

**UPAYA MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI ANAK MELALUI
RELAKSASI PADA ANAK KELOMPOK B DI TK KEMALA
BHAYANGKARI 71 KARANGANYAR TAHUN AJARAN
2014-2015**

SKRIPSI

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mencapai
derajat Sarjana S-1**



Oleh:

MUHAMAD SETIAWAN

A520110044

**PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
MARET, 2015**

**UPAYA MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI ANAK MELALUI
RELAKSASI PADA ANAK KELOMPOK B DI TK KEMALA
BHAYANGKARI 71 KARANGANYAR TAHUN AJARAN 2014-2015**

Diajukan Oleh:

MUHAMAD SETIAWAN

A520110044

Skripsi telah disetujui oleh pembimbing skripsi Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah
Surakarta untuk dipertahankan di hadapan tim penguji skripsi.

Surakarta, 23 Maret 2015

Pembimbing I



Drs. Ilham Sunaryo, M.Pd.AUD
NIK. 354

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI

UPAYA MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI ANAK MELALUI
RELAKSASI PADA ANAK KELOMPOK B DI TK KEMALA
BHAYANGKARI 71 KARANGANYAR TAHUN AJARAN
2014-2015

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

MUHAMAD SETIAWAN

A520110044

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada hari Selasa tanggal 31 Maret 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

1. Drs. Ilham Sunaryo, M.Pd.AUD (.....)
2. Junita Dwi Wardhani, SE, M.Ed (.....)
3. Dra. Surtikanti, M.Pd (.....)

Surakarta, 1 April 2015

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dekan,



(Prof. Dr. Harun Joko Prayitno M.Hum)

NIP. 196504281993031001

PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : Muhamad Setiawan

NIM : A520110044

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosi Anak Melalui Relaksasi Pada Anak Kelompok B di TK Kemala Bhayangkari 71 Karanganyar Tahun Ajaran 2014-2015

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bebas plagiat karya orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu/ dikutip dalam naskah dan disebutkan pada daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti skripsi ini hasil plagiat, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Surakarta, 23 Maret 2015

Yang membuat pernyataan,

Ditandatangani



Muhamad Setiawan

A520110044

MOTTO

(Penulis)

Tak pernah berkurang semangat ini untuk mengejar impian, apapun hasilnya suatu kebanggaan bagiku walaupun impian yang kukejar secara akal sehat tak mungkin aku meraihnya. Namun bagaimanapun hasilnya sepenuhnya kupasrahkan kepada tuhan setelah aku mencapai batas kemampuan dan usaha dari kerja kerasku.

(Kahlil Gibran)

Kemarin adalah masa lalu dan masa lalu adalah sejarah yang dapat dijadikan contoh bagi kita.
Hari ini adalah perjuangan untuk masa depan dan masa depan adalah cita-citaku.

(Omar Mohammad, 1979:622)

“Lemah lembutlah kepada orang yang kamu ajar dan kepada orang yang mengajar kamu”

(Hadisth Riwayat Al Bukhori)

Selama manusia mau berusaha dan berdoa maka pasti Allah tidak akan menyalahkan usahanya sesuai dengan firman Allah “Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum kecuali kaum itu mau berusaha untuk mengubahnya sendiri.”

(Walt Disney)

“Jika anda dapat memimpikannya
Anda dapat melakukannya”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Allah SWT

Atas Rahmat serta Hidayah-Nya, sehingga skripsi ini dapat selesai pada tepat waktu.

Program SM3T (Sarjana Mendidik di daerah Terdepan, Terluar dan Tertinggal)

Atas motivasinya untuk mengabdikan diri di daerah terdepan, terluar dan tertinggal sehingga memberikan semangat yang luar biasa bagi saya untuk cepat menyelesaikan skripsi ini dan tak sabar untuk mengikuti program SM3T.

Ayah dan Kakakku

Terimakasih atas cinta, kasih sayang, do'a serta dukungan yang kalian berikan kepadaku selama ini. "terimakasih mbak purwanti dan mas sarmanto yang kuanggap orangtua keduaku, lebih dari sekedar kakak"

Ibuku

Bayanganmu yang membangkitkan rasa malasku untuk mencapai tujuanku. Terimakasih walaupun bayangan itu hanya sekejap yang kuingat difikiran ini, tenanglah di Surga.

Almameterku

Dengan bangga aku kenakan almameterku, terimakasih telah menemaniku selama belajar di UMS tercinta ini.

KATA PENGANTAR



Assalamu 'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Alhamdulillahil'alamina, puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya bagi kita semua, serta memberikan kita semua kesehatan dan kesempatan untuk menyelesaikan SKRIPSI. Atas Ridho-Nya kita semua diberi kemudahan serta kelancaran dalam pelaksanaannya. Sholawat serta salam tak lupa kami haturkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun kita dari zaman jahiliyah menuju zaman yang penuh dengan cahaya Islami.

Skripsi yang berjudul “UPAYA MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI ANAK MELALUI RELAKSASI PADA ANAK KELOMPOK B DI TK KEMALA BHAYANGKARI 71 KARANGANYAR TAHUN AJARAN 2014-2015. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mencapai derajat Sarjana S-1 Program studi Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

Penulis menyadari bahwa tanpa arahan, bimbingan serta dorongan tidak akan mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan benar. Untuk itu pada kesempatan ini dengan rasa hormat penulis menghanturkan rasa terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Harun Joko Prayitno, M.Hum selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ijin melakukan penelitian ini.
2. Drs. Ilham Sunaryo, M.Pd.AUD selaku ketua Program Studi PG-PAUD FKIP UMS serta pembimbing, yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam penyusunan skripsi hingga selesai.

3. Junita Dwi Wardhani, SE, M.Ed selaku penguji II, yang telah memberikan bimbingan serta motivasi dalam penyusunan skripsi hingga selesai.
4. Dra. Surtikanti, SH. M.Pd selaku penguji III, yang telah memberikan bimbingan dalam kesempurnaan penyusunan skripsi.
5. Sri Slamet, S.Pd. M.Hum selaku pembimbing akademik
6. Trihora Mimiek Irianti S.Pd selaku Kepala Sekolah TK Kemala Bhayangkari 71 Karanganyar yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
7. Sahabat-sahabat di Progd PG-PAUD, HMP PG-PAUD, LABORATORIUM PG PAUD, DKR, DURASI, yang telah memberikan motivasi dan senantiasa menemani dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kesalahan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran agar dapat memperbaiki dan membangun kesempurnaan skripsi ini.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan khususnya dapat bermanfaat bagi penulis sendiri.

Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Surakarta, 23 Maret 2015

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
HALAMAN ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Pembatasan Masalah	3
C. Perumusan Masalah	4
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	6
A. Kajian Teori	6
1. Kecerdasan	6
a. Pengertian kecerdasan.....	6
b. Pengertian Emosi.....	7
c. Jenis Emosi.....	8
d. Pengertian Kecerdasan Emosi.....	9
e. Metode Pengembangan Kecerdasan Emosi.....	10
2. Relaksasi	11

	a. Pengertian Relaksasi.....	11
	b. Manfaat Relaksasi.....	12
	c. Langkah-langkah Relaksasi.....	13
	B. Tinjauan Pustaka	16
	C. Kerangka Berpikir	17
	D. Hipotesis	18
BAB III	METODE PENELITIAN	19
	A. Jenis dan Prosedur Penelitian	19
	1. Jenis Penelitian	19
	2. Prosedur Penelitian	19
	B. Setting dan Subjek Penelitian	22
	1. Tempat Penelitian	22
	2. Waktu Penelitian.....	22
	3. Subjek Penelitian	24
	C. Metode Pengumpulan Data	24
	D. Instrumen Penelitian	26
	E. Metode Analisis Data	32
	F. Indikator Keberhasilan	37
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
	A. Gambaran Umum TK Kemala Bhayangkari 71 Karanganyar	38
	B. Deskripsi Data Penelitian	40
	C. Deskripsi Hasil Setiap Siklus	42
	D. Pembahasan	58
BAB V	PENUTUP	63
	A. Kesimpulan	63
	B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Rata-rata prosentase keberhasilan setiap siklus	23
Tabel 3.2 Rincian waktu pelaksanaan	24
Tabel 3.3 Rincian penggunaan instrument penelitian untuk memperoleh data	25
Tabel 3.4 Indikator kemampuan emosi anak	27
Tabel 3.5 Butir amatan pedoman observasi kemampuan emosi anak	27
Tabel 3.6 Lembar observasi peningkatan kecerdasan emosi melalui relaksasi	29
Tabel 3.7 Lembar observasi proses belajar mengajar guru	31
Tabel 3.8 Tabulasi skor observasi kecerdasan emosi melalui relaksasi	33
Tabel 3.9 Perbandingan hasil prosentase pencapaian setiap anak	34
Tabel 3.10 Deskriptor peningkatan kecerdasan emosi melalui relaksasi	35
Tabel 4.1 Hasil observasi kecerdasan emosi prasiklus	41
Table 4.2 Hasil observasi kecerdasan emosi siklus I	49
Tabel 4.3 Hasil observasi kecerdasan emosi siklus II	57
Tabel 4.4 Perbandingan pencapaian prosentase anak persiklus	60
Tabel 4.5 Analisa pencapaian skor setiap butir amatan yang dicapai anak	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Alur kerangka berpikir tindakan kelas	18
Gambar 3.1	Siklus penelitian tindakan kelas	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar nama anak didik	67
Lampiran 2	Rencana bidang pengembangan	69
Lampiran 3	Pedoman observasi	73
Lampiran 4	Lembar observasi peningkatan kecerdasan emosi anak melalui relaksasi.....	75
Lampiran 5	Perbandingan hasil prosentase pencapaian setiap anak dengan indikator keberhasilan siklus I dan siklus II	82
Lampiran 6	Dokumentasi	86

ABSTRACT

MuhamadSetiawan/ A520110044. IMPROVING CHILDREN'S EMOTIONAL INTELEGENGE THROUGH RELAXATION IN GROUP B OF KEMALA KINDERGARTEN BHAYANGKARI 71 KARANGANYAR IN ACADEMIC YEAR OF 2014/2015

Final project. Faculty of teacher and Education Department. Muhammadiyah University of Surakarta. March 2015

Relaxation method is an interesting and enjoyable activity for early childhood to learn how to manage emotional them self and another people. However, the reality in the kindergarten that there are many teachers who still use monotonactivity to improve the children's emotional intelegence. The method which is used does not ask the children to be active in every activity, they only ask to sit on the table and listen the teacher without another variation learning. The purpose of this research is to improve the children's emotionalintelegence in KemalaKindergarten Bhayangkari 71 karanganyar in the academic year of 2014-2015. The type of this research is class action research with two cycles procedure which consist of four steps they are planning, the implementation of action research, observation, and reflection. The subject of the research are teacher and 16 students. The result states the relaxation method can improve the children's emotionalintelegence inKemalaKindergarten Bhayangkari 71 karanganyar. The average percentage ofemotional intelegence before the treatment until the second cycle is pre-cycle 51,96%, first cycle 66,80%, second cycle 84,18%. The result of this research is there is an improvement of children's emotionalintelegence using relaxation method inKemalaKindergarten Bhayangkari 71 karanganyar in the academic year 2014-2015.

KEYWORD

emotional intelegence, relaxation.

ABSTRAK

Muhamad Setiawan/ A520110044. **UPAYA MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSI ANAK MELALUI RELAKSASI PADA ANAK KELOMPOK B DI TK KEMALA BHAYANGKARI 71 KARANGANYAR TAHUN AJARAN 2014-2015.** Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Maret, 2015.

Metode relaksasi merupakan metode yang menarik dan menyenangkan bagi anak usia dini yang akan belajar untuk mengelola emosi diri sendiri dan orang lain. Realitas yang terjadi dalam kegiatan belajar di taman kanak-kanak monoton dalam meningkatkan kecerdasan emosi anak. Metode yang digunakan tidak mengajarkan untuk peran aktif dalam setiap kegiatan yang diberikan guru, anak hanya duduk dan memperhatikan guru bercerita tanpa adanya variasi pembelajaran. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kecerdasan emosi anak di TK Kemala Bhayangkari 71 Karanganyar. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) dengan prosedur kerja 2 siklus terdiri dari 4 tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah guru dan 16 anak kelompok B TK Kemala Bhayangkari 71 Karanganyar. Hasil penelitian menyatakan bahwa dengan menggunakan metode relaksasi dapat meningkatkan kecerdasan emosi anak di TK Kemala Bhayangkari 71 Karanganyar. Adapun peningkatan rata-rata persentase kecerdasan emosi anak dari sebelum tindakan sampai dengan siklus 2 yakni prasiklus 51,96%, siklus I mencapai 66,80%, siklus II mencapai 84,18 %. Kesimpulan penelitian ini adalah adanya peningkatan terhadap kecerdasan emosi anak dengan metode relaksasi di TK Kemala Bhayangkari 71 Karanganyar Tahun Ajaran 2014-2015.

Kata kunci: *kecerdasan emosi, relaksasi.*