

PERAN ORANG TUA DALAM MASA PERKEMBANGAN DARI BAYI SAMPAI KANAK-KANAK

Ainul Mardiyah¹, Armila Afriani², Tiara Hendi³, Muhammad Baihaqi⁴
ainulmardiyah@uinsu.ac.id¹, armila0102242033@uinsu.ac.id², tiara0102242042@uinsu.ac.id³,
muhammad0102242051@uinsu.ac.id⁴

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

ABSTRAK

Masa perkembangan anak dari bayi hingga kanak-kanak merupakan periode krusial yang menentukan kualitas perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran orang tua dalam mendampingi tumbuh kembang anak melalui pendekatan kualitatif-deskriptif. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan tiga orang tua yang memiliki anak usia 0–6 tahun serta observasi non-partisipan di lingkungan rumah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam bentuk pemberian stimulasi, pola asuh yang responsif, serta kualitas komunikasi memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan anak. Kendala yang ditemukan antara lain keterbatasan waktu orang tua serta kurangnya pengetahuan tentang stimulasi yang tepat. Penelitian ini menegaskan pentingnya peningkatan literasi parenting serta dukungan lingkungan terhadap orang tua.

Kata Kunci: Peran Orang Tua, Perkembangan Bayi, Perkembangan Kanak-Kanak, Pola Asuh, Stimulasi Dini.

ABSTRACT

The developmental period from infancy to childhood is a crucial period that determines the quality of physical, cognitive, social, and emotional development. This study aims to describe the role of parents in supporting child development through a qualitative-descriptive approach. Data were obtained through in-depth interviews with three parents of children aged 0–6 years and non-participant observation in the home environment. The results indicate that parental involvement in the form of stimulation, responsive parenting, and quality communication significantly influences child development. Obstacles identified include limited parental time and a lack of knowledge about appropriate stimulation. This study emphasizes the importance of improving parenting literacy and providing environmental support for parents.

Keywords: Parental Role, Infant Development, Childhood Development, Parenting, Early Stimulation.

PENDAHULUAN

Perkembangan anak sejak masa bayi hingga kanak-kanak merupakan fase yang sangat menentukan kualitas pertumbuhan dan pembelajaran anak pada tahap selanjutnya. Pada periode usia dini ini, anak mengalami perkembangan pesat pada berbagai aspek, termasuk fisik, kognitif, sosial, emosional, dan bahasa. Masa ini sering disebut sebagai *golden age* karena stimulasi yang diberikan pada periode tersebut memiliki dampak jangka panjang terhadap kemampuan dan karakter anak di masa depan. Oleh sebab itu, peran orang tua sebagai pengasuh utama menjadi faktor kunci dalam memastikan terciptanya lingkungan yang kondusif bagi tumbuh kembang anak. Orang tua berperan sebagai pemberi stimulasi pertama dan utama, pembentuk pola asuh, serta model perilaku bagi anak. Melalui interaksi yang hangat, responsif, dan berkualitas, orang tua dapat mendukung perkembangan anak secara optimal.

Berbagai bentuk keterlibatan orang tua, seperti memberikan kasih sayang, menyediakan kebutuhan dasar, mengarahkan perilaku, serta memberikan kesempatan eksplorasi, terbukti memberikan kontribusi signifikan terhadap perkembangan anak. Namun demikian, peran tersebut tidak selalu dapat dijalankan dengan mudah. Tantangan

seperti keterbatasan waktu, kurangnya pemahaman mengenai kebutuhan perkembangan anak, serta minimnya akses terhadap informasi pengasuhan seringkali menghambat orang tua dalam memberikan pendampingan yang maksimal. Melihat pentingnya peran orang tua dan kompleksitas dinamika pengasuhan pada masa perkembangan awal anak, diperlukan kajian yang lebih mendalam untuk memahami bentuk keterlibatan orang tua, faktor pendukung, serta hambatan yang dihadapi dalam proses tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran orang tua dalam mendampingi perkembangan anak dari masa bayi hingga kanak-kanak melalui pendekatan kualitatif-deskriptif. Hasil kajian diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif serta menjadi dasar bagi pengembangan program edukasi dan dukungan bagi orang tua dalam upaya mengoptimalkan tumbuh kembang anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk menggambarkan secara mendalam peran orang tua dalam mendampingi perkembangan anak dari masa bayi hingga kanak-kanak. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang holistik mengenai pengalaman, persepsi, dan praktik nyata orang tua dalam proses pengasuhan, yang tidak dapat diukur secara kuantitatif. Subjek penelitian terdiri dari tiga orang tua yang memiliki anak berusia 0–6 tahun, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan pertimbangan pengalaman dan kemampuan mereka dalam memberikan stimulasi serta mendampingi tumbuh kembang anak. Data dikumpulkan melalui beberapa teknik, yaitu wawancara mendalam dengan pedoman semi-terstruktur, yang dirancang untuk menggali informasi tentang pola asuh, bentuk stimulasi yang diberikan, kualitas komunikasi, serta hambatan yang dialami orang tua dalam mendukung perkembangan anak. Selain itu, peneliti melakukan observasi non-partisipan di lingkungan rumah untuk memperoleh gambaran nyata mengenai interaksi orang tua dan anak dalam keseharian, termasuk aktivitas bermain, komunikasi, dan cara orang tua merespons kebutuhan anak. Dokumentasi, seperti catatan lapangan dan foto kegiatan, juga digunakan sebagai sumber data tambahan untuk memperkuat temuan penelitian. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri, yang berperan sebagai human instrument, dibantu oleh pedoman wawancara, lembar observasi, dan catatan dokumentasi.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan model Miles dan Huberman yang mencakup tiga tahap, yaitu reduksi data untuk menyaring dan memfokuskan informasi yang relevan, penyajian data secara sistematis dalam bentuk narasi yang mudah dipahami, dan penarikan kesimpulan serta verifikasi untuk memastikan validitas temuan. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber, teknik, dan waktu, sehingga informasi yang diperoleh dapat dipercaya dan menggambarkan kondisi sebenarnya. Prosedur penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan, mulai dari persiapan yang mencakup penyusunan pedoman wawancara dan observasi, pelaksanaan pengumpulan data, analisis data secara bertahap, hingga penyusunan laporan penelitian secara sistematis. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai peran orang tua dalam mendampingi tumbuh kembang anak serta faktor-faktor yang memengaruhi efektivitas pengasuhan di rumah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemenuhan Kebutuhan Dasar pada Masa Bayi

Masa bayi adalah periode yang berlangsung sejak bayi lahir hingga usia 12 bulan. Pada masa ini, bayi mengalami perkembangan yang sangat pesat baik dari segi fisik,

kognitif, emosi, maupun sosial. Karena itu, pemenuhan kebutuhan dasar menjadi pondasi utama bagi kesehatan dan perkembangan jangka panjang. Kebutuhan dasar ini tidak hanya mencakup aspek fisik seperti makanan dan tidur, tetapi juga kebutuhan kasih sayang, stimulasi, dan rasa aman yang berperan besar dalam pembentukan kepribadian dan perkembangan otak.

A. Kebutuhan Fisiologis

1) Nutrisi

Nutrisi adalah kebutuhan paling penting di masa awal kehidupan. Pada usia 0–6 bulan, bayi sangat dianjurkan untuk mendapatkan ASI eksklusif, yaitu hanya diberikan ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain. ASI memiliki komposisi nutrisi paling ideal, mengandung zat antibodi, enzim, lemak sehat, dan protein yang sesuai dengan kebutuhan bayi. Setelah usia 6 bulan, kemampuan bayi mencerna makanan mulai meningkat sehingga ia memerlukan Makanan Pendamping ASI (MPASI). MPASI berfungsi memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi yang tidak lagi dapat dipenuhi ASI saja. MPASI harus diberikan dengan tekstur bertahap, dimulai dari yang lembut hingga bayi siap memakan makanan keluarga. Kandungan protein hewani (telur, ayam, daging, ikan) penting untuk mencegah stunting dan mendukung perkembangan otak. Nutrisi yang baik berpengaruh langsung terhadap perkembangan otak, sistem imun, dan pertumbuhan fisik bayi. Kurangnya nutrisi di masa ini dapat menimbulkan dampak jangka panjang seperti keterlambatan perkembangan dan penurunan kecerdasan.

2) Tidur

Tidur adalah kebutuhan dasar yang tidak kalah penting. Bayi membutuhkan waktu tidur yang jauh lebih panjang daripada orang dewasa karena selama tidur tubuh bayi menghasilkan hormon pertumbuhan, memperkuat sistem kekebalan tubuh, serta memproses informasi yang telah diperoleh sepanjang hari.

- Bayi baru lahir (0–3 bulan): tidur 14–17 jam per hari.
- Usia 4–11 bulan: tidur 12–15 jam per hari.

Pola tidur bayi belum stabil pada awal kelahiran karena ritme sirkadiannya masih berkembang. Oleh karena itu, orang tua perlu menciptakan rutinitas tidur yang nyaman seperti memandikan, memijat lembut, atau menyanyikan lagu nina bobo. Lingkungan tidur yang tenang dan aman akan membantu bayi tidur lebih nyenyak dan mengurangi risiko gangguan tidur.

3) Kebersihan dan Perawatan Tubuh

Perawatan tubuh memberikan kenyamanan sekaligus mencegah infeksi. Memandikan bayi dengan air hangat dan sabun lembut membantu menjaga kebersihan kulitnya. Selain itu, perawatan tali pusat perlu diperhatikan dengan menjaga area tersebut tetap bersih dan kering hingga puput. Popok harus diganti secara berkala untuk menghindari iritasi dan ruam popok. Kulit bayi yang sensitif membutuhkan perhatian khusus, misalnya menggunakan pelembap khusus bayi untuk menjaga kelembutan kulit.

4) Kesehatan dan Imunisasi

Kesehatan bayi tidak boleh diabaikan. Pemeriksaan rutin ke tenaga kesehatan diperlukan untuk memantau tumbuh kembang meliputi berat badan, panjang badan, dan lingkar kepala. Grafik pertumbuhan digunakan untuk memastikan bayi tumbuh sesuai standar WHO. Imunisasi adalah bentuk perlindungan penting. Vaksin bekerja membentuk kekebalan tubuh bayi terhadap berbagai penyakit berbahaya seperti hepatitis B, polio, campak, dan difteri. Dengan imunisasi lengkap, bayi terhindar dari infeksi serius yang dapat menyebabkan komplikasi bahkan kematian.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan dasar pada masa bayi menjadi fokus utama orang tua dalam mendampingi perkembangan awal anak. Informan Ibu Kartika (memiliki anak usia 3 tahun) : menyampaikan bahwa sejak bayi ia memberi perhatian penuh terhadap nutrisi, kebersihan, dan rutinitas harian anak. Ia mengatakan bahwa “sejak bayi saya fokus sama nutrisinya, mulai dari asi, jadwal makan, tidur yang cukup, sama kebersihan badannya, saya usahain semuanya teratur biar perkembangan fisiknya bagus”. Temuan ini menguatkan pandangan Santrock (2011) yang menyebutkan bahwa kebutuhan dasar seperti makanan bergizi, tidur yang cukup, dan kebersihan tubuh merupakan fondasi perkembangan fisik dan kesehatan anak. Pada tahap ini, pola perawatan yang konsisten dan responsif sangat penting karena bayi bergantung sepenuhnya pada orang tua untuk memenuhi kebutuhan biologis dan kenyamanan emosionalnya. Observasi yang dilakukan juga memperlihatkan bahwa bayi yang mendapatkan rutinitas dan perawatan yang stabil cenderung lebih tenang, mudah beradaptasi, dan menunjukkan perkembangan motorik yang baik.

B. Kebutuhan Keamanan dan Kenyamanan

Lingkungan yang aman merupakan prioritas dalam pemenuhan kebutuhan dasar bayi. Orang tua harus memperhatikan:

- Keamanan tempat tidur agar terhindar dari bahaya tersedak atau terjepit.
- Jauhkan benda kecil yang dapat tertelan.
- Gunakan pengaman pada stopkontak, sudut tajam furnitur, dan pastikan lantai tidak licin.
- Ketika menggendong atau memandikan, pastikan posisi bayi benar dan stabil.

Rasa nyaman juga ditunjang oleh pakaian yang lembut, suhu ruangan yang sesuai (tidak terlalu panas atau dingin), serta rutinitas harian yang teratur.

C. Kebutuhan Cinta, Kasih Sayang, dan Kedekatan Emosional

Kebutuhan emosional bayi terpenuhi melalui interaksi hangat antara bayi dan orang tua. Kontak fisik seperti memeluk, membelai, atau melakukan skin-to-skin contact sangat penting. Interaksi ini membantu mengatur detak jantung bayi, menenangkan, dan menciptakan rasa aman. Bayi juga belajar memahami dunia melalui bahasa cinta ini. Senyuman orang tua, suara lembut, serta respon terhadap tangisan membuat bayi merasa diperhatikan dan dicintai. Ini penting untuk membentuk secure attachment, yaitu perasaan aman bahwa orang tua selalu ada saat ia membutuhkan. Secure attachment berdampak jangka panjang terhadap kemampuan sosial dan pengendalian emosi anak di masa depan.

D. Kebutuhan Stimulasi untuk Perkembangan

Bayi belajar melalui stimulasi sensorik, motorik, dan kognitif.

1) Stimulasi Sensorik

Stimulasi sensorik dapat berupa suara, sentuhan, cahaya, warna, maupun aroma. Contohnya: Berbicara dengan nada lembut, Memberikan mainan dengan warna kontras, Memutar musik pelan Stimulasi ini membantu perkembangan indera dan kapasitas perhatian bayi.

2) Stimulasi Motorik

Motorik kasar dan halus perlu dilatih sejak dini. Contohnya: Tummy time untuk memperkuat leher dan bahu. Memberikan mainan yang bisa digenggam untuk melatih motorik halus. Mengajak bayi berguling atau merangkak saat usianya cukup.

3) Stimulasi Bahasa

Bayi sangat responsif terhadap suara. Berbicara, membacakan buku, atau menyanyikan lagu membantu perkembangan bahasa dan memperkuat hubungan emosional.

E. Kebutuhan Sosial dan spiritual

Bayi membutuhkan lingkungan sosial yang sehat. Interaksi tidak hanya dengan ibu atau ayah tetapi juga anggota keluarga lain. Lingkungan yang harmonis membuat bayi merasa aman dan tidak mudah stres. Rutinitas harian yang konsisten (jadwal makan, tidur, bermain) menciptakan rasa aman. Bayi mulai memahami pola dan merasa lebih tenang ketika lingkungannya dapat diprediksi. Selain itu, bayi perlu dilindungi dari stres, suara gaduh, atau pertengkaran, karena hal tersebut dapat memengaruhi perkembangan emosionalnya. Walaupun bayi belum memahami konsep agama atau moral, nilai-nilai spiritual dapat mulai dikenalkan melalui contoh dan kebiasaan keluarga. Doa sebelum tidur, suasana penuh kasih, dan tutur kata lembut membentuk fondasi nilai moral dan spiritual di masa depan.

Pemberian Stimulasi Edukatif pada Usia Kanak-kanak

Usia kanak-kanak atau masa pra-sekolah (sekitar usia 2–6 tahun) merupakan periode “golden age”, yaitu masa keemasan perkembangan. Pada periode ini, otak anak mengalami perkembangan yang sangat cepat dan responsif terhadap rangsangan. Stimulasi edukatif diberikan untuk mengoptimalkan perkembangan fisik, kognitif, bahasa, motorik, sosial-emosional, dan moral anak. Stimulasi edukatif bukan sekadar memberikan latihan akademik, tetapi memberikan pengalaman belajar melalui aktivitas bermain yang menyenangkan sesuai karakteristik perkembangan anak.

A. Pengertian Stimulasi Edukatif

Stimulasi edukatif adalah proses pemberian rangsangan yang terencana, terarah, dan sistematis untuk merangsang seluruh aspek perkembangan anak: kognitif, bahasa, motorik kasar, motorik halus, sosial-emosional, moral, dan kreativitas. Stimulasi ini diberikan melalui berbagai aktivitas yang menyenangkan, aman, dan relevan dengan kebutuhan usia anak. Stimulasi edukatif tidak harus rumit dan tidak membutuhkan alat mahal. Kegiatan sederhana seperti mengajak anak berbicara, bermain balok, mewarnai, bernyanyi, bermain pasir, atau membaca cerita bersama merupakan bentuk stimulasi yang sangat efektif. Yang terpenting adalah konsistensi, kedekatan emosional, dan kesesuaian stimulasi dengan tahap perkembangan anak. Dengan stimulasi edukatif yang tepat, anak akan tumbuh memiliki kemampuan berpikir, sikap positif, serta kepercayaan diri yang mendukung keberhasilan pendidikan dan kehidupan sosialnya di masa depan.

B. Tujuan Pemberian Stimulasi Edukatif

1) Mengembangkan kemampuan kognitif

Kemampuan kognitif meliputi cara anak berpikir, memahami konsep, mengingat, dan memecahkan masalah. Stimulasi kognitif diberikan agar anak mampu: Membedakan bentuk, warna, ukuran, Mengenal angka dan jumlah secara dasar, Mengerti konsep sebab-akibat, Memecahkan masalah sederhana melalui permainan, Melatih kemampuan berpikir logis dan kreatif, Tanpa stimulasi kognitif, anak dapat mengalami keterlambatan dalam berpikir, kurang mampu memecahkan masalah, dan kurang fokus.

2) Mengembangkan kemampuan Bahasa

Bahasa merupakan alat utama anak untuk berkomunikasi dan mengungkapkan pikiran. Tujuan stimulasi bahasa adalah agar anak: Mampu memahami instruksi sederhana maupun kompleks, Memiliki kosakata yang kaya, Bisa menyatakan keinginan dan perasaannya, Mampu berbicara dengan jelas dan percaya diri, Stimulasi bahasa tidak hanya melalui percakapan, tetapi juga lewat cerita, lagu, permainan peran, serta pertanyaan terbuka. Perkembangan bahasa yang baik membantu anak lebih mudah bersosialisasi dan mengikuti kegiatan belajar saat memasuki sekolah dasar.

3) Mengembangkan kemampuan motorik kasar dan halus

Motorik kasar melibatkan gerakan tubuh besar seperti berlari, melompat, memanjat, dan menendang bola. Motorik halus melibatkan koordinasi jari dan tangan seperti menggambar, menulis, menggunting, dan menyusun benda kecil. Stimulasi motorik bertujuan agar anak: Memiliki keseimbangan tubuh yang baik, Mengembangkan kekuatan otot, Mengkoordinasikan gerakan dengan lebih terarah, Siap mengikuti kegiatan sekolah yang membutuhkan kemampuan menulis dan menggambar

4) Mengembangkan kemampuan sosial dan emosional

Stimulasi sosial-emosional sangat penting untuk membentuk karakter, kepribadian, serta kemampuan anak berinteraksi. Tujuannya meliputi: Mampu berbagi dan menunggu giliran, Mengerti aturan sederhana, Mampu mengelola emosi seperti marah, sedih, atau kecewa, Menjalinkan hubungan positif dengan teman sebaya. Stimulasi ini membantu anak tidak hanya cerdas secara akademis tetapi juga matang secara emosional sehingga mudah diterima dalam lingkungan sosial.

C. Prinsip-Prinsip Stimulasi Edukatif pada Usia Kanak-kanak

Anak usia dini memandang belajar sebagai aktivitas bermain. Oleh karena itu, stimulasi harus dikemas dalam bentuk permainan yang menyenangkan. Saat anak menikmati kegiatannya, proses belajar terjadi secara alami dan efektif. Stimulasi harus disesuaikan dengan kemampuan anak. Stimulasi yang terlalu sulit membuat anak frustrasi, sedangkan yang terlalu mudah tidak memberikan tantangan baru. Pemahaman perkembangan anak sangat penting bagi orang tua. Stimulasi tidak boleh diberikan hanya sesekali. Kegiatan harus rutin dilakukan setiap hari agar perkembangan anak optimal. Konsistensi membentuk kebiasaan dan mempengaruhi perkembangan otak. Anak harus merasa aman baik secara fisik maupun emosional. Lingkungan yang bebas dari ancaman membuat anak berani mencoba hal baru dan bereksperimen tanpa takut disalahkan. Setiap anak memiliki ritme perkembangan yang berbeda. Orang tua perlu menghargai karakter, bakat, dan minat anak serta tidak membandingkan dengan anak lain. Menghormati keunikan anak membuatnya lebih percaya diri. Memasuki usia 1–6 tahun, ketiga informan menunjukkan pola yang relatif sama dalam memberikan stimulasi edukatif kepada anak. Informan ibu sinta (memiliki anak usia sekitar 4 tahun) menjelaskan bahwa ia sering mengajak anaknya membaca buku gambar, bermain puzzle, tebak warna, dan permainan sederhana yang mengasah kemampuan berpikir. Ia menuturkan bahwa “saya sering ajak dia baca buku gambar, main puzzle, tebak warna, sama permainan sederhana yang bikin dia mikir, saya juga batasi gadget” Stimulasi yang diberikan ini sejalan dengan teori Piaget yang menyatakan bahwa anak usia kanak-kanak belajar melalui eksplorasi langsung dan interaksi dengan lingkungan. Aktivitas seperti puzzle, permainan warna, dan buku bergambar merangsang perkembangan kognitif, bahasa, serta motorik halus anak. Selain itu, pembatasan penggunaan gadget menunjukkan pemahaman orang tua terhadap dampak digital exposure berlebihan pada perkembangan sosial dan fokus anak. Observasi peneliti juga menemukan bahwa permainan edukatif ini mendukung interaksi positif antara orang tua dan anak. Kehadiran orang tua selama aktivitas bermain mampu memperkuat ikatan emosional serta menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan.

Respons Orang Tua dalam Mengelola Emosi dan Tantrum Anak

A. Pengertian Emosi dan Tantrum pada Anak

1) Emosi Anak

Emosi anak adalah reaksi spontan yang muncul sebagai respons terhadap berbagai situasi yang ia alami. Pada masa kanak-kanak awal, anak sering menunjukkan emosi yang sangat intens karena perkembangan otaknya belum matang, terutama bagian yang

mengatur kemampuan berpikir logis dan mengontrol diri. Anak lebih sering menunjukkan emosi kuat seperti rasa senang berlebihan, marah mendadak, takut, kecewa, dan cemas. Mereka belum memiliki keterampilan untuk memahami dan menenangkan diri sendiri. Oleh karena itu, orang tua berperan sebagai “regulator eksternal” yang membantu anak mengenali, mengatur, dan mengekspresikan emosinya secara lebih sehat melalui bimbingan, ketenangan, dan kedekatan emosional.

2) Pengertian Tantrum

Tantrum adalah ledakan emosi yang muncul ketika anak merasa frustrasi atau tidak mampu mengungkapkan keinginannya secara jelas. Bentuk tantrum bisa berupa menangis keras, berteriak, menendang, memukul, berguling di lantai, atau melempar barang. Tantrum umum terjadi terutama pada usia 2–4 tahun karena kemampuan bahasa anak masih terbatas, sedangkan kebutuhan dan keinginannya mulai semakin banyak. Selain itu, bagian otak yang berfungsi mengendalikan diri belum berkembang sempurna sehingga anak belum mampu menahan dorongan emosinya.

B. Penyebab Tantrum pada Anak

Tantrum pada anak biasanya terjadi karena perpaduan faktor internal dan eksternal. Salah satu penyebabnya adalah keterbatasan kemampuan bahasa. Anak yang belum mampu menyampaikan keinginannya dengan kata-kata merasa frustrasi ketika keinginannya tidak segera dipahami oleh orang dewasa. Selain itu, kondisi fisik seperti kelelahan dan lapar juga sangat berpengaruh pada emosi anak, karena tubuh yang tidak nyaman membuat anak lebih mudah tersulut marah. Rasa frustrasi akibat tidak mampu melakukan sesuatu, seperti gagal menyusun balok atau tidak mendapatkan mainan yang diinginkan, juga menjadi faktor pemicu yang umum. Overstimulasi dari lingkungan, seperti tempat yang terlalu ramai atau aktivitas yang terlalu banyak, juga bisa memicu tantrum karena sistem saraf anak kewalahan menerima rangsangan. Beberapa anak juga tantrum karena mencari perhatian, terutama jika tantrum sebelumnya pernah menghasilkan perhatian yang besar dari orang tua. Selain itu, pada masa perkembangan tertentu, anak sering tantrum karena ingin menguji batas dan memahami sejauh mana orang tua akan menegakkan aturan. Semua penyebab ini perlu dipahami orang tua agar respons yang diberikan tidak salah dan dapat membantu anak mengembangkan kemampuan mengatur emosi.

C. Bentuk-Bentuk Tantrum

Tantrum pada anak dapat muncul dalam berbagai bentuk yang berbeda intensitasnya. Bentuk yang paling umum adalah menangis keras dan menjerit sebagai ekspresi frustrasi. Pada beberapa situasi, anak dapat melakukan tindakan fisik seperti menendang, memukul, atau melempar barang, terutama ketika ia merasa kewalahan dan tidak tahu bagaimana mengekspresikan emosinya secara tepat. Anak juga bisa berguling-guling di lantai, menolak disentuh, atau bahkan menahan napas ketika merasa sangat marah atau putus asa. Pada anak yang lebih besar, tantrum terkadang diekspresikan melalui kata-kata kasar, membentak, atau melawan secara verbal. Bentuk tantrum sangat dipengaruhi oleh usia, karakter, temperamen bawaan anak, serta pola pengasuhan yang diterimanya. Setiap anak memiliki cara berbeda dalam meluapkan emosinya, sehingga orang tua perlu memahami pola tantrum yang khas pada anak masing-masing agar lebih mudah mengatasinya.

D. Prinsip Dasar Respons Orang Tua

Dalam menghadapi tantrum anak, orang tua perlu menerapkan beberapa prinsip dasar agar respons yang diberikan efektif dan mendukung perkembangan emosi anak. Prinsip pertama adalah tetap tenang. Ketika anak kehilangan kontrol atas emosinya, orang tua harus menjadi figur yang stabil dan memberikan rasa aman. Anak belajar mengelola

emosi melalui contoh, sehingga ketenangan orang tua sangat penting. Prinsip kedua adalah memvalidasi emosi anak, yaitu mengakui perasaan yang sedang ia alami tanpa menghakimi. Validasi membantu anak merasa dimengerti dan membuatnya lebih cepat tenang. Selain itu, orang tua perlu konsisten terhadap aturan yang telah dibuat. Mengalah hanya demi menghentikan tantrum akan membuat anak belajar bahwa ledakan emosi dapat digunakan sebagai alat untuk mendapatkan keinginannya. Orang tua juga harus memahami bahwa tantrum bukan serangan pribadi atau tanda anak nakal, tetapi bagian dari proses belajar. Selain itu, keamanan harus menjadi prioritas utama; orang tua harus memastikan anak tidak mencederai diri sendiri maupun orang lain. Terakhir, komunikasi sebaiknya ditunda sampai anak benar-benar tenang, karena pada saat tantrum, anak tidak dapat memahami nasihat atau penjelasan apapun.

Respons orang tua dalam menghadapi tantrum terbagi menjadi tiga fase.

- 1) saat tantrum berlangsung, orang tua harus tetap tenang dan menggunakan nada suara lembut. Ketenangan orang tua akan menular kepada anak dan membuatnya lebih mudah mengendalikan emosi. Validasi perasaan anak juga harus dilakukan agar ia merasa dipahami. Orang tua perlu memberi ruang bagi anak untuk mengekspresikan emosinya selama ia berada di lingkungan yang aman. Jika tantrum semakin intens, anak dapat diarahkan ke area yang lebih aman untuk mencegah perilaku merusak. Pada fase ini, orang tua tidak boleh memberi ceramah karena anak belum siap untuk menerima pesan apapun.
- 2) ketika anak mulai tenang, orang tua dapat mulai berkomunikasi secara singkat dan jelas. Membantu anak menamai perasaan sangat penting untuk perkembangan kecerdasan emosionalnya. Setelah itu, orang tua dapat mengajarkan teknik-teknik sederhana untuk menenangkan diri seperti menarik napas dalam, menghitung, atau duduk di sudut tenang. Orang tua juga perlu menjelaskan perilaku mana yang boleh dan tidak boleh dilakukan serta memberi pujian atas usaha anak menenangkan diri.
- 3) setelah tantrum sepenuhnya berlalu, orang tua dapat mengajak anak mengevaluasi situasi dengan cara yang ringan dan tanpa menyalahkan. Ini adalah waktu terbaik untuk mengajarkan keterampilan regulasi emosi secara lebih mendalam, seperti meminta bantuan atau menerima penolakan dengan tenang. Orang tua juga bisa membuat rencana untuk menghadapi situasi serupa di masa depan agar tantrum dapat berkurang.

E. Hal-Hal yang Harus Dihindari Orang Tua

Ada beberapa tindakan yang harus dihindari oleh orang tua ketika anak mengalami tantrum. Pertama, orang tua tidak boleh membentak atau memarahi anak karena tindakan tersebut dapat membuat anak merasa takut dan tidak aman, yang justru memperparah tantrum. Kedua, mengancam atau memberikan hukuman berlebihan juga tidak efektif karena hanya mengajarkan anak untuk takut, bukan memahami emosi. Selain itu, memberikan apa yang anak inginkan saat tantrum adalah kesalahan besar karena memperkuat pola bahwa tantrum adalah strategi efektif untuk mendapatkan sesuatu. Orang tua juga perlu menghindari kebiasaan membandingkan anak dengan teman atau saudara yang lain, karena hal itu dapat merusak rasa percaya diri anak dan menimbulkan luka emosional. Terakhir, meskipun beberapa metode pengasuhan menyarankan untuk mengabaikan tantrum, orang tua tetap harus memastikan bahwa anak tidak merasa benar-benar ditinggalkan. Anak tetap membutuhkan kehadiran emosional orang tua agar merasa aman.

F. Strategi Pencegahan Tantrum

Pencegahan tantrum lebih efektif daripada mengatasinya setelah terjadi. Salah satu cara terbaik untuk mencegah tantrum adalah dengan menerapkan rutinitas harian yang

konsisten sehingga anak merasa aman dan tahu apa yang akan terjadi. Selain itu, orang tua harus menyesuaikan kegiatan dan tuntutan dengan kemampuan anak agar ia tidak mudah frustrasi. Memberikan pilihan sederhana seperti memilih baju atau makanan juga dapat membantu anak merasa memiliki kendali dan mengurangi potensi konflik. Membacakan buku cerita tentang emosi juga menjadi strategi efektif untuk membantu anak mengenal dan mengekspresikan perasaannya. Orang tua juga dapat menghindari kondisi yang menjadi pemicu tantrum, seperti lingkungan yang terlalu ramai, jadwal yang terlalu padat, atau waktu bermain yang terlalu lama tanpa istirahat.

Respons orang tua yang tepat dalam menghadapi tantrum memberikan dampak positif jangka panjang bagi perkembangan anak. Anak yang mendapatkan respons penuh empati dan konsisten dari orang tua akan lebih cepat pulih dari kemarahan dan belajar mengelola emosinya dengan lebih baik. Kemampuan regulasi emosi ini sangat penting untuk membangun hubungan sosial yang sehat, mengembangkan percaya diri, dan mempersiapkan anak untuk menghadapi tantangan di masa depan. Selain itu, hubungan antara orang tua dan anak menjadi lebih kuat dan aman, membentuk keterikatan yang sehat. Sebaliknya, respons yang salah seperti membentak, menghukum keras, atau menyerah pada tantrum dapat berdampak buruk terhadap perkembangan anak. Anak bisa menjadi lebih agresif, lebih sering tantrum, atau memiliki rasa aman yang rendah. Ia mungkin juga mengalami kesulitan mengelola emosi ketika sudah dewasa karena tidak mendapatkan contoh yang baik dari orang tua. Oleh karena itu, respons orang tua sangat penting dalam membentuk kesehatan emosional anak jangka panjang.

Pada aspek emosional, semua informan menunjukkan kecenderungan menggunakan pendekatan pengasuhan yang responsif. Informan ketiga, Ibu Wasiah (memiliki anak umur 3 tahun) menyampaikan bahwa ia menghindari sikap marah ketika anak tantrum. Ia lebih memilih menenangkan diri terlebih dahulu, kemudian mendekati anak secara perlahan. Ia mengatakan “kalau dia tantrum saya ga langsung marah, saya diam dulu, tunggu dia tenang, baru ajak ngomong, kadang saya peluk dia dulu biar dia ga merasa sendirian”. Pendekatan ini konsisten dengan teori attachment Bowlby yang menekankan bahwa kehadiran orang tua sebagai figur aman (secure base) merupakan kunci dalam membantu anak mengenali dan mengatur emosinya. Pola pengasuhan yang hangat dan tidak reaktif membantu anak merasa diterima, didengar, serta tidak takut untuk mengekspresikan emosi.

Pola Pengasuhan dan Kaitannya dengan Kualitas Interaksi

Pola pengasuhan adalah cara orang tua atau pengasuh berinteraksi, membimbing, mendisiplinkan, memberi kasih sayang, serta memberikan aturan kepada anak dalam kehidupan sehari-hari. Pola pengasuhan bukan hanya sekadar tindakan sesaat, tetapi merupakan pola perilaku yang konsisten dan berlangsung dalam jangka panjang. Pola ini mencakup bagaimana orang tua menanggapi kebutuhan emosional anak, bagaimana mereka memberikan batasan, serta seberapa besar kebebasan yang diberikan kepada anak untuk mengeksplorasi lingkungan. Pola pengasuhan mempengaruhi hampir semua aspek perkembangan anak, mulai dari kemampuan sosial, emosional, bahasa, hingga kepercayaan diri dan perilaku sehari-hari. Setiap pola pengasuhan menghasilkan bentuk interaksi yang berbeda, dan kualitas interaksi ini menjadi dasar terbentuknya hubungan yang sehat atau sebaliknya antara orang tua dan anak. Kualitas interaksi antara orang tua dan anak sangat dipengaruhi oleh jenis pola pengasuhan yang diterapkan. Interaksi yang berkualitas ditandai dengan adanya komunikasi dua arah, empati, kehangatan, rasa saling percaya, dan responsivitas orang tua terhadap kebutuhan anak. Ketika interaksi berjalan positif, anak merasa aman secara emosional dan berani untuk mengekspresikan diri.

Sebaliknya, pola pengasuhan yang tidak tepat dapat menghasilkan interaksi yang kaku, penuh tekanan, atau bahkan penuh konflik sehingga anak merasa tidak dihargai atau tidak dipahami. Kualitas interaksi yang baik tidak hanya membantu tumbuh kembang anak, tetapi juga membentuk fondasi hubungan orang tua-anak yang harmonis hingga dewasa. Dalam teori perkembangan, dikenal empat pola pengasuhan utama otoritatif, otoriter, permisif, dan pengabaian (neglectful). Pola pengasuhan otoritatif dianggap sebagai pola yang paling seimbang dan positif karena menggabungkan kehangatan, dukungan, dan batasan yang jelas. Orang tua dengan pola ini cenderung responsif terhadap emosi anak, namun tetap memberikan aturan dan konsekuensi yang konsisten.

Pola ini menghasilkan kualitas interaksi yang hangat, suportif, dan terbuka. Anak merasa dihargai sekaligus diarahkan, sehingga tumbuh menjadi pribadi yang percaya diri dan mampu mengatur diri. Sebaliknya, pola pengasuhan otoriter yang menekankan disiplin ketat dan sedikit kehangatan cenderung menghasilkan interaksi yang penuh tekanan. Komunikasi biasanya satu arah, anak jarang diberi kesempatan menyampaikan pendapat, sehingga hubungan menjadi kaku dan sering menimbulkan ketakutan atau pemberontakan. Pola permisif merupakan pola yang penuh kehangatan tetapi kurang batasan. Orang tua yang permisif sering kali terlalu membebaskan anak, memenuhi semua keinginannya, dan sulit menegakkan aturan. Interaksi terasa hangat tetapi tidak mendidik anak untuk memiliki kontrol diri. Akibatnya, hubungan terlihat dekat sesaat, tetapi dalam jangka panjang anak bisa mengalami kesulitan mengikuti aturan, kurang disiplin, dan sering frustrasi ketika menghadapi batasan di luar rumah. Sementara itu, pola pengasuhan pengabaian adalah pola yang paling merugikan karena orang tua tidak memberikan perhatian emosional, interaksi, atau bimbingan yang memadai. Anak dalam pola ini sering merasa tidak penting, tidak diperhatikan, dan kurang memiliki keterikatan aman. Kualitas interaksi sangat rendah, sehingga perkembangan emosional dan sosial anak dapat terganggu. Kaitan antara pola pengasuhan dan kualitas interaksi juga dapat dilihat dari cara orang tua merespons perilaku dan emosi anak. Orang tua yang responsif, yaitu yang mampu mengenali dan menanggapi kebutuhan anak secara tepat waktu dan sesuai konteks, biasanya menciptakan interaksi yang penuh kehangatan dan saling percaya. Responsivitas ini sangat penting, terutama pada masa kanak-kanak awal ketika anak membutuhkan dukungan emosional untuk belajar mengelola perasaannya. Sebaliknya, orang tua yang tidak responsif cenderung mengabaikan sinyal emosi anak, sehingga interaksi menjadi dingin dan tidak nyaman. Anak mungkin merasa kesepian secara emosional meskipun hidup bersama orang tuanya. Selain itu, kualitas interaksi sangat dipengaruhi oleh kemampuan orang tua berkomunikasi secara efektif. Komunikasi efektif berarti orang tua tidak hanya berbicara, tetapi juga mendengarkan, memberi ruang bagi anak untuk bercerita, serta menunjukkan empati terhadap apa yang dirasakan anak. Orang tua yang sering berdialog, memberikan penjelasan, dan melibatkan anak dalam pengambilan keputusan sederhana akan membangun hubungan yang lebih kuat. Pola komunikasi ini biasanya ditemukan pada pola pengasuhan otoritatif. Sebaliknya, dalam pola otoriter, komunikasi cenderung bersifat perintah, sehingga anak merasa tidak memiliki kesempatan untuk menyampaikan pendapat atau perasaan. Hal ini membuat kualitas interaksi menjadi rendah dan penuh ketegangan.

Tantangan Orang Tua dalam Pengasuhan

A. Keterbatasan Waktu karena Pekerjaan

Salah satu tantangan terbesar bagi orang tua masa kini adalah sulitnya membagi waktu antara pekerjaan dan pengasuhan. Banyak orang tua yang bekerja hampir sepanjang hari sehingga waktu yang tersedia untuk berinteraksi dengan anak menjadi sangat terbatas.

Kondisi ini menyebabkan minimnya kesempatan untuk membangun kedekatan emosional maupun melakukan kegiatan stimulatif yang seharusnya diberikan secara rutin. Padahal, interaksi yang intens dan berkualitas sangat penting bagi perkembangan anak, terutama pada usia dini. Ketika waktu orang tua tersita oleh pekerjaan, anak mungkin tidak mendapatkan perhatian yang dibutuhkan untuk tumbuh optimal.

B. Kesibukan Harian yang Menyita Energi dan Perhatian

Selain pekerjaan formal, orang tua juga terbebani oleh berbagai tugas rumah tangga dan aktivitas lain yang membuat energi mereka terkuras. Ketika orang tua tiba di rumah dalam kondisi lelah, fokus pada pengasuhan sering kali menurun. Hal ini menyebabkan stimulasi perkembangan seperti bermain edukatif, membaca buku, atau berdialog dengan anak tidak dilakukan secara teratur. Akibatnya, rutinitas pengasuhan menjadi tidak konsisten dan hanya dilakukan jika orang tua memiliki waktu luang atau merasa cukup energi.

C. Kurangnya Pemahaman tentang Stimulasi yang Sesuai Usia Anak

Banyak orang tua mengakui bahwa mereka tidak memahami secara mendalam bentuk stimulasi yang tepat untuk usia perkembangan anak. Sebagian hanya mengandalkan insting, pengalaman masa kecil, atau nasihat sederhana dari orang-orang sekitar tanpa dasar ilmiah. Hal ini menyebabkan stimulasi yang diberikan sering kali tidak terarah, kurang sesuai dengan tahapan perkembangan, atau bahkan tidak memberikan manfaat optimal. Misalnya, orang tua mungkin memberikan permainan yang terlalu kompleks atau terlalu sederhana sehingga tidak menstimulasi perkembangan anak secara efektif.

D. Rendahnya Literasi Parenting

Rendahnya pengetahuan tentang pengasuhan (literasi parenting) menjadi salah satu faktor utama yang menyebabkan orang tua kesulitan menyesuaikan pola asuh dengan kebutuhan perkembangan anak. Hal ini diperkuat oleh temuan Mardiyah (2023) yang menyatakan bahwa orang tua dengan literasi parenting rendah cenderung kurang memahami cara memberi stimulasi yang tepat, cara berkomunikasi dengan anak, serta bagaimana merespons perilaku anak secara positif. Kekurangan ini membuat orang tua merasa bingung atau tidak percaya diri dalam mengasuh, sehingga pola pengasuhan yang diberikan tidak selalu sesuai dengan kebutuhan psikologis dan perkembangan anak.

E. Dampak terhadap Kualitas Pengasuhan

Keterbatasan waktu, kurangnya pengetahuan, dan kesibukan yang tinggi berdampak langsung pada kualitas pengasuhan. Anak yang tidak mendapatkan stimulasi cukup atau tidak menerima respons yang sesuai dari orang tua dapat mengalami keterlambatan perkembangan—baik secara kognitif, bahasa, maupun sosial-emosional. Selain itu, orang tua yang kewalahan bisa menjadi kurang sabar, lebih mudah marah, atau tidak konsisten dalam aturan, sehingga hubungan orang tua-anak berpotensi terganggu. Dalam jangka panjang, pola pengasuhan seperti ini dapat memengaruhi karakter, kemampuan sosial, dan kemandirian anak.

F. Kebutuhan Akan Program Edukasi Pengasuhan

Melihat kompleksitas tantangan tersebut, sangat jelas bahwa orang tua membutuhkan akses yang mudah terhadap informasi pengasuhan yang benar dan relevan. Program edukasi seperti penyuluhan parenting, kelas pengasuhan, atau bimbingan dari tenaga ahli dapat membantu orang tua memahami perkembangan anak dan cara menstimulasinya dengan tepat. Edukasi ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membangun rasa percaya diri orang tua dalam mengasuh, sehingga mereka mampu menerapkan pola pengasuhan yang lebih efektif, responsif, dan sesuai kebutuhan anak.

Meskipun orang tua berupaya memberikan pengasuhan yang baik, terdapat hambatan yang muncul dalam proses tersebut. Beberapa informan mengungkapkan bahwa keterbatasan waktu akibat pekerjaan membuat interaksi dengan anak menjadi lebih sedikit. Kesibukan harian mengurangi kesempatan untuk melakukan aktivitas stimulatif secara rutin. Selain itu, beberapa orang tua merasa kurang memahami bentuk stimulasi yang ideal untuk usia anak, sehingga mereka belajar melalui pengalaman dan informasi sederhana dari lingkungan sekitar. Hal ini selaras dengan temuan Mardiyah (2023) yang menyatakan bahwa rendahnya literasi parenting menjadi salah satu penyebab orang tua kesulitan menyesuaikan pola pengasuhan dengan kebutuhan perkembangan anak.

Berikut bukti wawancara



Gambar 1. (wawancara ibu Kartika)



Gambar 2. (wawancara ibu sinta)



Gambar 3. (wawancara ibu wasiah)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa peran orang tua memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap tumbuh kembang anak usia 0–6 tahun, baik pada aspek fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Keterlibatan orang tua melalui pemberian stimulasi yang sesuai, penerapan pola asuh responsif dan otoritatif, serta kualitas komunikasi yang hangat dan penuh perhatian terbukti mendukung perkembangan

anak secara optimal. Anak yang memperoleh interaksi yang konsisten dan stimulasi yang tepat menunjukkan kemampuan bahasa, motorik, sosial, dan emosional yang lebih baik dibandingkan anak yang kurang mendapatkan pendampingan.

Kendala yang dialami orang tua, seperti keterbatasan waktu dan kurangnya pengetahuan mengenai stimulasi yang tepat, menunjukkan perlunya peningkatan literasi parenting serta dukungan lingkungan, termasuk dari keluarga, lembaga pendidikan, dan masyarakat, agar pengasuhan dapat berjalan secara efektif. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa peran aktif orang tua bukan hanya sebagai pemenuhan kebutuhan dasar anak, tetapi juga sebagai fasilitator utama dalam membentuk kemampuan, karakter, dan kesejahteraan anak di masa emas perkembangannya, sehingga intervensi yang mendukung pengasuhan yang berkualitas sangat diperlukan untuk memastikan perkembangan anak yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, L., Wibowo, R., & Setyawan, A. (2021). Pola Pengasuhan Orang Tua dan Dampaknya terhadap Komunikasi dalam Keluarga. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 5(3), 101–110.
- Bronfenbrenner, U. (2018). *Ecological Theory of Human Development*. Harvard University Press.
- Hurlock, E. B. (2019). *Perkembangan Anak* (Edisi Keenam). Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. (2020). *Child Development*. McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sari, K., & Rachmawati, Y. (2020). Komunikasi Orang Tua dan Pengaruhnya terhadap Perkembangan Sosial Anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(2), 145–15
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suparmi, S., & Sundari, A. (2017). Peran Orang Tua dalam Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 18–27.
- Susanto, A. (2021). *Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.