

112/S/PGPAUD-KCBR/PK.O3.08/22/Juni/2023

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI  
PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 – 4 TAHUN)**

(Penelitian Tindakan Kelas pada Anak Usia 3 – 4 Tahun di TK X di Kota Bandung)

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini



Oleh:

**Indita Giovany Arisda**

**1900837**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI**

**KAMPUS UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA DI CIBIRU**

**BANDUNG**

**2023**

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI  
PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 – 4 TAHUN)**

(Penelitian Tindakan Kelas pada Anak Usia 3 – 4 Tahun di TK X di Kota Bandung)

Oleh:

Indita Giovany Arisda

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia  
Dini

©Indita Giovany Arisda

Juni 2023

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Skripsi tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,  
difotokopi, atau cara lainnya tanpa adanya izin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

INDITA GIOVANY ARISDA

NIM 1900837

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI  
PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 – 4 TAHUN)**

(Penelitian Tindakan Kelas pada anak usia 3-4 tahun di TK X di Kota Bandung)

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I

Dr. Nenden Ineu Herawati, M.Pd  
NIP. 195905261988032001

Pembimbing II

Mohamad Helmi Ismail, S.Sn, M.Pd  
NIP. 198012212006041005

Mengetahui,

Ketua Program Studi PGPAUD UPI Kampus di Cibiru

Prof. Dr. Hj. Leli Halimah, M.Pd.

NIP. 195909111984032001

Indita Giovany Arisda, 2023

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK  
BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Indita Giovany Arisda, 2023

***MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK  
BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)***

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi melalui Pembiasaan pada Kelompok Bermain (Usia 3 – 4 Tahun)” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas Pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Juni 2023

Penulis

**Indita Giovany Arisda**

NIM. 1900837

Indita Giovany Arisda, 2023

*MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

## **KATA PENGANTAR**

Dengan memanjatkan puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi melalui Pembiasaan pada Kelompok Bermain (Usia 3 – 4 Tahun)” tepat pada waktunya. Penyusunan skripsi ini sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan S-1 dan mendapat gelar sarjana pada program studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PGPAUD) di Kampus Universitas Pendidikan Indonesia di Cibiru. Penulis ucapkan terimakasih banyak kepada orang – orang yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung dalam penulisan skripsi ini dan memberikan dukungan, motivasi, bimbingan, dan dukungan moral kepada penulis dari perumusan masalah hingga penyusunan laporan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini belum mencapai sempurna, oleh karena itu penulis berharap mendapat kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Penulis mengharapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan semoga tujuan dari pembuatan skripsi ini dapat tercapai seperti yang diharapkan.

Bandung, Juni 2023

Penulis

**Indita Giovany Arisda**

NIM. 1900837

Indita Giovany Arisda, 2023

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

## UCAPAN TERIMAKASIH

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, dengan judul “Meningkatkan Kemampuan Mengelola Emosi melalui Pembiasaan pada Kelompok Bermain (Usia 3 – 4 Tahun)”. Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk menstimulus kemampuan emosi anak dalam mengelola emosi dengan baik pada usia 3 – 4 tahun. Skripsi ini juga menjadi salah satu syarat untuk menyelesaikan gelar sarjana pada pendidikan S-1 program studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PGPAUD) Kampus UPI di Cibiru.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini terdapat banyak pihak yang turut membersamai. Pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Dr. Nenden Ineu Herawati, M.Pd. selaku dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan saran yang berkaitan dengan skripsi ini. Terimakasih sudah sabar dan memberi dorongan dalam meselama proses skripsi ini;
2. Moh Helmi Ismail, S.Sn, M.Pd. selaku dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan saran yang berkaitan dengan skripsi ini. Terimakasih sudah sabar dan memberi dorongan dalam meselama proses skripsi ini;
3. Penulis mengucapkan terimakasih kepada guru mitra penelitian Aisyiyah Raia Rahmi karena telah membersamai serta membimbing selama proses penelitian berlangsung;
4. Mimi Erliyanti, S.Psi. selaku Kepala Sekolah PGTK Nuansa Cendikia beserta jajaran yang telah mengizinkan, dan membimbing selama penelitian berlangsung;
5. Penulis juga berterimakasih kepada Ketua Yayasan Mitra Kasih Abadi RR. Yenny Yulianty yang menaungi PGTK Nuansa Cendikia karena telah memberi dukungan moral kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi dengan semangat;

Indita Giovany Arisda, 2023

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

6. Terimakasih kepada siswa dan siswi kelas kelompok Bermain PGTK Nuansa Cendikia yang senantiasa menerima dan membantu selama penelitian berlangsung. Tanpa adanya dukungan dari kalian, maka penelitian ini tidka bisa berjalan dengan lancar;
7. Prof. Dr. Hj. Leli Halimah, M.Pd. selaku ketua program studi PGPAUD Kampus UPI Cibiru;
8. Prof. Dr. Asep herry Hernawan, M.Pd. selaku Direktur Kampus UPI di Cibiru;
9. Dr. H. Dede Margo Irianto, M.Pd. selaku Wakil Direktur Kampus UPI di Cibiru, beserta seluruh dosen dan staff Kampus UPI di Cibiru;
10. Kepada ayah, ibu, bunda dan keluarga saya yang selalu menjadi penyemangat, mendukung, dan selalu memberi doa;
11. Kepada teman seperjuangan kuliah di 8A PGPAUD, terkhusus kepada Nadia, Fitri, Nida, Dea, Siti Fadhilatun, Septi, Sheni, Nissa, Wilda, Farah, Dewi, dan Rani yang senantiasa menemani, memberi dorongan penyemangat, juga saling bertukar pikiran terlebih saat proses penyusunan skripsi ini;
12. Terakhir kepada Wina Widya dan Nabila Maula yang sudah menjadi *support system* juga selalu membantu selama dalam proses penyusunan skripsi terlebih dalam emosional penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir sampai selesai.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan baik dalam segi pembahasan ataupun penyusunan tata penulisan. Oleh sebab itu penulis mengharapkan saran dari pembaca agar skripsi ini kemudian menjadi bermanfaat.

Bandung, Juni 2023

Penulis

Indita Giovany Arisda, 2023

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahsanulhaq, M. (2019). Membentuk karakter religius peserta didik melalui pembiasaan, *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 2 (1), 23-4.  
<https://doi.org/10.24176/jpp.v2i1.4312>
- Cresswell, J. (2016). *Research design: Pendekatan metode kualitatif, kuantitatif, dan campuran (terjemahan)* (4th ed.). Pustaka Pelajar
- Damayanti, R., Sumantri, S., Dhieni, N., & Karnadi. (2022). Guru sebagai agent of change dalam pendidikan anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2). 964.  
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i2.1602>
- Diananda, A. (2020). Peranan orang tua dalam membantu perkembangan emosi positif dan perilaku sosial anak. *JECIES: Journal of Early Childhood Islamic Education Study*, 1 (20). 133.  
<http://dx.doi.org/10.33853/jecies.v1i2>
- Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2015). *Norma, standar, prosedur, dan kriteria petunjuk teknis penyelenggaraan kelompok bermain*. Pembinaan PAUD
- Emiliana, Nugraha, E.A., & Susilawati, I. (2022). Kecerdasan emosional menurut golem dalam perspektif kurikulum 2013 PAUD. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini (Masa Keemasan)*, 1 (2). 18
- Goleman, D. (2005). *Emotional intelegence*. [Online]. Diakses dari <https://asantelim.files.wordpress.com/2018/05/daniel-goleman-emotional-intelegence.pdf>
- Halimah, L. (2016). *Pengembangan kurikulum pendidikan anak usia dini*. PT Refika Aditama
- Huclock, E. (1978b). *Perkembangan anak (terjemahan) jilid 2* (6th ed.). Penerbit Erlangga
- Hurlock, E. (1978a). *Perkembangan anak (terjemahan) jilid 1* (6th ed.). Penerbit Erlangga
- Ihsani, N., Kurniah, N., & Suprapti, A. (2018). Hubungan metode pembiasaan dalam pembelajaran dengan disiplin anak usia dini. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3 (1). 5.  
<https://doi.org/10.33369/jip.3.2.105.110>
- Khaironi, M. (2017). Pendidikan karakter anak usia dini, *Jurnal Golden Age Indita Giovany Arisda*, 2023
- MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)**
- Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

*Universitas Hamzanwadi*, 1 (2). 82 - 89.  
<https://doi.org/10.29408/goldenage.v1i02.546>

Masitah, W., & Setiawan, H. (2018). Upaya meningkatkan perkembangan moral dan sosial emosional anak melalui metode pembiasaan di ra. *Al-Hikmah. Intiqad: Jurnal Agama dan Pendidikan Islam*, 10 (1), 174–187.  
<https://doi.org/10.30596/intiqad.v10i1.1930>

Mingkala, H. (2021). Pendampingan peran guru dan orang tua dalam mendidik anak hiperaktif serta cara menanggapi anak hiperaktif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: DIKMAS*, 1 (1). 3.  
<http://dx.doi.org/10.37905/dikmas.1.1.27-34.2021>

Mulyana, E., Gandana, G., & Muslim, M. (2017). Kemampuan anak usia dini mengelola emosi diri pada kelompok B di TK Pertiwi DWP Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya. *Jurnal PAUD Agapedia*, 1 (2). 214 - 232.  
<https://doi.org/10.17509/jpa.v1i2.9361>

Murdiyanto, E. (2020). Metode penelitian kualitatif (teori dan aplikasi disertai contoh proposal). [Online].  
 Diakses dari <http://eprints.upnyk.ac.id/24095/1/Penelitian%20Kualitatif%20-Eko%20mUrdiyanto.pdf>

Muthmainah. (2022). Peran guru dalam melatih anak mengelola emosi. *Yaa Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6 (1), 63–76.  
<https://doi.org/10.24853/yby.v6i1.12469>

Nurhasanah., Sari, S. L., & Kurniawan, N. A. (2021). Perkembangan sosial dan emosional anak usia dini. *Mitra Ash-Shibyan: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4 (2). 91 - 102.  
<https://doi.org/10.46963/mash.v4i02.346>

Patiung, D., Ismawati., Herawati., & Ramadhani, S. (2019). Deteksi dini pencapaian perkembangan anak usia 3 - 4 tahun berdasarkan standar nasional pendidikan anak usia dini. *NANAEKE: Indonesian Journal of Early Childhood Education*, 2 (1). 25 - 38

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia nomor 137 Tahun 2014 tentang standar nasional pendidikan anak usia dini standar isi tentang tingkat pencapaian perkembangan anak usia 3 – 4 tahun

Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia lampiran I nomor 7 tahun 2022 tentang standar isi pada pendidikan anak usia dini, jenjang pendidikan dasar, dan jenjang pendidikan menengah

Prasetya, A. F., Pd, M., Gunawan, I. M. S., & Pd, M. (2018). *Mengelola emosi*. K-Media.

Prihantoro, A., & Hidayat, F. (2019). Melakukan penelitian tindakan kelas.

Indita Giovany Arisda, 2023

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI MELALUI PEMBIASAAN PADA KELOMPOK BERMAIN (USIA 3 - 4 TAHUN)**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

- Ulumuddin : Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 9 (1), 49–60.  
<https://doi.org/10.47200/ulumuddin.v9i1.283>
- Puspita, S. M. (2019). Kemampuan mengelola emosi sebagai dasar kesehatan mental anak usia dini. *SELING: Jurnal Program Studi PGRA*, 5 (1), 85–92.  
<https://doi.org/10.29062/seling.v5i1.434>
- Rijali, A. (2019). Analisis data kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17 (33). 8.  
<https://dx.doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>
- Saputro, E.P & Arikunto, S. (2018). Keefektifan manajemen program pembelajaran BIPA (bahasa indonesia bagi penutur asing) di Kota Yogyakarta. *Jurnal Akuntabilitas Manajemen Pendidikan*, 6 (1). 126.  
<https://doi.org/10.21831/amp.v6i1.8066>
- Sukatin., Qomariyyah, H.Y., Afrilianti, A., Alivia, & Bella, R. (2019). Analisis psikologi perkembangan sosial emosional anak usia dini. *Analisis Psikologi Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini*, VI (2), 156–17.  
<http://dx.doi.org/10.22373/bunayya.v6i2.7311>
- Sulistiyawati, W., Wahyudi., & Trinuryono. (2022). Analisis (deskriptif kuantitatif) motivasi belajar siswa dengan model *blended learning* di masa pandemi covid19. *Kadikma*, 13 (1), 70.  
<https://doi.org/10.19184/kdma.v13i1.31327>
- Ulya, K. (2020). Pelaksanaan metode pembiasaan di pendidikan anak usia dini bina generasi tembilahan kota. *ASATIZA: Jurnal Pendidikan*, 1 (1), 49–60.  
<https://doi.org/10.46963/asatiza.v1i1.58>
- Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1
- Undang - Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 28
- Winda, R & Siregar, N. (2018). Analisis produk dan citra koperasi terhadap wirausaha koperasi dalam meningkatkan industri rumah tangga pada masyarakat Desa Lubuk Saban partai cermin Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Manajemen Tools*, 9 (1). 84
- Wiyani, N. (2016). *Konsep dasar PAUD*. Gava Media.