



JURNAL PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

Halaman Jurnal: <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/juridikbud>

Halaman UTAMA Jurnal : <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php>

MELATIH REGULASI EMOSI PADA ANAK PRA SEKOLAH DENGAN BERMAIN: LITERATURE REVIEW

Desi Sukma Puspita Sari

Magister Psikologi, dsee.affandi@gmail.com, Universitas Muhammadiyah Malang

ABSTRAK

Regulasi emosi berperan untuk memodulasi ekspresi emosi (positif dan negatif) dalam berinteraksi dengan orang lain sesuai dengan aturan sosial. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik mampu untuk melihat, mengevaluasi, memodifikasi reaksi emosional, mampu meredakan dan mengatur timbulnya emosi yang negatif. Pada anak usia prasekolah kemampuan regulasi emosi sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya, yakni lingkungan rumah dan sekolah. Salah satu metode untuk melatih regulasi emosi anak prasekolah adalah dengan bermain. Penulisan ini, bersifat library research (penelitian pustaka) yang disajikan secara deskriptif melalui beberapa literatur yang relevan dengan tulisan ini. Hasil review ada beberapa metode yang digunakan untuk melatih regulasi emosi pada anak usia prasekolah.

Kata kunci : *Regulasi emosi, anak prasekolah*

Abstract

Emotion regulation plays a role in modulating the expression of emotions (positive and negative) in interacting with others according to social rules. Individuals who have good emotional regulation skills are able to see, evaluate, modify emotional reactions, are able to relieve and regulate the emergence of negative emotions. In preschoolers, the ability to regulate emotions is strongly influenced by the surrounding environment, namely the home and school environment. One method to train preschool children's emotional regulation is by playing. This writing is library research which is presented descriptively through several relevant literatures. The results of the review show that there are several methods used to train emotion regulation in preschoolers.

Keywords: Emotion regulation, preschooler

1. PENDAHULUAN

Regulasi emosi berperan untuk memodulasi ekspresi emosi (positif dan negatif) dalam berinteraksi dengan orang lain sesuai dengan aturan sosial (Whitebread & Basilio, 2012). Pada anak, regulasi emosi digambarkan sebagai kemampuan dalam mengenali emosi diri sendiri dan orang lain serta kemampuan mengkomunikasikan perasaannya (Papalia & Martorell, 2014). Pada usia prasekolah, regulasi emosi merupakan aspek penting dari perkembangan sosial dan kognitif anak (Zuddas, 2012).

Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik mampu untuk melihat, mengevaluasi, memodifikasi reaksi emosional, mampu meredakan dan mengatur timbulnya emosi yang negatif. Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa ketidakmampuan untuk meregulasi emosi merupakan faktor risiko penting dalam pembentukan perilaku agresif (Roll, Koglin, Petermann, 2012). Pengekspresian emosi, baik negatif ataupun positif, merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat. Apabila pengekspresian emosi tersebut tidak dilakukan dengan tepat yang terjadi justru menimbulkan masalah yang tidak diinginkan.

Regulasi emosi anak adalah kemampuan yang dimiliki anak untuk mengatur, mengevaluasi, memodifikasi dan dapat mengkomunikasikan perasaan emosional dengan tepat, dimana terdapat proses intrinsik dan ekstrinsik yang mendasarinya.

Menurut Haryadi & Fardah (2015) aspek – aspek dari regulasi emosi yaitu *Pemilihan situasi* adalah tindakan menghindari atau mendekati objek tertentu untuk mempengaruhi emosi. *Modifikasi situasi* adalah mengubah atau memodifikasi situasi (lingkungan eksternal) untuk mengubah pengaruh emosi. *Penyebaran perhatian* yaitu perhatian terhadap situasi yang mempengaruhi emosi dimana individu menyadari dan

memahami keseluruhan proses yang terjadi didalam dirinya, perasaanya, pikirannya dan latar belakang tindakannya sehingga tunadaksa mampu melakukan fokus terhadap hal-hal yang menyenangkan. *Perubahan kognisi* yaitu mengubah cara berpikir tentang situasi atau kemampuan dalam mengatur emosi yang dilakukan dengan pemaknaan terhadap situasi tersebut yang dilanjutkan dengan pemilihan makna. *Modulasi respon* merupakan tindakan mengubah respon yang sebelumnya akan dilakukan terhadap situasi yang terjadi dengan suatu respon baru.

Masa anak prasekolah merupakan peristiwa penting bagi kehidupan setiap anak karena hal ini akan mulai terbentuk pada sikap, nilai dan perilaku mereka. Guru sebagai bagian dari mikrosistem anak usia prasekolah memiliki tugas untuk memfasilitasi pengembangan potensi peserta didik untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimiliki (Kemendikbud, 2007) termasuk didalamnya kemampuan regulasi emosi (Panfile and Laible 2012). Pengembangan potensi anak diberikan melalui kegiatan belajar mengajar yang mengacu pada kurikulum pembelajaran. Pada anak pra sekolah, tidak sedikit permasalahan yang muncul. Sebagian besar dari permasalahan tersebut sering berpengaruh terhadap perasaan mereka. Perasaan ini muncul akibat dari adanya penolakan atau penerimaan seseorang terhadap suatu kejadian yang pada akhirnya menimbulkan respon berupa perilaku yang menjauh atau sebaliknya.

Pada usia prasekolah, regulasi emosi merupakan aspek penting dari perkembangan sosial dan kognitif anak (Zuddas, 2012). Keterampilan regulasi emosi yang rendah cenderung membuat anak menunjukkan perilaku yang kurang baik sehingga mempengaruhi kemampuan adaptasinya di sekolah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang mampu meregulasi emosi memiliki keunggulan intelektual seperti keterampilan memecahkan masalah dibandingkan dengan anak yang mengalami satu emosi yang terus menerus menarik perhatiannya (Davis & Jevine, 2012; Zuddas 2012). Pada anak, regulasi emosi digambarkan sebagai kemampuan dalam mengenali emosi diri sendiri dan orang lain serta kemampuan mengkomunikasikan perasaannya (Papalia & Martorell, 2014). Kim-Spoon, Cicchetti, & Rogosch (2013) mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan untuk menurunkan, menjaga atau meningkatkan dorongan emosi seseorang serta memiliki peranan yang mendasar pada perkembangan afeksi, sosial dan emosi.

Bermain adalah suatu karakteristik penting dari perilaku anak-anak (Fromberg & Bergen, 2006; Mayall, 2002) sekaligus sebagai alat pembelajaran alami bagi mereka (Anning & Edwards, 2006). Bermain mampu memberikan konteks dimana anak memperoleh pembelajaran yang mendalam melalui integrasi nilai-nilai intelektual, fisik, moral, dan spiritual dan mampu memberi mereka kesempatan dalam berkomitmen pada pembelajaran, pengembangan, dan pertumbuhan (Kolb & Kolb, 2010). Salah satu contoh karakteristik utama dari permainan adalah hiburan dan bersenang-senang (Smith & Pellegrini, 2013). Interaksi yang menghibur adalah salah satu kata kunci pentingnya bermain untuk menstimulasi berbagai bidang perkembangan mereka.

Kegiatan bermain merupakan bagian yang penting dalam proses tumbuh kembang anak di semua bidang kehidupan baik fisik, intelektual, emosi dan sosial. Permainan yang diberikan kepada anak sebaiknya permainan yang bersifat terapeutik dan edukatif. Proses bermain anak-anak melatih mereka menyiapkan diri untuk melakukan segala jenis pembelajaran. Hal ini karena anak-anak yang mengaktifkan saluran pembelajaran mereka dengan cara mengembangkan keterampilan adaptasi krusial seperti berpikir kreatif, pemecahan masalah, mengatasi, dan perilaku sosial. Elkind (2007) menegaskan bahwa bermain juga mengasah perkembangan psikososial anak.

Bermain juga dianggap sangat penting untuk perkembangan dan kualitas hidup anak-anak (Foley, 2008). Bermain telah dianggap sebagai fitur penentu utama ekspresi semangat di masa kanak-kanak (Fromberg & Bergen, 2006). Singer, Golinkoff, dan Hirsh-Pasek (2006) secara tegas menyebut aktivitas bermain pada anak-anak adalah proses belajar. Karena hampir semua aspek permainan adalah hiburan, maka permainan merupakan alat yang sangat penting untuk memungkinkan pembelajaran dengan cara yang menarik. DeVries (2006) menyebut bahwa pada saat bermain, anak-anak belajar berbagai keterampilan sosial seperti berbagi (*sharing*), memahami perspektif orang lain (*understanding perspective other*), dan bergiliran (*taking turn*). Selain itu, permainan juga mengantarkan anak-anak untuk memahami kebudayaan mereka. Dengan kata lain, permainan mampu menjadi alat yang efektif dan penting untuk pembelajaran budaya anak-anak. Artikel ini akan menguraikan tentang hasil review yang berkaitan dengan melatih regulasi emosi pada anak prasekolah dengan bermain.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Regulasi Emosi

Regulasi emosi anak adalah kemampuan yang dimiliki anak untuk mengatur, mengevaluasi, memodifikasi dan dapat mengkomunikasikan perasaan emosional dengan tepat, dimana terdapat proses instrinsik dan ekstrinsik yang mendasarinya. Regulasi emosi juga dapat dimaknai sebagai strategi koping yang dilakukan oleh seseorang ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan (Kalat & Shiota, 2007). Regulasi emosi yang berfungsi sebagai strategi koping melalui tahapan – tahapan tertentu yang diawali oleh usaha seseorang untuk mengatasi masalah dengan melihat sumber permasalahan yang sebenarnya melakukan penilaian terhadap situasi dan diakhiri dengan pemecahan masalah secara emosional.

Kemampuan regulasi emosi bukanlah kemampuan yang datang dengan tiba-tiba melainkan suatu proses yang melibatkan interaksi antarindividu dengan lingkungannya (Bandura dalam Santrok 2009). Dengan demikian kemampuan regulasi dipengaruhi oleh unsur internal dan eksternal. Unsur internal antara lain berupa temperamen, sedangkan unsur eksternal berupa lingkungan.

2.2 Pengertian Bermain

Bermain adalah suatu aktivitas dimana anak dapat melakukan atau mempraktikkan keterampilan, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa. Sebagai suatu aktivitas yang memberikan stimulasi dalam kemampuan keterampilan, kognitif, dan afektif maka sepatutnya diperlukan suatu bimbingan, mengingat bermain bagi anak merupakan suatu kebutuhan bagi dirinya sebagaimana kebutuhan lainnya seperti kebutuhan makan, kebutuhan rasa aman, kebutuhan kasih sayang, dan lain-lain. Bermain merupakan kegiatan atau simulasi yang sangat tepat untuk anak. Bermain dapat meningkatkan daya pikir anak untuk mendayagunakan aspek emosional, sosial serta fisiknya serta dapat meningkatkan kemampuan fisik, pengalaman, dan pengetahuan serta keseimbangan mental anak.

2.3 Fungsi Bermain

Adapun fungsi bermain, antara lain:

- 1) Perkembangan sensoris-motorik Dalam hal ini permainan akan membantu perkembangan gerak halus dan pergerakan kasar anak dengan cara memainkan suatu obyek yang sekiranya anak merasa senang.
- 2) Perkembangan kognitif Membantu anak untuk mengenal benda-benda yang ada disekitarnya.
- 3) Kreatifitas
Mengembangkan kreatifitas anak dalam bermain sendiri atau secara bersama.
- 4) Perkembangan sosial
Belajar berinteraksi dengan orang lain, mempelajari peran dalam kelompok.
- 5) Kesadaran diri (*self awareness*)
Dengan bermain anak sadar akan kemampuannya sendiri, kelemahannya dan tingkah laku terhadap orang lain.
- 6) Perkembangan moral
Dapat diperoleh dari orang tua, orang lain yang ada di sekitar anak.
- 7) Komunikasi
Bermain merupakan alat komunikasi utama pada anak yang masih belum dapat menyatakan perasaannya secara verbal.

3. METODOLOGI

3.1 Jenis Tulisan

Tulisan ini bersifat *library research* (penelitian pustaka) yang disajikan secara deskriptif melalui beberapa literatur yang relevan dengan tulisan ini.

3.2 Teknik Pengumpulan Data

Data karya tulis ini diperoleh dari beberapa literatur, jurnal sepuluh tahun terakhir yang

membahas tentang pelatihan regulasi emosi dengan bermain melalui goggle scholar.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Perkembangan Emosi Pada Anak Pra Sekolah

Mengembangkan kemampuan regulasi emosi akan memberikan dampak keharmonisan terhadap lingkungan sekitar anak dan membentuk hubungan sosial yang baik dengan orang lain (Santrock, 2014). Terdapat beberapa model perkembangan emosi yang dapat dijadikan landasan untuk mempelajari perkembangan emosi anak prasekolah. Seperti teori dari Stanley Greenspan, Kurt Fischer, dan Carolyn Saarni. Dimana Model Greenspan menjadi lebih psikodinamik, Fischer berfokus lebih pada kognitif yaitu pada pertumbuhan keterampilan emosi tertentu, dan Saarni datang dari perspektif konstruktivis sosial. Ada beberapa model perkembangan emosi pada anak, diantaranya:

Pertama, Greenspan mengemukakan bahwa Emotional thinking merupakan dasar untuk berfantasi, menyadari kenyataan, dan membentuk harga diri. **Kedua**, Fischer menyebutkan Representasi situasi emosi melalui bermain pura-pura dan bahasa spontan (sebagai hasil pembangunan melalui representasi emosi yang semakin kompleks, namun terus berhubungan dengan peristiwa nyata dan pengalaman langsung). **Ketiga**, Saarni mengemukakan perkembangan emosi pada anak usia 2 ½ - 5 tahun telah berkembangnya penggunaan simbol-simbol untuk mewakili emosi, Penggunaan emosi pura-pura dalam permainan dramatis dan menggoda, Menyadari kemampuan untuk menyesatkan orang lain dengan menggunakan ekspresi palsu, Dengan berkomunikasi dengan orang lain, belajar lebih banyak tentang bagaimana berperilaku dalam situasi sosial, Bersimpati pada anak-anak lain; membantu perilaku dalam meningkatkan wawasan emosi yang lain.

Sedangkan Menurut Santrock (2011) terdapat tiga tahapan perkembangan emosi pada anak yang menjadi emosi dasar anak usia prasekolah (3-4 tahun) yaitu :

1. *Expressing Emotions*, dimana pada tahap ini *self-awareness* yaitu perlu berkembang terlebih dahulu sehingga *self-conscious emotion* dapat dialami oleh anak ketika dirinya mampu untuk mengenali dirinya dan sadar dirinya berbeda dari orang lain. *Self-awareness* merupakan kondisi dimana bayi menyadari bahwa mereka memiliki identitas yang dikenali, terpisah, dan berbeda dengan lainnya di luar dirinya. Sedangkan *self-conscious emotion* ialah kesadaran diri yang mencakup kesadaran dan rasa akan 'aku', misalnya rasa malu empati dan rasa iri.
2. *Understanding Emotions* dimana anak menyadari bahwa situasi tertentu cenderung membangkitkan emosi tertentu, ekspresi wajah mengindikasikan emosi yang spesifik, emosi berpengaruh terhadap perilaku, dan emosi dapat digunakan untuk mempengaruhi emosi orang lain.
3. *Regulating Emotions* dimana tahapan ini memegang peranan di dalam kemampuan anak untuk mengatur tuntutan dan konflik yang mereka hadapi ketika berinteraksi bersama orang lain. Manusia memiliki emosi dasar, yaitu emosi negative (termasuk di dalamnya sedih, takut dan marah) serta emosi positif, yaitu senang (Denham, 2012). Emosi dasar yang dialami oleh anak usia prasekolah dan umumnya terjadi di Indonesia adalah senang, sedih, marah, dan takut (Shaver, Schwartz, Kirson & O'Connor, 1987 dalam Fraley, 2001; Izard, 2007, Denham, 2007).

Regulasi Emosi Pada Anak Pra Sekolah

Emosi memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan anak, baik pada usia prasekolah maupun pada tahap-tahap perkembangan selanjutnya, karena memiliki pengaruh terhadap perilaku anak. Woolfson menyebutkan bahwa anak memiliki kebutuhan emosional, seperti ingin dicintai, dihargai, rasa aman, merasa kompeten dan mengoptimalkan kompetensinya.

Pada usia prasekolah anak-anak belajar menguasai dan mengekspresikan emosi. Pada usia enam tahun anak-anak memahami konsep emosi yang lebih kompleks, seperti kecemburuan, kebanggaan, kesedihan dan kehilangan, tetapi anak-anak masih memiliki kesulitan di dalam menafsirkan emosi orang lain. Pada tahapan ini anak memerlukan pengalaman pengaturan emosi, yang mencakup kapasitas untuk mengontrol dan mengarahkan ekspresi emosional, serta menjaga perilaku yang terorganisir ketika munculnya emosi-emosi yang kuat dan untuk dibimbing oleh pengalaman emosional. Seluruh kapasitas ini berkembang secara signifikan selama masa prasekolah dan beberapa diantaranya tampak dari meningkatnya kemampuan anak dalam mentoleransi frustrasi.

Kemampuan untuk mentoleransi frustrasi ini, yang merupakan upaya anak untuk menghindari amarah dalam situasi frustrasi yang membuat emosi tidak terkontrol dan perilaku menjadi tidak terorganisir. Anak-anak tampak meningkat kemampuannya dalam mentoleransi frustrasi ketika diminta

melakukan sesuatu yang berlawanan dengan keinginan mereka. Mereka juga mulai belajar bagaimana menegosiasikan konflik tersebut.

Kemampuan untuk menunjukkan kontrol diri terhadap emosi akan menjadi anugerah yang dilematis bagi anak apabila anak tidak mampu menyesuaikan levelnya terhadap situasi tertentu. Pada beberapa situasi anak diharapkan mampu menahan diri, tetapi pada situasi yang lain anak-anak dapat berperilaku impulsif dan ekspresif seperti yang mereka inginkan. Intinya, anak pra sekolah diharapkan mampu untuk mengekspresikan emosinya dengan baik dan tanpa merugikan orang lain, serta dapat pula mulai belajar melakukan regulasi emosi.

Metode – Metode Untuk Melatih Regulasi Emosi Pada Anak Prasekolah

Berbagai metode yang dapat digunakan untuk melatih meningkatkan regulasi emosi anak, antara lain :

1. Bermain pura-pura

Bermain pura-pura memberi anak-anak kesempatan untuk mempraktikkan pengalaman emosional yang sangat membangkitkan, untuk melepaskan ketegangan dan mencoba memahami peristiwa yang mengganggu, dan untuk mengumpulkan keterampilan pengaturan emosi dalam lingkungan yang aman yang memungkinkan (dan sering mendorong) ekspresi pengaruh kreatif (Hoffman & Russ, 2012).

2. Bermain Ular Naga

Perkembangan kemampuan mengatur diri anak yang terlihat ketika bermain permainan tradisional ini adalah sebelum giliran bermain biasanya anak akan menunggu giliran bermainnya dengan sabar, ketika permainan di mulai anak sangat menikmati permainan yang dimainkannya dengan tidak menggunakan kekerasan ketika bermain seperti memukul temannya dan hasil terakhir dari permainan ini biasanya ada sebagian kelompok yang dapat memenangkan permainan (Mukhlis, A., Mbelo, F. H, 2019)

3. The Emotion Course (EC) pada program Emotion-Based Prevention Program (EBP) (Finlon, Izard, Seidenfeld, Jhonson, Cavadel, Ewing, & Morgan, 2015).

EC merupakan sesi yang membantu siswa untuk belajar dan mempraktikkan akan pengenalan, penamaan, aktivasi, regulasi serta kegunaan dari emosi. EC membantu anak untuk memahami bahwa emosi memberikan dampak adaptif dan maladaptif dan perbedaan umum atas emosi dasar positif (senang dan ketertarikan) atau negatif (sedih, marah, takut) (Maggio, Zappulla, Pace, Izard, 2016). Sebagai contoh, perasaan senang dapat memberikan dampak yang lebih luas ketika digunakan untuk menghibur orang lain yang merasa sedih.

4. Bermain Boy-Boyan

Permainan tradisional ini telah terbukti dapat meningkatkan kompetensi sosio-emosional pada anak. Rahayu, E., W. 2020 menjelaskan kompetensi sosial emosional anak melalui permainan tradisional boy-boy dengan metode experiential learning meningkat secara signifikan pada aspek self-management, relationship keterampilan, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Sementara itu, permainan tradisional boy-boy tanpa metode experiential learning hanya mampu meningkatkan aspek self-awareness. Ini tak terpisahkan dari peran aktif fasilitator dan anak-anak yang terlibat aktif dalam proses mencerminkan nilai-nilai sosial dan emosional dari permainan yang mereka mainkan.

5. Kurikulum PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies Curikulum)

Pada kurikulum ini anak-anak diajari kata-kata emosi dan berlatih pengaturan emosi menggunakan teknik ramah anak seperti Melakukan Penyuu, di mana anak-anak melipat tangan mereka seperti cangkang kura-kura, bernapas, dan tenang sebelum mengungkapkan rasa frustrasi mereka dan mencari solusi. Guru mendorong anak-anak keterampilan pemecahan masalah sosio-emosional sepanjang hari untuk mendorong ekspresi emosional yang tepat dan interaksi teman sebaya.

6. Storytelling

Ciri pembelajaran ini adalah anak tidak perlu melakukan apapun untuk mempelajari sesuatu (Feist & Feist, 2012). Ia akan melakukan peniruan terhadap model yang diamati untuk kemudian diproses secara kognitif yang menghasilkan perilaku serupa. Oleh karenanya model yang diamati anak haruslah menarik, sehingga peneliti memilih menggunakan boneka tangan berbentuk monyet

bernama Momo dan bebek bernama Bebe. Hasil penelitian Karnaen, S., M., N., & Royanto, L., R., M. (2020) menyatakan Storytelling dapat meningkatkan regulasi emosi pada anak.

Beberapa metode yang telah dipaparkan tersebut dapat menjadi referensi bagi orang tua untuk melatih kompetensi regulasi emosi anak-anak mereka sehingga Ketika sudah mengenyam dunia Pendidikan anak lebih siap karena regulasi emosinya berkembang sesuai harapan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Bermain merupakan salah satu cara dalam mengembangkan regulasi emosi pada anak prasekolah walaupun ada beberapa kurikulum atau metode lain yang ikut berperan dalam melatih regulasi anak. Permainan dirancang untuk anak – anak yang memungkinkan mereka untuk selalu berkembang baik dari aspek emosi atau aspek lain yang beriringan seperti kemampuan interaksi sosial. Banyak faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi pada anak prasekolah. Sebagai orangtua maupun guru harus dapat memfasilitasi anak dalam melatih regulasi emosi mereka agar dapat berkembang dengan sempurna. Regulasi emosi berperan penting dalam berbagai aspek kehidupan anak misalnya menjalin hubungan baik dengan teman sebaya, penyesuaian terhadap lingkungan sekitar anak. Metode yang telah dipaparkan terbukti dapat melatih kemampuan regulasi emosi anak prasekolah dengan baik. Masih banyak lagi permainan yang dapat kita gunakan sebagai metode dalam melatih kemampuan regulasi emosi anak prasekolah.

Saran

Untuk penelitian selanjutnya diharapkan peneliti dapat mengembangkan kemampuan regulasi emosi pada anak yang dihubungkan dengan kemampuan empati pada diri anak usia prasekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Davis, E.L & Levine, J.L. (2012). Emotion Regulation Strategies That Promote Learning: Reappraisal Enhances Children's Memory for Educational Information. *Child Development*, January/February 2013, Volume 84, Number 1, Pages 361–374.
- DeVries, R. (2006). Games with rules. In D.P. Fromberg and D. Bergen (Eds) *Play from birth to twelve*, 2nd Ed. Abingdon, Oxon: Routledge.
- Finlon, K. , Izzard, C., Seidenfeld, A. et al (2015). Emotion-based preventive intervention: Effectively promoting emotion knowledge and adaptive behavior among at-risk preschoolers. *Development and Psychopathology* 27 (2015), 1353–1365. doi:10.1017/S0954579414001461.
- Foley, P. (2008). Introduction. In J. Collins and P. Foley (Eds) *Promoting children's wellbeing: Policy and practice*. Bristol: Policy Press.
- Fromberg, D.P., & Bergen, D. (2006). Introduction. In D.P. Fromberg and D. Bergen (Eds) *Play from birth to twelve: Contexts, perspectives and meanings*. New York: Routledge.
- Gilpin, A. T., Brown, M., & Pierucci, J., M. 2015. Relations Between Fantasy Orientation and Emotion Regulation in Preschool. *Early Education and Development*, 26: 920–932. DOI: [10.1080/10409289.2015.1000716](https://doi.org/10.1080/10409289.2015.1000716).
- Karnaen, S., M., N., & Royanto, L., R., M. (2020). *Storytelling Menggunakan Boneka Tangan Oleh Guru: Dapatkah Meningkatkan Keterampilan Regulasi Emosi Anak TK A?*. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi (Journal Psychology of Science and Profession)*. Vol. 3, No. 2, Agustus 2019: 75-82
- Kolb, A. Y., & Kolb, D. A. (2010). Learning to play, playing to learn: A case study of a ludic learning space. *Journal of Organizational Change Management*, 23(1), 2650.

- Mayall, B. (2002). *Towards a sociology for childhood*. Buckingham: Open University Press.
- Neuliep, J.W. (2012). *Intercultural communication: A contextual approach* (5thEd.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Papalia, D., R. Feldman, G. Martorell (2014). *Experience Human Development* 13th ed. New Jersey. McGraw-Hill
- Richard, S., Bovy, G., Georgy, A., C., Gentaz, E. (2020). The effects of a 'pretend play-based training' designed to promote the development of emotion comprehension, emotion regulation, and prosocial behaviour in 5- to 6-year-old Swiss children. *British Journal of Psychology*.
- Roll, J. ,Koglin, U&Petermann, F (2012). Emotion Regulation and Childhood Aggression: Longitudinal Associations. *Child Psychiatry Hum Dev*. DOI 10.1007/s10578012-0303-4
- Santrok, J. W. (2011). *Perkembangan Masa Hidup* (Jilid 1). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Scanlon, C.L. (2010). *Emotion Regulation in children: a guide for teachers*. University of Pittsburg
- Zuddas, A. (2012). A crucial role for basic emotion awareness in the development of emotion regulation?. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. DOI 10.1007/s00787- 012-0283-8