

PENGARUH SENAM FANTASI TERHADAP KEMAMPUAN REGULASI EMOSI ANAK USIA 5-6 TAHUN

(Penelitian Quasi Eksperimen di Kelompok B RA Nurul Huda Bandung Tahun
Ajaran 2015-2016)

Noni Mariam Jamilah

1103821

ABSTRAK

Salah satu aspek kemampuan yang penting dari perkembangan emosi yang harus dikembangkan adalah kemampuan regulasi emosi. Oleh karena itu, diperlukan stimulasi yang tepat yang dapat meningkatkan kemampuan tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas senam fantasi terhadap kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun. Jenis senam fantasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah senam fantasi menurut cerita. Langkah-langkah senam fantasi yang diterapkan dalam penelitian ini terdiri dari kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan penenangan, yang mana keseluruhan cerita berkaitan dengan pemberian pengalaman emosi untuk anak. Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan *Nonequivalent Control Group Design*. Populasi dalam penelitian ini merupakan seluruh siswa kelompok B RA Nurul Huda Bandung. Penentuan sampel menggunakan *teknik cluster sampling*, sehingga didapatkan jumlah sampel 15 anak dari kelompok kontrol dan eksperimen. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan daftar *checklist* untuk mengukur kemampuan regulasi emosi. Sebelum melakukan analisis data dengan uji *t gain*, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas dengan menggunakan taraf signifikansi $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa senam fantasi tersebut efektif dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak. Kondisi ini tidak terlepas dari faktor-faktor dalam kegiatan senam fantasi yaitu peranan guru, media yang digunakan, dan waktu pemberian treatment.

Kata Kunci: Kemampuan Regulasi Emosi, Senam Fantasi

FANTASY GYMNASTICS INFLUENCE ON EMOTION REGULATION ABILITY OF CHILDREN AGES 5-6 YEARS

(Quasi Experimental Research in Group B RA Bandung Nurul Huda School
Year 2015-2016)

Noni Mariam Jamilah

1103821

Abstract

One important ability aspect of emotional development which should be developed is the ability of emotion regulation. Therefore, needed proper stimulation which can enhance these abilities. The purpose of this research was to examine the effectiveness of fantasy gymnastics for emotion regulation of children aged 5-6 years. Fantasy gymnastics types used in this research is a fantasy gymnastic according to the story. Steps gymnastics fantasy applied in this research consisted of initial activities, core activities, and appeasement activities, which is where the whole story associated with providing emotional experience for children. This research uses a quasi-experimental method with *Nonequivalent Control Group Design*. The population in this research is the whole student group B RA Nurul Huda Bandung. The samples using cluster sampling technique, to obtain a sample of 15 children from the control group and the experimental. Instruments in this research using a *checklist* to measure the ability of emotion regulation. Before performing data analysis with t gain test, first the normality test and homogeneity test using a significance level $\alpha = 0.05$. Results showed that fantasy gymnastics is effective to improving the ability of emotion regulation of children. This is a result of the factors in the activities of gymnastics fantasy that is the role of teachers, the media used, and the timing of treatments.

Keywords: Emotion Regulation Ability, Fantasy Gymnastics