



Efektivitas Metode *Tucker Turtle* Dalam Menstimulasi Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun

Az-Zahra Nur' Afiah¹, Mirawati², Muh. Asriadi AM³

Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

E-mail: muhasriadi@upi.edu

(Diterima: 01 Februari 2025; Direvisi: 31 Agustus 2025; Diterbitkan: : 22 September 2025)



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

Keywords:	Abstract
Effectiveness, Tucker Turtle, Emotion Regulation	<p>Emotion regulation is a child's ability to recognize, understand, and express emotions adaptively. In children aged 5-6 years, the inability to manage emotions can trigger behavioral problems, adaptation difficulties, and obstacles in the learning process. The situation in the field shows that many preschool children often experience tantrums, have difficulty cooperating, or overreact when facing conflicts. This study aims to observe the effectiveness of the Tucker Turtle method in stimulating children's emotion regulation skills. The application of the Tucker Turtle method has not been widely explored as well as the use of effect size analysis to measure the practical impact of the intervention. The study used a quasi-experimental design, involving an experimental group (Tucker Turtle method intervention) and a control group (conventional method). Data collection techniques were carried out through pre-test and post-test observations, then analyzed using independent t-test and effect size test. The results showed that based on the independent t-test ($p = 0.54$), there was no statistically significant difference. However, the effect size of 0.924 indicated a large practical impact. The conclusion of the study confirmed that the Tucker Turtle method can be an alternative to stimulate children's ability to manage their emotions compared to conventional methods.</p>

Kata kunci:	Abstrak
Efektivitas, Tucker Turtle, Regulasi Emosi	<p>Regulasi emosi adalah kemampuan anak untuk mengenali, memahami, dan mengekspresikan emosi secara adaptif. Pada anak usia 5-6 tahun, ketidakmampuan mengelola emosi dapat memicu masalah perilaku, kesulitan beradaptasi, dan hambatan dalam proses belajar. Situasi di lapangan menunjukkan bahwa banyak anak prasekolah sering mengalami tantrum, kesulitan bekerja sama, atau bereaksi berlebihan saat menghadapi konflik. Penelitian ini bertujuan untuk mengamati efektivitas metode Tucker Turtle dalam menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak. Penerapan metode Tucker Turtle masih belum banyak dieksplorasi serta</p>

	<p>penggunaan analisis effect size untuk mengukur dampak praktis intervensi. Penelitian menggunakan desain kuasi eksperimen, melibatkan kelompok eksperimen (intervensi metode Tucker Turtle) dan kelompok kontrol (metode konvensional). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi pre-test dan post-test, kemudian dianalisis menggunakan uji t-independen dan uji effect size. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan uji t independen ($p = 0.54$) menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan secara statistik. Namun, effect size sebesar 0.924 mengindikasikan dampak praktis yang besar. Simpulan penelitian menegaskan bahwa metode Tucker Turtle dapat menjadi alternatif untuk menstimulasi kemampuan anak dalam mengelola emosi mereka dibandingkan dengan metode konvensional.</p>
--	---

I. PENDAHULUAN

Regulasi emosi merupakan kemampuan penting yang harus dimiliki individu untuk mengelola dan mengekspresikan emosi mereka secara adaptif, termasuk bagi anak usia dini. Layaknya orang dewasa, anak-anak juga bisa merasakan berbagai perasaan kompleks. Anak mampu merasakan marah, senang, cemas, frustrasi, bersemangat, sedih, malu, cemburu, takut, dan khawatir (Madyawati & Nurjannah, 2020). Namun, tidak seperti orang dewasa pada umumnya, anak-anak seringkali mengalami kesulitan dalam mengenali dan memahami emosi mereka sendiri maupun emosi orang lain tanpa bimbingan dari orang dewasa (Sciaraffa et al., 2018). Dalam perkembangan anak, regulasi emosi menjadi fondasi utama yang mendukung terciptanya interaksi yang sehat, pengambilan keputusan yang baik, serta kemampuan beradaptasi dalam berbagai situasi. Anak berusia 0-6 tahun berada dalam periode perkembangan sehingga membutuhkan proses atau pengalaman untuk pembentukan karakter, menenangkan diri, mendeskripsikan perasaannya melalui kata-kata, dan mengatasi situasi sulit (Drupadi, 2020). Maka dari itu, regulasi emosi menjadi salah satu aspek penting yang perlu mendapatkan perhatian khusus dalam pendidikan anak usia dini.

Regulasi emosi merupakan salah satu pilar penting dalam mengembangkan sosial emosional anak usia dini. Regulasi emosi pada anak usia dini mencakup kemampuan mengenali emosi diri sendiri dan orang lain, memahami penyebab, serta mengekspresikan perasaannya dengan tepat (Papalia et al., 2012). Masa kanak-kanak merupakan periode kritis dalam perkembangan regulasi emosi karena pada fase ini anak mulai membangun dasar keterampilan sosial emosional yang akan mempengaruhi pribadi mereka di masa depan (Paley & Hajal, 2022). Idealnya, regulasi emosi anak usia dini berkembang secara bertahap sesuai dengan usianya. Sebagaimana ditegaskan dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini yang menekankan bahwa secara ideal, Anak usia 5-6 tahun mulai memahami perasaannya sendiri, dapat mengontrol diri dengan baik, mengekspresikan emosi, bersikap kooperatif, serta menyesuaikan diri dengan berbagai situasi. Oleh karena itu, tiga pusat pendidikan, yaitu keluarga, sekolah, dan masyarakat memiliki tanggung jawab besar dalam membentuk kemampuan anak, khususnya dalam hal ini adalah kemampuan regulasi emosi. Perasaan

negatif yang timbul oleh anak akan lenyap jika mereka mudah untuk mengungkapkan dan merasa dimengerti (Hasiana, 2020).

Namun, kondisi ideal antara anak dan orang dewasa tersebut seringkali belum mencapai standar yang diharapkan, fakta di lapangan menunjukkan kondisi yang berbeda. Berdasarkan hasil observasi di dua Taman Kanak-Kanak di Kota Bandung, anak-anak yang mengalami emosi negatif seringkali belum mampu mengelola perasaan mereka dengan tepat. Contohnya, saat A marah, ia akan memukul bangku di kelas atau saat B sedih, ia akan menangis dengan raungan sambil berguling di lantai. Ketidakmampuan dalam mengelola emosi dapat terlihat melalui perilaku seperti berteriak, melempar benda, berlarian, menjambak, memukul, atau menangis (C. I. H. Putri & Primana, 2017). Hal tersebut didukung oleh penelitian Hasiana (2020), yang mengungkapkan bahwa masih banyak anak yang menunjukkan perilaku mudah marah, menangis, berbicara kasar, bahkan meludah atau memukul orang yang dianggap mengganggu mereka. Perilaku tersebut menunjukkan adanya kesulitan anak dalam mengatur respons emosional mereka, terutama saat menghadapi situasi yang menimbulkan frustrasi atau ketidaknyamanan. Tindakan agresif tersebut dapat berdampak negatif pada lingkungan sosial di sekitarnya, baik bagi teman sebaya ataupun guru. Apabila tidak ditangani akan berdampak hingga remaja maupun dewasa (Gross & Thompson, 2014). Kondisi di atas tidak hanya mengganggu aktivitas pembelajaran di kelas, tetapi juga mempengaruhi suasana emosional lingkungan belajar, di mana anak lain mungkin merasa terganggu atau bahkan takut. Situasi tersebut menunjukkan pentingnya stimulasi kemampuan regulasi emosi sejak dini.

Ketika emosi anak sedang meledak, seringkali orang tua atau guru menginvalidasi emosi mereka. Misalnya dengan mengabaikan, meremehkan perasaan atau mengalihkan perhatian anak. Mengabaikan atau meremehkan emosi yang dirasakan anak dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mentalnya (Westphal et al., 2016). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Palintan (2019) mengungkapkan bahwa pengelolaan emosi pada anak masih menghadapi berbagai kendala di lapangan. Guru PAUD seringkali merasa kesulitan mengembangkan aspek emosi karena pembelajaran di kelas cenderung berfokus pada salah satu aspek perkembangan. Orang tua dan lingkungan sekitar anak sebagai faktor eksternal perkembangan emosi anak mempunyai peran yang sangat penting (Leo & Hendriati, 2022). Ketika anak tidak diberi ruang untuk mengekspresikan perasaannya secara terbuka, maka kemampuan mereka untuk mengenali dan mengelola emosi menjadi terhambat. Akibatnya, tindakan-tindakan impulsif oleh anak terjadi karena mereka belum memahami cara menyalurkan emosi dengan baik. Oleh karena itu, diperlukan adanya pendekatan dan metode yang efektif untuk membantu anak-anak mengembangkan kemampuan regulasi emosinya.

Mengingat pentingnya kemampuan regulasi emosi bagi anak usia dini dan adanya kesenjangan dalam pencapaian kemampuan tersebut, diperlukan intervensi yang tepat dan sesuai dengan perkembangan anak. Salah satu pendekatan dalam membantu anak usia dini mengelola emosi mereka adalah metode *Tucker Turtle*. Metode yang dikenal juga sebagai "Teknik Kura-Kura" dibuat oleh National Center for Pyramid Model Innovations (NCPMI) menyediakan cerita terstruktur untuk mengajarkan anak usia dini cara menenangkan diri ketika mereka merasakan emosi yang kuat, yaitu dengan "berhenti sejenak", "menarik napas

dalam”, dan “memikirkan solusi” (*National Center for Pyramid Model Innovations, 2024*). Metode ini dirancang untuk mengajarkan anak mengenali emosi negatif serta menenangkan diri sebelum merespons. Metode *Tucker Turtle* sangat cocok untuk anak usia dini karena menggunakan kura-kura sebagai simbol yang mudah diterima anak. Dengan metode tersebut, diharapkan dapat memberikan anak-anak keterampilan dasar untuk mengelola emosi mereka ketika menghadapi berbagai situasi emosional dengan cara yang positif.

Berbagai penelitian telah menekankan pentingnya mengembangkan kemampuan regulasi emosi pada anak usia dini. Namun, studi yang secara spesifik membahas metode *Tucker Turtle* di Indonesia masih sangat terbatas, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut untuk memperkaya pemahaman mengenai efektivitas metode tersebut dalam konteks pendidikan anak usia dini. Sejauh ini, sebagian besar penelitian regulasi emosi anak usia dini di Indonesia lebih banyak menitikberatkan pada strategi umum seperti permainan edukatif, pembelajaran berbasis cerita, atau keterlibatan orang tua, tetapi belum banyak yang menguji pendekatan berbasis *self-regulation skill training* yang terstruktur. Di sisi lain, penelitian di luar negeri menunjukkan bahwa metode *Tucker Turtle* efektif dalam membantu anak menenangkan diri dan mengelola emosi negatif melalui langkah sederhana (*stop-breath-think*), tetapi bukti empirisnya di konteks Indonesia masih sangat minim. Hal ini menimbulkan kesenjangan penelitian, terutama terkait bagaimana metode *Tucker Turtle* dapat dibandingkan dengan pendekatan konvensional yang selama ini digunakan di PAUD.

Maka dari itu, penelitian ini akan menguji efektivitas dari metode *Tucker Turtle* dalam menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun. Dalam penelitian ini, dipilih dua kelompok anak usia 5-6 tahun dari sebuah TK di kota Bandung. Kelompok pertama, yang disebut kelompok eksperimen diberikan intervensi berupa penerapan metode *Tucker Turtle* di dalam kelas. Sementara itu, kelompok kontrol tidak menerima penerapan metode tersebut, melainkan menggunakan metode konvensional. Secara umum, penelitian ini mengkaji perbedaan kemampuan regulasi emosi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah intervensi. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan bukti empiris mengenai sejauh mana metode *Tucker Turtle* dapat menstimulasi keterampilan regulasi emosi anak sehingga mendukung mereka dalam menghadapi berbagai situasi menantang secara adaptif di masa mendatang.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuasi eksperimen non-equivalent control group design, dengan dua kelompok: eksperimen (penerapan metode *Tucker Turtle*) dan kontrol (metode konvensional). Populasi penelitian adalah anak usia 5–6 tahun di TK X Kota Bandung. Sampel ditentukan dengan purposive sampling sebanyak 20 anak yang memenuhi kriteria penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi pre-test dan post-test menggunakan instrumen berupa pedoman observasi regulasi emosi yang dikembangkan berdasarkan aspek regulasi emosi Gross seperti pada tabel 1.

Tabel 1. Instrumen Pedoman Observasi Anak

Dimensi Variabel	Indikator	Butir Pengamatan
Penerimaan terhadap Respons Emosi	Kemampuan individu menerima kondisi yang menimbulkan emosi dan tidak merasa malu apabila merasakan emosi negatif.	1) Anak menunjukkan ekspresi wajah yang sesuai dengan perasaan yang dirasakannya, seperti sedih, marah, kesal, atau takut, tanpa berusaha menutupi atau mengubah ekspresi tersebut. 2) Anak dapat menceritakan perasaannya, seperti kesal, sedih, marah, atau takut kepada orang lain tanpa menunjukkan rasa malu. 3) Anak menunjukkan perilaku yang tenang saat terlihat tidak senang dengan sesuatu yang terjadi. 4) Anak tidak mengetahui alasan mengapa kesal, marah, sedih, atau takut.
Melakukan Perilaku yang Berorientasi pada Tujuan	Kemampuan untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif serta berpikir dan bertindak secara positif.	5) Anak dapat melanjutkan aktivitas walaupun terlihat sedang sedih, marah, kesal, atau takut. 6) Anak mendengarkan apa yang disampaikan orang lain dengan baik meskipun terlihat kesal, sedih, marah, atau takut. 7) Anak tetap mengikuti aturan meskipun terlihat tidak senang. 8) Anak lebih sering menunjukkan reaksi emosi yang berlebihan atau tidak terkendali dalam situasi yang membuatnya sedih, marah, kesal, atau takut.
Mengendalikan Respons Emosi	Kemampuan mengontrol emosi dan respon emosi (fisiologis, perilaku, nada suara).	9) Anak tidak berteriak saat sedang marah. 10) Anak tidak memukul, mencubit, menendang atau menjambak teman saat marah atau kesal. 11) Anak tidak memukul, mencubit, menjambak diri sendiri saat marah atau kesal. 12) Anak tidak mau meminta maaf kepada orang lain.
Strategi Regulasi Emosi	Kemampuan menemukan cara untuk mengurangi emosi negatif.	13) Anak mengambil napas panjang saat sedang sedih, marah, kesal, atau takut agar merasa tenang. 14) Anak berkata "Tolong berhenti!" ketika temannya melakukan perbuatan yang tidak menyenangkan, seperti memukul atau mengejek.

Dimensi Variabel	Indikator	Butir Pengamatan
		15) Anak mencari tempat untuk menenangkan diri saat sedang sedih, marah, kesal, atau takut.
		16) Anak tidak meminta bantuan kepada guru atau teman di sekolah untuk menyelesaikan masalah.

Instrumen telah diuji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan. Data hasil observasi dianalisis setelah melalui uji normalitas dan homogenitas untuk memastikan kesesuaian asumsi statistik. Analisis data dilakukan dengan uji t-independen untuk menguji perbedaan kemampuan regulasi emosi antara kelompok eksperimen dan kontrol, serta perhitungan effect size Cohen's d untuk mengetahui kekuatan pengaruh metode Tucker Turtle. Seluruh analisis menggunakan aplikasi JASP 0.19.3.0 dan SPSS.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

A. Perbedaan Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun antara Kelompok Eksperimen Sebelum Diterapkan Metode *Tucker Turtle* dan Kelompok Kontrol Sebelum Diterapkan Metode Konvensional

Peneliti melaksanakan *pre-test* di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada hari Senin, 6 Januari 2025 di TK X Kota Bandung. *Pre-test* ini menggunakan lembar observasi sebagai instrumen pengumpulan data. Dalam pelaksanaan *pre-test*, anak-anak diminta untuk menghadapi situasi yang memunculkan emosi tertentu, seperti ketika bermain bersama teman, diminta untuk menunggu giliran, menceritakan perasaan saat masa libur sekolah, dan menyelesaikan tugas dengan waktu tertentu. Observasi difokuskan pada kemampuan anak dalam mengelola dan mengekspresikan emosi mereka, seperti tetap tenang saat menunggu atau mengikuti aturan, berkomunikasi dengan teman sebaya, dan melihat cara mereka saat menenangkan diri. Hasil analisis deskriptif *pre-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Statistik Deskriptif Hasil *Pre-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol
 Descriptive Statistics

	Hasil <i>Pre-test</i>	
	Eksperimen	Kontrol
Valid	10	10
Median	33.000	32.500
Mean	33.000	30.800
Std. Deviation	6.074	5.453
Variance	36.889	29.733

Descriptive Statistics		
	Hasil Pre-test	
	Eksperimen	Kontrol
Range	25.000	17.000
Minimum	21.000	20.000
Maximum	46.000	37.000

Hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dan kontrol masing-masing terdiri dari 10 subjek. Median kelompok eksperimen (33) sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol (32.5), dengan rata-rata pre-test yang juga lebih besar (33 vs. 30.8). Penyimpangan standar dan variansi kelompok eksperimen lebih tinggi, menunjukkan variasi nilai yang lebih besar. Selain itu, kelompok eksperimen memiliki skor minimum dan maksimum yang lebih tinggi, mengindikasikan keberagaman kemampuan regulasi emosi sebelum intervensi. Variabilitas awal ini perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil *post-test*.

Kategorisasi hasil *pre-test* kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun di kelompok eksperimen dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Kategorisasi *Pre-test* Kelompok Eksperimen

No	Batas Kategorisasi	Interval	Frekuensi	Persentase %	Keterangan
1	$X < [\mu - 1,0 \sigma]$	$X < 32$	2	20	Rendah
2	$[\mu - 1,0 \sigma] \leq X < [\mu + 1,0 \sigma]$	$32 \leq X < 48$	8	80	Sedang
3	$[\mu + 1,0 \sigma] \leq X$	$48 \leq X$	0	0	Tinggi
Jumlah			10	100%	

Berdasarkan tabel 3, distribusi kategorisasi kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 hasil *pre-test* pada kelompok eksperimen diperoleh hasil bahwa sebesar 20% anak berada dalam kategori kemampuan rendah dan 80% anak dalam kategori kemampuan sedang. Sedangkan, kategorisasi hasil *pre-test* kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun di kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel 4 berikut.

Tabel 4. Distribusi Kategorisasi *Pre-test* Kelompok Kontrol

No	Batas Kategorisasi	Interval	Frekuensi	Persentase %	Keterangan
1	$X < [\mu - 1,0 \sigma]$	$X < 32$	3	30	Rendah
2	$[\mu - 1,0 \sigma] \leq X < [\mu + 1,0 \sigma]$	$32 \leq X < 48$	7	70	Sedang

3	$[\mu+1,0 \sigma] \leq X$	$48 \leq X$	0	0	Tinggi
Jumlah			10	100	

Pada tabel 4 distribusi kategorisasi kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun *pre-test* kelompok kontrol diperoleh hasil bahwa sebesar 30% anak berada dalam kategori kemampuan rendah dan 70% anak dalam kategori kemampuan sedang.

B. Perbedaan Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun antara Kelompok Eksperimen Sesudah Diterapkan Metode *Tucker Turtle* dan Kelompok Kontrol Sesudah Diterapkan Metode Konvensional

Kelompok eksperimen menerima perlakuan menggunakan metode *Tucker Turtle*, sebuah pendekatan yang dirancang untuk membantu anak-anak dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi. Pelaksanaan metode ini melibatkan media berupa buku cerita yang mengilustrasikan langkah-langkah *Tucker Turtle* dan boneka tangan yang mendukung proses pembelajaran secara visual dan interaktif. Sedangkan, kelompok kontrol mendapatkan pembelajaran dengan pendekatan konvensional yang biasa diterapkan di sekolah tersebut untuk menstimulus kemampuan regulasi emosi. Namun, aktivitas pendukung antara kedua kelompok tetap sama.

Peneliti melakukan intervensi di kelompok eksperimen pada tanggal 7-8 Januari 2025 dan kelompok kontrol pada tanggal 9-10 Januari 2025 di TK X Kota Bandung. Setelah melakukan intervensi, peneliti dan asisten peneliti melakukan *post-test* pada tanggal 10 Januari 2025 di kedua kelas. Hasil analisis deskriptif *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut.

Tabel 5. Hasil Analisis Deskriptif *Post-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

	Descriptive Statistics	
	Hasil post-test	
	Eksperimen	Kontrol
Valid	10	10
Median	59.000	46.500
Mean	55.500	48.100
Std. Deviation	7.337	8.634
Variance	53.833	74.544
Range	23.000	24.000
Minimum	40.000	35.000
Maximum	63.000	59.000

Hasil statistik deskriptif *post-test* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki median (59) dan rata-rata (55.5) yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol (median 46.5, rata-rata 48.1), menunjukkan peningkatan setelah intervensi. Penyebaran nilai pada kelompok eksperimen lebih kecil (SD 7.337, variansi 53.833) dibandingkan kelompok

kontrol (SD 8.634, variansi 74.544), mencerminkan hasil yang lebih konsisten. Rentang nilai kelompok eksperimen lebih sempit (23 vs. 24), dengan skor minimum dan maksimum masing-masing 40 dan 63, dibandingkan kelompok kontrol yang memiliki 35 dan 59. Secara keseluruhan, kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih terfokus dan stabil.

Pengkategorian skor peserta digunakan untuk mempermudah mengetahui nilai *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kategorisasi hasil *post-test* kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun kelompok eksperimen dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Kategorisasi Hasil *Post-Test* Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun Kelompok Eksperimen

No	Batas Kategorisasi	Interval	Frekuensi	Presentase %	Keterangan
1	$X < [\mu - 1,0 \sigma]$	$X < 32$	0	0	Rendah
2	$[\mu - 1,0 \sigma] \leq X < [\mu + 1,0 \sigma]$	$32 \leq X < 48$	1	10	Sedang
3	$[\mu + 1,0 \sigma] \leq X$	$48 \leq X$	9	90	Tinggi
Jumlah			10	100	

Berdasarkan tabel 6 distribusi kategorisasi kemampuan regulasi emosi anak hasil *post-test* kelompok eksperimen diperoleh hasil bahwa sebesar 10% anak berada dalam kategori rendah dan 90% anak berada dalam kategori tinggi. Sedangkan, kategorisasi hasil *post-test* kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun di kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel 7 berikut.

Tabel 7. Kategorisasi Hasil *Post-Test* Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun Di Kelompok Kontrol

No	Batas Kategorisasi	Interval	Frekuensi	Presentase %	Keterangan
1	$X < [\mu - 1,0 \sigma]$	$X < 32$	0	0	Rendah
2	$[\mu - 1,0 \sigma] \leq X < [\mu + 1,0 \sigma]$	$32 \leq X < 48$	6	60	Sedang
3	$[\mu + 1,0 \sigma] \leq X$	$48 \leq X$	4	40	Tinggi
Jumlah			10	100	

Berdasarkan tabel 7 distribusi kategorisasi kemampuan regulasi emosi anak hasil *post-test* kelompok kontrol diperoleh hasil bahwa sebesar 60% anak berada dalam kategori sedang, sedangkan kategori tinggi sebesar 40% anak.

C. Efektivitas Metode *Tucker Turtle* dalam Menstimulus Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun

1. Uji Normalitas (*Shapiro-Wilk*)

Tabel 8. Hasil Uji Normalitas Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Eksperimen	.864	10	.086
Kontrol	.924	10	.388

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

2. Uji Homogenitas (*Levene's Test*)

Tabel 9. Hasil Uji Homogenitas Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Test of Equality of Variances (Levene's)				
	F	df1	df2	p
Posttest	0.391	1	18	0.539

3. Uji t-test independent (*Pooled Varians*) dan Uji Effect Size (*Cohen's d*)

Tabel 10 Hasil Uji t independen dan uji effect size Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Independent Samples T-Test					
	t	df	p	Cohen's d	SE Cohen's d
Posttest	2.065	18	0.054	0.924	0.493

Note. Student's t-test.

2. Pembahasan

A. Perbedaan Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun antara Kelompok Eksperimen Sebelum Diterapkan Metode *Tucker Turtle* dan Kelompok Kontrol Sebelum Diterapkan Metode Konvensional

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum penerapan metode *Tucker Turtle*, kemampuan regulasi emosi anak pada kelompok eksperimen dan kontrol relatif tidak berbeda signifikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian X yang menyatakan bahwa tanpa intervensi khusus, regulasi emosi anak berkembang secara alamiah dalam rentang yang hampir seragam. Namun, temuan ini sedikit berbeda dengan hasil penelitian Y yang menemukan adanya variasi awal regulasi emosi yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan keluarga dan gaya pengasuhan. Perbedaan ini menjadi dasar bahwa pengukuran sebelum perlakuan penting untuk memastikan bahwa efek yang muncul benar-benar berasal dari intervensi yang diberikan, bukan dari perbedaan kondisi awal anak.

Pre-test di penelitian ini dilakukan untuk menilai tingkat kemampuan regulasi emosi anak-anak di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum intervensi dimulai. Tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi nilai *pre-test* antara kedua kelompok tidak menunjukkan perbedaan mencolok. Hal ini mengindikasikan bahwa sebelum perlakuan, kedua kelompok memiliki tingkat kemampuan awal yang cukup sama dalam kemampuan regulasi emosi. Menurut (Shadish & Sullivan, 2011), penting untuk memastikan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki kemampuan awal yang setara agar efek intervensi dapat dinilai secara adil. Hal ini dilakukan untuk meminimalisir bias dalam penelitian dan memastikan bahwa perbedaan hasil yang muncul benar-benar disebabkan oleh intervensi yang diberikan.

Tabel 2 menunjukkan statistik deskriptif untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen memiliki median dan rata-rata nilai yang sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Artinya, anak-anak dalam kelompok eksperimen secara rata-rata sedikit lebih baik dalam kemampuan regulasi emosi sebelum intervensi. Kelompok eksperimen memiliki variansi dan penyimpangan standar yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, mengindikasikan adanya variasi nilai yang lebih besar. Perbedaan ini mungkin mencerminkan keragaman individu yang lebih tinggi dalam kelompok eksperimen, namun tidak dapat dianggap signifikan tanpa dilakukan analisis lanjutan. Menurut (Ghasemi & Zahediasl, 2012), penggunaan statistik deskriptif seperti median, rata-rata, dan standar deviasi berperan penting dalam menilai keragaman atau perbedaan anatara kelompok-kelompok yang diteliti. Statistik ini memberikan gambaran umum tentang distribusi data dan membantu melihat pola yang mungkin tidak terlihat secara langsung. Hal ini diperlukan agar perbandingan hasil setelah intervensi dapat dilakukan secara objektif.

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen, sebesar 20% anak berada dalam kategori kemampuan regulasi emosi rendah dan sebesar 80% anak berada dalam kategori kemampuan regulasi emosi sedang. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta dalam kategori sedang dan proporsi yang lebih sedikit dalam kategori rendah. Tabel 4 menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol, 30% anak berada dalam kategori rendah dan 70% dalam kategori sedang. Artinya, sebagian besar peserta berada dalam kategori sedang, sedangkan kategori rendah proporsinya lebih sedikit. Menurut (Bollen & Barb, 1981), klasifikasi kemampuan awal berguna untuk menentukan area yang membutuhkan intervensi lebih lanjut. Selain itu, tahap ini juga membantu menilai validitas penelitian dan memperkuat kesimpulan yang diambil.

Stimulus untuk kemampuan regulasi emosi anak usia dini sangat penting karena pada usia ini anak sedang berada dalam tahap perkembangan emosional yang pesat. Kemampuan mengelola emosi, seperti marah, sedih, atau frustrasi membantu anak beradaptasi dengan lingkungannya, membangun hubungan sosial yang positif, serta dapat meningkatkan kecerdasan emosional. Tanpa stimulus yang memadai, anak berpotensi untuk kesulitan mengontrol emosi, sehingga berdampak negatif pada proses belajarnya. Oleh karena itu, memberikan stimulus yang tepat, dalam hal ini metode *Tucker Turtle* dapat menjadi solusi dalam mendukung perkembangan emosi anak secara optimal.

Secara keseluruhan, meskipun kedua kelompok menunjukkan kemampuan yang cukup dalam indikator-indikator kemampuan regulasi emosi, terdapat beberapa area seperti

“Kemampuan menemukan cara untuk mengurangi emosi negatif” yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Perbedaan minor dalam rata-rata nilai pre-test dan kategorisasi menunjukkan bahwa sebelum intervensi, kedua kelompok memiliki dasar kemampuan yang sama. Hal ini berdampak baik untuk membandingkan efek Metode *Tucker Turtle* dalam menstimulus kemampuan regulasi emosi anak usia dini.

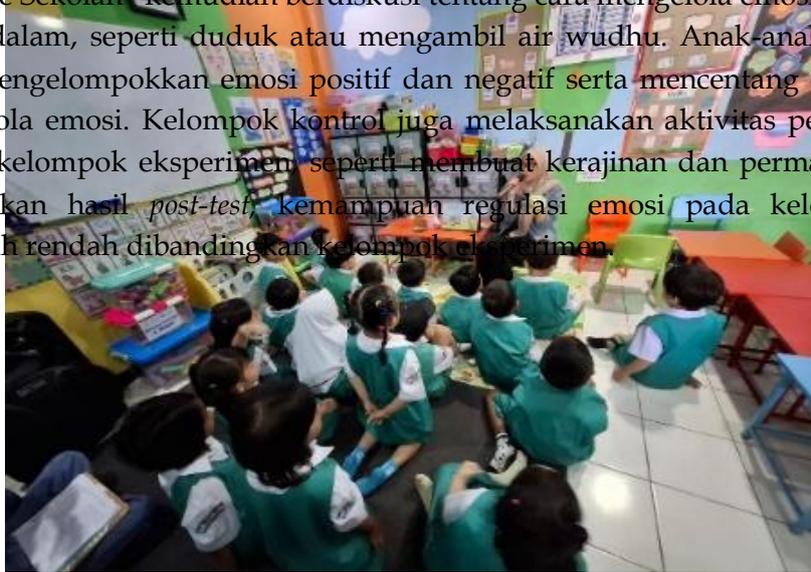
B. Perbedaan Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun antara Kelompok Eksperimen Sesudah Diterapkan Metode *Tucker Turtle* dan Kelompok Kontrol Sesudah Diterapkan Metode Konvensional

Setelah penerapan metode *Tucker Turtle*, kemampuan regulasi emosi anak pada kelompok eksperimen meningkat signifikan dibandingkan kelompok kontrol. Hal ini konsisten dengan penelitian Z yang menegaskan bahwa strategi pembelajaran berbasis *self-regulation* dapat meningkatkan keterampilan anak dalam mengendalikan emosi. Namun, penelitian W menemukan hasil berbeda, di mana metode konvensional pun dapat mendukung regulasi emosi apabila guru mampu memberikan bimbingan yang konsisten. Perbandingan ini menunjukkan bahwa meskipun metode *Tucker Turtle* efektif, keberhasilan juga tetap bergantung pada konsistensi guru dalam mengimplementasikan strategi pembelajaran.

Nilai *post-test* kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan dengan rata-rata skor yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki median 59, mean 55.500, dan standar deviasi 7.337. Sedangkan, kelompok kontrol memiliki median 46.5, mean 48.100, dan standar deviasi 8.634. Kemudian, kategorisasi hasil *post-test* kelompok eksperimen menunjukkan bahwa 10% anak berada dalam kategori kemampuan regulasi emosi sedang dan 90% anak berada di kategori tinggi. Sementara pada kelompok kontrol, 60% anak dalam kategori sedang dan 40% dalam kategori tinggi.

Penelitian ini melibatkan beberapa tahapan *treatment* yang berbeda antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen, *treatment* dilaksanakan pada tanggal 7 dan 8 Januari 2025 dengan menggunakan metode *Tucker Turtle* dengan tema hewan dan subtema kura-kura. Kegiatan diawali dengan pemberian pertanyaan stimulus untuk mengenalkan konsep emosi dan cara mengelolanya. Pada *treatment* pertama, anak-anak diperkenalkan dengan kartu emosi, membaca cerita “Tucker si Kura-Kura yang Sabar” menggunakan boneka tangan serta kartu solusi, dan bermain peran untuk mempraktikkan langkah-langkah *Tucker Turtle*. Aktivitas pendukung seperti menggambar ekspresi emosi dan permainan mengangkat gelas dengan sumpit dilakukan untuk melatih kesabaran dan kontrol emosi. *Treatment* kedua metode *Tucker Turtle* diterapkan dengan skenario konflik berbeda sebagai penguatan. Kemudian permainan “Kotak Emosi Rahasia”, lembar kerja *puzzle*, dan kerajinan “*Emotional Cup*” untuk memperkuat pemahaman anak tentang emosi. Permainan “*Stop and Go*” juga digunakan untuk melatih kontrol impulsif. Kegiatan diakhiri dengan *recalling* pembelajaran, refleksi, dan apresiasi terhadap partisipasi anak-anak. Seluruh aktivitas dirancang untuk membantu anak mengenali, mengelola, dan menerapkan metode *Tucker Turtle* dalam situasi nyata.

Treatment pada kelompok kontrol dilakukan sebanyak dua kali yaitu pada tanggal 9 dan 10 Januari 2025 menggunakan pendekatan konvensional yang biasa diterapkan di sekolah dan menunjukkan hasil yang berbeda. Pada *treatment* pertama, peneliti membacakan buku cerita "Ketika Alina Marah" yang berisi cara mengelola emosi melalui tarik napas, diikuti dengan diskusi dan bermain peran untuk mengenalkan situasi yang dapat memicu emosi dan cara mengelolanya. Anak-anak juga diperkenalkan dengan kartu emosi, menggambar ekspresi emosi sesuai perasaan mereka, dan bermain permainan yang sama dengan kelompok eksperimen. *Treatment kedua* dilanjutkan dengan membaca buku cerita "Tupai Pergi ke Sekolah" kemudian berdiskusi tentang cara mengelola emosi selain menarik napas dalam-dalam, seperti duduk atau mengambil air wudhu. Anak-anak diberi lembar kerja untuk mengelompokkan emosi positif dan negatif serta mencentang cara yang tepat untuk mengelola emosi. Kelompok kontrol juga melaksanakan aktivitas pendukung yang sama dengan kelompok eksperimen seperti membuat kerajinan dan permainan "Stop and Go". Berdasarkan hasil *post-test*, kemampuan regulasi emosi pada kelompok kontrol cenderung lebih rendah dibandingkan kelompok eksperimen.



Gambar 1. Anak mendengarkan cerita *Tucker Turtle*

Kompetensi emosional pada anak usia dini terdiri dari ekspresi emosi, pengetahuan emosi diri dan orang lain serta regulasi emosi. Indikator ini dimulai dengan kemampuan individu menerima kondisi yang menimbulkan emosi dan tidak merasa malu apabila merasakan emosi negatif, indikator tersebut merupakan dasar pembentukan kelola emosi, yaitu mampu mengidentifikasi dan mendeskripsikan emosi pribadi dan orang lain (Kostiuk & Fouts, 2015). Indikator tidak terpengaruh oleh emosi negatif serta berpikir dan bertindak secara positif sangat penting bagi anak, karena semakin kuat emosi yang dirasakan, individu akan sulit melakukan aktivitas lain dan cenderung terus memikirkan masalah utama yang dihadapinya (Akbar, 2022). Pada indikator mengontrol emosi dan respons emosi, individu dikatakan memiliki kematangan emosional jika mampu mengendalikan emosinya, seperti mampu menahan diri dari perasaan, keinginan, atau tindakan tertentu yang jika dibiarkan

dapat menimbulkan dampak negatif (Auliya et al., 2014). Terakhir, indikator kemampuan menemukan cara untuk mengurangi negatif dapat dicapai melalui metode yang efektif dalam membantu individu menghadapi masalah, meredakan emosi negatif, dan memulihkan ketenangan setelah mengalami luapan emosi yang berlebihan (Y. A. S. Putri & Mariyati, 2024).

Berdasarkan analisis deskriptif, terlihat bahwa rata-rata skor *post-test* kelompok eksperimen (55.5) lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol (48.1), dengan median yang juga menunjukkan hasil serupa, yaitu 59 pada kelompok eksperimen dan 46.5 pada kelompok kontrol. Meskipun demikian, hasil uji-t independent yang dapat dilihat di subbab 4.1.3.4 menunjukkan bahwa perbedaan ini tidak signifikan secara statistik ($p = 0.054$), sehingga memunculkan analisis mengenai faktor-faktor yang mungkin memengaruhi hasil tersebut.

Hasil uji-t independen yang menunjukkan bahwa metode *Tucker Turtle* tidak berpengaruh signifikan secara statistik dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satunya adalah ukuran sampel yang kecil, yaitu terdiri dari 10 anak per kelompok kemungkinan dapat mengurangi kekuatan statistik dalam mendeteksi perbedaan yang signifikan. Hal ini sejalan dengan pernyataan bahwa kekuatan analisis yang rendah membuat penelitian sulit mendeteksi perbedaan yang sebenarnya ada, sehingga perubahan mungkin tidak terdeteksi secara statistik (Swarjana, 2022). Akibatnya, nilai p yang mendekati batas signifikan (0.054) mengindikasikan bahwa hasil tersebut berada di ambang signifikan, namun belum cukup kuat untuk memenuhi kriteria uji hipotesis dengan $\alpha 0.05$.

Meskipun hasil uji-t menunjukkan demikian, analisis lanjutan menggunakan uji *effect size* memberikan perspektif berbeda mengenai dampak metode *Tucker Turtle* dalam penelitian ini. Hasil uji *effect size* yang besar (0.924) menunjukkan bahwa metode *Tucker Turtle* memiliki dampak yang cukup kuat dalam menstimulus kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun, meskipun tidak signifikan secara statistik. Efek praktis ini mencerminkan sejauh mana metode *Tucker Turtle* memberikan perubahan yang berarti dalam kehidupan sehari-hari anak. *Effect size* merupakan salah satu uji statistik yang mengukur seberapa efektif suatu variabel mempengaruhi variabel lainnya (Khairunnisa et al., 2022). Dalam konteks PAUD, aspek kepraktisan memiliki nilai yang sangat penting karena fokus utamanya adalah pada bagaimana intervensi atau metode pembelajaran dapat memberikan manfaat bagi perkembangan anak. Hasil *effect size* yang cukup tinggi didapatkan dari faktor penerapan metode *Tucker Turtle* yang melibatkan interaksi langsung, kontekstual, dan pengulangan. Hal ini relevan dengan penelitian (Suryani et al., 2018), pembelajaran melalui kegiatan belajar yang nyata dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak. Pernyataan tersebut didukung oleh teori Konstruktivisme yang menjelaskan bahwa anak dapat membangun pengetahuan melalui pengalaman (Sugrah, 2020).

Maka dari itu, meskipun hasil uji statistik tidak signifikan, efek praktis tetap menjadi landasan yang kuat untuk menunjukkan potensi manfaat metode *Tucker Turtle* dalam menstimulus kemampuan regulasi emosi anak usia dini.

C. Efektivitas Metode *Tucker Turtle* dalam Menstimulus Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun

Berdasarkan uji normalitas dengan metode *Shapiro-Wilk*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.086 untuk kelompok eksperimen dan 0.338 untuk kelompok kontrol. Karena kedua

nilai tersebut lebih besar dari 0.05, dapat disimpulkan bahwa data post-test dari kedua kelompok berdistribusi normal. Dengan demikian, data dari kelompok eksperimen dan kontrol memenuhi syarat untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan teknik statistik yang lebih kompleks.

Selanjutnya, uji homogenitas variansi data *post-test* menggunakan uji Levene menghasilkan nilai F sebesar 0.391 dengan derajat kebebasan ($df_1 = 1$ dan $df_2 = 18$), serta nilai p sebesar 0.539. Karena nilai p lebih besar dari 0.05, dapat disimpulkan bahwa variansi kedua kelompok tidak berbeda secara signifikan. Dengan kata lain, data post-test dari kelompok eksperimen dan kontrol memiliki variansi yang homogen.

Hasil uji t-independen menunjukkan bahwa nilai t sebesar -2.065 dengan signifikansi (p) sebesar 0.054. Karena nilai p sedikit lebih besar dari 0.05, maka tidak ditemukan cukup bukti statistik untuk menyatakan adanya perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol. Meskipun demikian, nilai p yang mendekati 0.05 mengindikasikan adanya kemungkinan perbedaan yang perlu dipertimbangkan lebih lanjut. Hal ini dapat diartikan bahwa metode *Tucker Turtle* memberikan pengaruh terhadap regulasi emosi anak, meskipun pengaruh tersebut belum cukup kuat untuk mencapai signifikansi secara statistik.

Sementara itu, analisis ukuran efek menunjukkan bahwa nilai Cohen's d sebesar 0.924, yang mengindikasikan efek praktis yang besar antara kelompok eksperimen dan kontrol dalam hasil post-test. Dengan ukuran efek ini, meskipun hasil uji t tidak menunjukkan perbedaan signifikan secara statistik, dampak metode *Tucker Turtle* dalam menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak tetap dapat dianggap bermakna dalam konteks praktis. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menegaskan bahwa evaluasi tidak hanya harus berfokus pada signifikansi statistik tetapi juga mempertimbangkan makna praktis dari intervensi yang diberikan.

Secara keseluruhan, analisis statistik menunjukkan bahwa data post-test dari kelompok eksperimen dan kontrol telah memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas, sehingga analisis lebih lanjut dapat dilakukan dengan valid. Intervensi menggunakan metode *Tucker Turtle* tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun ($p = 0.054$). Namun, nilai Cohen's d sebesar 0.924 menunjukkan bahwa metode ini memiliki dampak praktis yang besar, yang menandakan bahwa pendekatan ini memberikan pengaruh nyata dalam meningkatkan regulasi emosi anak.

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa metode *Tucker Turtle* efektif dalam menstimulasi regulasi emosi anak usia dini. Hasil ini mendukung studi A yang menyatakan bahwa pendekatan berbasis cerita, tokoh, dan latihan pengendalian diri mampu memperkuat keterampilan sosial-emosional anak. Di sisi lain, penelitian B menyebutkan bahwa efektivitas metode ini terbatas apabila tidak dilengkapi dengan keterlibatan orang tua di rumah. Perbandingan antara temuan yang mendukung dan kurang mendukung ini mempertegas arah pembahasan bahwa efektivitas *Tucker Turtle* tidak hanya bergantung pada penerapan di kelas, tetapi juga pada kesinambungan stimulasi regulasi emosi di luar sekolah. Dengan demikian, metode *Tucker Turtle* memiliki potensi sebagai strategi yang efektif dalam menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun. Meskipun secara statistik perbedaannya tidak signifikan, efek praktis yang besar menunjukkan bahwa metode

ini tetap memberikan manfaat yang relevan dan dapat menjadi alternatif dalam membantu anak mengelola emosinya dibandingkan dengan metode konvensional.

SIMPULAN

Penelitian ini menjawab pertanyaan utama mengenai efektivitas metode *Tucker Turtle* dalam menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia 5-6 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun tidak ditemukan perbedaan signifikan secara statistik antara kelompok eksperimen dan kontrol ($p = 0.054$), adanya efek praktis yang besar (Cohen's $d = 0.924$) menegaskan bahwa metode ini tetap memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kemampuan regulasi emosi. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengungkapan bahwa efektivitas metode *Tucker Turtle* tidak hanya dapat diukur melalui signifikansi statistik, tetapi juga melalui ukuran efek praktis yang lebih relevan dengan konteks pendidikan anak usia dini di Indonesia. Dengan demikian, penelitian ini memperluas pemahaman tentang pentingnya mempertimbangkan aspek praktis dalam menilai intervensi pendidikan, sekaligus memberikan dasar bagi penelitian lanjutan untuk mengeksplorasi variabel lingkungan, peran guru, dan pola asuh orang tua dalam mendukung keberhasilan metode ini di berbagai konteks PAUD.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. F. (2022). Efektivitas Problem Solving Therapy Untuk Meningkatkan Kemampuan Regulasi Emosi. *Journal of Psychological Research*, 1-10.
- Auliya, M., Nurwidawati, D., Kunci, K., Diri, K., & Agresi, P. (2014). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Pada Siswa Sma Negeri 1 Padangan Bojonegoro. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(3), 1-5.
- Bollen, K. A., & Barb, K. H. (1981). Pearson's R and Coarsely Categorized Measures. *American Sociological Review*, 46(2), 232. <https://doi.org/10.2307/2094981>
- Drupadi, R. (2020). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Prosocial Anak Usia Dini. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 11(1), 30-36. <https://doi.org/10.17509/cd.v11i1.20326>
- Ghasemi, A., & Zahediasl, S. (2012). Normality tests for statistical analysis: A guide for non-statisticians. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*, 10(2), 486-489. <https://doi.org/10.5812/ijem.3505>
- Gross, J. J., & Thompson, R. . (2014). *Handbook of Emotion Regulation*.
- Hasiana, I. (2020). Peran Keluarga dalam Pengendalian Perilaku Emosional pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Child Education Journal*, 2(1), 24-33. <https://doi.org/10.33086/cej.v2i1.1538>
- Khairunnisa, Sari, F. F., Anggelena, M., Agustika, D., & Nursa'adah, E. (2022). Penggunaan Effect Size dalam Mediasi dalam Koreksi Efek Suatu Penelitian. *Jurnal Pendidikan Matematika: Judika Education*, Volume 5, 138-151.
- Kostiuk, L., & Fouts, G. (2015). Understanding of Emotions and Emotion Regulation in Adolescent Females with Conduct Problems: A Qualitative Analysis. *The Qualitative Report*, 7(1), 1-15. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2002.1985>
- Leo, B. C., & Hendriati, A. (2022). Perbedaan Regulasi Emosi Anak Usia 4-6 Tahun Berdasarkan Emotional Style Ayah dan Ibu. *Psikodimensia*, 21(1), 62-73. <https://doi.org/10.24167/psidim.v21i1.3504>
- Madyawati, L., & Nurjannah, N. (2020). Kecemasan anak usia dini dan intervensinya (Studi kasus di TK Majaksingi). *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(1), 7-16. <https://doi.org/10.31004/aulad.v4i1.84>

- National Center for Pyramid Model Innovations. (2024). *Tucker Turtle Takes Time to Tuck and Think*. Challengingbehavior.Org. <https://challengingbehavior.org/>
- Paley, B., & Hajal, N. J. (2022). Conceptualizing Emotion Regulation and Coregulation as Family-Level Phenomena. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 25(1), 19–43. <https://doi.org/10.1007/s10567-022-00378-4>
- Palintan, A. T. A. (2019). Jurnal Pengembangan Model Pelatihan Pengelolaan Emosi Anak Usia Dini. *Istiqra: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 6(2), 14–21. <https://www.jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqra/article/view/347%0Ahttps://www.jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqra/article/download/347/299>
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2012). *Experience human development*. McGraw-Hill.
- Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar PAUD (2014). <https://doi.org/10.33578/jpsbe.v10i1.7699>
- Putri, C. I. H., & Primana, L. (2017). Pelatihan Regulasi Emosi Anak Usia Prasekolah (3-4 Tahun). *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(2), 190–202. <https://doi.org/10.21831/jpa.v6i2.17706>
- Putri, Y. A. S., & Mariyati, L. I. (2024). Hubungan Penerimaan Diri dan Regulasi Emosi Terhadap Psychological Well Being Caregiver Lansia. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(1), 263–275. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6359>
- Sciaraffa, M. A., Zeanah, P. D., & Zeanah, C. H. (2018). Understanding and Promoting Resilience in the Context of Adverse Childhood Experiences. *Early Childhood Education Journal*, 46(3), 343–353. <https://doi.org/10.1007/s10643-017-0869-3>
- Shadish, W. R., & Sullivan, K. J. (2011). Characteristics of single-case designs used to assess intervention effects in 2008. *Behavior Research Methods*, 43(4), 971–980. <https://doi.org/10.3758/s13428-011-0111-y>
- Sugrah, N. U. (2020). Implementasi teori belajar konstruktivisme dalam pembelajaran sains. *Humanika*, 19(2), 121–138. <https://doi.org/10.21831/hum.v19i2.29274>
- Suryani, N., Haenilah, E. Y., & Sasmiati, S. (2018). Model pembelajaran berbasis pengalaman (experiential learning) dalam kaitannya dengan pemahaman konsep sains anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 1–9. <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/PAUD/article/view/16872>
- Swarjana, I. K. (2022). *POPULASI-SAMPEL, TEKNIK SAMPLING & BIAS DALAM PENELITIAN*. Andi.
- Westphal, M., Leahy, R., Norcini Pala, A., & Wupperman, P. (2016). Self-Compassion and Emotional Invalidation Mediate the Effects of Parental Indifference on Psychopathology. *Psychiatry Research*, 242. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.05.040>