



Meningkatkan Ekspresi Emosi dan Pengendalian Diri Anak Melalui Media Balok di TK Ukan Hasupa Samarinda

Aulia Nur Rahma¹, Melati Feliana^{2*}, Musarofah³, Dewi Safitri⁴, Alfi Nur Fadhillah⁵, Henni Erawati⁶, Jumaiyah⁷

^{1,2,3,4,5} Universitas Islam Negeri Sultan Aji Muhammad Idris Samarinda, ^{6,7} TK Ukan Hasupa Samarinda

Received: December 14th, 2024; Revised: December 29th, 2024; Accepted: January 16th, 2025; Published: January 20th, 2025

Abstrak

Perkembangan emosi dan pengendalian diri merupakan aspek penting dalam pertumbuhan anak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas permainan balok sebagai media pembelajaran dalam meningkatkan keterampilan sosial-emosional anak di Taman Kanak-kanak Ukan Hasupa. Menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK), penelitian ini melibatkan 17 anak berusia 5-6 tahun. Hasil pra-siklus menunjukkan bahwa keterampilan sosial-emosional anak berada pada tingkat 12%, dengan kesulitan dalam ekspresi emosi dan pengendalian diri. Setelah penerapan permainan balok, keterampilan tersebut meningkat signifikan menjadi 81% di siklus pertama. Penelitian ini menekankan pentingnya intervensi yang efektif untuk mendukung perkembangan sosial-emosional anak, sehingga mereka dapat beradaptasi dengan baik dalam lingkungan sosial dan akademis.

Kata kunci: anak usia dini, ekspresi emosi, pengendalian diri, permainan balok

Abstract

The development of emotions and self-regulation is a crucial aspect of early childhood growth. This study aims to examine the effectiveness of block play as a learning medium to enhance the social-emotional skills of children at Ukan Hasupa Kindergarten. Utilizing a Classroom Action Research (CAR) approach, the study involved 17 children aged 5-6 years. Pre-cycle results indicated that children's social-emotional skills were at a level of 12%, with difficulties in emotional expression and self-regulation. Following the implementation of block play, these skills significantly increased to 81% in the first cycle. This research emphasizes the importance of effective interventions to support children's social-emotional development, enabling them to adapt well in social and academic environments.

Keywords: Early childhood, emotional expression, self-regulation, block play

Copyright (c) 2025 Aulia Nur Rahma, Melati Feliana, Musarofah, Dewi Safitri, Alfi Nur Fadhillah, Henni Erawati, Jumaiyah

* Correspondence Address:

Email Address: melatifeliana06@gmail.com

A. Pendahuluan

Perkembangan emosi dan kemampuan pengendalian diri merupakan komponen penting dalam pertumbuhan anak usia dini. Anak-anak pada usia ini masih belajar memahami dan mengelola perasaan mereka, sehingga mereka seringkali mengalami kesulitan dalam mengekspresikan dan mengendalikan impulsif mereka (Li, 2023). Pengendalian diri secara signifikan mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan pengendalian diri yang baik dapat membantu anak-anak mengatasi stres akademis dan meningkatkan hubungan sosial (Amran Shah dkk., 2023).

Kemampuan anak-anak untuk mengendalikan emosi mereka secara signifikan mempengaruhi penyesuaian sosial-emosional dan keterampilan sosial mereka. Ini membantu mereka beradaptasi dengan baik ke lingkungan sekolah dan mempersiapkan diri mereka dengan lebih baik untuk tantangan dalam pembelajaran (Sezgin dkk., 2023). Ekspresi emosi dan pengendalian diri adalah keterampilan penting yang memengaruhi keberhasilan anak dalam interaksi sosial, pembelajaran, dan kemampuan mengatasi tantangan kehidupan (Toledo dkk., 2024). Ketidakmampuan untuk mengelola emosi di usia dini dapat berdampak negatif pada perilaku anak, hubungan sosial, dan kemampuan akademiknya di masa depan (Hollerer & Kohl, 2022). Keterampilan sosial emosional anak di TK Ukan Hasupa sebesar 12%.

Dampak yang terjadi ketika keterampilan sosial-emosional tidak tercapai yaitu tidak kondusifnya pembelajaran di kelas, terjadi permasalahan perilaku seperti sulit mengikuti aturan, mengendalikan emosi, atau memecahkan konflik secara damai. Menghasilkan generasi emas yang mampu beradaptasi dan sukses dalam kehidupan sosial-emosional mereka, penting untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan keterampilan sosial emosional anak serta strategi intervensi yang efektif (Sitorus, 2023).

Penelitian lebih lanjut sangat diperlukan untuk mengetahui apakah metode ini berguna atau tidak, karena meskipun banyak studi telah meneliti manfaat permainan balok dalam aspek perkembangan sosial-emosional, hanya sedikit penelitian yang berfokus pada pengembangan keterampilan sosial-emosional anak melalui media permainan.

Studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa ekspresi emosi dan pengendalian diri merupakan aspek penting dalam perkembangan anak (Darmayanti dkk., t.t.). (Ramadhani dkk., 2019) menyebutkan bahwa kontrol diri merujuk pada kemampuan untuk mengelola faktor dari perilaku yang sesuai dengan kondisi tertentu untuk menampilkan kemampuan mengendalikan perilakunya agar sesuai dan dapat menyenangkan orang lain. Melatih untuk mengontrol diri bisa dikatakan penting karena memberikan manfaat dan dampak pada pengaruh yang diinginkan ketika individu tersebut ingin mengontrol dirinya. Pelatihan kontrol diri dapat membantu individu untuk menghadapi suatu kondisi yang terjadi di lingkungan sekitarnya (Fara & Septadina, 2023). Sebagai tambahan, (Yuningsih dkk., 2023) menemukan bahwa media balok memiliki potensi untuk meningkatkan perkembangan sosial emosional anak usia dini. Dapat dilihat dari sebelum dilakukannya penelitian, kemampuan dan minat anak didik dalam keterampilan sosial emosional masih kurang terlihat dari anak belum mau berbagi dan kerjasama dalam hal bermain dan mengerjakan tugas, kurangnya variasi atau metode pendidik dalam kegiatan pembelajaran yang sering menggunakan metode bercerita atau ceramah yang dianggap efektif dalam meningkatkan perkembangan sosial-emosional. Namun, ketika dilakukan penelitian menggunakan media balok ditemukan peningkatan pada keterampilan sosial-emosional anak.

Gap penelitian terletak pada kurangnya studi yang secara khusus meneliti efektivitas media balok dalam meningkatkan ekspresi emosi dan pengendalian diri pada anak usia dini, seperti mampu mengenali emosi sendiri, mampu mengekspresikan emosi

dengan cara yang tepat, dan mampu mengendalikan impuls. Artikel ini bertujuan untuk mengisi gap penelitian dengan memberikan data empiris mengenai efektivitas penggunaan permainan balok sebagai media pembelajaran.

Tujuan utama dari artikel ini adalah untuk mengkaji dan menganalisis efektivitas penggunaan permainan balok sebagai media pembelajaran dalam meningkatkan keterampilan sosial-emosional anak di TK Ukan Hasupa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan program pendidikan dan intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial-emosional anak, sehingga mereka dapat tumbuh menjadi individu yang sehat, bahagia, dan sukses dalam kehidupan sosial mereka.

B. Tinjauan Literatur

1. Anak Usia Dini

Usia dini merupakan usia emas atau golden age yaitu masa di mana kemampuan otak untuk menyerap informasi sangat tinggi, apapun informasi yang diberikan akan berdampak kuat bagi anak pada masa kemudian rentang waktu masa golden age, yaitu 0-2 tahun, 0-3 tahun, 0-5 tahun atau 0-8 tahun (Prasetyawan, 2019). Anak usia dini ialah kelompok yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik yaitu pola pertumbuhan dan perkembangan, intelegensi, sosial emosional, bahasa, dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak. Pada dasarnya anak usia dini adalah peniru, apa yang dilihat dan didengar akan mereka lakukan, jadi sebagai pendidik harus mampu memberikan contoh yang baik. Salah satunya dengan menggunakan media pembelajaran mengandung unsur-unsur edukasi yang memfokuskan kepada pengembangan sosial emosional anak (Talango, 2020).

Masa kanak-kanak adalah periode penting dalam membentuk fondasi kepribadian dan keterampilan yang akan membentuk pengalaman hidup anak di masa depan. Pengalaman dan pendidikan berperan sangat penting dalam perkembangan anak. John Locke, dalam teorinya "tabula rasa," menggambarkan anak sebagai individu yang bersih dan mudah dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Analogi ini sering dikaitkan dengan spons yang menyerap segala bentuk informasi. Locke membandingkan jiwa anak yang baru lahir dengan selembar kertas kosong, di mana isi dan coraknya ditentukan oleh bagaimana kita menulis di atasnya. (Talango, 2020)

2. Sosial Emosional

a. Perkembangan sosial

Perkembangan sosial merupakan perkembangan tingkah laku pada anak dimana anak diminta untuk menyesuaikan diri dengan aturan yang berlaku dalam lingkungan masyarakat. Perkembangan sosial anak sangat dipengaruhi oleh proses perlakuan atau bimbingan orang tua terhadap anak dalam mengenalkan berbagai aspek kehidupan sosial atau norma dalam masyarakat. Perkembangan sosial anak diperoleh dari kematangan dan kesempatan belajar dari berbagai respons lingkungan terhadap anak. Perkembangan sosial yang optimal diperoleh dari respons sosial yang sehat dan kesempatan yang diberikan kepada anak untuk mengembangkan konsep diri yang positif. Melalui kegiatan bermain, anak dapat mengembangkan minat dan sikapnya terhadap orang lain. Dan sebaliknya aktivitas yang terlalu banyak didominasi oleh guru akan menghambat perkembangan sosial emosi anak (Nurmalitasari, 2015).

b. Perkembangan emosional

Kata emosi berasal dari "emover" atau "emotus" yang berarti mencera atau menggerakkan. Emosi dapat dipahami sebagai dorongan internal yang memicu tindakan (Merianti & Nuine, 2018). Emosi adalah keadaan internal yang ditandai oleh warna efektif, yaitu perasaan tertentu yang dialami individu dalam situasi

tertentu. Emosi juga dapat diartikan sebagai perasaan atau pikiran yang memicu serangkaian tindakan. Dengan demikian, emosi dapat dipahami sebagai keadaan internal individu yang memberikan rasa atau warna tertentu, seperti rasa senang, bahagia, atau takut (Marsari, 2021).

Perkembangan emosi merupakan proses kompleks yang melibatkan perubahan biologis, pikiran, dan perasaan. Perkembangan ini tercermin dalam perilaku individu, termasuk perasaan, nafsu, dan suasana mental yang mungkin tidak terkontrol. Setiap anak mengalami perkembangan emosi pada fase-fase tertentu. Perkembangan emosi yang signifikan pada anak usia 5-6 tahun, terutama saat mereka memasuki kelas rendah awal, memerlukan perhatian khusus dari guru sekolah.

3. Permainan Balok

Balok adalah potongan-potongan kayu yang polos (tanpa dicat). Sama tebalnya dan dengan panjang duakali atau empat kali sama besarnya dengan satu unit balok. Sedikit berbentuk kurva, silinder dan setengah dari potongan-potongan balok juga disediakan, tetapi semua dengan panjang yang sama yang sesuai dengan ukuran balok-balok dasar (Dea & Latipah, 2017).

Balok juga merupakan alat bermain yang bebas dimainkan sesuai dengan keinginan anak. Tidak ada cara yang salah atau benar yang dilakukan anak ketika ia membuat bangunan dari balok, anak dapat berkreasi apapun yang dia inginkan. Kadang-kadang anak-anak mulai dengan sebuah ide yang ingin dia buat, kemudian bentuk tiga dimensi yang telah dibuat anak dengan balok berkembang disaat anak meletakkan balok lainnya baik secara acak maupun mengikuti bentuk tertentu (Kemalawati, 2017).

C. Metode

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). PTK dipilih karena bertujuan untuk mengatasi masalah praktis di kelas, dalam hal ini adalah pengembangan keterampilan sosial-emosional anak usia dini melalui penerapan media permainan balok. Penelitian ini diawali dengan pra-siklus dan dilanjutkan dengan 1 siklus yang mencakup perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi.

Penelitian Tindakan kelas ini dilakukan di Taman Kanak-kanak (TK) Ukan Hasupa yang terletak di jalan padat karya gang tanjung 4 loa bakung, penelitian ini dilaksanakan pada bulan November- Desember 2024. Sekolah ini menjadi lokasi penelitian karena memiliki anak-anak yang sesuai untuk penerapan media pembelajaran dalam pengembangan keterampilan sosial-emosional. Objek penelitian ini adalah anak-anak kelompok B di TK Ukan Hasupa, yang berusia 5-6 tahun. Penelitian ini melibatkan sekitar 17 anak sebagai partisipan, yang memiliki tingkat perkembangan sosial emosional yang beragam.

1. Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan dalam satu siklus yang masing-masing berlangsung selama 2 pertemuan. Setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi.

a. Perencanaan

Tahap ini mencakup penyusunan rencana pembelajaran yang mengintegrasikan metode bermain untuk meningkatkan aspek sosial emosional, rencana ini mencakup kegiatan seperti permainan konstruktif yang dapat membantu meningkatkan ekspresi emosi dan pengendalian diri anak.

b. Pelaksanaan

Selama pelaksanaan, guru menerapkan metode pembiasaan dan metode bermain dalam kegiatan dikelas, baik dalam kegiatan individual dan kegiatan

berkelompok. Guru akan memberikan teguran dan kalimat positif kepada anak-anak yang kurang sesuai pada nilai sosial emosional. Penelitian ini mengintegrasikan penggunaan pengajaran nilai sosial emosional melalui permainan.

c. Observasi

Observasi dilakukan untuk mencatat perubahan pada anak baik individual atau kelompok. Peneliti Bersama-sama mengamati reaksi anak terhadap permainan yang dilakukan, serta dampak yang diberikan pada nilai sosial emosional anak.

d. Refleksi

Setelah melakukan siklus, dilakukan evaluasi terhadap proses yang dilakukan, termasuk menilai efektivitas dari metode bermain yang diterapkan. Hasil dari refleksi tersebut digunakan untuk merancang perbaikan pada siklus selanjutnya.

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini dikumpulkan melalui beberapa Teknik berikut:

a. Observasi partisipatif

Peneliti mengamati langsung interaksi anak, gurunya serta dengan teman sebayanya selama kegiatan berlangsung. Observasi ini dilakukan untuk mencatat perubahan perilaku anak dalam mengekspresikan emosinya dan pengendalian diri anak saat Menyusun balok.

b. Wawancara

Wawancara dilakukan dengan guru untuk memperoleh pandangan mereka mengenai perubahan perilaku anak dalam mengekspresikan emosi dan pengendalian diri anak.

c. Dokumentasi

Pengumpulan data ini dilakukan melalui kegiatan dikelas, seperti foto, video dari aktifitas anak dalam proses pembelajaran. Dokumentasi ini berfungsi untuk memperkaya analisis datanya.

d. Catatan lapangan

Catatan Lapangan menggunakan skala penilaian sosial-emosional dengan sebuah lembar observasi yang memuat indikator keterampilan sosial-emosional, seperti mampu mengenali emosi sendiri, mampu mengekspresikan emosi dengan cara yang tepat, dan mampu mengendalikan impuls.

3. Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul dari hasil observasi, wawancara, dokumentasi, dan catatan lapangan akan dianalisis dengan pendekatan kualitatif.

a. Analisis kualitatif

Data hasil observasi dan wawancara akan dianalisis dengan menggunakan Teknik analisis deskriptif untuk menggambarkan perubahan perilaku anak dalam metode bermain. Analisis ini fokus kepada perubahan perilaku anak dalam mengekspresikan emosi dan pengendalian diri anak.

b. Trigulasi anak

Prasiklus : 12%

Siklus 1 : 81%

Keberhasilan : 75%

17 siswa : menggunakan 1-4 (9 indikator $4 \times 9 = 36$) 17 anak $\times 36$

Nilai maksimal : 612

No	Nama	Indikator				Jumlah
		1	2	3	4	
1.	Abz		4	5		9
2.	Rgi			4	5	9
3.	Arkn			4	5	9
4.	Jws			4	5	9
5.	Ash		1	4	4	9
6.	Ast			2	7	9
7.	Srn		1	2	6	9
8.	Adf		1	6	2	9
9.	Agt		1	4	4	9
10.	Nra			1	8	9
11.	Ars		1	6	2	9
12.	Syq			2	7	9
13.	Utr			3	6	9
14.	Amr		4	5		9
15.	Fth		5	4		9
16.	Al		4	5		9
17.	Ysf			9		9

Keterangan :

1. Belum Berkembang (1)
2. Mulai Berkembang (2)
3. Berkembang Sesuai Harapan (3)
4. Berkembang Sangat Baik (4)

D. Hasil dan Pembahasan

Hasil

1. Pra Siklus

Sebelum penelitian utama dilakukan, observasi awal menunjukkan beberapa masalah pada kemampuan ekspresi, emosi, dan pengendalian diri siswa kelompok B, di TK Ukan Hasupa. Masalah-masalah tersebut antara lain:

- a. **Ekspresi:** Beberapa siswa kesulitan mengungkapkan perasaan dan pikiran mereka secara verbal. Mereka seringkali diam atau hanya memberikan respon secara singkat ketika diajak berkomunikasi. Contoh, siswa F dan A ketika dia merasakan sesuatu, ia sulit untuk mengungkapkan apa yang dia rasakan, namun ketika di beri pemantik atau pertanyaan dia dapat menjawab, akan tetapi ketika menjawab tidak terlalu jelas dan susah di pahami. Kemudian beberapa siswa menunjukkan sikap pasif. Misal, saat diberi pertanyaan pada saat pendekatan kepada anak, hanya 2 dari 17 siswa yang bisa menjawab pertanyaan, sisanya hanya menjawab dengan satu dua kata atau hanya menjawab seadanya kemudian fokusnya teralihkan.
- b. **Emosi:** Beberapa siswa menunjukkan fluktuasi emosi yang tinggi. Mereka mudah marah, frustrasi, atau sedih ketika menghadapi tantangan. Kemampuan mereka dalam mengelola emosi masih kurang, sehingga seringkali berdampak negatif pada perilaku dan interaksi sosial mereka. Misalnya saat bermain, beberapa siswa mudah menangis atau marah ketika apa yang mereka ingin lakukan tidak terpenuhi.
- c. **Pengendalian Diri:** Beberapa siswa kesulitan mengendalikan impuls dan perilaku mereka. Mereka seringkali bertindak impulsif tanpa memikirkan konsekuensinya. Kemampuan mereka dalam menahan diri dari perilaku yang tidak pantas masih

perlu ditingkatkan. Beberapa siswa sering mengganggu teman selama kegiatan belajar mengajar.

2. Siklus 1

a. Tahap Perencanaan (Planning)

Guru dan peneliti merancang kegiatan yang menggunakan permainan balok sebagai media untuk meningkatkan ekspresi emosi dan pengendalian diri anak-anak. Rencana ini mencakup memilih jenis permainan yang dipilih menyesuaikan dengan media yang tersedia di Tk Ukan Hasupa tersebut, tujuan yang ingin dicapai untuk meningkatkan ekspresi diri dan pengendalian diri anak-anak di kelas B 1 (Satu), dan bagaimana permainan tersebut dapat mendukung perkembangan sosial-emosional anak.

b. Tahap Pelaksanaan Tindakan (Action)

Pelaksanaan dilakukan selama 2 kali pertemuan. Pada pertemuan pertama anak-anak terlibat dalam permainan balok, yang melibatkan aktivitas membangun struktur atau menciptakan bentuk tertentu, sambil diberi kesempatan untuk mengungkapkan perasaan dan belajar mengatur emosi mereka dalam konteks sosial (misalnya, berbagi balok, bekerja sama dengan teman, atau menyelesaikan masalah). Hasil dari pelaksanaan permainan balok ini sebagian anak masih kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka dengan tepat dan mengendalikan perilaku mereka. Beberapa anak masih menunjukkan perilaku impulsif dan sulit berkolaborasi dalam permainan.



Kemudian pada pertemuan kedua anak-anak terlibat dalam permainan membangun menggunakan lego. Seperti pada pertemuan sebelumnya, anak diberi kesempatan untuk mengungkapkan perasaan dan belajar mengatur emosi mereka dalam konteks sosial (misalnya, berbagi lego, bekerja sama dengan teman, atau menyelesaikan masalah). Hasilnya terjadi peningkatan dalam ekspresi emosi dan pengendalian diri anak. Anak-anak mulai menunjukkan kemampuan untuk mengenali dan menamai emosi mereka, serta mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang lebih tepat. Perilaku impulsif dan sulit berkolaborasi juga berkurang.



c. Tahap Observasi

Pada tahap observasi peneliti mengamati bagaimana anak-anak berinteraksi selama kegiatan permainan. Dengan memantau ekspresi emosi yang muncul dan bagaimana anak-anak mengelola frustrasi, kegembiraan, atau kecemasan saat bermain. Penilaian ini memberikan wawasan tentang perkembangan emosi dan pengendalian diri. Berdasarkan hasil pengamatan, peningkatan ekspresi emosi dan pengendalian diri anak menjadi 81%. Hasil tersebut didapat dari persentase berikut:

$$\frac{500}{612} \times 100\% = 81\%$$

d. Tahap Refleksi

Permainan balok ini dilakukan secara berkelompok, beberapa kelemahan dari permainan tersebut yang perlu dikembangkan yakni:

- 1) Perlu ada variasi permainan balok yang disesuaikan dengan tahap perkembangan anak. Misalnya, anak yang lebih muda mungkin senang membangun menara, sementara anak yang lebih tua mungkin tertarik pada konstruksi yang lebih kompleks.

Perlu berdiskusi dengan orang tua tentang perkembangan sosial emosional anak dalam bermain dan bagaimana mereka dapat mendukung anak di rumah.

Pembahasan

Pada anak usia dini, penelitian tentang perkembangan emosi dan pengendalian diri telah banyak dilakukan karena keduanya sangat penting untuk pembentukan karakter anak. Hurlock dalam (Annu & Singh, 2021) menekankan bahwa kemampuan anak untuk mengendalikan diri dan mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang sehat adalah bagian penting dari perkembangan sosial-emosional mereka. Karena sifat permainan yang menarik minat anak dan memberi mereka kesempatan untuk bereksplorasi dan belajar melalui pengalaman, media pembelajaran yang melibatkan permainan sering kali dianggap efektif untuk mencapai tujuan ini.

Berbagai penelitian sebelumnya telah membahas media permainan balok sebagai alat yang bermanfaat untuk membantu pertumbuhan emosi dan pengendalian diri. Permainan konstruktif seperti balok, menurut Miller dan Almon dalam (Lin dkk., 2024), permainan balok dapat membantu anak belajar mengatasi frustrasi, bekerja sama dengan teman sebaya, dan mempelajari berbagai emosi selama bermain. Menurut Wardle dalam

(Ramos, 2020) Permainan balok membantu anak-anak belajar perencanaan, penyelesaian masalah, dan pengaturan emosi saat menghadapi tantangan dalam permainan.

Sebagai contoh, penelitian oleh (Lyu, 2023), menemukan bahwa media permainan balok membantu anak mengekspresikan emosi mereka dan meningkatkan pengendalian diri mereka dengan mengajarkan mereka untuk bersabar, memperhatikan detail, dan mengatasi emosi negatif ketika mereka menghadapi kesulitan dalam membangun struktur.

Penelitian ini menjadi dasar penelitian selanjutnya, yang secara khusus berfokus pada meningkatkan ekspresi emosi dan pengendalian diri melalui media permainan balok. Ini penting karena setiap anak memiliki kebutuhan unik untuk mengekspresikan emosi dan belajar mengendalikan diri. Akibatnya, penelitian ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan tentang manfaat permainan balok, tetapi juga membahas bagaimana permainan ini dapat digunakan dalam pendidikan anak usia dini, khususnya di TK Ukan Hasupa.

E. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan ekspresi emosi dan pengendalian diri anak usia dini melalui media permainan balok di TK Ukan Hasupa. Hasil observasi awal menunjukkan adanya beberapa masalah pada kemampuan anak-anak dalam mengekspresikan emosi, mengendalikan diri, serta berinteraksi sosial dengan teman-temannya. Sebagian besar siswa kesulitan dalam mengungkapkan perasaan mereka secara verbal, mengalami fluktuasi emosi yang tinggi, dan kesulitan dalam mengendalikan impuls atau perilaku mereka, seperti bertindak impulsif atau mengganggu teman. Namun, setelah dilakukan penelitian dengan menggunakan media permainan balok, terjadi peningkatan signifikan dalam keterampilan sosial-emosional anak, yang tercermin pada peningkatan persentase dari 12% di siklus pertama menjadi 81% di siklus kedua. Dengan demikian, penggunaan media permainan balok terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan ekspresi emosi dan pengendalian diri pada anak usia dini. Disarankan agar media permainan balok digunakan secara lebih rutin dan terstruktur dalam kegiatan pembelajaran di TK Ukan Hasupa untuk terus mengembangkan keterampilan sosial-emosional anak, terutama dalam mengekspresikan emosi dan mengendalikan impuls.

References

- Amran Shah, A., Rathakrishnan, B., Bikar Singh, S., Kamaluddin, M., Yahaya, A., & Ab Rahman, Z. (2023). Emotional Intelligence as a Mediator between Parenting Style and Antisocial Behavior among Youth in Malaysia. *Sustainability*, 15(17), 12811. <https://doi.org/10.3390/su151712811>
- Annu, ., & Singh, C. K. (2021). The Emergence of Emotional Intelligence and Self- Regulation in Early Years. *Current Journal of Applied Science and Technology*, 53–60. <https://doi.org/10.9734/cjast/2021/v40i1731434>
- Darmayanti, N., Febrianti, A., Ginting, A. M. B., Parinduri, I. H., & Indriani, A. (t.t.). *Kemampuan dalam Mengendalikan Emosional pada Anak Usia Dini*.
- Dea, L. F., & Latipah, E. (2017). Pengembangan Kemampuan Kognitif dan Sosial-Emosional Melalui Penerapan Media Balok dan Bermain Peran Pada Siswa TK Kuntum Mekar, Lampung. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 185–196. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-06>

- Fara, A., & Septadina, I. S. (2023). Istigfar Therapy As Self-Control. *International Journal of Islamic and Complementary Medicine*, 4(2), 85–88. <https://doi.org/10.55116/IJICM.V4I2.34>
- Hollerer, L., & Kohl, A. (2022). Spremljanje razvoja uravnavanja čustev: Psihološka in pedagoška tematika v vrtcu in osnovni šoli. *Psihološka Obzorja*, 31(1), 526–531. <https://doi.org/10.20419/2022.31.560>
- Kemalawati, I. (2017). Upaya Meningkatkan Kreativitas Anak Melalui Alat Permainan Balok Di Taman Kanak-Kanak Cipta Mulia Kecamatan Cipatat Kabupaten Bandung Barat. 6(2252).
- Li, X. (2023). Emotion Understanding, Expression, and Regulation in Early Childhood. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 15, 25–30. <https://doi.org/10.54097/ehss.v15i.9055>
- Lin, X., Wu, Y., Wu, J., & Qin, L. (2024). Enhancing Cooperation in 5–6-Year-Old Rural Chinese Children through Cooperative Constructive Play Based on Anji Play: A Quasi-Experimental Study. *Behavioral Sciences*, 14(7), 533. <https://doi.org/10.3390/bs14070533>
- Lyu, J. (2023). The Effective of Block Play and Pretend Play in Early Childhood Development. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 16(1), 155–160. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/16/20231138>
- Marsari, H. (2021). *Perkembangan Emosi Anak Usia Sekolah Dasar*. 5.
- Merianti, L., & Nuine, E. A. (2018). Analisis Hubungan Perkembangan Emosional Anak Umur 8 – 12 Tahun Terhadap Kejadian Sibling Rivalry. *Jurnal Endurance*, 3(3), 474. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.3242>
- Nurmalitasari, F. (2015). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah. *Buletin Psikologi*, 23(2), 103. <https://doi.org/10.22146/bpsi.10567>
- Prasetiawan, A. Y. (2019). Perkembangan Golden Age Dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Terampil: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*, 6(1), 100–114. <https://doi.org/10.24042/terampil.v6i1.3829>
- Ramadhani, R. F., Iswinarti, I., & Zulfiana, U. (2019). Pelatihan kontrol diri untuk mengurangi kecenderungan internet gaming disorder pada anak usia sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 81–100. <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i1.7837>
- Ramos, D. K. (2020). Competência emocional: Como os jogos podem contribuir com o seu desenvolvimento? *Research, Society and Development*, 9(5), e132953170. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i5.3170>
- Sezgin, E., Bilge, Y., Çelik, B., & Sevük, E. N. (2023). The Mediating Role of Emotion Lability and Emotion Regulation in The Relationship Between Social-Emotional Adaptation with Behavior Regulation and Social Skills Among Preschool Children. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 7(14), 161–183. <https://doi.org/10.31461/ybpd.1373592>
- Sitorus, A. S. (2023). Keterampilan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini; Analisis Gender. *Generasi Emas*, 6(1), 49–57. [https://doi.org/10.25299/ge.2023.vol6\(1\).11000](https://doi.org/10.25299/ge.2023.vol6(1).11000)
- Talango, S. R. (2020). Konsep Perkembangan Anak Usia Dini. *Early Childhood Islamic Education Journal*, 1(1), 92–105. <https://doi.org/10.54045/ecie.v1i1.35>
- Toledo, T. L. D., Neto, F. B., Gallo, L. L., Almeida, M. A. P., Bárbaro, M. M. M., Belizário, N. M. Q., & Lomas, P. A. L. (2024). Social-Emotional Education Program For Children

Aged 4 To 11 – The Behavior Fairy. *International Journal of Human Sciences Research*, 4(12), 2–11. <https://doi.org/10.22533/at.ed.5584122403047>

Yuningsih, N., Daulay, M. I., & Nurmalina, N. (2023). Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Melalui Bermain Balok pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Refleksi: Jurnal Penelitian Tindakan*, 1(2), 69–73. <https://doi.org/10.37985/refleksi.v1i2.221>