

Stimulasi Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini Melalui Pendidikan Emosi

Yettie Wandansari
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Abstrak

Aspek emosi sangat penting untuk distimulasi sejak usia dini agar kecerdasan emosi anak dapat berkembang secara optimal. Melalui pengembangan kecerdasan emosi, keterampilan sosial anak akan mengalami peningkatan, demikian pula prestasi akademiknya (aspek intelektual), sehingga pada akhirnya akan mendukung kesiapan anak untuk sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pelatihan pendidikan emosi untuk meningkatkan pemahaman Bunda PAUD mengenai stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen. Subjek adalah 34 orang Bunda PAUD dari berbagai wilayah Surabaya. Hasil uji perbedaan skor *pre test* dan skor *post test* menunjukkan nilai *t* sebesar -4.359 pada $p = 0.000$. Artinya, ada perbedaan yang signifikan pada perubahan tingkat pemahaman subjek mengenai stimulasi kecerdasan emosi antara sebelum dan setelah memperoleh pelatihan. Kesimpulannya adalah pelatihan pendidikan emosi efektif untuk meningkatkan pemahaman Bunda PAUD mengenai stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini.

Kata kunci : pendidikan emosi, kecerdasan emosi, anak usia dini

Abstract

*Emotional aspect is very important to be stimulated from an early age so that the emotional intelligence of children can develop optimally. Through the development of emotional intelligence, not only the social skill of the children will increase, but also their academic achievement (intellectual aspects), which in turn will support children's school readiness. The purpose of this experimental study is to examine the effectiveness of emotional education training to increase early childhood education caregiver or Bunda PAUD's understanding of the emotional intelligence stimulation in early childhood. The subjects are 34 Bunda PAUD from some areas in Surabaya. The statistical test result of the differences between pre-test scores and post-test scores showed the *t* value of -4.359 ($p = 0.000$). That is, there is significant difference between the level of subjects's understanding of emotional intelligence stimulation in early childhood before and after receiving training. In conclusion, emotion education training is effective to improve the Bunda PAUD's understanding of the stimulation of emotional intelligence in early childhood.*

Key words : emotion education, emotional intelligence, early childhood

Salah satu bentuk layanan Program Pendidikan Anak Usia Dini atau PAUD di Surabaya adalah “Program Pos PAUD Terpadu”. Berdasarkan peraturan Walikota Surabaya (Mei, 2008), program ini mengintegrasikan 3 bentuk layanan yaitu program PAUD (program layanan bagi anak usia sejak lahir sampai 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu perkembangan jasmani dan rohani agar memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut), program Bina Keluarga Balita atau BKB (program bagi ibu untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan serta kesadaran dalam membina tumbuh-kembang balita dalam proses interaksi antara ibu-anak), dan Pos Pelayanan Terpadu atau Posyandu (layanan kesehatan yang bertujuan memberdayakan dan memberikan kemudahan pada masyarakat untuk memperoleh layanan kesehatan dan mengurangi angka kematian ibu dan bayi).

Pendidik Program Pos PAUD Terpadu adalah anggota masyarakat yang telah dipilih oleh masyarakat dan menjalankan tugasnya secara sukarela, yang disebut kader Kelompok Pos PAUD Terpadu, atau di Surabaya disebut “Bunda PAUD”. Data yang diperoleh peneliti dari *website* Balai Pengembangan Pendidikan Non Formal dan Informal (BPPNFI) menunjukkan bahwa di kota Surabaya terdapat 775 Pos PAUD dengan 5.116 Bunda PAUD yang berasal dari berbagai latar belakang sosial dan pendidikan.

Untuk menjalankan tugasnya di Pos PAUD Terpadu, para kader PAUD atau biasa disebut Bunda PAUD memperoleh pelatihan yang dikoordinir di tingkat kota, kecamatan, maupun kelurahan. Beberapa materi yang pernah diberikan pada Bunda PAUD untuk meningkatkan kompetensinya adalah psikologi anak, metode pengajaran, mendongeng, dan alat permainan edukatif (www.bppnfi-reg4.net, 10 Juli 2010). Para Bunda PAUD bekerja secara sukarela (tanpa insentif atau gaji), namun mereka menunjukkan komitmen yang tinggi dalam menjalankan tugasnya dan memiliki keinginan dan semangat untuk belajar. Keterbatasan anggaran operasional Pos PAUD dan latar belakang sosial-pendidikan yang beragam tampak tidak menghalangi mereka untuk tetap memberikan layanan pada anak usia dini yang datang di Pos PAUD mereka. Hal ini merupakan sisi positif dari keberadaan para Bunda PAUD yang perlu diapresiasi dan didukung, mengingat posisi mereka sebagai *frontliners* yang memiliki akses langsung untuk menstimulasi perkembangan anak usia dini sampai tingkat RT/RW.

Untuk lebih mengoptimalkan peran para Bunda PAUD dalam memberikan layanan pada anak usia dini, maka pengetahuan dan keterampilan stimulasi pada berbagai aspek perkembangan anak usia dini yang telah dipelajari para Bunda PAUD perlu dilengkapi dengan pengetahuan dan keterampilan stimulasi pada aspek emosi, khususnya kecerdasan emosi. Aspek ini penting dikembangkan mengingat ketentuan dari pemerintah bahwa muatan kurikulum PAUD perlu ditekankan pada seluruh aspek kecerdasan termasuk kecerdasan emosi (www.depdiknas.go.id, 2005).

Kecerdasan emosi menurut Goleman (1995) mencakup kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Goleman (1995) menguraikan bahwa orang yang cerdas emosi mau dan mampu bekerjasama dengan orang lain, berempati, bertenggangrasa, mampu mengatasi emosi negatif secara wajar, dan mampu membina relasi sosial yang baik. Sebaliknya, orang yang kurang terampil secara emosional lebih mudah kacau ketika menghadapi stres, penakut, menanggapi kekecewaan kecil secara berlebihan dan dengan amarah, sulit menunda pe-

muasan, terlampaui peka terhadap kritik, penuh curiga, sehingga cenderung mengalami kesulitan saat berhubungan dengan orang lain.

Sejumlah hasil penelitian mendukung pendapat Goleman tersebut, diantaranya adalah bahwa kecerdasan emosi, khususnya kemampuan mengelola emosi, berkorelasi positif dengan kualitas interaksi sosial (Lopez dkk., 2004). Brackett dkk. (2007) melaporkan pula bahwa keterampilan yang diperoleh dari pelatihan kecerdasan emosi mempengaruhi secara positif prestasi akademik, perilaku di kelas, interaksi sosial, kepercayaan diri, serta kesehatan fisik dan mental. Sejumlah penelitian juga menunjukkan bahwa tingginya skor kecerdasan emosi berkorelasi dengan adaptasi sosial, termasuk perilaku prososial pada anak, empati yang lebih tinggi, dan lebih sedikit interaksi negatif dengan teman sebaya (Lopez dkk., 2004). Anak yang mampu mengekspresikan emosinya secara efektif baik secara verbal maupun non-verbal cenderung adaptif terhadap norma sosial saat mengkomunikasikan perasaan mereka, sehingga mereka memperoleh dukungan dari guru maupun teman dan merasa lebih nyaman di sekolah (Brackett & Katulak, 2006).

Sebaliknya, rendahnya kecerdasan emosi berkorelasi dengan perilaku menyimpang dan relasi yang buruk dengan orang lain (Brackett, dkk, 2004). Ketidakmampuan untuk menilai ekspresi emosi pada orang lain terkait langsung dengan kekerasan dan agresi pada anak, karena anak yang agresif terlalu peka dalam mempersepsi emosi negatif orang lain dibandingkan dengan anak yang tidak agresif (Brackett & Katulak, 2006).

Dengan demikian, aspek emosi pada anak sangat penting untuk dikembangkan secara optimal. Melalui pengembangan kecerdasan emosi, keterampilan sosial anak juga akan mengalami peningkatan, demikian pula prestasi akademiknya (aspek intelektual). Hal ini terjadi karena emosi mendorong terjadinya atensi, yang selanjutnya berdampak pada proses belajar, memori, dan perilaku (Brackett & Katulak, 2006).

Berbeda dengan kecerdasan intelektual yang bersifat menetap dan relatif sulit berubah, kecerdasan emosi merupakan keterampilan yang dapat dipelajari melalui latihan (Grewal, Brackett, & Salovey, 2006). Keterampilan ini pada dasarnya dapat diperkenalkan pada anak sejak usia dini, terlebih karena masa perkembangan otak yang paling optimal terjadi pada tahap usia ini. Dalam konteks inilah Bunda PAUD memegang peran penting.

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah pelatihan pendidikan emosi efektif untuk meningkatkan pemahaman Bunda PAUD mengenai stimulasi kecerdasan emosi anak usia dini?”

Karakteristik Anak Usia Dini

Menurut Hurlock (1994), masa awal kanak-kanak diidentikkan dengan beberapa aktivitas, seperti usia bermain, usia menjelajah, usia bertanya, usia meniru, dan usia kreatif. Usia ini disebut usia bermain karena anak menghabiskan sebagian besar waktu mereka untuk bermain. Melalui bermain, anak belajar memahami dan menguasai lingkungan, sehingga usia ini juga disebut usia menjelajah. Salah satu cara anak menjelajahi lingkungan adalah dengan bertanya, sehingga usia ini juga disebut usia bertanya. Selain bertanya, perilaku yang menonjol dari usia ini adalah meniru pembicaraan dan perilaku orang lain, sehingga periode ini juga disebut usia meniru. Pada usia awal kanak-kanak ini kreativitas dalam bermain sangat menonjol, sehingga disebut sebagai usia kreatif.

Lebih khusus, Hurlock (1995) menjelaskan karakteristik perkembangan kemampuan berbicara, emosi dan sosial pada usia awal kanak-kanak, yang akan diuraikan sebagai berikut.

Pertama, dalam hal kemampuan berbicara, pada usia ini anak mengalami kemajuan dalam memahami apa yang dikatakan orang lain dan mampu berbicara sehingga dapat dimengerti orang lain. Isi pembicaraan cenderung bersifat egosentris dan terutama menyangkut dirinya sendiri dan aktivitasnya. Kedua, dalam hal emosi, selama masa awal kanak-kanak emosi anak sangat kuat, mudah terbawa ledakan-ledakan emosional yang lebih banyak disebabkan oleh masalah psikologis daripada masalah fisik. Mereka mengalami hampir semua jenis emosi yang secara alami dialami orang dewasa (marah, takut, cemburu, ingin tahu, iri, gembira, sedih, sayang), tetapi rangsangan yang membangkitkan emosi dan cara anak mengungkapkan emosinya sangat berbeda (Hurlock, 1995). Ketiga, pada aspek sosial, anak belajar bersosialisasi guna mempersiapkan diri untuk menjadi anggota kelompok pada usia akhir masa kanak-kanak. Biasanya pola sosialisasi anak terlihat dari tipe anak bermain, yaitu *parallel play*, *assosiative play*, dan *cooperative play* (Hurlock, 1995). Keempat, dari segi kognitif, Piaget (dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2001) menyatakan bahwa anak usia 2-7 tahun berada pada tahap berpikir pra-operasional. Tahap ini ditandai dengan kemampuan anak untuk berpikir simbolik tetapi belum cukup logis.

Menurut Crowther (2005), terdapat 12 prinsip dalam pendidikan anak usia dini yang disebut sebagai praktek yang sesuai dengan perkembangan anak (*developmentally appropriate practices*) sebagai berikut:

1. Perkembangan fisik, sosial, emosional, dan kognitif pada anak saling terkait.
2. Urutan perkembangan anak dapat diprediksikan.
3. Tidak semua anak berkembang pada kecepatan yang sama.
4. Kurangnya pengalaman pada usia dini anak menimbulkan keterlambatan perkembangan pada usia berikutnya.
5. Perkembangan anak dapat diprediksikan.
6. Perkembangan dan proses belajar dipengaruhi oleh konteks sosial-kultural.
7. Anak menciptakan pemahaman mereka melalui beragam pengalaman fisik, sosial, dan kultural.
8. Perkembangan merupakan kombinasi interaksi herediter dan lingkungan.
9. Sarana belajar terbaik bagi anak adalah melalui bermain.
10. Anak perlu mempraktekkan keterampilan baru dan ditantang untuk mencoba keterampilan baru lainnya.
11. Dengan caranya sendiri, anak menunjukkan apa yang telah mereka pelajari dan bagaimana mereka belajar.
12. Lingkungan terbaik bagi anak untuk belajar adalah lingkungan yang aman, menghargai anak, memenuhi kebutuhan fisik anak, dan memberi perasaan aman pada anak.

Kecerdasan Emosi

Istilah kecerdasan emosi digunakan pertama kali oleh Salovey dan Mayer pada tahun 1986 dan didefinisikan sebagai "*the ability to monitor one's own and others' feelings, to discriminate among them, dan to use this information to guide one's thinking and action*" (Grewal & Salovey, 2005:131). Salovey & Mayer (dalam Grewal & Salovey, 2005:131) mengajukan *four-branch model of emotional intelligence* yang terdiri atas a) kemampuan untuk mempersepsi emosi secara akurat; b) kemampuan untuk menggunakan emosi untuk memfasilitasi pemikiran dan penalaran; c) kemampuan untuk memahami emosi, khususnya bahasa emosi; dan d) kemampuan untuk mengelola emosi diri sendiri dan orang lain.

Grewal, Brackett, dan Salovey (2006) menjelaskan pengertian masing-masing bidang keterampilan tersebut sebagai berikut. Pertama, kemampuan mempersepsi emosi secara akurat adalah kemampuan untuk mendeteksi dan secara akurat mengidentifikasi emosi pada wajah, suara, gambar, musik, dan cerita. Keterampilan ini merupakan keterampilan dasar yang memungkinkan terjadinya pemrosesan informasi emosional. Kedua, kemampuan untuk menggunakan emosi untuk memfasilitasi pemikiran dan penalaran, yang dilandasi temuan penelitian bahwa emosi dapat menjalankan peran adaptif dalam berbagai proses kognitif yang penting, misalnya membantu seseorang untuk terfokus pada informasi penting saat memecahkan masalah dan menghasilkan solusi kreatif. Ketiga, kemampuan untuk memahami emosi adalah kemampuan untuk memberi label secara linguistik terhadap emosi dan memahami keterkaitan antar emosi. Kemampuan ini terkait dengan pengetahuan individu mengenai emosi dan kemampuan menggunakan terminologi emosi. Keempat, kemampuan untuk mengelola emosi diri sendiri dan emosi orang lain, termasuk kemampuan untuk meningkatkan emosi negatif atau menurunkan emosi positif sesuai konteks.

Pendidikan Emosi Untuk Menstimulasi Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini

Program latihan bagi anak usia dini perlu disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Dalam hal ini, 12 prinsip dalam pendidikan anak usia dini yang disebut Crowther (2005) sebagai praktek yang sesuai dengan perkembangan anak (*developmentally appropriate practices*) dapat digunakan sebagai acuan. Pendidikan emosi bagi anak usia dini dalam penelitian ini adalah program yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan anak usia dini dalam memonitor perasaan diri dan orang lain, membedakan emosi yang dirasakan, dan menggunakannya untuk memandu pikiran dan perilaku, dengan mengacu pada prinsip-prinsip yang sesuai dengan perkembangan anak dan *four-branch model of emotional intelligence* dari Salovey & Mayer (dalam Grewal & Salovey, 2005:131).

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen *one group pre-test-post-test design*. Materi pelatihan disusun dengan mengacu pada teori kecerdasan emosi serta referensi utama dari Brackett & Katulak (2006) dan Brackett et.al. (2006). Materi pelatihan mencakup empat tema, yaitu 1) perkembangan emosi pada anak usia dini, 2) kecerdasan emosi, 3) pentingnya kecerdasan emosi pada Bunda PAUD, dan 4) stimulasi kecerdasan emosi anak usia dini.

Subjek penelitian adalah para Bunda PAUD di wilayah Surabaya. Mengingat banyaknya jumlah Bunda PAUD di seluruh wilayah Surabaya, maka peneliti bekerjasama dengan Ketua PKK Kota Surabaya yang membawahi para Bunda PAUD di wilayah Surabaya.

Subjek diberi *pre-test* sebelum sesi pertama pelatihan dimulai, untuk mengukur seberapa jauh pemahaman awal subjek mengenai stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini. Setelah semua sesi pelatihan diberikan, subjek diminta mengisi soal-soal *post-test* dengan materi yang sama dengan materi *pre-test*. Aspek yang dinilai dalam *pre-test* dan *post-test* terdiri atas 1) perkembangan emosi pada anak usia dini, 2) kecerdasan emosi, 3) pentingnya kecerdasan emosi pada Bunda PAUD, dan 4) stimulasi kecerdasan emosi anak usia dini melalui pendidikan emosi. Teknik statistik yang akan digunakan untuk menguji signifikansi perbedaan skor *pre-test* dan skor *post-test* adalah teknik statistik parametrik *t-test* sampel independen, yang diolah dengan program *SPSS 12.0 for windows*. Di akhir pelatihan, subjek

juga diminta mengisi lembar senerai untuk mengevaluasi kegiatan. Aspek yang dievaluasi adalah materi pelatihan, saran-saran perbaikan, dan rencana subjek selanjutnya.

Hasil dan Pembahasan

Pelatihan yang diberikan mencakup 5 sesi, yaitu 1) perkembangan emosi pada anak usia dini, 2) kecerdasan emosi, 3) pentingnya kecerdasan emosi pada Bunda PAUD, 4) stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini melalui pendidikan emosi, 5) merancang aktivitas untuk menstimulasi kecerdasan emosi anak usia dini.

Sesi 1 yaitu perkembangan emosi pada anak usia dini disampaikan sekitar 30 menit dengan tayangan video mengenai perkembangan emosi pada anak. Sesi 2 yaitu kecerdasan emosi dan sesi 3 yaitu pentingnya kecerdasan emosi pada Bunda PAUD disampaikan dengan metode ceramah dan tayangan *slides power point* selama 45 menit, diselingi tanya jawab interaktif dengan subjek pelatihan.

Setelah istirahat, pada sesi 4 yaitu stimulasi kecerdasan emosi anak usia dini melalui pendidikan emosi, peneliti memandu subjek untuk mengenal dan memahami lima aspek pendidikan emosi untuk anak, yaitu mengenali emosi, memahami peristiwa yang memunculkan emosi, memberi nama emosi, mengungkapkan emosi, dan mengelola emosi. Konsep tersebut diadaptasi peneliti dari referensi Bracket et al. (2006). Peneliti dibantu 4 asisten menggunakan alat-alat peraga yang dikembangkan peneliti pada tahun 2010 untuk meningkatkan pemahaman anak TK tentang pengelolaan emosi (Wandansari, 2010). Alat peraga dibuat dari bahan-bahan yang murah dan mudah diperoleh, serta memanfaatkan bahan bekas seperti majalah atau koran bekas. Sesi keempat ini berlangsung sekitar 30 menit.

Sesi 5 adalah merancang aktivitas untuk menstimulasi kecerdasan emosi anak usia dini. Subjek diminta berkelompok (3-5 orang) untuk berkreasi menciptakan sebuah aktivitas untuk memperkenalkan salah satu dari lima aspek pendidikan emosi yang sudah dibahas. Waktu yang disediakan adalah 45 menit. Peneliti dan asisten menyediakan kertas karton putih, krayon, gunting, lem, dan majalah bekas untuk masing-masing kelompok. Pada sesi 6, setiap kelompok mempresentasikan secara singkat hasil karyanya di depan subjek lain. Peneliti memberi umpan balik terkait dengan kreasi yang dibuat masing-masing kelompok.

Terdapat variasi pada tingkat pendidikan subjek, mulai SMP hingga S1. Sebagian subjek (59%) berlatarbelakang pendidikan SMA, dan sebagian kecil subjek berlatarbelakang pendidikan S1 (22%), SMP (9%), D3 (6%), dan D1 (3%).

Rentang usia subjek juga bervariasi, dimulai dari usia <25 tahun hingga >60 tahun. Mayoritas subjek (60%) berusia antara 41-50 tahun. Sedangkan sisanya tersebar pada usia 25-30 tahun (11%), usia 31-40 tahun (11%), usia 51-60 tahun (9%), usia di atas 60 tahun (6%), dan usia di bawah 25 tahun (3%).

Variasi juga dapat dilihat pada masa kerja subjek sebagai Bunda PAUD. Rentang masa kerja subjek dimulai dari <1 tahun hingga 6 tahun. Jumlah terbanyak (24%) adalah subjek dengan masa kerja 3 tahun. Selanjutnya adalah subjek dengan masa kerja 4 tahun (21%), 5 tahun (18%), 2 tahun (12%), 6 tahun (6%), 1 tahun (6%), dan kurang dari 1 tahun (6%).

Beberapa tema pelatihan tentang anak usia dini yang pernah diperoleh sebagian besar subjek adalah materi tumbuh kembang anak, BCCT, metode Kubaca, dan *parenting*. Sedangkan masalah emosi pada anak yang sering ditemui subjek di tempat PAUD adalah anak berebut mainan, sulit berpisah dengan orang tua, mudah marah, dan sering menangis.

Uji validitas tes pemahaman subjek dilakukan dengan melihat nilai p (indeks kesukaran aitem), nilai d (indeks daya diskriminasi aitem), dan efektivitas distraktor dari setiap aitem. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 14 aitem yang disusun, aitem yang valid berjumlah 8 aitem.

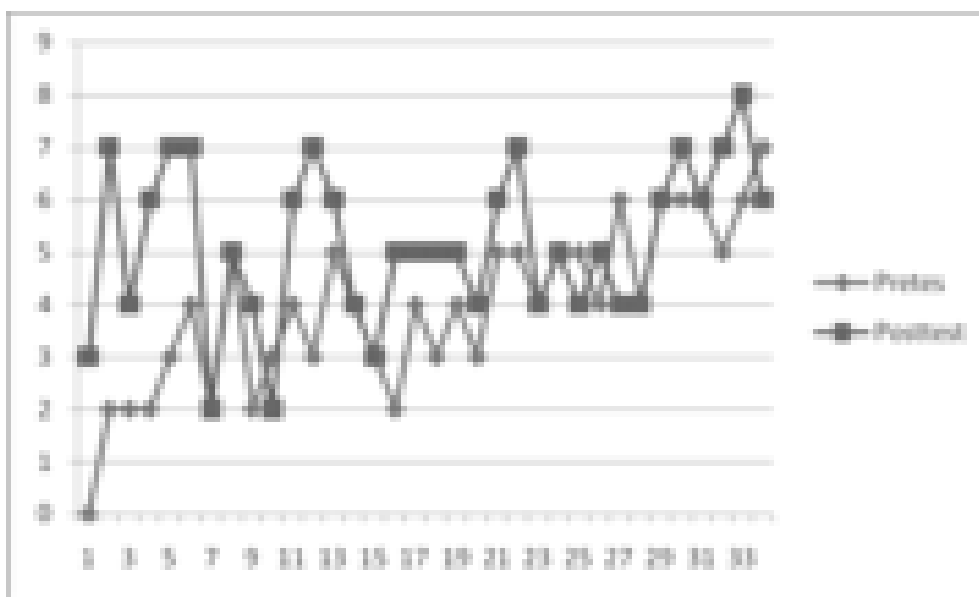
Skor yang diperoleh masing-masing subjek pada *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Tabel 1. Pada tabel tersebut dapat diketahui bahwa rentang skor *pre-test* subjek mulai dari 0 sampai 7, sedangkan rentang skor *post-test* subjek adalah dari 2 sampai 8. Perubahan dari skor *pre-test* ke skor *post-test* pada mayoritas subjek bersifat positif atau menunjukkan kenaikan skor beberapa poin, namun terdapat 9 subjek tidak mengalami perubahan skor dan 4 subjek menunjukkan penurunan skor.

Tabel 1. Skor Pre-test, Skor Post-test, dan Gainscore Subjek

No.	No Subjek	Skor Pretest	Skor Posttest	Gain score
1	3	0	3	3
2	5	2	7	5
3	7	2	4	2
4	23	2	6	4
5	8	3	7	4
6	18	4	7	3
7	33	2	2	0
8	2	5	5	0
9	9	2	4	2
10	10	3	2	-1
11	13	4	6	2
12	17	3	7	4
13	20	5	6	1
14	22	4	4	0
15	24	3	3	0
16	25	2	5	3
17	27	4	5	1
18	28	3	5	2
19	29	4	5	1
20	32	3	4	1
21	1	5	6	1
22	6	5	7	2
23	11	4	4	0
24	30	5	5	0
25	31	5	4	-1

26	34	4	5	1
27	12	6	4	-2
28	14	4	4	0
29	15	6	6	0
30	16	6	7	1
31	19	6	6	0
32	4	5	7	2
33	21	6	8	2
34	26	7	6	-1

Perubahan pada pemahaman subjek setelah pelatihan, yang dapat diketahui dari perubahan pada skor *post-test*, menunjukkan bahwa mayoritas subjek menunjukkan peningkatan skor *post-test*. Akan tetapi, ada beberapa subjek yang setelah memperoleh pelatihan tidak mengalami peningkatan skor, dan ada pula yang skornya mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 1. berikut ini.



Gambar 1. Perubahan Skor Pretest dan Skor Posttest Subjek

Berdasarkan hasil perhitungan mean skor subjek, nilai mean skor *pre-test* seluruh subjek adalah 3,94. Nilai mean skor *post-test* seluruh subjek adalah 5,18. Artinya, setelah memperoleh pelatihan, secara umum terjadi peningkatan pemahaman subjek mengenai stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini.

Selanjutnya, dilakukan penghitungan frekuensi skor *pre-test* dan skor *post-test*, dan dibuat kategorisasi tingkat pemahaman subjek yang dapat dilihat pada Tabel 2 berikut ini.

Tabel 2. Tabel Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman Subjek tentang Stimulasi Kecerdasan Emosi Pada Anak Usia Dini

Kategori	Batas nilai	Skor Pre-test		Skor Post-test	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Sangat Tinggi	$X > 6,0$	1	2,94%	8	23,53%
Tinggi	$4,7 < X < 6,0$	12	35,29%	14	41,18%
Sedang	$3,3 < X < 4,7$	8	23,53%	8	23,53%
Rendah	$2,0 < X < 3,3$	12	35,29%	4	11,76%
Sangat Rendah	$X < 2,0$	1	2,94%	0	0,00%
Total		34	100%	34	100%

Berdasarkan data pada Tabel 2. tersebut, dapat diketahui bahwa setelah memperoleh pelatihan, terjadi kenaikan jumlah subjek yang menunjukkan tingkat pemahaman kategori sangat tinggi, yaitu dari 3% menjadi 24%. Kenaikan juga terjadi pada jumlah subjek yang menunjukkan tingkat pemahaman kategori tinggi, yaitu dari 35% menjadi 41%. Untuk jumlah subjek yang menunjukkan tingkat pemahaman yang sedang, tidak terjadi perubahan skor setelah memperoleh pelatihan. Hal sebaliknya terjadi pada jumlah subjek yang menunjukkan tingkat pemahaman rendah, yaitu terjadi penurunan dari 35% menjadi 18%. Demikian pula pada tingkat pemahaman kategori sangat rendah, terjadi penurunan yaitu dari 3% menjadi 0%.

Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov Test menunjukkan nilai $p = 0,138$ ($p > 0,05$) untuk skor *pre-test*, dan nilai $p = 0,063$ ($p > 0,05$) untuk skor *post-test*. Dengan demikian data skor *pre-test* maupun *post-test* berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas Levene Test menunjukkan nilai $F = 0,001$ pada $p = 0,974$ ($p > 0,05$), yang berarti data memenuhi asumsi homogenitas, atau data berasal dari populasi dengan varian yang homogen. Oleh karena itu, analisa selanjutnya menggunakan statistik parametrik, yaitu *t-test paired samples test*.

Hasil uji perbedaan *t-test* menunjukkan nilai $t = -4,359$ pada $p = 0,000$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara tingkat pemahaman subjek tentang stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini sebelum dan sesudah pelatihan. Dengan kata lain, pelatihan pendidikan emosi efektif untuk meningkatkan pemahaman subjek mengenai stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini.

Selain hasil uji statistik tersebut, efektivitas pelatihan juga dapat dilihat dari hasil evaluasi subjek. Evaluasi subjek untuk pertanyaan pertama yaitu "Apakah materi pelatihan penting untuk Bunda PAUD?" menunjukkan bahwa mayoritas subjek menilai materi pelatihan yang telah diberikan merupakan materi yang penting dan sangat penting bagi Bunda PAUD. Rincian hasilnya dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Jawaban Subjek Mengenai Penting-tidaknya Materi Pelatihan untuk Bunda PAUD

Materi	Penilaian			
	Tidak penting	Cukup penting	Penting	Sangat penting
Perkembangan emosi pada anak usia dini	0 org	2 org	11 org	21 org
Teori kecerdasan emosi	1 org	2 org	11 org	16 org
Peran guru yang cerdas emosi	2 org	3 org	9 org	16 org
Stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini	0 org	3 org	9 org	19 org

Evaluasi subjek untuk pertanyaan kedua yaitu “setelah mengikuti pelatihan ini, apakah Anda berniat untuk melaksanakannya di PAUD tempat Bunda bekerja?”, hasilnya adalah semua subjek menyatakan berencana untuk melaksanakan stimulasi kecerdasan emosi untuk anak usia dini di tempat PAUD mereka masing-masing. Alasan subjek untuk melaksanakan hasil pelatihan dapat dikategorikan menjadi 2 tema umum, yaitu 1) untuk membantu perkembangan kecerdasan emosi anak melalui kegiatan di PAUD, dan 2) untuk mengatasi masalah emosi pada anak.

Beberapa saran subjek untuk pelatihan adalah 1) pelatihan perlu diadakan lebih sering, 2) diadakan lagi sampai tingkat kecamatan, 3) diadakan secara berkelanjutan atau berkesinambungan, 4) diadakan berkala dengan tema berbeda, 5) saran-saran teknis (misalnya metode penyampaian dengan permainan edukatif).

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan penelitian ini adalah pelatihan pendidikan emosi efektif untuk meningkatkan pemahaman Bunda PAUD mengenai stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini. Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah 1) bagi subjek pelatihan disarankan untuk menerapkan hasil pelatihan di PAUD masing-masing sehingga perkembangan anak-anak di usia dini dapat berkembang lebih optimal dan proses belajar-mengajar di kelas dapat berjalan dengan lebih kondusif; 2) bagi Ketua PKK Kota Surabaya yang mengkoordinir para Bunda PAUD dapat disarankan untuk memberikan dukungan kepada para Bunda PAUD dalam melaksanakan pendidikan emosi di wilayahnya, misalnya melalui penyediaan sarana, peningkatan keterampilan dan wawasan para Bunda PAUD di bidang pendidikan emosi, sosialisasi kepada orang tua mengenai manfaat dan pentingnya kecerdasan emosi bagi anak, dan lain-lain; c) bagi peminat dan pemerhati stimulasi kecerdasan emosi pada anak usia dini, disarankan untuk secara konkret melakukan upaya pengembangan metode pendidikan emosi yang mudah diterapkan dan hemat biaya, pengembangan modul-modul *workshop* untuk meningkatkan *skill* para *frontliners* PAUD dalam mengimplementasikan stimulasi kecerdasan emosi untuk anak usia dini, serta pengembangan program kerjasama atau kemitraan dengan berbagai pihak, baik pemerintah, swasta, akademisi, dan media massa untuk mengkampanyekan pentingnya *emotional literacy* sejak usia dini.

Daftar Pustaka

- Brackett, M.A., Mayer, J.D., & Warner, R.M. (2004). Emotional intelligence and its relation to everyday behavior. *Personality and Individual Differences*, 36, 1387-1402.
- Brackett, M.A., & Katulak, N.A. (2006). Emotional intelligence in the classroom: Skill-based training for teachers dan students. In J. Ciarrochi & J.D. Mayer (Eds.). *Improving emotional intelligence: A practitioners guide*. New York: Psychology Press/Taylor & Francis.
- Brackett, M.A., Alster, B., Wolfe, C.J., Katulak, N.A., & Fale, E. (2007). Creating an emotionally intelligent school district: A skills-based approach. In R. Bar-On, J.G. Maree, & M.J. Elias (Eds). *Educating people to be emotionally intelligent*. Westport: Praeger Publishers.
- Crowther, I. (2005). *Introduction to early childhood education, A Canadian perspective*. Canada: Thomson Canada Limited.
- Goleman, D. (1995). *Kecerdasan Emosional*. Alih bahasa: T. Hermaya. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Grewal, D., & Salovey, P. (2005). Feeling smart: The science of emotional intelligence. *American Scientist*, 93.
- Grewal, D., Brackett, M.A., & Salovey, P. (2006). Emotional intelligence and the self-regulation of affect. In D.K. Snyder, J.A. Simpson, & J.N. Hughes (Eds.). *Emotion regulation in couples and families*. Washington DC: American Psychological Association.
- Hurlock, E.B. (1994). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa: Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Lopes, P.N., Brackett, M.A., Nezlek, J.B., Schutz, A., Sellin, I., & Salovey, P. (2004). Emotional intelligence and social interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1018-1034.
- Lopes, P.N., Salovey, P., Cote, S., & Beers, M. (2005). Emotion regulation ability and the quality of social interaction. *Emotion*, 5, 113-118.
- Marquez, P.G., Martin, R.P., & Brackett, M.A. (2006). Relating emotional intelligence to social competence and academic achievement in high school students. *Psichotema*, 18, 118-123.
- Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso, D.R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15 (3), 197-215.
- Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso, D.R. (2004). A further consideration of the issues of emotional intelligence. *Psychological Inquiry*, 15, 249-255.
- McManus, M. (2001). A comprehensive literature review and critique on emotional intelligence as a conceptual framework for school counselors. *Research paper*. University of Wisconsin-Stout.
- n.n. (2005). *Rencana Pembangunan Pendidikan Nasional Jangka Menengah 2005-2009*. Retrieved on November 2, 2009 from www.depdiknas.go.id.
- n.n. (2007). *Layanan PAUD belum optimal*. Retrieved on November 2, 2009 from www.pnfi.depdiknas.go.id.
- n.n. (2008). *Standar Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal*. Retrieved on November 2, 2009 from www.depdiknas.go.id.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. (2001). *Human Development*. New York: McGraw-Hill.

- Reesa, S. (2004). Understanding children's feelings: Emotional literacy in early childhood, *Research in Practice Series. Vol.11, No.4*. Australia: Publication Section, Early Childhood Australia.
- Salovey, P., & Grewal, D. (2005). The science of emotional intelligence. *Current Directions in Psychological Science, American Psychological Society, 14* (6), 281-285.
- Salovey, P. (2006). Applied emotional intelligence: Regulating emotions to become healthy, wealthy, and wise. In J. Ciarrochi, J.P. Forgas & J.D. Mayer (Eds.) *Emotional intelligence in everyday life. 2nd ed.* New York: Psychology Press.
- Wandansari, Y. (2010). Efektivitas pelatihan pendidikan emosi untuk meningkatkan pemahaman siswa TK tentang pengelolaan emosi. *Laporan Penelitian*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.