

PROGRAM INTERVENSI DINI BERSUMBER DAYA KELUARGA PADA ANAK DENGAN HAMBATAN PERKEMBANGAN EMOSI

¹Ali Bachtiar, ²Asrorul Mais, ³Rosika Novia Megaswarie

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Luar Biasa, Universitas PGRI Argopuro Jember

Email: chika.phia@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan program intervensi dini bersumber daya keluarga pada anak dengan hambatan perkembangan emosi. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif pada satu keluarga yang memiliki anak usia enam tahun dengan hambatan perkembangan emosi. Pelaksanaan program intervensi dilakukan selama enam minggu di lingkungan rumah. Data dikumpulkan melalui dokumentasi, wawancara, dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketika orang tua berpartisipasi secara aktif dalam aktivitas seperti permainan emosi, jadwal visual, dan relaksasi, dapat mengembangkan kemampuan anak untuk mengidentifikasi dan mengelola emosinya. Program intervensi dini bersumber daya keluarga ini juga mengembangkan kemampuan orang tua untuk merespons emosi anak dengan sabar dan tepat. Intervensi dini berbasis keluarga telah terbukti dapat diterapkan untuk mendidik anak usia dini, terutama pada anak dengan hambatan perkembangan emosi.

Kata Kunci: Intervensi Dini, Hambatan Perkembangan Emosi, Sumber Daya Keluarga.

ABSTRACT

This research aims to describe the implementation of a family-based early intervention program in children with developmental emotional delays. A descriptive qualitative approach was employed, involving one family with a six-year-old child with developmental emotional delays. Data were collected through observation, interviews, and documentation over six weeks of home-based intervention. The results showed that parental involvement in emotional play, visual schedules, and relaxation techniques positively impacted the child's ability to recognize and manage emotions. The program also improved parents' capacity to respond to their child's emotional needs with patience and understanding. Family-centered early intervention proved to be effective and contextually relevant for early childhood education, especially children with developmental emotional delays.

Keywords: Early Intervention, Family Based, Developmental Emotional Delays.

PENDAHULUAN

Anak dengan hambatan perkembangan emosi mengalami kesulitan dalam mengelola perasaan mereka, membangun hubungan sosial yang sehat, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan mereka. Dalam berbagai situasi, mereka cenderung berperilaku menarik diri,

agresif, mudah marah, atau menangis berlebihan. Hambatan ini dapat muncul sejak usia dini dan seringkali tidak terdeteksi karena gejalanya halus dan dianggap sebagai bagian dari perkembangan anak. Agar anak-anak dengan gangguan emosi dapat berfungsi secara sosial dan akademik, Kristiana & Widayanti (2021) mengatakan bahwa mereka membutuhkan pendekatan pengasuhan dan stimulasi yang berbeda dari anak-anak pada umumnya.

Perkembangan bahasa, kognitif, dan sosial dapat dipengaruhi oleh perkembangan emosional yang terganggu. Anak sering kesulitan berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, menanggapi petunjuk, atau bermain bersama teman sebaya. Selain itu, ketidakaturan emosi dapat menyebabkan perilaku menyimpang, yang menghambat kemampuan anak untuk belajar. Usia dini merupakan periode penting dalam perkembangan emosi seseorang, sehingga deteksi dini dan penanganan yang tepat sangat penting. Seperti yang dinyatakan oleh Cici & Supriadi (2024), pada usia prasekolah, fondasi emosi, kelekatan dengan orang tua, dan regulasi perilaku mulai muncul dan membentuk kepribadian anak. Salah satu upaya yang tepat untuk menangani hambatan pada anak adalah dengan intervensi dini.

Intervensi dini merupakan strategi untuk memperbaiki keterlambatan atau kesulitan emosi anak sebelum mereka memasuki usia sekolah. Untuk mengurangi efek jangka panjang dari hambatan tersebut, metode ini digunakan secepat mungkin setelah gejala ditemukan. Intervensi dini tidak hanya membantu anak mengatasi perilaku negatif, tetapi juga membangun hubungan yang baik antara dia dan orang tua, saudara, dan gurunya. Hermawan & Sadiyah (2025) menekankan bahwa keberhasilan intervensi dini sangat bergantung pada partisipasi aktif dari organisasi yang mendukung anak.

Berdasarkan observasi yang dilakukan dalam sebuah keluarga yang memiliki anak dengan hambatan emosi. Anak menunjukkan perilaku seperti menangis berlebihan, menarik diri, dan mudah marah dalam interaksi sosial. Perilaku ini telah diamati oleh orang tua sejak anak berusia tiga tahun dan belum mendapatkan penanganan psikologis secara formal.

Orang tua seringkali bingung dan frustrasi ketika mereka menghadapi anak yang mengalami kesulitan emosi. Pola asuh yang tidak konsisten sering terjadi karena ketidaktahuan dalam mengelola perilaku anak dan kurangnya akses informasi. Keluarga lebih cenderung memberikan pengasuhan yang otoriter atau terlalu permisif, yang dapat memperburuk emosi anak. Menurut Kurniawan & Sulistyarini (2016), metode pola asuh yang tepat dan terarah akan sangat membantu dalam membangun ketahanan emosi anak.

Ketika tidak ada dukungan dalam sebuah keluarga yang memiliki anak dengan hambatan perkembangan emosi, maka akan muncul tekanan emosional, yang mengganggu keharmonisan rumah tangga. Rakhmaniar (2023) menemukan bahwa keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus sering mengalami stres komunikasi, yang berdampak pada interaksi sehari-hari. Sebaliknya, jika keluarga dimasukkan ke dalam sistem intervensi, hasilnya akan jauh lebih baik dan bertahan lama. Saragih dan Susetyo (2022) menyatakan bahwa partisipasi keluarga dalam setiap tahap intervensi, dari perencanaan hingga pelaksanaan, berdampak langsung pada keberhasilan perkembangan anak.

Intervensi dini berbasis keluarga merupakan pendekatan yang menempatkan keluarga sebagai pusat strategi dan pengambilan keputusan. Metode ini menggunakan sumber daya dalam keluarga seperti kasih sayang, waktu, dan pengetahuan tentang anak. Keluarga dalam model ini merupakan peran penting dalam mendampingi proses pembelajaran anak, bukan sekadar pendukung. Sinaga (2021) menekankan bahwa tugas konselor atau fasilitator hanya membantu dalam membuat dan menilai program keluarga.

Selain itu, program intervensi dini berbasis keluarga memungkinkan pendekatan yang fleksibel karena dilakukan di lingkungan yang tidak asing bagi anak. Lingkungan tersebut memfasilitasi adanya kelekatan emosional yang kuat dengan pengasuh utama. Lingkungan rumah dianggap sebagai tempat terbaik bagi anak untuk belajar mengelola emosi. Misalnya, psikopendidikan keluarga telah terbukti menurunkan kecemasan orang tua dan meningkatkan pemahaman keluarga tentang kondisi anak. Pulungan & Wardani (2022) menyatakan bahwa program ini berfokus pada meningkatkan hubungan emosional dalam keluarga, keterampilan pengendalian stres, dan pendidikan.

Aktivitas intervensi dapat berupa aktivitas sehari-hari seperti bermain bersama, membacakan cerita, atau belajar mengenali emosi dengan media gambar atau boneka. Aktivitas ini disesuaikan dengan karakteristik anak dan budaya keluarga. Program intervensi juga mengajarkan regulasi emosi dengan teknik sederhana seperti napas dalam, waktu tenang, atau pelabelan emosi. Orang tua dilatih dan dilibatkan dalam mengidentifikasi emosi anak dan memberikan respons yang tepat.

Perlu diingat bahwa faktor internal anak bukan satu-satunya penyebab kesulitan emosi. Pola komunikasi keluarga juga memengaruhi hal ini. Oleh karena itu, mengubah lingkungan sosial emosional rumah tangga adalah bagian penting dari pemulihan. Akses intervensi dini berbasis keluarga dapat dimasukkan ke dalam program Posyandu, PAUD, atau layanan berbasis komunitas. Menurut Khairunnisa et al., (2024) untuk memastikan kesinambungan program, kerja sama antara pendidik dan keluarga sangat penting.

Dalam menangani anak dengan hambatan perkembangan, termasuk hambatan perkembangan emosi, kualitas hidup keluarga (FQOL) mencakup kepuasan keluarga dalam menjalankan fungsi pengasuhan, kesejahteraan fisik dan emosional, dukungan sosial, dan kemampuan ekonomi keluarga memiliki peran penting. Menurut Zuna et al., (2010), FQoL berfokus pada seberapa berdaya keluarga, puas, dan mampu mendukung perkembangan optimal anak. Pulungan & Wardani (2022) menyatakan bahwa FQOL juga mencerminkan keseimbangan antara hak orang tua untuk hidup bermakna dan sejahtera dan peran orang tua sebagai pengasuh. Oleh karena itu, program intervensi tidak hanya diukur dari perubahan perilaku anak, tetapi juga dari peningkatan kualitas hidup keluarga sebagai sistem yang saling memengaruhi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif karena bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis pelaksanaan intervensi, respons anak, dan keterlibatan keluarga tanpa memanipulasi variabel. Metode ini juga cocok dengan penelitian berbasis tindakan keluarga, yang berfokus pada detail dalam satu kasus daripada generalisasi. Keluarga yang memiliki anak usia enam tahun dengan masalah perkembangan emosi adalah subjek penelitian ini. Subjek dipilih secara purposive dengan kriteria bahwa keluarga tersebut bersedia mengikuti program intervensi dan terlibat aktif dalam kegiatan pengasuhan harian anak. Keluarga yang dipilih terdiri dari ayah, ibu, dan satu anak yang kesulitan mengendalikan emosinya. Program intervensi berlangsung selama enam minggu. Untuk pengumpulan data, penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi kegiatan intervensi. Wawancara terhadap orang tua dilakukan secara berkala dalam tiga sesi, masing-masing berdurasi 10-20 menit.

Penelitian ini menggunakan lingkungan rumah sebagai lokasi intervensi. Lokasi ini dipilih karena merupakan tempat yang nyaman dan alami bagi anak, sehingga pelaksanaan intervensi lebih alami dan tidak menimbulkan kecemasan berlebihan pada anak. Intervensi yang dilakukan berbasis aktivitas rutin keluarga yang dimodifikasi untuk membantu anak mengendalikan emosi mereka, seperti berpartisipasi dalam kegiatan pagi bersama, mempelajari ekspresi wajah, dan menggunakan gambar emosi untuk menyampaikan perasaan. Intervensi ini dirancang menggunakan pendekatan psikopedagogik keluarga.

Fokus utama penelitian ini adalah peran orang tua sebagai fasilitator utama intervensi. Dalam pelaksanaan intervensi, peneliti memberikan lembar kegiatan berupa instrumen program intervensi dini dan kalender pelaksanaan mingguan kepada orang tua. Panduan ini dibuat berdasarkan hasil evaluasi awal kebutuhan keluarga dan kemampuan anak untuk menunjukkan emosi mereka. Instrumen tersebut disajikan pada tabel di bawah ini:

Tabel 1.
Instrumen Program Intervensi Dini Bersumberdaya Keluarga pada Anak dengan Hambatan Perkembangan Emosi

No	Aktivitas	Tujuan	Sumber Belajar	Respons Anak	Catatan
1.	Mengenali ekspresi wajah	Anak mampu mengenal emosi dasar: a. Bahagia b. Sedih c. Marah d. takut	Gambar ekspresi wajah Bahagia, sedih, marah, takut		
2.	Menyampaikan perasaan	Anak dapat mengungkapkan emosi secara verbal/non-verbal	Kartu ekspresi / pertanyaan Contoh: "Bagaimana jika ada yang mengambil mainanmu?"		
3.	Cerita bersama keluarga	Membangun keterikatan dan suasana positif	Buku cerita bergambar ketika duduk bersama		
4.	Bermain peran	Anak belajar bereaksi sesuai situasi sosial	Boneka tangan, drama kecil		
5.	Relaksasi sederhana	Anak belajar menenangkan diri saat emosi meningkat	Teknik napas dalam dan waktu tenang		

Data yang diperoleh dari hasil observasi, dibuat catatan dan dikategorikan berdasarkan tema besar, seperti ekspresi emosi anak, respons orang tua, dinamika keluarga, dan hambatan dalam pelaksanaan kegiatan, untuk menganalisis data yang diperoleh dari observasi. Wawancara ditranskrip secara verbatim dan dianalisis bersamaan dengan data observasi.

HASIL PENELITIAN

Intervensi ini dimulai dengan mengenalkan program kepada orang tua melalui pendampingan di rumah. Keluarga yang disurvei menyatakan bahwa mereka siap untuk mengikuti program dan sangat senang karena mereka belum pernah mendapatkan pendampingan berbasis keluarga sebelumnya. Anak sering mengalami ledakan emosi, seperti menangis tanpa alasan dan menolak berinteraksi dengan anggota keluarga lainnya, karena kondisi awal anak.

Minggu pertama intervensi, orang tua dilibatkan dan diajarkan untuk mengidentifikasi ekspresi emosi. Anak diperlihatkan kartu ekspresi wajah dan diminta menunjuk wajah yang sesuai dengan perasaannya. Pada awalnya, anak tampak bingung dan tidak menanggapi, tetapi seiring berlanjut, dia mulai tertarik dengan gambar dan meniru ekspresi wajah tertentu secara spontan.

Orang tua dengan rajin mengikuti panduan kegiatan, terutama mengenai penentuan waktu untuk bermain bersama. Aktivitas bercerita setiap pagi dirancang untuk menciptakan suasana tenang sebelum anak memulai hari. Observasi menunjukkan bahwa anak lebih mudah diarahkan ketika kegiatan dimulai dengan cerita dan pelukan dari orang tua.

Kegiatan menyampaikan perasaan juga menunjukkan respons positif. Pada minggu kedua, anak tidak hanya menangis atau berteriak, tetapi mulai menunjukkan ketidaksukaannya dengan ekspresi wajah dan isyarat tangan. Anak mulai mengucapkan kata-kata sederhana seperti "tidak" atau "marah", menurut orang tua.

Berdasarkan hasil wawancara, orang tua menyampaikan bahwa orang tua belajar mengenali hal-hal yang menyebabkan emosi anaknya, seperti suara keras atau perubahan rutinitas yang tiba-tiba. Sebagai umpan balik, orang tua mulai membuat rutinitas yang terorganisir dengan menggunakan jadwal yang ditempelkan di dinding ruang keluarga.

Aktivitas bermain peran mengembangkan empati dan pemahaman situasi sosial. Anak-anak mulai menunjukkan ketertarikan terhadap boneka tangan dan secara bertahap mengikuti jalan cerita yang dimainkan orang tua mereka. Anak terlihat mampu mengikuti peran "ibu" dan "adik" secara imajinatif dari video yang dilihatnya.

Program relaksasi mulai diterapkan pada minggu ketiga. Setiap sore, anak tampak lebih tenang setelah bermain dengan teknik napas dalam dan waktu duduk tenang selama tiga menit. Orang tua mengatakan bahwa setelah sesi ini, anak lebih mudah diajak tidur malam. Anak juga lebih mampu berinteraksi dengan saudara kandungnya. Anak mampu berbagi mainan dengan cepat selama kegiatan bermain bersama dan tidak menangis saat terjadi konflik kecil. Orang tua juga menyadari perubahan pola pada diri anak, yaitu anak mulai mau menunggu giliran.

Anak mampu menunjukkan rasa kecewanya dengan mengatakan "aku sedih" daripada menangis keras adalah salah satu tanda keberhasilan. Hal ini terjadi pada minggu keempat dan merupakan kemajuan besar dalam pengembangan regulasi emosi.

Berdasarkan catatan mingguan, anak mulai memahami emosi orang lain. Anak itu menghampiri dan memeluk ibunya saat ceritanya berpura-pura sedih. Sebelumnya, anak tidak pernah menunjukkan respons ini kepada orang tuanya atau orang lain.

Ketidakkonsistenan waktu pelaksanaan saat orang tua bekerja merupakan hambatan yang muncul ketika pelaksanaan intervensi. Kegiatan tidak dapat dilakukan dalam dua hari, dan anak tampak bingung lagi tentang perubahan rutinitas. Hal ini memberi keluarga pelajaran penting tentang pentingnya tetap konsisten.

Triangulasi data menunjukkan bahwa hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi konsisten. Sesuai dengan prinsip intervensi, akan terjadi perubahan perilaku emosi anak secara bertahap tetapi konsisten.

Peneliti menemukan bahwa kedekatan emosional antara orang tua dan anak meningkat selama program berlangsung. Ini terlihat dari kontak mata yang lebih intens, sentuhan fisik, dan ekspresi kasih sayang yang ditunjukkan oleh orang tua dan anak. Perubahan cara orang tua melihat anak adalah salah satu temuan yang signifikan. Orang tua awalnya menganggap anak "sulit dikendalikan", tetapi pada akhir wawancara, mereka mengatakan bahwa "anak kami sebenarnya sensitif dan butuh bantuan untuk menamai emosinya."

Program intervensi dini yang melibatkan keluarga juga memengaruhi dinamika keluarga secara keseluruhan. Hubungan pasangan suami istri menjadi lebih baik karena mereka mulai membagi peran dan mendukung satu sama lain selama proses intervensi.

Observasi lanjutan menunjukkan bahwa anak-anak mulai belajar memproyeksikan perasaan mereka ke dalam permainan. Dalam satu sesi, anak menggunakan boneka untuk mengatakan "marah-marah terus", yang menunjukkan bahwa dia memiliki kemampuan untuk merefleksikan pengalaman emosional.

Selain itu, reaksi anak terhadap pujian berubah. Jika dia biasanya diam atau tidak menanggapi pujian, sekarang dia bisa tersenyum dan bahkan mengatakan "terima kasih" saat orang tua memberinya penguatan positif.

Secara umum, semua tujuan dari instrument program intervensi dini tercapai pada minggu keenam, meskipun beberapa tidak menunjukkan pencapaian penuh. Namun, konsistensi respons dan perilaku positif adalah tanda keberhasilan program. Selain itu, orang tua juga lebih percaya diri dalam menangani ledakan emosi negatif anak, karena mereka memiliki pemahaman yang lebih baik. Orang tua juga menyatakan keinginan mereka untuk mempertahankan metode ini meskipun program telah berakhir.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, metode intervensi dini berbasis keluarga membantu anak mengendalikan perasaan mereka. Hasil ini sejalan dengan penelitian Pulungan & Wardani (2022) yang menemukan bahwa keterlibatan orang tua dalam pembelajaran anak secara teratur meningkatkan kestabilan perilaku dan kelekatan emosional. Anak dalam penelitian ini menunjukkan perkembangan dalam mengekspresikan perasaan melalui kata-kata dan ekspresi sederhana. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan emosi dapat distimulasi secara alami melalui intervensi oleh keluarga di rumah. Faktor pendukung utama adalah lingkungan yang familiar, tempat anak tinggal.

Partisipasi aktif keluarga sangat penting untuk keberhasilan program. Saragih & Susetyo (2022) menyatakan bahwa intervensi hanya akan efektif jika keluarga terlibat sebagai fasilitator utama dan bukan hanya sebagai pengawas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perubahan cara orang tua melihat dan memperlakukan anak mereka setelah mengikuti program. Mereka mulai memahami bahwa tantrum anak bukan kenakalan; itu adalah kegagalan untuk mengungkapkan emosi. Perubahan ini sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang ramah.

Teknik visual seperti kartu ekspresi dan bermain peran sangat efektif dalam mengembangkan pemahaman anak tentang emosi dasar. Metode visual konkret membantu

anak usia dini memahami konsep abstrak seperti emosi (Kristiana & Widayanti, 2021). Anak belajar membedakan antara emosi senang, marah, dan sedih selama program ini. Keberhasilan ini membuktikan bahwa alat bantu visual sangat berguna untuk membantu intervensi berbasis keluarga. Selain itu, orang tua mengatakan bahwa berinteraksi dengan anak lebih mudah dengan media gambar.

Aktivitas bercerita di pagi hari membantu menciptakan rutinitas dan memperkuat hubungan emosional. Kegiatan ini memungkinkan orang tua dan anak menghabiskan waktu khusus bersama. Sebagaimana ditunjukkan oleh Lestari d& Fitriana (2023), rutinitas yang bermakna dapat membantu anak-anak memperoleh stabilitas emosional. Anak dalam penelitian ini menunjukkan perubahan ketika dia memulai hari dengan lebih santai dan mampu bekerja sama. Konsep keteraturan dan prediktabilitas dalam diri anak secara tidak langsung diperkuat oleh intervensi yang telah dilaksanakan ini.

Intervensi berbasis rumah memungkinkan pengamatan perilaku anak di dunia nyata. Aktivitas ini memungkinkan pemantauan secara alami dan holistik, berbeda dengan pendekatan klinis yang terbatas pada ruang terapi. Menurut Rohmah (2021), lingkungan alami sangat menentukan intervensi pada anak usia dini dapat dilakukan atau tidak. Perubahan perilaku anak dalam penelitian ini terjadi secara bertahap dan stabil sebagai hasil dari intervensi sehari-hari yang biasa. Rumah membuat anak merasa aman dan memungkinkan mereka untuk berbicara dan mengekspresikan perasaannya secara bebas.

Konsistensi jadwal pelaksanaan intervensi menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua. Ada saat-saat orang tua tidak dapat menyesuaikan jadwal dengan anak mereka karena mereka sibuk atau lelah. Ini sesuai dengan penelitian Rakhmaniar (2023), yang menunjukkan bahwa tekanan finansial dan emosional memengaruhi durasi program intervensi keluarga. Oleh karena itu, fleksibilitas dalam rancangan kegiatan sangat penting. Peneliti mengusulkan format yang dapat disesuaikan dengan rutinitas keluarga sambil mempertahankan tujuan utama.

Tolok ukur keberhasilan program intervensi dini terlihat dari respons anak dan kemampuan orang tua. Hasil wawancara dengan orang tua menyatakan bahwa orang tua tampak lebih santai, berpikir logis, dan sabar saat menghadapi gejala emosional anak mereka. Perubahan ini menunjukkan bahwa intervensi juga memengaruhi kualitas hidup keluarga. Keterlibatan dan pemberdayaan orang tua sangat penting untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga dalam konteks Quality of Life (FQOL).

Ketika bermain peran, anak menanggapi ekspresi sedih ibunya. Hal ini membuktikan bahwa dia mampu menunjukkan kemampuan empati. Salah satu jenis perkembangan emosi sosial yang sangat penting adalah kemampuan menunjukkan empati. Sinaga (2021) menyatakan bahwa empati tidak muncul secara kebetulan; sebaliknya, itu dibentuk melalui kebiasaan dan contoh yang diberikan oleh pengasuh utama secara teratur. Kesadaran sosial dasar anak didorong secara tidak langsung dalam intervensi ini. Perilaku ini adalah dasar bagi interaksi sosial yang sehat.

Intervensi juga menghasilkan hubungan yang lebih baik antara anak dan saudara kandung. Sebelumnya, anak sering berselisih dan menangis saat bermain, tetapi setelah beberapa minggu, mereka mulai mampu menunggu giliran dan berbagi. Ini menunjukkan bahwa pengendalian emosi berkaitan dengan perasaan pribadi dan hubungan interpersonal. Intervensi yang melibatkan anggota keluarga lain memperkuat ikatan sosial dan mengurangi konflik domestik.

Hasil observasi menunjukkan bahwa teknik relaksasi seperti mengambil napas dalam-dalam dan menghabiskan waktu untuk tenang adalah metode yang efektif untuk membantu anak menenangkan diri. Ini sejalan dengan pendekatan penyembuhan diri yang disarankan oleh psikologi perkembangan anak. Setelah sesi relaksasi, orang tua mengatakan anak-anak lebih mudah tidur dan tidak mudah marah. Ternyata metode sederhana ini sangat bermanfaat untuk diterapkan di rumah.

Selain itu, penelitian ini menyatakan bahwa anak mulai berbicara tentang alasan emosi mereka. Satu kali, anak itu mengatakan, "Aku marah karena adik ambil mainanku." Ini menunjukkan bahwa anak telah mencapai tahap yang sangat penting dari menandai dan mengaitkan perasaan. Menurut Cici & Supriadi (2024), kemampuan ini menunjukkan perkembangan emosional dan kognitif yang seimbang. Anak tidak hanya merasakan emosinya, tetapi dia juga memahami mengapa mereka terjadi.

Anak sangat menyukai kegiatan bermain peran sebagai metode belajar. Anak belajar menyusun narasi emosinya sendiri dengan menggunakan boneka dan cerita sederhana. Mereka menggunakan tokoh boneka untuk menunjukkan ketidaknyamanan dan kegembiraan. Permainan simbolik, menurut Hermawan & Sadiyah (2025), mempercepat perkembangan regulasi emosi anak-anak karena memberi mereka kesempatan untuk bereksperimen tanpa tekanan. Metode ini juga membantu anak mengeksplorasi emosi mereka secara kreatif.

Kegiatan ini meningkatkan keterlibatan emosional orang tua dengan anak dan juga memberikan pengalaman reflektif bagi mereka. Orang tua merasa dihargai karena membantu anak mereka belajar, bukan hanya sebagai pengawas. Selama proses ini, gagasan penguatan keluarga, seperti yang dijelaskan oleh Zuna et al., (2020), menjadi nyata. Keluarga sekarang menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan bermakna daripada hanya menunggu panduan dari ahli.

Penerapan visual schedule memberi anak struktur dan prediktabilitas. Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, orang tua menyatakan bahwa anak menjadi lebih tenang karena mengetahui kegiatan yang akan dilakukan. Teori rutinitas perkembangan anak menyatakan bahwa prediktabilitas memberi rasa aman. Menurut Khairunnisa et al. (2024), melakukan rutinitas visual sangat membantu anak-anak dengan masalah emosi. Anak menunjukkan reaksi positif terhadap gambar seperti bermain, tidur, dan mandi.

Dalam pelaksanaan program, untuk mengantisipasi kendala yang muncul di tengah program, seperti ketika orang tua lelah atau kehilangan motivasi, maka hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial kepada keluarga juga harus menjadi bagian dari intervensi. Program intervensi harus bekerja sama dengan sistem dukungan seperti guru, tetangga, atau komunitas, dan tidak boleh berdiri sendiri. Karena itu, keberlanjutan program lebih terjamin.

Intervensi memengaruhi persepsi anak terhadap dirinya sendiri. Setelah orang tua memuji anak, dia mulai menyebut dirinya sebagai "anak baik". Ini menunjukkan bahwa konsep diri yang sehat dapat dibangun melalui penguatan positif yang diberikan secara teratur. Menurut Kurniawan & Sulistyarini (2016), afirmasi dari lingkungan sekitar sangat memengaruhi kepercayaan diri anak usia dini.

Pelajaran penting dari penelitian ini adalah bahwa perubahan emosi anak tidak hanya bergantung pada strategi teknis; kehangatan hubungan dan konsistensi pola asuh juga penting. Intervensi dini harus dianggap sebagai perjalanan bersama keluarga. Dengan

demikian, program menjadi lebih kontekstual dan menyatu dengan dinamika kehidupan sehari-hari. Selain itu, peneliti menemukan bahwa refleksi orang tua berfungsi sebagai indikator keberhasilan program. Akhir-akhir ini, orang tua mengatakan bahwa mereka berharap untuk menjadi lebih sabar dan terus belajar memahami anak. Konsep ini menunjukkan bahwa peran berubah dari hanya sebagai pengasuh menjadi pembelajar dan pendamping emosional anak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang program intervensi dini bersumber daya keluarga menunjukkan bahwa metode ini dapat digunakan dalam membantu anak dengan hambatan perkembangan emosi. Perkembangan ekspresi dan pengelolaan emosi anak sangat dipengaruhi oleh keterlibatan aktif orang tua dalam kegiatan seperti pengenalan emosi, permainan peran, dan rutinitas harian. Anak menunjukkan perkembangan kemampuan untuk mengidentifikasi dan menyampaikan perasaan mereka, serta perkembangan kemampuan untuk merespons situasi sosial. Program ini tidak hanya berdampak pada anak, tetapi juga mengembangkan kesadaran orang tua, keterampilan, dan cara mereka menangani masalah emosi anak. Oleh karena itu, intervensi bersumber daya keluarga yang dilaksanakan di rumah adalah metode yang kontekstual, adaptif, dan aplikatif untuk mendukung perkembangan emosional anak usia dini, termasuk anak dengan hambatan perkembangan emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Cici, R., & Supriadi, A. (2024). Stimulasi Emosi Anak Usia Dini melalui Intervensi Orang Tua di Rumah. *Jurnal PAUD Inklusif*, 5(1), 45–54.
- Hermawan, A., & Sadiyah, N. (2025). Peran Permainan Simbolik dalam Regulasi Emosi Anak. *Jurnal Anak dan Perkembangan*, 4(1), 10–20.
- Hermawan, R., & Sadiyah, N. (2025). Efektivitas Intervensi Dini Terpadu terhadap Anak dengan Gangguan Regulasi Emosi. *Jurnal Intervensi Anak Usia Dini*, 6(1), 88–97.
- Khairunnisa, S., et al. (2024). Pengaruh Jadwal Visual terhadap Anak dengan Hambatan Emosi. *Jurnal Inovasi Pendidikan Khusus*, 5(1), 60–70.
- Khairunnisa, S., Lestari, M., & Ramdani, I. (2024). Kolaborasi Orang Tua dan Guru dalam Intervensi Emosi Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Pendidikan Anak Spesial*, 4(2), 110–121.
- Kristiana, D., & Widayanti, A. (2021). Pendekatan Visual untuk Pengembangan Regulasi Emosi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 30–41.
- Kristiana, E., & Widayanti, A. (2021). Kebutuhan Dukungan Emosional bagi Anak dengan Gangguan Perilaku di Lingkungan Keluarga. *Jurnal Pendidikan Luar Biasa Indonesia*, 3(1), 23–34.
- Kurniawan, A., & Sulistyarini, S. (2016). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Regulasi Emosi Anak Usia Dini. *Jurnal Psikologi Perkembangan Anak*, 8(1), 40–48.
- Kurniawan, D., & Sulistyarini, A. (2016). Afirmasi Positif dan Pembentukan Konsep Diri Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 1(2), 55–63.
- Lestari, M., & Fitriana, D. (2023). Peran Rutinitas Keluarga dalam Regulasi Emosi Anak. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Anak*, 6(2), 80–89.

- Pulungan, H., & Wardani, T. (2022). Family Psychoeducation dalam Pendampingan Emosi Anak Tunalaras. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(1), 67–76.
- Pulungan, H., & Wardani, T. (2022). Peningkatan Kualitas Hidup Keluarga melalui Intervensi Emosi Anak Tunalaras. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(1), 67–76.
- Puspitasari, Y. (2020). Etika Penelitian pada Anak Berkebutuhan Khusus dalam Konteks Keluarga. *Jurnal Pendidikan Inklusif Nusantara*, 2(1), 25–32.
- Rakhmaniar, N. (2023). Stres Komunikasi dalam Keluarga Anak Berkebutuhan Khusus dan Strategi Penanganannya. *Jurnal Psikologi dan Keluarga*, 5(2), 100–110.
- Rakhmaniar, N. (2023). Tantangan Orang Tua dalam Menjalankan Intervensi Emosi Anak. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 5(1), 45–54.
- Rohmah, N. (2021). Validitas Intervensi Anak Usia Dini dalam Konteks Rumah. *Jurnal Ilmu Pendidikan Luar Biasa*, 3(2), 145–155.
- Safitri, R. (2021). Strategi Pelabelan Emosi Anak Usia Dini Melalui Intervensi Orang Tua. *Jurnal Pendidikan Inklusif*, 2(3), 101–109.
- Saragih, B., & Susetyo, D. (2022). Keterlibatan Keluarga dalam Intervensi Anak dengan Gangguan Perkembangan. *Jurnal Intervensi dan Rehabilitasi Anak*, 6(1), 33–44.
- Sinaga, I. P. (2021). Peran Keluarga sebagai Agen Utama dalam Intervensi Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Pengasuhan Khusus*, 3(1), 56–65.
- Sinaga, Y. (2021). Pembentukan Empati Anak Melalui Interaksi Keluarga. *Jurnal Pendidikan Karakter Anak*, 2(1), 22–30.