



## PENGASUHAN BERBASIS NEUROSAIN DAN KECERDASAN EMOSI DALAM PENGASUHAN ANAK USIA DINI

**Riyadlotus Sholichah**

Sekolah Tinggi Agama Islam Daruttaqwa Gresik, Indonesia

Email: oliklotus@gmail.com

**Abstract:** Early childhood is a critical period for developing emotional abilities. Emotional intelligence is one of the crucial pillars in early childhood development. Crucial because this intelligence will greatly affect a person's behavior throughout life until adulthood. This intelligence is also very influential on the success or failure of someone in his life in the future. Many parents or educators believe that cognitive intelligence, or better known as cognitive intelligence, is more important than emotional intelligence (Emotional Intelligence) for children. Until much we see various systems and models of learning or education competing to design the best stimulation on the development of this cognitive potential. Although cognitive development is important at this age of development, the emotional stage of the child's achievement also plays an important role, which has a large influence on other aspects of development. At this age children are also learning to develop their self-concept as competent and confident individuals. The family, as the main pillar of caregiving will be very instrumental in its development. Neurosain-based early childhood emotional development, are educational efforts undertaken by parents or educators, including activities to hone, love and nurture (hone, foster) children who stand and use the basics of brain behavioral science (neurons). It is very important for every educator, be it a teacher, parents and caregivers to understand and understand how the child's brain and his brain work. Also how a child's brain grows and develops in a basic way. In early childhood, in order to be able to know themselves before establishing relationships with friends or others, children need to understand the basics of emotions called primary emotions. Primary emotions are the basic emotions that humans have had since they were born. Types of primary emotions generally include fear (fear), anger (anger), sad (sadness), happy (joy), surprise (surprise), disgust (disgust) and resentful (contempt). The limbic system, as an emotional control system in adults and early childhood, one of its main circuits is the amygdala. Amygdala is able to remember emotional events very well. Even though the system works under an unconscious response, the amygdala is able to remember emotional events that are experienced and serve as a behavioral reference if similar events occur at different times.

**Keywords:** Brain-based parenting (*Neuroparenting*), Emotional Intelligence, Early Childhood Education

**Abstrak:** Masa usia dini merupakan masa kritis perkembangan kemampuan emosi. Kecerdasan emosi adalah salah satu pilar krusial dalam perkembangan anak usia dini. Krusial karena kecerdasan ini akan sangat berpengaruh pada perilaku seseorang sepanjang hidup hingga pada masa dewasa. Kecerdasan ini juga sangat berpengaruh pada sukses tidaknya seseorang dalam hidupnya dimasa datang. Banyak sebageian orang tua ataupun pendidik yang berpendapat bahwa kecerdasan kognitif atau yang lebih dikenal dengan Cognitive intelligence, lebih penting dibandingkan kecerdasan emosi ( Emotional Intelligence) bagi anak. Hingga banyak kita lihat berbagai sistem dan model belajar atau pendidikan berlomba-lomba merancang stimulasi terbaiknya pada pengembangan potensi kognitif ini. Meski perkembangan kognitif penting pada usia perkembangan ini, namun capaian tahapan emosional anak juga memegang peranan penting, yang berpengaruh besar pada aspek perkembangan lainnya. Pada usia ini anak juga sedang belajar mengembangkan konsep diri mereka sebagai pribadi yang berkompeten dan percaya diri. Keluarga, sebagai tonggak utama pengasuhan akan sangat berperan dalam perkembangannya. Pengembangan emosi anak usia dini berbasis neurosain, merupakan upaya-upaya pendidikan yang dilakukan oleh orangtua atau pendidik, mencakup aktifitas mengasah, mengasih dan mengasuh

(asah, asih asuh) anak yang berpijak dan menggunakan dasar-dasar ilmu perilaku otak (neuron). Sangat penting bagi setiap pendidik, baik itu guru, orang tua dan pengasuh mengerti dan memahami bagaimana otak anak dan otak dirinya bekerja. Juga bagaimana otak anak tumbuh dan berkembang secara dasar. Pada anak usia dini, agar apat mengenal diri sendiri sebelum menjalin hubungan dengan teman atau orang lain, anak perlu memahami dasar-dasar emosi yang disebut sebagai emosi primer. Emosi primer merupakan emosi-emosi dasar yang telah dimiliki oleh manusia semenjak mereka dilahirkan. Jenis emosi primer umumnya meliputi rasa takut (fear), marah (anger), sedih (sadness), senang (joy), terkejut (surprise), jijik (disgust) dan sebel (contempt). Sistem limbik, sebagai sistem pengendali emosi pada orang dewasa dan anak usia dini, salah satu sirkuit utamanya adalah amygdala. Amygdala mampu mengingat kejadian-kejadian emosional yang dialaminya dengan sangat baik. Sekalipun sistem kerjanya berada dibawah respon tidak sadar, amygdala mampu mengingat kejadian-kejadian emosional yang dialami dan dijadikan sebagai rujukan perilaku jika peristiwa sejenis terulang dimasa yang berbeda.

**Kata kunci:** Pengasuhan berbasis Otak (*Neuroparenting*), Kecerdasan emosi, Pendidikan Anak Usia Dini

## Pendahuluan

Kecerdasan emosi adalah salah satu pilar krusial perkembangan anak usia dini. Krusial karena kecerdasan ini akan sangat berpengaruh pada perilaku seseorang sepanjang hidup hingga pada masa dewasa. Kecerdasan ini juga sangat berpengaruh pada sukses tidaknya seseorang dalam hidupnya, dimasa datang. Banyak sebaigian orang tua ataupun pendidik yang berpendapat bahwa kecerdasan kognitif atau yang lebih dikenal dengan *Cognitive intelligence*, lebih penting dibandingkan kecerdasan emosi bagi anak. Hingga banyak kita lihat berbagai sistem belajar atau agen pendidikan berlomba-lomba merancang stimulasi terbaiknya pada pengembangan potensi kognitif ini.

Namun, menurut Daniel Goleman dalam bukunya "*Emotional Intelligence*", kecerdasan emosi disebut-sebut sebagai aktor kecerdasan yang lebih penting dari sekedar kecerdasan intelegensi. Istilah kecerdasan emosi pertama kali dikenalkan pada tahun 1990 oleh Peter Salovey (Yale University) dan John Meyer (University of New Hampshire) untuk menjelaskan kualitas-kualitas yang tampaknya penting bagi keberhasilan.<sup>1</sup>

Begitu pentingnya perkembangan kecerdasan emosi ini, mengingatkan kepada kita untuk lebih siap dan dini mengawal setiap tahap perkembangan emosi anak usia dini. Pengawalan tahap demi tahap perkembangan emosi ini, akan menentukan tercapainya proses perkembangan paripurna seorang anak. Karena jika terjadi ketimpangan pada proses perkembangan emosi seorang anak akan berdampak buruk pada keseimbangan pilar-pilar perkembangan anak usia dini yang lain seperti kognisi, sosial, bahasa, nilai moral dan fisik motoriknya dimasa yang akan datang.

Pengasuhan berbasis Otak atau *Neuroparenting*, merupakan pengetahuan tentang pola asuh dan pendidikan anak berdasarkan ilmu dan perilaku serta mekanisme kerja otak manusia (Neurosain) dihubungkan dengan proses pendidikan<sup>2</sup>. Pengembangan kecerdasan emosi anak berbasis otak merupakan upaya-upaya yang dilakukan pendidik, orang tua atau orang dewasa yang bertanggung jawab terhadap anak dalam mendidik, baik itu mengasah, mengasih dan megasuh anak untuk mengembangkan kemampuan emosinya berdasar ilmu-ilmu perilaku otak (*neuron*) manusia. Dalam sebuah jurnal pendidikan yang diterbitkan oleh *British Journal of Educational Psychology, The British Psychological Society* (2004), yang ditulis oleh Usha Goswami dengan judul *Neuroscience and education*, menjelaskan peran perkembangan emosi dalam proses pendidikan antara lain:

1. Proses belajar efektif tidak dapat berlangsung baik, jika anak berada dalam kondisi mendapatkan gangguan emosi, takut atau stres

---

<sup>1</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (Jakarta: Gramedia, 2002), hlm. 45

<sup>2</sup> Dr. Amir Zuhdi, *Neuroparenting Practitioner*, Neuronesia Institute, 2015



2. Gangguan emosi pada anak mempunyai efek yang signifikan pada fungsi psikologis dan kognitif anak
3. Gangguan emosi pada anak juga mempengaruhi penerimaan sosial dan respon saat mendapatkan penghargaan dan hukuman<sup>3</sup>

Dengan memahami kecerdasan emosi anak usia dini melalui pengasuhan berbasis otak, pendidik dan orangtua diharapkan dapat meminimalisir berbagai gangguan emosi yang kerap muncul pada anak, dan menjadi faktor penunjang pencapaian tujuan pendidikan pada anak usia dini.

### Perkembangan Emosi Anak Usia Dini

Ada berbagai pengertian tentang kecerdasan atau kemampuan emosi. Menurut Carole Wade dalam bukunya yang berjudul *psikologi* mendefinisikan bahwa emosi merupakan perubahan fisiologis pada wajah, otak, dan tubuh, yang melibatkan proses kognitif seperti interpretasi suatu peristiwa dan kecenderungan untuk melakukan suatu tindakan serta adanya pengaruh budaya yang membentuk pengalaman dan ekspresi emosi. Emosi dapat berupa love, feeling dan moody<sup>4</sup>. Dalam keseharian manusia selalu merasakan emosi seperti perasaan senang, sedih, cemas, dan sebagainya. Berbagai perasaan tersebut akan muncul silih berganti sepanjang hidup mengikuti berbagai peristiwa yang terjadi dalam kehidupan seseorang.

Goleman mengutip Salovey<sup>5</sup> menempatkan kecerdasan pribadi Gardner dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicituskannya dan memperluas kemampuan tersebut menjadi 5 kemampuan utama, yaitu: Mengenali emosi, Mengelola emosi, Memotivasi diri, Mengenali orang lain, Membina relasi.

Kemudian Daniel Goleman dalam bukunya "*Emotional Intelligence*", Kecerdasan emosional adalah kemampuan memahami perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi yang baik pada diri sendiri dan hubungannya dengan orang lain. Jadi *Emotional Intelligence* merupakan suatu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk manage emosinya supaya dapat terarah, sehingga emosi dapat digunakan secara proposional pada saat melakukan suatu tindakan serta dapat mengenali efek positif dan efek negatif dari emosi itu.

Anak adalah seseorang yang pada suatu masa dan perkembangan tertentu dan mempunyai potensi untuk menjadi cerdas. Sementara dia juga berpendapat, bahwa pada dasarnya emosi merupakan perasaan dan fikiran-fikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi dapat dikelompokkan pada rasa amarah, kesedihan, takut, cinta, terkejut dan jengkel<sup>6</sup>

Masa usia dini merupakan masa kritis perkembangan kemampuan emosi dan sosial. Pada tahap ini anak belajar tentang nilai-nilai dan perilaku yang dapat diterima oleh masyarakat di lingkungan sekitarnya. Pada usia ini anak juga sedang mengembangkan konsep diri mereka sebagai pribadi yang berkompeten dan percaya diri.

Tujuan utama pengembangan kecerdasan emosional pada masa usia dini meliputi keterampilan untuk mengenal diri sendiri terkait dengan hubungan anak dengan teman maupun dengan orang dewasa. Termasuk juga ketrampilan untuk menerima tanggung jawab yang meliputi mau mengikuti aturan, rutinitas sehari-hari menghargai orang lain dan memiliki inisiatif serta

<sup>3</sup> Usha Guswami, Neuroscience and Education, British Journal of Education, [Http://www.bps.org.uk/](http://www.bps.org.uk/)

<sup>4</sup> Carole Wade & Carol Travis, Psikologi, Jakarta, 2007, hlmn. 113

<sup>5</sup> Agung R. Harmoko, *Kecerdasan emosional*, hlmn.58-59

<sup>6</sup> Wade, carol dan Carol Tavis, Psikologi, Jakarta, Erlangga, 2007, hlmn.113



berperilaku prososial. Prososial adalah mampu menunjukkan sikap simpati dan dapat bersosialisasi dengan baik diantaranya dengan bersedia untuk berbagi dan menunggu giliran.

### **Pengasuhan berbasis Otak (*Neuroparenting*)**

Pengasuhan berbasis otak merupakan, pengetahuan tentang pola asuh dan pendidikan anak berdasarkan ilmu dan perilaku serta mekanisme kerja otak manusia (Neuroscience) dihubungkan dengan proses pendidikan. Pengembangan kecerdasan emosi anak berbasis otak merupakan upaya-upaya yang dilakukan pendidik, orang tua atau orang dewasa yang bertanggung jawab terhadap anak dalam mendidik, baik itu mengasah, mengasih dan mengasuh anak untuk mengembangkan kemampuan emosinya berdasar ilmu-ilmu perilaku otak (*neuron*) manusia.

Istilah *Neuro* berasal dari kata *Neuron* yang berarti sel saraf. Sel saraf ini membangun jaringan otak dan membuat otak menjadi organ tubuh yang sangat istimewa. Melalui proses yang sangat rumit hingga tingkat molekuler, di sel saraf (Neuron) inilah “pabrikasi” dari pikiran, perasaan, sikap dan perilaku manusia. Dan proses pengasuhan anak terjadi di tingkat neuron ini. Sedangkan *Parenting*, disebut juga dengan pola asuh adalah sikap dan perilaku orangtua yang spesifik dalam rangka memenuhi kebutuhan tumbuh dan kembang anak dengan cara melindungi, mendidik/membimbing, merangsang dan mempengaruhi sehingga anak memiliki sikap dan perilaku mulia (Akhlak mulia), cerdas dan tangguh dalam menjalani kehidupan.

Tujuan praktis dari pengasuhan berbasis otak ini adalah :

1. Mengetahui hal-hal praktis tentang tumbuh-kembang otak anak sebagai dasar untuk membangun pola asuh sesuai perkembangan otak anak.
2. Mengetahui area otak yang berhubungan dengan pengasuhan anak dan hal-hal praktis tentang kinerja otak orangtua khususnya saat melakukan pengasuhan.
3. Trampil berpikir analitik-kreatif-inovatif dan trampil mengendalikan diri termasuk trampil mengendalikan marah.
4. Membangun daya lenting (resiliensi) pada diri sendiri

### **Hakikat Pendidikan Anak Usia Dini**

Pendidikan anak usia dini adalah jenjang pendidikan sebelum jenjang pendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut, yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal, dan informal. Pendidikan Anak Usia Dini juga merupakan pemberian upaya untuk menstimulasi, membimbing, mengasuh dan pemberian kegiatan pembelajaran yang akan menghasilkan kemampuan dan keterampilan pada anak (kompetensi)

Penyelenggaraan pendidikan anak usia dini dimaksudkan untuk mempersiapkan anak memasuki dunia belajar. Hal ini bertujuan agar anak menjadi relatif lebih siap untuk belajar di Sekolah Dasar (SD) daripada anak yang langsung masuk ke SD tanpa melalui belajar di pendidikan anak usia dini. Pendidikan Anak Usia Dini bukanlah sekolah, sistem pembelajaran yang diterapkan tidak bisa disamakan dengan SD. Salah satu prinsip yang harus diperhatikan dalam pembelajaran di pendidikan Anak Usia Dini antara lain adalah bahwa “belajar sambil bermain dan bermain seraya belajar”.

Dalam Undang-undang tentang Sistem Pendidikan Nasional dinyatakan bahwa pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk



membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut, yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal, dan informal. Pendidikan anak usia dini merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitik-beratkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik halus dan kasar), kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual), sosio emosional (sikap dan perilaku serta agama) bahasa dan komunikasi, sesuai dengan keunikan dan tahap-tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini.

Indonesia terdapat beberapa lembaga pendidikan anak usia dini yang selama ini sudah dikenal oleh masyarakat luas, yaitu:

1. Taman Kanak - kanak (TK) atau Raudhatul Atfal (RA) TK merupakan bentuk satuan pendidikan bagi anak usia dini pada jalur pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan bagi anak usia 4 sampai 6 tahun, yang terbagi menjadi 2 kelompok : Kelompok A untuk anak usia 4 – 5 tahun dan Kelompok B untuk anak usia 5 – 6 tahun.
2. Kelompok Bermain (Play Group) Kelompok bermain merupakan salah satu bentuk pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan nonformal yang menyelenggarakan program pendidikan sekaligus program kesejahteraan bagi anak usia 2 sampai dengan 4 tahun<sup>7</sup>.
3. Taman Penitipan Anak (TPA) Taman penitipan anak merupakan salah satu bentuk pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan non formal yang menyelenggarakan program pendidikan sekaligus pengasuhan dan kesejahteraan anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun. TPA adalah wahana pendidikan dan pembinaan kesejahteraan anak yang berfungsi sebagai pengganti keluarga untuk jangka waktu tertentu selama orang tuanya berhalangan atau tidak memiliki waktu yang cukup dalam mengasuh anaknya karena bekerja atau sebab lain.

### **Tujuan Pendidikan anak usia Dini**

Dalam menu Generik<sup>8</sup>, dinyatakan bahwa tujuan pendidikan anak usia dini adalah mengembangkan berbagai potensi anak sejak dini sebagai persiapan untuk hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Secara khusus kegiatan pendidikan anak usia dini ditujukan untuk :

1. Anak percaya akan adanya Tuhan dan mampu beribadah serta mencintai sesamanya.
2. Anak mampu mengelola keterampilan tubuhnya termasuk gerakan motorik kasar dan motorik halus, serta mampu menerima rangsangan sensorik.
3. Anak mampu menggunakan bahasa untuk pemahaman bahasa pasif dan dapat berkomunikasi secara efektif sehingga dapat bermanfaat untuk berpikir dan belajar.
4. Anak mampu berpikir logis, kritis, memberikan alasan, memecahkan masalah dan menemukan hubungan sebab akibat.
5. Anak mampu mengenal lingkungan alam, lingkungan social, peranan masyarakat dan menghargai keragaman social dan budaya serta mampu mngembangkan konsep diri yang positif dan control diri.
6. Anak memiliki kepekaan terhadap irama, nada, berbagai bunyi, serta menghargai karya kreatif.

Sementara dalam Undang-undang Sisdiknas No. 20 tahun 2003 dijelaskan secara umum<sup>9</sup>, bahwa terdapat dua tujuan dari berbagai upaya diselenggarakannya pendidikan anak usia dini yaitu:

1. Tujuan utama pendidikan anak usia dini adalah untuk membentuk anak Indonesia yang berkualitas, yaitu anak yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan tingkat perkembangannya

<sup>7</sup> Sujiono, Y.N. Konsep Dasar Pendidikan Ana k Usia Dini (Jakarta: Indeks, 2009), 23

<sup>8</sup> Utin Ritayanti dan Tim, Panduan Penyusunan program pembelajaran dengan strategi inkuiri pada anak usia dini, Kementrian Pndidikan Nasional- BPNFI Regional IV, 2010, hlmn:1

<sup>9</sup> UU No. 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional



sehingga memiliki kesiapan yang optimal di dalam memasuki pendidikan dasar serta mengarungi kehidupan di masa dewasa.

2. Tujuan penyerta pendidikan anak usia dini adalah untuk membantu menyiapkan anak mencapai kesiapan belajar (akademik) di sekolah.

Sedangkan menurut UNESCO tujuan dilaksanakannya pendidikan anak usia dini di berbagai negara dilandasi oleh beberapa alasan sebagai berikut :

1. Alasan Pendidikan

Pendidikan anak usia dini merupakan podasi awal dalam meningkatkan kemampuan anak untuk menyelesaikan pendidikan lebih tinggi, menurunkan angka mengulang kelas dan angka putus sekolah

2. Alasan ekonomi

Pendidikan anak usia dini merupakan investasi yang menguntungkan baik bagi keluarga maupun pemerintah

3. Alasan sosial Pendidikan anak usia dinimerupakan salah satu upaya untuk menghentikan roda kemiskinan masyarakat.

4. Alasan Hak/Hukum

Pendidikan anak usia dini merupakan hak setiap anak untuk memperoleh pendidikan yang dijamin oleh undang-undang.

## Diskusi

Pengembangan emosi anak usia dini berbasis neurosain, merupakan upaya-upaya pendidikan yang didalamnya mencakup aktifitas mengasah, mengasih dan mengasuh ( asah, asih asuh) anak yang berpijak dan menggunakan dasar-dasar ilmu perilaku otak (Neuron). Sangat penting bagi setiap pendidik, baik itu guru, orang tua dan pengasuh mengerti dan memahami bagaimana otak anak dan otak dirinya bekerja. Juga bagaimana otak anak tumbuh dan berkembang secara dasar.

Salah satu faktor yang sangat berperan dalam proses pengembangan emosi anak adalah pengasuhan. Dalam pengasuhan dan pendidikan anak, setiap orangtua & guru harus mengerti dan memahami bagaimana otak anak dan otak dirinya bekerja dan memahami bagaimana otak anak tumbuh dan berkembang. Riset terkini tentang neurosains (ilmu perilaku berbasis otak) membuktikan bahwa kinerja otak manusia sangat terkait dengan sikap & perilaku manusia, demikian juga sebaliknya. Baik buruknya sikap & perilaku manusia dapat di tentukan oleh baik buruknya kinerja otak. Salah satu yang mempengaruhi baik buruknya kinerja otak adalah pola asuh anak.

Orangtua mengasuh anaknya, guru mengajar muridnya, keduanya berpengaruh terhadap proses pengasuhan anak, termasuk pembentukan karakter anak. Dan berbicara tentang karakter anak sangat berhubungan dengan bagaimana otak anak bekerja. Mengasuh anak dengan meninggalkan prinsip-prinsip perkembangan otak sama saja merusak “bahan bangunan” karakter yang telah Tuhan berikan pada anak. Karena jika Orang-tua atau Guru tidak menguasai bagaimana cara menangani berbagai emosi yang muncul pada anak, akibatnya anak-anak tidak tahu emosi apa yang sedang mereka alami, dan merka tidak mampu mengelola emosinya. Bila dibiarkan terus-menerus hal ini dapat mengganggu kehidupannya.

Secara umum, seperti otak manusia dewasa, anatomi otak anak terbagi menjadi 3, yakni otak depan, otak tengah dan otak belakang. Otak depan adalah wilayah otak yang terletak di bagian atas dan depan otak, ia terdiri atas kulit otak, *ganglia basalis*, *sistem limbik*, *talamus* dan *hipotalamus*. Otak bekerja dengan menggunakan prinsip sirkuit, bukan kerja sendiri. Sebuah fungsi dapat



terjadi karena semua bagian otak bekerja dalam sebuah sirkuit canggih. Setiap bagian menyumbang kelebihan masing-masing dalam sirkuit itu.

Otak yang berhubungan dengan proses emosi disebut sebagai sistem limbik. Sistem limbik terdiri atas area-area, sirkuit-sirkuit dan syaraf-syaraf spesifik yang terlibat dalam segala aspek yang berfungsi memproses pengalaman emosional seseorang. Bagian bagian itu antara lain ;

1. *Amygdala* merupakan bagian kecil dari otak yang memiliki peran penting dalam emosi. Terutama rasa takut. *Amygdala* bertugas mengevaluasi informasi sensorik yang diterima seorang anak, dan kemudian dengan cepat menentukan kepentingan emosionalnya. *Amygdala* inilah yang membuat keputusan perilaku bagi seorang anak, untuk mendekati atau menjauhi suatu obyek atau suatu situasi ( *fight or flight*). *Amygdala* bekerja dengan cepat untuk mengevaluasi bahaya atau ancaman. Kerusakan pada area ini atau sebagian dari area ini akan menyebabkan seorang anak mengalami abnormalitas dalam memproses rasa takut, atau emosi-emosi lain yang berhubungan dengan sirkuit yang mengalami kerusakan. Bisa jadi seorang anak menjadi lupa akan rasa takut, baik itu yang berhubungan dengan rasa takut akan dirinya sendiri ataupun takut kepada orang lain, jika area otak yang memproses emosi takut mengalami *impairment* (kerusakan).
2. *Prefrontal cortex* terletak dibagian depan otak manusia. Bagian kanan dari *prefrontal cortex* merupakan bagian yang berperan khusus dalam menarik diri atau melarikan diri ( seperti ketika seorang anak emosi dan mengurung diri, lari ketika ada suara menakutkan, lari ketika melihat ulat yang menjijikan). Sedangkan bagian kiri dari *prefrontal cortex* merupakan bagian yang berperan khusus dalam memotivasi untuk mendekati orang lain ( seperti ketika seorang anak merasa senang atau pun terharu dan ingin memeluk seseorang). Anak-anak yang memiliki bagian kiri dari *prefrontal cortex* lebih aktif cenderung memiliki lebih banyak emosi positif, tingkat kepuasan lebih tinggi, kemampuan mengatasi emosi lebih cepat dan kemampuan menekan emosi lebih tinggi, dibandingkan anak-anak yang memiliki bagian bagian kanan *prefrontal cortex* lebih aktif. Anak-anak dengan kerusakan bagian *prefrontal cortex* atau sebagian, seringkali kehilangan kemampuan untuk merasa senang. Anak-anak yang terdiagnosis mengalami gangguan emosi secara klinis, memiliki bagian kiri *prefrontal cortex* yang tidak terlalu aktif. Sedangkan *prefrontal cortex* sebelah kanan lebih aktif dibandingkan anak-anak yang tidak mengalami gangguan emosi.
3. Saraf cermin, saraf cermin pada anak merupakan bagian otak yang mempunyai mekanisme membuat seseorang mampu merasakan empati, mekanisme yang mendasari sebuah hubungan non verbal, dan mekanisme yang mendasari penularan mood pada seseorang. Abnormalitas pada saraf cermin anak didindikasikan sebagai penyebab kurang berfungsinya emosi pada anak dengan autisme, sehingga tidak mampu memiliki empati yang baik pada sesama.
4. Saraf otonom, bagian dari sirkuit emosi otak yang akan mengalirkan senyawa kimiawi saat otak menerima rangsangan. Saat anak-anak mendapatkan pengalaman emosi yang dalam, kelenjar adrenalin akan bekerja melepaskan senyawa dua hormon yakni *epinephrine* dan *norepinephrine*. Keduanya adalah sinyal yang memproduksi tenaga, mengakibatkan pupil mata terbuka lebar, detak jantung meningkat dan nafas meningkat. Aliran darah banyak teraktivasi pada otot-otot bagian wajah. Tujuan utama perubahan ini adalah menyiapkan tubuh merespon bahaya atau ancaman dengan cepat lalu bertindak dengan sigap.

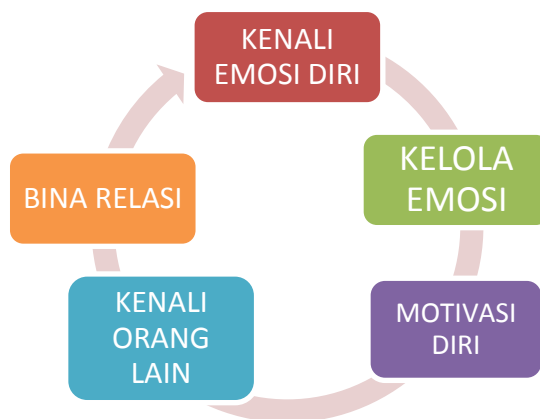
Otak juga mempunyai bagian-bagian spesifik yang bertugas merasa, mengenali, mengendalikan dan mengontrol emosi tertentu. Otak tersusun atas dua sisi belahan ( *cerebral hemisphere*), yakni belahan otak kanan dan belahan otak kiri. Kedua *cerebral hemisphere* ini mempunyai tugas-tugas untuk mengendalikan wilayah emosional yang berbeda. Sisi kanan otak (otak belahan kanan) merupakan bagian yang penting dalam mengenali ekspresi emosi dan memproses perasaan emosional, misal ; oh hari ini Tomy sangat marah pada Aminah. Sedangkan belahan otak kiri aktif saat memproses makna emosional, misal : pantas saja Tomy marah pada Aminah karena Aminah telah memecahkan mainan Tomy, meski tak seharusnya Tomy marah sehebat itu.



Dari proses pertumbuhan dan perkembangan otak manusia, masa dibawah usia 3 tahun adalah masa emas dimana proses tumbuh dan kembangnya berjalan sangat pesat. Dibandingkan berbagai sirkuitlain di otak, *amygdala* merupakan salah satu sirkuit yang relatif terbentuk secara sempurna sebelum anak berusia 5 tahun. Oleh sebab itu dibutuhkan stimulan yang bersifat emosional lebih besar pada bayi baru lahir hingga usia sekitar 5 tahun. Kelekatan dan kebersamaan terhadap orang dewasa yang memahami akan proses berkembangnya sistim limbik anak ini, akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan dan kecerdasan emosi anak pada masa yang akan datang.

Sistim limbik anak usia dini, terutama *amygdala* mampu mengingat kejadian-kejadian emosional yang dialaminya dengan sangat baik. Sekalipun sistem kerjanya berada dibawah rspan tidak sadar, amygdala mampu mengingat kejadian-kejadian emosiaonal yang dialami dan dijadikan sebagai rujukan perilaku jika peristiwa sejenis terulang dimasa yang berbeda.

Pada anak usia dini, untuk dapat mengenal diri sendiri sebelum menjalin hubungan dengan teman atau orang dewasa, anak perlu memahami dasar-dasar emosi yang disebut sebagai emosi primer. Emosi primer merupakan emosi-emosi dasar yang telah dimiliki oleh manusia semenjak mereka dilahirkan. Meskipun para psikolog mempunyai pandangan yang berbeda tentang apa saja yang termasuk dalam emosi primer, jenis emosi primer umumnya meliputi rasa takut (*fear*), marah (*anger*), sedih (*sadness*), senang(*joy*), terkejut (*surprise*), jijik (*disgust*) dan sebel(*contempt*). Pada anak anak, emosi emosi tersebut akan memiliki pola fisiologis yang berbeda-beda dan menghasilkan ekspresi wajah yang berbeda-beda pula. Namun situasi yang menimbulkan emosi-emosi tersebut hampir semua bersifat umum diseluruh dunia. Dibagian manapun anak itu berada. Kesedihan pada anak akan mengikuti persepsi kehilangan barang atau saat berpisah dengan orang terdekatnya baik itu orang tua atau pengasuh. Rasa takut akan mengikuti persepsi anak yang mendapat ancaman atau disakiti teman dan orang lain. Rasa marah juga psti akan muncul bila seorang anak mendapatkan penghinaan atau diperlakukan tidak adil oleh siapapun. Sebaliknya emosi sekunder pada anak, merupakan semua bentuk asli ataupun variasi dan campuran dari berbagai emosi antara satu kebiasaan dan budaya lainnya yang berkembang secara bertahap sesuai dengan tingkat dan tahap perkembangan kognitif dari seorang anak.



Bagan 1.proses perkembangan emosi anak

Tujuan akhir dari pengasuhan berbasis otak pada anak usia dini adalah terbentuknya pribadi yang cakap emosi. Cakap emosi merupakan kondisi dimana anak usia dini mampu mengenali gejala-gejala emosi yang terjadi dan berubah pada dirinya, serta mampu melabelinya. Jika seorang anak usia dini sudah mampu mengenali dan melabeli emosi dirinya, diharapkan akan mampu melewati tahapan kecerdasan emosi selanjtnya sejalan dengan pilar pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini sesuai tahapannya.





## **Kesimpulan**

Dari beberapa kajian teori dan kondisi nyata yang umum terjadi pada perkembangan emosi anak usia dini, didapatkan simpulan bahwa pengasuhan berbasis otak merupakan proses mengenal dan memahami tumbuh dan kembang perilaku neuron dalam sirkuit-sirkuit otak anak, terutama pada masa awal-awal pertumbuhan dan perkembangannya. Sangat penting bagi setiap pendidik, baik itu guru, orang tua dan pengasuh mengerti dan memahami bagaimana otak anak dan otak dirinya bekerja, dan berupaya menerapkan tahap pengenalan anak pada berbagai bentuk dan gejala emosi dasar manusia, sebagai bekal perkembangan emosi tahap selanjutnya, menuju terwujudnya tujuan pendidikan anak usia dini.



## Daftar Pustaka

- Ahmadi, Abu, *Psikologi Umum*, Jakarta, Rineka Cipta, cet ke-3 2003.
- Bregnnan, James, F, *Sejarah dan Sistem Psikologi*, Jakarta, PT Rajagrafindo Persada, edisi ke-6, 2006.
- Fagan, Thomas K, "Field Experience" Thomas K. Fagan and Paul G. Warden (ed.). *Historical Encyclopedia of School Psychology*, USA, Greenwood Publishing Group. 1996.
- Kalat, James W, *Introduction to Psychology*, USA, Cengage Learning, edisi ke-10, 2014.
- Plotnik, Rod dan Haig Kouyoumdjian, *Introduction to Psychology*, USA, Cengage Learning, edisi ke-10, 2014.
- Schultz, Duane dan Sydney Schultz, *A History of Modern Psychology*, USA, Cengage Learning, 2012.
- Wade, Carole dan Carol Tavris, *Psikologi*, Jakarta, Erlangga, Edisi ke-9, 2007

