

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI TERHADAP
PERILAKU EMPATI ANAK USIA DINI**

(Skripsi)

Oleh

**OCTALYRA MUTIARA RAMADHANI
NPM 2113054005**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

ABSTRAK

HUBUNGAN REGULASI EMOSI TERHADAP PERILAKU EMPATI ANAK USIA DINI

**(Studi Pada TK Bela Bangsa Mandiri Kecamatan Tanjung Senang
Kota Bandar Lampung dan Anak Usia 5-6 Tahun)**

Oleh

OCTALYRA MUTIARA RAMADHANI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku empati anak usia 5-6 tahun. Peneliti menggunakan penelitian kuantitatif. Sampel penelitian menggunakan *random sampling* sehingga terpilih kelas mawar yang memiliki jumlah 19 siswa di TK Bela Bangsa Mandiri. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner melalui pengamatan. Pada uji hipotesis, peneliti menggunakan korelasi *pearson product moment* dengan koefisiensi korelasi 0,053 yang artinya tidak adanya hubungan signifikansi antara regulasi emosi dengan perilaku empati anak usia dini di TK Bela Bangsa Mandiri Kecamatan Tanjung Senang. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi $0,830 > 0,05$. Hal ini menunjukkan H_0 diterima, sehingga dapat disimpulkan tidak adanya kaitan atau hubungan yang signifikan pada regulasi emosi dengan perilaku empati anak usia dini di TK Bela Bangsa Mandiri.

Kata kunci: regulasi emosi, perilaku empati.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTION REGULATION AND EARLY CHILDREN'S EMPATHIC BEHAVIOR

**(Study on Bela Bangsa Mandiri Kindergarten, Tanjung Senang District,
Bandar Lampung City and Children Aged 5-6 Years)**

By

OCTALYRA MUTIARA RAMADHANI

This research aims to determine the relationship between emotion regulation and empathy behavior in children aged 5-6 years. The researcher used quantitative research. The research sample employed random sampling, selecting the rose class which consists of 19 students at TK Bela Bangsa Mandiri. The data collection technique used was a questionnaire through observation. In the hypothesis test, the researcher applied the Pearson product-moment correlation with a correlation coefficient of 0.053, meaning there is no significant relationship between emotion regulation and empathy behavior in early childhood at TK Bela Bangsa Mandiri in Tanjung Senang District. The research results show a significance value of $0.830 > 0.05$. This indicates that the null hypothesis (H_0) is accepted, thus it can be concluded that there is no significant relationship between emotion regulation and empathy behavior in early childhood at TK Bela Bangsa Mandiri.

Keywords: emotional regulation, empathetic behavior.

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI TERHADAP PERILAKU EMPATI
ANAK USIA 5-6 TAHUN**

Oleh

Octalyra Mutiara Ramadhani

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

Judul Skripsi

: **HUBUNGAN REGULASI EMOSI TERHADAP
PERILAKU EMPATI ANAK USIA 5-6 TAHUN**

Nama Mahasiswa

: *Octalyra Mutiara Ramadhani*

Nomor Pokok Mahasiswa

: **2113054005**

Program Studi

: **Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini**

Jurusan

: **Ilmu Pendidikan**

Fakultas

: **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Ari Sofia, S.Psi., M.A., Psi.
NIP. 197606022008122001

Susanthi Pradini, M.Psi.
NIK. 231804891017201

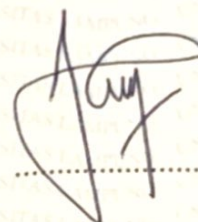
2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.
NIP. 197412202009121002

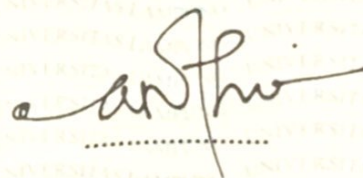
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Ari Sofia, S.Psi., M.A., Psi.



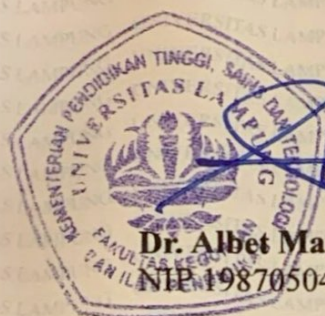
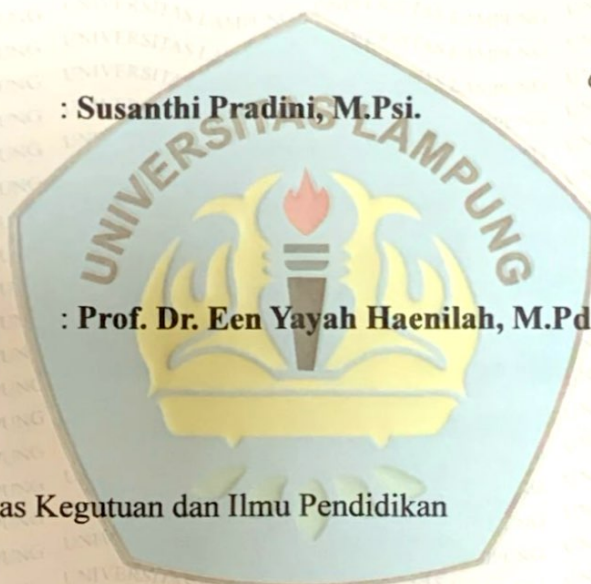
Sekretaris : Susanthi Pradini, M.Psi.



Penguji : Prof. Dr. Een Yayah Haenilah, M.Pd.



2. Dekan Fakultas Kegutuan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Albet Maydiantoro, S.Pd., M.Pd.
NIP.198705042014041001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 01 Agustus 2025

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Octalyra Mutiara Ramadhani
NPM : 2113054005
Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Empati Anak Usia 5-6 Tahun” adalah asli penelitian saya dan tidak plagiat kecuali pada bagian tertentu yang dirujuk dari sumber aslinya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat apabila dikemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 01 Agustus 2025
Yang membuat pernyataan



Octalyra Mutiara Ramadhani
NPM. 2113054005

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Octalyra Mutiara Ramadhani, lahir di Kota Bandar Lampung, 31 Oktober 2003, sebagai putri ketiga dari pasangan Bapak Taufik Hidayat dan Ibu Junariah. Bertempat tinggal di Tanjung Senang, Bandar Lampung.

Jenjang akademis penulis pada tahun 2015 mulai menyelesaikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 1 Perumnas Way Halim yang terletak di Kecamatan Way Halim, Kota Bandar Lampung. Kemudian pada tahun 2018 penulis menyelesaikan pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 29 Bandar Lampung yang terletak pada Kecamatan Waydadi, Kota Bandar Lampung. Kemudian pada tahun 2021 penulis menyelesaikan Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 5 Bandar Lampung yang terletak di Kecamatan Waydadi, Kota Bandar Lampung. Penulis terdaftar sebagai mahasiswa jurusan Ilmu Pendidikan program studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui Jalur SNMPTN pada tahun 2021. Selama menempuh pendidikan sebagai mahasiswa, penulis bergabung dengan beberapa UKM, yakni Himpunan Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan, Forum Komunikasi PGPAUD dan menjabat sebagai ketua divisi bidang Dana dan Usaha pada tahun 2023. Penulis mengabdikan ilmu dan keahlian yang dimiliki kepada masyarakat dengan melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) periode 1 tahun 2024 di Desa Kuala Sekampung, Kecamatan Sragi, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung. Penulis juga mengikuti kegiatan PLP di TK Nurush Shibyan selama 40 hari.

MOTTO

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”
(Q.S. Al-Baqarah 2:286)

“Everything you’ve gone through, it will pass”
-Rachel Vennya

“Long story short, I survived”
-Taylor Swift

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kemudahan untuk segala urusan serta memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat mempersembahkan tulisan ini sebagai tanda terima kasih dan kasih sayang kepada:

Ayah dan Ibuku Tercinta

Bapak Taufik Hidayat dan Ibu Junariah

Terimakasih atas kasih sayang dan cinta yang begitu banyak, memberikanku dukungan, dan pengorbanan yang luar biasa untuk keberhasilan putrinya, serta sudah membuatku merasa beruntung dengan segala canda tawa, kasih sayang, doa yang kalian langitkan, dan ridho yang kalian berikan. Semoga setiap langkahku saat ini dan ke depannya selalu membanggakan dan memberikan kebahagiaan kepada ayah dan ibu.

Kakak-kakakku

Chitra Zahra Roekmana

Vania Fikhi Dwi Putri

Adikku

Delia Ceysa Junata

Para Pendidik dan Ibu Dosen

Yang telah berjasa memberikan bimbingan serta ilmunya yang sangat berharga melalui ketulusan dan kesabaran

Sahabat-sahabat terbaiku dan sahabat seperjuangan

Terima kasih atas semua waktu bersama dan segala proses yang telah dilalui bersama

Almamater tercinta

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Lampung

SANWANCANA

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas berkat, rahmat, dan karunia-Nya kepada penulis dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Hubungan Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Empati Anak Usia Dini (Studi Pada TK di Kecamatan Tanjung Senang dan Anak Usia 5-6 Tahun)" yang merupakan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, baik dari isi maupun dalam bentuk penyajian. Penulis berharap skripsi ini mampu memberikan banyak manfaat dan pengetahuan serta wawasan kepada yang membacanya. Dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini diantaranya:

1. Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani D.E.A., I.P.M., Asean., Eng. Selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd., selaku Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Lampung.
4. Bapak Dr. M. Nurwahidin, S.Ag., M.Ag., M.Si. selaku Kepala Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Lampung.
5. Ibu Dr. Asih Budi Kurniawati, M.Pd. selaku Ketua PGPAUD Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

6. Prof. Dr. Een Yayah Haenilah, M.Pd. selaku dosen pembimbing akademik dan dosen penguji dalam skripsi ini. Terima kasih atas segala bantuan dan sudah meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, dan saran-sarannya untuk penulis agar skripsi ini menjadi lebih baik.
7. Ibu Ari Sofia, S.Psi.,M.A.,Psi. Selaku dosen pembimbing I skripsi saya. Terima kasih yang sebesar-besarnya saya ucapkan kepada ibu yang sudah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dengan penuh kesabaran, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini menjadi lebih baik.
8. Ibu Susanthi Pradini, M.Psi. Selaku dosen pembimbing II skripsi saya. Terima kasih atas waktu dan ilmunya yang diberikan kepada penulis. Terima kasih atas kesabaran dan kesediaannya dalam memberikan bimbingan selama penulis mengerjakan skripsi.
9. Pihak sekolah TK Bela Bangsa Mandiri yang sudah memberikan kesempatan penulis untuk melakukan penelitian.
10. Kedua sepupuku, yaitu Daffa Regita Amalia dan Indra Prayoga. Terima kasih sudah menjadi teman dan memotivasi penulis untuk menyelesaikan skripsi, terutama saat menemukan jalan buntu.
11. Sahabat terbaikku, Marinda, Fenny, Alifa, Billa, Andhika, Adi dan Asthie. Terima kasih sudah menjadi orang yang selalu membuat penulis tertawa disaat penulis sedang sedih, dan Insya Allah menjadi sahabat *till jannah*. Terima kasih sudah menjadi satu-satunya teman yang selalu mau direpoti penulis, mendengarkan semua cerita dan umpatan penulis.
12. Sahabat di masa SMA ku, Athiya, Jeje, dan Timun. Terima kasih sudah menjadi orang yang selalu ada sejak sewaktu SMA.
13. Teman-teman di masa perkuliahanku, Chanty, Karina, Chaca, Rara, Atikah, dan Siti. Terima kasih sudah menemani penulis dari awal masa perkuliahan, membantu penulis dalam tiap tahapan, serta Chanty dan Rara yang menemani penulis melakukan penelitian dan mau direpotkan dalam segala hal.
14. Terima kasih kepada Niki Zefanya terkhususkan kepada lagu-lagu pada album *Nicole* yang telah menemani saya dalam proses pengerjaan penelitian ini.

15. Kepada seluruh pihak yang telah membantu dan tidak bisa disebutkan satu persatu oleh penulis. Terima kasih atas dukungan dan bantuan kepada penulis hingga skripsi ini terselesaikan.

Bandar Lampung, Agustus 2025

Octalyra Mutiara Ramadhani
NPM. 2113054005

DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
II. TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Hakikat Anak Usia Dini	8
2.1.1 Karakteristik Anak Usia Dini	9
2.2 Empati	11
2.2.1 Aspek Empati	13
2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Empati	17
2.3 Regulasi Emosi.....	18
2.3.1 Aspek-aspek Regulasi Emosi	19
2.4 Faktor-faktor Regulasi Emosi.....	21
2.5 Kerangka Pikir.....	23
2.6 Hipotesis Penelitian	24
III. METODE PENELITIAN.....	25
3.1 Jenis Penelitian	25
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	25
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	25
3.4 Definisi Konseptual dan Operasional.....	26
3.5 Teknik Pengumpulan Data	27
3.5.1 Angket atau Kuesioner	27
3.6 Instrumen Penelitian.....	28
3.7 Uji Instrumen Penelitian.....	31
3.7.1 Uji Validitas	31
3.7.2 Uji Realibilitas	33
3.8. Teknik Analisis Data	35

3.8.1 Analisis Inferensial	35
VI. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
4.1 Hasil Penelitian	35
4.1.1 Deskripsi Data	35
4.1.2 Hasil Penelitian Deskripsi Data Variabel X.....	36
4.1.3 Hasil Penelitian Deskripsi Data Variabel Y	41
4.1.4 Deskripsi Hasil Penelitian	47
4.2 Pembahasan.....	51
V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
5.1 Kesimpulan.....	57
5.2 Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Skor Skala Likert	26
2. Kisi-Kisi Instrumen Variabel Empati	26
3. Kisi-Kisi Instrumen Variabel Regulasi Emosi	28
4. Data Demografi.....	35
5. Deskriptif Analisis	36
6. Hasil Penelitian Dimensi <i>Strategis To Emotion Regulation</i>	37
7. Hasil Penelitian Dimensi <i>Goal-Directed Behavior</i>	38
8. Hasil Penelitian Dimensi <i>Control Emotional Responses</i>	38
9. Hasil Penelitian Dimensi <i>Acceptance Of Emotional Responses</i>	39
10. Hasil Penelitian Dimensi Peduli	41
11. Hasil Penelitian Dimensi Toleransi	42
12. Hasil Penelitian Dimensi Tenggang Rasa	42
13. Hasil Penelitian Dimensi Kepekaan Sosial.....	43
14. Hasil Uji Validitas Variabel X.....	44
15. Hasil Uji Validitas Variabel Y	45
16. Hasil Uji Reliabilitas Variabel X.....	45
17. Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y	46
18. Hasil Uji Normalitas	46
19. Hasil Uji Linearitas	47
20. Hasil Uji Hipotesis Korelasi	49
21. Hasil Uji Koefisiensi Determinasi	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pikir	22
2. Rumus korelasi product moment dari Pearson.....	29
3. Rumus Alpha Cronbach	30
4. Rumus Interval	31
5. <i>Chart Column</i> Variabel Regulasi Emosi	37
6. Variabel Regulasi Emosi Berdasarkan Dimensi	40
7. <i>Chart Column</i> Variabel Perilaku Empati.....	42
8. Variabel Perilaku Empati Berdasarkan Dimensi	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Izin Uji Coba Instrumen Penelitian	63
2. Surat Balasan Izin Uji Coba Instrumen Penelitian.....	64
3. Surat Izin Penelitian	65
4. Surat Balasan Izin Penelitian	66
5. Lembar Kisi-Kisi dan Kuisisioner Perilaku Empati	67
6. Lembar Kisi-Kisi dan Kuisisioner Regulasi Emosi.....	68
7. Rubrik Penilaian.....	69
8. Hasil Validitas Regulasi Emosi	87
9. Hasil Validitas Perilaku Empati	92
10. Tabel Nilai-nilai r Product Moment	99
11. Rekapitulasi Data Penelitian Perilaku Empati	100
12. Rekapitulasi Data Penelitian Regulasi Emosi.....	101
13. Rekapitulasi Data Penelitian Perilaku Empati Perdimensi	102
14. Rekapitulasi Data Penelitian Regulasi Emosi Perdimensi	103
15. Dokumentasi Pengamatan Penelitian.....	104

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak merupakan generasi muda yang masih sangat memerlukan bimbingan dan perlindungan orang dewasa. Selama tahap kehidupan anak, anak belajar dari pengalaman hidup dan belajar mengamati apa yang ditemuinya. Hampir seluruh potensi anak berada dalam fase transisi pertumbuhan dan perkembangan (Amini, 2014). Fase ini menjadi kesempatan yang sangat baik untuk pertumbuhan dan perkembangan pribadi anak. Aspek agama dan moral, perkembangan fisik-motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, dan seni adalah bagian dari perkembangan yang dialami anak, yang bervariasi berdasarkan usia mereka. Untuk memberikan stimulasi yang tepat untuk anak, tanpa mengabaikan perkembangan sosial emosionalnya, semua elemen tersebut sangat penting. Mengembangkan keterampilan hidup anak melalui pembangunan aspek sosial dan emosional anak adalah dasar pendidikan anak usia dini.

Saat anak belajar berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya, ini disebut perkembangan sosial emosional (Suyadi, 2014). Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, capaian perkembangan sosial emosional anak usia dini meliputi perilaku prososial, kesadaran diri, dan rasa tanggung jawab untuk diri sendiri dan orang lain.

Anak bukan miniatur orang dewasa. Anak merupakan individu yang unik, harus diakui keeksistensiannya. Anak-anak adalah bagian dari lingkungan sosial dan berperan dalam kehidupan sosial. Agar mereka dapat memainkan peran dalam lingkungan mereka, anak-anak harus dapat mengenal dan memahami apa yang terjadi di lingkungan mereka. Tidak diragukan lagi perkembangan sosial emosional anak ini harus berkembang secara optimal.

Anak-anak biasanya mengalami kesulitan mengendalikan emosi mereka. Kemampuan anak-anak untuk menyampaikan emosi mereka beragam. Emosi dapat menyebabkan perilaku berubah, pengambilan keputusan yang tepat, daya ingat terhadap peristiwa penting, dan memudahkan interaksi sosial (Gross, 2014).

Salah satu aspek lain yang mempengaruhi dalam mencapai perilaku empati adalah regulasi emosi. Empati dapat didefinisikan sebagai keadaan di mana seseorang mengalami perasaan orang lain dengan cara yang sama seperti dia mengalaminya sendiri (M. H. Davis, 1983). Setiap anak memiliki potensi empati. Untuk menumbuhkan empati pada diri sendiri, anak-anak pada umumnya mengalami kesulitan.

Regulasi emosi berhubungan dengan empati dan perilaku prososial (Lockwood et al., 2014). Thompson et al., (2008) menyatakan bahwa regulasi emosi terdiri dari proses internal dan eksternal yang bertanggung jawab untuk memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosional (terutama intensitas dan waktu mereka) untuk mencapai tujuan seseorang. Salah satu elemen penting dalam penelitian ini adalah regulasi emosi anak karena kemampuan mereka untuk mengontrol emosi mereka dapat memengaruhi respons sosial mereka.

Sebagai ilustrasi, anak-anak sering menangis, marah, atau ketakutan tanpa alasan yang jelas. Menurut Eisenberg & Mussen, (1989), perbedaan dalam regulasi emosi setiap orang akan dikaitkan dengan perilaku prososial dan

bahwa orang yang tidak dapat mengendalikan emosi mereka akan berperilaku kurang bermanfaat. Oleh karena itu, semua orang dapat menunjukkan tanggapan yang berbeda terhadap empati karena variasi dalam kemampuan untuk mengontrol emosi.

Peran keluarga dan lingkungan sangat penting untuk membangun empati pada anak karena anak-anak usia dini masih egosentris dan tidak tahu bahwa setiap anak memiliki kemampuan empati yang berbeda. Hal ini didukung oleh pendapat Kau yang mengatakan bahwa empati pada anak bergantung pada keadaan lingkungan keluarga anak (Kau, 2010). Sangat penting bagi anak usia dini untuk belajar empati karena akan mendorong mereka untuk memperlakukan orang lain dengan baik di masa depan (Sumarni et al., 2020). Namun, empati yang rendah pada anak akan berdampak buruk dengan menunjukkan perilaku tidak membantu dan sikap tidak peduli (Miller & N. Eisenberg, 1987).

Kondisi keluarga anak memengaruhi kemampuan mereka untuk mengendalikan emosi mereka. Orang tua dapat membantu anak-anak mengatur perasaan mereka (Thompson et al., 2008). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Morris et al., (2007) dijelaskan bahwa orang tua aktif membantu anak-anak mereka belajar mengendalikan emosi mereka.

Selain itu, berdasarkan hasil penelitian Puspitasari & Hidayat, (2023) menjelaskan bahwa orangtua yang mengasuh dengan regulasi emosi maladaptif (misalnya mendisiplinkan anak dengan bentuk hukuman) akan berpengaruh terhadap kemampuan anak dalam meregulasi emosinya sendiri. Semakin tidak mampu seorang pengasuh meregulasi emosinya (disregulasi emosi) maka semakin tinggi pula risiko anak mengalami perilaku disruptif. Hal ini akan menjadi kondisi resiprokal dimana orangtua mengekspresikan emosi negatif kemudian ditanggapi dengan negatif oleh anak dan selanjutnya orangtua akan menunjukkan ekspresi emosi negatif yang lebih tinggi lagi.

Selanjutnya penelitian Lapanda et al., (2022) yang menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa empati erat hubungannya dalam pembentukan regulasi emosi anak usia dini. Aspek empati pada anak yang cenderung merasakan perasaan orang lain (*perspective taking*), keinginan mengikuti perilaku baik pada buku ataupun film (*fantasy*), perasaan kasihan melihat penderitaan orang lain (*empathic concern*), serta perasaan cemas melihat situasi interpersonal (*personal distress*) yang dirasakan oleh anak, cenderung mendorong anak untuk berperilaku prososial menolong, berbagi, kerjasama, dan menghibur.

Berdasarkan permasalahan tersebut, nampak bahwa kemampuan anak usia dini untuk meregulasi emosi dan mengembangkan empati sangat memengaruhi perkembangan sosial emosional mereka. Sementara itu, regulasi emosi berperan penting dalam membentuk perilaku empati menjadi dasar bagi anak untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain. Untuk mendukung pertumbuhan kedua komponen tersebut, peran keluarga, lingkungan, dan pola asuh yang adaptif sangat penting. Anak-anak yang mampu mengendalikan emosi mereka dan memiliki empati yang tinggi cenderung menunjukkan perilaku prososial, seperti membantu, berbagi, dan bekerja sama.

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, peneliti tertarik untuk mengkaji adakah hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku empati anak usia dini.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

- a. Masih banyak anak usia dini sering mengalami kesulitan dalam mengelola, mengenali, dan mengekspresikan emosinya secara tepat dalam berbagai situasi sosial.

- b. Anak usia dini menunjukkan perkembangan empati yang belum optimal, misalnya belum mampu menunjukkan kepedulian atau memahami perasaan orang lain dengan baik.
- c. Rendahnya kemampuan regulasi emosi pada anak berdampak pada rendahnya perilaku empati, seperti tidak mau berbagi dan tidak menunjukkan rasa peduli terhadap teman.
- d. Lingkungan keluarga, pola asuh, dan pengalaman sosial anak turut memengaruhi kemampuan mereka dalam meregulasi emosi dan menumbuhkan empati.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah agar pengkajian masalah dalam penelitian ini terfokus dan terarah. Peneliti membatasi masalah mengenai regulasi emosi sebagai variabel bebas (X) dan perilaku empati sebagai variabel terikat (Y) pada anak usia 5-6 tahun di TK Bela Bangsa Mandiri Kecamatan Tanjung Senang Kota Bandar Lampung.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka rumusan penelitian dalam penelitian ini yaitu apakah ada hubungan regulasi emosi terhadap perilaku empati pada anak usia dini?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang peneliti rumuskan, tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui ada tidaknya hubungan regulasi emosi terhadap perilaku empati anak usia dini.

1.6 Manfaat Penelitian

Dalam melakukan kajian penelitian ini penulis mengharapkan hasil yang mampu menyumbangkan manfaat teoritis dan praktis, yakni:

a. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan di bidang pendidikan anak usia dini, khususnya dalam kajian tentang hubungan antara regulasi emosi dan perilaku empati. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi teoritis bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan perkembangan sosial emosional anak, serta memperkuat teori-teori sebelumnya tentang pentingnya regulasi emosi dan perilaku empati dalam membentuk perilaku prososial pada anak usia dini.

b. Manfaat Praktis

- Kepala Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat atau referensi kepada kepala sekolah untuk mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang ramah emosi dan empatik dengan menyediakan pelatihan atau *workshop* bagi guru tentang pengembangan regulasi emosi dan empati anak usia dini. Selain itu, penting pula untuk memfasilitasi kegiatan yang mendorong interaksi sosial positif antaranak, seperti program bermain kolaboratif atau kegiatan peduli sesama.

- Guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat atau referensi kepada guru diharapkan untuk memberikan stimulasi yang tepat dalam membantu anak mengembangkan regulasi emosi. Dari penelitian ini guru juga dapat referensi tentang setiap aspek perkembangan emosi dan empati melalui pendekatan yang sesuai dengan usia dan karakteristik anak.

- Orang Tua

Penelitian ini diharapkan untuk memberikan manfaat kepada orang tua agar dapat membentuk perilaku empati dan pengelolaan emosi anak sejak dini, jadi orang tua harus menjadi teladan dalam menunjukkan empati dan mengelola emosi secara sehat di rumah. Orang tua juga dapat melibatkan anak mereka dalam kegiatan yang membangun empati, seperti berbagi, membantu, dan berbicara tentang perasaan mereka. Komunikasi yang

hangat dan terbuka antara orang tua dan anak juga dapat membantu mereka memahami dan mengelola emosi mereka.

- Peneliti Lain

Bagi peneliti lain diharapkan dapat menjadikan penelitian ini sebagai salah satu acuan agar dapat menyusun penelitian yang lebih baik lagi serta melakukan studi lebih luas dengan variasi usia anak, metode penelitian yang lebih beragam, serta mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi regulasi emosi, seperti gaya pengasuhan, lingkungan sosial, dan karakteristik individu anak. Penelitian lanjutan juga dapat memperkuat hasil dan memperluas pemahaman tentang pengaruh perilaku empati terhadap perkembangan emosional anak secara menyeluruh.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Hakikat Anak Usia Dini

Pendidikan Anak Usia Dini adalah waktu di mana anak belum menerima pendidikan formal. Jika pengembangan potensi anak dilakukan pada rentang usia dini, itu akan berdampak pada masa depannya. Anak usia dini menurut *National Association for the Education Young Children* (NAEYC) menyatakan bahwa anak usia dini atau “*early chillhood*” merupakan anak yang berada pada usia nol sampai dengan delapan tahun. Usia keemasan merupakan masa dimana anak mulai peka untuk menerima berbagai stimulasi dan berbagai upaya pendidikan dari lingkungannya baik disengaja maupun tidak disengaja (Nisa, 2017). Masa ini merupakan suatu proses pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek kehidupan manusia. Proses belajar anak hendaknya memperhatikan ciri-ciri tahap perkembangan anak.

Sedangkan menurut Sujiono anak usia dini adalah individu yang berbeda, unik, dan memiliki karakteristik unik sesuai dengan tahapan usianya. Mereka menjalani proses pertumbuhan dan perkembangan dari berbagai aspek, yang sangat penting untuk kehidupan selanjutnya, menurut (Sujiono, 2010). Setiap anak memiliki karakter yang berbeda dan dilahirkan dengan potensi, kekuatan, bakat, dan minat yang berbeda. Misalnya, ada anak-anak yang sangat mahir menyanyi, dan ada anak-anak lain yang sangat mahir dalam menari, musik, bahasa, dan olahraga. Anak usia dini mengalami perkembangan dan pertumbuhan fisik dan mental yang paling cepat. Saat dalam rahim, pertumbuhan dan perkembangan dimulai sebelum kelahiran.

Berdasarkan pada pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa anak usia dini adalah anak yang berada pada tahap perkembangan awal, biasanya berkisar antara usia 0 hingga 6 tahun. Fase ini, anak mengalami pertumbuhan yang sangat pesat baik dari segi fisik, kognitif, emosional, maupun sosial. Periode ini sering disebut sebagai masa "golden age" karena otak anak berkembang sangat cepat, membentuk dasar-dasar penting untuk belajar dan perkembangan di masa depan.

2.1.1 Karakteristik Anak Usia Dini

Anak usia dini, yaitu anak yang berusia 0-6 tahun, berada dalam tahap awal perkembangan yang sangat penting bagi pembentukan kepribadian, kemampuan fisik, dan mental mereka. Pada tahap ini, anak mengalami perkembangan yang pesat dalam berbagai aspek. Menurut (Talango, 2020), perkembangan adalah pola perubahan yang dimulai saat bayi dilahirkan dan berlanjut sepanjang kehidupan seseorang. Hurlock juga mengatakan bahwa perkembangan adalah serangkaian perubahan progresif yang terjadi sebagai hasil dari pengalaman dan kematangan (Hurlock, 2000).

Menurut (Susanto, 2021), karakteristik perkembangan anak usia dini secara rinci dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Usia 0-1 tahun, pada masa bayi perkembangan fisik mengalami kecepatan luar biasa, paling cepat dibanding usia selanjutnya. Berbagai kemampuan dan keterampilan dasar dipelajari anak pada usia ini. Beberapa karakteristik anak usia bayi dijelaskan berikut ini.
 - a. Mempelajari keterampilan motorik mulai dari berguling, merangkak, duduk, berdiri, dan berjalan.
 - b. Mempelajari keterampilan menggunakan pancaindra, seperti melihat atau mengamati, meraba, mendengar, mencium, dan mengecap dengan memasukkan setiap benda ke mulut.
 - c. Mempelajari komunikasi sosial. Bayi yang baru lahir telah siap

melaksanakan kontak sosial dengan lingkungannya. Komunikasi responsif dari orang dewasa akan mendorong dan memperluas respons verbal dan non verbal bayi. Berbagai kemampuan dan keterampilan dasar tersebut merupakan modal penting bagi anak untuk menjalani proses perkembangan selanjutnya.

2. Usia 2-3 tahun, pada usia ini anak memiliki beberapa kesamaan karakteristik dengan masa sebelumnya. Artinya, secara fisik anak masih mengalami pertumbuhan yang pesat. Beberapa karakteristik khusus yang dilalui oleh anak usia 2-3 tahun sebagai berikut.
 - a. Anak sangat aktif mengeksplorasi benda-benda yang ada disekitarnya. Ia memiliki kekuatan observasi yang tajam dan keinginan belajar yang luar biasa. Eksplorasi yang dilakukan oleh anak terhadap benda apa saja yang ditemui merupakan proses belajar yang sangat efektif.
 - b. Anak mulai mengembangkan kemampuan berbahasa. Diawali dengan berceloteh, kemudian satu dua kata dan kalimat yang belum jelas maknanya. Anak terus belajar memahami pembicaraan orang lain dan belajar mengungkapkan isi hati, serta pikiran.
 - c. Anak mulai belajar mengembangkan emosi. Perkembangan emosi anak didasarkan pada bagaimana lingkungan memperlakukan anak. Hal ini dikarenakan emosi bukan ditentukan oleh bawaan, melainkan lebih banyak pada lingkungan.
3. Usia 4-6 tahun, pada usia ini seorang anak memiliki karakteristik antara lain sebagai berikut.
 - a. Berkaitan dengan perkembangan fisik, anak sangat aktif melakukan berbagai kegiatan. Hal itu bermanfaat untuk pengembangan otot-otot kecil maupun besar.
 - b. Perkembangan bahasa juga semakin baik. Anak sudah mampu

memahami pembicaraan orang lain dan mampu mengungkapkan pikirannya dalam batas-batas tertentu.

- c. Perkembangan kognitif (daya pikir) sangat pesat, ditunjukkan dengan rasa ingin anak yang luar biasa terhadap lingkungan sekitar. Hal itu terlihat dari seringnya anak menanyakan segala sesuatu yang dilihat.
 - d. Bentuk permainan anak masih bersifat individu, bukan permainan sosial. Walaupun aktivitas bermain dilakukan secara bersama.
4. Usia 7-8 tahun, karakteristik perkembangan seorang anak usia 7-8 tahun antara lain sebagai berikut.
- a. Perkembangan kognitif anak masih berada pada masa yang cepat. Dari segi kemampuan, secara kognitif anak sudah mampu berpikir bagian per bagian, secara kognitif anak sudah mampu berpikir bagian per bagian. Artinya, anak sudah mampu berpikir analisis dan sintesis, serta deduktif dan induktif.
 - b. Perkembangan sosial, anak mulai ingin melepaskan diri dari otoritas orang tuanya. Hal itu ditunjukkan dengan kecenderungan anak untuk selalu bermain di luar rumah bergaul dengan teman sebaya.
 - c. Anak mulai menyukai permainan sosial. Bentuk permainan yang melibatkan banyak orang dengan saling berinteraksi.
 - d. Perkembangan emosi anak sudah mulai terbentuk dan tampak sebagai bagian dari kepribadian anak. Walaupun pada usia ini masih pada taraf pembentukan, namun pengalaman anak telah menampakkan hasil.

2.2 Empati

Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain, melihat masalah dari sudut pandang mereka, dan membayangkan diri sendiri dalam situasi orang lain. Ini melibatkan

keterlibatan emosional yang lebih dalam, di mana seseorang tidak hanya mengenali masalah atau kesedihan orang lain, tetapi juga merasakan apa yang dirasakan orang lain. Dalam interaksi sosial diperlukan kemampuan untuk saling memahami dan membantu satu sama lain, kemampuan empati merupakan salah satu kunci keberhasilan interaksi sosial.

Menurut Feshbach (1989) seseorang mengalami empati ketika dia merasakan perasaan orang lain dengan cara yang sama seperti dia sendiri, dan perasaan tersebut sesuai dengan perasaan dan kondisi orang yang bersangkutan. Meskipun empati adalah respon emosi, itu juga melibatkan keterampilan kognitif seperti kemampuan untuk mengenali kondisi emosi orang lain dan kemampuan untuk mengambil peran.

Menurut Aronfeed (1989) empati pertama kali diperoleh melalui kondisioning atau asosiasi, yaitu ketika rasa senang atau sakit seorang anak dipasangkan dengan ekspresi perasaan orang lain. Untuk mengukur empati, anak-anak diberi pertanyaan atau kumpulan gambar yang menunjukkan perasaan orang lain. Contohnya adalah anak yang menangis karena ibunya pergi. Setelah itu, mereka diminta untuk mengungkapkan perasaan mereka, baik secara lisan maupun nonverbal, dengan menunjuk ekspresi wajah mereka. Jika anak-anak menunjukkan perasaan yang sama dengan situasi tokoh yang ditunjukkan, mereka akan menerima skor empati (Miller & N. Eisenberg, 1987).

Berdasarkan pada paparan diatas dapat disimpulkan bahwa empati adalah kemampuan penting dalam interaksi sosial, yang melibatkan pemahaman dan merasakan apa yang dirasakan orang lain, baik secara emosional maupun kognitif. Empati berkembang sejak dini melalui proses asosiasi emosional dan dapat diukur melalui respons anak terhadap situasi emosional orang lain. Dengan empati, seseorang mampu berinteraksi secara lebih efektif dan membangun hubungan sosial yang harmonis.

2.2.1 Aspek Empati

Kemampuan untuk menempatkan diri di tempat orang lain dan memahami dan menghargai perasaan orang lain adalah apa yang disebut empati. Berikut ini terdapat aspek empati menurut STTPA (Standar Tingkat Pencapaian Anak):

1) Peduli

Peduli adalah ketika seseorang membantu orang lain saat mereka menghadapi masalah. Mereka yang peduli akan selalu berusaha untuk membuat orang lain merasa senang, senang membantu orang lain, berusaha sebaik mungkin, dan menghargai orang lain. Contoh sikap kepedulian anak adalah dengan membantu teman yang membutuhkan dan menghibur mereka yang sedih.

2) Toleransi

Toleransi adalah perilaku yang menghargai perbedaan orang lain. Toleransi juga dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk menerima dan beradaptasi dengan orang yang memiliki sifat yang berbeda tanpa mempermasalahkannya. Memandang teman dengan sama rata dan meminta maaf jika melakukan kesalahan adalah contoh sikap anak yang memiliki toleransi.

3) Tenggang Rasa

Tenggang rasa sama dengan mencintai dan menghargai sesama manusia; contohnya, seorang anak memiliki sikap tenggang rasa dengan menghargai karya teman-temannya dan menghargai pendapat mereka, meskipun mereka tidak setuju.

4) Kepekaan Sosial

Kepekaan sosial adalah kemampuan untuk memahami dan berbagi pengalaman, pikiran, dan perasaan orang lain serta memperhatikan dan memperhatikan kebutuhan mereka. Ini mencakup tidak hanya memahami, tetapi juga merasakan, dan merespon emosi orang lain, dan bertindak berdasarkan apa yang diketahui tentang emosi mereka.

Pada usia 5–6 tahun, anak mulai menunjukkan kemampuan dasar dalam berperilaku empatik, meskipun masih dalam tahap perkembangan awal dan belum stabil. Setiap dimensi empati berikut ini mulai muncul dalam perilaku sehari-hari anak, meskipun bervariasi tergantung pada pengalaman, pembiasaan, dan lingkungan sosial mereka:

a) Peduli

Anak usia dini mulai menunjukkan rasa peduli terhadap kondisi orang lain, terutama jika melihat temannya sedih, terluka, atau membutuhkan bantuan. Bentuk kepedulian ini bisa terlihat dalam ucapan sederhana seperti “kamu kenapa?”, atau tindakan kecil seperti mendekati teman yang sedang menangis. Meskipun belum selalu muncul secara konsisten, kepedulian anak usia 5–6 tahun mulai berkembang seiring meningkatnya kemampuan mengenali emosi orang lain.

b) Toleransi

Dalam aspek ini, anak usia dini mulai belajar untuk menerima perbedaan pendapat, menunggu giliran, atau bermain bersama tanpa memaksakan kehendak. Namun, karena masih dalam tahap egosentris, toleransi anak masih terbatas dan perlu dibimbing. Anak kadang masih ingin menang sendiri, tetapi sudah mulai menunjukkan sikap menerima saat diarahkan dengan cara yang positif.

c) Tenggang Rasa

Anak usia 5–6 tahun mulai dapat memahami perasaan teman dan menunjukkan sikap menghargai, seperti tidak mengganggu teman yang sedang sedih atau memberi kesempatan teman untuk berbicara. Namun, kemampuan ini masih bersifat situasional, dan sering kali muncul karena meniru perilaku orang dewasa atau karena terbiasa diarahkan dalam kegiatan di sekolah.

d) Kepekaan Sosial

Kepekaan sosial mulai tumbuh saat anak menyadari perubahan perasaan atau kebutuhan orang lain di sekitarnya. Anak pada usia ini mulai mampu membaca ekspresi wajah teman, memahami suasana hati guru, atau menyadari jika temannya sedang merasa tidak nyaman. Namun, kepekaan ini masih perlu dilatih karena anak cenderung lebih fokus pada diri sendiri dibanding pada keadaan sosial secara menyeluruh.

Secara umum, keempat dimensi empati tersebut sudah mulai berkembang pada anak usia 5–6 tahun, namun masih membutuhkan bimbingan, pembiasaan, dan keteladanan dari orang dewasa. Perilaku empatik pada usia ini belum menjadi bagian dari karakter yang stabil, sehingga peran lingkungan sangat penting dalam memperkuatnya.

Sedangkan Menurut (Borba, 2008), aspek-aspek empati diantaranya adalah:

a. Toleransi:

Menghargai pendapat, pandangan, kepercayaan, kebiasaan, dan hal-hal lainnya yang bertentangan dengan pendapatnya sendiri.

b. Kasih sayang:

Kasih sayang didefinisikan sebagai menyakiti, tidak bersukacita karena ketidakadilan tetapi karena kebenaran.

c. Memahami kebutuhan orang lain:

Memahami kebutuhan orang lain dapat membantu mengatasi masalah yang dihadapi orang lain.

d. Pengertian:

Anak yang penuh pengertian akan menghibur orang lain.

e. Peduli:

Anak-anak menunjukkan kepedulian dengan menghampiri teman yang kesusahan, menghibur teman yang sedih, dan membantu teman yang membutuhkan pertolongan.

f. Mampu mengendalikan amarahnya:

Anak-anak mampu mengendalikan amarahnya dengan mengekspresikan emosinya dengan tepat.

g. Menolong:

Perilaku menolong adalah perilaku yang membantu orang lain.

Selanjutnya Davis juga menuliskan aspek-aspek empati diantaranya *perspective taking*, *fantasy* (imajinasi), *empathic concern*, *personal distress* (M. H. Davis, 1983):

1. *Perspective Taking*

Merupakan kecenderungan seseorang untuk secara spontan mengadopsi sudut pandang orang lain dan mencoba memahami bagaimana perasaan atau pikiran orang tersebut.

2. *Empathic Concern*

Mengacu pada perasaan kepedulian, belas kasih, dan kasih sayang terhadap orang lain yang sedang mengalami kesulitan atau penderitaan.

3. *Personal Distress*

Merupakan reaksi emosional yang negatif dan tidak nyaman yang dirasakan seseorang saat melihat orang lain kesakitan atau mengalami stres. Biasanya terjadi karena belum mampu memisahkan emosi sendiri dengan orang lain.

4. *Fantasy*

Kecenderungan seseorang untuk mengidentifikasi diri dengan tokoh dalam cerita, film, atau buku, dan mengalami emosi yang dirasakan tokoh tersebut.

Dari pendapat ahli yang sudah dijelaskan di atas, penelitian ini mengacu pada aspek empati oleh standar tingkat pencapaian anak (STTPA), aspek empati pada anak diuraikan menjadi empat aspek yaitu: peduli, toleransi, tenggang rasa dan kepekaan sosial.

2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Empati

Pendidikan empati harus terus diberikan kepada anak usia dini karena merupakan kemampuan dasar yang diperlukan oleh anak untuk dapat berteman dengan baik. Jika anak tidak berteman, mereka akan kehilangan kepercayaan diri. Ada beberapa komponen yang mempengaruhi proses pembentukan rasa empati.

Menurut (Arofa et al., 2018) sosialisasi, *mood* dan *feeling*, situasi dan tempat, situasi dan tempat, proses belajar dan identifikasi, komunikasi dan bahasa, dan pengasuhan adalah beberapa faktor yang mempengaruhi empati.

a. Sosialisasi:

Sosialisasi memungkinkan seseorang mengalami banyak emosi dan lebih banyak memikirkan orang lain,

b. *Mood* dan *Feeling*:

Perasaan seseorang dalam berinteraksi akan mempengaruhi cara seseorang merespon perasaan orang lain.

c. Situasi dan tempat:

Situasi dan tempat mempengaruhi perasaan seseorang, sehingga seseorang dapat berempati dengan baik dalam situasi dan tempat tertentu.

d. Proses belajar dan identifikasi:

Pembelajaran yang diberikan di rumah atau di tempat lain dapat mempengaruhi cara seseorang merespon perasaan orang lain

Adapun menurut Solekhah terdapat 4 komponen yang mempengaruhi empati (Solekhah et al., 2018):

a. Usia: Orang lebih empati dengan usia. Anak-anak memiliki pandangan yang lebih matang, sehingga mereka akan lebih mampu mengalami empati.

- b. Sosialisasi: Sosialisasi dapat membentuk perilaku yang diharapkan melalui penerapan nilai-nilai sosial.
- c. Jenis Kelamin: Anak-anak memiliki pandangan yang lebih matang sehingga mereka akan lebih mampu mengalami empati. Perempuan lebih peka daripada laki-laki karena mereka lebih peka.
- d. *Mood* dan *Feeling*: Seseorang yang memiliki emosi yang baik akan berperilaku terhadap orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa empati pada anak usia dini harus dikembangkan sejak awal karena menjadi dasar penting dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Pembentukan empati dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti sosialisasi, suasana hati, situasi, proses belajar, komunikasi, pola asuh, usia, jenis kelamin, serta kondisi emosional anak. Dengan memahami dan mengoptimalkan faktor-faktor tersebut, anak-anak dapat tumbuh menjadi individu yang lebih peka, peduli, dan mampu berinteraksi positif dengan lingkungannya.

2.3 Regulasi Emosi

Regulasi emosi menurut (J. Gross, 1998) didefinisikan sebagai cara individu mempengaruhi emosi yang mereka miliki, kapan mereka merasakannya dan bagaimana mereka mengalami atau mengekspresikan emosi itu. Seseorang yang dapat meregulasi emosi akan mendapatkan dampak positif baik kesehatan fisik, tingkah laku dan hubungan sosial. Menurut Thomson, pengolahan emosi atau regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosional individu untuk mencapai tujuan. Definisi lain regulasi emosi Gross dalam penelitian Mayangsari merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi, mengelola, dan mengungkapkan emosi yang tepat untuk mencapai keseimbangan emosional. Setiap individu memiliki cara untuk meregulasi emosi.

Menurut Cicchetti & Rogosch (2012) mendefinisikan regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang untuk meningkatkan atau menjaga dorongan emosi seseorang yang juga mempunyai peranan yang mendasar pada perkembangan sosial, afeksi dan emosi. Sedangkan menurut Gyurak (2011) menuliskan bahwa regulasi emosi merupakan seperangkat alat mental untuk menurunkan, meningkatkan atau mempertahankan intensitas, durasi dan kualitas dari pengalaman emosi.

Menurut Reivich dan Shatte (2002), regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk tetap tenang saat berada di bawah tekanan. Regulasi emosi, menurut Jerman, adalah strategi emosi yang melibatkan individu dan kejiwaan, termasuk perkembangan sosial dan emosi seperti kegembiraan.

Berdasarkan beberapa definisi di atas bisa disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang dalam bagaimana merasakan, mengelolah dan mengekspresikan emosi itu.

2.3.1 Aspek-aspek Regulasi Emosi

Menurut Gross aspek-aspek regulasi emosi dibagi menjadi empat yaitu:

1. Strategies to Emotion (Strategies)

Merupakan keyakinan bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk mengurangi emosi negative, dan dapat mengubah kembali emosi yang berlebihan dan memenangkan diri kembali.

2. Engaging in goal directed behavior (Goals)

Adalah cara atau kemampuan seseorang untuk berpikir lebih baik tanpa terganggu atau terpengaruh oleh emosi negatif, bahkan jika emosi itu dialaminya.

3. Control emotional responses (impulse)

Merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosinya dan mengapresiasi responsnya, termasuk tingkah laku, suara, dan fisiologi, sehingga emosi yang dikeluarkan tidak berlebihan dan sesuai dengan yang diharapkan atau emosi yang tepat.

4. *Acceptance of emotional response (acceptance)*

Yaitu kemampuan seseorang untuk menerima peristiwa yang menyebabkan emosi negatif tanpa merasa malu.

Sedangkan Thompson (2008) membagi aspek regulasi emosi sebagai berikut:

- a. Kemampuan memonitor emosi (*emotions monitoring*) yaitu kemampuan seseorang untuk melacak seluruh peristiwa yang terjadi pada dirinya dan memahami perasaan, pikiran, dan faktor-faktor yang mempengaruhi perilakunya.
- b. Kemampuan mengevaluasi emosi (*emotions evaluating*) yaitu kemampuan seseorang untuk mengelola emosinya, terutama emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, dendam, dan benci, sehingga mereka dapat menyeimbangkan emosinya dengan apa yang mereka rasakan dan tetap rasional.
- c. Kemampuan memodifikasi emosi (*emotions modification*), kemampuan seseorang untuk mengubah dan memotivasi dirinya untuk bertindak lebih baik lagi, terutama ketika emosi negatif muncul, seperti putus asa, marah, dan kecewa, sehingga seseorang biasa menghadapi dan bertahan untuk menyelesaikan masalahnya.

Dari pendapat ahli yang sudah dijelaskan di atas, penelitian ini mengacu pada aspek regulasi emosi oleh Gross meliputi *Strategies to Emotion (Strategies)*, *Engaging in goal directed behavior (Goals)*, *Control emotional responses (impulse)*, *Acceptance of emotional response (acceptance)*.

2.4 Faktor-faktor Regulasi Emosi

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi diantaranya yaitu:

a) Dukungan Sosial

Syme dan Cohen dari Gross (dalam Appollo dan Cahyani, 2012) menyatakan bahwa bagian yang dapat memotivasi, karena seseorang berfungsi sebagai sumber bagi orang lain untuk mensejahterakan kehidupan orang lain. Komponen ini juga sangat efektif dalam membantu seseorang mengatasi kesulitan dan mengatasi tekanan psikologis.

b) Religiusitas

Menurut Gross (2007) jika seseorang lebih religius, ia akan berusaha untuk tidak menunjukkan emosi yang berlebihan, begitu juga sebaliknya; jika seseorang kurang religius, ia akan lebih sulit untuk mengontrol emosinya.

c) Budaya

Budaya memiliki motivasi untuk menjaga hubungan baik dengan orang lain, budaya mempengaruhi regulasi emosi. Menurut Ellisyani & Setiawan (2016) budaya kelompok seseorang dapat mempengaruhi cara mereka menilai, menerima, dan memahami emosi mereka serta cara mereka menunjukkan emosi tersebut.

d) Kognitif

Kognitif dapat membantu individu untuk menjaga dan mengatur emosi yang dirasakan agar tidak berlebihan menurut hasil penelitian Kartika (2004). Gross juga mengatakan bahwa emosi yang dirasakan seseorang adalah hasil dari memberikan nilai kepada situasi yang mereka alami atau hadapi. Orang yang memberikan penilaian yang positif cenderung mengalami reaksi emosi yang positif juga, dan sebaliknya.

Ada beberapa faktor-faktor lain yang mendukung regulasi emosi yaitu:

a) Jenis Kelamin

Hasil penelitian Ratnasari & Suleeman (2017) menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan berbeda dalam mengatur emosi mereka. Perempuan menggunakan dukungan sosial dan perlindungan yang diberikan orang

lain, sedangkan laki-laki lebih memilih mengatur emosi mereka melalui kegiatan fisik, seperti berolahraga.

b) Usia

Brener dan Saovey (dalam Ratnasari & Suleeman, 2017) mengungkapkan semakin bertambahnya usia individu maka kemampuan meregulasi emosinya akan semakin relative baik.

c) Pola asuh

Cara orang tua dalam mengasuh anak ternyata dapat mempengaruhi kemampuan anak dalam meregulasi emosinya. Sebagaimana yang dinyatakan oleh Moris et al., (2007) bahwa sejauh mana orang tua mengajarkan anak mereka untuk mengendalikan emosi mereka dapat dilihat dari sejauh mana mereka bertindak.

d) Kepribadian

Menurut Cohen & Armeli (dalam Coon, 2005) orang yang memiliki kepribadian "*neuroticism*" menunjukkan tingkat regulasi emosi yang rendah. Kepribadian ini terdiri dari tanda-tanda sensitif, *moody*, suka gelisah, sering mengalami cemas, panik, harga diri yang rendah, dan kurangnya kemampuan untuk mengontrol diri.

e) Tujuan dilakukannya regulasi emosi

Dalam hal ini, individu dapat mempengaruhi pengalaman mereka, cara mereka mengungkapkan emosi mereka, dan reaksi fisiologis mereka yang sesuai dengan keadaan.

f) Frekuensi individu melakukan regulasi emosi

Yakni seberapa sering individu melakukan regulasi emosi yang berbeda untuk mencapai tujuannya.

g) Kemampuan individu melakukan regulasi emosi

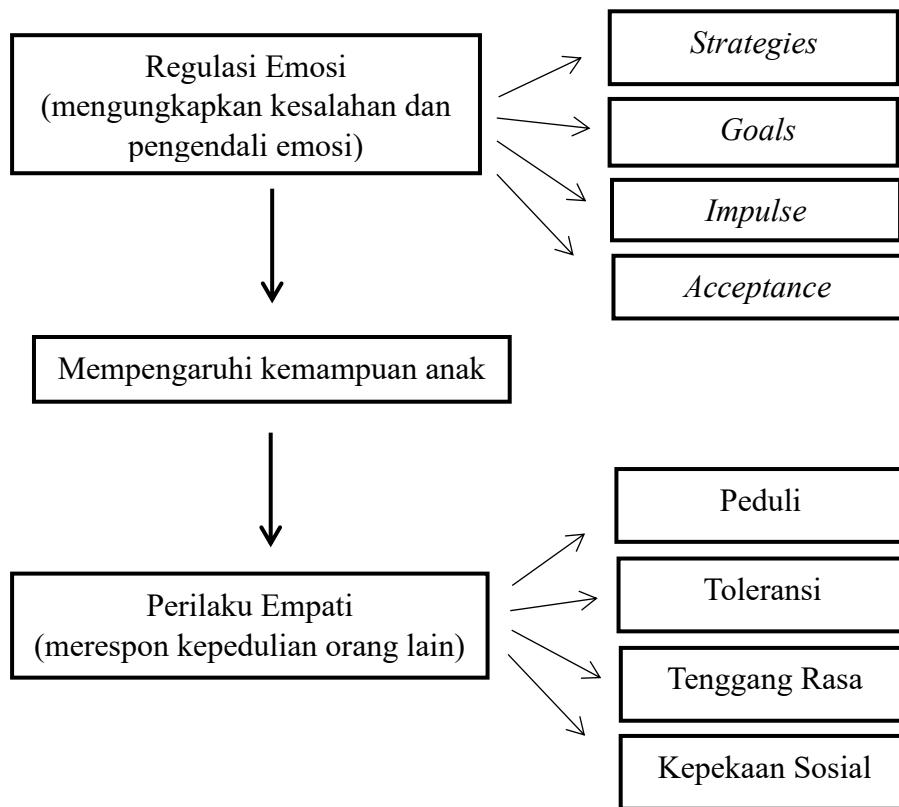
Yakni kemampuan individu dalam meregulasi emosinya.

2.5 Kerangka Pikir

Empati merupakan kemampuan penting dalam kehidupan sosial anak usia dini, yang mencakup kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan orang lain. Anak yang memiliki empati akan menunjukkan perilaku seperti peduli terhadap teman, mampu berperilaku toleran, memiliki tenggang rasa, serta menunjukkan kepekaan sosial dalam berbagai situasi. Perkembangan empati sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu sosialisasi yang memungkinkan seseorang mengalami banyak emosi dan lebih banyak memikirkan orang lain, *mood* dan *feeling* yang akan mempengaruhi cara seseorang merespon perasaan dalam berinteraksi, situasi dan tempat yang dapat mempengaruhi perasaan seseorang, sehingga seseorang dapat berempati dengan baik dalam situasi dan tempat, serta faktor proses belajar dan identifikasi pembelajaran yang diberikan di rumah atau di tempat lain dapat mempengaruhi cara seseorang merespon perasaan orang lain.

Regulasi emosi adalah kemampuan anak untuk mengelola dan mengendalikan emosi dalam dirinya, baik dalam bentuk *strategies*, *goals*, *impulse*, maupun *acceptance*. Anak yang mampu meregulasi emosinya dengan baik cenderung lebih mudah memahami dan menyesuaikan diri terhadap kondisi emosional orang lain. Kemampuan ini mendukung terbentuknya perilaku empati, karena anak tidak hanya memahami perasaan dirinya, tetapi juga mampu merespons perasaan orang lain secara tepat.

Dengan demikian, dapat diasumsikan bahwa regulasi emosi berperan dalam membentuk dan memperkuat perilaku empati pada anak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku empati pada anak usia 5–6 tahun.



Gambar 1. Kerangka Pikir

2.6 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas dan dengan memperhatikan pembatasan masalah pada penelitian ini, maka untuk mengetahui hubungan regulasi emosi terhadap perilaku empati anak usia dini, peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

“Terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku empati anak usia dini”.

III. METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif jenis korelasional yang melibatkan metode angket, metode ini menghimpun data dengan menggunakan kuesioner untuk mendeskripsikan populasi sampel. Penelitian kuantitatif merupakan cara untuk mengevaluasi teori objektif dengan memeriksa hubungan antar variabel yang dapat diukur, serta penggunaan metode statistik untuk melakukan analisis (Creswell, 2010).

Penelitian kuantitatif menguji teori secara deduktif, menghindari bias penelitian, menguji hipotesis dan mampu menggeneralisasi dan mereplikasi temuan. Hubungan antara satu dengan variabel lain dinyatakan dengan besarnya koefisien korelasi. Pada penelitian ini, peneliti ingin meneliti hubungan antara empati dengan regulasi emosi anak usia dini.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan kepada anak-anak usia 5-6 tahun di TK Bela Bangsa Mandiri di Kecamatan Tanjung Senang, Kota Bandar Lampung. Waktu penelitian dilakukan pada tahun ajaran 2024/2025.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah sekelompok orang yang mempunyai karakteristik yang sama yang dapat diidentifikasi dan diteliti (Creswell, 2010). Menurut pendapat (Raihan, 2017) menyatakan “populasi adalah kumpulan (jumlah keseluruhan) dari individu atau unit yang mempunyai karakteristik, untuk diteliti (kualitas dan kriteria yang telah ditetapkan) terlebih dahulu oleh penelitiannya.

Populasi pada penelitian ini adalah anak kelompok B usia 5-6 tahun pada Taman Kanak-Kanak di TK Bela Bangsa Mandiri Kecamatan Tanjung Senang, Kota Bandar Lampung yang berjumlah 48 siswa.

Menurut (Sugiyono 2018:131) menjelaskan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dari pengertian tersebut, dapat diketahui bahwa sampel merupakan bagian dari populasi yang akan diteliti. Dalam penentuan sample atau teknik sample pada penelitian ini yaitu menggunakan *random sampling*. Menurut Sugiyono (2013) teknik *random sampling* adalah teknik pengambilan sampel di mana setiap individu atau objek dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai bagian dari sampel. Dalam metode ini, pemilihan sampel dilakukan secara acak tanpa memperhatikan karakteristik atau ciri-ciri khusus dari individu yang dipilih, sehingga sampel yang dihasilkan dianggap representatif dan dapat menggambarkan karakteristik keseluruhan populasi.

Sampel dalam penelitian ini adalah 19 siswa dari kelas mawar yang berusia 5-6 tahun pada TK Bela Bangsa Mandiri di Kecamatan Tanjung Senang, Kota Bandar Lampung yang kelasnya terpilih melalui teknik *random sampling*.

3.4 Definisi Konseptual dan Operasional

3.4.1. Definisi Konseptual

a) Regulasi Emosi (X)

Regulasi emosi adalah upaya mengatur emosi di mana individu mempengaruhi pengalaman emosional mereka, termasuk intensitas, durasi, dan ekspresi emosi. Pada anak usia dini, regulasi emosi memungkinkan mereka untuk merespons secara adaptif terhadap perasaan mereka dan lingkungan sosial.

b) Empati (Y)

Empati adalah kemampuan seseorang untuk memahami, merasakan, dan menghargai perasaan orang lain. Dalam konteks anak usia dini,

empati memainkan peran penting dalam kemampuan anak untuk mengatur dan merespons emosinya secara adaptif.

3.4.2 Definisi Operasional

a) Regulasi Emosi (X)

Regulasi emosi adalah proses di mana seseorang mempengaruhi emosi mereka, termasuk intensitas, durasi, dan ekspresi melalui empat aspek yaitu *strategies, goals, impulse, acceptance*.

b) Empati (Y)

Empati adalah kemampuan individu dalam hal memahami perasaan orang lain serta mampu memposisikan diri berada dalam posisi orang lain dengan menunjukkan sikap meliputi peduli, toleransi, tenggang rasa, kepekaan sosial.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Berbagai metode pengumpulan data digunakan untuk mendapatkan informasi yang diperlukan dalam penelitian ini. Proses pengumpulan data memastikan bahwa informasi yang dikumpulkan lengkap, akurat, dan dapat dipertanggungjawabkan. Dalam penelitian ini, metode berikut digunakan:

3.5.1 Angket atau Kuesioner

Angket atau kuesioner digunakan untuk meminta informasi dari responden terkait hal-hal yang mereka ketahui atau laporan pribadi mereka (Arikunto, 2006). Peneliti menggunakan kuesioner untuk mengukur suatu fenomena yang terjadi. Arikunto membagi kuesioner menjadi dua jenis berdasarkan cara responden menjawabnya, yaitu kuesioner terbuka yang memungkinkan responden menjawab dengan kata-kata mereka sendiri. Sedangkan pada kuesioner tertutup, responden hanya memilih jawaban yang telah disediakan.

Penelitian ini menggunakan jenis kuesioner semi terbuka, responden dapat menandai salah satu jawaban yang dianggap paling benar dan menyertakan alasan pemilihan jawaban tersebut pada kolom yang telah

disediakan. Adapun skala penilaian atau penskoran yang digunakan dalam lembar angket yaitu minimum skor 1 dan maksimum skor 4, dengan kriteria penilaian yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan nilai skor 1, Tidak Sesuai (TS) dengan nilai skor 2, Sesuai (S) dengan nilai skor 3, dan Sangat Sesuai dengan nilai skor (4).

Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala likert yang digunakan dalam penelitian ini yaitu minimum skor 1 dan maksimum skor 4, dikarenakan akan diketahui secara pasti jawaban responden, apakah cenderung kepada jawaban yang setuju maupun yang tidak setuju. Sehingga hasil jawaban responden diharapkan lebih relevan, Sugiyono (2014:58).

Tabel 1. Skor Skala Likert

No	Jawaban	Skor
1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	1
2	Tidak Sesuai (TS)	2
3	Sesuai (S)	3
4	Sangat Sesuai (SS)	4

Sumber: Sugiyono (2014:58)

3.6 Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kuantitatif, instrumen penelitian digunakan untuk mengukur hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat (Creswell, 2010). Instrumen ini juga digunakan untuk mengukur sikap atau perilaku responden terhadap fenomena sosial.

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Variabel Empati

Dimensi	Indikator	Item
Peduli	Membantu individu lain dalam menghadapi masalah	1. Anak mau membantu temannya yang sedang sedih karena mainannya rusak.
		2. Anak menenangkan temannya yang menangis karena terjatuh.

Dimensi	Indikator	Item
	Membuat individu lain merasa senang	3. Anak mau berbagi makanan atau mainan saat tahu temannya belum mendapat bagian.
		4. Anak menghibur temannya yang sedih.
		5. Anak memuji temannya saat temannya berhasil menyelesaikan tugas atau permainan.
Toleransi	Kemampuan menerima terhadap sesuatu yang dimiliki oleh individu lain	6. Anak tidak mengejek temannya yang lambat dalam belajar atau menyelesaikan tugas.
		7. Anak memberi semangat kepada temannya yang belum selesai mengerjakan tugas.
		8. Anak menerima perbedaan cara bicara temannya.
		9. Anak tetap mau bermain bersama temannya meskipun temannya memiliki cara bermain yang berbeda.
	Menghargai perbedaan fisik	10. Anak menyebut teman-temannya tanpa menggunakan julukan yang menyinggung fisik. (misalnya: gendut, hitam).
		11. Anak tidak mengejek temannya yang berbicara atau bertingkah laku berbeda dari dirinya.
Tenggang Rasa	Ikut merasakan apa yang dirasakan individu lain	12. Anak merasa sedih ketika temannya menangis.
		13. Anak merasa senang ketika melihat temannya tertawa.
		14. Anak merasa bahagia melihat temannya berhasil.
		15. Anak merasa takut atau khawatir ketika temannya terluka atau jatuh.
	Memiliki konsep mencintai dan menghargai	16. Anak mendengarkan pendapat teman.
		17. Anak mengajak temannya yang sedang kesepian untuk bermain bersama.
		18. Anak merangkul temannya yang sedang sedih.
Kepekaan Sosial	Memberikan respon yang cepat dan tepat	19. Anak memperhatikan temannya yang sedang kebingungan.
		20. Anak menawarkan bantuan kepada temannya yang kesulitan membawa barang.
	Berani meminta maaf	21. Anak merasa menyesal dan meminta maaf setelah tanpa sengaja merusak barang temannya.

Dimensi	Indikator	Item
		22. Anak meminta maaf karena merasa mengganggu temannya yang sedang bermain.

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Variabel Regulasi Emosi

Dimensi	Indikator	Item
<i>Strategies to Emotion Regulation</i>	Kemampuan menemukan cara untuk mengurangi emosi negatif	1. Anak meminta bantuan guru saat tidak bisa menyelesaikan tugas.
		2. Anak memilih bermain sendiri saat merasa kecewa dengan temannya.
		3. Anak bercerita kepada guru ketika merasa sedih.
	Kejelasan emosional	4. Anak mengatakan bahwa dia merasa malu saat tampil di depan kelas.
		5. Anak merasa iri saat melihat temannya mendapat hadiah.
		6. Anak merasa sedih karena temannya tidak datang sekolah.
<i>Goal-Directed Behavior</i>	Kemampuan untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif serta berpikir dan bertindak secara positif	7. Anak melanjutkan menggambar walaupun sebelumnya kehilangan krayon favoritnya.
		8. Anak berusaha mencari solusi saat mainannya rusak, bukan menangis.
	Kemampuan untuk mengenali perasaannya sendiri, seperti marah atau sedih, dan mengetahui cara menenangkan diri untuk bertindak dengan baik	9. Anak tetap mengikuti arahan guru meskipun sebelumnya merasa kesal.
		10. Anak mau bergiliran dengan sabar setelah diminta menunggu gilirannya bermain.
<i>Control Emotional Responses</i>	Kemampuan mengontrol emosi dan respon emosi	11. Anak berkata “tidak apa-apa” saat gambar dinilai kurang bagus oleh teman.
		12. Anak tetap tenang saat mainannya direbut oleh teman.
		13. Anak tetap duduk tenang ketika suasana kelas mulai ramai.
	Mampu menunjukkan dan sadar terhadap emosi yang dirasakan	14. Anak menyampaikan bahwa ia merasa sedih ketika mainannya rusak.
		15. Anak menunjukkan rasa malu dengan menunduk ketika ditegur guru.
		16. Anak merasa bangga setelah berhasil menyelesaikan tugas.
<i>Acceptance of Emotional</i>	Kemampuan individu menerima kondisi yang	17. Anak merasa kesal saat mainannya diambil temannya.

Dimensi	Indikator	Item
<i>Responses</i>	menimbulkan emosi dan tidak merasa malu apabila merasakan emosi negatif	18. Anak tetap mau bercerita meski sedang merasa sedih.
	Kemampuan untuk mengakui perasaan negatif seperti marah atau sedih sebagai hal yang wajar tanpa merasa malu	19. Anak mau bercerita kepada guru tentang rasa takut yang ia alami.
		20. Anak marah karena giliran bermainnya dipotong.

3.7 Uji Instrumen Penelitian

3.7.1 Uji Validitas

1. Uji Validitas Dosen Ahli

Penelitian ini menggunakan uji validitas yang dilakukan dengan cara pengujian validitas konstruk (uji ahli) dimana peneliti dibantu dengan menggunakan instrumen penelitian yang sudah diuji oleh ahli. Uji ahli dilakukan oleh dosen PGPAUD FKIP Universitas Lampung.

2. Uji Validitas *Product Moment*

Uji validitas merupakan suatu langkah pengujian yang dilakukan terhadap isi (*content*) dari suatu instrumen. (Rindiasari dkk., 2021) mengatakan uji validitas ini bertujuan untuk menguji sejauh mana alat ukur yang digunakan mengenai sasaran. Instrumen dikatakan valid apabila instrumen dapat menangkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi *product moment* dari Pearson (Martono, 2016), yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2] [N \sum y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Gambar 2. Rumus korelasi *product moment* dari Pearson

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi product moment

N = jumlah responden

$\sum X$ = jumlah skor butir

$\sum Y$ = jumlah skor total

$\sum XY$ = jumlah perkalian skor butir dengan skor total

Adapun perhitungan uji validitas dalam penelitian ini dibantu dengan menggunakan *microsoft excel* dan program statistik SPSS versi 25. Kriteria pengujian uji validitas *Pearson Correlation* yaitu:

- a. Apabila $r \text{ hitung} \geq r \text{ tabel}$, maka instrumen tersebut valid.
- b. Apabila $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$, maka instrumen tersebut tidak valid.

Hasil uji validitas variabel x dan variabel y sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan uji coba instrumen terlebih dahulu pada 19 anak di TK Bela Bangsa Mandiri. Adapun butir pernyataan pada lembar instrumen variabel x yaitu 19 butir soal dan variabel y 19 butir soal. Perhitungan validitas butir soal pada uji coba dilakukan dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil analisis perhitungan validitas dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 15. Hasil Uji Validitas Variabel X

No	r hitung	r tabel	Status
1	-0.559	0.455	Valid
2	0.761	0.455	Valid
3	0.834	0.455	Valid
4	0.815	0.455	Valid
5	0.737	0.455	Valid
6	0.908	0.455	Valid
7	0.970	0.455	Valid
8	-0.004	0.455	Tidak Valid
9	0.890	0.455	Valid
10	0.783	0.455	Valid
11	0.683	0.455	Valid
12	0.908	0.455	Valid
13	0.860	0.455	Valid
14	0.908	0.455	Valid
15	0.879	0.455	Valid
16	0.908	0.455	Valid

17	0.551	0.455	Valid
18	0.854	0.455	Valid
19	0.970	0.455	Valid
20	0.773	0.455	Valid

Sumber: Hasil Pengolahan Data 2025

Tabel 16. Hasil Uji Validitas Variabel Y

No	r hitung	r tabel	Status
1	0.054	0.455	Tidak Valid
2	0.521	0.455	Valid
3	0.555	0.455	Valid
4	0.914	0.455	Valid
5	0.933	0.455	Valid
6	0.933	0.455	Valid
7	0.914	0.455	Valid
8	-0.047	0.455	Tidak Valid
9	0.933	0.455	Valid
10	0.856	0.455	Valid
11	-0.054	0.455	Tidak Valid
12	0.712	0.455	Valid
13	0.992	0.455	Valid
14	0.868	0.455	Valid
15	0.803	0.455	Valid
16	0.736	0.455	Valid
17	0.904	0.455	Valid
18	0.847	0.455	Valid
19	0.803	0.455	Valid
20	0.892	0.455	Valid
21	0.712	0.455	Valid
22	0.943	0.455	Valid

Sumber: Hasil Pengolahan Data 2025

3.7.2 Uji Realibilitas

Menurut Ghazali dalam (Aldo Gunawan & Sunardi, 2016) reliabilitas adalah alat untuk mengukur suatu kuisioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Sedangkan Husaini dalam (Rindiasari dkk., 2021) mengatakan reliabilitas merupakan proses pengukuran terhadap ketepatan (konsisten) dari suatu instrumen. Adapun teknik uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini ialah koefisien reliabilitas alpha cronbach (Martono, 2016), sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2 t} \right)$$

Gambar 3. Rumus Alpha Cronbach

Keterangan:

r^{11} = reliabilitas instrument

k = banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma b^2$ = jumlah varians butir

σ^2_t = varians total

Hasil uji reliabilitas diperoleh dari nilai koefisien Alpha Cronbach yang sudah dikurangi dengan butir pernyataan yang tidak valid. Untuk menguji apakah pengaruh itu reliabel, maka dasar pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas menurut (Siregar, 2014), sebagai berikut:

- a. Jika nilai Alpha Cronbach > 0.6 maka angket dinyatakan reliabel.
- b. Jika nilai Alpha Cronbach < 0.6 maka angket dinyatakan tidak reliabel.

Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Dengan pengambilan keputusan dinyatakan reliabel jika > 0.60 . Dari hasil perhitungan dengan menggunakan bantuan *SPSS* versi 25 diperoleh *Cronbach Alpha* sebesar 0.922 untuk variabel x dan 0.974 untuk variabel y. Sehingga, instrumen tersebut dinyatakan reliabel dengan kriteria reliabel sempurna.

Tabel 17. Hasil Uji Reliabilitas Variabel X

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.922	19

Tabel 18. Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.974	19

3.8. Teknik Analisis Data

Setelah data yang diperlukan penulis terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Tujuan analisis data adalah untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang informasi yang diturunkan dan dikonsolidasikan ke dalam materi keseluruhan. Untuk menyajikan data dengan singkat maka perlu untuk menemukan interval.

$$i = \frac{(NT-NR)}{K}$$

Gambar 4. Rumus Interval

Keterangan:

- NT = Nilai tertinggi
- NR = Nilai terendah
- K = Kategori
- i = Interval

3.8.1 Analisis Inferensial

a. Uji Prasyarat

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data variabel dilakukan dengan maksud apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak, pada penelitian ini pengujian dilakukan dengan menggunakan uji *kolmogrov-smirnov*. Perhitungan menggunakan *Test of Normality Kolmogrov-Smirnov* dalam program SPSS v25. Dasar pengambilan keputusan bisa dilakukan berdasarkan probabilitas, yaitu:

- a. Jika probabilitas > 0,05 maka data tersebut berdistribusi normal.
- b. Jika probabilitas > 0,05 maka data tersebut berdistribusi tidak normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel X dan variabel Y memiliki hubungan linier atau tidak. Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan test of linierity dengan bantuan program SPSS v25. Dasar pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan probabilitas sebagai berikut:

- a. Jika nilai *Sig. deviation from linearity* > 0,05 maka terdapat hubungan yang linear antara variabel x dengan variabel y.
- b. Jika nilai *Sig. deviation from linearity* ≤ 0,05 maka tidak terdapat hubungan yang linear antara variabel x dengan variabel y.

Variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linier apabila memiliki nilai sig linearity dibawah 0,05 dan nilai Sig. deviation from linearity di atas 0,05.

3.8.3 Uji Hipotesis

Analisis uji hipotesis digunakan untuk mengetahui adanya hubungan empati terhadap perilaku agresif anak usia dini, maka teknik yang digunakan dalam menganalisis uji hipotesis yaitu menggunakan uji hipotesis. Dilakukan uji hipotesis sesuai dengan hipotesis statistik yang sudah disusun peneliti. Rumus korelasi yang digunakan merupakan rumus korelasi *Pearson Product Moment*. Adapun rumus yang dilakukan adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - (\sum X)(\frac{\sum Y}{n})}{\sqrt{[\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}] [\sum y^2 - \frac{\sum Y^2}{n}]}}$$

Keterangan:

- r_{xy} = koefisien korelasi product moment
 n = jumlah subjek yang diteliti
 X = regulasi emosi

Y = perilaku empati

$\sum x$ = jumlah perkalian regulasi emosi

$\sum Y$ = jumlah perkalian perilaku empati

Dasar pengambilan keputusan dalam uji korelasi *Product Moment*, adalah sebagai berikut:

- a. Jika $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$, maka H_a diterima dan H_o ditolak, yang artinya terdapat hubungan signifikan.
- b. Jika $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$, maka H_a ditolak dan H_o diterima, yang artinya tidak ada hubungan signifikan.

Uji hipotesis dilakukan guna melihat tingkat signifikansi pengaruh antara variabel regulasi emosi (X) dan variabel perilaku empati anak usia dini (Y). Berikut tabel rumusan H_o dan H_a :

H_o = Tidak terdapat hubungan signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku empati

H_a = Terdapat hubungan signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku empati

Langkah selanjutnya peneliti mencari korelasi variabel perilaku empati dengan regulasi emosi dengan *pearson product moment*. Penelitian ini menggunakan teknik analisis memakai SPSS versi 25.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku empati pada anak usia 5–6 tahun di TK Bela Bangsa Mandiri, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan anak dalam mengatur dan mengelola emosinya tidak secara langsung berkaitan dengan kemampuan anak dalam menunjukkan empati terhadap orang lain, baik dalam bentuk tenggang rasa, menolong, membagi, maupun memahami perasaan teman.

Temuan ini menggambarkan bahwa pada masa usia dini, regulasi emosi dan empati dapat berkembang secara berdampingan, namun tidak selalu saling memengaruhi satu sama lain. Anak dapat saja menunjukkan kemampuan dalam menenangkan diri saat marah atau kecewa, namun belum tentu memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain. Sebaliknya, anak bisa saja menunjukkan perilaku empatik karena dorongan lingkungan atau pembiasaan, tetapi belum sepenuhnya mampu mengenali dan mengatur emosinya secara mandiri.

Hal ini juga memperkuat pemahaman bahwa perkembangan sosial-emosional anak usia dini masih sangat bergantung pada faktor eksternal seperti pola asuh orang tua, pengaruh guru, interaksi dengan teman sebaya, serta stimulasi lingkungan. Anak pada usia 5–6 tahun masih berada dalam tahap pembentukan karakter, di mana perilaku sosial, emosi, dan empati belum berkembang secara stabil. Oleh karena itu, tidak ditemukan hubungan yang kuat antara kedua variabel tersebut dalam penelitian ini.

Dengan demikian, hasil ini menjadi gambaran bahwa regulasi emosi bukan satu-satunya faktor yang membentuk perilaku empati pada anak usia dini, dan sebaliknya, empati anak tidak sepenuhnya bergantung pada kemampuannya dalam mengatur emosi. Penelitian ini sekaligus membuka ruang untuk kajian lanjutan dengan pendekatan yang lebih kompleks, termasuk dengan menambahkan variabel mediasi atau faktor lain seperti keterampilan sosial, kelekatan dengan orang tua, atau intensitas interaksi sosial sebagai penentu terbentuknya empati dan regulasi emosi secara keseluruhan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

a. Kepala Sekolah

Kepala sekolah diharapkan dapat memberikan dukungan penuh terhadap program pembelajaran yang menekankan pengembangan keterampilan sosial-emosional anak, termasuk regulasi emosi dan empati. Dukungan ini dapat berupa penyediaan fasilitas, pelatihan guru, serta integrasi kegiatan pengembangan karakter ke dalam kurikulum sekolah.

b. Guru

Guru diharapkan dapat mengembangkan strategi pembelajaran yang menstimulasi perkembangan regulasi emosi dan empati secara seimbang, meskipun keduanya dapat berkembang secara terpisah. Kegiatan seperti bermain peran, diskusi tentang perasaan, dan pembiasaan saling membantu dapat digunakan untuk memperkuat aspek perkembangan sosial-emosional ini.

c. Orang Tua

Orang tua disarankan untuk memberikan pembiasaan positif di rumah melalui contoh nyata perilaku empatik, seperti membantu orang lain, bersikap toleran, dan mengelola emosi dengan baik. Pola asuh yang penuh

perhatian dan konsisten akan membantu anak membentuk perilaku empatik secara alami.

d. Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji hubungan antara regulasi emosi dan perilaku empati atau variabel lain yang relevan, disarankan untuk menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan mencakup lebih dari satu lembaga PAUD atau TK. Dengan memperluas jangkauan sampel, hasil yang diperoleh akan lebih representatif dan memiliki kekuatan generalisasi yang lebih tinggi. Selain itu, variasi karakteristik lingkungan, pola asuh, dan budaya antar lembaga pendidikan juga dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai dinamika hubungan antara aspek-aspek perkembangan sosial-emosional anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alink, L. R., Cicchetti, D., Kim, J., & Rogosch, F. A. (2012). Longitudinal Associations Among Child Maltreatment, Social Functioning, and Cortisol Regulation. *Developmental Psychology*, 48(1), 224.
- Amini, M. (2014). Hakikat Anak Usia Dini Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini, 65. *repository.ut.ac.id/4697/1/PAUD4107-M1.pdf*.
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri. *Widya Warta No. 02 Tahun XXXV I/ Juli 2012 ISSN 0854-1981*, 261-262.
- Arofa, I. Z., Hudaniah, H., & Zulfiana, U. 2018. Pengaruh Perilaku Bullying terhadap Empati Ditinjau dari Tipe Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(1), 74. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i1.5435>.
- Arhami, F., & Hariyanti, D. P. D. (2023). Peran Interaksi Sosial Dalam Pengembangan Empati Anak Usia Dini. In *Seminar nasional" Transisi PAUD ke SD yang menyenangkan"*.
- Ayuni, R., Siswati, D. R., & Rusmawati, D. (2013). Pengaruh storytelling terhadap perilaku empati anak. *Jurnal Psikologi Undip*, 12(2), 81-121.
- Borba. (2008). *Membangun Kecerdasan Moral*. (Alih bahasa:Lina Jusuf). Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Coon, D. (2005). *Psychology a journey* (2nd ed.). USA: Thomson Wadsworth.
- Creswell, J. W. (2010). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Davis, M. H. 1983. A Multidimensional Approach to Individual Differences in Empathy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113–126. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113>.
- Drupadi, R. (2019). Hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial anak usia dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 2(3), 91-97.

- Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The Relation of Empathy to Prosocial and Related Behaviors. *Psychological Bulletin*, 101(1), 91–119. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.101.1.91>.
- Eisenberg, N. & Mussen, P.H. (1989). *The Roots of prosocial behavior in children*. Inggris: Cambridge University Press.
- Ellisyani, N. D., & Setiawan, K. C. (2016). Regulasi emosi pada korban bullying di SMA Muhammadiyah 2 Palembang. *Jurnal Psikologi Islami*, 2(1), 50-62.
- Fabes, R. A., & Eisenberg, N. (1998). Meta-analyses of age and sex differences in children's and adolescents' prosocial behavior. *Research Scientist Development*. 3,129.
- Febiantie, F. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Inkuiri Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V.
- Gross, J. J. (1998). *The emerging field of emotion regulation: An integrative review*. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299
- Gross, J.J. (2014). *Handbook of emotion regulation*. New York: The Guilford Press.
- Gyurak, A., Gross, J. J., dan Etkin, A. (2011). Explicit and Implicit Emotion Regulation: A Dual-Process Framework. *Cognition and Emotion*. USA: Published Psychology Press. Vol .25 No.3, 400- 412.
- Hurlock B Elizabeth B. (2000). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Ifir, Y., Ali, M., & Yuniarni, D. (2019). Peran Guru Dalam Meningkatkan Perkembangan Empati Anak Usia 4-5 Di Tk Santa Maria Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 8(9).
- Kau, M. A. (2010). Empati dan perilaku prososial pada anak. *Jurnal Inovasi*, 7(3), 1–5. <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7027>
- Lapanda, S., Sofia, A., & Drupadi, R. (2022). Hubungan Empati dengan Perilaku Prosocial Anak Usia Dini: THE RELATIONSHIP OF EMPATHY WITH THE PROSOCIAL BEHAVIOR OF EARLY CHILDREN. *Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 1-7.
- Lockwood, P.L., Cardoso, A.S., Viding, E. (2014). Emotion regulation moderates the association between empathy and prosocial behavior. *Journal Division of Psychology and Language Sciences*, 9 (5), 1.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Journal Social Development*, 16(2), 361-388.

- NAEYC. (2009). *Developmentally appropriate practice in early childhood programs serving children from birth through age 8*. United State: The National Association for the Education of Young Children.
- Nisa, N. K. (2017). Strategi Pendidikan Anak Usia Dini. 14–14. <https://news.ddtc.co.id/strategi-pendidikan-pajak-untuk-anak-usia-dini-11555>
- Nuranti, B. M. (2022). *Hubungan Pet Attachment dengan Perilaku Empati Anak Usia Dini di Kecamatan Pondok Aren* (Bachelor's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Oktasari, R. S. (2013). Pengaruh Gerak Dan Lagu Terhadap Kecerdasan Kinestetik Anak Di TK Aisyiyah 2 Plupuh Kelompok B Tahun Pelajaran 2012/2013 (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Purnomo, Sutadji, E., Utomo, W., Purnawirawan, O., Farich, R., Sulistianingsih, Fajarwati, R., Carina, A., dan Gilang, N. (2022). *Analisis Data Multivariat* (W. Nur (Ed.)). Omera Pustaka.
- Puspitasari, I., & Hidayat, M. (2023). Pengembangan alat ukur regulasi emosi pengasuhan anak usia dini berdasarkan strategi regulasi emosi j. gross. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 5(1), 42-49.
- Raihan. (2017). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Universitas Islam Jakarta.
- Ratnasari, S., & Suleeman, J. (2017). Perbedaan regulasi emosi perempuan dan laki-laki di perguruan tinggi. *Jurnal psikologi sosial*, 15(1), 35-46.
- Reivich, K. dan Shatte, A. (2002). *The Resiliency Factor : 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. New York: Three Rivers Press.
- Santrock, J.W. (2007). *Perkembangan anak (edisi ketujuh)*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, Y. (2010). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Indeks, Jakarta.
- Sumarni, A., Sofia, A., & Irzalinda, V. (2020). *Empati Anak Usia 5-6 Tahun*. 6(2),

60–67.

Susanto, A. (2021). *Pendidikan Anak Usia Dini (Konsep dan Teori)*. PT Bumi Aksara.

Suyadi. (2014). *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini*. PT Remaja Rosdakarya, Bandung.

Syahril, S. (2019). Pola Asuh Orangtua Dalam Mengembangkan Empati Anak Di Desa Tolole Kecamatan Ampibabo Kabupaten Parigi Moutong (Doctoral dissertation, IAIN Palu).

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>.

Thompson, R. A., Meyer, S. & Jochem, R. (2008). *Emotion regulation*. USA: Elsevier Inc.