

**PENGARUH METODE BERCEKITA
TERHADAP PENGENDALIAN EMOSI MARAH ANAK DI DALAM KELAS**

Vista Mulyandasari, Lucia Hernawati
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik pengaruh metode bercerita terhadap pengendalian emosi marah anak di dalam kelas. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada pengaruh metode bercerita terhadap pengendalian emosi marah anak di dalam kelas. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas satu SD Kristen Lentera Ambarawa. Subyek penelitiannya berjumlah 10 orang yang termasuk kategori sulit melakukan pengendalian emosi marah dan sering melakukan pengungkapan emosi marah dengan perilaku memukul, mendorong, mencubit atau menendang temannya di kelas. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Desain eksperimen yang digunakan *One Group Pretest-Posttest Design*. Selanjutnya data dianalisa dengan metode *Wilcoxon Signed rank test*. Hasil penelitian menyatakan bahwa hipotesis penelitian diterima dengan nilai Z sebesar -2,805 dengan $p < 0,01$ dan rata-rata skor *posttest* (65,10) lebih rendah daripada rata-rata skor *pretest* (82,40). Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang sangat signifikan antara skor *pretest* dengan skor *posttest* pada kelompok eksperimen. Ini berarti bahwa setelah diberi *treatment* berupa pemberian cerita, subyek semakin mampu mengendalikan emosi marahnya.

Kata kunci : Metode bercerita, pengendalian emosi marah

PENDAHULUAN

Sejak lahir manusia telah dibekali dengan kemampuan untuk merasakan berbagai macam emosi. Kemampuan ini selanjutnya akan terus berkembang seiring dengan proses pematangan serta adanya proses belajar melalui pengalaman dan interaksi dengan orang lain di lingkungan sekitarnya. Bayi yang baru lahir memiliki kemampuan yang terbatas dalam mengekspresikan emosi yang dirasakannya. Emosi yang ditunjukkan pun terbatas hanya pada perasaan senang dan tidak senang. Kemudian seiring bertambahnya usia, perbendaharaan emosi anak juga akan ikut berkembang (Daengsari, 2009).

Memasuki usia dua tahun, anak sudah mulai dapat mengekspresikan emosi lain seperti marah, takut, iri hati, cemburu, sedih, gembira, dan cemas. Pada usia ini, perbendaharaan emosi yang dimiliki anak sudah sama dengan yang dimiliki oleh orang dewasa. Akan tetapi, kemampuan anak untuk mengekspresikan emosi-emosi tersebut tentunya berbeda

dengan kemampuan pada orang dewasa. Anak-anak akan cenderung untuk bereaksi secara spontan sesuai dengan emosi yang mereka rasakan. Namun dalam proses perkembangannya, lingkungan sosial di sekitar anak akan mengajarkan mereka bagaimana cara mengendalikan emosi agar dapat diekspresikan sesuai dengan harapan lingkungan (Peters dan Fox, 2007). Salah satu emosi yang perlu dikendalikan adalah emosi marah karena dampak negatif dari emosi ini tidak hanya pada diri sendiri namun juga orang lain.

Rasa marah merupakan salah satu emosi dasar yang dapat dirasakan oleh setiap orang. Pada anak-anak, perasaan ini biasanya muncul karena adanya rintangan terhadap keinginan mereka, gangguan terhadap aktivitas yang sedang dilakukan, merasa dipersalahkan, digoda, pertengkaran dengan teman sebaya, dan dibandingkan dengan anak lain secara tidak menyenangkan. Bagi beberapa anak, menunjukkan kemarahan juga

digunakan sebagai salah satu cara efektif untuk mendapatkan perhatian atau memenuhi keinginan mereka (Hurlock, 2008).

Berdasar penelitian yang dilakukan oleh Finkenauer, dkk (2005) ditemukan bahwa pola asuh, tekanan sosial ekonomi keluarga, tayangan penuh kekerasan di televisi merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi emosi marah anak. Adapun ekspresi kemarahan yang biasanya ditunjukkan oleh anak antara lain menangis, berteriak, menggertak, mendorong, menendang, melompat atau memukul. Beberapa anak malah tidak ragu-ragu untuk melukai orang lain dengan cara apapun untuk menunjukkan reaksi kemarahan mereka (Hurlock, 2008).

Ekspresi kemarahan merupakan suatu hal yang wajar terjadi pada anak, namun ketika seorang anak memasuki usia sekolah dan mulai belajar untuk bersosialisasi, mereka dituntut untuk lebih mampu mengendalikan emosi. Menurut Harlock (2008) pengendalian emosi dapat diartikan sebagai usaha untuk mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat

diterima secara sosial. Dengan dimilikinya kemampuan pengendalian emosi yang memadai, diharapkan anak dapat lebih mudah dalam menjalin relasi dengan orang baru yang ditemuinya di sekolah, serta dimiliki kemampuan penyesuaian pribadi dan sosial yang memadai pula. Akan tetapi kenyataannya, dewasa ini masalah pengendalian emosi marah semakin banyak dijumpai pada anak-anak (Saphiro, 1999). Hal serupa juga peneliti temui di lingkungan SD Kristen Lentera Ambarawa.

Berdasar observasi terhadap anak-anak di kelas satu SD Kristen Lentera Ambarawa, ditemukan bahwa dari 27 orang siswa yang berada di dalam kelas terdapat 37% anak yang menunjukkan perilaku memukul, mencubit, mendorong, menarik rambut teman, dan menghina sebagai ekspresi marahnya. Adapun kemarahan tersebut dipicu oleh berbagai alasan, seperti misalnya berselisih pendapat dengan teman, berebut perhatian guru, perasaan terganggu karena sikap teman yang usil atau merasa iri karena seorang teman diberi perhatian

khusus oleh guru karena keberhasilannya. Hal ini terjadi di dalam kelas saat pembelajaran berlangsung maupun di luar kelas.

Berdasarkan wawancara dengan ibu Martina selaku wali kelas satu SD Kristen Lentera Ambarawa diketahui bahwa setidaknya terdapat 10 orang anak yang memiliki kesulitan dalam mengendalikan emosi marah mereka. Hal ini kerap menimbulkan keributan di dalam kelas dan mengganggu proses belajar mengajar.

Salah satu cara mengendalikan emosi marah anak yaitu dengan metode bercerita. Selain sebagai media pertukaran informasi dan komunikasi serta sebagai hiburan dan penghilang rasa bosan sebagai manfaat metode bercerita bagi anak. Dengan demikian secara umum dapat dikatakan bahwa metode bercerita akan sangat bermanfaat bagi perkembangan emosi dan psikologis anak (Sarumpaet, 2003).

Berdasar latar belakang masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada pengaruh metode bercerita terhadap pengendalian emosi marah anak di dalam kelas.

TINJAUAN PUSTAKA

Davidof (dalam Safari dan Saputra, 2009) mendefinisikan marah sebagai suatu emosi yang mempunyai cirri-ciri aktivitas system syaraf simpatetik yang tinggi. Sedangkan tokoh lain yang bernama Strongman (2003) mengkategorikan marah sebagai emosi yang negative yang sejajar dengan rasa jijik dan hina. Walaupun sebenarnya emosi marahpun memiliki dampak positif yaitu sebagai energi untuk membela diri atau mengkomunikasikan perasaan negative.

Menurut Gracinia (2005) factor-faktor yang dapat menyebabkan kemarahan pada anak dapat berasal dari peristiwa eksternal maupun internal: (a) Peristiwa Eksternal. Meliputi adanya konflik atau gangguan fisik dari saudara kandung atau teman sebaya, gangguan verbal berupa ejekan, tidak mendapat ijin untuk melakukan yang disukai, kalah dalam permainan, serta beban atau tugas-tugas dari sekolah yang melebihi kemampuannya; (b) Peristiwa internal. Meliputi perasaan putus asa karena tidak dapat

melakukan hal yang diinginkan atau karena memperoleh hasil yang tidak sesuai dengan harapan, merasa tidak diperhatikan, merasa disingkirkan dalam suatu kegiatan bersama, dan merasa diperlakukan tidak adil atau curang.

Menurut Albin (2010) rasa marah juga dapat dipengaruhi oleh latar belakang keluarga, budaya, dan lingkungan sekitarnya. Hal senada juga diungkapkan oleh Finkenauer, dkk (2005) bahwa anak yang diasuh dalam keluarga yang memiliki peraturan yang konsisten, serta dapat memberikan dukungan, pengawasan, perhatian yang memadai akan berpengaruh mengurangi kenakalan serta perilaku kekerasan yang dilakukan oleh anak.

Dalam seluruh rangkaian proses kemarahan terdapat tiga tahap, yaitu (a) Emosi internal. Pada tahap ini perasaan marah muncul sebagai respon dari rasa ketidaknyamanan akibat suatu persepsi tertentu; (b) Perilaku eksternal. Pada tahap ini perasaan marah diungkapkan dalam bentuk perilaku fisik atau kata-kata. Misalnya wajah cemberut, ngomel, menangis, menyobek kertas atau

mennedang sepeda; (c) Respon lingkungan. Pada tahap ini ketika respon dari lingkungan terhadap ledakan amarahnya membuat anak mendapatkan bahwa kemarahannya telah membuatnya berhasil memperoleh apa yang diinginkannya maka ia akan mengulangi respon serupa setiap menghadapi situasi sulit atau dianggap tidak menyenangkan. Namun ada kalanya muncul rasa bersalah pada diri anak setelah melihat akibat yang timbul dari perilaku internalnya.

Berdasar penelitian yang dilakukan oleh Gohn dan Clore (dalam Safaria dan Saputra, 2009), terdapat empat sifat laten pengalaman emosional yang sangat berpengaruh pada kebahagiaan, kesehatan mental, kecemasan, dan gaya atribusi seseorang. Adapun sifat laten pengalaman emosional tersebut adalah sebagai berikut: (a) Kejelasan (*emotional clarity*) yaitu kemampuan seseorang dalam mengidentifikasi dan membedakan emosi spesifik yang dirasakan; (b) Intensitas (*emotional intensity*) yaitu seberapa kuat atau besar intensitas emosi spesifik yang dapat dirasakannya; (c) Perhatian

(*emotional attention*) yaitu kecenderungan seseorang untuk mampu memahami, menilai dan menghargai emosi spesifik yang sedang dirasakannya; (d) Ekspresi (*emotional expression*) yaitu kecenderungan untuk mengungkapkan perasaan yang sedang dirasakannya kepada orang lain. Tokoh lain yang bernama Purwanto dan Mulyono (dalam Safaria dan Saputra, 2009) menjabarkan ciri-ciri perilaku seseorang yang mengalami emosi marah: (a) Ciri pada wajah. Berupa perubahan warna kulit menjadi kuning pucat, tubuh terutama pada ujung-ujung jari bergetar keras, timbul biuh pada sudut mulut, bola mata memerah, hidung kembang kempis, dan gerakan menjadi tidak terkendali; (b) Ciri pada lidah. Meluncurnya makian, celaan, kata-kata yang menyakitkan, dan ucapan-ucapan keji yang membuat orang berakal sehat merasa risih untuk mendengarnya; (c) Ciri pada anggota tubuh. Munculnya keinginan untuk memukul, melukai, merobek, bahkan membunuh. Jika amarah tersebut tidak terlampiaskan pada orang yang

dimarahinya, kekesalannya akan berbalik pada dirinya sendiri; (d) Ciri pada hati. Munculnya rasa benci, dendam dan dengki, menyembunyikan keburukan, merasa gembira dalam dukanya serta merasa sedih atas kegembiraannya, memutuskan hubungan dan menjelek-jelekkannya.

Selanjutnya pengukuran emosi marah pada anak dilakukan dengan menggunakan skala emosi marah yang disusun berdasarkan sifat laten pengalaman emosi menurut oleh Gohn dan Clore (dalam Safaria dan Saputra, 2009) dan dikaitkan dengan ciri-ciri marah menurut Purwanto dan Mulyono (dalam Safaria dan Saputra, 2009)

Pengendalian emosi marah dapat diartikan sebagai usaha untuk mengarahkan perasaan serta perilaku terhadap reaksi emosional yang dialami sebagai akibat adanya sejumlah situasi yang merangsang seperti ancaman, agresi lahir, pengekangan diri, serangan lisan, kekecewaan, frustrasi serta ketidakpuasan karena peristiwa yang tidak disukai benar-benar terjadi (Hurlock, 2008). Selanjutnya

Gracina 1992) berpendapat bahwa pengendalian emosi marah dapat diajarkan kepada anak agar emosi tersebut tidak berkembang menjadi masalah dengan intensitas yang lebih tinggi di kemudian hari. Adapun tujuan pengajaran pengendalian emosi marah pada anak yaitu (a) Mengurangi reaksi berlebihan yang memicu emosi marah dan mengembangkan kemampuan menggunakan emosi marah sebagai tanda untuk memperbaiki perilaku atau suatu keadaan; (b) Membantu anak agar dapat mengekspresikan emosi marah secara efektif dan terhindar dari perilaku agresif atau cenderung selalu menyalahkan orang lain atas segala masalah yang dihadapinya.

Sebuah cara yang dapat dilakukan untuk mengajarkan pengendalian emosi marah anak adalah melalui kegiatan bercerita. Menurut Zeece (dalam Musfiroh, 2008) kemampuan mengenali dan mengendalikan emosi pada anak akan berkembang maksimal jika mereka memperoleh stimulasi yang tepat dan realistis yang menghubungkan perasaan dan pikiran dengan konteks

yang ditampilkan dalam cerita. Selain itu Gracina (2005) juga mengusulkan beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mengajarkan pengendalian emosi marah pada anak, yaitu: (a) Memberikan cerita kepada anak, baik berupa pengalaman pribadi maupun cerita fiktif mengenai tokoh cerita yang mengalami marah dan bagaimana cara tokoh tersebut mengatasi kemarahannya; (b) Mengajak anak menarik napas panjang beberapa kali ketika mulai merasa marah agar ia dapat lebih rileks dan mengontrol dirinya, sebelum meluapkan kemarahannya; (c) Membantu anak untuk melakukan labeling agar dapat membedakan emosi marah, sedih dan takut. Anak perlu mengenali emosi-emosi tersebut agar dapat memahami apa yang dirasakannya; (d) Membantu anak untuk berdiskusi dan mengaitkan perasaan mereka dengan nalar, sehingga anak dapat mengungkapkan apa yang membuatnya marah.

Bercerita adalah upaya memindahkan atau menyampaikan cerita kepada penyimak atau pendengar lisan dengan intonasi, disertai gerak dan kandungan emosi

didalamnya (Subyantoro, 2007). Hal yang hampir sama juga diungkapkan Werle (2004) bahwa bercerita merupakan suatu perangkat komunikasi lisan yang disampaikan untuk memberikan informasi dari seseorang kepada orang lain, dan dari suatu generasi kepada generasi berikutnya.

Subyantoro (2007) menyebutkan terdapat lima proses yang harus dilalui dalam metode bercerita agar aspek emosi anak dapat terlibat secara aktif, yaitu transisi, *experience sharing*, fokus, tindak lanjut, dan refleksi. Akan dijelaskan satu persatu dibawah ini.

Transisi merupakan proses persiapan fisik dan psikologis. Pencerita memimpin berdoa lalu mengadakan dialog dengan pendengar mengenai topic yang akan disampaikan, gambaran secara global, tujuan penceritaan, dan manfaat yang akan diperoleh setelah mendengarkan cerita tersebut. Dengan demikian anak dapat mulai mencari pengalaman-pengalaman mereka yang memiliki kesesuaian dengan cerita. Selain itu pencerita juga dapat menarik minat anak dengan

mengajaknya bernyanyi bersama. Kegiatan ini selain dapat menarik minat anak juga dapat membantu anak untuk lebih rileks dalam mendengarkan cerita. Dengan pikiran yang tenang diharapkan anak dapat lebih terbuka dalam menerima nilai-nilai yang akan disampaikan melalui cerita.

Selanjutnya pada proses *experience sharing* pencerita akan mengajak anak untuk berbagi pengalaman mengenai hal-hal yang berkait dengan topic cerita. Proses ini merupakan kegiatan yang penting untuk mengajak anak berani mengungkapkan pikiran dan perasaannya kepada orang lain. Selain itu anak dapat belajar untuk mendengarkan dan memahami orang lain melalui cerita dan pengalaman yang disampaikan. Melalui proses ini diharapkan ketika anak sedang mengalami permasalahan yang membuatnya marah, mereka terbiasa untuk mengungkapkan pikiran dan perasaannya kepada orang lain secara efektif. Selain itu dengan belajar memahami dan mendengarkan orang lain, diharapkan perselisihan pendapat

yang sering terjadi diantara mereka juga dapat dikurangi.

Pada proses fokus pencerita akan menyajikan cerita dengan melakukan serangkaian aktivitas. Pusat cerita yang disampaikan terletak pada penokohan cerita yaitu mencakup sifat-sifat dan emosi tokoh-tokoh yang ada dalam cerita. Pencerita juga dapat melakukan perbandingan antara tokoh yang bersifat protagonis (baik) dan antagonis (jahat). Tokoh baik dalam cerita umumnya diibaratkan dengan orang yang memiliki sifat lembut, murah hati, penyabar, dan mudah dimaafkan. Sementara tokoh jahat dalam cerita umumnya identik dengan orang yang memiliki sifat pemaarah, malas, licik, suka membalas dendam, dan kasar. Tokoh-tokoh tersebut kemudian diakaitkan dengan sifat orang-orang yang ada di kehidupan anak.

Ellis (dalam Musfiroh, 2008) berpendapat bahwa cerita dapat membina anak berpikir rasional tentang konsep salah dan benar yang sejalan dengan nilai-nilai dalam masyarakat, serta realisasi nilai-nilai tersebut berdasar perimbangan afektif dan pengalaman yang dialami oleh

tokoh cerita. Dengan demikian pencerita perlu memberikan gambaran mengenai dampak positif yang akan dialami apabila mereka menjadi tokoh baik, serta gambaran mengenai konsekuensi yang akan mereka terima apabila menjadi tokoh jahat.

Pada proses selanjutnya yaitu tindak lanjut, pencerita dapat mengajak anak untuk lebih memahami penokohan yang ada dalam cerita dengan melakukan Tanya jawab dan menarik kesimpulan bersama-sama dengan anak. Selain itu pencerita juga dapat memberikan pesan atau nilai-nilai moral yang terkandung dalam cerita. Moeslihatoen (2004) menyebutkan dalam aktivitas bercerita anak dapat menyerap pesan-pesan yang dituturkan dan kemudian dihayati sehingga pada akhirnya dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam hal ini anak dapat diajarkan lebih sabar dan tidak mudah marah apabila mengalami sebuah pengalaman yang tidak menyenangkan. Walaupun marah karena kenakalan teman maka mereka

akan mengungkapkannya dengan cara mengatakan kepada teman tersebut bahwa mereka tidak suka diperlakukan seperti itu. Namun bila teman tersebut tetap berperilaku nakal maka mereka dapat mengadukannya kepada guru kelas dan tidak membalasnya dengan perilaku marah seperti memukul, memaki, dan mencubit.

Terakhir pada proses refleksi, anak diajak untuk mengaplikasikan nilai-nilai yang telah mereka peroleh dari cerita dengan melakukan permainan, seperti misalnya bermain peran. Melalui kegiatan ini anak dapat belajar dengan cara mengalaminya langsung. Dengan demikian proses penanaman nilai yang diberikan melalui cerita tadi dapat lebih lama disimpan dalam ingatan anak.

Pembelajaran dengan metode bercerita akan efektif diterapkan kepada anak usia tiga sampai tujuh tahun karena pada usia ini anak mulai mengembangkan kemampuan berbahasa sehingga mereka suka mendengarkan orang lain mengucapkan kata-kata dan memperhatikan dengan sungguh-sungguh kemudian mencoba meniru.

Bila ditinjau dari perkembangan kognitifnya, saat ini anak berada pada fase operasional konkrit. Pada fase ini menurut Piaget anak mulai memahami dan menggunakan prinsip menghubungkan antara satu ide dengan ide lain dengan cara yang sistematis. Struktur kognitif yang demikian memungkinkan anak untuk memikirkan dunianya secara lebih luas. Misalnya mengkaitkan peristiwa yang dialami dengan perasaan tertentu yang dialami tokoh dalam cerita (Sarumpaet, 1996).

Asfandiyar (2007) menyebutkan bahwa lewat cerita anak akan menemukan tokoh identifikasi yang selanjutnya menjadi pujaannya. Tokoh protagonis yang menampilkan kehebatan akan menjadi idola mereka sehingga segala hal yang berkait dengan mereka akan ditiru oleh anak. Sebaliknya tokoh antagonis yang menampilkan kekurangan akan menjadi patokan anak bahwa tokoh tersebut tidak boleh dicontoh. Anak akan melakukan *imitation learning* seperti yang dikembangkan Miller dan Dollard dalam teori belajar tiruan.

HIPOTESIS

Ada pengaruh metode bercerita terhadap pengendalian emosi marah anak di dalam kelas. Pengendalian emosi marah anak setelah diberikan metode bercerita lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan metode bercerita.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimental. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas satu SD Kristen Lentera Ambarawa. Jumlah semua siswa kelas satu SD Kristen Lentera Ambarawa adalah 25 orang. Selanjutnya berdasar hasil observasi pada anak dan wawancara dengan guru wali kelas satu ditetapkan sepuluh orang anak menjadi subyek penelitian ini. Karena sepuluh orang anak tersebut yang termasuk kategori sulit melakukan pengendalian emosi marah dan sering melakukan pengungkapan emosi marah dengan perilaku memukul, mendorong, mencubit atau menendang temannya di kelas.

Rancangan Eksperimen

Desain eksperimen yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Dilakukan pengukuran sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pemberian *treatment* pada satu kelompok.

O1 → X → O2

Keterangan:

O1 : *Pretest*

X : *Treatment*

O2 : *Posttest*

Dalam penelitian ini pengukuran awal (*pretest*) emosi marah subyek akan dilakukan dengan menggunakan skala emosi marah. Selanjutnya setelah diperoleh hasil berupa skor awal emosi marah subyek, maka diberikan *treatment* berupa pemberian cerita. Adapun topik cerita yang disampaikan kepada subyek sebagai *treatment* adalah sebagai berikut:

1. Menghindari sikap manja
2. Menghindari sikap usil di kelas
3. Menghindari perilaku kasar pada teman
4. Mengatasi marah saat berebut barang dengan teman

5. Menghindari kebiasaan mengejek teman
6. Mengatasi marah saat kalah dalam kompetisi.

Pemberian cerita dilakukan tiga kali pertemuan dalam satu minggu. Adanya selang waktu dalam pemberian cerita ini dimaksudkan agar subyek memiliki kesempatan untuk mengaplikasikan pengetahuan yang diperolehnya saat mendengar cerita dan menjaga agar subyek tidak jenuh mengikuti proses *treatment*. Setelah *treatment* secara keseluruhan selesai dilaksanakan, emosi marah subyek diukur kembali dengan skala emosi marah yang juga diberikan pada saat *pretest*. Hasil skor yang diperoleh pada *posttest* ini kemudian akan dibandingkan dengan skor yang dimiliki oleh subyek pada saat *pretest*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dengan metode *Wilcoxon Signed rank test*, diketahui nilai Z sebesar -2,805 dengan $p < 0,01$ dan rata-rata skor *posttest* (65,10) lebih rendah daripada rata-rata skor *pretest*

(82,40). Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang sangat signifikan antara skor *pretest* dengan skor *posttest* pada kelompok eksperimen. Ini berarti bahwa setelah diberi *treatment* berupa pemberian cerita, subyek mengalami penurunan skor emosi marah. Hal ini didukung oleh hasil wawancara dengan wali kelas satu yang menyebutkan bahwa setelah eksperimen selesai, pada umumnya anak-anak yang menjadi subyek penelitian sudah jarang menunjukkan emosi marahnya dengan perilaku kasar seperti memukul, mencubit, menghina, mendorong ataupun menarik rambut teman. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode bercerita efektif untuk mengendalikan emosi amarah anak-anak di kelas satu SD Kristen Lentera Ambarawa.

Temuan diatas sesuai dengan penadapat Christiana, dkk., (2008) yang menyebutkan bahwa melalui cerita anak dapat belajar mengambil hikmah tanpa merasa digurui. Terlebih lagi aktivitas bercerita sangat disukai anak-anak terutama yang berada pada usia tiga sampai tujuh tahun.

Terbuktinya hipotesis juga dipengaruhi oleh faktor motivasi subyek. Dalam pengamatan peneliti selama proses pemberian *treatment* subyek penelitian terlibat secara aktif. Mereka sangat antusias menceritakan pengalaman-pengalaman mereka yang berkaitan dengan topic cerita, demikian pula sangat aktif dalam tanya jawab mengenai isi cerita serta antusias dalam menulis komitmen untuk mengubah perilaku yang belum tepat.

Demikian pula kemampuan pencerita untuk menciptakan suasana nyaman dan akrab dengan pendengarnya banyak berkontribusi dalam menunjang terbuktinya hipotesa dalam penelitian ini. Pencerita mampu menyampaikan cerita dengan menarik, penuh penghayatan, dan disertai dengan gerak tubuh serta ekspresi wajah sesuai dengan apa yang dialami oleh tokoh cerita. Hal ini menjadi penting karena bagi pencerita, kegiatan bercerita merupakan salah satu upaya untuk membangun hubungan cinta dengan pendengarnya. Ketika anak merasa diterima dan dicintai, mereka percaya bahwa mereka

memiliki tempat istimewa dihati pencerita. Mereka dapat merasakan betapa pencerita menikmati saat-saat bersama mereka dan bahagia bersama mereka. Hal ini menjadi dasar yang penting bagi anak-anak agar dapat mengurangi frekuensi dan intensitas kemarahan serta menghindari cara-cara destruktif. Selain itu gaya penyampaian cerita yang menarik dan penuh penghayatan dapat menumbuhkan rasa empati dan simpati anak terhadap tokoh-tokoh dalam cerita. Penghayatan, rasa empati dan simpati ini kemudian dapat menjadi benih untuk menumbuhkan kemampuan mengenali emosi sendiri dan orang lain (Subyantoro, 2007).

KESIMPULAN

Berdasar hasil penelitian yang diperoleh maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa ada pengaruh metode bercerita terhadap pengendalian emosi marah anak di dalam kelas dapat diterima dengan nilai uji Wilcoxon sebesar -2,805 dan nilai $p < 0,01$. Rata-rata skor *posttest* (65,10) pada kelompok eksperimen

juga lebih rendah daripada rata-rata skor *pretest* (82,40). Hal ini berarti setelah diberi *treatment* berupa pemberian cerita, subyek lebih mampu mengendalikan emosi marahnya.

SARAN

Berdasar hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan maka peneliti mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi pendidik

Peneliti menyarankan agar metode bercerita dapat dijadikan alternative untuk mengendalikan emosi marah anak di dalam kelas. Namun dalam pelaksanaannya pendidik perlu memperhatikan cara penyampaian cerita yang efektif dan memilih cerita dengan topik yang variatif serta mempersiapkan anak agar tidak merasa terpaksa mendengarkan cerita.

2. Bagi peneliti lain

a. Desain eksperimen yang digunakan sebaiknya melibatkan adanya kelompok control agar hasil penelitian

yang diperoleh dapat lebih menggambarkan sebagai akibat dari treatment yang diberikan, bukan dipengaruhi oleh factor belajar atau proses pematangan pada subyek.

b. Alat ukur yang digunakan untuk subyek berusia 6 – 7 tahun sebaiknya berupa behavioral checklist agar pengukuran lebih akurat dan obyektif sesuai dengan keadaan subyek.

DAFTAR PUSTAKA

- Albin, R.S., 2010. *Emosi: Bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkannya*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Asfandiyar, A.Y. 2007. *Cara Pintar Mendongeng*. Bandung: Dar Mizan.
- Christiana, G., Eriany, P. & Goeritno, H. 2008. *Pembelajaran Perilaku Menolong pada Anak TK Melalui Bercerita dengan Panggung Boneka*. *Psikodimensia* 7(2), 120-131.
- Daengsari, D.P. 2009. *Perkembangan Emosi Si Prasekolah*.

www.tabloidnakita.com

Diunduh 15 Oktober 2012

- Finkenauer, C., Engels, R.C.M.E & Baumeister, R.F. 2005. *Parenting Behavioral and Adolescent Behavioural and Emotional Problems: The Role of Self-Control. International Journal of Behavioral Development* 29(1), 58-69.
- Hurlock, E.B. 2008. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Moeslihatoen, R. 2004. *Metode Pengajaran di TK*. Jakarta: PT Rineka
- Musfiroh, T. 2008. *Memilih, Menyusun, dan Menyajikan Cerita untuk Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Tiara Wacana
- Peters, P.T.G & Fox, N.A. 2007. *Cross-cultural Differences in Children's Emotional Reaction to a Disappointing Situation. International Journal of Behavioral Development* 31(2), 161-169
- Safaria, T & Saputra, N.E. 2009. *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara
- Saphiro, L.E. 1999. *Mengajarkan Emotional Intelligence pada Anak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Sarumpaet, R.I. 1996. *Rahasia Mendidik Anak*. Bandung: Indonesia Publishing House
- Strongman, K.T. 2003. *The Psychology of Emotion: From Everyday Life to Theory*. New Zealand: Wiley
- Subyantoro.2007. *Model Bercerita untuk Meningkatkan Kecerdasan Emotional anak*. Semarang: Rumah Indonesia
- Werle, G.D. 2004. *The Lived Experience of Violence: Using Storytelling as a Teaching Tool with Middle School Students. The Journal of School Nursing* 20, 81-87