

EMOTIONAL REGULATION PADA ANAK USIA 4-6 TAHUN

SKRIPSI



Zaatul Izzah
202010230311176

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2024

EMOTIONAL REGULATION PADA ANAK USIA 4-6 TAHUN

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai
Salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



ZAATUL IZZAH
NIM : 202010230311176

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2024

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

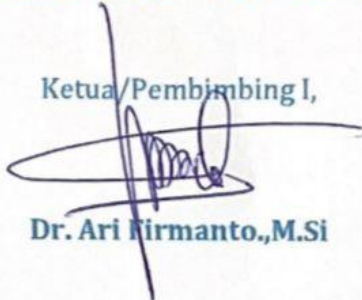
ZAATUL IZZAH

Nim : 202010230311176

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 07 Oktober 2024
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,



Dr. Ari Firmanto.,M.Si

Anggota I



Putri Saraswati, S.Psi.,M.Psi

Anggota II



Aransha Karnilla Nadia Putri, S.Psi.,M.Sc

Mengesahkan

Dekan,



Dr. Ri Siti Suminarti Fasikhah, M.Si

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zaatul Izzah

NIM : 202010230311176

Fakultas / Jurusan : Psikologi

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul :

Emotional Regulation Pada Anak Usia 4-6 Tahun

Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.

1. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 1 Oktober 2024

Mengetahui
Ketua Program Studi

Putri Saraswati, S.Psi., M.Psi



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayah-Nya saya selaku penulis dapat menyelesaikan tugas akhir saya ini dengan judul “Bermain Kolase Untuk Meningkatkan *Emotional Regulation* Pada Anak Usia 4-6 Tahun” sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang. Selama proses penulisan tugas akhir ini tidak selalu mudah jalannya namun berkat ridho Allah SWT akhirnya tugas akhir ini dapat saya selesaikan meskipun lebih lambat apabila dibandingkan dengan teman-teman angkatan saya angkatan 2020. Untuk bisa sampai sekarang tentu tidak terlepas dari peran berbagai pihak. Sehingga pada kesempatan ini saya selaku penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Rr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang dan juga dosen wali kelas saya selama masa kuliah yang telah memberikan ilmu dan wawasan yang berguna bagi saya dan teman-teman kelas D
2. Bapak Dr. Ari Firmanto, S.Psi., M.Si., selaku dosen Pembimbing yang banyak meluangkan waktu beliau untuk memberikan bimbingan, arahan serta masukan selama proses penyusunan tugas akhir ini hingga dapat saya selesaikan
3. Keluarga besar saya terutama Mamah dan Bapak yang tiada henti untuk mendoakan saya, memfasilitasi saya dengan sangat baik selama saya menuntut ilmu dan selalu memberikan dukungan kepada saya sehingga akhirnya saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Terima kasih juga kepada kakak dan adik saya rizky dan qolby.
4. Kepada alm. Nunu, nabila, dan titin yang selama ini selalu memberikan saya motivasi, dukungan, saran dan selalu bisa diajak berdiskusi mengenai berbagai hal terutama mengenai tugas akhir ini
5. Sahabat dan teman-teman saya yang selalu memberikan dukungan dan semangat anastasya dan nur imama.
6. Teman-teman kost saya fina, kak daffa, kak, fikry, kak sihan, ifan, kak anggi terutama ami yang selalu memberikan semangat dan membantu dalam mengerjakan tugas akhir.
7. Subjek penelitian yang telah bersedia secara sukarela untuk meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian.
8. Kepada seluruh pihak yang namanya tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membantu saya selama ini dari awal perkuliahan hingga akhirnya saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Penulis menyadari tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, 1 Oktober 2024

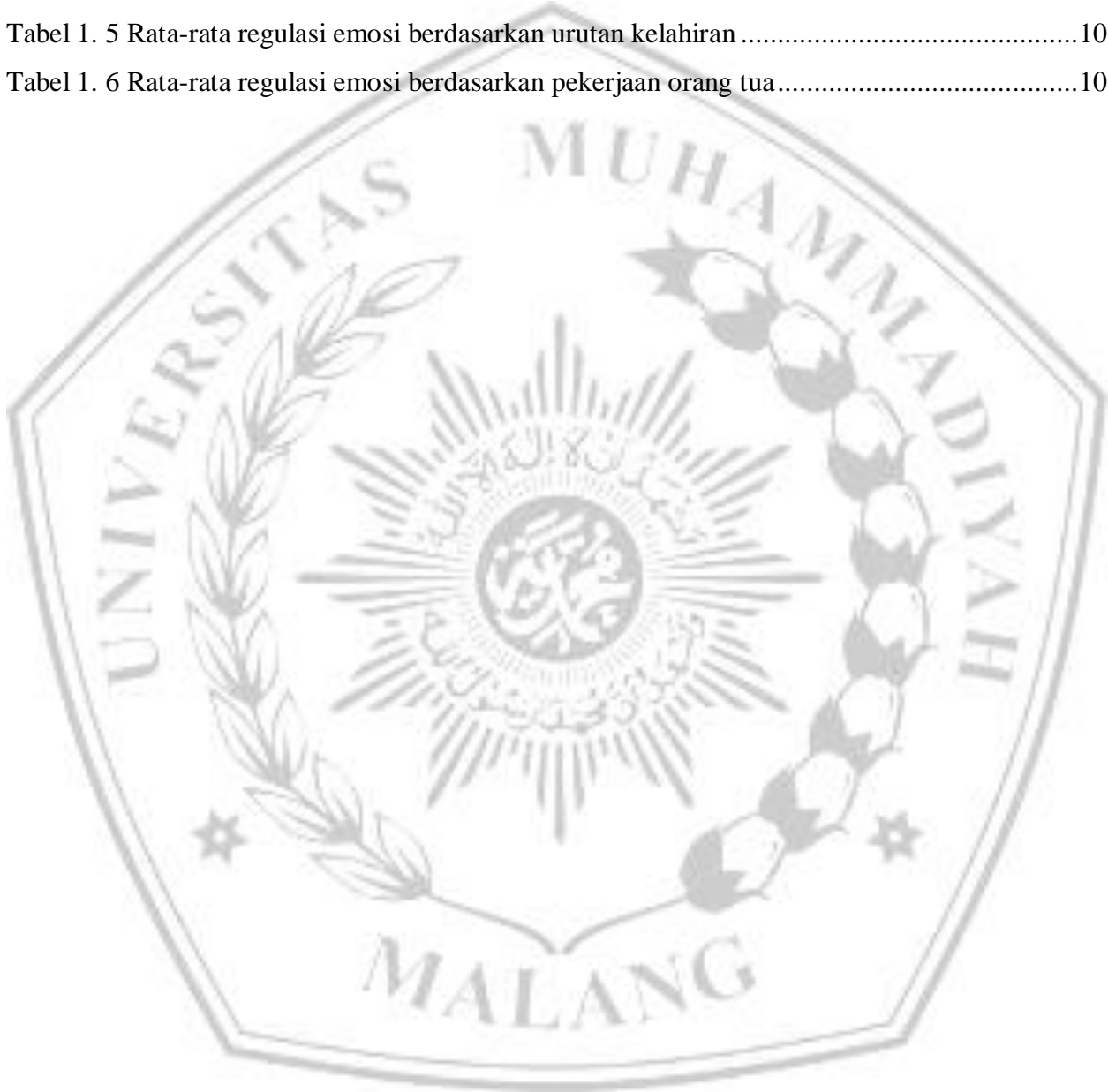
Zaatul Izzah

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
ABSTRAK.....	1
PENDAHULUAN	1
Emotional Regulation	3
Aspek Emotional Regulation	4
Dinamika Regulasi Emosi.....	4
Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Emotional Regulation.....	4
Emotional Regulation Pada Anak Usia Dini.....	4
Anak Usia Dini.....	5
Perbedaan Emosi Pada Anak Laki-Laki dan Perempuan	6
Kerangka Berfikir.....	6
METODE PENELITIAN	7
HASIL PENELITIAN.....	8
DISKUSI	11
SIMPULAN DAN IMPLIKASI	12
REFERENSI.....	12
LAMPIRAN	14

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Demografi Subjek.....	8
Tabel 1. 2 Kategorisasi variabel regulasi emosi	9
Tabel 1. 3 Kategorisasi aspek regulasi emosi.....	9
Tabel 1. 4 Rata-rata regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin.....	10
Tabel 1. 5 Rata-rata regulasi emosi berdasarkan urutan kelahiran	10
Tabel 1. 6 Rata-rata regulasi emosi berdasarkan pekerjaan orang tua.....	10



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Regulasi Emosi.....	18
Lampiran 2 Output Analisis Data.....	20
Lampiran 3 Tabel Data Kasar.....	21
Lampiran 4 Tabel Data Bersih.....	23
Lampiran 5 Uji Verifikasi Data.....	23
Lampiran 6 Uji Plagiasi.....	26
Lampiran 7 Blueprint Instrumen.....	27



EMOTIONAL REGULATION PADA ANAK USIA 4-6 TAHUN

Zaatul Izzah

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

zaatulizzah1902@gmail.com

Abstrak. Regulasi emosi adalah suatu proses eksternal dan internal yang ada dalam diri anak yang bertanggung jawab untuk memantau, mengevaluasi, serta memodifikasi reaksi emosi pada diri anak tersebut guna mencapai tujuan yang diinginkannya. Anak usia 4-6 tahun berada dalam masa golden age dan itu juga masa kritis untuk perkembangan emosi mereka, dimana mereka mulai belajar untuk mengenali dan mengelola emosi mereka yang nantinya menjadi dasar untuk perkembangan emosi dan interaksi sosialnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran mengenai regulasi emosi anak usia 4-6 tahun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif studi deskriptif, dan metode analisisnya menggunakan statistik deskriptif dengan kriteria subjek orang tua yang memiliki anak usia 4-6 tahun. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah Emotion Regulation Checklist (ERC). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat regulasi emosi anak usia 4-6 tahun mayoritas berada dalam kategori sedang berjumlah 53 anak (69%), pada kategori tinggi berjumlah 13 anak (17%), dan sisanya pada kategori rendah berjumlah 11 anak (14%).

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Anak Usia Dini

Abstract. *Emotion regulation is an external and internal process within the child that is responsible for monitoring, evaluating, and modifying the child's emotional reactions in order to achieve the desired goals. Children aged 4-6 years are in the golden age and this is also a critical period for their emotional development, where they begin to learn to recognize and manage their emotions, which will later become the basis for their emotional development and social interactions. The aim of this research is to provide an overview of the emotional regulation of children aged 4-6 years. This research uses a quantitative descriptive study approach, and the analysis method uses descriptive statistics with the subject criteria being parents who have children aged 4-6 years. The instrument used in this research was the Emotion Regulation Checklist (ERC). The results of the study showed that the level of emotional regulation of children aged 4-6 years was mostly in the medium category, numbering 53 children (69%), in the high category, numbering 13 children (17%), and the remainder in the low category, numbering 11 children (14%).*

Keywords: Emotion Regulation, early childhood

Perkembangan emosi pada anak usia dini merupakan aspek penting yang menjadi fondasi bagi kehidupan sosial dan kognitif mereka di masa depan. Pada usia 4-6 tahun, anak-anak mulai menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam memahami emosi mereka sendiri serta mengelola dan mengekspresikan emosi dalam berbagai konteks sosial. Kemampuan ini dikenal sebagai *emotional regulation* atau regulasi emosi, yaitu kemampuan untuk memahami, memantau, dan mengendalikan respons emosional mereka dengan cara yang adaptif (Thompson & Goodvin, 2016). Hal ini mempengaruhi interaksi anak dengan lingkungannya, baik di dalam keluarga, sekolah, maupun dengan teman sebaya. Pada usia ini, meskipun kemampuan regulasi emosi sedang berkembang, anak-anak sering kali mengalami berbagai emosi dengan intens, seperti kebahagiaan, kemarahan, frustrasi, atau kesedihan (Denham, Bassett, & Zinsser, 2019). Oleh karena itu, dukungan dari orang tua, guru, dan pengasuh sangat penting untuk membantu anak mengelola emosinya dengan cara yang positif, karena regulasi emosi yang baik berperan penting dalam membentuk kepribadian anak di masa depan dan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Anak-anak usia 4-6 tahun masih sangat membutuhkan bimbingan dalam mengelola emosi, sehingga mereka bisa belajar mengekspresikan perasaan dengan tepat dan mengatasi konflik emosional yang mungkin mereka hadapi.

Regulasi emosi bukan hanya sekedar kemampuan untuk mengontrol perasaan marah atau sedih, tetapi mencakup berbagai aspek penting yang perlu diperhatikan dalam perkembangan emosi anak. Salah satu aspek utama adalah pemahaman emosi, di mana anak mulai mengembangkan kemampuan untuk mengenali dan memahami emosi yang mereka rasakan dan juga emosi orang lain. Pada usia ini, anak mulai dapat membedakan antara perasaan senang, marah, sedih, dan takut, meskipun pemahaman mereka tentang emosi yang lebih kompleks seperti rasa bersalah atau malu masih terbatas (Morris et al., 2017). Kemampuan anak untuk mengenali emosi ini merupakan dasar penting untuk bisa mengelola emosinya secara efektif. Selain pemahaman, kemampuan mengendalikan emosi juga menjadi aspek penting. Anak-anak perlu belajar bagaimana mengontrol respons emosional mereka ketika menghadapi situasi menantang, seperti rasa frustrasi saat mainan rusak atau marah ketika teman tidak mau berbagi. Pengendalian emosi ini membutuhkan dukungan dari orang dewasa sebagai contoh (Eisenberg, Spinrad, & Eggum, 2016). Anak yang diajarkan untuk mengelola kemarahan atau frustrasi dengan cara yang sehat akan lebih mampu menghadapi konflik di kemudian hari, baik dalam situasi sosial maupun akademik. Ekspresi emosi juga merupakan bagian penting dari regulasi emosi. Pada usia ini, anak mulai belajar mengekspresikan emosi dengan cara yang tepat. Meskipun mereka mungkin belum selalu mampu mengekspresikannya secara verbal, interaksi dengan orang dewasa dan teman sebaya menjadi sarana pembelajaran. Anak yang tidak mendapatkan dukungan dalam mengekspresikan emosi secara sehat berisiko menunjukkan perilaku agresif atau menarik diri dari interaksi sosial. Karena itu, sangat penting bagi orang tua dan pengasuh untuk menjadi contoh dalam mengekspresikan emosi secara positif (Denham et al., 2019).

Penelitian menunjukkan adanya perbedaan dalam regulasi emosi antara anak laki-laki dan perempuan. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk pengaruh biologis, sosial, dan budaya. Anak perempuan umumnya lebih cepat dalam mengenali dan mengekspresikan emosi mereka dibandingkan anak laki-laki. Mereka cenderung lebih mampu berbicara tentang perasaan mereka dan lebih terbuka dalam mengungkapkan emosi seperti sedih atau takut (Brody, 2015). Sebaliknya, anak laki-laki cenderung menunjukkan reaksi yang lebih intens terhadap emosi negatif seperti marah dan frustrasi, namun sering mengalami kesulitan

dalam mengekspresikan emosi tersebut secara verbal (Zhou, Chen, & Main, 2016). Hal ini mungkin berkaitan dengan *stereotip gender* yang ada di masyarakat, di mana anak laki-laki sering diajarkan untuk menahan emosi tertentu, terutama emosi yang dianggap lemah seperti takut atau sedih, sementara mereka lebih didorong untuk mengekspresikan kemarahan atau kekuatan fisik. Anak perempuan, di sisi lain, biasanya lebih didorong untuk mengekspresikan emosi mereka secara verbal dan menunjukkan empati yang lebih besar dalam interaksi sosial. Meskipun demikian, penting untuk diingat bahwa setiap anak adalah individu yang unik, dan perkembangan regulasi emosi mereka bisa sangat bervariasi tergantung pada lingkungan keluarga, pengalaman hidup, serta karakteristik pribadi (McRae et al., 2017).

Kemampuan regulasi emosi yang baik sangat penting bagi anak-anak, karena hal ini mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk kesejahteraan emosional, hubungan sosial, dan kesuksesan akademik. Anak yang mampu mengelola emosinya dengan baik cenderung lebih mudah beradaptasi dalam berbagai situasi sosial, baik di lingkungan keluarga maupun di sekolah. Mereka lebih mampu menghadapi konflik, bekerja sama dengan teman sebaya, serta menunjukkan empati dan pengertian terhadap perasaan orang lain (Saarni, 2015). Sebaliknya, anak yang mengalami kesulitan dalam regulasi emosi mungkin lebih sering menunjukkan perilaku agresif, menarik diri dari interaksi sosial, atau mengalami kesulitan belajar. Dalam jangka panjang, regulasi emosi yang baik pada masa kanak-kanak dapat mendukung perkembangan mental dan emosional yang sehat, serta membantu anak-anak mengatasi tekanan hidup dengan cara yang lebih adaptif. Oleh karena itu, penting bagi orang tua, guru, dan pengasuh untuk memberikan bimbingan dan dukungan yang tepat agar anak-anak dapat mengembangkan keterampilan ini secara optimal. Regulasi emosi tidak hanya berpengaruh pada kesejahteraan emosional anak, tetapi juga berperan dalam menentukan kesuksesan mereka di berbagai bidang kehidupan (Gross, 2014). Berdasarkan dari uraian latar belakang yang telah di paparkan maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran regulasi emosi pada anak usia 4-6 tahun?. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran regulasi emosi pada anak usia 4-6 tahun. Manfaat penelitian ini adalah dapat menjadi referensi baru dalam penelitian di bidang psikologi mengenai *Emotional Regulation* pada anak usia 4-6 tahun.

Emotional Regulation

Regulasi emosi merupakan suatu proses individu dalam membentuk emosi dan mengetahui bagaimana mengekspresikannya (Gross, 2014). Thompson (2001) mengemukakan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertindak laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi. Sebagai individu, kita mengenal berbagai macam emosi, seperti bahagia, sedih, marah, kecewa, dan masih banyak emosi-emosi lainnya. Agar emosi-emosi itu tidak meluap secara berlebihan, kita perlu mengolahnya, pengolahan emosi ini yang biasa kita sebut dengan regulasi emosi.

Menurut Reivich & Shatte (2002) definisi regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan. Individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah. Pengekspresian emosi, baik negatif maupun positif, merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat. Reivich dan Shatte (2002) mengemukakan dua hal penting yang terkait dengan regulasi emosi, yaitu

ketenangan (*calming*) dan fokus (*focusing*). Individu yang mampu mengelola kedua keterampilan ini, dapat membantu meredakan emosi yang ada, memfokuskan pikiran-pikiran yang mengganggu dan mengurangi stress. Kemampuan regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai pengalaman emosi mereka dan kemampuan mengontrol, mengekspresikan emosi dan perasaan tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Bonanno & Mayne, 2001).

Aspek Emotional Regulation (disamakan)

Menurut Gross & Thompson (2006) ada tiga aspek dari regulasi emosi, yaitu: 1) Memonitor emosi (*emotions monitoring*). *Emotional monitoring* adalah aspek yang mendasar dalam meregulasi emosi, karena membantu tercapainya aspek yang lain. *Emotional monitoring* adalah kemampuan individu dalam memahami dan menyadari proses yang terjadi dalam dirinya, perasaannya, pikirannya dan latar belakang dari tindakannya secara keseluruhan. 2) Mengevaluasi emosi (*emotions evaluating*). Kemampuan yang dapat membuat individu melihat suatu peristiwa yang dialami dari sisi positif dan dapat membuat seseorang mengambil kebaikan/hikmah dibalik peristiwa yang terjadi. 3) Memodifikasi emosi (*emotions modification*). Kemampuan memodifikasi emosi, membuat seseorang dapat bertahan dalam menghadapi masalah dan terus berusaha untuk melewati segala hambatan dalam hidupnya dengan baik.

Dinamika Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk memantau, menilai, dan mengubah intensitas dan durasi reaksi emosional sesuai dengan situasi yang dihadapi. Pada anak usia dini, regulasi emosi sangat dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungan sosial, terutama orang tua, guru, dan teman sebaya (Denham et al., 2019). Dalam proses ini, anak-anak mulai belajar mengendalikan reaksi emosional mereka dan menggunakan strategi yang sesuai dalam berbagai situasi sosial.

Menurut Gross (2014), regulasi emosi melibatkan dua proses utama, yaitu pengendalian diri dan ekspresi emosi. Pengendalian diri mengacu pada kemampuan anak untuk menunda respons impulsif dan mengelola emosi negatif, sementara ekspresi emosi mengacu pada kemampuan untuk menunjukkan emosi yang sesuai dengan norma sosial.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Emotional Regulation

Faktor yang mempengaruhi regulasi emosi menurut Gross (2007) yaitu: a. Genetik Ada bagian di otak yang berkontribusi terhadap regulasi emosi yang mempengaruhi tempramen dan affect individu. b. Usia Semakin bertambahnya usia, maka semakin baik pula regulasi emosi dan kontrol emosi yang dimiliki individu. c. Religiusitas Setiap individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi akan berusaha untuk menampilkan emosi yang tidak berlebihan bila dibandingkan dengan orang yang tingkat religiusitasnya rendah. d. Gaya Pengasuhan Orang tua dapat mempengaruhi pembentukan regulasi emosi awal anak, dikarenakan orang tua memiliki perbedaan dalam memandang bagaimana cara mengekspresikan emosi.

Emotional Regulation Pada Anak Usia Dini

Emotional regulation adalah kemampuan untuk memantau, menilai, dan mengubah intensitas dan durasi reaksi emosional sesuai dengan situasi yang dihadapi. Pada anak usia dini, regulasi emosi sangat dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungan sosial, terutama orang tua, guru, dan

teman sebaya (Denham et al., 2019). Dalam proses ini, anak-anak mulai belajar mengendalikan reaksi emosional mereka dan menggunakan strategi yang sesuai dalam berbagai situasi sosial.

Menurut Gross (2014), *emotional regulation* melibatkan dua proses utama, yaitu pengendalian diri dan ekspresi emosi. Pengendalian diri mengacu pada kemampuan anak untuk menunda respons impulsif dan mengelola emosi negatif, sementara ekspresi emosi mengacu pada kemampuan untuk menunjukkan emosi yang sesuai dengan norma sosial.

Anak Usia Dini

Anak usia dini, yang biasanya berada pada rentang usia 0-6 tahun, adalah individu yang sedang mengalami perkembangan pesat dalam berbagai aspek, termasuk fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Pada tahap ini, anak-anak mengalami pertumbuhan yang sangat cepat dan membutuhkan stimulasi yang sesuai agar potensi mereka dapat berkembang secara optimal. Menurut Santrock (2018), anak usia dini berada pada tahap penting dalam perkembangan psikososial yang memungkinkan mereka mulai memahami diri sendiri, mengembangkan keterampilan sosial, serta membangun fondasi emosi yang sehat.

Pada masa usia dini, dinamika perkembangan anak melibatkan interaksi antara faktor genetik dan lingkungan yang mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka. Pertumbuhan fisik berlangsung dengan cepat, termasuk perkembangan otot, sistem motorik, serta keterampilan sensorik. Selain itu, perkembangan kognitif juga berlangsung melalui interaksi dengan lingkungan, termasuk keluarga dan teman sebaya (Papalia, Olds, & Feldman, 2018). Anak-anak belajar dari pengalaman sehari-hari, yang membantu mereka dalam pembentukan konsep-konsep dasar, pengambilan keputusan, dan pemecahan masalah sederhana. Perkembangan bahasa merupakan aspek penting lainnya pada anak usia dini. Anak-anak mulai menguasai bahasa melalui interaksi dengan orang dewasa dan anak-anak lainnya. Kemampuan bahasa ini penting karena terkait langsung dengan perkembangan kognitif dan sosial mereka. Vygotsky (2016) menekankan bahwa melalui komunikasi verbal, anak-anak dapat belajar cara mengekspresikan perasaan dan gagasan mereka, yang pada akhirnya membantu dalam regulasi emosi.

Pertumbuhan anak usia dini dapat dibagi menjadi beberapa aspek, yaitu fisik, kognitif, sosial, dan emosional. 1) Pertumbuhan Fisik: Pada tahap ini, anak mengalami peningkatan signifikan dalam hal tinggi badan, berat badan, dan koordinasi motorik. Anak-anak mulai belajar keterampilan motorik halus dan kasar yang mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. 2) Perkembangan Kognitif: Berdasarkan teori Piaget (2016), anak usia dini berada dalam tahap praoperasional, di mana mereka mulai menggunakan simbol dan imajinasi untuk memahami dunia. Namun, pada tahap ini, mereka belum dapat berpikir logis secara penuh dan sering kali hanya memusatkan perhatian pada satu aspek dari suatu situasi. 3) Perkembangan Sosial: Anak usia dini mulai membentuk hubungan sosial dengan teman sebaya dan orang dewasa lainnya selain anggota keluarga. Mereka belajar berinteraksi, berbagi, serta memahami norma dan aturan sosial melalui permainan dan aktivitas sehari-hari. 4) Perkembangan Emosional: Anak-anak pada usia ini mulai memahami dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik. Mereka belajar mengenali emosi seperti marah, sedih, atau senang, serta mulai menggunakan strategi dasar untuk mengendalikan perasaan tersebut (Thompson & Goodvin, 2016).

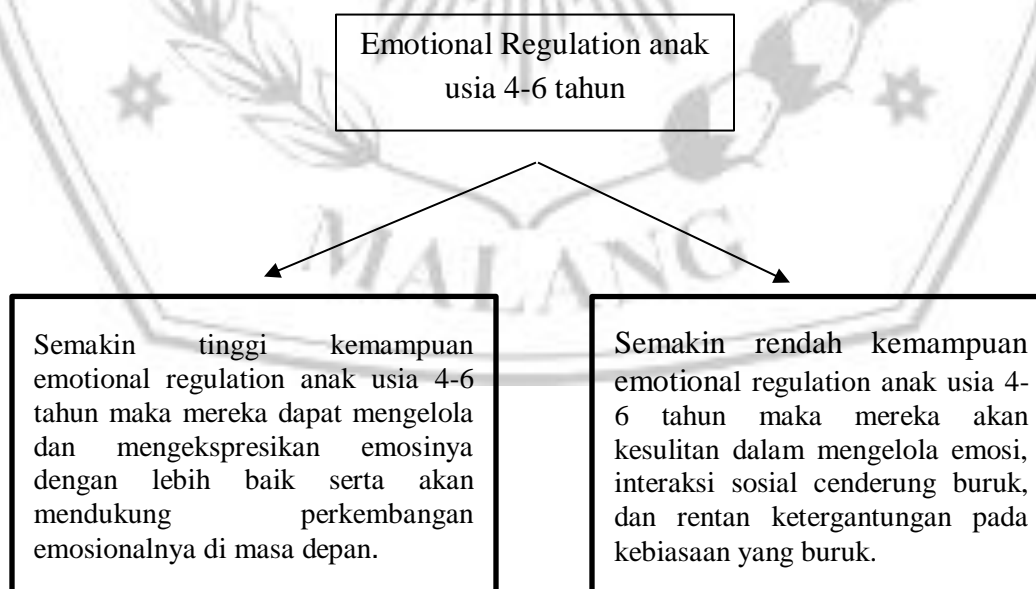
Emotional regulation pada anak usia dini ditandai oleh beberapa ciri berikut: 1) Pengendalian Reaksi Emosional: Anak mulai mampu menahan diri dari reaksi emosional yang ekstrem seperti tantrum. Mereka mungkin belajar untuk menenangkan diri atau mencari bantuan dari orang dewasa ketika merasa marah atau frustrasi (Eisenberg et al., 2016). 2) Ekspresi Emosi yang Tepat: Anak usia dini mulai belajar untuk mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang lebih tepat, seperti menggunakan kata-kata alih-alih berteriak atau menangis berlebihan ketika merasa tidak puas. 3) Pemahaman Tentang Emosi: Pada tahap ini, anak-anak mulai mengenali dan memberi nama emosi yang mereka rasakan. Mereka mulai menyadari bahwa orang lain juga memiliki emosi dan dapat belajar untuk menunjukkan empati. 4) Penggunaan Strategi Pengaturan Emosi: Anak-anak mulai mengembangkan strategi untuk mengatur emosi mereka, seperti menjauh dari situasi yang memicu kemarahan atau mencari cara untuk menghibur diri ketika merasa sedih.

Perbedaan Emosi Pada Anak Laki-Laki dan Perempuan

Penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa perbedaan dalam regulasi emosi antara anak laki-laki dan perempuan, yang sebagian besar dipengaruhi oleh faktor sosial dan budaya. Anak perempuan cenderung lebih mudah mengekspresikan emosi secara verbal dan menunjukkan empati dibandingkan anak laki-laki (Zhou, Chen, & Main, 2016). Di sisi lain, anak laki-laki sering kali didorong untuk menahan emosi, terutama emosi yang dianggap lemah seperti kesedihan atau ketakutan.

Anak perempuan juga cenderung lebih sering menggunakan strategi regulasi emosi yang lebih adaptif, seperti mencari dukungan sosial atau menggunakan komunikasi verbal untuk mengatasi situasi emosional. Sebaliknya, anak laki-laki mungkin lebih cenderung mengekspresikan emosi mereka melalui tindakan fisik atau agresi ketika merasa frustrasi atau marah (Eisenberg et al., 2016). Perbedaan ini tidak hanya dipengaruhi oleh biologi, tetapi juga oleh peran gender yang dipelajari melalui sosialisasi dalam lingkungan mereka.

Kerangka Berfikir



METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode yang menyelidiki tentang masalah sosial berdasarkan pengujian dari teori-teori yang terdiri dari variabel-variabel yang diukur dengan angka dan dianalisis menggunakan prosedur statistik (Ali & Haryati, 2022., Pratiwi *et al*, 2022). Desain penelitian ini menggunakan metode studi deskriptif. *Studi Deskriptif Kuantitatif* adalah metode analisis statistik yang digunakan untuk menggambarkan rangkuman serta menganalisis data kuantitatif yang berupa angka-angka, hal ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas serta terperinci mengenai data-data yang telah dikumpulkan sebelumnya sehingga memudahkan peneliti dalam menginterpretasi data (Sudirman *et al*, 2023).

Subjek Penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Teknik *Purposive Sampling*. Menurut Sugiyono (2019) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Artinya pengambilan sampel didasarkan pada pertimbangan atau kriteria tertentu yang telah dirumuskan terlebih dahulu oleh peneliti. Subjek penelitian adalah orang tua yang memiliki anak berusia 4-6 tahun baik laki-laki dan perempuan yang masih dalam masa prasekolah. Responden yang sesuai dengan kriteria akan mengisi skala regulasi emosi, dan pada penelitian ini terdapat sebanyak 77 subjek.

Variabel dan Instrumen

Ridha (2017) menyatakan bahwa variabel penelitian merupakan atribut, nilai/sifat dari objek, individu/kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang kemudian dikumpulkan dan ditarik informasinya menjadi satu kesimpulan. Variabel pada penelitian ini adalah *Emotional Regulation*. *Emotional Regulation* merupakan cara individu dalam mengontrol, mengenali, menyampaikan emosi dengan baik, dimana emosi negatif yang individu keluarkan akan berkurang dikarenakan emosi positif yang mendominasi.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *emotional regulation* dalam penelitian ini adalah skala *Emotional Regulation Checklist (ERC)*. ERC adalah kuesioner yang digunakan untuk mengukur ekspresi dan regulasi emosi anak, di mana aspek tersebut diukur karena sejalan dengan tujuan penelitian. Kuesioner ini terdiri dari 24-item yang mencakup dua aspek, yaitu regulasi emosi dan negativitas/labilitas. Pengisian kuesioner dilakukan dengan memilih skala likert 1-4, yaitu tidak pernah, kadang-kadang, sering, dan hampir selalu. Skala *Emotional Regulation Checklist (ERC)* telah diadaptasi oleh Putri (2021), dan menunjukkan nilai reliabilitas yang baik yaitu sebesar 0,951.

Prosedur dan Analisis Data

Pada penelitian ini menggunakan tiga tahapan yaitu, tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap analisis data. Tahap persiapan, peneliti mendalami dan mengkaji masalah dan menentukan hipotesis terhadap masalah yang akan diteliti. Lalu, peneliti menentukan dan mencari metode yang cocok dalam hipotesis penelitian yang diteliti. Tahap pelaksanaan, peneliti menyebarkan skala *Emotional Regulation Checklist (ERC)* kepada responden yang memenuhi karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti dengan menggunakan google form. Setelah data terkumpul,

maka akan dilakukan tahap terakhir yaitu tahap analisis data. Pada tahap ini metode analisis yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif yang hanya menggambarkan atau menganalisa satu variabel saja yaitu regulasi emosi anak usia 4-6 tahun dan data-data yang didapatkan tersebut akan diolah data menggunakan software JAMOVI. Untuk analisis data dari studi eksperimental yang melibatkan satu komponen dengan tiga atau lebih kelompok, digunakan Analisis Variansi Satu Arah (ANOVA). Metode ini, yang juga dikenal sebagai ANOVA satu arah, mengelompokkan data berdasarkan satu kriteria. Uji statistik ini menggunakan uji F untuk menentukan apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara hitungan tiga kelompok atau lebih.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan data yang didapatkan pada penelitian ini dan setelah dilakukan analisis data didapatkan hasil dari sebanyak 77 data subjek penelitian yang telah sesuai dengan karakteristik sampel yang telah ditentukan pada penelitian ini dan data tersebut diolah dengan JAMOVI. Berikut ini pada tabel 1.1 adalah gambaran data demografi subjek yang telah didapatkan pada penelitian ini.

Tabel 1.1 Demografi Subjek

No.	Deskripsi	Kategori	Jumlah (N)	Presentase (%)
1.	Jenis Kelamin	Laki-Laki	33	43%
		Perempuan	44	57%
		Total	77	100%
2.	Usia Anak	4	42	55%
		5	21	27%
		6	14	18%
3.	Urutan Kelahiran	Pertama	14	18%
		Tengah	6	8%
		Terakhir	36	47%
		Tunggal	21	27%
4.	Pekerjaan Orang Tua	Ayah bekerja dan Ibu bekerja	31	40%
		Ayah bekerja dan Ibu tidak bekerja	46	60%

Pada penelitian ini, jumlah data subjek penelitian yang digunakan adalah sebanyak 77 subjek. Subjek penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak berusia 4-6 tahun, baik berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan yang masih dalam masa pra sekolah. Berdasarkan data demografi pada tabel 1.1 diatas sebagian besar anak berusia 4 tahun (55%). Berjenis kelamin perempuan (57%) dan yang berjenis kelamin laki-laki(43%). Selain itu, sebagian besar anak adalah anak urutan terakhir atau bungsu (47%) dan dari kedua orang tua mereka hanya ayah saja yang bekerja (60%).

Tabel 1. 2 kategorisasi variabel regulasi emosi

Kategori	Frekuensi	Presentase
RENDAH	11	14%
SEDANG	53	69%
TINGGI	13	17%

Pada hasil kategorisasi variabel regulasi emosi terlihat bahwa sebagian besar anak usia 4-6 tahun memiliki kemampuan regulasi emosi di tingkat sedang, dimana bisa dilihat pada tabel 1.2 diatas ini yang menunjukkan bahwa regulasi emosi anak usia 4-6 tahun pada tingkat sedang terdapat sebanyak 69% atau 53 anak. Sedangkan sisanya terdapat 14% atau 11 anak yang memiliki kemampuan regulasi emosi tingkat rendah dan 17% atau 13 anak memiliki tingkat regulasi emosi tingkat tinggi.

Tabel 1. 3 kategorisasi aspek regulasi emosi

Aspek	Kategori	Frekuensi	Presentase
Regulasi Emosi	RENDAH	8	10%
	SEDANG	52	68%
	TINGGI	17	22%
Labilitas/negativitas	RENDAH	13	17%
	SEDANG	48	62%
	TINGGI	16	21%

Pada skala regulasi emosi (Emotion Regulation Checklist (ERC) terdapat 2 aspek yaitu aspek regulasi emosi dan aspek labilitas/negativitas. Berdasarkan hasil kategorisasi per aspek yang berada di tabel 1.3 diatas ini terlihat bahwa tingkatan regulasi emosi yang paling dominan pada masing-masing aspek adalah berada di tingkat sedang. Pada aspek regulasi emosi terdapat 68% atau 52 anak memiliki kemampuan regulasi emosi tingkat sedang, sisanya sebanyak 8 anak atau 10% berada di kategori rendah dan 17 anak atau 22% berada di kategori tinggi sedangkan pada aspek labilitas/negativitas terdapat 62% atau 48 anak yang memiliki kemampuan regulasi

emosi tingkat sedang, sisanya sebanyak 13 anak atau 17% berada di kategori rendah dan 16 anak atau 21% berada di kategori tinggi.

Tabel 1. 4 rata-rata regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin (t-test)

Jenis Kelamin	Rata-rata
Perempuan	65.00
Laki - laki	65.61

Hasil rata-rata kemampuan regulasi emosi anak berdasarkan jenis kelaminnya dapat dilihat pada tabel 1.4 diatas ini, dan terlihat bahwa hasil nilai rata-rata nya sama yaitu anak perempuan sebesar (65.00) sedangkan anak laki-laki sebesar (65.61). Sehingga artinya baik anak perempuan ataupun laki-laki memiliki tingkat regulasi emosi yang sama.

Tabel 1. 5 rata-rata regulasi emosi berdasarkan urutan kelahiran (anova)

Urutan Kelahiran	Rata-rata
Pertama	66.57
Tengah	68.50
Terakhir	63.77
Tunggal	66.14

Hasil rata-rata rata kemampuan regulasi emosi anak berdasarkan urutan kelahirannya dapat dilihat pada tabel 1.5 diatas ini. Tingkat kemampuan regulasi emosi paling tinggi adalah anak tengah dimana nilai rata-rata nya adalah sebesar 68.50 sedangkan untuk kemampuan regulasi emosi yang ditingkat yang paling rendah adalah anak terakhir dengan nilai rata-rata sebesar 63.77. Sehingga menunjukkan bahwa anak tengah menunjukkan tingkat regulasi emosi yang cenderung lebih tinggi daripada anak terakhir, dan untuk anak pertama serta anak tunggal menunjukkan tingkat kemampuan regulasi emosi yang cenderung sama yaitu 66.57 untuk anak pertama dan 66.14 untuk anak tunggal.

Tabel 1. 6 rata-rata regulasi emosi berdasarkan pekerjaan orang tua (t-test)

Pekerjaan orang tua	Rata-rata
Ayah bekerja dan Ibu bekerja	62.40
Ayah bekerja dan Ibu tidak bekerja	67.09

Hasil rata-rata kemampuan regulasi emosi anak berdasarkan pekerjaan orang tua dapat dilihat pada tabel 1.6 diatas ini, dimana nilai rata-rata kemampuan regulasi emosi anak dengan ayah bekerja dan ibu tidak bekerja adalah sebesar 67.09 dan rata-rata kemampuan regulasi emosi anak dengan ayah bekerja dan ibu bekerja sebesar 62.40. Hal ini menunjukkan bahwa anak dengan ayah bekerja dan ibu tidak bekerja cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih tinggi dari pada anak dengan ayah bekerja dan ibu bekerja.

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif dari data responden yang telah dikumpulkan menunjukkan bahwa total dari 77 anak usia 4-6 tahun ada sebanyak 53 anak yang memiliki kemampuan regulasi emosi tingkat sedang, 11 anak memiliki kemampuan regulasi emosi di tingkat rendah dan 13 anak lainnya memiliki kemampuan regulasi emosi di tingkat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa anak usia 4-6 tahun sebagian besar cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi berada di tingkat sedang. Hasil ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, menurut Leo, et.al., (2022) sebagian besar anak usia 4-6 tahun memiliki kemampuan regulasi emosi yang cenderung tinggi yaitu berjumlah 108 anak dari total keseluruhan 156 anak usia 4-6 tahun. Terdapat juga penelitian yang menunjukkan hasil analisis statistik deskriptif yang sama dengan penelitian ini, menurut hasil penelitian Amelia, et.al., (2021) menunjukkan bahwa mayoritas anak usia dini memiliki kemampuan regulasi emosi di tingkat yang sedang.

Regulasi emosi adalah suatu proses eksternal dan internal yang ada dalam diri anak yang bertanggung jawab untuk memantau, mengevaluasi, serta memodifikasi reaksi emosi pada diri anak tersebut guna mencapai tujuan yang diinginkannya (Sanchis, et.al., 2020). Anak dengan kemampuan regulasi emosi yang mayoritas berada di tingkat sedang ini menunjukkan bahwa anak dapat mengekspresikan serta mengatur emosi mereka dengan cukup baik seperti tidak menunjukkan perilaku yang terlalu agresif, anak dapat bersikap tenang, dapat menanggapi suatu konflik dengan baik, dan tidak menyakiti temannya (Qashmer, 2023). Regulasi emosi sendiri dapat dilihat dari dua aspek, yaitu aspek regulasi emosi dan aspek emosional labilitas/negatifitas. Menurut Reis et.al., (2016) aspek regulasi emosi adalah aspek yang menilai tentang proses adaptasi anak dalam meregulasi emosinya seperti, menilai ekspresi emosi, dan kesadaran diri emosional. Sedangkan aspek emosional labilitas/negatifitas adalah aspek yang menilai disregulasi emosi, seperti menilai kurangnya fleksibilitas, adanya disregulasi kemarahan, dan labilitas suasana hati. Hasil kategorisasi aspek regulasi emosi pada tingkat sedang dari kedua aspek, menunjukkan bahwa aspek regulasi emosi memiliki frekuensi lebih tinggi yaitu sebanyak 52 anak dari pada aspek emosional labilitas/negatifitas yang frekuensinya sebanyak 48 anak. Sehingga sebagian besar anak usia 4-6 tahun cenderung memiliki nilai lebih tinggi pada aspek regulasi emosi yang artinya anak tersebut dapat beradaptasi dengan baik dalam hal meregulasi emosinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Reis, et.al., (2016), bahwa anak-anak yang memiliki nilai tinggi pada aspek regulasi emosi maka anak tersebut cenderung lebih baik hati, lebih tegas, dan lebih percaya diri dalam berinteraksi sosial. Sebaliknya anak-anak yang memiliki skor tinggi pada aspek emosional labilitas/negatifitas mereka menunjukkan kurangnya pengendalian diri dan keterampilan sopan santun, mereka juga rentan terhadap perilaku hiperaktif serta masalah eksternalisasi dan internalisasi (Reis et.al., 2016).

Adapun literatur yang menjelaskan bahwa anak-anak dengan masalah internalisasi mereka cenderung kesulitan untuk mengatur emosi yang dirasakan seperti kesedihan atau kecemasan serta cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. Pada sisi lain anak-anak dengan masalah eksternalisasi cenderung menunjukkan perilaku yang mengganggu, kesulitan untuk tetap fokus dan sulit mengendalikan perasaan negatif (Egan, 2022). Pada penelitian ini sebagian besar anak usia 4-6 memiliki kemampuan regulasi emosi pada tingkat sedang tetapi ada juga sebagian anak yang kemampuan regulasi emosinya di tingkat rendah. Hal ini mungkin dapat terjadi karena beberapa faktor demografis seperti jenis kelamin, urutan kelahiran, dan pekerjaan orang tua. Hasil rata-rata regulasi emosi anak berdasarkan jenis kelamin pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang besar dalam regulasi emosi antara anak laki-laki (65.00) dan anak perempuan (65.61), sehingga pada penelitian ini regulasi emosi antara anak perempuan dan laki-laki cenderung seimbang. Sejalan dengan penelitian Qashmer (2023), hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang besar dalam regulasi emosi anak berdasarkan jenis kelamin.

Hasil rata-rata regulasi emosi anak berdasarkan urutan kelahiran pada penelitian ini menunjukkan bahwa anak tengah memiliki rata-rata kemampuan regulasi emosi tertinggi, dan selanjutnya anak pertama, lalu anak tunggal, dan anak terakhir. Menurut Murad (2015) anak tengah cenderung diberikan kebebasan oleh orang tua pada masa-masa perkembangannya secara sosial, sehingga membuatnya dapat lebih mudah menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya serta memiliki kemampuan beradaptasi lebih baik. Hasil rata-rata regulasi emosi anak berdasarkan pekerjaan orang tua pada penelitian ini menunjukkan bahwa anak dengan Ibu yang tidak bekerja dan Ayah bekerja memiliki rata-rata regulasi emosi yang lebih tinggi dari pada anak dengan Ayah dan Ibu bekerja. Hal ini bisa dikarenakan adanya peran Ibu yang lebih terlibat dalam pengasuhan ketika tidak bekerja, sehingga anak-anak lebih banyak mendapatkan dukungan emosional (Sundaur et.al., 2018).

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa hasil dari analisis statistik deskriptif tentang kategorisasi tinggi, sedang, dan rendah nya regulasi emosi anak usia 4-6 tahun ini dinilai dari dua aspek yaitu aspek regulasi emosi yang menilai kemampuan proses adaptasi anak dalam meregulasi emosinya dan aspek emosional labilitas/ negatifitas yang menilai disregulasi emosi anak. Kemampuan regulasi emosi anak dapat dikatakan baik ketika anak memiliki nilai yang lebih tinggi pada aspek regulasi emosi, sedangkan apabila anak memiliki nilai yang lebih tinggi pada aspek emosional labilitas/negatifitas maka menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi yang dimilikinya cenderung rendah. Sebagian besar pada penelitian ini menunjukkan bahwa anak usia 4-6 tahun memiliki regulasi emosi yang berada di tingkat sedang, sehingga menunjukkan bahwa anak usia 4-6 tahun dapat mengelola dan mengekspresikan emosinya dengan lebih baik. Secara keseluruhan pada penelitian ini terlihat beberapa faktor-faktor keluarga, seperti urutan kelahiran dan pekerjaan orang tua ini berperan dalam perkembangan kemampuan regulasi emosi pada anak usia 4-6 tahun. Sehingga dalam bidang psikologi dengan hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi intervensi psikologis terhadap kebutuhan emosional anak berdasarkan konteks keluarga.

Implikasi pada penelitian ini adalah dapat memberikan informasi tambahan pada dunia pendidikan anak usia dini khususnya dalam perkembangan emosional anak, hal ini dapat menjadi gambaran untuk para pengajar paud mendukung perkembangan emosional anak seperti membuat program pengembangan keterampilan emosional anak yang dapat disesuaikan berdasarkan kelompok-kelompok anak.



REFERENSI

- Abraham. I., Supriyati. Y. (2022). Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 8(3), 2476-2482. DOI:10.36312/jime.v8i3.3800/http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JIME
- Ali. M. M., Hariyati. T. P. Y. M, & Afifah. S. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Penerapan Nya Dalam penelitian. *Education Journal*, 2(2), 1-6.
- Akbar. R. Weriana. Siroj A. R., & Afgani. W. M. (2023). Experimental Research Dalam Metodologi penelitian. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(2), 465-474.
- Anzani. W. R., & Insan. K. I. (2020). Perkembangan Sosial Emosi Pada Usia Anak Prasekolah. Pandawa: *Jurnal Pendidikan dan Dakwah*, 2(2), 180-193.
- Benu. Y. M. J. (2023). Emotional Regulation Play Therapy for Maltreated Children : A Single Case Study. *Journal of Health and Behavioral Science*, 5(2), 172-181.
- Carey. L. F. (2020). Emotional Layering: An Art Therapy Intervention With Children and Adolescents In An Inpatient Setting. *Expressive Therapies Capstone Theses*, 133.
- Denham. A. S. (2007). Dealing With Feelings: How Children Negotiate The World Of Emotion And Social Relationship. *Invited Article*, 11(1), 1-48. ISSN: 1224-8398
- Devianita. T. A. A. G. I., Sena. A. G. I., & Permatasari. P. A. A. A. (2020). Pemberian Kegiatan Bermain Kolase Meningkatkan Koordinasi Mata dan Tangan Pada Anak TK Pradnyandari I Kerobokan, Kuta Utara, Kabupaten Badung, Bali. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 4(2), 83-88.
- Dewi. T. R. A., Mayasarokh. M. & Gustiana. E. (2020). Perilaku Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 4(1), 181-190.
- Fahira. N. Drupadi. R., & Syafrudin. U. (2021). Pengaruh Kolase Terhadap Kemampuan Motorik Halus Anak. PAUD Lectura: *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 24-35. DOI: 10.31849/paud-lectura.v4i02.5315
- Harianja. L. A, Siregar. R, & Lubis. N. J. (2023). Upaya Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain Peran. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4871-4880. DOI: 10.31004/obsesi.v7i4.5159
- Hermawati. E. (2023). Penggunaan Model Pembelajaran Bermain Kolase Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Siswa. *Jurnal Educeto*, 8(4), 1683-1689. DOI: 10.31949/educatio.v8i4.3201

- Husniana. M. V., & Jannah. M. (2021). Perbedaan Regulasi Emosi diTinjau Dari Jenis Kelamin Pada Kelas X Sekolah Menengah Atas Boarding School. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 1-10.
- Indanah, Y. (2019). Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 10 (1), 221-228.
- Istiqomah. G., & Wahyuni. D. (2023). Pengenalan Emosi Positif dan Emosi Negatif Pada Anak Usia Dini. *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(1), 243-249.
- Khasanah. N. Y., & Ichsan. (2019). Meningkatkan Kreativitas Melalui Kegiatan Kolase Pada Anak. *Golden Age Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 4(1), 69-84. eISSN: 2502-3519
- Reso, F, M. Haryono, E, S, & Muntomumah, S. (2019). Pengaruh Metode Bermain Peran Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Kelompok B Pada Ra Mutiara Iman Pakisaji Kab Malang Tahun Pelajaran 2018/2019. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran Bagi Guru dan Dosen*, 3, 801-807. <https://conference.unikama.ac.id/artikel/index.php/fip/index>
- Putri. M. R., Wisma. N., Rozzaqyah. F., Ar. S., Ikbal. M., & Muti'ah. A. (2023). Skala Regulasi Emosi: Analisis Reliabilitas dan Validitas Konstruk Melalui Pendekatan Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal EDUCATION (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 9(2), 10141023.
- Ridha. N. (2017). Proses Penelitian, Masalah, Variabel dan Paradigma Penelitian. *Jurnal Hikmah*, 14(1), 62-170.
- Rusmaladewi, Indah. R. D, Kamala. I, & Anggraini. H. (2020). Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Selama Proses Pembelajaran Daring di Program Studi PG-PAUD FKIP UPR. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Pintar Harati*, 16(2), 33-46
- Rogalski. R. (2023). Putting the Pieces Together: Inside/Outside Box Collage as a group art therapy directive for support e for supporting emotional containment in an Inpatient Psychiatric Hospital. *Expressive Therapies Capstone Theses*, 1-39.
- Sari. P. S. D. (2022). Melatih Regulasi Emosi Pada Anak Pra Sekolah Dengan Bermain : Literature Review. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 2(1), 14-21. <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php>

Suseni. M, Arini. M. N, Dewi. S. P. N. (2021). Implementasi Metode Kolase Dalam Meningkatkan Motorik Halus Anak Usia Dini. *KUMAROTTAMA : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 1-8. E-ISSN : <https://ejournal.iahngdepudja.ac.id/index.php/kumarottama>

Thompson. A. R. (1994). Emotion Regulation: A Theme In Search Of Definition. *Monographs of The Society For Research in Child Development*, 59(2/3), 25-52.





Lampiran 1 Instrumen Regulasi Emosi

Emotional Regulation Checklist (ERC)

Pernyataan	Respon Jawaban			
	Tidak Pernah	Kadang-kadang	Sering	Hampir Selalu
Dia adalah anak yang ceria				
Menunjukkan perubahan suasana hati yang tiba-tiba (keadaan emosional anak sulit diprediksi karena ia berpindah dengan cepat dari suasana hati yang positif ke negatif).				
Merespons dengan positif terhadap sikap netral atau ramah dari orang dewasa. [merespons secara positif terhadap orang dewasa yang bersikap sopan atau ramah]				
Berpindah-pindah dengan baik dari satu aktivitas ke aktivitas yang lain; tidak merasa cemas, marah, tertekan, atau terlalu bersemangat saat berpindah dari satu aktivitas ke aktivitas yang lain.				
Dapat pulih dengan baik dari perasaan gundah atau stress (misalnya, tidak cemberut atau tetap murung, cemas, atau sedih setelah kejadian yang sangat menyedihkan secara emosional).				
Anak mudah merasa frustrasi.				
Merespons dengan positif terhadap sikap netral atau ramah dari teman sebaya. [merespons secara positif terhadap teman sebaya yang bersikap sopan atau ramah]				
Anak rentan mudah marah dan tantrum				
Anak mampu menunda kepuasan.				
Merasa senang atas kesedihan orang lain (misalnya, tertawa saat orang lain terluka atau dihukum; menikmati menggoda orang lain).				
Dapat mengendalikan kegembiraan [dapat mengontrol kegembiraannya] (misalnya, tidak “terbawa suasana” dalam situasi permainan yang penuh energi atau terlalu bersemangat dalam konteks yang tidak sesuai).				
Anak cenderung cengeng atau terlalu bergantung pada orang dewasa.				
Anak rentan mengalami semangat yang menggebu-gebu yang bersifat mengganggu [kegembiraan].				
Anak merespons dengan marah terhadap aturan yang ditetapkan oleh orang dewasa				
Dapat mengungkapkan perasaannya ketika ia merasa				

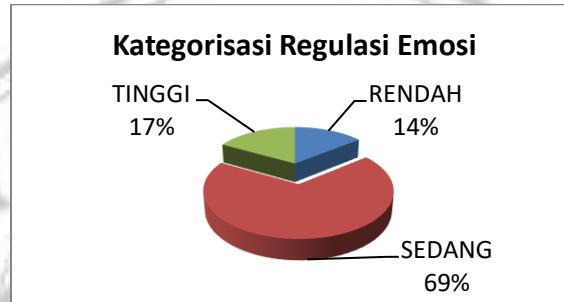
sedih, marah, atau takut.				
Anak cenderung terlihat sedih atau lesu				
Anak terlalu bersemangat [ekstrem dan energik] saat berusaha mengajak orang lain bermain.				
Menunjukkan ekspresi datar [tidak menunjukkan banyak emosi ketika anda mengharapkannya] (ekspresi kosong atau tidak ekspresif; anak tampak tidak memiliki emosi).				
Merespons secara negatif terhadap sikap netral atau ramah dari teman sebaya [merespons secara negatif terhadap teman sebaya yang bersikap sopan atau ramah] (misalnya, mungkin berbicara dengan nada suara marah atau menanggapi dengan ketakutan).				
Anak impulsif [tidak dapat mengendalikan dirinya].				
Menunjukkan empati [simpati] terhadap orang lain; menunjukkan kepedulian ketika orang lain merasa terganggu atau stres.				
Menunjukkan semangat [energi dan kegembiraan] yang dianggap mengganggu atau mengacaukan oleh orang lain.				
Menunjukkan emosi negatif yang sesuai (marah, takut, frustrasi, kesedihan) sebagai respons terhadap tindakan yang bersifat permusuhan, agresif, atau mengganggu dari orang lain.				
Menunjukkan emosi negatif saat berusaha mengajak orang lain bermain.				

Lampiran 2 Output Analisis Data

Statistik Deskriptif Regulasi Emosi

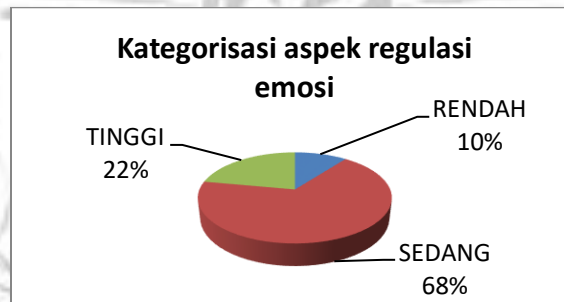
Mean	65.26
SD	6.92
M-1SD	58
M+1SD	72

RENDAH	$X < 58$	RENDAH	11
SEDANG	$58 < X < 72$	SEDANG	53
TINGGI	$X > 72$	TINGGI	13



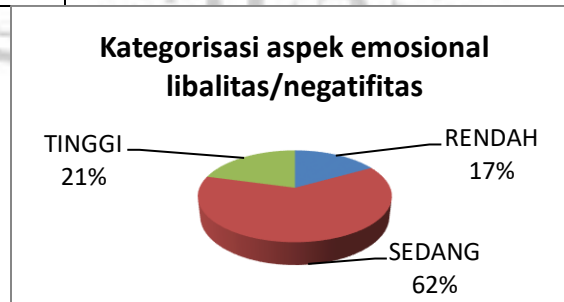
Mean	25.10
SD	3.25
M-1SD	22
M+1SD	28

RENDAH	$X < 22$	RENDAH	8
SEDANG	$22 < X < 28$	SEDANG	52
TINGGI	$X > 28$	TINGGI	17



Mean	40.16
SD	7.31
M-1SD	33
M+1SD	47

RENDAH	$X < 33$	RENDAH	13
SEDANG	$33 < X < 47$	SEDANG	48
TINGGI	$X > 47$	TINGGI	16



Lampiran 3 Tabel Data Kasar

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1	Initial nama orang tua Usia Ayah (Contoh: 34 tahun)	Pekerjaan Ayah	Usia Ibu (contoh: 32 tahun)	Pekerjaan Ibu	Initial nama anak	Jenis kelamin Anak	Usia anak (contoh: 5) Anak ke	dar	Dia adalah anak yang c	Menunjukkan perubahan sus	Merespond dengan pos	
51	MAR	27 tahun	Perawat	27 tahun	IRT	AM	Laki-laki	4 tahun	Anak ke 1		4	3
52	SA	45 tahun	Guru	43 tahun	Guru	S	Perempuan	4 tahun	4 dari 4		4	3
53	P	34 tahun	Tukang	32 tahun	Wiraswasta	H	Perempuan	4 tahun	2 dari 3		3	4
54	MA	31 tahun	Wiraswasta	30 tahun	IRT	KH	Perempuan	5 tahun	2 dari 2		4	3
55	MR	45 tahun	PNS	40 tahun	Guru	MH	Perempuan	5 tahun	5 dari 5		4	3
56	P	34 tahun	Guru SMA	30 tahun	Guru SD	K	Perempuan	4 tahun	3 dari 3		4	3
57	ha	35 tahun	Wiraswasta	33 tahun	irt	ag	Laki-laki	4 tahun	2 dari 2		1	4
58	da	35 tahun	Wiraswasta	32 tahun	irt	ae	Laki-laki	4 tahun	anak ke 1		4	4
59	RA	40 tahun	Perawat	37 tahun	Guru	HR	Perempuan	6 tahun	3 dari 4		4	3
60	te	35 tahun	Wiraswasta	33 tahun	irt	ba	Laki-laki	5 tahun	anak ke 1		4	4
61	ih	33 tahun	Wiraswasta	33 tahun	irt	bb	Laki-laki	4 tahun	anak ke 1		2	2
62	GH	28 tahun	Perawat	27 tahun	Perawat	MS	Laki-laki	4 tahun	Anak ke 1		4	3
63	ah	35 tahun	Wiraswasta	33 tahun	irt	fg	Perempuan	4 tahun	anak ke 1		3	4
64	P	26 tahun	Perawat	26 tahun	Bidan	BP	Perempuan	3 tahun	Anak ke 1		4	3
65	KH	34 tahun	Dokter	32 tahun	Guru	MR	Perempuan	5 tahun	2 dari 2		3	3
66	M	34 tahun	Pilot	29 tahun	IRT	AQ	Perempuan	4 tahun	2 dari 3		4	3
67	FRR	34 tahun	Guru	30 tahun	Salon	SRI	Perempuan	5 tahun	3 dari 3		4	3
68	FR	35 tahun	PNS	32 tahun	IRT	ME	Perempuan	4 tahun	2 dari 3		3	3
69	M	45 tahun	Preskolan PNS	40 tahun	Guru	HH	Perempuan	5 tahun	3 dari 3		3	2
70	AP	32 tahun	Guru	30 tahun	Bidan	MAA	Perempuan	4 tahun	Anak ke 1		3	3
71	BA	30 tahun	PNS	30 tahun	Bidan	HR	Perempuan	6 tahun	3 dari 3		4	3
72	AF	45 tahun	PNS	43 tahun	PNS	HA	Perempuan	6 tahun	3 dari 3		4	1
73	bb	35 tahun	Wiraswasta	33 tahun	irt	ak	Perempuan	4 tahun	2 dari 2		2	4
74	gh	34 tahun	Wiraswasta	34 tahun	irt	ag	Perempuan	3 tahun	1 dari 2		3	3
75	h	34 tahun	irt	Wiraswasta	34 tahun	irt	Perempuan	3 tahun	1 dari 2		4	4
76	er	34 tahun	Wiraswasta	33 tahun	irt	bn	Perempuan	4 tahun	1 dari 2		3	3
77	it	34 tahun	Wiraswasta	31 tahun	irt	rg	Perempuan	3 tahun	2 dari 2		4	3
78	snh	50 tahun	Wiraswasta	45 tahun	Guru PNS	ZNK	Perempuan	6 tahun	3 dari 3		3	2

	L	M	N	O	P	Q	R	S
1	Merespond dengan positif terhadap di Bepindah pindah dengan baik	Dapat puas dengan baik	dari perasaan positif	Anak merasa marah	frustasi	Merespond dengan positif terhadap sikapnya	Anak merasa marah	frustasi
51	2	3	3	3	1	2	2	3
52	4	4	4	3	1	3	3	2
53	3	4	4	4	3	3	4	1
54	3	3	3	3	3	4	3	4
55	4	4	4	4	1	4	4	2
56	3	3	3	3	3	3	3	2
57	3	3	3	3	4	4	1	4
58	2	2	2	3	3	2	3	3
59	3	4	4	3	1	3	2	2
60	3	3	3	2	4	4	3	4
61	4	4	4	3	3	4	3	2
62	3	3	4	3	1	3	3	4
63	2	4	4	3	3	3	4	4
64	3	3	3	3	1	3	3	2
65	3	3	3	4	1	3	3	2
66	3	3	3	4	1	3	3	3
67	3	3	3	4	1	4	3	2
68	3	3	3	3	1	3	2	2
69	3	3	3	3	3	3	1	3
70	3	3	3	3	3	3	2	3
71	3	3	3	3	1	3	2	2
72	3	4	4	4	1	4	2	3
73	4	4	4	3	1	3	3	3
74	3	4	4	3	2	3	4	3
75	2	3	3	2	3	3	4	3
76	4	2	3	2	3	4	4	3
77	3	1	2	3	4	4	1	2
78	3	2	2	2	1	3	2	2

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1	Initial nama orang tua Usia Ayah (Contoh: 34 tahun)	Pekerjaan Ayah	Usia Ibu (contoh: 32 tahun)	Pekerjaan Ibu	Initial nama anak	Jenis kelamin Anak	Usia anak (contoh: 5) Anak ke	dar	Dia adalah anak yang c	Menunjukkan perubahan sus	Merespond dengan pos	
1	FS	32 tahun	Swasta	32 tahun	ASN	AAF	Laki-laki	4 tahun	anak ke 1		4	1
2	LKM	42 tahun	Honorer Yayasan	39 tahun	Guru	BNK	Perempuan	5 tahun	3 dari 3		4	2
3	DH	35 tahun	guru	35 tahun	guru	UY	Perempuan	4 tahun	2 dari 3		4	3
4	Ah	44 tahun	Guru	41 tahun	Guru	Msa	Laki-laki	4 tahun	4 dari 4		4	4
5	MK	42 tahun	tukang kayu	41 tahun	Guru	AZ	Perempuan	6 tahun	anak ke 1		4	3
6	VK	35 tahun	BUMN	31 tahun	Swasta	SDBS	Laki-laki	6 tahun	1 dari 2		4	3
7	VJ	35 tahun	Petani	30 tahun	Ibu rumah tangga	MAA	Laki-laki	5 tahun	2 dari 2		3	2
8	r	34 tahun	Wiraswasta	30 tahun	irt	a	Laki-laki	6 tahun	1 dari 1		4	2
9	H	40 tahun	Wiraswasta	30 tahun	Ibu Rumah Tangga	A	Laki-laki	2 tahun	3 dari 3		4	2
10	a	34 tahun	Wiraswasta	30 tahun	irt	ra	Perempuan	5 tahun	2 dari 2		3	4
11	a	34 tahun	Wiraswasta	30 tahun	irt	r	Laki-laki	5 tahun	3 dari 3		3	3
12	r	34 tahun	Wiraswasta	32 tahun	irt	aba	Laki-laki	3 tahun	1 dari 2		3	3
13	r	34 tahun	Wiraswasta	30 tahun	irt	DH	Perempuan	4 tahun	3 dari 3		4	2
14	v	36 tahun	Wiraswasta	32 tahun	irt	LK	Perempuan	6 tahun	1 dari 1		4	3
15	e	34 tahun	Wiraswasta	32 tahun	irt	MA	Laki-laki	5 tahun	3 dari 3		4	3
16	f	34 tahun	Wiraswasta	31 tahun	irt	MF	Laki-laki	5 tahun	2 dari 2		4	3
17	a	34 tahun	Wiraswasta	31 tahun	irt	MFR	Laki-laki	6 tahun	2 dari 2		4	4
18	a	34 tahun	Wiraswasta	31 tahun	irt	MFR	Perempuan	4 tahun	2 dari 2		4	3
19	a	34 tahun	Wiraswasta	32 tahun	irt	AM	Laki-laki	5 tahun	2 dari 2		4	2
20	a	34 tahun	Wiraswasta	32 tahun	irt	a	Laki-laki	4 tahun	1 dari 1		3	4
21	a	34 tahun	Wiraswasta	32 tahun	irt	AL	Laki-laki	4 tahun	2 dari 2		3	4
22	a	33 tahun	Wiraswasta	33 tahun	irt	am	Laki-laki	5 tahun	1 dari 2		4	4
23	J	47 tahun	Swasta	44 tahun	Ibu rumah tangga	A	Laki-laki	4 tahun	4 dari 4		4	3
24	k	40 tahun	Swasta	36 tahun	irt	BG	Perempuan	4 tahun	2 dari 2		3	3
25	D	33 tahun	Karyawan swasta	31 tahun	IRT	GO	Perempuan	4 tahun	anak ke 1		3	1
26	V	40 tahun	pegawai swasta	41 tahun	Ibu rumah tangga	A	Perempuan	6 tahun	2 dari 2		4	2
27	S	30 tahun	Teknisi tambang dan	30 tahun	Pegawai Negeri Sipil	FR	Laki-laki	6 tahun	anak ke 1		4	3
28	J	38 tahun	Groomer	34 tahun	Wiraswasta	EM	Perempuan	6 tahun	2 dari 2		4	1

	L	M	N	O	P	Q	R	S
1	Merespons dengan positif terhadap	Berpendah-pindah dengan baik	Dapat puas dengan bak. dan pelayanan goods	Anak mudah merasa frustrasi	Merespons dengan positif terhadap sikap	Anak rentan mudah marah dan laram	Anak mampu meminda kepasas	Merasa senang atas kesediaan orang lain
2	4	4	4	3	1	3	1	1
3	3	3	3	4	1	4	2	2
4	4	2	3	3	4	4	3	1
5	3	3	2	2	2	3	2	2
6	2	3	3	2	2	2	3	2
7	3	4	2	2	2	3	3	3
8	4	3	3	3	2	3	2	2
9	4	3	4	4	4	3	3	3
10	3	2	3	1	3	3	2	3
11	4	4	2	3	2	4	4	3
12	4	4	3	2	2	2	4	3
13	4	3	2	4	4	4	4	2
14	4	3	4	4	3	4	4	3
15	4	4	4	4	4	4	4	4
16	4	4	3	4	4	4	3	3
17	3	4	4	4	4	4	3	2
18	4	3	4	4	1	3	4	3
19	3	4	4	4	2	4	2	3
20	4	3	4	4	2	4	4	4
21	2	3	3	3	2	3	2	4
22	3	4	4	2	4	2	4	3
23	1	4	1	4	4	2	2	2
24	4	3	3	3	2	3	2	3
25	2	2	2	3	3	2	2	3
26	2	3	2	2	2	4	2	1
27	4	3	3	3	1	4	1	3
28	4	3	4	4	3	3	1	3
29	4	4	3	3	1	4	1	4

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1	nama orang tua/ibu (Contoh: 34 tahun)	jenis kelamin	usia ibu/contoh: 32 tahun	pelayanan ibu	jenis nama anak	jenis kelamin anak	jenis anak/contoh: 11 anak 19	usia anak/contoh: 11	jenis anak/contoh: 11	jenis anak/contoh: 11	jenis anak/contoh: 11	jenis anak/contoh: 11
31	ad	35 tahun	virasvasta	32 tahun	it	ik	Laki-laki	4 tahun	1 dari 2	4	4	4
32	vg	46 tahun	virasvasta	32 tahun	it	kn	Laki-laki	4 tahun	2 dari 2	4	2	2
33	ek	35 tahun	virasvasta	32 tahun	it	AMA	Laki-laki	3 tahun	1 dari 1	2	4	4
34	ah	35 tahun	virasvasta	33 tahun	it	ik	Laki-laki	4 tahun	1 dari 2	2	4	4
35	vrs	36 tahun	virasvasta	34 tahun	it	akk	Laki-laki	4 tahun	1 dari 3	4	4	4
36	ji	35 tahun	virasvasta	33 tahun	it	aba	Laki-laki	5 tahun	1 dari 3	2	4	4
37	iv	35 tahun	pns	33 tahun	it	gr	Laki-laki	4 tahun	1 dari 2	2	3	3
38	MMA	27 tahun	Karyawan swasta	26 tahun	BURUM	F	Laki-laki	3 tahun	1 dari 2	4	2	2
39	A	30 tahun	Karyawan swasta	27 tahun	Virasvasta	AH	Perempuan	5 tahun	1 dari 2	4	2	2
40	ZA	41 tahun	Guru	39 tahun	Guru	AT	Perempuan	5 tahun	2 dari 2	4	2	2
41	FJ	43 tahun	Virasvasta	31 tahun	IRT	NA	Perempuan	5 tahun	2 dari 2	3	3	3
42	MAQ	42 tahun	PNS	40 tahun	Guru	PA	Perempuan	5 tahun	3 dari 4	4	4	4
43	RP	31 tahun	Honorier	29 tahun	Ibu rumah tangga	RA	Perempuan	3 tahun	anak ke 1	4	4	4
44	JA	28 tahun	Polisi	28 tahun	Bidan	HA	Perempuan	3 tahun	Anak ke 1	4	3	3
45	A	43 tahun	PNS	42 tahun	PNS	RN	Laki-laki	3 tahun	4 dari 4	4	2	2
46	AHD	27 tahun	Guru	26 tahun	IRT	RN	Perempuan	3 tahun	Anak ke-1	4	4	4
47	DV	35 tahun	PNS	32 tahun	Virasvasta	PK	Perempuan	5 tahun	3 dari 3	4	4	4
48	K	35 tahun	Virasvasta	33 tahun	Virasvasta	AP	Perempuan	5 tahun	1 dari 2	3	3	3
49	MN	30 tahun	Virasvasta	29 tahun	IRT	BM	Perempuan	3 tahun	2 dari 2	3	3	3
50	SH	29 tahun	Dokter	28 tahun	Dokter gigi	AK	Perempuan	3 tahun	Anak ke 1	4	4	4
51	MAR	27 tahun	Perawat	27 tahun	IRT	AM	Laki-laki	4 tahun	Anak ke 1	4	3	3
52	SA	49 tahun	Guru	43 tahun	Guru	S	Perempuan	4 tahun	4 dari 4	4	4	3
53	P	34 tahun	Tukang	32 tahun	Virasvasta	H	Perempuan	4 tahun	2 dari 3	3	4	4
54	MA	31 tahun	Virasvasta	30 tahun	IRT	KH	Perempuan	5 tahun	2 dari 2	4	3	3
55	MR	45 tahun	PNS	40 tahun	Guru	MH	Perempuan	5 tahun	5 dari 5	4	3	3
56	P	34 tahun	Guru SMA	30 tahun	Guru SD	K	Perempuan	4 tahun	3 dari 3	4	3	3
57	ha	35 tahun	virasvasta	33 tahun	it	ag	Laki-laki	4 tahun	2 dari 2	1	4	4
58	da	35 tahun	virasvasta	32 tahun	it	ae	Laki-laki	4 tahun	anak ke 1	4	4	4

	L	M	N	O	P	Q	R	S
1	Merespons dengan positif terhadap	Berpendah-pindah dengan baik	Dapat puas dengan bak. dan pelayanan goods	Anak mudah merasa frustrasi	Merespons dengan positif terhadap sikap	Anak rentan mudah marah dan laram	Anak mampu meminda kepasas	Merasa senang atas kesediaan orang lain
30	3	3	3	3	2	3	3	3
31	4	2	3	3	4	4	3	4
32	4	3	4	4	4	4	4	4
33	2	3	4	4	4	4	4	2
34	2	3	4	4	3	4	4	2
35	2	4	4	4	3	3	2	3
36	3	4	1	2	3	4	4	4
37	2	3	4	4	4	4	4	3
38	2	3	3	3	2	3	1	2
39	2	3	3	3	1	3	2	2
40	4	3	4	4	1	3	4	4
41	3	1	2	3	3	4	1	3
42	4	4	4	4	3	4	3	2
43	4	3	3	2	2	4	4	2
44	4	4	4	4	1	4	2	2
45	2	2	2	2	2	3	2	2
46	3	3	3	3	1	4	4	4
47	4	4	4	4	1	4	3	2
48	3	4	4	3	1	3	3	3
49	4	4	3	3	4	4	3	3
50	4	4	4	3	4	4	3	4
51	2	3	3	3	1	2	2	3
52	4	4	3	3	3	3	3	2
53	3	4	4	4	1	3	4	1
54	3	3	3	3	3	4	3	4
55	4	4	4	4	1	4	3	2
56	3	3	3	3	1	3	3	2
57	3	3	3	3	4	4	1	4

Lampiran 4 Tabel Data Bersih

	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH
1	1	1	1	1	1	1	52	23	23	29
2	1	1	1	1	1	2	54	28	28	31
3	1	1	1	1	1	3	72	41	41	31
4	1	1	1	1	1	4	72	36	25	25
5	2	2	2	2	2	3	57	45	22	22
6	3	3	3	3	3	3	83	38	27	27
7	2	2	2	2	2	2	51	35	16	16
8	2	2	2	2	2	4	53	44	25	25
9	3	3	3	3	3	3	54	29	25	25
10	1	1	1	1	1	3	68	45	23	23
11	4	4	4	4	4	4	67	45	22	22
12	3	3	3	3	3	4	70	53	26	26
13	4	4	4	4	4	4	72	48	24	24
14	3	3	3	3	3	3	87	44	23	23
15	4	4	4	4	4	3	76	49	27	27
16	4	4	4	4	4	3	70	44	26	26
17	3	3	3	3	3	4	69	47	22	22
18	4	4	4	4	4	4	68	43	24	24
19	4	4	4	4	4	3	67	43	24	24
20	4	4	4	4	4	3	70	47	23	23
21	3	3	3	3	3	4	66	45	21	21
22	3	3	3	3	3	4	63	45	18	18
23	1	1	1	1	1	2	64	39	28	28
24	1	1	1	1	1	2	64	40	24	24
25	2	2	2	2	2	4	54	30	24	24
26	2	2	2	2	2	1	43	24	25	25
27	2	2	2	2	2	1	59	31	29	29
28	2	2	2	2	2	2	49	19	30	30
29	1	1	1	1	1	3	58	32	26	26
30	2	2	2	2	2	4	72	47	25	25
31	2	2	2	2	2	4	72	47	25	25

	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH
32	3	3	3	3	3	4	66	41	25	25
33	3	3	3	3	3	4	79	53	26	26
34	3	3	3	3	3	4	67	49	19	19
35	2	2	2	2	2	4	68	46	22	22
36	4	4	4	4	4	2	68	48	20	20
37	2	2	2	2	2	4	72	48	24	24
38	1	1	1	1	1	1	59	33	26	26
39	2	2	2	2	2	2	67	32	25	25
40	4	4	4	4	4	2	62	40	22	22
41	1	1	1	1	1	4	81	33	28	28
42	2	2	2	2	2	4	77	46	31	31
43	1	1	1	1	1	2	74	44	30	30
44	1	1	1	1	1	4	64	32	32	32
45	2	2	2	2	2	2	57	20	20	20
46	3	3	3	3	3	4	72	47	26	26
47	3	3	3	3	3	3	73	48	25	25
48	2	2	2	2	2	4	63	39	24	24
49	3	3	3	3	3	4	71	46	25	25
50	1	1	1	1	1	4	68	36	32	32
51	2	2	2	2	2	3	62	38	24	24
52	1	1	1	1	1	2	67	39	28	28
53	1	1	1	1	1	4	69	41	28	28
54	3	3	3	3	3	3	65	43	22	22
55	1	1	1	1	1	4	70	38	32	32
56	2	2	2	2	2	3	69	40	29	29
57	1	1	1	1	1	4	66	42	24	24
58	4	4	4	4	4	2	67	45	22	22
59	2	2	2	2	2	3	65	37	28	28
60	4	4	4	4	4	3	69	43	28	28
61	4	4	4	4	4	3	70	46	25	25



File Home Insert Page Layout Formulas Data Review View Help Tell me what you want to do

Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing Add-ins

SECURITY WARNING External Data Connections have been disabled Enable Content

GET GENUINE OFFICE Your license isn't genuine, and you may be a victim of software counterfeiting. Avoid interruption and keep your files safe with genuine Office today. Get genuine Office Learn more

A1 Usia Ayah (Contoh: 34 tahun)

	RE 5	RE 6	RE 7	RE 8	RE 9	RE 10	RE 11	RE 12	RE 13
1	2	1	4	2	4	1	4	4	2
2	2	1	4	2	4	1	4	4	2
3	2	1	4	2	4	1	4	4	2
4	2	1	4	2	4	1	4	4	2
5	2	1	4	2	4	1	4	4	2
6	2	1	4	2	4	1	4	4	2
7	2	1	4	2	4	1	4	4	2
8	2	1	4	2	4	1	4	4	2
9	2	1	4	2	4	1	4	4	2
10	2	1	4	2	4	1	4	4	2
11	2	1	4	2	4	1	4	4	2
12	2	1	4	2	4	1	4	4	2
13	2	1	4	2	4	1	4	4	2
14	2	1	4	2	4	1	4	4	2
15	2	1	4	2	4	1	4	4	2
16	2	1	4	2	4	1	4	4	2
17	2	1	4	2	4	1	4	4	2
18	2	1	4	2	4	1	4	4	2
19	2	1	4	2	4	1	4	4	2
20	2	1	4	2	4	1	4	4	2
21	2	1	4	2	4	1	4	4	2
22	2	1	4	2	4	1	4	4	2
23	2	1	4	2	4	1	4	4	2
24	2	1	4	2	4	1	4	4	2
25	2	1	4	2	4	1	4	4	2
26	2	1	4	2	4	1	4	4	2
27	2	1	4	2	4	1	4	4	2
28	2	1	4	2	4	1	4	4	2
29	2	1	4	2	4	1	4	4	2
30	2	1	4	2	4	1	4	4	2
31	2	1	4	2	4	1	4	4	2

Data Bersih Ija fixxx Sheet2 Sheet3 Sheet1

File Home Insert Page Layout Formulas Data Review View Help Tell me what you want to do

Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing Add-ins

SECURITY WARNING External Data Connections have been disabled Enable Content

GET GENUINE OFFICE Your license isn't genuine, and you may be a victim of software counterfeiting. Avoid interruption and keep your files safe with genuine Office today. Get genuine Office Learn more

A1 Usia Ayah (Contoh: 34 tahun)

	RE 13	RE 14	RE 15	RE 16	RE 17	RE 18	RE 19	RE 20
41	3	4	3	4	4	2	3	4
42	3	4	3	4	4	2	3	4
43	3	4	3	4	4	2	3	4
44	3	4	3	4	4	2	3	4
45	3	4	3	4	4	2	3	4
46	3	4	3	4	4	2	3	4
47	3	4	3	4	4	2	3	4
48	3	4	3	4	4	2	3	4
49	3	4	3	4	4	2	3	4
50	3	4	3	4	4	2	3	4
51	3	4	3	4	4	2	3	4
52	3	4	3	4	4	2	3	4
53	3	4	3	4	4	2	3	4
54	3	4	3	4	4	2	3	4
55	3	4	3	4	4	2	3	4
56	3	4	3	4	4	2	3	4
57	3	4	3	4	4	2	3	4
58	3	4	3	4	4	2	3	4
59	3	4	3	4	4	2	3	4
60	3	4	3	4	4	2	3	4
61	3	4	3	4	4	2	3	4
62	3	4	3	4	4	2	3	4
63	3	4	3	4	4	2	3	4
64	3	4	3	4	4	2	3	4
65	3	4	3	4	4	2	3	4
66	3	4	3	4	4	2	3	4
67	3	4	3	4	4	2	3	4
68	3	4	3	4	4	2	3	4
69	3	4	3	4	4	2	3	4
70	3	4	3	4	4	2	3	4
71	3	4	3	4	4	2	3	4
72	3	4	3	4	4	2	3	4
73	3	4	3	4	4	2	3	4
74	3	4	3	4	4	2	3	4
75	3	4	3	4	4	2	3	4
76	3	4	3	4	4	2	3	4
77	3	4	3	4	4	2	3	4
78	3	4	3	4	4	2	3	4

Data Bersih Ija fixxx Sheet2 Sheet3 Sheet1

File Home Insert Page Layout Formulas Data Review View Help Tell me what you want to do

Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing Add-ins

SECURITY WARNING External Data Connections have been disabled Enable Content

GET GENUINE OFFICE Your license isn't genuine, and you may be a victim of software counterfeiting. Avoid interruption and keep your files safe with genuine Office today. Get genuine Office Learn more

AL32

	RE 19	RE 20	RE 21	RE 22	RE 23	RE 24	AD	AE	AF	AG	AH
1	3	4	3	4	3	4	2	71	66	25	
19	3	4	3	4	3	4	2	68	26	32	
20	3	4	3	4	3	4	2	62	38	24	
21	3	4	3	4	3	4	2	67	39	28	
22	3	4	3	4	3	4	2	69	41	28	
23	3	4	3	4	3	4	2	69	43	25	
24	3	4	3	4	3	4	2	70	38	32	
25	3	4	3	4	3	4	2	69	40	29	
26	3	4	3	4	3	4	2	68	42	24	
27	3	4	3	4	3	4	2	67	45	22	
28	3	4	3	4	3	4	2	69	37	29	
29	3	4	3	4	3	4	2	70	45	26	
30	3	4	3	4	3	4	2	69	45	25	
31	3	4	3	4	3	4	2	69	39	27	
32	3	4	3	4	3	4	2	67	47	28	
33	3	4	3	4	3	4	2	68	39	27	
34	3	4	3	4	3	4	2	67	39	29	
35	3	4	3	4	3	4	2	64	27	27	
36	3	4	3	4	3	4	2	69	40	29	
37	3	4	3	4	3	4	2	69	37	29	
38	3	4	3	4	3	4	2	69	45	26	
39	3	4	3	4	3	4	2	68	32	28	
40	3	4	3	4	3	4	2	69	40	29	
41	3	4	3	4	3	4	2	69	37	29	
42	3	4	3	4	3	4	2	69	45	26	
43	3	4	3	4	3	4	2	69	45	25	
44	3	4	3	4	3	4	2	69	47	28	
45	3	4	3	4	3	4	2	68	39	27	
46	3	4	3	4	3	4	2	67	39	29	
47	3	4	3	4	3	4	2	64	27	27	
48	3	4	3	4	3	4	2	69	40	29	
49	3	4	3	4	3	4	2	69	37	29	
50	3	4	3	4	3	4	2	69	45	26	
51	3	4	3	4	3	4	2	69	45	25	
52	3	4	3	4	3	4	2	69	47	28	
53	3	4	3	4	3	4	2	68	39	27	
54	3	4	3	4	3	4	2	67	39	29	
55	3	4	3	4	3	4	2	64	27	27	
56	3	4	3	4	3	4	2	69	40	29	
57	3	4	3	4	3	4	2	69	37	29	
58	3	4	3	4	3	4	2	69	45	26	
59	3	4	3	4	3	4	2	69	45	25	
60	3	4	3	4	3	4	2	69	47	28	
61	3	4	3	4	3	4	2	68	39	27	
62	3	4	3	4	3	4	2	67	39	29	
63	3	4	3	4	3	4	2	64	27	27	
64	3	4	3	4	3	4	2	69	40	29	
65	3	4	3	4	3	4	2	69	37	29	
66	3	4	3	4	3	4	2	69	45	26	
67	3	4	3	4	3	4	2	69	45	25	
68	3	4	3	4	3	4	2	69	47	28	
69	3	4	3	4	3	4	2	68	39	27	
70	3	4	3	4	3	4	2	67	39	29	
71	3	4	3	4	3	4	2	64	27	27	
72	3	4	3	4	3	4	2	69	40	29	
73	3	4	3	4	3	4	2	69	37	29	
74	3	4	3	4	3	4	2	69	45	26	
75	3	4	3	4	3	4	2	69	45	25	
76	3	4	3	4	3	4	2	69	47	28	
77	3	4	3	4	3	4	2	68	39	27	
78	3	4	3	4	3	4	2	67	39	29	

Data Bersih Ija fixxx Sheet2 Sheet3 Sheet1

Lampiran 5 Uji Verifikasi Data



LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/833/Lab-Psi/UMM/VIII/2024

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Zaatul Izzah
NIM : 202010230311176
Dosen Pembimbing : 1) Dr. Ari Firmanto, M.Si
2)

Yang bersangkutan telah melakukan :


1. Verifikasi Analisa Data.
Hasil: Lulus /~~Perbaikan~~

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Malang, 27 Agustus 2024

Petugas Cek


Navy Tri Indah Sari, M.Si

Lampiran 6 Uji Plagiasi



LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/851/Lab-Psi/UMM/IX/2024

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Zaatul Izzah
NIM : 202010230311176
Dosen Pembimbing : 1) Dr. Ari Firmanto, M.Si
2)

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Cek Plagiasi

Hasil: Lulus/Perbaikan

Dengan keterangan sebagai berikut:

No	Judul Skripsi	Batas Maksimal	Hasil
1	Emotional Regulation pada Anak Usia 4-6 Tahun	25%	4%

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Navy Tri Indah Sari, M.Si

Malang, 03
September 2024

Lampiran 7 Blueprint Instrumen

No	Aspek	Pernyataan	Nomor Item	
			Favo	Unfavo
1	Regulasi Emosi	Dia adalah anak yang ceria	1	
		Merespons dengan positif terhadap sikap netral atau ramah dari orang dewasa. [merespons secara positif terhadap orang dewasa yang bersikap sopan atau ramah]	3	
		Merespons dengan positif terhadap sikap netral atau ramah dari teman sebaya. [merespons secara positif terhadap teman sebaya yang bersikap sopan atau ramah]	7	
		Dapat mengungkapkan perasaannya ketika ia merasa sedih, marah, atau takut.	15	
		Anak cenderung terlihat sedih atau lesu		16
		Menunjukkan ekspresi datar [tidak menunjukkan banyak emosi ketika anda mengharapkannya] (ekspresi kosong atau tidak ekspresif; anak tampak tidak memiliki emosi).		18
		Menunjukkan empati [simpati] terhadap orang lain; menunjukkan kepedulian ketika orang lain merasa terganggu atau stres.	21	
		Menunjukkan emosi negatif yang sesuai (marah, takut, frustrasi, kesedihan) sebagai respons terhadap tindakan yang bersifat permusuhan, agresif, atau mengganggu dari orang lain.	23	
2	Emosional labilitas/negatifitas	Menunjukkan perubahan suasana hati yang tiba-tiba (keadaan emosional anak sulit diprediksi karena ia berpindah dengan cepat dari suasana hati yang positif ke negatif).	2	
		Berpindah-pindah dengan baik dari satu aktivitas ke aktivitas yang lain; tidak merasa cemas, marah, tertekan, atau terlalu bersemangat saat berpindah dari satu aktivitas ke aktivitas yang lain.		4
		Dapat pulih dengan baik dari perasaan gundah atau stress (misalnya, tidak cemberut atau tetap murung, cemas, atau sedih setelah kejadian yang sangat menyedihkan secara emosional).		5
		Anak mudah merasa frustrasi.	6	
		Anak rentan mudah marah dan tantrum	8	
		Anak mampu menunda kepuasan.		9
		Merasa senang atas kesedihan orang lain (misalnya, tertawa saat orang lain terluka atau dihukum; menikmati menggoda orang lain).	10	
		Dapat mengendalikan kegembiraan [dapat		11

	mengontrol kegembiraannya] (misalnya, tidak “terbawa suasana” dalam situasi permainan yang penuh energi atau terlalu bersemangat dalam konteks yang tidak sesuai).		
	Anak rentan mengalami semangat yang menggebu-gebu yang bersifat mengganggu[kegembiraan].	13	
	Anak merespons dengan marah terhadap aturan yang ditetapkan oleh orang dewasa	14	
	Anak terlalu bersemangat [ekstrem dan energik] saat berusaha mengajak orang lain bermain.	17	
	Merespons secara negatif terhadap sikap netral atau ramah dari teman sebaya [merespons secara negatif terhadap teman sebaya yang bersikap sopan atau ramah] (misalnya, mungkin berbicara dengan nada suara marah atau menanggapi dengan ketakutan).	19	
	Anak impulsif [tidak dapat mengendalikan dirinya].	20	
	Menunjukkan semangat [energi dan kegembiraan] yang dianggap mengganggu atau mengacaukan oleh orang lain.	22	
	Menunjukkan emosi negatif saat berusaha mengajak orang lain bermain.	24	
	Anak cenderung cengeng atau terlalu bergantung pada orang dewasa.	12	
Total Item: 24 butir			

Skoring

Total Item 24 butir

Respon	Skor Item Favorable	Skor Item Unfavorable
Tidak Pernah	1	4
Kadang-kadang	2	3
Sering	3	2
Hampir Selalu	4	1