
PENGARUH PELATIHAN EMPATI MELALUI KARTU EMOSI TERHADAP HASIL PEMBELAJARAN PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK PRASEKOLAH

¹⁾ Annisa' Wigati Rozifa, ²⁾ Awwalul Wiladatil Qodliyah

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surabaya

Jl. Raya Sutorejo No.59, Dukuh Sutorejo, Kecamatan Mulyorejo, Surabaya

E-mail : ¹⁾ annisa.wigati.rozifa@um-surabaya.ac.id, ²⁾ awwalul.wiladatil.qodliyah@um-surabaya.ac.id

Kata Kunci:

Empati, Kartu Emosi,
Perkembangan Sosial
Emosional, Prasekolah

ABSTRAK

Media bermain berperan penting dalam meningkatkan kemampuan sosial-emosional anak prasekolah. Salah satu media yang digunakan adalah kartu bergambar, yang membantu anak memahami pembelajaran secara menarik dan menyenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pelatihan Empati Melalui Kartu Emosi Terhadap Hasil Pembelajaran Perkembangan Sosial Emosional Anak Prasekolah. Rancangan penelitian ini menggunakan desain *Quasi Eksperimen* dengan *pretest – posttest with control design*. Penelitian ini dilakukan di TK 'Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Jombang dan 'Aisyiyah Bustanul Athfal 3 Jombang pada bulan September 2023 sampai Januari 2024. Populasi penelitian ini adalah seluruh anak prasekolah yang berusia 5-6 tahun di TK 'Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Jombang dan 'Aisyiyah Bustanul Athfal 3 dengan jumlah 53 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive random sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 50 orang, selanjutnya dibagi menjadi 2 (kelompok intervensi dan kelompok kontrol). Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Berdasarkan hasil analisis statistik, terdapat pengaruh pelatihan empati melalui kartu emosi terhadap hasil pembelajaran perkembangan sosial emosional anak prasekolah. Berdasarkan hasil analisis *Paired Sampel T -Test* diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel Pre test dan Post Test Eksperimen TK 'Aisyiyah 1 Jombang, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pelatihan empati melalui kartu emosi terhadap hasil pembelajaran perkembangan sosial emosional anak prasekolah. Tenaga kesehatan dapat memberikan edukasi kepada orang tua tentang pentingnya pengembangan empati pada anak prasekolah menggunakan media visual seperti kartu emosi, dan Guru TK dapat mengintegrasikan dalam pembelajaran untuk melatih pengenalan dan meningkatkan keterampilan sosial-emosional anak.

Keywords:

Empathy, Emotion Cards,
Social Emotional
Development, Preschool

ABSTRACT

Play media plays an essential role in improving the social-emotional abilities of preschool children. One of the media used is picture cards, which help children understand learning in an interesting and fun way. This study aims to determine the Effect of Empathy Training Through Emotional Cards on the Learning Outcomes of Social Emotional Development of Preschool Children. This study used a quasi-experimental design with a pretest - posttest and a control design. This research was conducted at Kindergarten 'Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Jombang and 'Aisyiyah Bustanul Athfal 3 Jombang from September 2023 to January 2024. The population of this study was all preschool children aged 5-6 years at Kindergarten 'Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Jombang and 'Aisyiyah Bustanul Athfal 3 with a total of 53 people. The sampling technique in this study was purposive random sampling so that a sample of 50 people was obtained and then divided into 2 (intervention group and control group). The instrument used was a questionnaire. Based on the statistical analysis results, empathy training through emotion cards influences preschool children's social-emotional development learning outcomes. Based on the results of the Paired Sample T-Test analysis, a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) was obtained, indicating that there is a significant relationship between the Pre-test and Post-Test variables of the Kindergarten 'Aisyiyah 1 Jombang Experiment, so it can be concluded that there is an influence of empathy training through emotion cards on the learning outcomes of preschool children's social-emotional development. Health workers can educate parents about the importance of developing empathy in preschool children using visual media such as emotion cards, and kindergarten teachers can integrate it into learning to train recognition and improve children's social-emotional skills.

Info Artikel

Tanggal dikirim:09-01-2024

Tanggal direvisi:17-01-2025

Tanggal diterima:18-01-2025

DOI Artikel:

10.36341/jomis.v9i1.4303

[Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.](#)

PENDAHULUAN

Aspek-aspek yang perlu dikembangkan pada anak prasekolah atau anak usia dini yaitu: motorik, bahasa, kognitif, emosi, sosial, moralitas, dan kepribadian. Anak usia dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0 sampai 6 tahun dan berada pada jenjang pendidikan taman kanak-kanak (TK) [1]. Anak taman kanak-kanak sedang membutuhkan upaya pendidikan untuk mencapai semua aspek perkembangan, baik perkembangan fisik maupun psikis yang meliputi perkembangan intelektual, bahasa, motorik dan sosial emosional. Semua aspek tersebut diharapkan berkembang dengan baik pada diri anak [2].

Secara nasional keberadaan pendidikan anak usia dini di Indonesia masih jauh dari harapan [3], [4]. Hal tersebut disebabkan karena kesadaran orang tua untuk memberikan pendidikan di usia dini masih sangat jarang terutama di daerah-daerah terpencil yang memang sumber daya manusianya masih rendah [5]. Beberapa hasil penelitian menyimpulkan bahwa perkembangan anak yang diperoleh pada usia dini sangat mempengaruhi perkembangan pada tahap selanjutnya [6]. Selain gizi yang cukup, rangsangan-rangsangan anak selama dalam kandungan dan setelah dilahirkan sangat diperlukan dalam proses perkembangan. Terpenuhinya gizi dan rangsangan-rangsangan tersebut akan membantu perkembangan intelegensi anak setelah mereka dilahirkan [7], [8].

Berdasarkan hasil penelitian Benyamin S. Bloom pada usia empat tahun seorang anak sudah membentuk 50% intelegensi yang dimilikinya setelah dewasa. Pada saat anak

berusia 6 tahun, ia telah mencapai dua pertiga intelegensi yang dimilikinya pada usia 17 tahun. Jadi perkembangan anak sampai usia 17 tahun lebih banyak dibentuk oleh perkembangan sebelum usia empat tahun. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan pada usia dini merupakan pendidikan yang vital bagi perkembangan berikutnya.

Menurut Undang-Undang No 20 Tahun 2003 Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani, agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Selama ini yang terjadi pada Taman Kanak-Kanak adalah pembelajaran di dalam kelas lebih didominasi oleh peran guru sebagai pusat informasi [9], [10].

Selama proses pembelajaran, anak hanya berperan sebagai penerima informasi tanpa adanya aktivitas untuk menemukan sendiri konsep yang dipelajari. Padahal pada usia ini guru seharusnya menggali atau lebih peka akan apa yang dimiliki oleh anak didiknya. Salah satu metode pembelajaran yang dapat melibatkan anak didik secara menyeluruh dan optimal adalah pembelajaran menggunakan metode bermain [11], [12], [13]. Dengan bermain anak bisa mengekspresikan apa yang anak kehendaki, membuat anak lebih rileks dalam belajar dan tidak ada perasaan tertekan dalam mengikuti kegiatan belajar baik di kelas maupun di luar kelas. Semua yang diberikan kepada anak dengan bermain akan mempermudah anak untuk menyerap informasi yang diberikan

baik oleh pendidik di sekolah maupun orang tua anak di rumah [14].

Salah satu dari pengembangan kemampuan dasar yaitu pengembangan sosial emosional. Kemampuan sosial emosional anak dapat ditingkatkan melalui metode bermain agar anak mampu mengungkapkan perasaan dan tidak canggung lagi kepada teman sebaya ataupun gurunya [12], [15], [16].

Media pembelajaran yang dapat digunakan berupa bermain kartu emosi. Penggunaan kartu bergambar emosi atau ekspresi seseorang merupakan salah satu jenis permainan aktif yang berbentuk media pembelajaran visual, yaitu media yang dapat dilihat dan diraba, dengan menggunakan suatu media pembelajaran yang digunakan dalam kegiatan belajar dapat menjadi suatu alat bantu dalam suatu proses belajar mengajar [17].

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat Pengaruh Pelatihan Empati Melalui Kartu Emosi Terhadap Hasil Pembelajaran Perkembangan Sosial Emosional Anak Prasekolah.

TINJAUAN PUSTAKA

Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan fungsi sistem organ tubuh akibat kematangan organ dan bersifat *reversible* atau dapat diperbaiki apabila terjadi penyimpangan. Kemampuan fungsi sistem organ tubuh tersebut meliputi kemampuan gerak kasar dan halus, pendengaran, penglihatan, komunikasi, bicara, emosi-sosial, kemandirian, intelegensi, dan perkembangan moral [18]. Terdapat faktor-faktor yang berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak menurut [19] yaitu ; pengaruh genetik, saraf, hormon, gizi, sosial ekonomi, latihan Penyakit, dan emosi.

Perkembangan sosial-emosional pada anak prasekolah merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan anak secara keseluruhan. Anak prasekolah berada pada tahap usia 3–6 tahun, di mana mereka mulai mengembangkan kemampuan untuk

mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi mereka. Perkembangan sosial-emosional mencakup kemampuan anak untuk berinteraksi dengan orang lain, memahami perasaan diri sendiri dan orang lain, serta membangun hubungan sosial yang sehat.

Teori sosiokulturalnya menekankan pentingnya interaksi sosial dalam perkembangan anak. Melalui interaksi dengan orang dewasa dan teman sebaya, anak-anak belajar keterampilan sosial dan memahami emosi. Lingkungan yang mendukung perkembangan emosi anak dapat membantu mereka mencapai keseimbangan emosi dan membangun empati terhadap orang lain.

Empati pada umumnya didefinisikan sebagai proses respon emosional seseorang terhadap pengalamannya juga proses mengerti dan memahami dari perspektif orang lain mengenai emosi yang terjadi dan rasakan. Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain serta meresponsnya dengan cara yang sesuai. Empati adalah dasar dari perilaku prososial, yang melibatkan tindakan membantu, berbagi, dan peduli terhadap orang lain. Pada anak prasekolah, pengembangan empati menjadi penting karena memengaruhi kemampuan mereka untuk menjalin hubungan yang positif dengan orang lain.

Penelitian oleh Decety dan Jackson menunjukkan bahwa anak yang memiliki empati yang baik cenderung lebih sukses dalam menghadapi tantangan sosial dan emosional di kemudian hari. Empati juga membantu anak memahami perspektif orang lain, yang penting dalam membangun hubungan sosial yang harmonis.

Kartu emosi (*emotional flashcard*) merupakan permainan aktif yang berbentuk media pembelajaran visual dalam kualifikasi gambar diam yang terbuat dari kertas berbentuk kartu pesergi kemudian digunakan untuk mengungkapkan emosi penggunaannya, media ini berbentuk kartu yang memiliki gambar-gambar ekspresi emosi. Gambar yang terdapat pada kartu emosi ini berisi gambar ekspresi dari macam-macam emosi seperti emosi terpesona, marah, terkejut, senang, sedih, gembira, dan lain-lain.

Kartu emosi merupakan alat bantu pembelajaran yang dirancang untuk membantu anak mengenali dan memahami berbagai jenis emosi. Kartu ini biasanya berisi gambar atau ilustrasi wajah dengan ekspresi emosi tertentu, seperti senang, sedih, marah, atau takut. Kartu emosi dapat digunakan sebagai media interaktif untuk melatih anak mengenali emosi mereka sendiri dan orang lain.

Penggunaan media visual seperti kartu emosi dapat meningkatkan pemahaman anak terhadap konsep-konsep abstrak, termasuk emosi. Dengan menggunakan kartu emosi, anak dapat belajar mengidentifikasi ekspresi wajah, nama emosi, dan situasi yang memicu emosi tersebut. Hal ini dapat membantu meningkatkan kemampuan sosial-emosional anak, termasuk empati.

Pelatihan empati melalui kartu emosi melibatkan aktivitas yang dirancang untuk membantu anak memahami emosi diri sendiri dan orang lain. Aktivitas ini dapat mencakup permainan peran, diskusi kelompok, dan latihan pengenalan emosi. Pelatihan empati yang berbasis permainan dapat meningkatkan kemampuan anak untuk berempati dan berinteraksi dengan teman sebaya.

Pelatihan empati dengan kartu emosi juga dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar menghadapi situasi sosial yang kompleks. Melalui simulasi dan aktivitas berbasis kartu emosi, anak dapat mengembangkan keterampilan komunikasi, pemecahan masalah, dan regulasi emosi. Sebagai hasilnya, anak mampu meningkatkan hasil pembelajaran perkembangan sosial-emosional mereka.

Hasil pembelajaran perkembangan sosial-emosional mencakup kemampuan anak untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial, mengenali emosi, dan menunjukkan perilaku prososial. Lingkungan belajar yang mendukung dapat memberikan dampak positif pada perkembangan anak, termasuk dalam aspek sosial-emosional.

Pelatihan empati yang menggunakan kartu emosi dirancang untuk mengajarkan anak cara mengenali dan mengelola emosi dalam situasi sosial. Studi menyebutkan bahwa penggunaan kartu emosi dalam pembelajaran

meningkatkan kemampuan anak dalam mengenali emosi dasar, yang berdampak pada peningkatan interaksi sosial dan pengurangan perilaku agresif. Selain itu, pelatihan ini memberikan anak keterampilan untuk merespons situasi sosial secara positif, yang penting untuk perkembangan sosial dan akademik mereka.

Program pelatihan empati melalui media seperti kartu emosi menjadi alat pembelajaran yang terintegrasi. Penelitian menemukan bahwa metode ini tidak hanya meningkatkan kecerdasan emosional, tetapi juga membantu anak-anak mengembangkan perilaku prososial seperti berbagi dan membantu.

Kartu ekspresi emosi dapat digunakan untuk melatih empati pada anak usia dini. Hasilnya menunjukkan bahwa media ini tidak hanya meningkatkan perilaku menolong tetapi juga mengurangi perilaku agresif pada anak-anak. Hal ini relevan dengan tujuan penelitian Anda untuk mendukung perkembangan sosial-emosional anak prasekolah melalui pelatihan empati yang interaktif dan menyenangkan. Hasil penelitian meta-analisis menjelaskan bahwa empati bukanlah keterampilan bawaan, melainkan dapat diajarkan melalui pelatihan. Mereka menemukan bahwa pelatihan empati secara signifikan meningkatkan perilaku prososial dan mengurangi agresivitas pada anak usia dini hingga remaja. Penelitian ini menguatkan asumsi bahwa metode seperti kartu emosi dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan empati anak. Studi di PAUD Cahaya Bunda menemukan bahwa intervensi berbasis permainan edukatif, seperti tebak emosi dengan kartu ekspresi, efektif untuk memperkenalkan ragam emosi, meningkatkan keterampilan sosial, dan mendorong hubungan interpersonal yang positif. Temuan ini mendukung pengembangan media pembelajaran inovatif seperti kartu emosi untuk mendukung perkembangan sosioemosi anak. Arniansyah et al. (2018) dalam penelitian mereka menemukan bahwa pelatihan empati

membantu meningkatkan perilaku prososial anak, seperti berbagi, bekerja sama, dan memahami perasaan orang lain. Ini sangat relevan untuk anak prasekolah, di mana perkembangan prososial sangat penting untuk membangun hubungan yang sehat di masa depan

METODE

Rancangan penelitian ini menggunakan desain *Quasi Eksperimen* dengan desain *pretest – posttest with control design* untuk mengetahui perubahan hasil pembelajaran perkembangan emosional anak prasekolah. Pada penelitian ini terdapat satu kelompok eksperimen dan satu kelompok kontrol yang akan diukur sebelum dan setelah perlakuan eksperimen diberikan. Penelitian ini dilakukan di TK ‘Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Jombang dan ‘Aisyiyah Bustanul Athfal 3 Jombang. Penelitian ini dilaksanakan pada 7 Desember 2023 dan 11 Desember 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak prasekolah yang berusia 5-6 tahun di TK ‘Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Jombang dan ‘Aisyiyah Bustanul Athfal 3. Jumlah populasi pada penelitian ini yaitu 53 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive random sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan sebelumnya. Kriteria inklusi yaitu anak berusia 5-6 tahun, orang tua ibu bersedia anaknya menjadi responden penelitian, dan tinggal di wilayah Jombang. Sedangkan kriteria inklusi pada penelitian ini adalah anak yang tidak tinggal/berdomisili di Jombang, mengalami gangguan psikologis (autis, ADHD/hiperaktif), tidak sedang menderita penyakit akut tertentu, dan tidak hadir dalam kegiatan. Berdasarkan kriteria yang ditentukan, sampel pada penelitian ini sebanyak 50 orang, selanjutnya dibagi menjadi 2 kelompok intervensi sebanyak 27 orang dan kelompok kontrol sebanyak 23 orang.

Kegiatan pelatihan yang dilaksanakan terdiri dari pemberian informasi mengenai Konsep Dasarnya Emosi Permainan Ekspresi Bebas,

Ice Breaking, Permainan Peristiwa, dan Permainan Empati. Kedua kelompok diberikan pretest terlebih dahulu. Selanjutnya, peneliti memberikan perlakuan pelatihan empati melalui kartu ekspresi emosi pada kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol mengikuti jadwal kegiatan rutin di sekolah.

Kemudian kedua kelompok (eksperimen dan kontrol) diberikan posttest dengan mengisi lembar penilaian perkembangan sosio emosional anak usia dini untuk mengetahui adanya perbedaan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selanjutnya data dianalisis dengan *Paired Sampel T Test* dengan program *SPSS 16 for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi demografi responden anak prasekolah di TK ‘Aisyiyah 1 Jombang dan TK ‘Aisyiyah 3 Jombang

Karakteristik Responden	TK ‘Aisyiyah 1 Jombang	%	TK ‘Aisyiyah 3 Jombang	%
Usia				
5 tahun	5	20,8	9	34,6
6 tahun	19	79,2	17	65,4
Total	24	100,0	26	100,0
Jenis Kelamin				
Laki-laki	10	41,7	16	61,5
Perempuan	14	58,3	10	38,5
Total	24	100,0	26	100,0

Berdasarkan Tabel 1. menunjukkan bahwa karakteristik anak prasekolah berdasarkan usia. Dari 50 anak paling banyak berusia 6 tahun yaitu sebesar 36 anak. Selain itu, berdasarkan jenis kelamin, jenis kelamin laki-laki sejumlah 26 anak, dan perempuan yaitu 24 anak.

Hal ini diketahui dari hasil pembelajaran perkembangan sosial emosional anak prasekolah yang lebih baik pada kelompok

Tabel 2. Hasil Pembelajaran Perkembangan Sosial Emosional Anak Prasekolah di TK 'Aisyiyah 1 Jombang dan TK 'Aisyiyah 3 Jombang

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre test Kontrol TK 'Aisyiyah 1 Jombang	11	34	75	62,18	11,906
Post test Kontrol TK 'Aisyiyah 1 Jombang	11	36	80	64,09	13,561
Pre test Eksperimen TK 'Aisyiyah 1 Jombang	13	37	69	60,46	8,550
Post test Eksperimen TK 'Aisyiyah 1 Jombang	13	38	71	65,00	8,813
Pre test Kontrol TK 'Aisyiyah 3 Jombang	12	33	62	43,83	7,590
Post test Kontrol TK 'Aisyiyah 3 Jombang	12	32	62	45,33	7,463
Pre test Eksperimen TK 'Aisyiyah 3 Jombang	14	42	66	56,14	7,645
Post test Eksperimen TK 'Aisyiyah 3 Jombang	14	52	75	64,29	8,615

Tabel 3. Hasil Analisis Pengaruh Pelatihan Empati Melalui Kartu Emosi Terhadap Hasil Pembelajaran Perkembangan Sosial Emosional Anak Prasekolah di TK 'Aisyiyah 1 Jombang dan TK 'Aisyiyah 3 Jombang

	Paired t	df	Sig.(2-tailed)
Pair 1 Pre test Kontrol TK 'Aisyiyah 1 Jombang – Post test Kontrol TK 'Aisyiyah 1 Jombang	1,205	-1,366	10 0,202
Pair 2 Pre test Eksperimen TK 'Aisyiyah 1 Jombang – Post test Eksperimen TK 'Aisyiyah 1 Jombang	-2,749	-5,526	12 0,000
Pair 3 Pre test Kontrol TK 'Aisyiyah 3 Jombang – Post test Kontrol TK 'Aisyiyah 3 Jombang	0,838	-1,412	11 0,186
Pair 4 Pre test Eksperimen TK 'Aisyiyah 3 Jombang – Post test Eksperimen TK 'Aisyiyah 3 Jombang	-5,474	-6,592	13 0,000

Berdasarkan pada hasil uji *Paired Sample Test* untuk menguji dua sampel independen dengan menggunakan bantuan program *SPSS 16 for Windows*, menunjukkan bahwa hipotesis 1 diterima yaitu terdapat pengaruh pelatihan empati melalui kartu emosi terhadap hasil pembelajaran perkembangan sosial emosional anak prasekolah pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal tersebut menunjukkan bahwa kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan berupa pelatihan empati mengalami perubahan pada hasil pembelajaran perkembangan sosial emosional anak prasekolah.

menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki kemampuan empati yang lebih baik daripada kelompok kontrol setelah pelatihan empati melalui kartu ekspresi emosi dilakukan. Emosi merupakan salah satu potensi yang dimiliki manusia sejak lahir dan akan berkembang sesuai dengan lingkungannya [20]. Anak usia dini adalah anak dengan usia 4-6 tahun dimana anak telah memasuki jenjang prasekolah. Anak pada usia tersebut mengalami perubahan pada fase kehidupan sebelumnya. Masa anak usia dini sering

disebut dengan masa emas (*golden age*). Pada masa ini hampir seluruh potensi anak mengalami masa peka untuk tumbuh dan berkembang secara tepat dan hebat. Perkembangan setiap anak tidak sama karena setiap individu memiliki perkembangan yang berbeda.

Taman kanak-kanak sebagai salah satu bentuk pendidikan prasekolah yang ada di jalur pendidikan yang memberikan layanan bagi anak usia dini hingga memasuki tahapan pendidikan dasar. Patmonodewo menyebutkan “anak prasekolah adalah mereka yang berusia antara 3-6 tahun [21]. Emosi dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu, emosi positif maupun negatif. [22], [23]. Santrock menjelaskan bahwa emosi dipengaruhi oleh dasar biologis dan juga pengalaman masa lalu, terutama ekspresi wajah dari emosi. Emosi dasar terdiri dari bahagia, terkejut, marah, dan takut memiliki ekspresi wajah yang sama pada budaya yang berbeda. Emosi berperan penting dalam perkembangan anak, baik pada usia prasekolah maupun pada tahapan perkembangan selanjutnya, serta memiliki pengaruh terhadap perilaku anak. Woolfson menyebutkan bahwa anak memiliki kebutuhan emosional, seperti ingin dicintai, dihargai, rasa aman, merasa kompeten dan mengoptimalkan kompetensinya [24].

Pada usia prasekolah anak-anak belajar menguasai dan mengekspresikan emosi. Pada usia enam tahun anak-anak memahami konsep emosi yang lebih kompleks, seperti kecemburuan, kebanggaan, kesedihan dan kehilangan. Namun, anak-anak masih memiliki kesulitan di dalam menafsirkan emosi orang lain. Pada tahapan ini anak memerlukan pengalaman pengaturan emosi, yang mencakup kapasitas untuk mengontrol dan mengarahkan ekspresi emosional, serta menjaga perilaku yang terorganisir ketika munculnya emosi-emosi yang kuat dan untuk

dibimbing oleh pengalaman emosional. Seluruh kapasitas ini berkembang secara signifikan selama masa prasekolah dan beberapa diantaranya tampak dari meningkatnya kemampuan anak dalam mentoleransi frustrasi [25], [26], [27]. Anak prasekolah diharapkan mampu untuk mengekspresikan emosinya dengan baik dan tanpa merugikan orang lain, serta mulai belajar melakukan regulasi emosi. Perkembangan emosi pada masa kanak-kanak awal ditandai dengan munculnya emosi evaluatif yang disadari rasa bangga, malu, dan rasa bersalah, dimana kemunculan emosi ini menunjukkan bahwa anak sudah mulai memahami dan menggunakan peraturan dan norma sosial untuk menilai perilaku mereka [28].

Perkembangan sosial emosi merupakan suatu proses belajar menyesuaikan diri untuk memahami keadaan serta perasaan ketika berinteraksi dengan orang-orang di lingkungannya baik orang tua, saudara, teman, sebaya, atau orang dewasa dalam kehidupan sehari-hari [29], [30]. Tingkat pencapaian perkembangan sosial emosi anak pada usia 5-6 tahun, yaitu: bersikap kooperatif dengan teman, menunjukkan sikap toleran, mengekspresikan emosi yang sesuai dengan kondisi yang ada (senang-sedih, antusias dsb), mengenal tata krama dan sopan santun sesuai dengan nilai sosial budaya setempat, memahami peraturan dan disiplin, menunjukkan rasa empati, memiliki sikap gigih (tidak mudah menyerah), bangga terhadap hasil karya sendiri, dan menghargai keunggulan orang lain [31].

Metode pembelajaran yang dapat melibatkan anak adalah pembelajaran dengan menggunakan metode bermain, salah satunya yaitu bermain kartu. Pengenalan permainan kartu emosi ini diharapkan mampu mempengaruhi kemampuan sosioemosional pada anak. Pemberian pengetahuan tentang

jenis-jenis emosi dapat mengenalkan anak berbagai macam emosi yang dialami anak [32]. Hal ini bertujuan agar terjadi peningkatan kemampuan sosioemosional pada anak usia dini. Permainan kartu emosi pada anak usia dini ini dilakukan secara berkelompok yang memerlukan pendamping. Pendamping tersebut berfungsi sebagai fasilitator informasi terkait berbagai jenis emosi yang dialami dalam suatu keadaan tertentu [33].

Pada penelitian ini diperoleh terdapat Pengaruh Pelatihan Empati Melalui Kartu Emosi Terhadap Hasil Pembelajaran Perkembangan Sosial Emosional Anak Prasekolah di TK 'Aisyiyah 1 Jombang dan TK 'Aisyiyah 3 Jombang. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa pemberian manipulasi intruksi pada permainan kartu emosi tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan sosioemosional pada anak usia dini [34].

Melalui kartu emosi, anak dapat diperkenalkan dengan berbagai jenis emosi dasar, yaitu senang, marah, sedih, takut, jijik, dan terkejut. Orang tua bisa membeli atau membuat gambar kartu emosi, sesuai dengan emosi yang disebutkan. Saat memperlihatkan kartu emosi, kita juga bisa ikut berekspresi dengan wajah, sehingga anak dapat mengenal jenis emosi secara konkret. Dengan demikian, anak bias memperkaya kosakata tentang jenis emosi dan mengekspresikan emosi lewat kata-kata [35].

Kartu emosi merupakan media visual yang termasuk kedalam klasifikasi gambar diam yang berbentuk kartu yang memiliki gambar-gambar ekspresi emosi. Pemberian label yang tepat mulai dari emosi-emosi dasar hingga pada emosi-emosi yang disadari akan membantu anak mengkomunikasikan emosi yang ia rasakan kepada orangtua ataupun lingkungannya, sehingga akan membantu

orang tua atau guru untuk mengajarkan bagaimana anak mengelola emosinya secara efektif [36]. Selain itu dalam kondisi emosional, anak cenderung tidak mampu memperhatikan dan mempertimbangkan norma atau aturan kepantasan yang berlaku dalam hidup bersama [37]. Sementara itu, untuk memecahkan masalah akan membantu cara berpikir anak untuk memahami akibat suatu tindakan dan alternatif pemecahan suatu masalah [38]. Berbagai perilaku yang kurang adaptif yang sering dimunculkan ketika berada dalam emosi negatif, misalnya perilaku impulsif yang tidak mempertimbangkan akibat atau konsekuensi perilaku tersebut bagi kehidupan anak maupun orang disekitarnya [39], [40], [41]. Berdasarkan hal tersebut maka tujuan dari kartu emosi yaitu agar anak mampu memahami berbagai emosi sehingga mampu melabel emosi dan memiliki kontrol yang baik dalam mengelola emosi. Bentuk kartu emosi tersebut berupa kartu berbagai emosi serta contoh situasinya. Cara penerapannya anak menyebutkan emosi, menjelaskan situasi hingga akibat serta solusi akibat perilaku tersebut muncul. Kartu emosi tersebut diharapkan sebagai salah satu cara menumbuhkan empati, pengendalian emosi dan mengajarkan anak memahami akibat dari munculnya suatu perilaku.

Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan pada tahun 2023 yang menyimpulkan bahwa media kartu emosi dapat digunakan untuk mengurangi perilaku impulsif (misalnya: menginterupsi pembicaraan dan aktivitas, menggunakan barang tanpa meminta dan menerima izin, dan berteriak) pada anak ADHD [42]. Selain itu, penelitian lain yang mendukung pernyataan ini bahwa terdapat pengaruh pelatihan empati melalui kartu ekspresi emosi terhadap perilaku menolong dan perilaku agresif pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol [33].

Pelatihan empati merupakan upaya tepat untuk menumbuhkan rasa empati pada diri seseorang dan pelatihan empati akan memberikan keefektifan untuk mengatasi perilaku agresif jika dilakukan sejak dini. Pelatihan empati dapat dilakukan pada masa awal kanak-kanak karena masa anak-anak merupakan masa dimana anak membutuhkan banyak stimulasi dan latihan untuk menjalani proses sosialisasi yang baik pada tahap perkembangan selanjutnya.

Suatu pelatihan dan stimulasi yang dilakukan pada masa awal kanak-kanak tentunya membutuhkan cara yang efektif agar pelatihan tersebut dapat diterima dan dilakukan oleh anak-anak. Perkembangan kognitif yang berada pada masa praoperasional menurut Piaget menunjukkan bahwa anak belajar menggunakan dan merepresentasikan benda-benda dengan gambar-gambar, kata-kata dan lukisan-lukisan. Anak-anak mulai menjalankan fungsi simbolis dan muncul pemikiran intuitifnya. Menurut Piaget tahap mengaktifkan fungsi simbolis dan munculnya pemikiran intuitif ini merupakan tahap dasar belajar anak melalui imitasi dan bermain, karena anak membangun imaji-imaji simbolik melalui aktivitas yang terinternalisasi. Berdasarkan perkembangan kognitif Piaget tersebut menunjukkan bahwa anak-anak akan lebih mudah mendapatkan informasi melalui media gambar-gambar ekspresi emosi dan katakata yang dikemas dalam bentuk nyanyian serta lagu. Pelatihan empati yang memperhatikan perkembangan kognitif pada masa awal kanak-kanak diharapkan dapat dijalani oleh anakanak dengan baik serta mampu menghasilkan perilaku yang diharapkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis *Paired Sampel T - Test* diperoleh nilai p-value sebesar 0,000

($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara variabel Pre test Eksperimen TK 'Aisyiyah 1 Jombang dan Post test Eksperimen TK 'Aisyiyah 1 Jombang. Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pelatihan empati melalui kartu emosi terhadap hasil pembelajaran perkembangan sosial emosional anak prasekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] H. Widodo, *Dinamika Pendidikan Anak Usia Dini*. Alprin, 2020.
- [2] O. Rohmawati and S. Watini, "Pemanfaatan TV sekolah sebagai media pembelajaran dan pendidikan karakter anak usia dini," *Jurnal Pelita PAUD*, vol. 6, no. 2, pp. 196–207, 2022.
- [3] E. R. Itasari, "Fulfillment Of Education Rights In The Border Areas Of Indonesia And Malaysia," *Ganesha Law Review*, vol. 1, no. 1, pp. 1–13, 2019.
- [4] C. Pramana, D. Chamidah, S. Suyatno, F. Renadi, and S. Syaharuddin, "Strategies to Improved Education Quality in Indonesia: A Review.," *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry*, vol. 12, no. 3, 2021.
- [5] H. Pratiwi, "Permasalahan Belajar Dari Rumah Bagi Guru Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini Di Daerah Terpencil," *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, vol. 6, no. 2, pp. 130–144, 2021.
- [6] H. Ulferts, K. M. Wolf, and Y. Anders, "Impact of process quality in early childhood education and care on academic outcomes: Longitudinal meta-analysis," *Child Dev*, vol. 90, no. 5, pp. 1474–1489, 2019.
- [7] A. D. Stein *et al.*, "Early-life stature, preschool cognitive development,

- schooling attainment, and cognitive functioning in adulthood: a prospective study in four birth cohorts,” *Lancet Glob Health*, vol. 11, no. 1, pp. e95–e104, 2023.
- [8] S. Zhou *et al.*, “The effect of a community-based, integrated and nurturing care intervention on early childhood development in rural China,” *Public Health*, vol. 167, pp. 125–135, 2019.
- [9] S. Ruhiyati, “Peningkatan Kompetensi Guru dalam Pembelajaran melalui Supervisi Kelas pada TK PKK Teros Kecamatan Labuhan Haji Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2021/2022,” *TSAQOFAH*, vol. 1, no. 2, pp. 26–37, 2021.
- [10] S. P. Sukerianto, “Peningkatan Kemampuan Memanfaatkan Lingkungan Sekolah Sebagai Sumber Belajar Melalui Diskusi PKG Pada Guru TK Dharma Wanita Nambangrejo Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo,” *Jurnal Merdeka Mengajar (JMM)*, vol. 2, no. 2, pp. 30–37, 2021.
- [11] M. Compagnoni, Y. Karlen, and K. Maag Merki, “Play it safe or play to learn: mindsets and behavioral self-regulation in kindergarten,” *Metacogn Learn*, vol. 14, pp. 291–314, 2019.
- [12] S. Nurhayati, M. M. Pratama, and I. W. Wahyuni, “Perkembangan Interaksi sosial Dalam meningkatkan Kemampuan Sosial Emosional Melalui Permainan Congklak Pada Anak usia 5-6 tahun,” *Jurnal Buah Hati*, vol. 7, no. 2, pp. 125–137, 2020.
- [13] M. N. Solievna, “Game teaching techniques for preschool children,” *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, vol. 3, no. 4, pp. 1260–1262, 2022.
- [14] N. Solichah, H. Y. Solehah, and R. Hikam, “Persepsi serta peran orang tua dan guru terhadap pentingnya stimulasi literasi pada anak usia dini,” *Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, vol. 6, no. 5, pp. 3931–3943, 2022.
- [15] T. Santika, “Pendekatan Sentra Bermain Peran Untuk Meningkatkan Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia Dini,” *Joce (Journal Of Community Education)*, vol. 2, no. 1, pp. 38–42, 2021.
- [16] N. A. Suryani, “Kemampuan sosial emosional anak melalui permainan raba-raba pada PAUD kelompok A,” *Jurnal Ilmiah Potensia*, vol. 4, no. 2, pp. 141–150, 2019.
- [17] S. Febiola and Y. Yulsyofriend, “Penggunaan Media Flash Card terhadap Kemampuan Berbicara Anak Usia Dini,” *Jurnal Pendidikan Tambusai*, vol. 4, no. 2, pp. 1026–1036, 2020.
- [18] R. Dewi, A. Oktavia, and L. Saputri, *Teori dan konsep tumbuh kembang bayi, toddler, anak dan usia remaja*. yogyakarta: Yogyakarta: Nuha Medika, 2015.
- [19] R. Narendra, M. B. Sularyo, Soetjningsih, Suyitno, *tumbuh kembang anak dan remaja*. jakarta: Ikatan Dokter Indonesia, 2012.
- [20] E. Manizar, “Mengelola kecerdasan emosi,” *Tadrib*, vol. 2, no. 2, pp. 198–213, 2016.
- [21] S. Patmonodewo, *Pendidikan anak prasekolah*. Rineka Cipta bekerjasama dengan Departemen Pendidikan & Kebudayaan, 2000.
- [22] F. C. Kao, S. R. Wang, and Y. J. Chang, “Brainwaves analysis of positive and negative emotions,” *ISAA*, vol. 12, pp. 1263–1266, 2015.

- [23] Z. Wang, S.-B. Ho, and E. Cambria, "A review of emotion sensing: categorization models and algorithms," *Multimed Tools Appl*, vol. 79, pp. 35553–35582, 2020.
- [24] N. Fadhilah, "Role-Play: A Freedom To Learn Approach In Developing Children Emotional Intelligence," in *Proceeding International Conference on Islam and Education (ICONIE)*, 2021, pp. 181–201.
- [25] R. W. Anzani and I. K. Insan, "Perkembangan sosial emosi pada anak usia prasekolah," *PANDAWA*, vol. 2, no. 2, pp. 180–193, 2020.
- [26] N. T. Umajjah *et al.*, "Perkembangan Biologis, Motorik, Kognitif, dan Sosioemosional (Pada Masa Anak-Anak)," *Jurnal Teknologi Pendidikan Madrasah*, vol. 4, no. 2, pp. 63–75, 2021.
- [27] N. N. Fuadia, "Perkembangan Sosial Emosi Pada Anak Usia Dini," *Wawasan: Jurnal Kediklatan Balai Diklat Keagamaan Jakarta*, vol. 3, no. 1, pp. 31–47, 2022.
- [28] J. W. Santrock and J. W. Santrock, "Psikologi Pendidikan edisi kedua," 2007, *Kencana Prenada Media Group*.
- [29] I. A. Amalia, "Aspek perkembangan motorik dan hubungannya dengan aspek fisik dan intelektual anak," *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, vol. 2, no. 1, 2016.
- [30] A. R. T. Dewi, M. Mayasarokh, and E. Gustiana, "Perilaku sosial emosional anak usia dini," *Jurnal Golden Age*, vol. 4, no. 01, pp. 181–190, 2020.
- [31] J. E. Grusec, *Principles of effective parenting: How socialization works*. Guilford Publications, 2019.
- [32] L. G. M. P. Sari and I. I. Ardani, "Prevalensi Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak Prasekolah di Dusun Pande Kecamatan Denpasar Timur," *Jurnal Medika Udayana*, vol. 3, no. 11, 2014.
- [33] I. F. Zahro, "Pengaruh pelatihan empati melalui kartu ekspresi emosi terhadap perilaku menolong dan perilaku agresif pada anak prasekolah," *JCE (Journal of Childhood Education)*, vol. 1, no. 1, 2019.
- [34] S. Fatimah, "Pengaruh Permainan Kartu Emosi Terhadap Kemampuan Kemampuan Sosioemosional Masa Kanak-Kanak Awal Di Taman Kanak-Kanak Kota Malang," *Jurnal Ilmiah Widya Pustaka Pendidikan*, vol. 10, no. 2, pp. 60–68, 2022.
- [35] F. Kumalasari and R. Meyftanoria, *Tepat Memahami Buah Hati untuk Pengasuhan Lebih Baik*. Penerbit Andi, 2022.
- [36] T. Erlita and Z. Abidin, "Kompetensi Emosi (Ekspresi dan Pemahaman Emosi) pada Anak Usia Prasekolah," *Jurnal Studia Insania*, vol. 8, no. 2, pp. 140–163, 2021.
- [37] I. F. Zahro, "Meningkatkan Perilaku Prosocial Anak Dengan Teknik Islamic Storytelling Finger Doll," *Nazhruna: Jurnal Pendidikan Islam*, vol. 1, no. 1, pp. 80–95, 2018.
- [38] K. Situmorang, "Mengurangi Perilaku Impulsif Melalui Layanan Konseling Individual Kepada Siswa Kelas VII SMP Swasta Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018," *Skripsi: Univ. Muhammadiyah Sumatera Utara*, 2018.
- [39] S. L. Johnson, M. V Elliott, and C. S. Carver, "Impulsive responses to positive and negative emotions: Parallel neurocognitive correlates and their

- implications,” *Biol Psychiatry*, vol. 87, no. 4, pp. 338–349, 2020.
- [40] S. V Faraone *et al.*, “Practitioner Review: Emotional dysregulation in attention-deficit/hyperactivity disorder—implications for clinical recognition and intervention,” *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, vol. 60, no. 2, pp. 133–150, 2019.
- [41] D. M. Tice, E. Bratslavsky, and R. F. Baumeister, “Emotional distress regulation takes precedence over impulse control: If you feel bad, do it!” in *Self-regulation and self-control*, Routledge, 2018, pp. 267–298.
- [42] Rahmawati, A. Rachman, and D. R. Rapisa, “Efektivitas Kartu Emosi Dalam Mengurangi Perilaku Impulsif Pada Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) Emotional,” *Journal of Education for All*, vol. 1, no. 1, pp. 1–8, 2023.