

ANALISIS KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI ANAK USIA 5-6 TAHUN (*LITERATURE RIVIEW*)

Resti Maulinda¹, Heri Yusuf Muslihin², Sumardi³

¹Program Studi PGPAUD UPI Kampus Tasikmalaya

²Program Studi PGPAUD UPI Kampus Tasikmalaya

³Program Studi PGPAUD UPI Kampus Tasikmalaya

Email: restimaulinda@gmail.com

(Received: Mei 2020; Accepted: November 2020; Published: Desember 2020)

ABSTRACT

Early childhood ability in managing self-emotion is part of the maturation of the child's emotional development during the transition from pre-operation to a period of concrete operations. Early childhood abilities in managing their own emotions can be seen from the dimensions of children's capabilities in harnessing their emotions positively, emotion-managing ability in accordance with the situation and condition of themselves, and self-defense capability of the child itself in various forms of children's self-issue positions properly. In the ability to manage children's emotions, parents have an important role in helping their development. The purpose of the research is to find out to what extent children are able to manage emotions in themselves which certainly can be done with some effort to increase these abilities. In this study using a descriptive qualitative approach by using a type of literature review method or literature study. The data obtained in this study is from the results of the analysis of several journals that are relevant to the topic of the researcher's problem. The results of research conducted by analyzing several journals can be concluded that the ability to manage children's emotions is seen from how big the role of parents in helping develop these abilities.

Keywords: *Early Childhood, Emotion, Parents and Teacher.*

ABSTRAK

Kemampuan anak usia dini mengelola emosi diri merupakan bagian dari pematangan perkembangan emosi anak dimasa peralihan dari pra operasional memasuki masa operasional konkret. Kemampuan anak usia dini dalam mengelola emosi dirinya sendiri dapat dilihat dari dimensi kemampuan anak dalam memanfaatkan emosi diri secara positif, kemampuan mengatur emosi sesuai dengan situasi dan kondisi diri, dan kemampuan pertahanan diri anak itu sendiri dalam berbagai bentuk posisi persoalan diri anak secara wajar. Dalam kemampuan mengelola emosi anak, orang tua memiliki peranan penting dalam membantu perkembangannya. Banyak hal atau strategi yang dapat dilakukan oleh orang tua dalam memberikan stimulasi kepada anak agar mereka mampu mengoptimalkan kemampuan mengelola emosi dalam dirinya yang tentunya hal tersebut akan berpengaruh terhadap proses sosial anak. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui sudah sejauh mana anak mampu mengelola emosi dalam dirinya yang tentunya dapat di lakukan dengan beberapa upaya untuk meningkatnya kemampuan tersebut. Maka dari itu, peneliti mengumpulkan beberapa sumber analisis beberapa jurnal yang berasal dari penelitian sebelumnya. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan menggunakan jenis metode studi literatur (*literature review*) atau studi kepustakaan. Data yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu dari hasil analisis beberapa jurnal yang relevan dengan topik permasalahan peneliti. Hasil penelitian yang dilakukan dengan cara menganalisis beberapa jurnal dapat disimpulkan bahwa kemampuan mengelola emosi anak itu dilihat dari seberapa besar peran orang tua dalam membantu mengembangkannya tersebut. Selain itu, dapat di lakukan juga dengan beberapa metode yang dapat di lakukan baik itu orang tua ataupun guru sebagai orang yang berpera dalam membantu perkembangannya.

Keywords: Anak Usia Dini, Emosi, Orang Tua dan Guru.

1. PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan anak yang berada pada usia keemasan (*golden age*). Usia ini merupakan usia yang sangat penting bagi perkembangan anak. Menurut Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar PAUD, anak usia dini adalah anak yang berusia kisaran 0-6 tahun. Periode emas ini sekaligus merupakan periode kritis bagi anak saat perkembangannya yang didapatkan pada periode ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan pada periode berikutnya hingga masa dewasanya. Undang – undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 14 menyatakan 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 (Permendiknas No.58 Tahun 2009).”

Sejalan dengan itu, Montessori dalam Sujiono (2005) mengatakan bahwa masa ini merupakan periode sensitif (*sensitive periods*), selama masa inilah anak secara khusus mudah menerima stimulus-respon dari lingkungannya. Pertumbuhan dan perkembangan anak pada usia dini, bahkan sejak dalam kandungan sangat menentukan derajat kualitas kesehatan, intelegensi, kematangan emosional, dan produktivitas pada tahap berikutnya. Dengan demikian investasi pengembangan anak usia dini merupakan investasi yang sangat penting bagi sumber daya manusia yang berkualitas. Adapaun faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan anak di antaranya faktor genetik, faktor lingkungan, faktor *postnatal*, lingkungan sosial, lingkungan keluarga dan adat istiadat.

Perkembangan anak merupakan suatu perubahan yang berlangsung seumur hidup dengan bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan gerakan kasar maupun gerakan halus. Salah

satu aspek perkembangan anak yang sangat penting adalah kecerdasan emosional (Veronicha, 2013, hlm. 2). Terdapat dua faktor yang mampu mempengaruhi kecerdasan emosional, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal berasal dari faktor bawaan seperti psikis anak, sedangkan faktor eksternal berasal dari lingkungan saat anak dibesarkan termasuk orang tua sebagai lingkungan yang paling dekat dengan anak. Menurut Salovey dan Mayer (dalam Mashar, 2011, hlm. 61) menjelaskan tentang aspek-aspek yang terdapat dalam kecerdasan emosional, diantaranya: mengendalikan amarah, kemampuan memecahkan masalah pribadi, mengungkapkan dan memahami perasaan, empati, ketekunan, kemandirian, kesetiakawanan, sikap hormat dan keramahan.

Dilihat dari kondisi di lapangan, bahwasannya masih terdapat anak yang pada usianya belum mampu mengelola kemampuan emosinya. Hal tersebut terjadi dari beberapa faktor di antaranya kurangnya kecakapan diri dalam menghadapi suatu persoalan yang diolah oleh diri sendiri dan diluapkan dengan tindakan dalam jangka waktu sesuai dengan kemampuan dirinya. Selain itu, di zaman sekarang kebanyakan orang tua tidak terlalu memberikan ruang waktu untuk menjalin kedekatan dengan anak secara emosional. Orang tua terlalu sibuk dengan pekerjaannya masing-masing sehingga kurang memperhatikan anak secara psikis sehingga anak terlihat mencerminkan perilaku kurang baik. Karena pada dasarnya bertindak dan kemampuan anak menentukan pilihan sangat dipengaruhi oleh norma dan lingkungan sosial yang berlaku di lingkungan tempat anak tinggal.

Untuk mendukung perkembangan pengelolaan emosi anak, guru dan orang tua harus bisa membantu anak dalam mengolah emosinya ke sisi yang lebih positif. Jika tidak dibiasakan seperti itu, maka anak tidak akan mampu mengelola emosi dalam dirinya ke arah lebih positif yang nantinya akan berpengaruh terhadap dirinya sendiri dikemudian hari. Perkembangan mengelola

emosi pada anak bisa berkembang dengan baik jika berada di lingkungan yang memiliki sikap pengelolaan emosi yang tinggi, biasanya perkembangan mengelola emosi anak akan menyesuaikan sesuai dengan lingkungannya. Ini akan sangat berpengaruh pada keseharian anak saat berinteraksi dan membuat anak menjadi baik dan mencegah perilaku negatif.

Dari penelitian sebelumnya mengenai pengelolaan emosi menurut (Goleman, 2016) mengemukakan bahwa emosi selalu berkaitan dengan aspek sosial yang terdapat aspek-aspek perilaku dari ungkapan perasaan individu terhadap lingkungan. Maka lingkungan perlu dioptimalkan agar mendukung dalam pembiasaan diri berupa stimulus secara tepat sehingga akan tertanam dalam diri setiap anak sejak usia dini. Maka dari itu, kondisi sosial anak mampu mempengaruhi kondisi emosi dalam diri anak sehingga kita harus mengelola kondisi lingkungan sosial anak dengan sebaik mungkin agar tidak berdampak buruk terhadap diri anak.

Selanjutnya, dalam Hasnida (2014, hlm. 144) mengungkapkan kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi dan pengaruh yang manusiawi. Substansi dari kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan dan memahami untuk kemudian disikapi secara manusiawi. Orang yang *EQ*-nya baik, dapat memahami perasaan orang lain, dapat membaca yang tersurat dan yang tersirat, dapat menangkap bahasa verbal dan non-verbal.

Penelitian yang dilakukan oleh Starry Kireida Kusnendi (2019) menyatakan bahwa adanya peningkatan keterampilan orang tua mengenai cara merespon emosi negatif anak tunarungu dengan menggunakan metode *parental emotional coaching*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sarry & Ervika (2018) menyebutkan bahwa *parental emotional coaching* efektif bagi orang tua untuk meningkatkan kemampuan menghadapi emosi negatif anak tunarungu. Selain itu, penelitian

yang dilakukan oleh Novita Wahyuningsih, dkk (2020) hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa penerapan metode hypnoteaching, kemampuan mengelola emosi pada anak dapat meningkat. Peningkatan tersebut terlihat pada setiap siklus dalam kemampuan mengelola emosi pada anak. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmadini, Nur Hazizah (2020) mengungkapkan bahwa penerapan model pembelajaran karpet printing terbukti dapat meningkatkan kecerdasan emosi anak.

Hasil beberapa teori dari para ahli serta penelitian sebelumnya mengenai pengelolaan emosi, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengelolaan emosi anak adalah suatu ungkapan perasaan dari setiap individu yang dipengaruhi oleh lingkungannya sendiri sehingga menimbulkan kecenderungan emosi yang tidak stabil dalam diri anak. Maka dari itu, anak akan mencari cara agar emosi yang ada dalam dirinya dapat diredam terlepas cara yang dilakukan oleh anak itu positif ataupun negatif.

Dengan adanya hal tersebut fokus permasalahan dalam penelitian ini peneliti tertarik mengambil judul mengenai “**Analisis Kemampuan Mengelola Emosi Pada Anak Usia 5-6 Tahun**”. Sehingga nantinya hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi beberapa pihak yang ingin mengetahui hasil dari kemampuan mengelola emosi pada anak dan dapat diketahui sejauh mana anak usia dini sudah mampu mengelola emosinya.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Perkembangan Anak Usia Dini

Perkembangan adalah pola perubahan yang dimulai sejak masa konsepsi dan berlanjut sepanjang kehidupan. Perkembangan berkaitan dengan hal-hal yang bersifat fungsional, sedangkan pertumbuhan bersifat biologis. Perihal perkembangan, bagi anak usia dini pada masa ini sangatlah menentukan. Karena segala kemampuan anak, pada masa perkembangan ini akan di asah dan di

kembangkan sesuai dengan masa tumbuh kembangnya. Semakin kita sering menstimulus perkembangan anak, maka segala kemampuan yang terdapat dalam diri anak akan muncul. Maka dari itu, seorang pendidik atau orangtua harus sangat memperhatikan perkembangan anak sejak masih usia dini.

Sejalan dengan itu, menurut Wulandari dkk (2016, hlm. 48) usia 0-6 tahun adalah usia yang sangat menentukan dalam pembentukan karakter baik sikap, perilaku, dan kepribadian seorang anak di masa depan. Pengembangan potensi bagi anak itu sangatlah berpengaruh untuk kedepannya. Karena, anak mampu membentuk karakternya, mampu membentuk kepribadiannya, dan anak mampu memilih serta memilah mana sikap yang baik dan mana sikap yang tidak baik untuk dia lakukan. Tetapi membentuk karakter anak seperti yang sudah dijelaskan oleh teori di atas memanglah tidak mudah. Seorang pendidik, orangtua harus sangat paham pada saat apa dan bagaimana memberikan bimbingan kepada anak.

Berbagai aspek perkembangan dalam diri anak usia dini perlu untuk diamati melalui program deteksi dini dan stimulasi perkembangan. Deteksi dini tumbuh kembang anak adalah kegiatan yang dilakukan untuk menemukan adanya penyimpangan pertumbuhan dan perkembangan pada anak pra sekolah. Pendeteksian tumbuh kembang anak sejak dini tidak kalah penting dalam membantu proses perkembangan anak. Dalam deteksi dini, disini guru atau orangtua akan melihat perkembangan yang di munculkan oleh anak apakah sudah sesuai dengan usianya atau sebaliknya. Apabila kita kurang peka dalam mendeteksi tumbuh kembang anak sejak dini, maka yang terjadi nantinya akan ada masalah dalam perkembangan anak yang tidak sesuai dengan apa yang kita inginkan, dan tentu saja perkembangan anak pada saat itu tidak akan terbentuk secara optimal.

Deteksi dini dilakukan pada anak untuk mengetahui tingkat pencapaian anak. Oleh karena itu perlu dilakukan deteksi dini mengenai gambaran stimulasi yang diberikan orang tua kepada anak agar setiap aspek perkembangan bisa tercapai secara normal dan untuk memahami apa-apa yang harus dikembangkan anak terhadap tingkat pencapaian aspek perkembangan. Adapun beberapa aspek yang harus di kembangkan, diantaranya aspek moral dan agama, aspek fisik-motorik, aspek kognitif, aspek bahasa, aspek sosial-emosional dan aspek seni. Semua aspek tersebut merupakan aspek yang penting, bahkan bisa kita sebut aspek utama yang wajib kita kembangkan.

Perkembangan Sosial-Emosional Anak

Pada perkembangan sosial-emosional anak usia dini, sangat berhubungan dengan seluruh aspek perkembangannya. Setiap anak memiliki keberagaman pada setiap proses perkembangan sosial-emosional, dalam mengekspresikan dirinya. Pada awal perkembangan anak, mereka telah melakukan interaksi dengan orang-orang terdekatnya seperti ayah dan bunda atau keluarganya. Perilaku anak pun dipengaruhi oleh kepribadian orang-orang terdekat tersebut dan dengan hubungan interaksi anak dengan temannya. Dalam periode prasekolah, anak lebih dituntut untuk mampu berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan keluarga, sekolah dan teman sebayanya. (dalam Susanto, A, 2011).

Anak pada usia 0-6 tahun merupakan usia yang benar-benar membutuhkan dampingan untuk dapat mengembangkan seluruh aspek perkembangannya. Selain rumah dalam pengembangan aspek perkembangan sosial-emosional anak, sekolah pun menjadi tempat yang sangat tepat untuk anak dapat berkomunikasi dan mampu mengenal hal-hal yang melibatkan perasaan dirinya maupun orang lain.

Aspek perkembangan sosial-emosional anak, apabila di tanamkan dengan contoh-contoh yang baik dari keluarga, sekolah dan lingkungannya maka akan menjadikan kepribadian anak lebih baik untuk kelangsungan hidupnya di masa sekarang dan yang akan datang. Kepribadian (Sjarkawi, 2015) merupakan suatu karakteristik yang khas dari diri seseorang yang bersumber dari pembentukan yang diterima oleh lingkungannya. Menurut beberapa ahli, mengartikan bahwa kepribadian merupakan suatu kualitas perilaku seseorang dalam penyesuaian dirinya dengan lingkungan dan menjadikan mereka unik. Dengan begitu, melalui kepribadian menjadikan ciri khas seseorang untuk dikenal atau diketahui oleh orang lain.

Beberapa aspek kepribadian yang berkaitan dengan keunikan penyesuaian diri seseorang (LN, Syamsu Y. 2014), antara lain :

- a. Karakter, yaitu konsekuen tidaknya dalam mematuhi etika perilaku, konsisten atau tidak dalam memegang pendirian atau pendapat.
- b. Temperamen, yaitu suatu kondisi seseorang dalam mereaksi dengan cepat atau lambat terhadap rangsangan yang datang dari lingkungan.
- c. Sikap, ialah sebuah sambutan terhadap suatu objek (orang, benda, peristiwa, dsb) yang bersifat positif, negatif maupun ragu-ragu.
- d. Stabilitas emosional, yaitu suatu kadar kestabilan reaksi emosional seseorang dalam menghadapi rangsangan yang datang dari lingkungan.
- e. Responsibilitas (tanggung jawab), yaitu suatu kesiapan seseorang dalam menerima resiko dari sebuah tindakan atau perbuatan yang telah dilakukan.

f. Sosiabilitas, yaitu suatu hubungan seseorang dalam berinteraksi atau kemampuan berkomunikasi dengan teman dan lingkungan sekitarnya.

Anak usia dini pada dasarnya masih memiliki pribadi yang belum matang, maka pada usia tersebut dikatakan sebagai masa pembentukan kepribadian. Dengan begitu, sejak dini anak sudah mulai ditanamkan, diajarkan dan diberikan contoh yang baik untuk dapat mengarahkan anak pada hal-hal yang positif bagi dirinya dan lingkungannya. Sehingga dengan begitu proses perkembangan sosial emosional anak dapat tercapai.

Sehubungan dengan proses perkembangan sosial emosional anak, selama ini kita hanya mengetahui tentang perkembangan intelektualnya saja atau lebih sering kita sebut dengan kecerdasan intelektual (IQ). Namun, ada bagian lain yang sama-sama mempunyai peran penting yaitu kecerdasan emosional (EQ). Kecerdasan emosional (EQ) berperan untuk membantu proses keberhasilan anak dalam membentuk kepribadiannya di masa yang akan datang (Nugraha, D., Seni A. & Riza K.V., 2017). Oleh karena itu, proses keberhasilan yang dimiliki anak tidak dapat diukur oleh salah satu dari kecerdasannya saja. Melainkan dengan adanya kedua kecerdasan tersebut, kita dapat menyeimbangkan antara keduanya untuk mendapatkan hasil yang optimal dalam proses keberhasilan perkembangan sosial-emosial anak.

Kecerdasan emosional (Mashar, R. 2011) adalah kemampuan untuk mengenali, mengolah, dan mengontrol emosi agar anak mampu merespon secara positif setiap kondisi yang merangsang munculnya emosi-emosi ini. Menurut Santoso (dalam Merry, A., Ali, M. dan Halida, 2016) kecerdasan emosional atau *emotional intelligence* adalah kemampuan emosi yang sangat

tinggi atau cerdas sehingga seseorang mampu berbuat sesuatu yang tepat dan berhasil bahkan dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang terjadi sekarang dan masa mendatang. Dengan mengajarkan keterampilan sosial-emosional sejak dini, maka anak akan mampu untuk mengatasi masalah yang akan timbul selama proses perkembangannya menuju dewasa dan mampu untuk mengatasi tantangan lain di masa mendatang.

Kecerdasan emosional di populerkan oleh Goleman, D., yang sering dikenal dengan sebutan *Emotional Quotient (EQ)*. Goleman mengemukakan bahwa kecerdasan emosi merupakan kemampuan dalam mengenali perasaan dirinya dan perasaan orang lain, kemampuan dalam memotivasi dirinya dan kemampuan mengelola emosi dirinya dan juga dalam hubungan dengan orang lain. (Susilowati, R. 2018).

Menurut Salovey dan mayor (Mashar, R., 2011. Hlm. 61), menyebutkan mengenai aspek-aspek yang terdapat dalam kecerdasan emosional, yaitu: empati, mengungkapkan dan memahami perasaan, mengendalikan amarah, kemandirian, kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan memecahkan masalah pribadi, ketekunan, kesetiakawanan, keramahan, dan sikap hormat.

Menurut Goleman (2001), mengungkapkan ciri-ciri anak yang memiliki kecerdasan emosi:

- a. Mampu memotivasi diri sendiri.
- b. Mampu bertahan menghadapi frustrasi.
- c. Lebih cakap untuk menjalankan jaringan informal/nonverbal (memiliki tiga variasi yaitu jaringan komunikasi, jaringan keahlian, dan jaringan kepercayaan).
- d. Mampu mengendalikan dorongan lain.

- e. Cukup luwes untuk menemukan cara/alternatif agar sasaran tetap tercapai atau untuk mengubah jika sasaran semula sulit dijangkau.
- f. Tetap memiliki kepercayaan yang tinggi bahwa segala sesuatu akan beres ketika menghadapi tahap sulit.
- g. Memiliki empati yang tinggi.
- h. Mempunyai keberanian untuk memecahkan tugas yang berat menjadi tugas kecil yang mudah ditangani.
- i. Merasa cukup banyak akal untuk menemukan cara dalam meraih tujuan.

Dengan begitu, aspek emosi dari berbagai uraian mengenai kecerdasan emosi yang mengacu pada pendapat Goleman, D. dan Salovey-Mayer disimpulkan menjadi 5 ciri yaitu antara lain:

- a. Kemampuan mengenali emosi diri;
- b. Kemampuan mengelola dan mengekspresikan emosi;
- c. Kemampuan memotivasi diri;
- d. Kemampuan mengenali emosi orang lain / empati;
- e. Kemampuan membina hubungan dengan orang lain.

Emosi

Emosi merupakan sebuah ungkapan perasaan yang kita rasakan pada suatu situasi tertentu. Seringkali emosi diartikan sebagai sesuatu hal yang negatif, padahal perasaan senang, bahagia, sedih pun merupakan sebuah emosi positif yang dimiliki oleh setiap manusia. Orangtua terkadang membiarkan perkembangan emosi anak ini berjalan seperti mestinya, padahal apabila aspek tersebut tidak dikelola dengan tepat maka nantinya berdampak buruk bagi anak.

Karakteristik dari emosi pada anak usia dini (Susanto, A., 2011) ditandai dengan beberapa ciri, antara lain :

- a. Anak memiliki emosi yang bersifat sementara dan mudah berubah,
- b. Apabila anak bertengkar dan saling mencaci maki, itu bersifat sementara

selanjutnya terhalang beberapa jam sudah berbaikan dan bermain seperti biasa pada keesokan harinya. Berbeda dengan orang dewasa yang bisa memakan waktu yang cukup lama.

- c. Anak memberikan reaksi yang spontan terhadap situasi yang menimbulkan rasa senang atau tidak senang.
- d. Anak akan lebih terbuka dan jujur dalam mengutarakan perasaannya, keadaan yang sedang dihadapinya, dan informasi yang mereka terima.
- e. Mengekspresikan perasaannya secara langsung, mengenai suka atau tidak suka; senang atau tidak senang, tanpa adanya rasa bersalah dan takut menyinggung perasaan orang lain.

Perkembangan Emosi Anak

Emosi diwakilkan oleh perilaku yang mengekspresikan kenyamanan atau ketidaknyamanan terhadap keadaan atau interaksi yang sedang dialami. Emosi dapat berbentuk rasa senang, takut, marah, dan sebagainya. Karakteristik emosi orang dewasa dengan anak sudah jelas berbeda. (1) Emosi anak dapat berlangsung singkat dan berakhir tiba-tiba, karena emosi anak dapat diredam dengan cara dialihkan perhatiannya ke hal-hal yang ia sukai. (2) Terlihat lebih hebat atau kuat, disini emosi anak memang identik kuat karena anak akan berteriak bahkan akan mengamuk jika apa yang menjadi masalah dalam dirinya tidak dapat terselesaikan. (3) Bersifat sementara atau dangkal, dalam hal ini sama dengan yang dijelaskan sebelumnya bahwa emosi anak akan cepat hilang jika diperlihatkan apa yang menjadi kesukaannya. (4) Lebih sering terjadi, karena anak belum mampu mengelola emosi dirinya, maka akan meluapkan emosinya jika ia menginginkan sesuatu.

Emosi memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan anak, baik pada usia prasekolah maupun pada tahap-tahap perkembangan selanjutnya, karena memiliki pengaruh terhadap perilaku anak. Secara garis besar ada dua hal utama dalam

kecerdasan emosi, yaitu mengenali dan mengelola emosi. Langkah pertama mengajarkan kecerdasan emosi adalah mengenalkan berbagai jenis emosi kepada anak. Apabila anak sedari usia dini sering dilatih untuk peka dalam mengenali emosi, maka semakin dewasa akan semakin mudah mengenali emosi, dan akhirnya dapat menyesuaikan sikapnya dengan situasi emosi yang ada.

Tahapan Perkembangan Emosi Anak

Perkembangan emosi yang muncul pada setiap anak pasti berbeda antara anak satu dengan lainnya. Ini disebabkan karena adanya faktor-faktor yang mempengaruhinya. Sedikitnya ada dua faktor yang mempengaruhi emosi anak yaitu peran kematangan dan peran belajar (Susanto, 2011, hlm. 108). Hal tersebut merupakan hakikat dari anak yang memiliki ciri khas masing-masing, sehingga perkembangan dalam dirinya pun khususnya perkembangan emosi dalam diri anak itu pasti akan berbeda. Misalnya, perkembangan emosi anak yang satu itu cenderung rendah tetapi anak yang satunya cenderung tinggi itu merupakan salah satu contoh keberbedaan tahap perkembangan emosi dalam diri anak.

Perkembangan emosional berhubungan dengan seluruh aspek perkembangan anak. Ada empat komponen yang harus di tumbuhkan pada anak usia dini agar mereka memiliki kecerdasan emosional.

Empat komponen tersebut antara lain (Wiyani, 2014 hlm. 76) :

- a. Kemampuan mengenal emosi diri.

Kemampuan mengenali emosi diri adalah kesadaran diri dalam mengenali perasaan-perasaannya suatu itu terjadi dari waktu ke waktu dalam kehidupannya. Masa ini terjadi pada usia 3 – 6 tahun, dimana anak akan mulai merasakan perasaannya dan mulai merasakan apa yang menjadi penyebab munculnya emosi dalam dirinya.

b. Kemampuan mengatur emosi diri.
Kemampuan mengatur emosi diri merupakan kemampuan untuk menerangkan perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat. Pada tahap ini anak di ajarkan untuk mampu mengelola emosi dalam dirinya, agar ketika anak mengeluarkan emosi itu masih dalam tahap yang wajar. Hal yang ditakutkan apabila tahapan ini tidak bisa dilakukan oleh anak, maka anak akan sulit mengatur emosi diri yang nanti nya akan menjadi suatu kebiasaan atau perilaku yang buruk untuk kedepannya.

c. Kemampuan mengenali emosi orang lain.

Kemampuan mengenali emosi orang lain disebut dengan empati, yaitu kemampuan memahami perasaan orang lain serta mengkomunikasikan pemahaman tersebut kepada orang yang bersangkutan. Pada tahap ini, anak sudah cenderung mampu mengatur emosi diri, sehingga anak sudah mulai bisa mencoba mengenali perasaan emosi orang lain. Perasaan mengenali emosi orang lain atau sering kita sebut dengan empati, itu merupakan suatu perkembangan tahapan emosi anak yang bisa dibilang baik. Karena tidak semua anak mampu melakukan hal tersebut, maka kita harus terus memberikan stimulus kepada anak sehingga anak mampu melakukan tahapan ini. Kemampuan empati pada anak akan semakin berkembang maksimal di usia 4-5 tahun. Pada usia tersebut anak dapat mengembangkan pengertian yang lebih dalam terhadap keadaan emosi orang lain sejalan dengan meningkatnya kemampuan kognitif yang mereka miliki.

d. Kemampuan mengelola emosi orang lain.

Kemampuan mengelola emosi orang lain dapat membantu individu dalam menjalin hubungan dengan orang lain secara terbuka sehingga di sukai oleh

lingkungannya karena individu menyenangkan secara emosional. Pada tahap ini, anak akan bersikap selayaknya orang dewasa yang senantiasa akan mencoba menenangkan teman yang lain ketika sedang marah. Anak akan menghibur dengan cara mereka sendiri, ada yang mungkin menenangkan dengan memberikan anak sesuatu seperti makanan, ada yang mengajak temannya ke tempat yang lebih tenang, ada yang hanya mengusap pundak temannya apapun bentuk kepedulian tersebut yang jelas semua itu anak lakukan untuk membantu temannya agar mampu mengelola emosinya. Hal itu mengindikasikan bahwa pada usia itu anak mulai dapat mengelola emosi orang lain.

3. METODE

Metode penelitian melibatkan berbagai macam teknik pengumpulan, analisis, serta interpretasi data yang dikemukakan peneliti dalam kerja penelitiannya. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan menggunakan jenis metode studi literatur (literature review) atau studi kepustakaan. Sejalan dengan pendapat dari Jhon W. Creswell (2013, hlm. 352). Bahwa penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian untuk memaparkan dan memahami makna yang berasal dari individu dan kelompok mengenai masalah sosial atau masalah individu. Proses penelitian melibatkan pertanyaan dan prosedur yang sudah muncul yakni dengan mengumpulkan data menurut setting partisipan, menganalisis data secara induktif, mengelola data dari yang spesifik menjadi tema umum, dan membuat penafsiran mengenai makna dibalik data. Report yang berhasil ditulis memiliki struktur penulisan yang fleksibel. Dengan menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif ini ditujukan untuk menganalisis dan berusaha akan menggambarkan serta mendeskripsikan yang

berkenaan dengan pengelolaan emosi anak usia dini.

Sementara dalam penelitian ini juga menggunakan metode penelitian studi literatur. Studi literatur atau studi kepustakaan secara metodologis, penelitian literatur atau kepustakaan tergolong dalam jenis penelitian kualitatif, yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data berupa ucapan atau tulisan perilaku orang-orang yang diamati dalam suatu konteks tertentu, dikaji dari sudut pandang yang utuh, komprehensif dan holistik. Dalam konteks penelitian literatur atau kepustakaan, maka data yang diambil dari eksplorasi bahan-bahan pustaka dikaji secara holistik, kemudian di analisis berdasarkan kerangka berfikir atau teori tertentu/paradigma filosofis yang melandasinya, selanjutnya melakukan pendekatan tertentu sesuai tujuan penelitian yang ingin dicapai (Amir Hamzah (2019, hlm. 25).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, hasil dan pembasan di dapat dari penelitian sebelumnya yang di analisis dari jurnal – jurnal. Adapaun hasil dari analisis beberapa jurnal, sebagai berikut:

Penelitian Sukatin (2020) mengungkapkan analisis data yang dilakukan perkembangan emosi adalah luapan perasaan ketika anak berinteraksi dengan orang lain sedangkan perkembangan adalah tingkat jalinan interaksi anak dengan orang lain, mulai dari orang tua, guru bahkan teman sebaya mereka. Dengan demikian perkembangan emosi adalah kepekaan anak untuk memahami perasaan orang lain ketika berinteraksi dalam kehidupan sehari-hari. Banyak hal yang dapat mengembangkan perkembangan emosi pada anak, misalnya, figur seorang ibu dan ayah, lingkungan sekitar dan teman sebayanya. Perkembangan emosi anak yang positif dapat memudahkan anak dalam aktifitas lainnya dilingkungan sosial. Oleh karena itu, sangat penting memahami dan membantu anak-anak memahami perasaannya sendiri ataupun

perasaan orang-orang yang ada disekitarnya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Heleni (2017) hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa perkembangan emosional anak usia dini usia 5-6 tahun ditinjau dari Ibu yang bekerja berkembang dengan baik, namun ada beberapa anak yang belum berkembang sesuai dengan perkembangan emosional anak yaitu dibutuhkan ibu pendamping untuk menjadi pengganti Ibu bekerja.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Arif (2020) menyatakan bahwa orang tua berperan sebagai pendidik dalam mengembangkan kecerdasan emosi anak usia dini hal ini dapat dilakukan dengan mendidik moral anak sesuai dengan norma agama dan masyarakat, selain itu orang tua dapat melatih fisik anak agar bertumbuh sesuai usianya dan mendidik kecerdasan anak agar kognitif anak dapat berkembang secara optimal. Selain itu, mendidik jiwa anak dan sosial anak juga hal yang penting dilakukan oleh orang tua, dengan tujuan anak dapat beradaptasi dengan baik dalam lingkungan sosialnya. Dalam penelitian yang lainnya Arif (2019) juga mengungkapkan bahwa selain mendidik moral, kecerdasan dan sebagainya orang tua juga bisa menggunakan strategi dalam membantu kemampuan mengelola emosi anak yakni 1) Strategi orang tua yang dilakukan agar anak dapat mengenali emosi dirinya dengan baik ini adalah dengan mengenalkan nama-nama emosi sesuai ekspresinya; 2) Strategi orang tua agar anak mampu mengatur emosi sesuai dengan situasi dan kondisi ini dilakukan dengan cara memberikan pengertian mengenai bagaimana mengendalikan emosi, bagaimana menahan diri untuk meluapkan emosi yang negatif, serta ikut berperilaku ekspresif sesuai dengan emosi yang muncul pada diri sendiri; 3) Strategi orang tua agar anak mampu memanfaatkan emosi secara positif dilakukan dengan memberikan anak kesibukan yang positif, dan memberikan anak penghargaan atas kemampuannya dalam memilih kegiatan yang positif; 4) Strategi orangtua agar anak mampu memiliki

pertahanan diri dalam menghadapi setiap persoalan adalah memberikan kesempatan kepada anak untuk berpendapat, orang tua mendengarkan dengan hati-hati setiap pendapat anak tersebut dan mencari solusi terbaik untuk disepakati bersama, orang tua membiasakan menjelaskan sebab dan akibat dari suatu pilihan itu, dan anak diminta untuk menentuka sendiri serta menerima segala konsekuensi atas pilihannya itu. Orang tua berperan dalam mengelola kemampuan emosi anak usia 5 -6 tahun dengan demikian memiliki strategi untuk membantu anak berkebang sangat diperlukan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmah (2020) penelitiannya mengungkapkan bahwa salah satu strategi untuk meningkatkan keberhasilan akademis masa depan anak-anak.

Penelitian yang dilakukan oleh Puput (2013) hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa perkembangan emosional anak usia dini usia 5-6 tahun ditinjau dari Ibu yang bekerja berkembang dengan baik, namun ada beberapa anak yang belum berkembang sesuai dengan perkembangan emosional anak yaitu dibutuhkannya ibu pendamping untuk menjadi pengganti Ibu bekerja. Maka dengan demikian, kebutuhan akan peran pengganti orang tua saat orang tua bekerja sangatlah penting karena akan menentukan perkembangan dari anak. Peran pengganti orang tua ini dapat dilakukan oleh bunda PAUD seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Yettie (2011) mengungkapkan bahwa pelatihan pendidikan emosi efektif untuk meningkatkan pemahaman bunda PAUD mengenai stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmah (2020) Ia mengungkapkan bahwa guru memiliki tugas dalam mengembangkan sosial emosi pada anak didik hendaknya menguasai prinsip tindakan: 1) Menjadi contoh atau teladan yang baik; 2) Mengenalkan emosi; 3) Menganggapi perasaan anak; 4) Melatih pengendalian diri; 5) Melatih mengelola emosi; 6) Menerapkan disiplin dengan konsep empati; 6) Melatih keterampilan komunikasi 7) Mengungkap-

emosi dengan kata-kata, dan 7) memperbanyak permainan dinamis.

Maka dengan demikian, baik dan kurang baiknya kemampuan anak dalam mengelola emosinya tergantung kepada pendidikan yang diberikan oleh orang tua dan lingkungannya. Hal ini sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Isabella (2020) hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa masih banyak sekali ditemui anak yang mudah sekali marah, mudah menangis mudah berkata kasar terhadap orang lain bahkan mudah untuk sekali untuk meludah dan memukul orang lain, yang dianggap oleh mereka sudah mengganggunya. Perkembangan emosi memanglah bukan suatu perkembangan yang bisa diukur ataupun diamati dengan jelas seperti perkembangan fisik-motorik. Ketika anak tumbuh dalam lingkungan keluarga yang sehat, harmonis dan baik maka ia akan memiliki emosi yang baik. Ia akan mudah diterima oleh lingkungan sosialnya. Namun sebaliknya, jika anak tumbuh dan berkembang di dalam keluarga yang tidak memiliki peran yang cukup signifikan dalam perkembangan anak, maka anak akan menjadi gampang marah, mudah memukul temannya, hingga ia akan dijauhi dan dikucilkan dari lingkungan karena dianggap sebagai anak yang bermasalah. Pola asuh orang tua, pendidikan orang tua, status sosial ekonomi orang tua menjadi salah satu faktor didalam perkembangan emosi anak.

Penelitian yang dilakukan oleh Anik (2019) yang mengambil fokus kemampuan anak dalam pengendalian diri melalui model bermain kolaboratif hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa anak yang di observasi melalui kegiatan pembelajaran berbasis bermain melibatkan kerjasama kolaboratif dalam mengerjakan tugasnya sudah bisa mencapai hasil BSH (Berkembang Sesuai Harapan) saat mengkomunikasikan hasil karyanya. Berdasarkan capaian tertinggi ini penelusuran riwayat anak yang kurang mendapatkan perhatian dalam hal dihargai berkaitan dengan kasus yang dihadapi oleh anak menimbulkan anak mudah terpancing

emosinya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizki (2018) terjadinya peningkatan perkembangan sosial emosional anak melalui permainan kolaboratif sebagai berikut: 1) Peningkatan perkembangan sosial emosional anak dari pratindakan ke siklus I terjadi karena guru sudah memfasilitasi anak didik dengan permainan yang memungkinkan mereka bekerja dalam tim secara kolaboratif seperti menggunting dan menempel gambar pada pola gambar yang sudah disediakan. 2) Peningkatan aspek sosial emosional anak dari siklus I ke siklus II terjadi berdasarkan refleksi peneliti dengan guru-guru, peneliti bersama-sama dengan guru memperbaiki kembali perencanaan pembelajaran secara matang dan menganalisis semua kekurangan-kekurangan yang dilakukan pada siklus I. Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anik (2019) dan Rizki (2018) penelitian yang dilakukan oleh Edi (2017) juga mengungkapkan bahwa secara dominan pencapaian tingkat perkembangan dengan kriteria BSH (Berkembangan Sesuai Harapan). Penilaian tersebut didasarkan pada jumlah total kemunculan perilaku kemampuan mengenal emosi diri sebanyak 106 item dengan rata-rata 5,9 pada satu kelas.

5. KESIMPULAN

Kemampuan upaya pengelolaan emosi anak usia 5- 6 tahun itu dapat di stimulasi oleh orang tua dengan 4 strategi; 1) Strategi orang tua yang dilakukan agar anak dapat mengenali emosi dirinya dengan baik ini adalah dengan mengenalkan nama-nama emosi sesuai ekspresinya; 2) Strategi orang tua agar anak mampu mengatur emosi sesuai dengan situasi dan kondisi ini dilakukan dengan cara memberikan pengertian mengenai bagaimana mengendalikan emosi, bagaimana menahan diri untuk meluapkan emosi yang negatif, serta ikut berperilaku ekspresif sesuai dengan emosi yang muncul pada diri sendiri; 3) Strategi orang tua agar anak mampu memanfaatkan emosi secara positif dilakukan dengan memberikan anak kesibukan yang positif, dan memberikan anak penghargaan atas

kemampuannya dalam memilih kegiatan yang positif; 4) Strategi orang tua agar anak mampu memiliki pertahanan diri dalam menghadapi setiap persoalan adalah memberikan kesempatan kepada anak untuk berpendapat, orang tua mendengarkan dengan hati-hati setiap pendapat anak tersebut dan mencari solusi terbaik untuk disepakati bersama, orang tua membiasakan menjelaskan sebab dan akibat dari suatu pilihan itu, dan anak diminta untuk menentukan sendiri serta menerima segala konsekuensi atas pilihannya itu.

Maka dengan demikian, baik dan kurang baiknya kemampuan anak dalam mengelola emosinya tergantung kepada pendidikan yang diberikan oleh orang tua dan lingkungannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Andi (2019) menemukan hasil bahwa pelaksanaan pengelolaan emosi pada anak usia dini yang dilakukan saat ini di lapangan adalah ditemukan guru atau pendidik PAUD yang merasa masih kesulitan dalam mengembangkan aspek emosi anak. Proses pembelajaran di dalam kelas lebih monoton terhadap pengembangan salah satu aspek perkembangan saja. Otak anak seakan dipaksa untuk mengingat berbagai informasi. Namun pembelajaran yang diterapkan masih kurang mampu menjadikan anak untuk mampu mengelola emosinya sendiri. Oleh karena itu dibutuhkan bimbingan dari guru atau pendidik PAUD agar bisa memaksimalkan pengembangan aspek emosi tersebut, melalui pelatihan pengelolaan emosi anak usia dini.

Dengan demikian dibutuhkan berbagai macam metode untuk mengembangkan aspek emosi anak yang dibuat dengan metode pembelajaran yang menyenangkan bagi anak. Karena pada dasarnya kemampuan anak dalam mengenal emosi diri tentu didorong oleh berbagai macam upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah maupun orang tua. Upaya tersebut alah satunya dapat dilakukan melalui metode pembelajaran. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmadini (2020) hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa penelitian tindakan kelas sebagai

berikut: (1) Penerapan model pembelajaran karpet printing terbukti dapat meningkatkan kecerdasan emosi anak TK Ikal Iqra' Sumatera Barat dari tahapan evaluasi pelaksanaan dua siklus; (2) Perkembangan kemampuan emosional anak pada siklus I belum terjadi peningkatan yang signifikan. Hal ini ditunjukkan pada siswa memiliki kategori tinggi, dan kategori sedang serta kategori rendah; (3) Perkembangan kemampuan emosional anak pada siklus II, dari siklus I sudah terjadi peningkatan signifikan. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Novita (2020) hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dikatakan berhasil karena dengan penerapan metode *hypnoteaching*, kemampuan mengelola emosi pada anak dapat meningkat. Peningkatan tersebut terlihat pada setiap siklus dalam kemampuan mengelola emosi pada anak.

Upaya pengendalian untuk mengelola kemampuan emosi anak 5-6 tahun selain menggunakan metode yang tepat perlu juga didukung oleh pendidikan belajar di rumah yang dilakukan oleh orang tua. Penelitian yang dilakukan oleh Starry (2019) hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keterampilan orang tua mengenai cara merespon emosi negatif anak tunarungu dengan menggunakan metode *parental emotional coaching*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sarry & Ervika (2018) menyebutkan bahwa *parental emotional coaching* efektif bagi orang tua untuk meningkatkan kemampuan menghadapi emosi negatif anak tunarungu.

Selain itu, upaya pengendalian untuk mengelola kemampuan anak usia 5 - 6 tahun juga dapat dilakukan dengan cara melakukan komunikasi dengan anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuniarty (2015) ia mengungkapkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara intensitas komunikasi dengan perilaku anak. Pengaruh yang terjadi adalah negatif, artinya semakin baik intensitas komunikasi antara guru dengan orang tua, maka semakin mampu

mengendalikan perilaku emosional anak di TK D Kecamatan Biringkanaya Kota Makassar. Terdapat sekitar 32,8% pengendalian perilaku emosional anak disebabkan oleh faktor intensitas komunikasi antara orang tua dengan guru dalam membicarakan masalah perilaku emosional. Dengan demikian, orang tua sebagai pendidik anak di rumah diharapkan mampu dalam membantu mengelola kemampuan emosi anak pada usia 5 – 6 tahun yang terkadang masih tidak terkontrol. Maka hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurjanah (2019) penelitiannya mengungkapkan bahwa Setelah tenang, berikut hal-hal yang hendaknya orang tua lakukan saat si anak sedang emosi yaitu mengetahui penyebabnya, mengalihkan perhatiannya, bersikap tenang, memberikan perhatian dan pelukan, dan membiarkan anak tenang terlebih dahulu sebelum diajak berdiskusi. Karena orang tua adalah idola pertama anak, maka kitalah yang akan ditiru olehnya. Semakin tenang kita berbicara, semakin tenang juga perasaan kita, dan orang lain akan meresponnya dengan tenang pula. Sebaliknya, apabila kita banyak menggunakan kata-kata kasar, akan membuat kita dan juga orang yang mendengarkan merasa semakin kesal, dan situasi pun akan ikut memanas. Hal ini disebabkan karena kita memiliki kekuatan untuk menenangkan atau semakin membuat marah.

6. SARAN

Adapun saran peneliti dari hasil penelitian ini ditujukan bagi:

- a. Pemerintah sebagai pemerhati pendidikan anak usia dini agar mulai memperkuat orientasi sistem pendidikan yang berbasis kemampuan anak usia dini mengelola emosi diri.
- b. Guru-guru PAUD dan orang tua agar memulai untuk memberikan fasilitas yang mengandung stimulasi terhadap pengembangan kemampuan anak usia dini mengelola emosi diri kepada setiap anak sesuai dengan potensi masing-masing anak.

- c. Peneliti selanjutnya agar melakukan generalisasi melalui penelitian yang lebih luas terkait kemampuan anak usia dini mengelola emosi diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, R., & Fadhilaturrehmi, F. (2018). Peningkatan Kemampuan Sosial Emosional Melalui Permainan Kolaboratif pada Anak KB. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 20-26.
- Anzani, R. W., & Insa, I. K. (2020). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah. *PANDAWA*, 2(2), 180-193.
- Ashary, Y., & Fatimah, J. M. (2016). Pengendalian Perilaku Emosional Anak TK Melalui Komunikasi Antara Guru Dengan Orang Tua di Kec. Biringkanaya Kota Makassar. *KAREBA: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(4), 415-434.
- Creswell, J.W. (2013). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Filtri, H. (2017). Perkembangan Emosional Anak Usia Dini Usia 5-6 Tahun Ditinjau dari Ibu yang Bekerja. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 32-38.
- Goleman, D. (1999). *Emotional Intelligence*. (Alih bahasa: T. Hermaya). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hasiana, I. (2020). Peran Keluarga dalam Pengendalian Perilaku Emosional pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Child Education Journal*, 2(1), 24-33.
- Kusnadi, S. K. (2019). Optimalisasi Peran Orangtua Melalui Edukasi Parental Emotional Coaching Dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Merespon Emosi Negatif Anak Tunarungu Di Slb X Kecamatan Karangpilang. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 2, 902-908.
- Lestarinigrum, A., Nugroho, I. H., & Kuntjojo, K. (2019, October). Pengendalian Emosi Anak Usia Dini Melalui Metode Bermain Kolaboratif (Studi Kasus Pada Anak Kelompok B1 di TK Negeri Pembina Mojoroto). In *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran)* (Vol. 3, pp. 86-97).
- Mulyana, E. H., Gandana, G., & Muslim, M. Z. N. (2017). Kemampuan Anak Usia Dini Mengelola Emosi Diri Pada Kelompok B Di TK Pertiwi DWP Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya. *Jurnal PAUD Agapedia*, 1(2), 214-232.
- Nurjanah, N., Miranti, I., & Dwiastuty, N. (2019). Manajemen Emosi pada Anak Usia Dini. *Jurnal PkM Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(03), 259-264.
- Palintan, A. T. A. (2019). Jurnal Pengembangan Model Pelatihan Pengelolaan Emosi Anak Usia Dini. *Istiqra: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 6(2).
- Rahmadini, & Hazizah, N. (2020). Upaya Peningkatan Kecerdasan Emosi Anak Melalui Kegiatan Bermain Karpet Printing Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun. *JFACE: Journal of Family, Adult, and Early Childhood Education*, 2(1), 24-32.
- Setyani, P. U., & Septiningsih, D. S. (2013). Pengaruh Kemampuan Mengelola Emosi terhadap Kematangan Sosial pada Remaja Tunarungu di SLB Negeri Purbalingga Tahun Ajaran 2011/2012. *Psycho Idea*, 11 (2).
- Sukatin, S., Chofifah, N., Turiyana, T., Paradise, M. R., Azkia, M., & Ummah, S. N. (2020). Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 5(2), 77-90.
- Wahyuningsih, N., Hafidah, R., & Pudyaningtyas, A. R. Metode Hypnoteaching untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Kumara Cendekia*, 8 (1), 11-22.

- Wandansari, Y. (2011). Stimulasi Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini Melalui Pendidikan Emosi. *Personifikasi*, 2 (1), 1-12.
- Wijayanto, A. (2020). Peran Orangtua dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 4(1), 55-65.
- Wijayanto, A., & Novitasari, K. (2019). Strategi Pengembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini di Kelurahan Krobokan Kecamatan Semarang Barat. *Tunas Cendekia: Jurnal Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(2), 89-96.