



PENGARUH *CIRCLE TIME ACTIVITY* TERHADAP PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENGENALAN EMOSI ANAK 5-6 TAHUN

Berliana Malau*, Anayanti Rahmawati

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

Corresponding author: berlianamalau@student.uns.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan kecerdasan emosional anak usia dini penting untuk keterampilan sosial dan kesiapan anak dalam menghadapi berbagai situasi lingkungan secara positif. *Circle time activity* menjadi salah satu metode dengan pendekatan berbasis diskusi kelompok yang mendorong anak untuk mengenali, mengekspresikan, dan memahami emosi dirinya sendiri maupun orang lain yang dapat digunakan untuk mendukung perkembangan kemampuan emosi anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *circle time activity* terhadap kemampuan pengenalan emosi pada anak usia 5-6 tahun. Menggunakan desain *pre-experimental tipe one-group pretest-posttest*, penelitian ini melibatkan 14 anak dari TK PAUD di Surakarta. Data dikumpulkan melalui tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*) untuk mengukur kemampuan anak dalam mengenali dan mengekspresikan emosi. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kemampuan pengenalan emosi anak setelah penerapan *circle time activity*, dengan rata-rata skor *pre-test* sebesar 2,07 dan *post-test* sebesar 8,00. *Circle time activity* menciptakan lingkungan belajar yang dinamis dan inklusif, mendorong anak-anak mengenali emosi melalui diskusi, bermain peran, dan aktivitas kolaboratif. Penelitian ini memperkuat relevansi teori Piaget, Vygotsky, dan Bandura yang menekankan pentingnya interaksi sosial dan pengalaman langsung dalam pembelajaran emosional. Temuan ini berkontribusi dalam pengembangan strategi pembelajaran berbasis aktivitas sosial-emosional yang dapat diterapkan dalam kurikulum pendidikan anak usia dini untuk meningkatkan kecerdasan emosional.

Kata Kunci: *circle time activity*; pengembangan emosi; anak usia dini; pengenalan emosi; interaksi sosial

ABSTRACT

The development of emotional intelligence in early childhood is important for children's social skills and readiness to face various situations positively. Circle time activity is one method that uses group discussion-based approach to encourage children to recognize, express, and understand their own emotions as well as those of others, which can support the development of their emotional abilities. This study aims to analyze the effect of circle time activity on emotional recognition skills of children aged 5-6 years. Using pre-experimental design with one-group pretest-posttest model, the research involved 14 kindergarteners in Surakarta. Data was collected through pre-test and post-test assessments to measure children's ability to recognize and express emotions. The results showed significant improvement in emotional recognition skills after implementing circle time activity, with an average pre-test score of 2.07 and post-test score of 8.00. Circle time activity created dynamic and inclusive learning environment, encouraging children to recognize emotions through discussions, role-playing, and collaborative activities. This research supported the relevance of theories by Piaget, Vygotsky, and Bandura, emphasizing the importance of social interaction and direct experiences in emotional learning. These findings contribute to developing social-emotional-based learning strategies that can be integrated into early childhood education curricula to enhance emotional intelligence.

Keywords: *circle time activity*; emotional development; early childhood; emotion recognition; social interaction

PENDAHULUAN

Emosi merupakan kondisi kompleks pada organisme yang mencakup perubahan fisik, seperti pernapasan, detak jantung, dan aktivitas kelenjar, serta kondisi mental yang melibatkan perasaan kuat. Keadaan ini biasanya disertai dorongan yang mengarah pada perilaku tertentu, seperti rasa gembira (Lazarus, 1991; Mashar, 2022). Emosi mencakup perasaan, pikiran, keadaan biologis dan psikologis, serta kecenderungan

untuk bertindak seperti amarah, ketakutan, kebahagiaan, cinta, rasa terkejut, jijik dan sedih (Goleman, 1996). Emosi dimiliki oleh semua manusia sejak lahir, yang berfungsi untuk memberitahukan gambaran perasaan yang dialami seseorang kepada orang lain. Perkembangan emosi pada anak-anak telah dimulai ketika bayi baru dilahirkan menangis. Tangisan bayi menunjukkan emosi pertama anak, yang menyiratkan perasaannya. Sejalan dengan bertambahnya usia anak, emosi yang ditunjukkan semakin beragam. Hurlock (1994) menyatakan emosi pada masa awal kanak-kanak sangat kuat, sering menyebabkan ketidakseimbangan dan kesulitan dalam pengendalian, terutama pada usia 2,5-3,5 tahun dan 5,5-6,5 tahun. Selama akhir masa kanak-kanak, terjadi peningkatan emosi yang signifikan dipengaruhi oleh faktor fisik dan lingkungan, namun cenderung lebih tenang hingga masa pubertas.

Sepanjang rentang kehidupan, manusia akan dihadapkan pada berbagai emosi yang ditunjukkan oleh orang-orang yang berada di sekitarnya. Emosi yang ditunjukkan oleh orang-orang di sekitar perlu untuk diberikan tanggapan atau respon. Pemberian tanggapan terhadap emosi yang ditunjukkan oleh orang-orang di sekitar akan dapat berjalan dengan baik jika individu telah memiliki kemampuan pengenalan emosi. Kemampuan pengenalan emosi merupakan elemen penting dalam kecerdasan emosional, yang mencakup kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri dan orang lain secara akurat. Menurut Goleman (1996), mengenali emosi menjadi fondasi utama bagi kecerdasan emosi, karena anak-anak yang mampu memahami emosi mereka sendiri dan orang lain menunjukkan potensi kecerdasan emosional. Ekman & Cordaro (2011) menambahkan bahwa kemampuan ini juga melibatkan pengenalan dan penafsiran ekspresi wajah serta isyarat emosional dengan tepat. Salovey & Mayer (1990) memandang kemampuan mengenali emosi sebagai komponen kecerdasan sosial yang membantu seseorang memantau perasaan sendiri dan orang lain. Pada anak usia dini, kemampuan ini berkembang secara bertahap dan menjadi fondasi penting sebelum mereka dapat mengelola dan mengekspresikan emosi dengan lebih kompleks.

Ekman & Cordaro (2011) mengidentifikasi enam emosi dasar yang dialami manusia di semua budaya sejak masa bayi, yaitu bahagia, sedih, takut, jijik, marah, dan terkejut. Hurlock (1994) menambahkan bahwa pola emosi umum meliputi amarah, takut, cemburu, ingin tahu, iri hati, gembira, sedih, dan kasih sayang. Goleman (1996) menyebutkan emosi dasar mencakup kemarahan, kesedihan, rasa takut, cinta, jijik, dan kejutan. Variasi dalam penyebutan emosi dasar juga diakui oleh Ekman, Hurlock, dan Goleman, yang menyatakan emosi dasar memainkan peran penting dalam perkembangan manusia. Emosi menjadi aspek universal yang menghubungkan manusia secara mendalam di berbagai budaya.

Kemampuan mengenali emosi memiliki peran penting bagi anak karena emosi berfungsi sebagai sinyal sosial yang menunjukkan perasaan seseorang. Anak-anak menyampaikan sinyal sosial melalui berbagai ekspresi wajah untuk mengkomunikasikan perasaan mereka, yang membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya (Rahmawati, 2021). Manfaat pengenalan emosi bagi anak mencakup kemampuan untuk menyampaikan kebutuhan dan perasaan mereka kepada orang lain. Emosi juga berkontribusi dalam membentuk kepribadian dan kemampuan anak untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Perilaku emosional anak sering menjadi dasar penilaian sosial terhadap dirinya, memengaruhi interaksi sosial melalui respons yang ditunjukkan kepada lingkungan. Emosi memengaruhi suasana psikologis di lingkungan anak. Perilaku emosional yang berulang membentuk kebiasaan tertentu. Ketegangan emosional pada anak menghambat atau mengganggu aktivitas motorik dan mental mereka. Pengelolaan emosi secara sehat penting dilakukan

(Rahmawati, 2021). Teori yang dikemukakan oleh Goleman, Mayer & Salovey, dan Ekman menjadi dasar dalam merumuskan aspek dan indikator pengenalan emosi pada anak usia dini. Aspek yang dinilai mencakup mengidentifikasi dan menyebutkan perasaan dasar, mengenali situasi atau kejadian yang menyebabkan emosi tertentu, menunjukkan ekspresi wajah yang sesuai dengan emosi yang dirasakan, dan berbicara tentang perasaannya kepada orang dewasa atau teman sebayanya.

Hasil observasi dan *pre-test* di TK PAUD di Surakarta mengkaji pengenalan delapan jenis emosi, yaitu gembira, sedih, takut, marah, kasih sayang, cemburu, iri hati, dan ingin tahu. Sebagian anak mampu mengenali dan mengekspresikan emosi dasar dengan baik. Skor *pre-test* menunjukkan pengenalan emosi gembira, sedih, takut, dan marah berada dalam kategori tinggi. Pengenalan emosi kasih sayang, cemburu, iri hati, dan ingin tahu tergolong rendah. Analisis indikator penilaian menunjukkan kemampuan anak dalam menunjukkan ekspresi wajah sesuai dengan emosi yang dirasakan, mengidentifikasi dan menyebutkan perasaan dasar, serta mengenali situasi atau kejadian yang memicu emosi tertentu berada dalam kategori sedang. Kemampuan berbicara tentang perasaan kepada orang dewasa atau teman sebaya berada dalam kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan perlunya penguatan stimulasi dalam pengenalan dan ekspresi emosi yang lebih kompleks. Hasil observasi dan *pre-test* yang dilakukan mengindikasikan bahwa anak-anak masih memerlukan dukungan tambahan untuk memahami dan mengelola emosi yang lebih kompleks, serta berbicara tentang perasaan anak kepada orang lain.

Circle time dapat didefinisikan sebagai bentuk intervensi universal yang digunakan dalam mempromosikan pembelajaran sosial dan emosional di sekolah (Cefai dkk, 2014). Mosley (Cefai dkk, 2014) menyatakan *circle time* menciptakan lingkungan yang aman bagi anak-anak untuk mempelajari dan melatih keterampilan sosial dan emosional, seperti mendengarkan, mengungkapkan perasaan, menghormati orang lain dan menyelesaikan masalah, dalam suasana yang inklusif, peduli, dan demokratis. Lingkaran dalam *circle time* melambangkan kesetaraan, menegaskan bahwa setiap individu dalam kelompok memiliki peran yang sama. Menurut Collins (Mumcuoğlu, 2022) *circle time* merupakan aktivitas terstruktur yang biasanya digunakan untuk memulai kegiatan kelas. Anak-anak dan pendidik duduk bersama di lantai dalam posisi sejajar untuk berbicara, berbagi, dan berkomunikasi. Aktivitas dalam *circle time* mencakup *sharing*, *calendar time*, *reviewing the schedule*, *language-literacy & numeracy*, *morning message*, bernyanyi dan menari, *transition time*, serta *roll call*. Kegiatan-kegiatan ini dirancang untuk menciptakan lingkungan belajar yang dinamis dan menyenangkan bagi anak-anak.

Collins (2011) menunjukkan bahwa *circle time* efektif dalam mendukung pengembangan keterampilan pengenalan emosi anak-anak. *Circle time* membantu anak-anak mengenali, menamai, dan mengekspresikan perasaan anak dalam lingkungan yang aman dan inklusif. *Circle time* tidak hanya membantu anak mengenali dan memahami emosi, tetapi juga meningkatkan keterampilan sosial, rasa percaya diri, dan kemampuan mengelola emosi. Guru berperan sebagai fasilitator yang memfasilitasi diskusi terbuka, meningkatkan kesadaran emosional dan keterampilan sosial anak. Hasil ini relevan untuk anak usia 5-6 tahun, saat pengembangan kecerdasan emosional menjadi dasar penting dalam pembelajaran sosial-emosional. Sementara itu, Glazzard (2016) juga menunjukkan *circle time* sebagai strategi efektif untuk mendukung pengembangan kemampuan pengenalan emosi pada anak usia 5-6 tahun. *Circle time* membantu anak-anak belajar mengenali dan mengekspresikan emosi anak dalam lingkungan yang aman. *Circle time* juga meningkatkan keterampilan sosial seperti

mendengarkan dan berbicara secara bergantian. Bustamante (2018) mengeksplorasi penggunaan *circle time* di kelas prasekolah dengan fokus pada keterlibatan emosional anak-anak dan kualitas interaksi selama kegiatan tersebut. Penelitian ini menyoroti pentingnya memanfaatkan waktu *circle time* secara optimal untuk mendukung perkembangan sosial dan emosional anak-anak. Hasil penelitian menunjukkan efektivitas *circle time* dalam mengembangkan kemampuan anak usia 5-6 tahun untuk mengenali dan mengekspresikan emosi. Anak-anak yang rutin mengikuti *circle time* mengalami peningkatan signifikan dalam keterampilan pengenalan dan ekspresi emosi.

Berdasarkan hasil observasi dan *pre-test*, terdapat empat jenis emosi kompleks seperti cemburu, iri hati, kasih sayang dan ingin tahu belum tercapai. Hasil penelitian Collins, Glazard, dan Bustamantae menunjukkan *circle time* efektif dalam mengatasi pengembangan kemampuan pengenalan emosi anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dan menyoroti pentingnya pengenalan emosi pada anak usia dini sebagai aspek krusial dalam perkembangan anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan selama dua bulan, dari bulan September hingga Oktober 2024 setelah memperoleh izin dari pihak terkait. Penelitian ini menggunakan metode *Pre-Experimental Designs*, yaitu desain penelitian eksperimen yang belum sepenuhnya mengontrol variabel luar yang dapat memengaruhi hasil penelitian (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, variabel dependen berupa aktivitas *circle time activity* tidak sepenuhnya dipengaruhi oleh variabel independen berupa kemampuan mengenal emosi anak usia 5-6 tahun karena tidak adanya variabel kontrol dan sampel yang tidak dipilih secara acak.

Desain yang digunakan adalah *One-Group Pretest-Posttest Design*, yaitu objek penelitian ini adalah 14 anak usia 5-6 tahun di Kelompok B TK PAUD di Surakarta diobservasi pada tahap *pre-test*, kemudian diberikan perlakuan (*treatment*), dan dilanjutkan dengan *post-test* (Creswell, 2019). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar penilaian berbasis *rating behavior* yang mencakup indikator pengenalan emosi anak. Prosedur pengumpulan data dimulai dengan pelaksanaan *pre-test*, dilanjutkan dengan penerapan aktivitas *circle time activity* dan diakhiri dengan *post-test* untuk mengukur perubahan kemampuan anak. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji prasyarat *Shapiro-Wilk* untuk normalitas data, serta uji hipotesis menggunakan *paired sample t-Test*, menggunakan SPSS dengan memformulasikan H_0 dan H_1 untuk mengintretasikan hasil *output* dalam menentukan perbedaan antara skor *pre-test* dan *post-test* dengan pernyataan: H_1 (terdapat pengaruh aktivitas *circle time activity* terhadap kemampuan pengenalan emosi anak usia 5-6 tahun) dan H_0 (tidak terdapat pengaruh aktivitas *circle time activity* terhadap kemampuan pengenalan emosi anak usia 5-6 tahun)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Emosi mendorong individu untuk bertindak dan menghasilkan respons yang nyata. Emosi meliputi perasaan atau pikiran khas, kondisi biologis dan psikologis tertentu, serta kecenderungan untuk bertindak (Goleman, 1996). Kemampuan mengenali emosi menjadi bagian penting dalam kecerdasan emosional. Goleman (1996) menyatakan anak yang mampu memahami emosi diri sendiri dan orang lain memiliki kecerdasan emosional. Salovey & Mayer (1990) mengartikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan memantau perasaan dan emosi diri sendiri serta orang lain. Ekman & Cordaro (2011) menambahkan bahwa kecerdasan emosional mencakup kemampuan

mengenali dan menafsirkan ekspresi wajah serta isyarat emosional. Mengenali emosi menjadi fondasi utama dalam pencapaian kecerdasan emosi pada anak. Pemahaman dan identifikasi emosi dasar perlu dikuasai anak sebelum anak dapat mengekspresikan dan mengelola emosi secara optimal. Pengembangan kecerdasan emosi anak dimulai dengan memberikan bimbingan untuk mengenali emosi secara sederhana sesuai tahap perkembangan anak. Kecerdasan emosional mencakup pengenalan, pengelolaan, dan ekspresi emosi yang tepat. Kemampuan pengelolaan dan ekspresi emosi yang sesuai menunjukkan tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi. Indikator kemampuan pengenalan emosi pada anak usia dini meliputi mengidentifikasi dan menyebutkan perasaan dasar, mengenali situasi atau kejadian yang menyebabkan emosi tertentu, menunjukkan ekspresi wajah yang sesuai dengan emosi yang dirasakan dan berbicara tentang perasaannya kepada orang dewasa atau teman sebayanya.

Penelitian ini menggunakan model eksperimen dengan desain *one group pre-test post-test*. Data dikumpulkan melalui pengukuran *pre-test* dan *post-test*. Peneliti sebelumnya menguji tujuh emosi dasar sesuai tahapan perkembangan anak yang diungkapkan oleh Hurlock. Fokus penelitian diarahkan pada tiga emosi dengan skor terendah untuk dijadikan materi dalam perlakuan (*treatment*). Perlakuan dilakukan sebanyak sembilan kali, dengan tiga sesi untuk masing-masing emosi. Emosi yang menjadi fokus perlakuan adalah cemburu, iri hati, dan kasih sayang. Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa pada kelompok eksperimen yang terdiri dari 14 anak, nilai rata-rata sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) adalah 2,071 dengan nilai tertinggi 4, nilai terendah 0, dan standar deviasi sebesar 1,268. Setelah diberikan perlakuan (*post-test*), rata-rata nilai meningkat menjadi 8, dengan nilai tertinggi 12, nilai terendah 2, dan simpangan baku sebesar 3,486.

Tabel 1. Deskripsi Data

	N	Range	Min	Max	Mean	Std. Deviation
<i>Pre-test</i>	14	4	0	4	2.071	1.268
<i>Post-test</i>	14	10	2	12	8	3.486

Analisis data melalui *Paired-sample T-test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara rata-rata skor *pre-test* dan *post-test*, yaitu masing-masing 2.07 dan 8.00, dengan nilai signifikansi ($p = 0.000 < 0.05$). Hasil uji *Paired-sample T-test* menunjukkan nilai $t = -6.598$ dan nilai signifikansi $p = 0.000$. Hipotesis diterima hasil ini membuktikan adanya perbedaan yang signifikan antara rata-rata nilai kemampuan pengenalan emosi anak sebelum dan sesudah menggunakan *circle time activity*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa *circle time activity* berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan pengenalan emosi pada anak usia 5-6 tahun.

Tabel 2. *Paired-sample Test*

Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
			Lower	Upper			
-5.929	3.362	.898	-7.870	-3.987	-6.598	13	.000

Tabel 3. *Paired-sample Statistics*

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
<i>Pre-test</i>	2.07	14	1.269	.339

Penelitian menunjukkan peningkatan kemampuan anak dalam mengenali emosi setelah penerapan *circle time activity*. Hasil tersebut sejalan dengan teori Piaget yang menekankan peran pengalaman langsung dan interaksi dalam membangun pemahaman anak (Santrock, 2017). Vygotsky menyoroti interaksi sosial sebagai faktor utama dalam pembelajaran anak. Zona perkembangan proksimal (ZPD) menjelaskan perkembangan lebih optimal ketika anak berinteraksi dengan individu yang lebih berpengalaman (Morrison, 2016). Teori belajar sosial Bandura menekankan pentingnya observasi, model, dan interaksi sosial dalam membentuk perilaku (Abdullah, 2019). Bronfenbrenner mengemukakan teori ekosistem yang menyoroti peran lingkungan terhadap perkembangan manusia (Bronfenbrenner & Morris, 2006; Dharma, 2023). Penerapan *circle time activity* memberikan dukungan terhadap perkembangan anak dengan menciptakan pengalaman belajar yang interaktif.

Circle time activity memfasilitasi pembelajaran kolaboratif, pengamatan, dan penguatan perilaku positif. Kegiatan ini membantu perkembangan psikososial anak, meningkatkan rasa percaya diri, serta memperkuat keterampilan sosial. *Circle time activity* tidak hanya menjadi rutinitas, tetapi juga berperan sebagai alat strategis dalam mendukung perkembangan holistik anak. Penelitian ini memperkuat temuan Collins (2011) yang menyoroti *circle time activity* sebagai aktivitas terstruktur yang bertujuan menciptakan lingkungan belajar yang dinamis dan menyenangkan bagi anak-anak. Hasil penelitian ini menunjukkan efektivitas *circle time activity* dalam mendukung pengembangan keterampilan pengenalan emosi pada anak-anak. Glazzard (2016) dan Bustamante (2018) juga menemukan bahwa *circle time activity* merupakan strategi yang efektif untuk mendukung pengembangan kemampuan pengenalan emosi pada anak usia 5-6 tahun.

Penelitian ini mengadaptasi tahapan *circle time activity* dari model Mosley (2006) untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan emosional anak. Tahapan awal, seperti *meeting up* dan *warming up*, dirancang untuk menciptakan suasana nyaman dan santai. Anak-anak diajak bernyanyi, bermain *mini games*, dan melakukan *ice breaking* untuk membangun rasa kebersamaan. Aktivitas ini memberi anak kesempatan untuk mengenali emosi dan menyampaikan perasaan mereka di hadapan teman-teman. Tahap berikutnya, *opening up*, mendorong anak untuk berdiskusi dan berbagi melalui kegiatan seperti bermain peran, diskusi gambar, dan eksplorasi cerita. Kegiatan ini bertujuan menanamkan keyakinan pada kemampuan anak untuk meraih keberhasilan dan tanggung jawab atas pilihan anak. Penggunaan boneka emosi dan diskusi gambar membantu anak memahami emosi dengan lebih baik. Tahapan akhir, *cheering up* dan *calming down*, berfokus pada memberikan apresiasi dan menciptakan suasana tenang. Anak-anak diajak untuk saling memuji, melakukan visualisasi kreatif, dan latihan pernapasan untuk relaksasi. Kegiatan ini membantu anak mengenali emosi dalam diri anak dan orang lain, serta memberikan afirmasi positif yang memperkuat rasa percaya diri dan kesejahteraan emosional.

Tabel 4. Hasil Kategorisasi Kemampuan Pengenalan Emosi Anak

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
<i>Valid</i>	Rendah	3	21.4	21.4	21.4
	Sedang	9	64.3	64.3	85.7
	Tinggi	2	14.3	14.3	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

Hasil analisis data menunjukkan rata-rata kemampuan pengenalan emosi anak berada dalam kategori sedang dengan persentase 64.3%. Sebagian besar anak mulai mengenal emosi dengan baik, terlihat dari 9 dari 14 anak yang termasuk dalam kategori baik, sementara 2 anak lainnya menunjukkan kemampuan pengenalan emosi yang sangat baik berdasarkan skor yang diperoleh. *Circle time activity* yang menyenangkan dan memberikan kenyamanan berperan penting dalam mendukung anak-anak untuk mengekspresikan emosinya secara leluasa kepada guru dan teman sebaya, sehingga meningkatkan kemampuan mereka dalam mengenali dan memahami emosi.

Tabel 5. Perbandingan nilai rata-rata anak laki-laki dan perempuan

	N	Pre-test	Post-test
Laki-laki	4	2.5	8.75
Perempuan	10	1.9	7.7

Analisis hasil menunjukkan nilai *post-test* anak laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan anak perempuan. Temuan ini bertentangan dengan penelitian Sitorus (2023) yang menyatakan bahwa anak perempuan memiliki ekspresi emosional yang lebih netral dan tenang, sedangkan anak laki-laki lebih cenderung menunjukkan emosi seperti kejutan, rasa ingin tahu, kemarahan, atau frustrasi. Ekspresi emosional yang lebih sering ditampilkan oleh anak perempuan dianggap sebagai faktor yang berkontribusi pada kemampuan sosial dan emosional anak yang lebih tinggi. Perbedaan hasil penelitian ini mungkin disebabkan oleh ukuran sampel yang kecil dan distribusi yang tidak merata antara anak laki-laki dan perempuan. Variasi pola interaksi sebagai respons terhadap stimulasi menunjukkan bahwa ekspresi emosional dapat memengaruhi hasil pembelajaran dan perkembangan sosial-emosional secara berbeda pada kedua kelompok tersebut.

Tabel 6. Aspek dan Indikator Kemampuan pengenalan Emosi

Aspek	Indikator
Kemampuan Pengenalan Emosi Diri	Mengidentifikasi dan menyebutkan perasaan dasar Mengenali situasi atau kejadian yang menyebabkan emosi tertentu Menunjukkan ekspresi wajah yang sesuai dengan emosi yang dirasakan Berbicara tentang perasaannya kepada orang dewasa atau teman sebayanya

Penelitian menunjukkan peningkatan kemampuan anak dalam mengenali emosi setelah penerapan *circle time activity*. Lingkungan pembelajaran yang mendukung interaksi sosial dan eksplorasi emosi memainkan peran penting dalam perkembangan emosional anak. Hasil penelitian ini sesuai dengan indikator kemampuan pengenalan emosi yang dirumuskan untuk mengembangkan kemampuan tersebut, sejalan dengan teori yang mendasari.

Tabel 7. Nilai Rata-rata Indikator

Indikator	Nilai rata-rata	
	Pre-test	Post-test
1	0.3571	2.2143
2	0.0714	1.7143
3	1.6429	2.6429
4	0	1.4286

Analisis kemampuan pengenalan emosi anak menunjukkan indikator ketiga, yang berkaitan dengan menunjukkan ekspresi wajah sesuai emosi yang dirasakan, memperoleh skor tertinggi. Skor rata-rata untuk indikator ini mencapai 2,642 dari nilai maksimal 3, kemampuan pengenalan emosi anak berada pada kategori tinggi, menunjukkan bahwa anak sudah memiliki kemampuan pengenalan emosi dengan sangat baik. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan hasil *pre-test* sebelumnya. Anak-anak umumnya mampu mengekspresikan emosi mereka dengan baik melalui ekspresi wajah, sehingga indikator ini memiliki skor lebih tinggi dibandingkan indikator lainnya.

Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan pada indikator pertama yaitu, kemampuan anak dalam mengidentifikasi dan menyebutkan perasaan dasar, dengan skor rata-rata *post-test* mencapai 2,214 dari nilai maksimal 3. Kemampuan pengenalan emosi anak berada pada kategori tinggi, menunjukkan bahwa anak sudah memiliki kemampuan pengenalan emosi dengan sangat baik. Peningkatan tersebut dipengaruhi oleh *circle time activity* yang dirancang untuk menciptakan lingkungan nyaman, memungkinkan anak merasa rileks dan merasakan kebersamaan dalam lingkaran. Anak-anak diajak mengenali dan merespons emosi melalui berbagai aktivitas yang mendukung pengembangan keterampilan ini.

Analisis kemampuan pengenalan emosi anak menunjukkan bahwa indikator kedua, mengenali situasi atau kejadian yang menyebabkan emosi tertentu memperoleh skor terendah setelah indikator ketiga, menunjukkan ekspresi wajah yang sesuai dengan emosi dan indikator pertama, mengidentifikasi serta menyebutkan perasaan dasar. Rata-rata skor *post-test* untuk indikator ini mencapai 1,714 dari nilai maksimal 3, kemampuan pengenalan emosi anak berada pada kategori sedang, menunjukkan bahwa anak sudah mulai memiliki kemampuan pengenalan emosi dengan baik. Skor pada indikator mengenali situasi atau kejadian yang memicu emosi tertentu lebih rendah dibandingkan indikator lainnya karena indikator ini termasuk dalam kategori *middle order thinking* dalam Taksonomi Bloom, yang memerlukan kemampuan berpikir menengah.

Tingkatan kemampuan berpikir terdiri dari *low order thinking*, yang mencakup kemampuan berpikir dasar, *middle order thinking*, yang mencakup kemampuan berpikir menengah, dan *higher order thinking*, yang mencakup kemampuan berpikir tingkat tinggi (Saifer, 2018; Salmiati, 2020). *Middle order thinking* memperkenalkan anak pada cara berpikir berbasis logika, di mana anak mulai mampu mengelompokkan sesuatu sesuai kriteria dan menghubungkan satu peristiwa dengan peristiwa lainnya. *Middle order thinking*, menurut Taksonomi Bloom, mencakup kemampuan berpikir menengah yang diperlukan untuk mengenali situasi atau kejadian yang memicu emosi tertentu.

Hasil analisis kemampuan pengenalan emosi anak menunjukkan bahwa indikator keempat, yaitu berbicara tentang perasaannya kepada orang dewasa atau teman sebaya, memperoleh skor terendah dengan rata-rata 1,428 dari nilai maksimal 3, kemampuan pengenalan emosi anak berada pada kategori sedang, menunjukkan bahwa anak sudah mulai memiliki kemampuan pengenalan emosi dengan baik. Indikator ini menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan dibandingkan dengan indikator lainnya. Kemampuan berbicara tentang perasaan kepada orang dewasa membutuhkan tingkat berpikir yang tinggi berdasarkan Taksonomi Bloom, yang termasuk dalam kategori *higher order thinking*. *Higher order thinking* adalah tingkat kemampuan berpikir tertinggi yang memerlukan pemahaman pada dua tahap awal, yaitu *low* dan *middle*. Pada tahap ini, anak-anak menunjukkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif (Saifer,

2018; Salmiati, 2020). Peningkatan skor dalam indikator keempat dapat dikaitkan dengan penerapan *circle time activity*, yang efektif dalam membantu anak mengenali dan memahami emosi, memperkaya kosakata emosional, serta mengajarkan strategi pengaturan diri. Keterampilan ini penting untuk pengenalan dan pengendalian emosi, yang merupakan bagian dari kemampuan berpikir tingkat tinggi.

Circle time activity menciptakan lingkungan yang kondusif untuk mengenali emosi. *Circle time activity* memberikan ruang bagi anak-anak untuk mengekspresikan dan memahami emosi anak dalam suasana yang mendukung. Pengenalan emosi selama *circle time activity* membantu anak-anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang penting dalam interaksi sosial. *Circle time activity* menyediakan pendekatan interaktif dan menyenangkan untuk mengenalkan emosi kepada anak-anak. *Circle time activity* melibatkan permainan, diskusi, dan kegiatan kelompok yang mendorong partisipasi aktif. *Circle time activity* merupakan pendekatan yang menyenangkan, anak-anak lebih mudah memahami konsep emosi dan belajar cara mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang sehat dan konstruktif.

Pengembangan kemampuan pengenalan emosi merupakan bagian esensial dari pendidikan anak usia dini. Anak-anak belajar mengenali dan memahami berbagai jenis emosi yang anak alami serta yang dialami oleh orang lain. Proses ini berkontribusi pada pembentukan empati dan kemampuan sosial yang lebih baik, yang penting untuk keberhasilan anak di masa depan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *circle time activity* berperan signifikan dalam meningkatkan kemampuan pengenalan emosi anak usia 5-6 tahun. *Circle time activity* menciptakan lingkungan pembelajaran yang mendukung interaksi sosial dan eksplorasi emosi, terbukti efektif bagi anak-anak untuk mengenali dan mengekspresikan emosi anak dengan lebih baik. Hasil menunjukkan bahwa *circle time activity* tidak hanya mendukung perkembangan emosional, tetapi juga memperkaya keterampilan sosial dan interpersonal anak, sejalan dengan teori-teori perkembangan anak.

SIMPULAN

Penelitian ini menguji pengaruh *circle time activity* terhadap kemampuan pengenalan emosi pada anak usia 5–6 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *circle time activity* memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan pengenalan emosi. Rata-rata skor *post-test* sebesar 8 dari nilai maksimal 12 lebih tinggi dibandingkan dengan *pre-test*, yang menunjukkan adanya peningkatan setelah perlakuan diberikan. *Circle time activity* membantu anak mengenali, menamai, dan mengekspresikan perasaan dalam lingkungan yang aman dan inklusif. Berdasarkan hasil tersebut, direkomendasikan agar lembaga pendidikan anak usia dini mengintegrasikan *circle time activity* secara rutin dalam pembelajaran untuk mendukung perkembangan sosial-emosional anak. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan cakupan yang lebih luas untuk mengeksplorasi dampak *circle time activity* terhadap aspek perkembangan lainnya, seperti keterampilan sosial dan regulasi emosi. Implementasi yang lebih optimal diharapkan dapat mendukung perkembangan anak usia dini secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, S. M. (2019). Social cognitive theory: A Bandura thought review published in 1982-2012. *Psikodimensia*, 18(1), 85. <https://doi.org/10.24167/psidim.v18i1.1708>.

- Bustamante, A. S., Hindman, A. H., Champagne, C. R., & Wasik, B. A. (2018). How do preschool classrooms use this part of the day? *The Elementary School Journal*, 118(4), 323.
- Cefai, C., Ferrario, E., Cavioni, V., Carter, A., & Grech, T. (2014). Circle time for social and emotional learning in primary school. *Pastoral Care in Education*, 32(2), 116–130. <https://doi.org/10.1080/02643944.2013.861506>.
- Collins, B. (2011). *Empowering Children Through Circle Time: An Illumination of Practice*. Disertasi Doktor, National University of Ireland Maynooth.
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dharma, A. D. S. (2023). Membaca peran teori ekologi bronfenbrenner dalam menciptakan lingkungan inklusif di sekolah. *SPECIAL Special and Inclusive Education Journal*, 3(2), 115–123. <https://doi.org/10.36456/special.vol3.no2.a6642>
- Ekman, P., & Cordaro, D. (2011). What is meant by calling emotions basic. *Emotion Review*, 3(4), 364–370. <https://doi.org/10.1177/1754073911410740>.
- Glazzard, J. (2016). The value of circle time as an intervention strategy. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 6(2), 207. <https://doi.org/10.5539/jedp.v6n2p207>.
- Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Hurlock, E. (1994). *Psikologi Perkembangan* (5th ed.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Mashar, R. (2022). *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*. Jakarta: Kencana.
- Morrison, G. S. (2016). *Pendidikan Anak Usia Dini Saat ini*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mosley, J. (2006). *Step-by-step guide to circle time*. Dikutip dari www.circle-time.co.uk.
- Mumcuoğlu, A. (2022). *Early Childhood Teachers' Beliefs and Self-Reported Practices About Circle Time*. Thesis Master, Middle East Technical University.
- Rahmawati, A. (2021). *Buku Ajar Pengembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini*.
- Salmiati, S. (2020). Higher order thinking skill (HOTS) pada anak usia dini. *Jurnal Suloh*, 5(2), 1–10.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>.
- Santrock, J. (2017). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Sitorus, A. S. (2023). Keterampilan sosial dan emosional anak usia dini: Analisis gender. *Generasi Emas*, 6(1), 49–57. [https://doi.org/10.25299/ge.2023.vol6\(1\).11000](https://doi.org/10.25299/ge.2023.vol6(1).11000).
- Sugiyono, D. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Penerbit Alfabeta.