

Pengaruh Dongeng Terhadap Regulasi Emosi Pada Anak Usia Dini

Delzi Nurhafifah¹, Saffany Puteri Haniyashfira², Salma Novianti³, Tysem Wani Calara Nainggolan⁴, Prima Aulia⁵

¹⁻⁵Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

Email : delziji11@gmail.com^{1*}, saffanyputeri@gmail.com², salmanovianti31@gmail.com³,
tysemwani02@gmail.com⁴

Abstract. *This study aims to examine the effect of giving fairy tales on the emotional regulation of kindergarten-aged children. The research method used was pre-experimental with a quantitative approach. The research subjects were children aged 4-6 years at the UNP Padang Laboratory Development Kindergarten. The treatment in the form of giving fairy tales was carried out for 4 consecutive days, with pre-test measurements before treatment and post-test after treatment. The data collection instrument uses a Likert scale formulated positively and negatively to measure children's emotional regulation. The results of the study showed that there was significant development in children's emotional regulation after receiving treatment in the form of giving fairy tales. This can be seen from the difference in pre-test and post-test results which show an increase in scores on the Likert scale. Evaluation of children's emotions is carried out after each storytelling session to monitor the development of their emotional regulation. Researchers also gave rewards to children as a form of appreciation for their participation in the research. This research contributes to the understanding of the influence of fairy tales on the emotional regulation of kindergarten-aged children. The implication of this research is the importance of paying attention to environmental factors and learning methods that can influence children's emotional development. It is hoped that the results of this research can become a basis for developing better educational programs to improve emotional regulation in early childhood.*

Keywords: Fairy tales, Emotion Regulation, Early Childhood

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh pemberian dongeng terhadap regulasi emosi anak usia TK. Metode penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian adalah anak-anak usia 4-6 tahun di TK Pembangunan Laboratorium UNP Padang. Perlakuan berupa pemberian dongeng dilakukan selama 4 hari berturut-turut, dengan pengukuran pre-test sebelum perlakuan dan post-test setelah perlakuan. Instrumen pengumpulan data menggunakan skala Likert yang dirumuskan secara positif dan negatif untuk mengukur regulasi emosi anak. Hasil penelitian menunjukkan adanya perkembangan yang signifikan dalam regulasi emosi anak setelah mendapatkan perlakuan berupa pemberian dongeng. Hal ini terlihat dari perbedaan hasil pre-test dan post-test yang menunjukkan peningkatan skor pada skala Likert. Evaluasi emosi anak dilakukan setelah setiap sesi pemberian dongeng untuk memantau perkembangan regulasi emosi mereka. Peneliti juga memberikan reward kepada anak-anak sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi mereka dalam penelitian. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam pemahaman mengenai pengaruh pemberian dongeng terhadap regulasi emosi anak usia TK. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya memperhatikan faktor lingkungan dan metode pembelajaran yang dapat mempengaruhi perkembangan emosi anak. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan program pendidikan yang lebih baik dalam meningkatkan regulasi emosi anak usia dini.

Kata Kunci: Dongeng, Regulasi Emosi, Anak Usia Dini

PENDAHULUAN

Emosi didefinisikan sebagai perasaan yang muncul ketika seseorang menghadapi kondisi tertentu atau ketika melakukan komunikasi penting (Campos dalam Sanrock, 2012). Emosi yang dialami oleh manusia pada usia belia akan berbeda dengan emosi yang dialami manusia dengan usia yang lebih matang, terutama dengan manusia dewasa. Harlock (Dew, 2005) menjelaskan beberapa ciri emosi anak-anak, seperti: 1) Perasaan kekanakan biasanya

bersifat tidak tetap dan mudah tergantikan, 2) Anak akan bereaksi lebih kuat terhadap situasi, 3) Anak lebih mudah mengekspresikan emosi yang muncul melalui tindakannya, 4) Respon emosional anak bersifat pribadi, 5) Intensitas emosi anak akan berubah seiring tumbuh-kembangnya (Ariyasari, 2021). Identifikasi makna dari emosi merupakan suatu hal yang cukup menarik serta dianggap krusial untuk mempelajari dinamika kehidupan manusia, sehingga telah banyak dipelajari oleh para psikolog dan mereka mencurahkan banyak ruang untuk penelitiannya. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002), regulasi bermakna sebagai pengaturan/cara untuk mengatur, sedangkan emosi bermakna sebagai perasaan dan keterikatan yang muncul pada seseorang yang berada dalam situasi atau interaksi yang dianggap penting atau personal, terutama bagi kesejahteraan orang tersebut (Campos et al. Dalam Santrock, 2002).

Menurut Gross, regulasi emosi adalah usaha individu dalam mengendalikan emosi mereka, seperti kapan emosi tersebut dapat dirasakan dan bagaimana emosi tersebut diekspresikan. Orang yang mampu mengendalikan emosinya akan memiliki dampak positif pada kesehatan fisik, perilaku, dan hubungan sosialnya. Menurut Thomson, pemrosesan atau regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk mengamati, mengevaluasi, dan memodifikasi respons emosionalnya demi mencapai tujuan tertentu. Gross, dalam karya Mayansari, mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan mengelola, menilai, mengatasi, dan mengekspresikan emosi dengan tepat untuk mencapai kesetimbangan emosi. Setiap orang memiliki cara masing-masing dalam mengendalikan emosinya. Regulasi emosi berperan dalam mengelola ekspresi emosi (baik positif maupun negatif) dalam interaksi sosial sesuai norma yang berlaku (Whitebread & Basilio, 2012). Kim-Spoon, Cicchetti, dan Rogosch (2013) berpendapat bahwa regulasi emosi adalah kemampuan untuk meningkatkan, menurunkan, atau mempertahankan dorongan emosi dengan mengamati, mengevaluasi, dan memodifikasi ekspresi emosi sehingga mampu mengatasi dan meredakan ekspresi emosi negatif (Thompson, 1994; Kopp, 1989). Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa kurangnya kemampuan seseorang dalam meregulasi emosi adalah faktor risiko penting yang berkontribusi pada perilaku agresif (Roll, Koglin, Petermann, 2012). Pada anak-anak, regulasi emosi menunjukkan kemampuan untuk mengenali emosi diri sendiri dan orang lain serta kemampuan mengekspresikan dan mengkomunikasikan perasaannya (Papalia & Martorell, 2014). Pada usia prasekolah, regulasi emosi adalah salah satu indikator penting dalam perkembangan kemampuan sosial dan kognitif anak (Zuddas, 2012).

Regulasi emosi dipengaruhi oleh beberapa faktor, dengan dua faktor utama yaitu internal dan eksternal. Faktor internal mencakup karakter, usia, dan genetika anak (Fox &

Calkins, 2003; Calkins & Hall, 2007; Schimer, 2015), sementara faktor eksternal meliputi metode pengasuhan, hubungan dengan orang tua, serta kebudayaan dan lingkungan sekitar anak (Gross, 2007). Manusia mengalami pertumbuhan sepanjang hidupnya, dengan perkembangan terbagi menjadi beberapa fase: prenatal, bayi, kanak-kanak awal, kanak-kanak pertengahan dan akhir, remaja, dewasa awal, dewasa pertengahan, dan dewasa akhir. Santrock (2011) menyatakan bahwa masa kanak-kanak awal atau prasekolah adalah ketika anak berusia antara 2 dan 5 atau 6 tahun.

Perkembangan emosional selama tahun-tahun prasekolah dikaitkan dengan peningkatan pemahaman emosi (Santrock, 2011). Kemampuan mendeskripsikan emosi meliputi mengenali ekspresi wajah tertentu, mengontemplasikan emosi, dan menentukan emosi dengan tepat. Penelitian lain menunjukkan bahwa emosi anak turut mengembangkan perilaku prososial (Ensor dalam Santrock, 2011). Lima tahun pertama kehidupan manusia adalah masa kritis dalam pembentukan dasar bagi emosi yang sehat (Cooper, 2009). Penelitian pada anak usia dini menunjukkan bahwa lima tahun pertama mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional sepanjang umur (Cooper, 2009). Pemahaman emosi pada anak prasekolah sangat berkaitan dengan perkembangan emosi selanjutnya (Garner, 2011). Sosialisasi emosional anak pada usia 4 tahun berdampak empat tahun kemudian, menunjukkan bahwa pengembangan kemampuan regulasi emosi pada masa kanak-kanak pertengahan dan akhir dipengaruhi sejak usia dini (Garner, 2011). Penelitian Garner (2011) menunjukkan bahwa pemahaman yang baik tentang emosi mengarah pada pertumbuhan emosi di masa depan. Menurut kompas.com (2018), masalah regulasi emosi yang buruk pada anak usia dini atau sekolah terkait erat dengan emosi mereka. Sebuah kasus penganiayaan oleh siswa SD kepada teman sekelasnya terjadi karena gol bunuh diri yang dilakukan oleh korban, menyebabkan korban mengalami gangguan saraf dan sulit berbicara normal. Kasus ini menunjukkan pentingnya regulasi emosi yang baik bagi anak usia dini. Regulasi emosi yang baik dapat diatur melalui berbagai cara, termasuk pemberian dongeng kepada anak-anak.

Dalam penelitian sebelumnya oleh Trihastuti A, Mulya, dkk (2018) yang mengutip Gnjatovic (2015), pemberian dongeng dapat menjadi aspek penting dalam proses pendidikan kurikulum. Cerita dalam dongeng berkontribusi positif pada perkembangan sosio-emosi dan motorik anak. Menurut Gnjatovic (2015), dongeng juga bermanfaat dalam membantu penataan regulasi diri yang baik. Regulasi diri yang membentuk regulasi emosi pada anak meningkatkan komunikasi, pengenalan, kemampuan mengingat memori, dan kualitas hubungan antar teman sebaya. Huck, Hepler, dan Hickman mendefinisikan dongeng sebagai segala bentuk cerita, baik

tertulis maupun lisan, yang diwariskan dari tahun ke tahun. Mereka menyatakan bahwa dongeng adalah cerita yang telah diceritakan sejak lama dan diwariskan antar generasi (1987).

Priyono (2006) mendefinisikan dongeng sebagai cerita hasil khayalan manusia atau karangan yang tidak masuk akal yang disisipkan dengan pesan moral. Dengan kata lain, cerita dongeng adalah fiksi yang terkadang melampaui logika manusia. Misalnya, kisah Timun Mas yang menabur benih mentimun yang seketika berubah menjadi hutan lebat. Meskipun anak-anak mungkin belum memahami makna dongeng sepenuhnya, cerita-cerita ini mengandung informasi yang bermanfaat. Pesan moral seperti pentingnya menyayangi dan menghormati orang tua dapat ditemukan dalam kisah Malin Kundang dan Roro Jonggrang yang menceritakan asal mula berdirinya candi Prambanan.

Menurut Ralibi (2008), terdapat dua metode mendongeng: 1) mendongeng tanpa alat peraga, dan 2) mendongeng dengan alat peraga. Mendongeng dengan alat peraga melibatkan penggunaan alat pendukung seperti buku cerita, boneka tangan, dan lainnya. Sementara itu, mendongeng tanpa alat peraga mengandalkan ekspresi, mimik wajah, intonasi, serta suara-suara yang ditirukan pendongeng berdasarkan alur cerita. Menurut Al Qudsy dan Nurhidayah (2010), ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam mendongeng, antara lain:

1. Cerita harus sesuai dengan tahapan perkembangan anak.
2. Cerita harus mengandung nilai-nilai pendidikan dan hiburan.
3. Selalu berusaha menciptakan suasana menyenangkan ketika mendongeng.
4. Bahasa yang digunakan hendaknya sederhana dan sesuai dengan tingkat pengetahuan anak.
5. Pendongeng harus benar-benar memahami dan menyerap segala sesuatu tentang dongeng yang disampaikannya.
6. Selalu memantau perkembangan respons emosional anak dan membangun kesan yang menyenangkan.
7. Pelafalan kata dan kalimat harus jelas dan tidak bergumam.
8. Melibatkan anak secara aktif dalam dongeng yang disampaikan.
9. Pendongeng harus menjaga kerahasiaan alur dongeng untuk mempertahankan perhatian dan ketertarikan anak.
10. Durasi dongeng disesuaikan dengan kemampuan anak sesuai tahap perkembangannya dalam mendengarkan dongeng serta situasi dan kondisi saat mendongeng.

Menurut Al-Qudsy, Nurhidayah, dan Nur'ain (2007), dongeng memiliki banyak manfaat, antara lain:

1. Meningkatkan daya imajinasi anak.
2. Mengembangkan kemampuan berbahasa bagi anak usia dini.
3. Mengembangkan dan menanamkan nilai-nilai moral dalam diri anak.
4. Membentuk karakter positif dalam diri anak.
5. Sebagai salah satu metode dan sarana penyembuhan trauma psikologis bagi anak.
6. Meningkatkan kemampuan anak dalam berkonsentrasi.
7. Menumbuhkan rasa ingin tahu anak.
8. Meningkatkan dan menanamkan minat baca pada anak.
9. Meningkatkan kedekatan dan kehangatan hubungan antara orang tua dan anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimental yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian eksperimental adalah salah satu metode utama dalam penelitian bahasa kedua dan banyak digunakan oleh peneliti pemerolehan bahasa kedua serta linguistik terapan (Barnett, 1986; Cook, 1986, 1988; Hatch & Lazaraton, 1990; Tarone, 1988), sosiolinguistik (Fasold, 1984), ahli pendidikan (Porter, 1988), serta menarik minat psikolog, psikolog pendidikan, psikolinguistik, dan evaluator program psikologi dan pendidikan (Tallmadge, 1977). Tujuan penelitian eksperimental adalah menentukan hubungan sebab-akibat antara dua fenomena, dengan peneliti mengontrol variabel bebas melalui desain dan pengaturan perlakuan pada kelompok eksperimental dan kontrol.

Penelitian ini juga merupakan eksperimen sebenarnya (*true experiment*) di mana subjek penelitian ditentukan secara acak sebagai kelompok eksperimental dan kelompok pembandingan statis (*The Static Group Comparison*). Wiersma (1991:99) menyatakan bahwa konsep dasar dari eksperimen adalah uji coba yang melibatkan satu atau lebih variabel bebas yang dikontrol untuk menentukan pengaruhnya. Variabel bebas yang dikontrol disebut variabel eksperimental. Wiersma mendefinisikan eksperimen sebagai "sebuah situasi penelitian di mana setidaknya satu variabel bebas, yang disebut variabel eksperimental, secara sengaja dimanipulasi atau divariasikan oleh peneliti."

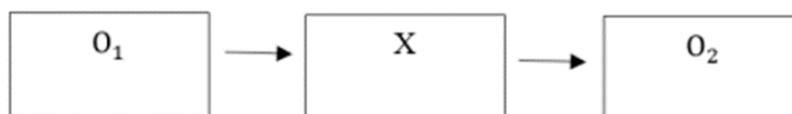
Kajian literatur menyimpulkan bahwa penelitian eksperimental adalah jenis penelitian yang memiliki setidaknya satu variabel eksperimental yang dikontrol, dimanipulasi, atau divariasikan oleh peneliti. Gay (1981:207-208) menyatakan bahwa penelitian eksperimental adalah satu-satunya metode yang dapat menguji hipotesis tentang hubungan kausalitas secara tepat dan aktual. Melalui metode ini, peneliti mengontrol paling tidak satu variabel bebas dan variabel relevan lainnya serta mengamati pengaruhnya terhadap satu atau lebih variabel terikat.

Sugiyono (2007:72) juga menyatakan bahwa penelitian eksperimental dirancang untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap suatu variabel secara terkendali.

Sugiyono (2007:73) membagi desain penelitian eksperimental menjadi empat jenis, yaitu (a) Pre-experimental, (b) True Experimental, (c) Quasi Experimental, dan (d) Factorial Experimental. Emzir (2008:96-110) membagi penelitian eksperimental ke dalam tiga kategori besar, dengan Factorial Experimental dianggap sebagai elaborasi dari True Experimental. Rincian masing-masing jenis desain ini diambil dari Emzir (2008) (lihat Gay, 1981:224-236; Wiersma, 1991:106-116; Creswell, 2003:168-170).

Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan model one group pretest-posttest yang termasuk dalam penelitian eksperimen kuasi. Dalam desain penelitian ini, peneliti akan menyusun Rencana Kegiatan Harian (RKH) yang meliputi pretest, treatment 1, treatment 2, dan posttest. Rancangan penelitian mencakup proses penetapan jadwal pelaksanaan penelitian, penyiapan dongeng, dan penyusunan evaluasi pembelajaran terhadap pemberian treatment. Menurut Seniati, dkk (2005), akan dilakukan perbandingan antara regulasi emosi anak usia dini sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pemberian treatment.



Keterangan gambar :

X : Treatment

O1 : *Pre-rest*

O2 : *Post-test*

Subjek Penelitian

Populasi penelitian ini adalah anak-anak berusia 4-6 tahun di TK Pembangunan Laboratorium UNP. Secara umum, sampel didefinisikan sebagai bagian dari populasi yang dipilih untuk menjadi sumber data yang akurat dalam penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Sampling Jenuh, di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel karena jumlah populasi relatif kecil (kurang dari 30) atau peneliti ingin membuat generalisasi dengan tingkat kesalahan yang sangat kecil (Sugiyono, 2017:85). Berikut adalah kriteria sampel dalam penelitian ini:

- A. Anak TK usia 4-6 tahun
- B. Berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan

C. Satu kelas maksimal 30 siswa

Penelitian dilakukan di tempat yang disesuaikan dengan pemberian treatment eksperimen kepada subjek yang telah ditentukan. Desain treatment eksperimen berupa pemberian dongeng dilakukan secara bertahap selama 4 hari di lokasi yang sama. Tempat pelaksanaan penelitian adalah TK Pembangunan Laboratorium UNP Padang, di mana penelitian dilaksanakan langsung dari hari pertama hingga hari keempat. Lokasi ini dipilih karena strategis dan sesuai dengan subjek penelitian, yaitu anak-anak berusia 4-6 tahun.

Waktu Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini berlangsung sejak dilakukannya preliminary research, melakukan penyusunan laporan penelitian, mempersiapkan penelitian, melaksanakan eksperimen sampai menyusun laporan akhir dari penelitian yang sudah dilakukan. Adapun, pelaksanaan pemberian treatment selama 4 hari mulai tanggal 27 Mei sampai 30 Mei 2024.

Prosedur Penelitian

1. Pre-test

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental dengan desain one-group pre-test dan posttest yang dibagi dalam beberapa tahap yaitu : pada hari pertama pemberian pre-test kepada partisipan dengan tujuan untuk mengetahui skor regulasi emosi pada anak TK sebelum diberikan dongeng.

2. Perlakuan

Kemudian pada hari kedua, partisipan penelitian dari eksperimen diberikan treatment perlakuan pemberian dongeng yang berbeda-beda disetiap harinya. Pada hari kedua pertemuan peneliti dengan partisipan penelitian anak TK diberikan pemberian treatment dongeng yang berjudul “Ayam Jago yang Sombong”. Kemudian, pada hari ketiga partisipan kembali diberikan treatment pemberian dongeng yang berjudul “Singa yang Rakus”. Kemudian pada hari keempat dilakukan kembali treatment akhir pemberian dongeng yang berjudul “Serigala Ingkar Janji”

3. Post-test

Setelah seluruh perlakuan sudah dilaksanakan, pada hari ke empat subjek dapat melakukan posttest dengan mengukur kembali sampel menggunakan skala yang sama, yaitu regulasi emosi pada anak TK. dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan hasil setelah dan sesudah diberikan perlakuan tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif diterapkan *treatment* pemberian dongeng untuk mengetahui bentuk regulasi emosi pada siswa dan siswi TK Laboratorium UNP Padang. Kemudian, dalam penelitian yang dilakukan desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest* yang dipakai dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh yang diberikan *treatment* eksperimen pemberian dongeng terhadap regulasi emosi. Pemberian *treatment* pemberian dongeng pada siswa dan siswi TK dilakukan dengan memberikan perlakuan kepada sebuah kelompok di TK yang dilakukan secara bertahap di 4 hari proses pelaksanaan eksperimen oleh peneliti.

1. Uji Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Pretest Regulasi Emosi	10	46	72	565	56,50	7,215
Posttest Regulasi Emosi	10	49	73	604	60,40	6,569
Valid N (listwise)	10					

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan mean atau rata-rata pretest sebesar 55.60 dan rata-rata posttest sebesar 60,40 yang berarti terdapat peningkatan pada rata-rata kemampuan regulasi emosi anak setelah dilakukan intervensi bercerita menggunakan metode dongeng.

2. Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest Regulasi Emosi	,218	10	,197	,920	10	,354
Posttest Regulasi Emosi	,192	10	,200 [*]	,956	10	,734

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa penelitian ini dapat dikatakan berdistribusi normal karena memiliki nilai signifikansi pretest 0,354 dan nilai signifikansi posttest 0,734 dengan metode uji Shapiro Wilk.

3. Uji Homogenitas

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pretest Regulasi Emosi	Based on Mean	,000	1	18	,993
	Based on Median	,002	1	18	,964
	Based on Median and with adjusted df	,002	1	17,537	,964
	Based on trimmed mean	,000	1	18	,988

Dari tabel yang disajikan dapat diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh ialah 0,993 dengan menggunakan ANOVA. Nilai Sig > 0.05 sehingga hasil penelitian dari karakteristik subjek bersifat homogen.

4. Uji T

Paired Samples Test										
		Paired Differences					Significance			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	One-Sided p	Two-Sided p
					Lower	Upper				
Pair 1	Pretest - Posttest	-3,900	6,332	2,002	-8,430	,630	-1,948	9	,042	,083

Dari hasil dari perhitungan SPSS yang telah dilakukan, ditemukan nilai signifikansi yakni 0,083. Dalam hal ini menyatakan bahwa uji Paired Sample T-Test apabila sig > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pengaruh dongeng dengan regulasi emosi pada anak usia dini sehingga H_a ditolak dan H_o diterima.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana bentuk efektivitas dari pemberian dongeng terhadap bentuk regulasi emosi pada siswa dan siswi di TK. Pada penelitian yang dilakukan terdapat 10 orang siswa dan siswi dari TK Laboratorium UNP Padang yang menjadi partisipan dalam penelitian yang dilakukan ini. Berdasarkan analisis data yang sudah dilakukan dengan teknik analisis uji *Paired Sample T-test*, menunjukkan bahwa nilai signifikan $p > 0,05$. Sehingga hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara pengaruh dongeng dengan regulasi emosi yang diberikan kepada subjek penelitian. Sehingga hasil hipotesis yang didapatkan H_a ditolak dan H_o diterima. Sehingga bisa diketahui bahwa perlakuan atau *treatment* pemberian dongeng tidak bisa mempengaruhi atau berdampak pada regulasi emosi yang terjadi pada siswa dan siswi TK yang berusia 4-6 tahun.

Hal ini bisa diakibatkan karena penggunaan dasar teori oleh ahli utama yaitu Gross (1998) yang sudah terlalu lama jangka waktunya. Sehingga argumentasi yang diberikan oleh Gross sudah tidak sesuai dengan bentuk regulasi emosi yang ditunjukkan oleh siswa dan siswi TK yang berumur 4 sampai 6 tahun. Bentuk argumen yang disampaikan oleh Gross (1998), menunjukkan bahwa regulasi emosi adalah kepandaian individu dalam menilai, mengatai, mengelola dan mengeluarkan emosi yang pas dengan tujuan agar emosi yang ada didalam dirinya bisa seimbang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan yang didapat dari penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian dongeng tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap regulasi emosi siswa dan siswi TK Laboratorium UNP Padang. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan teknik uji Paired Sample T-test, didapatkan nilai signifikansi $p > 0,05$, yang berarti tidak ada perbedaan signifikan dalam regulasi emosi sebelum dan sesudah pemberian dongeng. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) ditolak dan hipotesis nol (H_o) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan atau treatment pemberian dongeng tidak efektif dalam mempengaruhi regulasi emosi anak-anak TK berusia 4-6 tahun. Salah satu kemungkinan penyebabnya adalah teori dasar yang digunakan oleh Gross (1998) mungkin sudah tidak relevan dengan bentuk regulasi emosi yang ditunjukkan oleh anak-anak pada rentang usia tersebut saat ini. Selain itu, instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala Likert yang dirumuskan secara positif dan negatif untuk variabel regulasi emosi. Metode pengukuran ini membantu peneliti dalam mengukur pendapat, sikap, dan persepsi anak-anak terhadap regulasi emosi setelah mendapatkan treatment penceritaan dongeng. Hasil dari analisis data menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada kemampuan regulasi emosi anak setelah perlakuan, yang mengindikasikan bahwa penceritaan dongeng dapat menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan regulasi emosi anak-anak.

Maka penceritaan dongeng dapat menjadi salah satu metode yang efektif dalam membantu meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak-anak di TK. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya memperhatikan pendekatan yang digunakan dalam proses pembelajaran anak-anak, di mana penceritaan dongeng dapat menjadi alternatif yang menarik dan efektif dalam mengembangkan regulasi emosi anak-anak. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih yang positif dalam mengembangkan metode pembelajaran yang lebih holistik dan lebih berorientasi pada perkembangan emosi anak-anak.

Saran

Berdasarkan hasil eksperimen yang sudah dilakukan terdapat beberapa saran yang dapat diberikan secara keseluruhan:

1. Peningkatan Kualitas Dongeng: Menyusun dongeng yang menarik dan bermakna bagi anak-anak TK agar dapat meningkatkan minat mereka dalam mendengarkan cerita. Penggunaan variasi cerita dan teknik penceritaan yang kreatif dapat membuat pengalaman mendengarkan dongeng menjadi lebih menarik.

2. Pengembangan Metode Evaluasi: Mengembangkan metode evaluasi yang lebih komprehensif untuk mengukur efektivitas dongeng dalam mempengaruhi emosi dan pemahaman anak-anak. Selain menggunakan lembar pre-test dan post-test, bisa juga mempertimbangkan penggunaan metode observasi langsung untuk mendapatkan data yang lebih akurat.
3. Pelatihan bagi Pengajar: Memberikan pelatihan kepada guru atau pendongeng dalam menyampaikan cerita dongeng secara efektif. Hal ini dapat membantu mereka dalam memahami cara terbaik untuk berinteraksi dengan anak-anak dan membangun suasana yang mendukung dalam proses mendongeng.
4. Kolaborasi dengan Orang Tua: Melibatkan orang tua dalam proses mendongeng di sekolah untuk menciptakan keterlibatan yang lebih baik antara sekolah dan rumah. Orang tua dapat menjadi mitra penting dalam mendukung perkembangan anak-anak melalui kegiatan mendengarkan dongeng.
5. Penelitian Lanjutan: Melakukan penelitian lanjutan untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai dampak mendengarkan dongeng terhadap perkembangan anak-anak, baik dari segi emosi, kognitif, maupun sosial. Penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan bermanfaat bagi dunia pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *PILAR*, 14(1), 15-31.
- Ardini, P. P. (2012). Pengaruh dongeng dan komunikasi terhadap perkembangan moral anak usia 7-8 tahun. *Jurnal Pendidikan Anak*, 1(1).
- Aryansah, J. E., & Sari, S. P. (2021). Analisis peran regulasi emosi mahasiswa terhadap kebijakan School From Home di masa pandemi Covid 19. *Jurnal Pemerintahan Dan Politik*, 6(1).
- Ayuningtiyas, C. (2020). Regulasi emosi siswa dalam pembelajaran daring. *Dharmas Education Journal (DE_Journal)*, 1(2), 107-113.
- Azizah, F. F., & Jannah, M. (2020). Pengaruh meditasi otogenik terhadap regulasi emosi pada atlet anggar. *Character*, 7(2), 62-67.
- Effendi, E., Mursilah, M., & Mujiono, M. (2018). Korelasi tingkat perhatian orang tua dan kemandirian belajar dengan prestasi belajar siswa. *Titian Ilmu: Jurnal Ilmiah Multi Sciences*, 10(1), 17-23.

- Fitriana, R. N., Fitriana, S., & Dian, M. P. (2021). Dampak perceraian terhadap regulasi emosi siswa SMK. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humaniora*.
- Gara-gara cetak gol bunuh diri, siswi SD dianiaya teman-teman hingga masuk ICU. (2018). Retrieved March 12, 2024, from <https://kompas.com>
- Gnjatović, D. (2015). Stories in different domains of child development. *Research in Pedagogy*, 5(1), 84-97.
- Gross, J. J. (Ed.). (2007). *Handbook of emotion regulation*. Guilford Publications.
- Hardini, P., & Abdullah, M. H. (2015). Pengaruh dongeng terhadap kemampuan empati anak kelompok B. *PAUD Teratai*, 4(2), 1-7.
- Hidayatullah, S., Jupri, A. R., & Masykuroh, K. (2022). Pelatihan dongeng dialogis dengan media digital untuk meningkatkan literasi emergen. *Abdimas Galuh*, 4(2), 1183-1192.
- Hudhana, W. D., & Ariyana, A. (2018). Menanamkan budaya literasi pada anak usia dini melalui dongeng. *Lingua Rima: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 7(2).
- Istiqomah, G., & Wahyuni, D. (2023). Pengenalan emosi positif dan emosi negatif pada anak usia dini. *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(1), 243-249.
- Jaedun, A. (2011). *Metodologi penelitian eksperimen*. Fakultas Teknik UNY.
- Kumala, K. H., & Darmawanti, I. (2022). Strategi regulasi emosi pada mahasiswa dengan banyak peran. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(3), 19-29.
- Mulia, T. I., & Sundari, A. R. (2024). Pengaruh religiusitas dan regulasi emosi terhadap kesejahteraan psikologis guru. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 4(1), 47-57.
- Pratisti, W. D., & Prihartanti, N. (2012). Konsep mawas diri Suryomentaram dengan regulasi emosi.
- Prawening, C. (2020). *Nilai dan penalaran moral anak usia dini dalam buku-buku dongeng anak Room To Read Accelerator (Doctoral dissertation, IAIN)*.
- Putri, C. I. H., & Primana, L. (2017). Pelatihan regulasi emosi anak usia prasekolah (3-4 tahun). *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(2), 190-202.
- Ratminingsih, N. M. (2010). Penelitian eksperimental dalam pembelajaran bahasa kedua. *Prasi*, 6(11).
- Rukiyah, R. (2018). Dongeng, mendongeng, dan manfaatnya. *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, dan Informasi*, 2(1), 99-106.
- Safitri, G. S. (2017). Hubungan antara konflik orang tua dan regulasi emosi remaja.
- Sari, L., & Aulia, P. (2021). Pengaruh metode bercerita dengan gambar dalam meningkatkan kemampuan komunikasi anak usia dini. *GENIUS: Indonesian Journal of Early Childhood Education*, 2(2), 127-140.

- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2005). Psikologi eksperimen. Jakarta: PT Indeks.
- Suharsono, Y. (2014). Validitas dan reliabilitas skala self-efficacy. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 144-151.
- Trihastuti, A., Mulya, Y. A., Abdillah, Z., & Hidayati, F. (2018). Pengaruh dongeng dalam peningkatan emosi positif anak usia prasekolah. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 15(2), 1-6.
- Ulfa, R. (2021). Variabel penelitian dalam penelitian pendidikan. *Al-Fathonah*, 1(1), 342-351.
- Umah, N. (2022). Analisis nilai sastra anak dalam dongeng "Kisah Laba-Laba Yang Sabar". *Arkhai: Jurnal Ilmu Bahasa dan Sastra Indonesia*, 13(1), 47-54.
- Utami, F. A., & Fitriyani, H. (2019). Self-help book untuk meningkatkan regulasi emosi dengan menggunakan treatment emotion-focused therapy pada peserta didik korban perundungan kelas XI di SMA Negeri 112 Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(2), 151-159.
- Wahyudin, W. (2016). Kemampuan menentukan isi cerita rakyat siswa kelas X SMA Negeri.