan diberikan kepada tiap individu yang membutuhkan pemecahan masalah atau di dalam tahapan perkembangannya. Bimbingan jelas memberikan bantuan kepada setiap individu untuk mengatasi masalah yang dihadapi.
  - d. Bimbingan diperuntukkan agar individu dapat mengembangkan dirinya secara maksimal sesuai dengan kemampuannya.
  - e. Bimbingan diberikan agar individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, keluarga dan masyarakat.<sup>34</sup>
3. Bentuk-bentuk Bimbingan Orang Tua

Bimbingan yang dilakukan orang tua terhadap anak diperlukan sikap keterbukaan, kehangatan, penghargaan, perhatian dan pengertian. Cara dalam membimbing dan mengarahkan anak kepada perilaku yang baik akan mempengaruhi kesuksesan dalam upaya mengatasi kekeliruan yang dilakukan oleh anak, serta mendorong anak untuk tidak mengulangi kesalahan dan kekeliruan yang ia perbuat untuk kedua kalinya dan bagaimana orang tua harus bertindak dalam menyikapi tuntutan seorang anak. Orang tua diharapkan mampu mengarahkan dan membimbing anaknya secara terus menerus hingga anak dapat menemukan kehidupannya yang sesuai dengan ajaran agama. Ada beberapa usaha yang dilakukan orang tua dalam mendidik dan membimbing anaknya dilakukan dalam bentuk:

- a. Nasehat

Nasehat akan membentuk keimanan anak secara moral, psikis, dan sosial. Nasehat sangat diperlukan dalam menjelaskan kepada anak tentang segala hakikat akhlak yang mulia dalam agama Islam. Dari penjelasan tersebut maka orang tua hendaknya memahami dalam memberikan nasehat dalam membimbing anak-anaknya secara spiritual,

---

<sup>34</sup> Mansur, *Pendidikan Anak Usia Dini dalam Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hlm 349.



moral dan sosial sehingga anak dapat memiliki akhlak yang baik serta berfikir jernih dan berwawasan luas.<sup>35</sup>

b. Keteladanan

Keteladanan merupakan sebuah metode yang paling baik dalam membimbing anak. Anak memerlukan keteladanan yang baik dan saleh dari orang tuanya dalam menjalani proses kehidupannya. Hal ini karena setiap manusia memiliki kebutuhan psikologis untuk menyerupai dan mencontoh orang yang dicintai dan dihargainya.<sup>36</sup>

c. Pembiasaan

Pembiasaan merupakan salah satu cara dalam mendidik dan membimbing anak yaitu dengan cara membiasakan anak untuk melakukan perbuatan yang diajarkan dalam agama. Melatih anak untuk terbiasa melakukan perbuatan yang baik dalam kehidupannya, maka akan berdampak baik pula pada perilakunya kelak jika ia sudah dewasa.<sup>37</sup>

d. Pengawasan

Pengawasan bertujuan untuk membantu upaya pembentukan akidah dan akhlaknya, serta dapat mengawasi dan mempersiapkan kondisi fisik dan mentalnya. Ketika orang tua melakukan pengawasan, mereka tidak terbatas pada satu atau dua aspek pembentukan jiwa, tetapi juga mencakup kepercayaan, kecerdasan, moralitas, fisik, psikis dan

---

<sup>35</sup> Nafisah Wahdah Ulin, "Pengaruh Bimbingan Orang Tua Dengan Pendekatan Humanistik Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas VIII di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2016/2017". *Skripsi*. Kudus: STAIN Kudus tahun 2016, hlm 15-16.

<sup>36</sup> Nafisah Wahdah Ulin, "Pengaruh Bimbingan Orang Tua Dengan Pendekatan Humanistik Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas VIII di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2016/2017". *Skripsi*. Kudus: STAIN Kudus tahun 2016, hlm 16.

<sup>37</sup> Nafisah Wahdah Ulin, "Pengaruh Bimbingan Orang Tua Dengan Pendekatan Humanistik Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas VIII di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2016/2017". *Skripsi*. Kudus: STAIN Kudus tahun 2016, hlm 17.



masyarakat sehingga ia akan menjadi individu yang optimal dalam menunaikan tugasnya di kehidupan.<sup>38</sup>

## B. Pengendalian Emosi

Dalam sub bab pengendalian emosi ini menjelaskan tentang (1) emosi, yang terdiri: (a) pengertian emosi, (b) bentuk-bentuk emosi, (c) emosi marah, dan (2) pengendalian emosi, yang meliputi: (a) pengertian dan ciri-ciri pengendalian emosi, (b) dampak pengendalian emosi, (c) model-model pengendalian emosi.

### 1. Emosi

#### a. Pengertian Emosi

Emosi secara linguistik berasal dari kata *movere*, *movere* ialah bahasa latin yang artinya bergerak atau pindah, dan awalan “e” memberikan arti menjauh, sehingga kecenderungan untuk bertindak mutlak dalam emosi. Daniel Goleman melanjutkan, emosi mengacu pada perasaan dan pikiran yang unik, keadaan fisik dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan tindakan.<sup>39</sup>

Emosi biasanya sering didefinisikan dalam istilah perasaan (*feelings*), misalnya pengalaman-pengalaman afektif, kenikmatan atau ketidaknikmatan, marah, takut, bahagia, sedih dan jijik. Secara lebih luas menurut J. Bruono sebagaimana dikutip dalam skripsi yang berjudul “*Upaya Peningkatan Kemampuan Pengendalian Emosi Lansia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta*” mendefinisikan emosi ke dalam dua sudut pandang yaitu secara fisiologis, emosi merupakan proses jasmani karena perasaan meluap.

---

<sup>38</sup> Nafisah Wahdah Ulin, “Pengaruh Bimbingan Orang Tua Dengan Pendekatan Humanistik Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas VIII di MTs NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2016/2017”. *Skripsi*. Kudus: STAIN Kudus tahun 2016, hlm 18.

<sup>39</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelligence* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2003), hlm 22.

Secara psikologis emosi merupakan reaksi yang menyenangkan dan tidak menyenangkan.<sup>40</sup>

Menurut Baharudin sebagaimana dikutip oleh Ida Juraida, dkk dalam jurnal yang berjudul “*Pengendalian Emosi Anak Usia 5-6 Tahun di Taman Kanak-kanak Ananda Pontianak Barat*” emosi merupakan suatu pengalaman yang sadar mempengaruhi kegiatan jasmani dan afektif (meliputi unsur-unsur perasaan) yang diikuti keadaan-keadaan fisiologis dan mental yang muncul dan penyesuaian batiniah dan diekspresikan melalui dirinya dalam tingkah laku yang tampak.<sup>41</sup>

Emosi muncul dapat berupa reaksi fisiologik. Munculnya gejala emosi ini disebut sebagai Teori Emosi Dua Faktor Schachter-Singer. Teori ini dikenal sebagai teori yang paling klasik yang memfokuskan pada rangsangan. Reaksi fisiologik dapat berupa seperti (hati berdebar, tekanan darah naik, nafas bertambah cepat, adrenalin dialirkan dalam darah, dan sebagainya) namun jika rangsangannya menyenangkan, seperti diterima di sebuah perguruan tinggi yang diinginkannya, maka emosi yang ditimbulkan ini dinamakan senang. Sebaliknya, jika rangsangan membahayakan, seperti melihat ular berbisa, maka emosi yang timbul dinamakan takut. Teori ini lebih seperti dengan teori kognisi. Teori ini menyatakan bahwa emosi yang dirasakan merupakan hasil dari interpretasi seseorang tentang sesuatu yang membangkitkan atau menaikkan keadaan tubuh.<sup>42</sup>

Kesimpulan dari teori ini mengartikan, individu mengalami emosi terlebih dahulu baru kemudian mengalami perubahan-perubahan dalam kejasmaniannya. Ada tiga komponen dalam memproduksi

---

<sup>40</sup> Fitria Mardiyanti, “Upaya Peningkatan Kemampuan Pengendalian Emosi Lansia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta”. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2016, hlm 17.

<sup>41</sup> Ida Juraida, dkk, “Pengendalian Emosi Anak Usia 5-6 Tahun di Taman Kanak-kanak Ananda Pontianak Barat”, *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, Volume. 5 Nomor. 3, 2012, hlm 58.

<sup>42</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah Cet Ke-5* (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2013), hlm 490.

perasaan emosi menurut teori ini, yakni persepsi dari situasi potensial yang menghasilkan emosi, keadaan tubuh yang terbangkitkan dengan hasil dari persepsi yang ambigu (mendua), dan interpretasi yang menamai keadaan tubuh sehingga cocok dengan situasi yang diterima.<sup>43</sup> Teori ini seringkali merupakan pengalaman sehari-hari yang dialami manusia. Contoh dari teori yang dikemukakan oleh Schachter Singer ialah pada saat individu merasakan adanya emosi kemarahan, setelah itu direspon oleh otak dan kemudian akan muncul dalam perilaku individu seperti menangis, berteriak, merajuk dan sebagainya.<sup>44</sup>

Emosi yang dimaksud dalam penelitian ini memfokuskan pada emosi marah. Emosi marah merupakan emosi negatif. Bila ditinjau dari definisi marah merupakan suatu reaksi terhadap hambatan yang menjadi sebab gagalnya suatu usaha atau suatu perbuatan dalam mencapai suatu tujuan tertentu. Kata “marah” dalam bahasa Indonesia sama dengan “amarah”, yakni suatu keadaan atau sifat dari seseorang pada saat ia merasakan tidak senang atau tidak merasa nyaman karena sedang menghadapi suatu hambatan atau diperlakukan tidak sepatutnya, dapat juga bermakna gusar. Untuk menyalurkan emosi marah tidak setiap orang mampu dalam mengendalikan emosi marah kearah positif yang lebih dapat diterima secara sosial, sehingga tidak menimbulkan konflik. Ada beberapa individu yang mungkin menyadari bahwa mereka sebenarnya sedang mengekspresikan emosi marah dengan perilaku negatif dan kurang bisa diterima secara sosial bahkan berpotensi menyebabkan masalah baru.<sup>45</sup> Al-Qur’an menyebutkan perilaku marah dapat dilihat dari gambaran pada raut muka yang tertuang dalam QS: az-Zukhruf [43]: 17 sebagai berikut:

---

<sup>43</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah Cet Ke-5*, hlm 490.

<sup>44</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah Cet Ke-5*, hlm 490.

<sup>45</sup> Rovi Husnaini, “Hadis Mengendalikan Amarah Dalam Perspektif Psikologi”, *Jurnal Ilmu Hadis*, Volume. 4, Nomor. 1, 2019, hlm 82.

وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُمْ بِمَا ضَرَبَ لِلرَّحْمَنِ مَثَلًا ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا

وَهُوَ كَظِيمٌ ﴿٧٧﴾

*“Apabila salah seorang di antara mereka diberi kabar gembira tentang sesuatu (kelahiran anak perempuan) yang dijadikan sebagai perumpamaan bagi (Allah) Yang Maha Pengasih, jadilah wajahnya merah padam karena menahan sedih (dan marah).”<sup>46</sup>*

Keterbangkitan emosi marah dapat mengakibatkan terjadinya perubahan pada raut muka. Perubahan demi perubahan raut muka dalam ayat tersebut disebabkan oleh emosi marah yang berlebihan terhadap kejadian yang terjadi.<sup>47</sup> Kemarahan biasanya terjadi ketika berhubungan dengan keadaan tertentu. Kemarahan bisa pula timbul sehubungan dengan keadaan yang sebetulnya tidak lazim menimbulkan kemarahan. Menurut Novaco sebagaimana dikutip oleh Imam Nasruddin dalam artikel yang berjudul *“Emosi dan Aspeknya”*, mengemukakan amarah “bisa dipahami sebagai reaksi perasaan tertekan”. Artinya, orang cenderung menjadi marah dan terdorong menjadi agresif ketika menghadapi keadaan yang mengganggu.<sup>48</sup> Demikian dapat disimpulkan bahwa emosi ialah suatu pola perubahan individu yang diikuti dengan keadaan perasaan yang menyeluruh, yang dapat membangkitkan dan memotivasi diri individu dalam bertindak laku.<sup>49</sup>

#### b. Bentuk-bentuk Emosi

Secara umum, manusia memiliki empat jenis emosi antara lain:

##### 1) Takut

Perasaan takut timbul pada saat individu terancam dan menghadapi permasalahan yang terjadi secara tiba-tiba. Contoh emosi takut adalah cemas, gugup dan khawatir.

<sup>46</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Jakarta: CV. Kathoda, 2005), hlm 703.

<sup>47</sup> Slamet Dwi Priatmoko, “Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010”. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang tahun 2010, hlm 13.

<sup>48</sup> Imam Nasruddin, “Emosi dan Aspeknya”, *Artikel Guru Kemenag Sumsel*, 2011, diakses dari <https://sumsel.kemenag.go.id>, hlm 12.

<sup>49</sup> Imam Nasruddin, “Emosi dan Aspeknya”, *Artikel Guru Kemenag Sumsel*, 2011, diakses dari <https://sumsel.kemenag.go.id>, hlm 12.



## 2) Marah

Marah terjadi saat seseorang diperlakukan tidak menyenangkan oleh orang lain dalam interaksi sosial. Marah bisa dipahami sebagai reaksi tekanan perasaan. Artinya orang yang cenderung marah dan terdorong menjadi agresif jika harus berhadapan dengan keadaan yang mengganggu. Contoh emosi marah adalah jengkel, benci, tersinggung dan terganggu.

## 3) Senang

Perasaan senang terjadi saat seseorang menyesuaikan diri dengan baik pada suatu situasi, berhasil mendapatkan suatu hal yang diinginkan, dan mampu melepaskan diri dari situasi yang menimbulkan kegelisahan. Contoh emosi senang adalah kebahagiaan, kegembiraan, dan rasa puas.

## 4) Sedih

Sedih terjadi pada saat seseorang dihadapkan pada situasi yang mengecewakan, kehilangan orang yang dicintai, dan mengalami penderitaan karena luka atau sakit. Contoh emosi sedih adalah keputusasaan, kesedihan dan penyesalan.<sup>50</sup>

## c. Emosi Marah

Menurut Matsumoto, marah merupakan salah satu dari enam emosi dasar yang dimiliki manusia, yang mana suatu situasi diterima sebagai hal yang sangat negatif dan kemudian menyalahkan orang lain akan kejadian negatif yang dialami oleh individu yang bersangkutan.<sup>51</sup> Kemunculan marah biasanya diikuti dengan mimik wajah yang berubah, ketegangan pada otot-otot tubuh, atau dahi yang mengerut dan sebagainya. Menurut Novaco sebagaimana dikutip oleh Kurniawati Budi Rahayu dan Rahma Widyana dalam jurnal ilmiah psikologi yang berjudul “*Efektivitas Intervensi Cognitive Behaviour*

<sup>50</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1996), hlm 412.

<sup>51</sup> David Matsumoto dan Paul Ekman, “Facial Expression Analysis”, *Journal of Paul Ekman Group LLC*, Volume. 1 Nomor. 1, 2007, hlm 2.

*Therapy (CBT) untuk Menurunkan Perilaku Marah pada Anak Sekolah Dasar*” menjelaskan marah sebagai emosi negatif yang merupakan hasil dari pengalaman subjektif seseorang terhadap orang lain atau terhadap suatu situasi yang dipersepsikan sebagai keadaan yang tidak menyenangkan. Selanjutnya Bhave dan Saini menambahkan, manusia harus mempelajari bagaimana mengekspresikan rasa marah yang dirasakan ke dalam perilaku tanpa menyakiti orang lain, dan mampu beradaptasi terhadap tingkah laku orang lain yang dapat membuat marah. Suatu perasaan marah dapat diungkapkan tanpa menyakiti orang lain sehingga dapat mengarahkan kepada terjadinya suatu perubahan tingkah laku yang positif.<sup>52</sup>

Tidak semua anak dapat mengungkapkan emosi marah dengan baik. Kesulitan dalam mengekspresikan marah secara tepat pada anak-anak dapat mengganggu hubungan anak dengan teman sebayanya ataupun anggota keluarga. Di dalam keluarga, orang tua akan merasa frustrasi ketika tidak lagi mampu menghadapi kemarahan dari anak. Dalam lingkungan pertemanan, anak yang memiliki perilaku marah yang berlebihan kurang disenangi teman-temannya karena dianggap mengganggu dan tidak dapat dipercaya. Keberhasilan anak dalam mengelola rasa marah membutuhkan kemampuan untuk mengenali dan memahami emosi yang dimiliki, sehingga dapat menampilkan perilaku marah yang dapat diterima oleh lingkungan dan membantu anak dalam menghadapi berbagai masalah.<sup>53</sup>

## **2. Pengendalian Emosi**

### **a. Pengertian dan Ciri-ciri Pengendalian Emosi**

Menurut Hurlock sebagaimana dikutip oleh Slamet Dwi Priatmoko dalam skripsi yang berjudul “*Upaya Meningkatkan*

---

<sup>52</sup> Kurniawati Budi Rahayu dan Rahma Widyana, “Efektivitas Intervensi Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Untuk Menurunkan Perilaku Marah Pada Anak Sekolah Dasar”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Volume. 21, Nomor. 2, 2019, hlm 63.

<sup>53</sup> Kurniawati Budi Rahayu dan Rahma Widyana, “Efektivitas Intervensi Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Untuk Menurunkan Perilaku Marah Pada Anak Sekolah Dasar”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, hlm 64.

*Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010*” mengartikan bahwa pengendalian emosi adalah suatu bentuk upaya yang menitikberatkan pada penekanan reaksi yang tampak terhadap suatu rangsangan yang menimbulkan emosi, dan mengarahkan energi emosi tersebut ke suatu bentuk ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima oleh lingkungan. Selanjutnya pendapat dari Santoso yang dikutip oleh Slamet Dwi Priatmoko dalam skripsi yang berjudul “*Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Remaja di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010*” menjelaskan bahwa melakukan pengendalian emosi berarti juga melakukan suatu bentuk pengelolaan emosi. Pengelolaan emosi terkait dengan keterampilan menyesuaikan diri secara psikologis, dimana seseorang dapat mengidentifikasi, mengakui, dan mampu untuk mengelolanya.<sup>54</sup> Kemampuan dalam mengendalikan emosi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Hurlock sebagaimana dikutip oleh Fenty Zahara dalam jurnal yang berjudul “*Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja Di SMA Utama Medan*” mengemukakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan anak dalam mengendalikan emosi yaitu faktor keluarga. Lingkungan keluarga merupakan kelompok sosial pertama dan utama yang berpengaruh dalam kepribadian termasuk perkembangan emosi. Sikap dan perilaku, pola asuh dan bimbingan yang diberikan orang tua terhadap anak berperan besar dalam upaya mengembangkan kemampuan mengendalikan emosi anak. Dalam hal ini bimbingan yang diterapkan oleh orang tua terhadap anak tersebut, anak akan

---

<sup>54</sup> Slamet Dwi Priatmoko, “Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010”. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang tahun 2010, hlm 20.

belajar memahami sesuatu yang diajarkan orang tua dan mencontoh perilaku emosi orang tua.<sup>55</sup> Dari hasil paparan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa pengendalian emosi merupakan individu di mana dapat menahan diri, mengendalikan diri, dan mengekspresikan emosi dalam bentuk yang rasional.

Adapun orang yang bisa mengendalikan emosi mempunyai ciri-ciri yang diantaranya; tidak mudah tersinggung dan berkata kasar kepada orang lain, dalam kondisi emosi ia dapat menenangkan dirinya dan bisa mencari solusi atas permasalahannya, mudah melupakan amarah dan dendamnya kepada orang lain, mampu berpikir sebelum bertindak, dapat merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memotivasi diri, mampu bertahan untuk menghadapi frustrasi, mampu mengelola perasaan dan suasana hati sendiri dan orang lain, dapat mengurangi intensitas emosi dengan cara menyibukkan dirinya, dan suka bercerita kepada orang-orang terdekat saat sedang ada masalah.<sup>56</sup>

b. Dampak Pengendalian Emosi

Menurut Sayyid Mujtaba sebagaimana dikutip oleh Slamet Dwi Priatmoko dalam skripsi yang berjudul "*Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010*" menyatakan orang yang memiliki pengendalian emosi yang baik dapat bertahan dalam situasi stress yang dapat melumpuhkan kemampuan berpikir. Pada saat orang sedang emosi, orang akan merasakan ketidakseimbangan pola berpikirnya yang awalnya sehat akan cenderung semakin berkurang, sehingga orang tersebut akan sulit untuk mengendalikan perilakunya

---

<sup>55</sup> Fenty Zahara, "Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja Di SMA Utama Medan", *Kognisi Jurnal*, Volume. 1 Nomor. 2, 2017, hlm 96.

<sup>56</sup> Slamet Dwi Priatmoko, "Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kleompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010". *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang tahun 2010, hlm 20-21.



saat sedang emosi. Berikut ini alasan mengapa pengendalian emosi itu sangat penting bagi diri individu:

- 1) Emosi dapat menyebabkan perbuatan tercela/kurang terpuji. Timbulnya perilaku marah biasanya akan berdampak pada suatu penyesalan setelah amarah itu berhenti. Kebanyakan kasus ia akan merasa harus meminta maaf kepada mereka yang telah menjadi pelampiasan kemarahannya.<sup>57</sup>
- 2) Emosi dapat membinasakan hati. Marah itu tidak lain merupakan salah satu penyakit hati yang dapat merusak diri secara keseluruhan. Ja'far Ash-Shadiq sebagaimana dikutip oleh Slamet Dwi Priatmoko dalam skripsi yang berjudul "*Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan gunung Pati Semarang Tahun 2010*" menyatakan bahwa "amarah membinasakan hati dan kebijaksanaan, barang siapa yang tidak bisa menguasainya, maka ia tidak akan dapat mengendalikan pikirannya."<sup>58</sup>
- 3) Emosi dapat merubah fungsi organ tubuh. Dalam hal ini, adanya pengaruh fisiologis akibat kecemasan dapat mempengaruhi berbagai perubahan dalam seluruh anggota tubuh seperti hati, pembuluh darah, perut, otak dan kelenjar-kelenjar tubuh. Seluruh jalan fungsi tubuh yang alamiah berubah pada saat marah.<sup>59</sup>
- 4) Emosi akan mempercepat kematian individu. Amarah dan kekecewaan yang terjadi pada seseorang akan berdampak pada

---

<sup>57</sup> Slamet Dwi Priatmoko, "Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010". *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang tahun 2010, hlm 21.

<sup>58</sup> Slamet Dwi Priatmoko, "Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010". *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang tahun 2010, hlm 22.

<sup>59</sup> Slamet Dwi Priatmoko, "Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010". *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang tahun 2010, hlm 23.

kualitas kesehatannya. Amarah dapat menyebabkan kematian secara mendadak jika mencapai tingkat tertentu yang berakibat pada serangan jantung secara mendadak.<sup>60</sup>

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pengendalian emosi sangatlah penting karena hal ini dapat mengakibatkan dampak yang besar bagi setiap individu dan orang lain untuk itu pengendalian emosi perlu diajarkan sejak dini, agar anak dapat berkembang secara optimal di lingkungan tempat ia tinggal.

c. Model-model Pengendalian Emosi

Ada tiga model pengendalian emosi yang dilakukan oleh seseorang ketika menghadapi situasi emosi, yaitu pengalihan, penyesuaian kognitif, dan strategi koping.

1) Pengalihan/*displacement*.

Pengalihan merupakan suatu cara mengalihkan atau menyalurkan ketegangan emosi pada obyek lain. Di antara cara yang sering digunakan yakni katarsis, rasionalisasi, dan dzikrullah dengan penjelasan sebagai berikut;

a) Katarsis

Katarsis merupakan suatu istilah yang merujuk pada penyaluran emosi atau membawa keluar dari keadaan seseorang yang tidak diharapkan. Katarsis merupakan bentuk pengalihan yang bermanfaat mengurangi agresi, ketakutan, atau kecemasan sekaligus dapat melampiaskan kemarahan. Pengalihan emosi yang disebut dengan katarsis dapat berupa katarsis positif atau negatif. Bentuk katarsis negatif dari emosi marah ditunjukkan dengan pelampiasan marah yang meledak-ledak, mencaci seseorang, merusak benda seperti membanting gelas, memukul dinding, dan bentuk negatif lainnya yang dapat

---

<sup>60</sup> Slamet Dwi Priatmoko, "Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010". *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang tahun 2010, hlm 23.

menyakiti dirinya maupun orang-orang di sekitarnya. Pengalihan emosi katarsis positif ditunjukkan dengan perilaku yang dapat diterima secara wajar, seperti mengalihkan emosi kepada hobi, bersepeda, menyiram tanaman, tersenyum, berjalan menjauhi sumber pemicu, menyalurkan melalui media tulisan yang diarahkan kepada hal positif atau tindakan lainnya yang dapat diterima secara sosial dan menjauhkan dari konflik.<sup>61</sup>

b) Rasionalisasi

Rasionalisasi merupakan proses pengalihan dari satu tujuan yang tak tercapai kedalam bentuk lain yang diciptakan dalam pikirannya, yang dirasionalkan adalah alasan yang digunakan dalam pengalihan itu. Tujuan dari rasionalisasi ini yaitu mengurangi kekecewaan ketika tujuan tidak tercapai dan memberi motif yang layak atas suatu tindakan dengan memberi alasan yang dapat diterima secara akal.<sup>62</sup>

c) Dzikrullah

Dzikrullah merupakan suatu cara pengalihan manakala manusia mengalami kesulitan atau permasalahan. Dzikrullah artinya mengingat Allah ini dapat berupa kalimat thayyibah, wirid, doa maupun tilawah Qur'an. Tujuan dari dzikrullah ini yaitu seseorang akan dapat merasakan ketentraman dalam menghadapi masalahnya dan hal itu baik untuk menghasilkan sikap optimis ketika ada harapan yang tidak terpenuhi. Dzikrullah juga dapat mengalihkan emosi negatif yang dialami seseorang menjadi emosi positif dengan sebab kondisi tenang dan damai yang dirasakannya.<sup>63</sup>

---

<sup>61</sup> R. Rachmy Diana, "Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam", *Jurnal Unisia*, Volume. 37, Nomor. 82, 2015, hlm 44.

<sup>62</sup> R. Rachmy Diana, "Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam", *Jurnal Unisia*, Volume. 37, Nomor. 82, 2015, hlm 44.

<sup>63</sup> Rovi Husnaini, "Hadis Mengendalikan Amarah Dalam Perspektif Psikologi", *Jurnal Ilmu Hadis*, Volume. 4, Nomor. 1, 2019, hlm 83.

## 2) Penyesuaian Kognitif/*Cognitive Adjustment*

Penyesuaian kognitif merupakan langkah yang dapat digunakan untuk menilai sesuai menurut pandangan seseorang yang disesuaikan dengan pemahaman yang dikehendaki. Ada tiga bentuk penyesuaian kognitif, antara lain; a) atribusi kognitif, ialah suatu mekanisme yang menempatkan persepsi berada dalam kondisi positif. Setiap masalah selalu dilihat dari segi positifnya, b) empati, merupakan kesadaran dalam diri seseorang untuk merasakan apa yang sedang dialami orang lain, baik berupa kesulitan maupun musibah. Melalui kesadaran empati ini seseorang dapat mengambil pengalaman orang lain dalam mereduksi gejala emosi tatkala peristiwa yang sama menimpa dirinya, c) altruisme, merupakan salah satu prinsip dalam relasi interpersonal. Altruisme tertuang di dalam al-Qur'an Surat Al-Hasyr: 9 sebagai berikut:

وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤْتُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ ۚ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿٩﴾

“Orang-orang (Ansar) yang telah menempati kota (Madinah) dan beriman sebelum (kedatangan) mereka (Muhajirin) mencintai orang yang berhijrah ke (tempat) mereka. Mereka tidak mendapatkan keinginan di dalam hatinya terhadap apa yang diberikan (kepada Muhajirin). Mereka mengutamakan (Muhajirin) daripada dirinya sendiri meskipun mempunyai keperluan yang mendesak. Siapa yang dijaga dirinya dari kekikiran itulah orang-orang yang beruntung”.

Ayat tersebut menjelaskan mengenai altruisme merupakan sikap dalam memberi pertolongan kepada sesama tanpa pamrih, kecuali mengharap ridho Allah.<sup>64</sup>

<sup>64</sup> R. Rachmy Diana, “Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam”, *Jurnal Unisia*, Volume. 37, Nomor. 82, 2015, hlm 44.



### 3) *Coping Strategy*

Coping dimaknai sebagai tindakan seseorang dalam menanggulangi, menerima atau menguasai suatu kondisi yang tidak diharapkan. Terdapat dua strategi coping, coping yang memfokuskan pada emosi yang dirasakan dan coping yang memfokuskan pada penanggulangan masalah yang dihadapi. Adapun dalam ajaran Islam, terdapat dua mekanisme dalam pengendalian emosi dan menanggulangi masalah, yakni mekanisme sabar dan syukur serta pemaafan.<sup>65</sup>

## C. Anak

### 1. Pengertian Anak

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, pasal 1 ayat 1 anak adalah individu yang belum berusia delapan belas tahun, termasuk anak yang masih di dalam kandungan. Selanjutnya menurut WHO, batasan usia anak adalah sejak anak di dalam kandungan sampai usia 19 tahun. Pasal tersebut menjelaskan bahwa anak adalah setiap orang yang belum berumur 19 tahun dan termasuk anak yang masih dalam kandungan, artinya segala kepentingan dalam upaya perlindungan anak telah dimulai sejak anak dalam kandungan sampai dengan berusia 19 tahun.<sup>66</sup>

Setiap anak memiliki perkembangan yang berbeda-beda. Jika anak diberikan rangsangan yang tepat dari lingkungannya, anak akan dapat melakukan tugas-tugas perkembangannya dengan baik. Periode anak merupakan periode kritis di mana seorang akan membutuhkan rangsangan-rangsangan yang tepat untuk mencapai kematangan yang sempurna. Usia anak merupakan masa yang penting sebagai landasan untuk perkembangan pada masa berikutnya. Menurut Freud sebagaimana dikutip oleh Wahyu

---

<sup>65</sup> R. Rachmy Diana, "Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam", *Jurnal Unisia*, Volume. 37, Nomor. 82, 2015, hlm 44-45.

<sup>66</sup> Pusat Data Dan Informasi (Infodatin), *Kondisi Pencapaian Program Kesehatan Anak Indonesia* (Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan RI, 2014), hlm 2.

Ika Indriyani dalam skripsi yang berjudul “*Pola Asuh Orang Tua Pada Anak Usia Dini Berperilaku Temper Tantrum di Desa Limbangan Kecamatan Limbangan Kabupaten Kendal*” pada masa anak harus diberikan landasan yang kuat agar terhindar dari gangguan kepribadian atau emosi. Lebih lanjut Freud menyatakan bahwa gangguan-gangguan yang dialami pada masa dewasa dapat ditelusuri penyebabnya dengan melihat kehidupan pada masa kanak-kanaknya, misalnya individu yang agresif secara verbal, sering marah-marah, mengumpat, ternyata usia awalnya tidak memperoleh kepuasan terhadap kebutuhan. Freud juga menyatakan bahwa tahun-tahun awal perkembangan dapat dikatakan sebagai dasar pembentukan kepribadian seseorang. Apabila pada masa ini telah memperoleh rangsangan yang tepat untuk mengembangkan potensi, maka masa-masa berikutnya tinggal memodifikasi struktur dan fungsi kepribadian itu sehingga terbentuk kepribadian yang sesuai dengan harapan.<sup>67</sup>

## 2. Perkembangan Emosi Anak

Emosi memainkan peran yang sedemikian penting dalam kehidupan, maka penting diketahui bagaimana perkembangan emosi itu. Tidak hanya emosi yang positif saja yang mempengaruhi perkembangan anak tetapi juga harus diingat bahwa ada emosi negatif yang dapat mempengaruhi perkembangan anak. Orang tua harus memahami perkembangan emosi anaknya dalam rangka mengembangkan kemampuan si anak untuk bersosialisasi dengan lingkungannya. Emosi berkembang sejak anak lahir. Emosi ditimbulkan oleh adanya rangsangan atau stimulasi. Pengalaman-pengalaman dapat mengstimulasi timbulnya emosi maupun menghambat timbulnya emosi itu.<sup>68</sup>

---

<sup>67</sup> Wahyu Ika Indriyani, “Pola Asuh Orang Tua Pada Anak Usia Dini Berperilaku Temper Tantrum di Desa Limbangan Kecamatan Limbangan Kabupaten Kendal”. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang tahun 2017, hlm 29-30.

<sup>68</sup> Mahmud dan Abdal Jafri, “Strategi Pengendalian Emosi pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Mendukung Kecerdasannya”, *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, Volume. 4, Nomor. 1, 2021, hlm 50.

Perkembangan emosi, seperti juga pada tingkah laku lainnya ditentukan oleh proses pematangan dan proses belajar. Seorang bayi yang baru lahir dapat menangis, tetapi ia harus mencapai tingkat kemampuan tertentu untuk dapat tertawa. Setelah anak itu lebih besar, maka ia akan belajar bahwa menangis dan tertawa dapat digunakan untuk situasi-situasi tertentu. Pada rentang 2-4 tahun terjadi perubahan mengenai jumlah istilah yang digunakan untuk menggambarkan emosi. Mereka juga mulai belajar mengenai penyebab dan konsekuensi dari perasaan-perasaan yang dialami. Ketika menginjak usia 4-5 tahun, anak-anak mulai menunjukkan peningkatan kemampuan dalam merefleksikan emosi. Mereka juga mulai memahami bahwa kejadian yang sama dapat menimbulkan perasaan yang berbeda terhadap orang yang berbeda. Lebih dari itu, mereka juga mulai menunjukkan kesadaran bahwa mereka harus mengatur emosi mereka untuk memenuhi standar sosial. Pada usia 6-8 tahun terdapat perubahan penting dalam perkembangan emosinya, diantaranya yaitu: meningkatnya kemampuan untuk memahami emosi kompleks, meningkatnya pemahaman bahwa mungkin saja seseorang mengalami lebih dari satu emosi dalam situasi tertentu, meningkatnya kecenderungan anak untuk lebih mempertimbangkan kejadian-kejadian yang menyebabkan munculnya reaksi emosi tertentu, meningkatnya kemampuan untuk menekan atau menutupi reaksi emosional yang negatif dan dapat mengalihkan perasaan tertentu.<sup>69</sup>

Semakin besar anak maka semakin besar pula kemampuannya untuk belajar sehingga perkembangan emosinya semakin rumit. Perkembangan emosi melalui proses pematangan hanya terjadi sampai usia satu tahun. Setelah itu perkembangan selanjutnya lebih banyak ditentukan oleh proses belajar dan pengalaman individu. Pengalaman yang diperoleh dari lingkungan sekitar seperti keluarga, sekolah, pergaulan akan

---

<sup>69</sup> John W. Santrock, *Perkembangan Anak Jilid II terj. dari Child Development oleh Mila Rachmawati dan Anna Kuswanti* (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm 17.

mempengaruhi perkembangan emosi.<sup>70</sup> Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa:

- a. Emosi berkembang sejak anak dilahirkan.
- b. Pada usia 2-4 tahun terjadi penambahan yang pesat mengenai jumlah istilah yang digunakan untuk menggambarkan emosi. Mereka juga mulai belajar mengenai penyebab dan konsekuensi dari perasaan-perasaan yang dialami.
- c. Pada usia 4-5 tahun, anak-anak mulai menunjukkan peningkatan kemampuan dalam merefleksikan emosi.
- d. Di masa usia 6-8 tahun, perkembangan emosi anak ditunjukkan dengan meningkatnya kemampuan untuk memahami emosi kompleks dan meningkatnya kemampuan untuk memahami bahwa seseorang bisa mengalami emosi lebih dari satu kali dan berupaya untuk mengalihkannya.



---

<sup>70</sup> John W. Santrock, *Perkembangan Anak Jilid II terj. dari Child Development oleh Mila Rachmawati dan Anna Kuswanti*, hlm 18.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif menurut Moleong adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.<sup>71</sup>

Sedangkan jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif. Jenis penelitian deskriptif ialah penelitian yang mengarah pada perolehan gejala-gejala, fakta-fakta atau kejadian-kejadian yang nyata dan akurat mengenai sifat-sifat populasi tertentu.<sup>72</sup> Dalam hal ini peneliti bermaksud untuk mendapatkan data secara lengkap dan mendeskripsikan keadaan atau gambaran hasil penelitian tentang bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 di kelurahan Bobosan.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian merupakan tempat obyek penelitian yang diteliti, di mana peneliti mendapatkan informasi atau data untuk dianalisis menjadi sebuah hasil penelitian. Tempat penelitian ini berada di wilayah RT. 01 RW. 02 kelurahan Bobosan kecamatan Purwokerto Utara kabupaten Banyumas. Dalam pelaksanaannya, rentang waktu penelitian ini dimulai pada bulan Februari 2021 sampai dengan bulan Oktober 2021.

---

<sup>71</sup> LJ. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), hlm 6.

<sup>72</sup> Hardani, dkk, *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu, 2020), hlm 54.

### C. Subjek dan Objek Penelitian

Sebelum penelitian dilaksanakan maka terlebih dahulu menentukan subjek dan objek penelitiannya. Hal ini dimaksudkan agar model yang digunakan dalam penelitian dapat dipertanggungjawabkan keabsahan secara ilmiah. Subjek penelitian merupakan informan atau subjek yang dituju untuk diteliti yakni orang yang merespon atau menjawab pertanyaan peneliti baik pertanyaan tertulis maupun lisan dengan kata lain disebut dengan responden. Sedangkan objek penelitian merupakan sesuatu yang menjadi sasaran pembahasan.<sup>73</sup>

#### 1. Subjek Penelitian

##### a. Orang Tua

Orang tua dalam penelitian ini bertempat tinggal di RT 01 RW 02 kelurahan Bobosan dan diambil 5 keluarga yang mempunyai kriteria memiliki anak berusia 3-8 tahun. Orang tua tersebut bertanggungjawab terhadap pembentukan pengendalian emosi anak. Orang tua akan dijadikan sumber data terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yakni bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak. Peneliti mengambil 5 orang tua dari jumlah keseluruhan 27 KK, dengan alasan hanya ada 5 orang tua yang memiliki anak berusia 3-8 tahun dan bersedia menjadi subjek penelitian. Adapun orang tua yang diambil sebagai subjek penelitian adalah:

- 1) SP dan FS orang tua dari anak berinisial A
- 2) FM dan SY orang tua dari anak berinisial Y
- 3) BD dan OS orang tua dari anak berinisial AR
- 4) SR dan EB orang tua dari anak berinisial AC
- 5) FG dan RY orang tua dari anak berinisial MK

---

<sup>73</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Peneliti Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Bima Aksara, 1966), hlm 232.

b. Anak

Anak dalam penelitian ini adalah A, Y, AR, AC dan MK. Peneliti memperoleh data dari anak tersebut terkait bimbingan orang tua yang diterima dan pengendalian emosi marah yang ditunjukkan.

2. Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini adalah bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 di kelurahan Bobosan.

#### **D. Sumber Data**

Sumber data primer dalam penelitian ini berupa hasil observasi dan wawancara peneliti dengan narasumber. Pada penelitian ini yang menjadi sumber primer adalah lima orang tua yang memiliki anak berusia 3-8 tahun di RT 01 RW 02 kelurahan Bobosan. Sedangkan sumber sekunder dalam penelitian ini berupa studi literatur seperti buku, skripsi dan jurnal yang terkait dengan penelitian.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Merupakan prosedur yang sistematis untuk memperoleh data yang diperlukan peneliti. Data diperoleh dari partisipan melalui wawancara dengan informan yang bersedia menjadi narasumber dalam rangka memperoleh data yang objektif, lengkap dan akurat. Metode pengumpulan data yang dilakukan peneliti yaitu:

1. Wawancara

Wawancara atau *interview* yaitu metode yang digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan suatu data atau keterangan secara lisan dari seseorang melalui dialog yang sistematis dan terorganisir. Wawancara dapat dilakukan terhadap seorang individu untuk memperoleh suatu data yang berhubungan langsung dengan suatu penelitian agar mendapatkan suatu keterangan terhadap manusia yang diteliti atau masyarakat,

merupakan bantuan utama dalam metode observasi.<sup>74</sup> Terdapat dua tipe wawancara yaitu wawancara struktur dan tidak terstruktur. Wawancara terstruktur merupakan wawancara dimana seorang pewawancara sudah menyusun pertanyaan yang ia butuhkan untuk mendapatkan data-data dari informan. Sedangkan wawancara tidak terstruktur merupakan wawancara yang tidak mempersiapkan susunan pertanyaan secara terkonsep, namun hanya memiliki tema yang akan ditanyakan, percakapan tersebut mengalir seperti biasa. Hal tersebut dilakukan karena adanya faktor situasi.<sup>75</sup> Peneliti menggunakan wawancara yang bersifat kombinasi, yang menggabungkan jenis wawancara terstruktur dan tidak terstruktur tujuannya adalah guna mendapatkan data yang terinci, aktual dan lengkap sehingga dapat memperoleh informasi yang telah ditentukan dengan topik pembicaraan dan sesuai dengan data yang dibutuhkan. Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui, menggambarkan, memahami dan menginterpretasikan makna dari bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 di kelurahan Bobosan.

## 2. Observasi

Metode observasi adalah metode ilmiah yang diartikan sebagai pengamatan atau penelitian secara sistematis terhadap objek yang diteliti baik itu langsung atau tidak langsung. Observasi langsung yaitu peneliti mengamati langsung terhadap obyek di dalam lingkungan yang diteliti, sebaliknya observasi tidak langsung yaitu peneliti mengamati obyek dalam keadaan tidak formal namun mempunyai tujuan yaitu mendapatkan suatu data.<sup>76</sup> Observasi yang digunakan peneliti bertujuan untuk mendapatkan informasi, atau data-data yang dibutuhkan dalam penelitian menggunakan alat indera sehingga dapat mengamati kegiatan obyek tersebut. Observasi

---

<sup>74</sup> Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: PT. Gramedia, 1981), hlm 162.

<sup>75</sup> Ulber Silalahi, *Metode Penelitian Sosial* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2012), hlm 313.

<sup>76</sup> Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial* (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2015), hlm 106.



dalam penelitian ini peneliti melakukan pengamatan pada orang tua dan anak yang telah dipilih sebagai subjek penelitian.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi ialah semua kegiatan, catatan dan aktifitas yang dilakukan oleh subyek itu sendiri dan terdokumentasi juga oleh peneliti. Dokumentasi yang diperoleh tidak hanya berbentuk tulisan atau catatan, melainkan dapat juga berbentuk foto atau rekaman lainnya yang dalam konteks milik pribadi.<sup>77</sup> Dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh data terkait penelitian yaitu berupa rekaman suara dan foto dokumentasi penelitian.

## F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses yang sangat penting, proses ini bekerja mengumpulkan data dan informasi dari penelitian. Proses ini bisa mengurangi atau menambahkan data informasi yang kurang sehingga dapat menjadikan sebuah kesimpulan untuk menjawab persoalan yang diajukan dari penelitian.<sup>78</sup> Teknik analisis data dalam penelitian ini terdiri atas empat tahapan sebagai berikut:

### 1. Pengumpulan data

Pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan cara wawancara kepada subjek penelitian kemudian melakukan observasi guna memperoleh hasil penelitian. Pengambilan dokumentasi juga dilakukan seperti foto, arsip, dan rekaman terkait bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 di kelurahan Bobosan.

### 2. Reduksi data

Reduksi data merupakan proses memilih, merangkum, dan menyederhanakan hal-hal pokok yang sesuai dengan permasalahan penelitian untuk memberikan gambaran yang jelas dan mempermudah

---

<sup>77</sup> Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, hlm 163.

<sup>78</sup> Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, hlm 164.

dalam pengumpulan data.<sup>79</sup> Pada tahap ini peneliti mengubah seluruh data yang didapatkan menjadi bentuk tulisan kemudian disajikan dalam bentuk display data atau penyajian data.

### 3. Display data

Display data atau penyajian data merupakan proses menyajikan data setelah dilakukan reduksi data. Kegiatan ini merupakan pengorganisasian yang menghasilkan sekumpulan informasi yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan. Bentuk penyajian data berupa teks naratif (berbentuk catatan lapangan), matriks, grafik, jaringan dan bagan.<sup>80</sup>

### 4. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan upaya untuk memahami suatu makna atau arti, pola-pola, penjelasan, alur sebab dan akibat. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan dapat berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang mendukung tahap berikutnya. Pada tahap ini dilakukan penarikan kesimpulan dengan mencocokkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti pada saat penelitian.<sup>81</sup>

---

<sup>79</sup> Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, hlm 166.

<sup>80</sup> Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, hlm 167.

<sup>81</sup> Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*, hlm 168.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Penyajian Data**

##### **1. Sejarah Lokasi Penelitian**

Desa bobosan terletak di kecamatan Purwokerto Utara, Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia. Bobosan berasal dari kata “trobosan” atau jalan pintas. Desa bobosan dibagi menjadi dua yaitu bobosan barat dan bobosan timur dengan satu kepala desa. Kesejarahan desa ini dimulai dari kemunculan seorang tokoh yang terkenal dengan nama Kamandaka yang memiliki nama asli Banyak Catra putra dari Prabu Siliwangi. Untuk menggantikan posisi ayahnya yang seorang raja, Kamandaka harus memiliki seorang istri. Oleh karena itu, Kamandaka berkelana mencari seorang pendamping yang akhirnya bertemu dengan seorang wanita yang bernama Dewi Cipta Rasa. Dewi Cipta Rasa merupakan seorang putri dari sebuah kerajaan. Perjalanan Kamandaka dalam mencari seorang istri merubah jati dirinya sebagai rakyat biasa, dikarenakan hal itu Dewi Cipta Rasa tidak diperbolehkan dekat dengan seorang rakyat biasa. Hal itu yang menyebabkan kakak dari Dewi Cipta Rasa memerintahkan prajurit kerajaan untuk membunuh Kamandaka. Terjadilah kejar-kejaran antara Kamandaka dengan prajurit kerajaan tersebut. Pada saat pengejaran Kamandaka memilih melewati hutan yang lebat, sehingga bisa menjadi jalan terobosan untuk Kamandaka. Karena Kamandaka tidak ditemukan sehingga prajurit berhenti mengejar dan Kamandaka pun selamat. Jalan trobosan yang dilewati Kamandaka itulah sekarang dinamakan Desa Bobosan yang artinya trobosan. Pada akhirnya status Kamandaka diketahui bahwa ia merupakan seorang pangeran dan direstuilah hubungan Kamandaka dengan Dewi Cipta Rasa.<sup>82</sup>

---

<sup>82</sup> Sumber data dari dokumen terbaru kelurahan Bobosan tahun 2021.

## 2. Deskripsi Lokasi Penelitian

Desa Bobosan lebih tepatnya merupakan sebuah kelurahan yang terletak di Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia tepatnya sebelah utara pusat kota Purwokerto yang berbatasan dengan sebelah utara desa Beji, sebelah selatan kelurahan Kober, sebelah timur kelurahan Purwanegara dan sebelah barat desa Karangsalam. Luas kelurahan Bobosan adalah 139,18 Ha dengan 30,58 Ha yang merupakan pemukiman dengan tingkat kepadatan masing-masing RW berbeda-beda, jumlah keseluruhan ada 32 RT dan 4 RW. Jumlah penduduk kelurahan Bobosan menurut data tahun 2021 sebesar 5.969 jiwa yang terdiri dari 2.016 kepala keluarga (KK) dengan jenis kelamin laki-laki 1.770 jiwa dan perempuan 488 jiwa. Secara umum kondisi ekonomi masyarakat Bobosan berciri masyarakat agraris yang mulai bergeser pada masyarakat semi agraris. Untuk mata pencaharian masyarakat sebagai berikut:

a. Karyawan	
Pegawai Negeri Sipil	179 orang
TNI/Polri	45 orang
Swasta	989 orang
b. Wiraswasta	444 orang
c. Petani/pekebun	26 orang
d. Jasa/pertukangan	49 orang
e. Buruh	336 orang
f. Pensiunan	208 orang
g. Pedagang	151 orang

Kondisi sosial kelurahan Bobosan diwarnai dengan nuansa religius yang masih cukup kental, hal ini ditandai dengan terdapatnya sejumlah pondok pesantren dan organisasi keagamaan. Bobosan juga termasuk kedalam wilayah kota tetapi masih banyak kegiatan dalam melestarikan budaya, hal ini terlihat dengan adanya sejumlah kelompok kesenian.



### Visi dan Misi Kelurahan Bobosan

#### a. Visi Kelurahan Bobosan:

Terwujudnya aparatur pemerintah yang bersih dan berwibawa sebagai abdi masyarakat yang professional menuju tata kelola pemerintahan yang tertib dalam rangka tercapainya kesejahteraan masyarakat kelurahan Bobosan.

#### b. Misi Kelurahan Bobosan

- 1) Meningkatkan kualitas aparatur pemerintah kelurahan Bobosan
- 2) Meningkatkan tata kelola pemerintahan kelurahan Bobosan.
- 3) Meningkatkan kualitas pelayanan publik.
- 4) Meningkatkan dan memfasilitasi pemberdayaan masyarakat menuju masyarakat yang sejahtera.
- 5) Meningkatkan upaya peningkatan pendapatan daerah.
- 6) Memfasilitasi pemeliharaan fasilitas umum.<sup>83</sup>

### 3. Deskripsi Subjek Penelitian

Bimbingan orang tua yang akan peneliti teliti yaitu ada lima sumber yang peneliti dapatkan informasinya di RT 01 RW 02 kelurahan Bobosan dan sudah bersedia untuk diteliti. Peneliti mendapatkan data dan informasi tentang cara yang dilakukan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak. Berikut ini merupakan uraian deskripsi dari subjek peneliti:

#### a. Subjek Pertama

- 1) Nama anak : A (nama inisial)  
 Tempat, tanggal lahir : Banyumas, 15 April 2015  
 Usia : 6 tahun  
 Jenis kelamin : Perempuan
- 2) Nama ayah A : SP (nama inisial)  
 Pekerjaan : Karyawan swasta

SP ayah A yang memperhatikan perkembangan A, namun karena ayah A jarang di rumah jadi ayah A tidak terlalu mengetahui perkembangan

---

<sup>83</sup> Sumber data dari dokumen terbaru kelurahan Bobosan tahun 2021.

yang lebih tentang anaknya itu. Meski begitu, ayah A tetap memberikan perhatiannya terhadap A, seperti mengenai perilaku sehari-hari, belajarnya, sekolahnya dan lainnya yang didapatkan dari cerita oleh ibu A karena ibu A yang selalu memperhatikan dan menceritakan tentang perilaku anaknya itu terhadap ayah A. Berbeda dari ibu A yang sehari-harinya di rumah mengurus A dan adiknya.<sup>84</sup>

3) Nama ibu A : FS (nama inisial)

Pekerjaan : Ibu rumah tangga

Ibu A adalah seorang ibu rumah tangga yang memiliki tiga orang anak. A adalah anak kedua dari pasangan SP dan FS. A merupakan anak yang ceria pandai bergaul dan memiliki banyak teman. A pribadi yang tidak mudah marah namun dikarenakan adanya pandemi covid-19 yang mengharuskan untuk di rumah saja, A menjadi anak yang gampang bosan dan sering mengambek. Dalam membimbing A, ibu A mempunyai cara tersendiri dengan mengajarkan A untuk selalu sabar di situasi seperti ini. Ibu A menyampaikan kepada anaknya bahwa situasi seperti ini akan segera berlalu kalau anaknya mampu menuruti aturan untuk di rumah saja. Ibu A menerapkan bimbingan jika A mampu bersabar akan mendapatkan sebuah hadiah.<sup>85</sup>

b. Subjek Kedua

1) Nama anak : Y (nama inisial)

Tempat, tanggal lahir : Banyumas, 16 Juli 2015

Usia : 6 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

2) Nama ayah Y : FM (nama inisial)

Pekerjaan : Wiraswasta

Ayah Y bekerja sebagai karyawan di pabrik dekat dengan rumah Y. Cara ayah Y membimbing anak dengan cara menasehati dan

---

<sup>84</sup> Hasil wawancara dengan Ayah A di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.00 WIB.

<sup>85</sup> Hasil wawancara dengan Ibu A di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.00 WIB.

berusaha menuruti keinginan anaknya. Karena ayah Y bekerja setiap hari membuat ayah Y tidak selalu mengetahui perilaku anaknya sehari-hari. Namun ayah Y mengakui bahwa anaknya itu merupakan anak yang baik yang selalu patuh dengan ibunya.<sup>86</sup>

3) Nama ibu Y : SY (nama inisial)

Pekerjaan : Mengurus rumah tangga

Y merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara. Ibunya mengakui kalau Y merupakan anak yang patuh namun sedikit cengeng. Y sangat disukai oleh teman-temannya karena Y menyenangkan dan tidak mudah marah. Adanya masa pandemi menjadikan Y mudah bosan dan sering bermain hp.<sup>87</sup>

c. Subjek Ketiga

1) Nama anak : AR (nama inisial)

Tempat, tanggal lahir : Banyumas, 10 Februari 2018

Usia : 3,5 tahun

Jenis kelamin : Laki-laki

2) Nama ayah AR : BD (nama inisial)

Pekerjaan : Buruh

AR merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Ayah AR sangat menyayangi AR karena ia merupakan anak laki-laki yang sangat dinantikan oleh ayah AR. AR merupakan anak yang pendiam, tenang dan sedikit sensitif. Ayah AR selalu memantau perkembangan anaknya tersebut.<sup>88</sup>

3) Nama ibu AR : OS (nama inisial)

Pekerjaan : Pedagang

OS merupakan penjual masakan dan menjualnya di rumah. Dalam mendidik AR, OS selalu mengajarkan agar anaknya rajin beribadah

---

<sup>86</sup> Hasil wawancara dengan Ayah Y di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.25 WIB.

<sup>87</sup> Hasil wawancara dengan Ibu Y di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.25 WIB

<sup>88</sup> Hasil wawancara dengan Ayah AR di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.22 WIB.

dan patuh terhadap orang tua. Perkembangan AR selalu dipantau oleh OS terutama dalam perkembangan emosi. Meskipun AR sedikit sensitif dalam segi emosionalnya. Ibu AR selalu berusaha agar anaknya mampu bersikap tenang dalam menghadapi situasi apapun.<sup>89</sup>

d. Subjek keempat

1) Nama anak : AC (nama inisial)

Tempat, tanggal lahir : Banyumas, 28 Februari 2015

Usia : 6 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

2) Nama ayah AC : SR (nama inisial)

Pekerjaan : Wiraswasta

SR merupakan warga baru di RT 01 RW 02. Sebelumnya ia dan keluarganya bertempat tinggal di wilayah lain yang masih satu kecamatan Purwokerto Utara. SR merupakan wiraswasta yang sehari-harinya jarang di rumah. Meskipun begitu SR tetap memperhatikan perkembangan anaknya (AC). Menurut SR, AC merupakan anak baik yang mudah bergaul dengan temannya. AC merupakan anak yang rajin dan penyayang.<sup>90</sup>

3) Nama ibu AC : EB (nama inisial)

Pekerjaan : Mengurus rumah tangga

EB merupakan seorang ibu rumah tangga. EB selalu memperhatikan perkembangan AC terutama pendidikan sekolahnya. EB selalu mengingatkan kepada AC untuk rajin mengikuti pembelajaran daring.<sup>91</sup>

---

<sup>89</sup> Hasil wawancara dengan Ibu AR di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.22 WIB.

<sup>90</sup> Hasil wawancara dengan Ayah AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

<sup>91</sup> Hasil wawancara dengan Ibu AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.



## e. Subjek kelima

- 1) Nama anak : MK (nama inisial)  
 Tempat, tanggal lahir : Banyumas, 03 Mei 2017  
 Usia : 4,5 tahun  
 Jenis kelamin : Laki-laki
- 2) Nama ayah MK : FG (nama inisial)  
 Pekerjaan : Wiraswasta

FG merupakan ayah MK yang bekerja sebagai wiraswasta. Menurut pendapat FG, ia merupakan sosok ayah yang selalu memperhatikan perkembangan MK setiap harinya. Menurut FG, MK merupakan anak yang mudah bergaul dengan temannya. Dalam mendidik MK, FG selalu mengingatkan agar anaknya menjadi anak yang sholeh sehingga di setiap sore anaknya harus mengaji di salah satu rumah tetangganya.<sup>92</sup>

- 3) Nama ibu MK : RY (nama inisial)  
 Pekerjaan : Karyawan swasta

RY merupakan ibu MK yang sehari-harinya bekerja di sebuah lembaga UMKM di Purwokerto. Menurut RY, MK merupakan anak yang aktif, cerdas dan mudah bergaul. RY mengakui bahwa selama pandemi MK lebih emosional dikarenakan ruang gerak anaknya lebih terbatas daripada sebelum pandemi. Dalam mendidik anak, RY selalu berusaha untuk mendampingi anaknya dalam hal akademik dan non akademik.<sup>93</sup>

## B. Bimbingan Orang Tua pada Masa Pandemi Covid-19

Sejak ditetapkannya covid-19 sebagai pandemi, pemerintah mengeluarkan kebijakan untuk melakukan aktivitas dari rumah seperti belajar dari rumah, bekerja dari rumah dan beribadah dari rumah. Situasi yang terjadi

---

<sup>92</sup> Hasil wawancara dengan Ayah MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.48 WIB.

<sup>93</sup> Hasil wawancara dengan Ibu MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.48 WIB.

sekarang ini, menjadikan orang tua terlibat lebih dalam perkembangan anaknya. Orang tua dapat lebih aktif dalam mendampingi anaknya selama di rumah. Peran orang tua menjadi sangat penting ketika mendapatkan anaknya lebih banyak melakukan aktivitas di rumah. Orang tua juga dapat memberikan perhatian lebih karena mereka akan lebih banyak menghabiskan waktu bersama anak-anaknya. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti di lapangan mengenai bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 di kelurahan Bobosan. Peneliti merumuskan beberapa pokok bahasan mengenai peran orang tua kepada anak selama masa pandemi covid-19 antara lain sebagai berikut:

Menurut pendapat dari orang tua A subjek pertama menyatakan:

*“Selama masa pandemi ini kami berusaha untuk selalu mendampingi anak ketika belajar, selain itu kami juga berusaha memberikan kasih sayang yang lebih misalnya anak kan cepat bosan di rumah jadi kami kadang belikan makanan kesukaan mereka gitu mba.”<sup>94</sup>*

Menurut pendapat dari orang tua Y subjek kedua menyatakan:

*“Pandemi ini paling kami berusaha kasih semangat ke anak mba, tidak membiarkan anak merasa sendiri.”<sup>95</sup>*

Menurut pendapat dari orang tua AR subjek ketiga menyatakan:

*“Selama pandemi banyak mba aku ngasih tau ke anak, suruh jaga kebersihan kan paling penting pake masker cuci tangan gitu, yang kedua paling nemenin belajar mba mau tidak mau anak harus tetap belajar di rumah.”<sup>96</sup>*

Menurut pendapat dari orang tua AC subjek keempat menyatakan:

*“Selama pandemi kami coba kasih pengertian ke anak kalau tidak boleh main di luar rumah, maksudnya lagi susah buat jalan-jalan gitu loh, kalo di rumah ya bantuin dia belajar dan nemenin dia pokoknya lah.”<sup>97</sup>*

Menurut pendapat dari orang tua MK subjek kelima menyatakan:

---

<sup>94</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.00 WIB.

<sup>95</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.25 WIB.

<sup>96</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.22 WIB.

<sup>97</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

*“Selama pandemi interaksi anak dengan temannya lebih terbatas ya, jadi selama di rumah kami berusaha mendampingi anak bermain, belajar, memberikan tontonan yang sekiranya mendukung kecerdasannya.”<sup>98</sup>*

Dari kelima orang tua di atas peneliti mendapat hasil dari gambaran bahwa bimbingan yang dilakukan orang tua selama pandemi secara umum yaitu dengan cara mendampingi, mengarahkan dan mengajarkan anak dalam hal belajar dan bermain. Makna bimbingan jika dijabarkan akan sangat luas. Hal ini berarti setiap orang tua mempunyai cara membimbing dan mengarahkan anaknya pun berbeda-beda.

### C. Emosi Anak pada Masa Pandemi Covid-19

Masa pandemi covid-19 memicu reaksi besar dalam kehidupan banyak orang tua, salah satunya karena sikap anak-anak yang menunjukkan perilaku emosional yang meningkat. Tidak sedikit anak memberikan reaksi berteriak, menangis, jenuh dan bahkan mengalami tantrum terkait kondisi seperti ini. Perilaku ini disebabkan anak-anak tersebut menghabiskan banyak waktu di rumah dan merindukan teman atau rutinitasnya sebelum pandemi.

Hal ini sejalan dengan pernyataan oleh orang tua A subjek pertama yang menyatakan:

*“Anak saya sekarang lebih suka marah-marah karena tidak bisa main, gak bisa sekolah, gak bisa jalan-jalan.”<sup>99</sup>*

Pendapat yang sama juga diungkapkan oleh orang tua Y subjek kedua yang menyatakan:

*“Iya bener banget bikin lebih emosi, kadang kalau dia emosi mama jadi ikut emosi.”<sup>100</sup>*

Pendapat dari orang tua AR subjek ketiga juga menyatakan:

*“Di rumah terus jadi lebih meningkat emosinya mba, apa lagi kondisinya kayak gin ikan mau keluar juga khawatir, ya kadang suka nangis kalau pengen jalan-jalan.”<sup>101</sup>*

---

<sup>98</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.48 WIB.

<sup>99</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.00 WIB.

<sup>100</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.25 WIB.

<sup>101</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.22 WIB.

Pendapat dari orang tua AC subjek keempat juga menyatakan:

*“Lebih emosi karena ga sekolah ga ketemu bu guru dan ga ketemu temen-temennya jadi kalau di rumah sering jenuh.”*<sup>102</sup>

Pendapat dari orang tua MK subjek kelima juga menyatakan:

*“Sebelum pandemi ruang gerak anak untuk interaksi dengan yang lain lebih luas ya mba, sekarang pandemi jadi lebih terbatas ruang geraknya untuk bermain dengan anak-anak lain, jadi kan emosi anak kalau di rumah gak ada lawan mainnya yang seumuran jadi kalau di rumah lebih emosi dan sering berantem sama kakanya karena ga sefrekuensi gitu.”*<sup>103</sup>

Dari hasil wawancara dengan kelima orang tua mengungkapkan bahwa anaknya mengalami perubahan emosional yang lebih meningkat selama pandemi, hal ini dikarenakan keadaan sekarang yang mengharuskan beberapa aktivitas yang awalnya dilakukan di luar rumah sekarang dialihkan menjadi di dalam rumah, hendaknya orang tua dapat memastikan perkembangan emosional pada anak tetap berkembang di dalam kondisi seperti ini. Bimbingan orang tua dilakukan agar anak dapat mengelola perasaan, membantu anak menjadi anak yang baik dan sadar akan keinginannya di dalam hidup tidak dapat semuanya bisa terpenuhi. Saat kegiatan dilakukan di dalam rumah anak-anak cenderung mudah stress dan bosan. Maka dari itu bimbingan orang tua dilakukan agar anak mampu mengelola perasaan dengan selalu mengendalikan perasaan, menerima diri sendiri dengan berbuat baik, belajar dan bersyukur, dan dapat menghilangkan stress pada anak dengan memperbolehkan anak-anak untuk melakukan hal yang disukai. Caranya adalah dengan menerapkan pola bimbingan yang memberikan kesempatan kepada anak untuk mengenali, memahami, mengendalikan dan mengekspresikan emosi dengan tepat. Anak yang dapat mengendalikan emosi umumnya dapat bertahan dalam situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan. Salah satu hal yang harus dilakukan orang tua dengan mengajarkan bimbingan pengendalian emosi pada anak. Bimbingan yang dilakukan orang tua terhadap

---

<sup>102</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

<sup>103</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.48 WIB.



anak diperlukan sikap keterbukaan, kehangatan, penghargaan, perhatian dan pengertian.

#### **D. Bentuk-bentuk Bimbingan Orang Tua Dalam Membentuk Pengendalian Emosi Marah Anak pada Masa Pandemi Covid-19**

Berdasarkan penelitian ini diperoleh data bahwa bimbingan yang dilakukan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 antara lain dengan:

##### **1. Bimbingan orang tua melalui pembiasaan**

Pembiasaan merupakan hal yang diperlukan dalam membentuk pengendalian emosi anak. Mengajarkan pengendalian emosi bukanlah pekerjaan sekali jadi. Bukan merupakan hal yang mudah dan spontanitas belaka. Melainkan suatu proses bertahap sesuai perkembangan anak. Maka dari itu, dibutuhkan pembiasaan untuk menanamkan perilaku emosional yang baik agar dapat membentuk pengendalian emosi anak. Usia anak merupakan usia yang sesuai untuk dibentuk kemampuan pengendalian emosi yang baik, yaitu dengan menumbuhkan kebiasaan-kebiasaan yang sesuai dengan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari seperti: menahan diri atau emosinya, membiasakan untuk meminta maaf, membiasakan untuk menenangkan diri sendiri

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi peneliti kepada orang tua anak di RT 01 RW 02 Bobosan yang berjumlah 5 orang. Dalam mendidik melalui contoh perilaku pembiasaan terwujud dalam perilaku orang tua yang mengajarkan anak untuk selalu berkata maaf, tolong dan terimakasih. Tiga kata ini perlu dibiasakan sebagai salah satu adab dalam bersosialisasi. Meminta maaf ketika melakukan kesalahan, mengucapkan tolong jika memerlukan bantuan, dan mengucapkan terimakasih jika telah menerima bantuan dari orang lain. Karena seringkali anak meniru apa yang dilakukan oleh orang tuanya, bila hal yang dicontohkan baik, maka anak akan menjadi baik pula perilaku yang diterapkan oleh sang anak. Pembiasaan perlu dilakukan dengan cara berulang-ulang agar

mendapatkan hasil yang baik pula. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh orang tua A subjek pertama menyatakan:

*“Biasanya kalau habis dikasih uang kami ngajarin untuk dia berterima kasih, bukan dari kami doang mba ya kalau dikasih sama orang lain juga harus bilang terima kasih.”*<sup>104</sup>

Orang tua Y subjek kedua juga menyatakan hal yang sama dalam wawancaranya:

*“Saya memberikan pembiasaan ke anak agar selalu meminta maaf dan mengakui kesalahannya, mengucap tolong ketika butuh pertolongan dan mengucap terima kasih ketika sudah ditolong.”*<sup>105</sup>

Pendapat yang sama juga diungkapkan oleh orang tua AR subjek ketiga yang menyatakan:

*“AR kan anaknya gampang nangkep ya, jadi dari kami berusaha untuk mengajarkan anak tata krama dan sopan santun kayak bilang terima kasih, senyum ke orang, ngucapin salam kalau masuk rumah begitu mba.”*<sup>106</sup>

Hal ini juga sejalan dengan pernyataan yang disampaikan oleh orang tua AC subjek keempat menyatakan:

*“Saya juga ngajarin ke anak kalau habis dikasih sesuatu bilang terima kasihnya mana nduk jangan lupa berterima kasih.”*<sup>107</sup>

Pendapat yang sama juga diungkapkan oleh orang tua MK subjek kelima menyatakan:

*“Membiasakan anak untuk mengucapkan terima kasih kalau dikasih sesuatu dan meminta maaf kalau berbuat salah.”*<sup>108</sup>

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada narasumber kelimanya berpendapat hal yang sama mengenai bimbingan orang tua melalui pembiasaan bahwa anak-anak dibiasakan untuk selalu mengucapkan terima kasih dan meminta maaf ketika berbuat salah. Hal tersebut sangat baik sekali bagi perkembangan emosi anak. Dengan begitu

---

<sup>104</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.00 WIB.

<sup>105</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.25 WIB.

<sup>106</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.22 WIB.

<sup>107</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

<sup>108</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.53 WIB.

diharapkan anak dapat mengerti bagaimana etika-etika dalam bersosialisasi.

## 2. Bimbingan orang tua melalui nasehat

Orang tua sudah sepatutnya memberikan nasehat kepada anaknya. Bila anak melakukan sebuah kesalahan orang tua harus berani untuk menegur. Namun teguran ini harus mengandung nasehat, nilai pendidikan, bukan cercaan, makian dan hujatan. Hal ini diperlukan untuk mengontrol anak agar tetap berada pada jalur yang benar. Nasehat sangat diperlukan dalam membimbing anak mengenai akhlak yang mulia di dalam ajaran Islam. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi bimbingan yang dilakukan orang tua melalui nasehat dapat terlihat dari wawancara dengan orang tua A subjek pertama menyatakan di dalam wawancaranya bahwa:

*“Nasehat yang diberikan ketika anak sedang emosi kami berusaha menenangkan anak dulu mba, nasehatin anak kalau marah-marah nanti capek cepet tua loh. Gitu mba paling.”<sup>109</sup>*

Orang tua Y subjek kedua juga menyatakan di dalam wawancaranya bahwa:

*“Ngendaliin emosi anak dengan cara ngajarin menenangkan diri, nasehatin cara menangkan diri ya dengan sabar, habis itu kami berikan pujian ke anak mba.”<sup>110</sup>*

Orang tua AR subjek ketiga juga menyatakan di dalam wawancaranya bahwa:

*“Kami lebih nasehatin supaya sabar, meminta maaf ketika melakukan kesalahan. Kadang kalo marah AR cerita ke ayah mba habis dimarahi ibu, terus ayahnya menasehati kalau ibu marah berarti ya ibu benar.”<sup>111</sup>*

Orang tua AC subjek keempat juga menyatakan di dalam wawancaranya bahwa:

---

<sup>109</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.00 WIB.

<sup>110</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 14.59 WIB.

<sup>111</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 15.24 WIB.

*“Menasihati anak lebih mencontoh perilaku nabi dalam memberikan nasehat kepada anaknya di kehidupan sehari-hari agar selalu bersyukur dengan apa yang sudah dimiliki.”<sup>112</sup>*

Orang tua MK subjek kelima juga menyatakan di dalam wawancaranya bahwa:

*“Dalam meredakan emosi anak, yang pertama saya lakukan menenangkan dia, kemudian menanyakan apa yang membuat anak marah baru setelah itu memberikan nasehat ke anak agar sabar. Sabar menghadapi apapun apalagi di dalam kondisi pandemi seperti ini. Saya juga mencontohkan nilai Islami seperti mengucapkan istighfar ketika sedang marah”<sup>113</sup>.*

Dari hasil wawancara kelima orang tua di atas, dapat diketahui bahwa orang tua dalam membimbing melalui nasehat yaitu dengan cara menasehati anak ketika marah untuk menenangkan diri. Menenangkan anak atau mengajarkan anak untuk belajar menenangkan diri ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan perlu ditanamkan sejak dini. Sikap tenang dalam mengatasi segala hal yang tidak diinginkan sangatlah penting, karena hal ini dapat membantu seseorang untuk menjaga keseimbangan emosinya.

### **3. Bimbingan orang tua melalui keteladanan**

Keteladanan merupakan hal terpenting dalam kehidupan anak. Anak seringkali mencontoh perilaku yang ditunjukkan oleh orang tua. Orang tua sudah sepantasnya menjadi suri tauladan atau contoh yang baik bagi anaknya. Baik dalam hal perkataan maupun perbuatan sehingga anak akan meneladani perkataan, sikap dan perilaku yang baik pula. Orang tua sebagai panutan bagi anak memiliki peran untuk membentuk dan membiasakan anak dalam bertutur kata yang baik. Karena seringkali anak meniru kata-kata yang diucapkan oleh orang tua. Orang tua sebagai tauladan harus dapat memberikan contoh perkataan dan perbuatan yang baik agar anak dapat bertutur kata dan berperilaku yang baik pula. Seperti dijelaskan dalam firman Allah dalam QS. Al-Hujurat ayat 2 menyebutkan yang artinya *“Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu meninggikan suaramu*

---

<sup>112</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

<sup>113</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.53 WIB.



*melebihi suara Nabi, dan janganlah kamu berkata kepadanya dengan suara keras sebagaimana kerasnya (suara) Sebagian kamu terhadap yang lain, nanti (pahala) amalmu bisa terhapus sedangkan kamu tidak menyadari”*.<sup>114</sup>

Dalam memberikan tauladan, orang tua A subjek pertama menyatakan dalam wawancaranya bahwa:

*“Tauladan kan artinya contoh ya mba, kalau ngasih contoh ke anak ya pasti yang baik-baik dong, ngasih contoh kalau tidak boleh ngomong kasar, tidak boleh marah lama-lama, marah ya boleh dan itu harus diluapkan kan, lebih nyontohin ke dia ngatur amarahnya mba”*.<sup>115</sup>

Pendapat dari orang tua Y subjek kedua menyatakan dalam wawancaranya bahwa:

*“Mencontohkan yang baik-baik aja mba, kalau marah ya dari orang tua dulu kan nyontohin ke anak kalau marah ga boleh mencak-mencak apa lagi sampe ngelempar barang. Jadi nyontohin ke anak kalau marah coba duduk.”*<sup>116</sup>

Pendapat dari orang tua AR subjek ketiga menyatakan dalam wawancaranya bahwa:

*“AR marah biasanya karena ga dituruti keinginannya, ya kita mencontohkan agar tidak seperti itu mba, jangan ngerengek kalau minta sesuatu ga dituruti, kita kasih paham ke dia kenapa ibu ga langsung menuruti alasannya seperti ini. Kaya gitu mba.”*<sup>117</sup>

Pendapat dari orang tua AC subjek keempat menyatakan dalam wawancaranya bahwa:

*“Kalau AC marah saya diamkan dulu dia. Nanti kalau dia sudah agak tenang baru kita tanyain maunya apa. Kalau ngasih contoh ya jelas contoh yang baik, kayak berperilaku jujur kalau ada apa-apa ya ngomong ke mama.”*<sup>118</sup>

Pendapat dari orang tua MK subjek keempat menyatakan dalam wawancaranya bahwa:

---

<sup>114</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Jakarta: CV. Kathoda, 2005), hlm 743.

<sup>115</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.00 WIB.

<sup>116</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.25 WIB.

<sup>117</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.22 WIB.

<sup>118</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

*“Kalau marah ya yang pertama berusaha untuk meredam emosinya dengan cara nanyain dia maunya apa untuk dipenuhi kalau tidak bisa dipenuhi ya dialihkan ke hal lain biar sedikit mereda emosinya. Soal memberikan teladan ya dari orang tua pasti mencontohkan yang baik ke anaknya kan, kalau kami mengajarkan sopan santun, berbicara yang lembut, masih banyak si mba.”<sup>119</sup>*

Dari hasil wawancara di atas dengan kelima orang tua, peneliti menyimpulkan bahwa bimbingan orang tua melalui keteladanan sangat bervariasi. Orang tua mempunyai cara tersendiri untuk mengajarkan hal yang baik kepada anak-anaknya. Namun dalam hal marah, kelima orang tua mengungkapkan hal yang sama ketika anak sedang marah hal yang pertama dilakukan adalah berusaha meredam emosi anaknya.

#### **4. Bimbingan orang tua melalui pengawasan**

Pengawasan orang tua merupakan hal penting demi perkembangan anak untuk dapat memberikan hal-hal positif, disamping itu juga orang tua dalam membantu anak agar memiliki kepribadian yang baik dan kemampuan mengendalikan diri. Bimbingan yang dilakukan orang tua dalam bentuk pengawasan ini merupakan perhatian orang tua dalam mengawasi anaknya sehari-hari. Orang tua sebagai pengasuh dan bertanggung jawab penuh kepada anaknya baik di lingkungan keluarga maupun di lingkungan sosial.

Dalam memberikan pengawasan kepada anaknya, orang tua A subjek pertama menyatakan dalam wawancaranya:

*“Mengawasi anak kalau bermain mba, jangan sampai jauh-jauh. Kalau mau main juga harus pamit main sama siapa pergi ke mana.”<sup>120</sup>*

Orang tua Y subjek kedua menyatakan dalam wawancaranya:

*“Pengawasan yang kami lakukan sebagai orang tua lebih ke ini si soal main HP mba. Kalau lagi main HP yang dilihat itu apa terus udah berapa lama mainnya kalo udah lebih dari sejam ya saya tarik HP-nya.”<sup>121</sup>*

Orang tua AR subjek ketiga menyatakan dalam wawancaranya:

---

<sup>119</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.53 WIB.

<sup>120</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 Pukul 11.00 WIB.

<sup>121</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 11.25 WIB.

“Ngawasin dalam hal belajar dan bermainnya mba. Kalau belum belajar ya saya ingatkan untuk belajar dulu nanti baru main.”<sup>122</sup>

Orang tua AC subjek keempat menyatakan dalam wawancaranya:

“Orang tua pasti was-was ya kalau anaknya main, jadi lebih diawasin mainnya sama siapa, kita takut si mba kalau dia diajarin hal yang ga bener.”<sup>123</sup>

Orang tua MK subjek kelima menyatakan dalam wawancaranya:

“Soal pengawasan dari kami berusaha untuk mengawasi jam tidur dia, durasi dia main HP, tontonan dia di HP, kalau main ya pasti kami ingatkan suruh hati-hati jangan nakal ya. Kayak gitu mba.”<sup>124</sup>

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada orang tua anak dari kelima subjek menyatakan bahwa dalam hal pengawasan anak orang tua selalu berusaha mengawasi anaknya dalam hubungannya dengan teman sebaya, dengan siapa mereka bermain, dengan siapa mereka bergaul, dan juga orang tua selalu mengawasi tontonan yang ditonton anak-anaknya yang dapat mempengaruhi perilaku emosional mereka.

## E. Model Pengendalian Emosi Anak pada Masa Pandemi Covid-19

### 1. Pengalihan/displacement

#### a. Katarsis

Katarsis diartikan sebagai pelepasan emosional. Ketika seseorang sedang dihadapkan pada situasi yang tidak menyenangkan proses katarsis dalam diri akan terjadi. Seseorang melepaskan emosi atau perasaan tersebut ke arah yang tepat. Tujuan dari katarsis ialah membantu seseorang untuk memperoleh rasa damai dan ketenangan, serta melewati peristiwa buruk dan menyedihkan.<sup>125</sup>

Pengendalian katarsis yang dilakukan oleh orang tua A subjek pertama menyatakan:

<sup>122</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.22 WIB.

<sup>123</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

<sup>124</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.53 WIB.

<sup>125</sup> Yahdinil firda Nadhiroh, “Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia)”, *Jurnal Sainitifika Islamica*, Volume. 2, Nomor. 1, 2015, hlm 58.

*“Saya ngajarin anak kalau nangis ya dikeluarkan dulu sampai plong baru kalau udah plong ya ngajak anak ngapain gitu sesuai dengan keinginannya.”<sup>126</sup>*

Pengendalian katarsis yang dilakukan orang tua Y subjek kedua menyatakan:

*“Emosinya harus disalurkan ke arah yang tepat ya mba, kami berusaha menenangkan dia kalau lagi marah atau nangis, yang paling sering nangis karena main HP. Biasanya sebelum minta HP ya diajak main yang lain apa dislimur yang lain dulu biar ga nangis dan menaruh HP-nya sendiri tanpa diminta orang tua.”<sup>127</sup>*

Pengendalian katarsis yang dilakukan orang tua AR subjek ketiga menyatakan:

*“Ajarkan anak untuk menenangkan diri, berusaha menghadapi masalahnya sendiri dulu, kalau dirasa ga mampu ya baru kami turun tangan. Hal ini bisa membuat anak lebih mandiri juga mba.”<sup>128</sup>*

Pengendalian katarsis yang dilakukan orang tua AC subjek keempat menyatakan:

*“Kalau nangis saya suruh jangan lama-lama ya nangisnya. Baru setelah itu hibur dia.”<sup>129</sup>*

Pengendalian katarsis yang dilakukan orang tua MK subjek kelima menyatakan:

*“Biasanya MK nangis karena main HP ga dituruti atau berantem sama kakaknya. Kalau udah nangis ya kami alihkan ke hal lain misal main sepeda agar nangisnya berhenti.”<sup>130</sup>*

Dari hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan pengendalian katarsis merupakan cara seseorang melepaskan emosinya ke arah yang sehat. Pengendalian katarsis yang dilakukan kelima orang tua mengungkapkan agar perasaan anaknya dilepaskan terlebih dahulu, membiarkan anak meluapkan emosinya sampai lega. Kemudian setelah

---

<sup>126</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 14.36 WIB.

<sup>127</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 14.59 WIB.

<sup>128</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 15.24 WIB.

<sup>129</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

<sup>130</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.53 WIB.



itu baru mengajak anak berbicara atau mengalihkan ke hal lain agar emosinya cepat mereda dan anak kembali merasakan tenang.

b. Rasionalisasi

Pengendalian rasionalisasi disebut juga sebagai istilah manajemen “anggur asam”. Artinya “anggur asam” diistilahkan yang digunakan untuk merujuk proses pengalihan dari satu tujuan yang tidak tercapai kepada bentuk lain yang diciptakan di dalam persepsi. Yang dirasionalkan adalah alasan yang digunakan dalam pengalihan itu. Model pengalihan ini bertujuan mengurangi kekecewaan kita bila gagal mencapai tujuan.<sup>131</sup>

Model pengendalian rasionalisasi yang dilakukan orang tua A subjek pertama menyatakan:

*“Kami ajarkan untuk sabar mba, pernah habis main terus pulang-pulang nangis kami tanya katanya habis jatuh ya kami nasehatin suruh hati-hati kalau main.”*<sup>132</sup>

Model pengendalian rasionalisasi yang dilakukan orang tua Y subjek kedua menyatakan:

*“Kalau Y lagi sakit suka rewel ya mba, kalau nangis ya berusaha nenangin dia sambil bilang kalau nangis terus nanti ga sembuh-sembuh, kamu sakit berarti Allah sayang sama kamu biar kamu makin kuat.”*<sup>133</sup>

Model pengendalian rasionalisasi yang dilakukan orang tua AR subjek ketiga menyatakan:

*“Biasanya AR marah ya karena keinginannya gak diturutin mba terus marah”*.<sup>134</sup> Lebih lanjut ibu AR menyatakan *“kalau AR udah marah buat bujuk dia ya paling ibu rayu mba, ibu kasih pengertian ke dia kalau tidak semua keinginannya harus dituruti, kalau engga ya bilang ke dia ibu mau beliin tapi AR harus sabar dulu ya. Gitu mba paling”*.<sup>135</sup>

---

<sup>131</sup> Yahdinil firda Nadhiroh, “Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia)”, *Jurnal Sainitifika Islamica*, Volume. 2, Nomor. 1, 2015, hlm 59.

<sup>132</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 14.36 WIB.

<sup>133</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 14.59 WIB.

<sup>134</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 15.24 WIB.

<sup>135</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 15.24 WIB

Model pengendalian rasionalisasi yang dilakukan orang tua AC subjek keempat menyatakan:

*“Biasanya kalau lagi main berantem sama temennya itu kan hal biasa, saya bilang ke dia marahnya jangan lama-lama baikin sama temennya, minta maaf dulu gapapa. Kayak gitu mba.”*<sup>136</sup>

Model pengendalian rasionalisasi yang dilakukan orang tua MK subjek kelima menyatakan:

*“Kalau nangis karena jatuh atau keinginannya tidak bisa dicapai kita ngajarin buat sabar, sebisa mungkin kita alihkan pikiran negatifnya mba.”*<sup>137</sup>

Dari hasil wawancara di atas dengan kelima orang tua dapat disimpulkan bahwa dalam membimbing pengendalian rasionalisasi, anak diajakkan untuk tidak berpersepsi negatif atas kejadian yang menimpa dirinya. Orang tua berusaha untuk mereduksi kekecewaan anak dan mengalihkannya ke pikiran positif.

#### c. Dzikrullah

Model pengendalian ini merupakan upaya mengingat Allah. Model ini merupakan suatu pengalihan dari masalah yang dihadapi, dengan mengingat Allah agar hati merasakan tenang dalam menghadapi masalah atau ketika harapan tak terpenuhi.<sup>138</sup>

Model pengendalian emosi yang dilakukan orang tua A subjek pertama menyatakan:

*“Untuk mengingat Allah kami ngajarin dia untuk ngaji si mba. Kalau ngaji kan otomatis dapat ilmu tuh entah itu dari kisah nabi nah anak bisa belajar dari kisah nabi itu bagaimana nabi kalau sedang marah.”*<sup>139</sup>

Model pengendalian emosi yang dilakukan orang tua Y subjek kedua menyatakan:

<sup>136</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

<sup>137</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.53 WIB.

<sup>138</sup> Yahdinil firda Nadhiroh, “Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia)”, *Jurnal Sainitifika Islamica*, Volume. 2, Nomor. 1, 2015, hlm 60.

<sup>139</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 14.36 WIB.

*“Dengan ayat-ayat al-Qur’an ya, paling ngajarin astaghfirullah mba.”*<sup>140</sup>

Model pengendalian rasionalisasi yang dilakukan orang tua AR subjek ketiga menyatakan:

*“Dalam hal ini kalau menghadapi masalah dengan mendekati diri sama Allah ya, anak-anak kan masalahnya belum terlalu banyak ya kayak orang dewasa, ngajarin untuk mengucapkan alhamdulillah kalau mendapatkan sesuatu. Ngajarin doa-doa ke anak juga.”*<sup>141</sup>

Model pengendalian rasionalisasi yang dilakukan orang tua AC subjek keempat menyatakan:

*“Ngajarin ngaji mba biar bisa mengontrol emosinya juga menambah pengetahuan agama kan ngaji ibadah ke Allah mba.”*<sup>142</sup>

Model pengendalian rasionalisasi yang dilakukan orang tua MK subjek kelima menyatakan:

*“Saya mengajarkan MK dalam mengendalikan emosi untuk selalu mengingat Allah terutama kalau lagi marah. Memerintahkan untuk megucap astaghfirullah sambil elus-elus dadanya mba”*. Lebih lanjut orang tua MK menyatakan *“hal ini berpengaruh sama MK, pernah saya juga lagi marah terus MK bilang ibu elus dada ibu.”*<sup>143</sup>

Seperti yang sudah dijelaskan dalam teori dzikrullah merupakan usaha mengingat Allah dengan mengucapkan kalimat-kalimat al-Qur’an. Dalam hal ini kelima orang tua dalam membimbing pengendalian emosi anak termasuk ke dalam model pengendalian dzikrullah.

## 2. Coping Strategy

Strategi koping merupakan sebuah usaha untuk menerima suatu kondisi atau permasalahan yang terjadi. Banyak dari masalah dan rintangan yang dapat mengakibatkan stress dan emosi negatif bagi kita. Untuk melewati dan menyelesaikannya diperlukan strategi koping yang tepat dan berefek positif untuk kesehatan.

---

<sup>140</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 14.59 WIB.

<sup>141</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 15.24 WIB.

<sup>142</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 4 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

<sup>143</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.53 WIB.

Model bimbingan pengendalian strategi koping yang dilakukan orang tua A subjek pertama menyatakan:

*“Paling kalau mengerjakan sesuatu yang sekiranya agak susah, saya ajarkan untuk mandiri jangan terlalu cepat membantu biar kita tahu dia bisa menyelesaikannya apa engga. Kalau dirasa belum bisa baru kami bantu.”*<sup>144</sup>

Model bimbingan pengendalian strategi koping yang dilakukan orang tua Y subjek kedua dalam mengajarkan pengendalian emosi anak, orang tua Y menyatakan:

*“Yang utama pasti kita ngajarin anak untuk sabar kalau ada masalah, sabar kan susah ya mba jadi harus dilatih terus menerus, ngebilangin anak juga kalau dinakalin atau barangnya dirusakin ya udah gapapa”*.<sup>145</sup>

Model bimbingan pengendalian strategi koping yang dilakukan orang tua AR subjek ketiga menyatakan:

*“Kalau lagi ada masalah ya tanya ke dia kenapa, suruh dia cerita dulu, kalau tentang minta sesuatu dan gak dituruti ya ibu bilang ke dia kalau ga punya uang, adek harus sabar ya. Paling nangis bentar mba.”*<sup>146</sup>

Model bimbingan pengendalian strategi koping yang dilakukan orang tua AC subjek keempat dalam mengajarkan pengendalian emosi anak menyatakan:

*“Ngajarin anak untuk menerima yang sudah terjadi, nenangin ke dia kalau nanti juga ada gantinya lagi.”*<sup>147</sup>

Model bimbingan pengendalian strategi koping yang dilakukan orang tua MK subjek kelima menyatakan:

*“Saya ajarkan untuk tenang dalam menyikapi masalah mba, sabar dan ikhlas kalau menghadapi masalah.”*<sup>148</sup>

Dalam hal ini kelima orang tua dalam memberikan bimbingannya mengutamakan agar anaknya menerima suatu masalah yang menimpa

---

<sup>144</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek A dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 14.36 WIB.

<sup>145</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek Y dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 14.59 WIB.

<sup>146</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AR dengan media whatsapp pada tanggal 20 Agustus 2021 pukul 15.24 WIB.

<sup>147</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek AC di rumah pribadinya pada tanggal 04 Agustus 2021 pukul 10.40 WIB.

<sup>148</sup> Hasil wawancara dengan orang tua subjek MK di rumah pribadinya pada tanggal 24 Oktober 2021 pukul 16.53 WIB.



dirinya dengan rasa sabar. Maka dari itu perasaan yang terkendali dengan strategi koping akan mempengaruhi persepsi kita di masa depan dengan cara positif. Dengan demikian bimbingan yang dilakukan kelima orang tua termasuk ke dalam model pengendalian *coping strategy*.

## **F. Analisis**

### **1. Bimbingan Orang Tua tentang Emosi**

Salah satu aspek perkembangan anak yang penting untuk diperhatikan adalah perkembangan emosi anak. Emosi dapat mendorong perilaku, dan ketika anak tidak mampu mengungkapkan perasaan, keinginan atau pikirannya, perilaku ini lah yang mencerminkan apa yang terjadi di dalam diri anak. Emosi yang tidak terkendali juga dapat menyebabkan perilaku seperti mengamuk, merajuk berlebihan, bahkan dalam beberapa kasus anak-anak dapat tantrum di tempat umum.

Tanpa penanganan yang tepat, anak akan tumbuh tanpa kontrol emosi, dan dampaknya akan semakin parah seiring dengan pertumbuhan anak menjadi remaja. Jika anak tidak diajarkan mengelola emosinya sejak kecil, seiring dengan pertumbuhan anak, orang tua akan kesulitan melakukan hal tersebut. Situasi menjadi lebih rumit ketika emosi yang tidak terkendali mulai menjadi destruktif, seperti menghancurkan barang-barang, tidak mampu menempatkan diri dalam hubungan sosial, menyakiti diri sendiri (sebagai metode koping), dan pikiran negatif tentang diri sendiri. Untuk memperhatikan perkembangan emosi anak, orang tua perlu memberikan bimbingan tentang emosi kepada anak. Berdasarkan pengamatan serta wawancara yang dilakukan peneliti terhadap kelima orang tua subjek A, Y, AR, AC dan MK, mereka mengaku bahwa terjadi perubahan emosional pada anak mereka dikarenakan kondisi pandemi covid-19 seperti mudah jenuh, menangis, dan marah. Dalam kondisi pandemi covid-19 seperti ini, orang tua mengaku khawatir jika anaknya tertular penyakit covid-19, sehingga kelima orang tua mengupayakan agar anaknya menerapkan protokol kesehatan covid-19.

## **2. Bentuk-Bentuk Bimbingan Orang Tua dalam Pengendalian Emosi**

### **a. Bimbingan orang tua melalui pembiasaan**

Dalam kehidupan sehari-hari pembiasaan itu sangat penting, karena banyak orang yang berbuat atau bertingkah laku hanya karena kebiasaan. Pembiasaan merupakan sesuatu hal yang dilakukan secara berulang-ulang agar seseorang dapat konsisten melakukan hal tersebut. Tujuan dari proses pembiasaan ini untuk membentuk sikap dan perilaku emosional yang relatif menetap karena dilakukan secara berulang-ulang. Dalam proses pembiasaan berintikan pengalaman, sedangkan yang dibiasakan adalah sesuatu yang diamalkan. Dalam hal ini kelima orang tua subjek A, Y, AR, AC dan MK mereka berpendapat hal yang sama mengenai bimbingan orang tua melalui pembiasaan bahwa anak-anak dibiasakan untuk selalu mengucapkan terima kasih dan meminta maaf ketika berbuat salah. Dengan dilatih seperti ini anak-anak diharapkan dapat mengamalkannya di kehidupan sehari-hari.

### **b. Bimbingan orang tua melalui nasehat**

Nasehat biasanya dilakukan dengan cara menjelaskan suatu pengertian atau keinginan kebaikan bagi yang dinasehati. Pesan yang disampaikan dalam metode nasehat cenderung terarah ke arah positif. Nasehat diberikan dengan perasaan cinta dan kelembutan. Nasehat orang-orang yang penuh kelembutan dan kasih sayang mudah diterima dan mampu merubah kehidupan manusia. Berdasarkan hasil wawancara dengan kelima orang tua subjek A, Y, AR, AC dan MK, mereka menyatakan hal yang sama dalam menasehati anak ketika sedang marah yaitu mengajarkan untuk menenangkan diri. Menenangkan anak atau mengajarkan anak untuk belajar menenangkan diri ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan perlu ditanamkan sejak dini. Amarah anak dapat dinetralisir dengan nasehat yang penuh kasih sayang dari orang tua.

**c. Bimbingan orang tua melalui keteladanan**

Keteladanan merupakan perbuatan atau hal-hal yang dapat ditiru atau dicontoh. Keteladanan merupakan tugas yang melekat pada setiap orang tua secara alamiah. Keteladanan sangat penting untuk membentuk karakter seseorang. Anak-anak adalah makhluk yang senang meniru, orang tuanya merupakan figur dan idolanya. Jika mereka melihat kebiasaan baik dari orang tuanya, merekapun akan dengan cepat mencontohnya. Orang tua yang berperilaku buruk akan ditiru juga perilakunya oleh anak-anak. Maka dari itu hendaknya orang tua berperilaku dan berbuat hal yang baik agar sang anak mencontoh perilaku yang baik pula. Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan kepada kelima orang tua, orang tua A subjek pertama dalam membimbing keteladanan mereka mencontohkan anaknya agar tidak berkata kasar, tidak marah-marah, dan berusaha mencontohkan bagaimana anak bisa mengatur emosinya. Sedangkan bimbingan pembiasaan yang dilakukan oleh orang tua Y subjek kedua mereka mencontohkan agar anaknya ketika sedang marah harus tetap tenang tidak boleh meluap-luap apalagi sampe melempar barang. Bimbingan pembiasaan yang dilakukan orang tua AR subjek ketiga mereka mencontohkan agar anaknya agar tidak merengek ketika marah karena tidak dipenuhi keinginannya, dan berusaha memberikan pengertian ke anak bahwa tidak semua keinginannya bisa dipenuhi. Bimbingan pembiasaan yang dilakukan orang tua AC subjek keempat mereka mencontohkan agar anaknya berperilaku jujur, ketika sedang marah mengajarkan cara untuk menenangkan diri. Bimbingan pembiasaan yang dilakukan orang tua MK subjek kelima mereka mencontohkan agar anaknya berperilaku santun, berbicara yang lembut dan ketika marah berusaha untuk meredam emosinya.

**d. Bimbingan orang tua melalui pengawasan**

Pengawasan merupakan upaya orang tua untuk mengatur dan mengelola perilaku anak. Pengawasan yang dilakukan bukan untuk

menekan, memaksa atau menakut-nakuti anak karena hal ini dapat mempengaruhi perilaku negatif anak. Pengawasan yang dilakukan adalah dengan membuat tuntutan yang sesuai dengan usia anak. Pengawasan dari orang tua terhadap anak perlu dan diharapkan, akan tetapi orang tua harus memahami karakter anak agar pengawasan yang dilakukan dapat diterima dengan baik. Bimbingan pengawasan yang dilakukan orang tua A subjek pertama, mereka lebih mengontrol perilaku bermain anak agar tidak bermain jauh-jauh dan masih dalam jangkauan orang tua. Bimbingan pengawasan yang dilakukan orang tua Y subjek kedua mereka mengontrol anak dalam hal penggunaan gadget, orang tua mengontrol durasi anak bermain HP agar anak tidak kecanduan bermain gadget. Bimbingan pengawasan yang dilakukan orang tua AR subjek ketiga mereka mengontrol anak dalam hal belajar dan bermain. Bimbingan pengawasan yang dilakukan orang tua AC subjek keempat mereka mengontrol anak dalam hal bermain seperti dengan siapa anaknya bermain, kemana AC bermain, orang tua tidak mau agar anaknya AC mengikuti hal yang tidak baik. Bimbingan pembiasaan yang dilakukan orang tua MK subjek kelima mereka mengontrol anak terutama dalam bermain gadget, seperti tontonan yang ditonton, durasinya bermain dan mengawasi jam tidur anak.

### **3. Model Pengendalian Emosi**

Pengendalian emosi sangatlah penting dalam kehidupan manusia, khususnya untuk mereduksi ketegangan emosi yang memuncak. Nabi SAW mengingatkan kepada pengikutnya untuk selalu mengontrol emosi agar terciptanya kehidupan yang tenang. Ada beberapa model pengendalian emosi yang dilakukan seseorang ketika menghadapi situasi emosi. Dalam hal ini kelima orang tua dalam memberikan bimbingan pengendalian emosi melakukan 4 pengendalian emosi, ketiga di antaranya termasuk ke dalam model pengendalian pengalihan. Pengendalian emosi yang dilakukan kelima orang tua subjek, A, Y, AR, AC dan MK menggunakan model pengendalian katarsis, rasionalisasi, dzikrullah dan coping strategi.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian beberapa pembahasan yang peneliti uraikan tentang bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 di kelurahan Bobosan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Bimbingan yang dilakukan orang tua pada masa pandemi covid-19 dengan selalu berusaha mendampingi, mendidik, mengarahkan anak dalam hal bermain dan belajar.
2. Orang tua mengaku bahwa terjadi perubahan emosional anak sebelum pandemi dan selama pandemi, menurut kelima orang tua menyatakan lebih merasakan emosional anak seperti mudah marah dan cepat bosan.
3. Bimbingan yang dilakukan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19 di kelurahan bobosan yaitu dengan cara: a) bimbingan orang tua melalui pembiasaan, b) bimbingan orang tua melalui nasehat, c) bimbingan orang tua melalui keteladanan, d) bimbingan orang tua melalui pengawasaan.
4. Pengendalian emosi yang diajarkan orang tua kepada anak di wilayah RT 01 RW 02 Bobosan termasuk ke dalam model pengendalian katarsis, pengendalian rasionalisasi, pengendalian dzikrullah, dan pengendalian strategi coping.

#### **B. Saran**

1. Bagi Orang Tua
  - a. Anak merupakan amanah dari Allah SWT, oleh karena itu sebagai orang tua harus bertanggungjawab untuk membimbing dan mendidiknya dengan baik.

- b. Anak merupakan peniru yang handal, maka dari itu orang tua harus bersikap sebaik mungkin di depan anak agar anak meniru perbuatan yang baik.
- c. Masa anak merupakan fase golden age dalam perkembangan manusia, maka dari itu anak harus diberikan rangsangan-rangsangan dan pengalaman-pengalaman untuk mendukung perkembangan anak khususnya dalam segi emosionalnya.

## 2. Bagi Peneliti

Berdasarkan kesimpulan dari temuan penelitian yang dilakukan oleh orang tua pada lima keluarga di RT 01 RW 02 kelurahan Bobosan tentang pembentukan pengendalian emosi marah pada anak, peneliti memberikan rekomendasi untuk peneliti selanjutnya. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Keterbatasan peneliti dalam melakukan penelitian memungkinkan terjadinya kesalahan dalam pengumpulan data, sehingga data yang diperoleh tidak mengenai tujuan dan sasaran penelitian. Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya semoga dapat mengkaji lebih dalam mengenai bimbingan orang tua dalam membentuk pengendalian emosi marah anak pada masa pandemi covid-19. Karena pada masa anak-anak merupakan masa paling penting dalam pembentukan pengendalian emosi yang baik.

## C. Penutup

*Alhamdulillahirabbil'alamin* atas berkat pertolongan Allah SWT akhirnya peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Bimbingan Orang Tua dalam Membentuk Pengendalian Emosi Marah Anak pada Masa Pandemi Covid-19 di kelurahan Bobosan”.

Dengan penuh kerendahan hati peneliti memohon maaf atas segala kekurangan dan kesalahan. Meskipun skripsi ini dalam bentuk yang sederhana dan tentu saja masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itulah saran dan kritik yang

bersifat membangun peneliti harapkan demi perbaikan dan penyempurnaan tulisan ini.

Peneliti mengucapkan beribu terima kasih kepada semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu per satu yang telah banyak membantu dalam proses penyusunan skripsi ini dari awal sampai akhir. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi diri peneliti dan para pembaca serta dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1966. *Prosedur Peneliti Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Bima Aksara.
- Covid19.go.id. (2020). Data Sebaran. Covid19.Go.Id. <https://covid19.go.id/> diakses pada tanggal 10 Agustus 2021 pukul 19.17 WIB.
- Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Jakarta: CV. Kathoda.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Diana, R. Rachmy. 2015. Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam. *Jurnal Unisia*. Volume. 37, Nomor. 82.
- Ernawati, Ika. 2018. Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pengendalian Emosi Anak Kelas VII SMP Negeri 2 Kasihan Bantul Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Volume. 2, Nomor. 2.
- Goleman, Daniel. 1996. *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. 2003. *Emotional Intelligence*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan, Yusuf. 2001. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Prenhallindo.
- Hardani, dkk. 2020. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu.
- Hasbullah. 2009. *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Husnaini, Rovi. 2019. Hadis Mengendalikan Amarah Dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Ilmu Hadis*. Volume. 4, Nomor. 1.
- Indriyani, Wahyu Ika. 2017. Pola Asuh Orang Tua Pada Anak Usia Dini Berperilaku Temper Tantrum di Desa Limbangan Kecamatan Limbangan Kabupaten Kendal. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Jafri, Abdal dan Mahmud. 2021. Strategi Pengendalian Emosi Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Mendukung Kecerdasannya. *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*. Volume. 4, Nomor 1.



- Juraida, Ida, dkk. 2012. Pengendalian Emosi Anak Usia 5-6 Tahun Di Taman Kanak-Kanak Ananda Pontianak Barat. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*. Volume. 5, Nomor 3.
- Khasanah, Berta Laili dan Pujiyanti Fauziah. 2021. "Pola Asuh Ayah dalam Perilaku Prososial Anak Usia Dini". *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Volume. 5, Issue. 1.
- Kholifah, Siti Nur. 2019. Implementasi Bimbingan Orang Tua pada Ibadah Shalat Lima Waktu Anak di Pekon Dadapan Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus. *Skripsi*. Lampung: IAIN Metro Lampung.
- Koentjarningrat. 1981. *Metode-metode Penelitian Masyarakat*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Kurniati, Euis, dkk. 2021. Analisis Peran Orang Tua Dalam Mendampingi Anak di Masa Pandemic Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Kusuma, Wening Sekar dan Panggung Sutapa. 2021. Dampak Pembelajaran Daring terhadap Perilaku Sosial Emosional Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Volume 5 Issue 2.
- Lestarinigrum, Anik, dkk. 2019. Pengendalian Emosi Anak Usia Dini Melalui Metode Bermain Kolaboratif (Studi Kasus Pada Anak Kelompok B1 di TK Negeri Pembina Mojokerto). *Jurnal Prosiding Semdikjar*. Volume 3.
- Mahmud dan Abdal Jafri. 2021. "Strategi Pengendalian Emosi pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Mendukung Kecerdasannya". *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*. Volume. 4, Nomor. 1.
- Mansur. 2005. *Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mardiyanti, Fitria. 2016. Upaya Peningkatan Kemampuan Pengendalian Emosi Lansia di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Matsumoto, David dan Paul Ekman. 2007. Facial Expression Analysis. *Journal of Paul Ekman Group LLC*. Volume. 1, Nomor. 1.
- Moleong, L.J. 2011. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nadhiroh, Yahdinil Firda. 2015. "Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia)". *Jurnal Saintika Islamica*. Volume. 2, Nomor. 1.

- Nasruddin, Imam. 2011. Emosi dan Aspeknya. *Artikel Guru Kemenag Sumsel*. <https://sumsel.kemenag.go.id> diakses pada tanggal 7 September 2021 pukul 14.46 WIB.
- Nawawi, Hadari. 2015. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Novindra, dkk. 2017. Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Anak Usia Dini Ditinjau Dari Latar Belakang Pendidikan. *Jurnal Potensia*. Volume. 2, Nomor 1.
- Novita, Lina dan Anisa Agustina. 2018. Bimbingan Orang Tua Dengan Disiplin Siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*. Volume. 2, Nomor 1.
- Nuraeni, Lenny, dkk. 2020. Efektivitas Program Sekolah Ramah Anak Dalam Meningkatkan Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Volume 4, Issue 1.
- Priatmoko, Slamet Dwi. 2010. Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang Tahun 2010. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Pusat Data dan Informasi (Infodatin). 2014. *Kondisi Pencapaian Program Kesehatan Anak Indonesia*. Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan RI.
- Puspita, Linda dan Anita Chandra. 2015. Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini Melalui Outbond Halang Rintang Di TK PGRI 38 Taman Pekunden Semarang Tahun Ajaran 2014/2015. *Jurnal PAUDIA*. Volume. 4, Nomor 2.
- Rahayu, Kurniawati Budi dan Rahma Widiana. 2019. Efektivitas Intervensi Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Untuk Menurunkan Perilaku Marah Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Volume. 21, Nomor. 2.
- Rohayani, Farida. 2020. Menjawab Problematika Yang Dihadapi Anak Usia Dini di Masa Pandemi Covid-19. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*. Volume 14 Nomor 1.
- Rohita. 2021. Pengenalan Covid-19 Pada Anak Usia Prasekolah: Analisis Pada Pelaksanaan Peran Orang Tua Di Rumah. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Volume 5. Issue 1.
- Santrock, J.W. 2007. *Perkembangan Anak Jilid II Terj. Dari Child Development oleh Mila Rachmawati dan Anna Kuswanti*. Jakarta: Erlangga.
- Silalahi, Ulber. 2012. *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: PT. Refika Aditama.

- Sobur, Alex. 2013. *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah Cet ke-5*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Sofiyanti, Ida, dkk. 2020. Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak di Masa Pandemi. *Jurnal Unw*. Volume. 1, Nomor. 1.
- Tabi'in, A. 2020. Problematika Stay At Home Pada Anak Usia Dini Di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Golden Age*. Volume 04, Issue 1.
- Tambak, Syahraini, dkk. 2017. Peran Orang Tua Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak di Desa Petonggan Kecamatan Rakit Kulim Kabupaten Indragiri Hulu. *Jurnal Al-Hikmah*. Volume. 14, Nomor. 2.
- Ulin, Nafisah Wahdah. 2016. Pengaruh Bimbingan Orang Tua Dengan Pendekatan Humanistik Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas VIII Di Mts NU Al-Falah Tanjungrejo Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2016/2017. *Skripsi*. Kudus: STAIN Kudus.
- Wiebowo, Ika. 2010. Peran Pendidikan Akhlak Dalam Mengembangkan Kemampuan Mengendalikan Emosi Pada Anak Di Lingkungan Keluarga Muslim (Survey RT 02 RW 03 Kelurahan Cilodong). *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Wijayanto, Arif dan Khikmah Novitasari. 2019. Strategi Pengembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini di Kelurahan Krobokan Kecamatan Semarang Barat. *Jurnal Tunas Cendekia*. Volume. 2, Edisi. 2.
- Zahara, Fenty. 2017. Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Usia Remaja Di SMA Utama Medan. *Kognisi Jurnal*. Volume. 1, Nomor 2.