

Strategi Guru Mengembangkan Regulasi Emosi Siswa Kelas Rendah di Madrasah Ibtidaiyah

Desnia Karlina

Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Program Pascasarjana, Institut Agama Islam Negeri Curup, Indonesia, desniakarlina@gmail.com

Uci Listari

Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Program Pascasarjana, Institut Agama Islam Negeri Curup, Indonesia, uci125@guru.sd.belajar.id

Alzairi Hendrik

Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Program Pascasarjana, Institut Agama Islam Negeri Curup, Indonesia, alzairi.hendrik111@gmail.com

Aida Rahmi Nasution

Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Program Pascasarjana, Institut Agama Islam Negeri Curup, Indonesia
aidarahminasution@iaincurup.ac.id

Abstract: *Emotion regulation is an important aspect of the social and emotional development of lower-grade students in Islamic elementary schools (Madrasah Ibtidaiyah/MI). At this stage, students are still developing their ability to recognize emotions, control their responses, cope with disappointment, and establish positive social relationships. In classroom interactions, difficulties in emotion regulation may arise when students encounter challenging tasks, receive corrective feedback, wait for their turns, or experience conflicts with peers. This study is designed to analyze teachers' strategies for developing emotion regulation among lower-grade students, identify forms of classroom interaction that support this process, and examine the factors that facilitate or hinder its implementation. The study employs a qualitative approach with a case study design. Data are planned to be collected through classroom interaction observations, in-depth interviews with teachers, and relevant documentation. The data will be analyzed thematically by examining the relationships among teachers' responses, students' emotional experiences, and the learning context. The analytical framework draws on Gross's process model of emotion regulation and the perspective of social-emotional learning. Since field data have not yet been collected, this article is an academic draft based on theoretical literature and a proposed case study design rather than a report of completed empirical findings.*

Keywords: *Emotion Regulation, Teacher Strategies, Lower-Grade Students, Islamic Elementary School, Classroom Interaction.*

Abstrak: Regulasi emosi merupakan aspek penting dalam perkembangan sosial-emosional siswa kelas rendah di madrasah ibtidaiyah (MI). Pada fase ini, siswa masih mengembangkan kemampuan mengenali perasaan, mengendalikan respons, menghadapi kekecewaan, serta membangun hubungan sosial yang positif. Dalam interaksi pembelajaran, kesulitan regulasi emosi dapat muncul ketika siswa menghadapi tugas yang menantang, menerima koreksi, menunggu giliran, atau mengalami konflik dengan teman. Penelitian ini dirancang untuk menganalisis strategi guru dalam mengembangkan regulasi emosi siswa kelas rendah, bentuk interaksi pembelajaran yang mendukung proses tersebut, serta faktor pendukung dan penghambat penerapannya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Data direncanakan diperoleh melalui observasi interaksi pembelajaran, wawancara mendalam dengan guru, dan dokumentasi yang relevan. Analisis data dilakukan secara tematik dengan memperhatikan keterkaitan antara respons guru, pengalaman emosional siswa, dan konteks pembelajaran. Kerangka analisis mengacu pada model proses regulasi emosi Gross serta perspektif pembelajaran

sosial-emosional. Karena data lapangan belum tersedia, artikel ini merupakan draf akademik berbasis kajian teori dan rancangan studi kasus, bukan laporan temuan empiris yang telah selesai.

Kata kunci: Regulasi Emosi, Strategi Guru, Siswa Kelas Rendah, Madrasah Ibtidaiyah, Interaksi Pembelajaran.

PENDAHULUAN

Pendidikan pada jenjang madrasah ibtidaiyah tidak hanya berorientasi pada pencapaian kompetensi akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan perkembangan sosial-emosional peserta didik. Siswa kelas rendah, khususnya kelas I, II, dan III, sedang mengembangkan kemampuan memahami dirinya, mengomunikasikan kebutuhan, mengikuti aturan bersama, serta menyesuaikan perilaku dengan tuntutan lingkungan belajar. Dalam proses tersebut, kemampuan regulasi emosi menjadi salah satu aspek yang penting diperhatikan oleh guru. Regulasi emosi dapat dipahami sebagai proses ketika individu memengaruhi emosi yang dialami, waktu kemunculannya, serta cara emosi tersebut dirasakan dan diekspresikan. Gross (2015) menjelaskan bahwa regulasi emosi melibatkan proses yang kompleks, mulai dari mengenali kebutuhan untuk mengatur emosi, memilih strategi, hingga melaksanakan strategi tersebut. Dengan demikian, regulasi emosi tidak semata-mata berarti menahan kemarahan atau menunjukkan perilaku tenang, tetapi juga mencakup kemampuan memahami pengalaman emosional dan memilih respons yang sesuai dengan situasi.

Dalam konteks pembelajaran di kelas rendah, kebutuhan terhadap pengembangan regulasi emosi dapat terlihat dalam berbagai situasi. Sebagai contoh, seorang siswa mungkin merasa kecewa ketika jawabannya dikoreksi, menunjukkan kecemasan ketika diminta membaca di depan kelas, atau mengalami kesulitan menerima kekalahan saat kegiatan kelompok. Respons semacam itu perlu dipahami berdasarkan konteks, tahap perkembangan, pengalaman belajar, serta dukungan yang diterima siswa. Guru tidak seharusnya langsung memberikan label bahwa siswa tersebut nakal, manja, atau tidak mampu mengendalikan diri hanya berdasarkan satu kejadian. Interaksi pembelajaran merupakan ruang penting untuk mengembangkan kemampuan tersebut. Melalui interaksi dengan guru, siswa memperoleh pengalaman mengenai bagaimana perasaan diungkapkan, bagaimana perbedaan pendapat diselesaikan, dan bagaimana seseorang merespons kesalahan. Ketika guru mendengarkan siswa, memberikan arahan yang jelas, dan membantu mereka memahami penyebab perasaannya, kegiatan pembelajaran dapat menjadi kesempatan untuk melatih regulasi emosi. Sebaliknya, respons guru yang mempermalukan siswa atau hanya menuntut kepatuhan tanpa memberikan pemahaman berpotensi membatasi kesempatan siswa belajar mengelola emosinya secara mandiri.

Schlesier, Roden, dan Moschner (2019), melalui tinjauan sistematis mengenai regulasi emosi anak sekolah dasar, menempatkan interaksi guru-siswa sebagai salah satu aspek penting dalam perkembangan regulasi emosi. Tinjauan tersebut juga menunjukkan keterbatasan penelitian mengenai efektivitas program intervensi sekolah. Hal ini menunjukkan perlunya penelitian yang tidak hanya mengidentifikasi strategi guru, tetapi juga menelaah bagaimana strategi tersebut diterapkan dan bagaimana siswa meresponsnya dalam konteks nyata. Dalam

lingkungan madrasah ibtidaiyah, pengembangan regulasi emosi dapat diintegrasikan dengan nilai-nilai pendidikan Islam, seperti sabar, empati, tanggung jawab, menghargai orang lain, dan menyelesaikan perselisihan secara baik. Meskipun demikian, integrasi nilai-nilai tersebut perlu dilakukan secara pedagogis. Kesabaran, misalnya, tidak seharusnya dimaknai sebagai kewajiban siswa untuk selalu diam atau menyembunyikan perasaannya. Siswa perlu memperoleh kesempatan untuk mengungkapkan perasaan secara wajar, memahami dampak perilakunya, dan belajar memilih tindakan yang bertanggung jawab.

Permasalahan akademik yang muncul adalah kemungkinan adanya perbedaan antara pemahaman mengenai pentingnya perkembangan sosial-emosional dan praktik pembelajaran sehari-hari. Guru dapat mengakui pentingnya pengendalian emosi, tetapi dalam praktiknya mungkin lebih berfokus pada penghentian perilaku yang mengganggu pembelajaran daripada membantu siswa mengenali penyebab emosi dan memilih strategi pengelolaan yang tepat. Kesenjangan tersebut tidak dapat dinyatakan sebagai fakta umum di seluruh MI tanpa dukungan data lapangan; hal itu perlu diperiksa melalui pengamatan terhadap interaksi pembelajaran dan pengalaman guru maupun siswa. Atas dasar pertimbangan tersebut, penelitian mengenai strategi guru dalam mengembangkan regulasi emosi siswa kelas rendah di madrasah ibtidaiyah penting dilakukan. Kajian ini diharapkan memberikan pemahaman mendalam mengenai tindakan pedagogis guru, dinamika interaksi yang terjadi, serta kondisi yang mendukung atau menghambat pengembangan regulasi emosi siswa.

METODE

Penelitian ini dirancang menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman proses interaksi, makna tindakan guru, pengalaman siswa, dan kondisi kontekstual yang memengaruhi pengembangan regulasi emosi. Studi kasus digunakan untuk mengkaji fenomena secara mendalam dalam batas konteks tertentu. Kasus perlu ditentukan secara jelas, misalnya praktik guru kelas II dalam mengembangkan regulasi emosi melalui interaksi pembelajaran di satu MI selama periode pengamatan tertentu. Penetapan batas kasus membantu peneliti membedakan fenomena utama dari persoalan di luar cakupan penelitian. Desain ini tidak ditujukan untuk menghasilkan generalisasi statistik. Hasilnya diharapkan memberikan pemahaman kontekstual yang dapat dipertimbangkan pada situasi lain dengan memperhatikan kesamaan dan perbedaan karakteristiknya. Lokasi dan Subjek Penelitian Penelitian dapat dilaksanakan pada salah satu madrasah ibtidaiyah yang bersedia menjadi lokasi studi. Identitas madrasah, kelas, dan periode penelitian harus dicantumkan berdasarkan keadaan yang sebenarnya. Informan utama adalah guru kelas rendah yang terlibat langsung dalam pembelajaran. Informan pendukung dapat meliputi kepala madrasah, guru pendamping jika tersedia, atau orang tua apabila informasi mereka relevan dan diperoleh melalui prosedur etis. Siswa menjadi sumber informasi melalui pengamatan terhadap interaksi dan perilaku yang muncul secara alami. Pelibatan anak memerlukan izin dari pihak berwenang, persetujuan orang tua atau wali

sesuai ketentuan, serta penghormatan terhadap kesediaan anak untuk berpartisipasi.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik Pengumpulan Data Observasi interaksi pembelajaran. Observasi dilakukan pada kegiatan pembukaan, kegiatan inti, kerja kelompok, pemberian umpan balik, dan penutupan pembelajaran. Fokus observasi meliputi situasi pemicu emosi, respons awal siswa, tindakan guru, respons lanjutan siswa, dan proses penyelesaian situasi. Peneliti perlu mencatat kejadian secara deskriptif sebelum memberikan interpretasi. Misalnya, catatan observasi memuat bahwa siswa berhenti mengerjakan tugas setelah jawabannya dikoreksi, guru mendekati siswa dan memberikan penjelasan, lalu siswa kembali mengerjakan tugas. Catatan tersebut belum membuktikan strategi guru efektif; peneliti masih perlu mempertimbangkan konteks, penjelasan alternatif, dan kejadian lain.

Wawancara mendalam. Wawancara dengan guru digunakan untuk memahami pertimbangan pedagogis, pengalaman menghadapi respons emosional siswa, strategi yang biasa diterapkan, dan kendala pelaksanaan. Pertanyaan dapat berupa: “Apa yang biasanya Bapak/Ibu lakukan ketika siswa merasa kecewa karena jawabannya salah?” dan “Bagaimana Bapak/Ibu mengetahui bahwa siswa mulai mampu mengelola emosinya?” Keterangan informan perlu dibandingkan dengan observasi dan dokumen. Dokumentasi. Dokumen yang dapat dikaji meliputi modul ajar, aturan kelas, catatan refleksi, program pembiasaan, atau dokumen lain yang berkaitan langsung dengan pembelajaran sosial-emosional. Penggunaan dokumen harus memperhatikan izin akses dan perlindungan data pribadi siswa. Proses analisis bersifat iteratif. Peneliti dapat kembali pada data awal apabila menemukan ketidaksesuaian atau penjelasan alternatif.

Keabsahan Data dan Etika Penelitian

Keabsahan Data Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber dan teknik, pencatatan proses penelitian secara sistematis, refleksi terhadap kemungkinan bias peneliti, serta pemeriksaan interpretasi dengan informan jika sesuai dengan tujuan dan kondisi penelitian. Triangulasi tidak cukup dipahami sebagai pengumpulan informasi dari banyak sumber; peneliti perlu menilai apakah sumber-sumber tersebut saling melengkapi atau justru menunjukkan perbedaan yang perlu dijelaskan. Etika Penelitian Karena subjek penelitian mencakup anak usia sekolah dasar, peneliti harus melindungi identitas, privasi, dan kesejahteraan siswa. Observasi tidak boleh dilakukan dengan cara memermalukan atau sengaja memancing emosi siswa. Catatan penelitian harus menggunakan kode atau nama samaran jika diperlukan, dan rekaman maupun dokumen pribadi tidak boleh dibagikan tanpa dasar izin yang sah. Peneliti juga harus menghindari diagnosis psikologis berdasarkan pengamatan kelas yang terbatas. Tujuan penelitian adalah memahami praktik pedagogis dan interaksi pembelajaran, bukan menetapkan label atau diagnosis terhadap siswa.

PEMBAHASAN

Regulasi emosi merupakan kemampuan dan proses yang berkaitan dengan bagaimana individu mengenali, memengaruhi, dan mengelola pengalaman

emosionalnya. Gross (2015) menegaskan bahwa regulasi emosi tidak terbatas pada pengendalian respons yang telah muncul, tetapi juga dapat berlangsung sebelum respons emosional berkembang sepenuhnya. Dalam pendidikan dasar, konsep ini perlu dibedakan dari kepatuhan perilaku. Siswa yang diam ketika ditegur belum tentu telah memahami emosinya. Ia mungkin sedang menenangkan diri, tetapi mungkin pula merasa takut atau memilih tidak berbicara karena khawatir mendapat hukuman.

Oleh sebab itu, perilaku yang tampak tidak dapat dijadikan satu-satunya indikator keberhasilan regulasi emosi. Regulasi emosi yang adaptif dapat dikaji melalui kemampuan mengenali perasaan, mengungkapkan kebutuhan secara tepat, memahami pemicu emosi, mempertimbangkan pilihan respons, serta menggunakan strategi yang sesuai. Indikator tersebut perlu dipahami secara perkembangan dan tidak digunakan untuk memberi label tetap kepada siswa. Regulasi emosi juga tidak berarti siswa harus selalu merasa senang atau tidak boleh menunjukkan kesedihan. Emosi merupakan bagian dari pengalaman manusia. Pendidikan yang mendukung perkembangan emosional membantu siswa memahami bahwa berbagai perasaan dapat muncul, sementara tindakan sebagai respons terhadap perasaan tersebut tetap perlu diarahkan.

Model Proses Regulasi Emosi Gross

Pemilihan situasi (situation selection). Individu memilih situasi yang dapat mendukung tujuan regulasi emosi. Guru dapat membantu siswa memilih tempat kerja yang lebih kondusif atau memberikan pilihan cara berpartisipasi tanpa terus-menerus menghindarkan siswa dari tantangan belajar. Modifikasi situasi (situation modification). Individu mengubah aspek situasi yang memengaruhi emosinya. Guru dapat mengatur pembagian kelompok secara lebih adil, memperjelas aturan permainan, atau memberikan instruksi bertahap. Pengarahan perhatian (attentional deployment). Individu mengarahkan perhatian pada aspek tertentu dari situasi. Guru dapat mengajak siswa berfokus pada langkah penyelesaian tugas atau mengambil jeda singkat sebelum melanjutkan kegiatan. Perubahan kognitif (cognitive change). Individu mengubah cara memahami situasi. Guru dapat membantu siswa memahami bahwa kesalahan membaca bukan berarti dirinya tidak mampu, melainkan bagian dari proses belajar. Modulasi respons (response modulation). Individu mengelola respons emosional setelah respons tersebut mulai berkembang. Guru dapat membimbing siswa mengambil jeda, mengatur napas secara wajar, atau menyampaikan keberatan dengan kata-kata yang tepat.

Kelima strategi tersebut merupakan kerangka analisis, bukan prosedur yang harus diterapkan secara kaku. Pemilihannya perlu mempertimbangkan usia siswa, intensitas emosi, kebutuhan individual, dan tujuan pembelajaran. Guru juga perlu menghindari strategi yang sekadar menghentikan ekspresi emosi tanpa memahami kebutuhan siswa.

Perkembangan Sosial-Emosional Siswa Kelas Rendah

Siswa kelas rendah berada dalam proses perkembangan kemampuan memahami emosi, mengendalikan impuls, mengikuti aturan sosial, dan menyelesaikan konflik. Kemampuan tersebut berkembang melalui interaksi antara karakteristik individual, pengalaman keluarga, lingkungan sekolah, dan

kesempatan berlatih dalam kehidupan sehari-hari. Denham et al. (2003) menunjukkan bahwa kompetensi emosional pada masa awal perkembangan berkaitan dengan kompetensi sosial anak. Meskipun penelitian tersebut berfokus pada anak prasekolah, temuannya relevan sebagai landasan untuk memahami pentingnya pengetahuan emosi dan regulasi emosi bagi hubungan sosial. Penerapannya pada siswa MI tetap memerlukan penyesuaian terhadap tahap perkembangan dan konteks pendidikan.

Dalam kelas rendah, siswa mungkin belum mampu menjelaskan perasaan secara rinci. Mereka dapat menunjukkan kekecewaan melalui penolakan mengerjakan tugas, menarik diri dari kelompok, atau meminta bantuan berulang kali. Perilaku tersebut perlu ditafsirkan hati-hati karena penyebabnya dapat beragam, termasuk kesulitan memahami materi, rasa takut melakukan kesalahan, kelelahan, atau pengalaman sosial sebelumnya. Tugas guru bukan sekadar menuntut perilaku yang sesuai aturan, tetapi juga membantu siswa mengembangkan kemampuan yang diperlukan untuk memenuhi aturan tersebut. Pendekatan ini menempatkan regulasi emosi sebagai proses belajar, bukan tuntutan kedewasaan yang harus dimiliki siswa sejak awal.

Interaksi Guru-Siswa dalam Pembelajaran

Interaksi guru-siswa merupakan proses timbal balik yang mencakup penyampaian informasi, pemberian umpan balik, pengelolaan perilaku, dan pembentukan hubungan sosial. Dalam proses tersebut, guru menyediakan contoh tentang bagaimana menghadapi ketidakpastian, kesalahan, perbedaan pendapat, dan kegagalan. Schlesier et al. (2019) menempatkan interaksi guru-siswa sebagai aspek penting dalam kajian regulasi emosi anak sekolah dasar. Hal ini menguatkan alasan untuk mengamati bukan hanya kegiatan formal yang dirancang, melainkan juga interaksi spontan ketika siswa mengalami kesulitan atau konflik. Kualitas interaksi dapat ditelaah melalui cara guru mendengarkan siswa, menggunakan bahasa yang tidak merendahkan, memberikan batas perilaku secara konsisten, serta mengajak siswa memperbaiki kesalahan. Interaksi yang mendukung regulasi emosi juga memberi kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi dalam penyelesaian masalah sesuai kemampuannya.

Interaksi yang hangat tidak berarti guru mengabaikan aturan. Guru tetap perlu menghentikan perilaku yang membahayakan atau merugikan orang lain. Perbedaannya terletak pada cara tindakan korektif dilakukan: guru menjelaskan perilaku yang perlu diubah, membantu siswa memahami dampaknya, dan membimbing penyelesaian masalah tanpa mempermalukan siswa. Pembelajaran Sosial-Emosional dalam Konteks MI Pembelajaran sosial-emosional atau social and emotional learning (SEL) merupakan pendekatan yang mengembangkan kemampuan mengenali dan mengelola emosi, memahami perspektif orang lain, membangun hubungan yang sehat, serta mengambil keputusan secara bertanggung jawab. Kerangka CASEL mengidentifikasi lima kompetensi utama, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (CASEL, 2020).

Dalam konteks MI, kompetensi tersebut dapat diintegrasikan dengan kegiatan pembelajaran dan pembiasaan akhlak. Kesadaran diri dapat

dikembangkan melalui refleksi tentang perasaan saat belajar. Pengelolaan diri dapat dilatih dengan membimbing siswa mengambil jeda ketika kecewa. Kesadaran sosial dapat dikembangkan melalui kegiatan mendengarkan pengalaman teman. Keterampilan berelasi dapat dilatih dalam kerja kelompok, sedangkan pengambilan keputusan bertanggung jawab dapat diterapkan ketika siswa menyelesaikan konflik.

Integrasi tersebut harus menghindari penyederhanaan nilai agama menjadi tuntutan untuk selalu patuh tanpa dialog. Nilai sabar dapat dimaknai sebagai kemampuan menghadapi kesulitan dan memilih respons yang baik, bukan sebagai larangan untuk menyampaikan ketidaknyamanan. Pendidikan Islam yang memperhatikan perkembangan emosional perlu menggabungkan pembentukan akhlak dengan penghargaan terhadap martabat dan kebutuhan perkembangan anak.

Penelitian Terdahulu dan Kesenjangan Penelitian

Gross (2015) membahas regulasi emosi sebagai proses yang berlangsung pada berbagai tahap pembentukan respons emosional. Kontribusi utamanya adalah kerangka untuk menganalisis bagaimana strategi pengelolaan emosi dipilih dan diterapkan, tetapi kajian tersebut tidak secara khusus membahas interaksi pembelajaran di MI.

Schlesier et al. (2019) melakukan tinjauan sistematis terhadap penelitian regulasi emosi pada anak sekolah dasar. Kajian tersebut menekankan pentingnya interaksi guru-siswa serta menunjukkan keterbatasan bukti mengenai efektivitas intervensi regulasi emosi di sekolah.

Blewitt et al. (2020) meninjau program pembelajaran sosial-emosional berbasis kurikulum pada konteks pendidikan dan pengasuhan anak usia dini. Tinjauan tersebut menunjukkan potensi program SEL dalam mendukung kualitas pengajaran, termasuk interaksi guru-anak yang responsif dan pengelolaan kelas. Namun, konteks pendidikan anak usia dini tidak sepenuhnya sama dengan kelas rendah MI sehingga penerapannya perlu dilakukan hati-hati.

Celah penelitian yang dapat diajukan bukan klaim bahwa belum ada penelitian regulasi emosi siswa sekolah dasar. Celah yang lebih terarah adalah perlunya memahami secara mendalam bagaimana strategi regulasi emosi diwujudkan dalam interaksi pembelajaran sehari-hari di MI, bagaimana siswa merespons strategi tersebut, dan bagaimana konteks pendidikan Islam memengaruhi praktik guru. Kebaruan perlu dibangun melalui verifikasi literatur yang lebih luas dan pengumpulan data lapangan.

Catatan status: uraian berikut merupakan sintesis analitis berdasarkan teori dan penelitian terdahulu serta kerangka pembacaan data. Karena data observasi dan wawancara dari lokasi penelitian belum tersedia, uraian ini tidak dapat diperlakukan sebagai temuan lapangan. Setelah pengumpulan data, setiap tema harus diperiksa, diperkuat, direvisi, atau dihapus sesuai bukti empiris.

Strategi Guru dalam Membantu Siswa Mengenali Emosi

Pengenalan emosi merupakan salah satu aspek yang dapat dikaji dalam interaksi pembelajaran. Siswa perlu dibantu membedakan perasaan, memahami situasi yang memunculkannya, dan mengungkapkan kebutuhan secara tepat. Guru dapat menggunakan pertanyaan reflektif, cerita, ilustrasi, atau percakapan singkat yang sesuai dengan usia siswa. Sebagai ilustrasi analitis, ketika seorang siswa merasa kecewa karena tidak memperoleh giliran menjawab, guru dapat membantu siswa mengenali perasaannya melalui pertanyaan, “Apakah kamu merasa kecewa karena belum mendapat kesempatan?” Setelah itu, guru dapat menjelaskan aturan giliran dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan keinginannya dengan cara yang tepat.

Strategi guru dalam situasi tersebut tidak hanya diarahkan untuk menghentikan keluhan, tetapi juga membantu siswa memahami hubungan antara situasi, perasaan, dan tindakan. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa regulasi emosi melibatkan proses identifikasi, pemilihan, dan pelaksanaan strategi (Gross, 2015). Pengenalan emosi tidak boleh berubah menjadi pemaksaan interpretasi guru terhadap perasaan siswa. Guru perlu memberi ruang bagi siswa untuk mengoreksi pemahaman tersebut, misalnya dengan bertanya, “Apakah kamu merasa kecewa, atau ada hal lain yang membuatmu tidak nyaman?” Dalam penelitian lapangan, tema ini dapat dianalisis melalui jenis pertanyaan guru, kesempatan siswa menjelaskan perasaannya, serta respons siswa setelah percakapan berlangsung.

Keteladanan dan Komunikasi Empatik Guru

Guru berperan sebagai model perilaku melalui cara berbicara, memberikan koreksi, menghadapi kesalahan, dan menyelesaikan konflik. Ketika guru merespons kesalahan siswa dengan tenang, ia memberikan contoh tentang cara menghadapi situasi yang tidak sesuai harapan. Komunikasi empatik dapat diwujudkan dengan mendengarkan penjelasan siswa, mengakui perasaannya, dan menjelaskan batas perilaku yang perlu dipatuhi. Guru dapat mengatakan bahwa siswa boleh merasa marah ketika pendapatnya tidak diterima, tetapi tidak boleh merendahkan atau menyakiti teman. Pernyataan tersebut membedakan penerimaan terhadap emosi dari pembenaran terhadap semua tindakan yang muncul. Komunikasi empatik bukan berarti guru harus selalu menyetujui keinginan siswa. Empati menuntut guru memahami sudut pandang siswa sambil mempertahankan tanggung jawab untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman. Guru tetap dapat memberikan konsekuensi edukatif, tetapi konsekuensi tersebut harus proporsional, dapat dipahami, dan tidak memperlakukan anak.

Blewitt et al. (2020) menunjukkan bahwa program pembelajaran sosial-emosional berbasis kurikulum pada konteks pendidikan anak usia dini berpotensi mendukung interaksi guru-anak yang responsif dan pengelolaan kelas. Temuan ini mendukung pentingnya kualitas interaksi, tetapi pengaruh strategi yang sama pada siswa kelas rendah MI perlu diperiksa secara langsung. Untuk studi kasus, peneliti perlu membandingkan pernyataan guru tentang komunikasi empatik dengan perilaku aktual selama pembelajaran. Perbedaan antara penjelasan informan dan observasi harus dianalisis, bukan diabaikan. Penggunaan Strategi Regulasi Emosi

dalam Situasi Pembelajaran Strategi regulasi emosi perlu dikaji berdasarkan situasi pemicu dan kebutuhan siswa. Model Gross (2015) menjelaskan bahwa strategi yang sesuai sebelum emosi berkembang dapat berbeda dari strategi yang diperlukan ketika siswa sudah mengalami tekanan emosional. Pada tahap awal, guru dapat memodifikasi situasi dengan memperjelas instruksi, membagi tugas menjadi langkah-langkah kecil, atau menyesuaikan pembagian kelompok. Jika siswa mulai merasa frustrasi, guru dapat mengarahkan perhatian pada langkah yang dapat dilakukan berikutnya. Jika siswa telah menunjukkan respons emosional yang kuat, guru mungkin perlu memberikan jeda yang wajar sebelum mengajak siswa melanjutkan kegiatan.

Penggunaan Strategi Regulasi Emosi dalam Situasi Pembelajaran

Pemilihan strategi harus memperhatikan fungsi dan konsekuensinya. Memberikan jeda dapat membantu siswa kembali mengikuti pembelajaran. Namun, jika siswa selalu dibebaskan dari tugas setiap kali merasa cemas, strategi tersebut berpotensi mengurangi kesempatan belajar menghadapi tantangan secara bertahap. Dukungan perlu diikuti pendampingan untuk kembali terlibat ketika siswa siap. Mengajak siswa berpikir positif tidak selalu tepat apabila dilakukan terlalu cepat. Siswa yang merasa malu karena kesalahannya diumumkan di depan kelas mungkin terlebih dahulu membutuhkan pengakuan bahwa situasi tersebut tidak nyaman dan penjelasan mengenai cara memperbaikinya. Perubahan cara pandang lebih bermakna ketika siswa merasa didengarkan dan memahami alternatif tindakan yang tersedia. Penelitian lapangan perlu mengidentifikasi jenis strategi yang benar-benar digunakan guru, kapan strategi muncul, dan bagaimana respons siswa sesudahnya. Pengamatan terhadap satu kejadian tidak cukup untuk menyimpulkan efektivitas strategi.

Integrasi Regulasi Emosi dengan Nilai Pendidikan Islam

Madrasah ibtidaiyah memiliki konteks pendidikan yang memungkinkan pengembangan regulasi emosi dihubungkan dengan nilai-nilai Islam. Nilai sabar, empati, tanggung jawab, dan penghargaan terhadap orang lain dapat menjadi dasar pembiasaan perilaku positif dalam pembelajaran. Integrasi tersebut perlu diwujudkan melalui kegiatan yang memberi kesempatan kepada siswa untuk mempraktikkan nilai, bukan hanya menghafalkan istilahnya. Ketika terjadi perselisihan dalam kerja kelompok, guru dapat membimbing siswa mendengarkan penjelasan masing-masing, mengakui dampak tindakannya, dan mencari penyelesaian yang adil. Nilai sabar dapat disalahartikan sebagai kewajiban untuk tidak mengungkapkan ketidaknyamanan, sedangkan kepatuhan dapat disamakan dengan regulasi emosi. Pemaknaan semacam itu berisiko menempatkan ketenangan yang terlihat sebagai tujuan utama, padahal siswa mungkin masih membutuhkan bantuan untuk memahami perasaannya. Pembelajaran berbasis nilai Islam perlu memberikan ruang bagi siswa untuk mengungkapkan perasaan secara sopan, meminta bantuan ketika kesulitan, dan memperbaiki tindakan yang merugikan orang lain. Dalam studi kasus, peneliti perlu memeriksa bagaimana nilai-nilai tersebut dijelaskan guru dan diwujudkan dalam interaksi, bukan hanya melihat slogan atau aturan kelas.

Faktor Pendukung dan Penghambat Pengembangan Regulasi Emosi

Pengembangan regulasi emosi kemungkinan dipengaruhi oleh kualitas hubungan guru-siswa, konsistensi aturan kelas, karakteristik tugas, kesempatan siswa berpartisipasi, dukungan keluarga, serta kemampuan guru menyesuaikan respons terhadap kebutuhan individual. Hubungan yang aman dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan kesulitan tanpa takut dipermalukan. Aturan yang jelas membantu siswa memperkirakan konsekuensi perilaku, sedangkan pembelajaran yang memberi ruang untuk mencoba dan memperbaiki kesalahan dapat mengurangi tekanan untuk selalu berhasil pada percobaan pertama. Di sisi lain, keterbatasan waktu, jumlah siswa, tuntutan penyelesaian materi, dan perbedaan kebutuhan perkembangan dapat memengaruhi kemampuan guru memberikan pendampingan individual. Faktor-faktor tersebut merupakan kemungkinan yang perlu diuji melalui data, bukan temuan yang boleh langsung dilekatkan pada lokasi penelitian. Keterlibatan keluarga juga perlu diperhatikan. Strategi di sekolah mungkin tidak sepenuhnya sama dengan respons yang diterima siswa di rumah. Perbedaan tersebut tidak boleh langsung dianggap sebagai kesalahan keluarga; peneliti perlu memahami konteks dan mempertimbangkan peluang membangun komunikasi antara madrasah dan orang tua. Faktor pendukung dan penghambat saling berinteraksi. Aturan kelas yang jelas dapat membantu siswa memahami harapan perilaku, tetapi aturan yang terlalu kaku tanpa penjelasan dapat membatasi kesempatan siswa menyampaikan kebutuhan. Karena itu, penelitian perlu mengkaji bagaimana faktor-faktor tersebut bekerja bersama dalam praktik pembelajaran.

Implikasi Pedagogis bagi Guru Madrasah Ibtidaiyah

Pertama, pengenalan emosi dapat diintegrasikan ke dalam kegiatan pembelajaran melalui cerita, diskusi, refleksi singkat, dan percakapan tentang pengalaman belajar. Kegiatan sebaiknya tidak memaksa siswa mengungkapkan pengalaman pribadi di depan kelas. Kedua, guru perlu memberikan contoh konkret mengenai cara merespons kesalahan, menghadapi perbedaan pendapat, dan meminta maaf. Keteladanan perlu konsisten dengan pesan yang disampaikan kepada siswa. Ketiga, respons guru sebaiknya disesuaikan dengan kondisi siswa. Sebagian siswa mungkin membutuhkan penjelasan singkat, sedangkan siswa lain membutuhkan waktu untuk menenangkan diri atau bantuan untuk mengungkapkan perasaannya. Keempat, keberhasilan pengembangan regulasi emosi perlu dinilai melalui lebih dari sekadar ketertiban kelas. Guru dapat memperhatikan apakah siswa mampu menyampaikan perasaan, meminta bantuan, mempertimbangkan alternatif tindakan, atau memperbaiki hubungan setelah konflik. Kelima, madrasah dapat mendorong kolaborasi antara guru, kepala madrasah, dan keluarga untuk membangun pemahaman yang konsisten mengenai perkembangan sosial-emosional, dengan tetap menghargai perbedaan kondisi keluarga. Implikasi tersebut merupakan rekomendasi berbasis teori dan penelitian terdahulu. Prioritas penerapannya di lokasi penelitian perlu ditentukan setelah peneliti memahami kebutuhan siswa dan praktik yang telah berlangsung.

Kontribusi dan Batasan Kajian

Kontribusi artikel ini terletak pada kerangka analisis yang menghubungkan model regulasi emosi, interaksi guru-siswa, pembelajaran sosial-emosional, dan nilai pendidikan Islam dalam konteks MI. Kerangka ini dapat membantu peneliti mengamati bukan hanya strategi yang dinyatakan guru, melainkan juga proses penerapan dan respons siswa dalam situasi pembelajaran. Artikel ini memiliki batasan penting.

Pertama, belum tersedia data observasi dan wawancara sehingga belum dapat menyimpulkan strategi yang benar-benar digunakan guru di lokasi tertentu. Kedua, pembahasan didasarkan pada literatur relevan, tetapi belum merupakan tinjauan sistematis yang mencakup seluruh penelitian mengenai regulasi emosi siswa MI. Ketiga, penelitian yang menjadi rujukan berasal dari konteks pendidikan yang beragam, sehingga penerapannya pada madrasah perlu diuji secara kontekstual. Untuk memperkuat kontribusi ilmiah, penelitian lanjutan perlu menyajikan deskripsi kasus yang jelas, bukti observasi, kutipan wawancara yang relevan, serta analisis terhadap kejadian yang mendukung maupun tidak mendukung interpretasi peneliti.

KESIMPULAN

Regulasi emosi merupakan aspek penting dalam perkembangan sosial-emosional siswa kelas rendah di madrasah ibtidaiyah karena berkaitan tidak hanya dengan kemampuan mengendalikan respons emosional, tetapi juga mengenali perasaan, memahami situasi yang memicu emosi, memilih strategi yang sesuai, serta merespons keadaan secara tepat. Oleh karena itu, regulasi emosi perlu dipahami sebagai proses pembelajaran yang berkembang secara bertahap melalui pengalaman dan interaksi sehari-hari. Berbagai strategi yang dapat diterapkan dalam pembelajaran meliputi pengenalan emosi, keteladanan guru, komunikasi empatik, penyesuaian situasi belajar, pemberian dukungan saat siswa menghadapi kesulitan, serta refleksi terhadap tindakan yang dilakukan. Penerapan strategi tersebut harus mempertimbangkan kebutuhan individual siswa serta menjaga keseimbangan antara penerimaan emosi dan penegakan batas perilaku. Dalam konteks MI, pengembangan regulasi emosi dapat diintegrasikan dengan nilai-nilai sabar, empati, tanggung jawab, dan penghargaan terhadap sesama tanpa menyamakan kepatuhan dengan regulasi emosi. Siswa perlu diberikan ruang untuk mengekspresikan perasaan secara tepat, memperoleh bantuan saat diperlukan, dan belajar memperbaiki perilaku. Secara metodologis, penelitian kualitatif dengan desain studi kasus relevan untuk mengkaji praktik tersebut, namun kesimpulan mengenai efektivitas strategi harus didasarkan pada data empiris yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan analisis yang sistematis.

REFERENSI

Blewitt, C., O'Connor, A., Morris, H., Mousa, A., Bergmeier, H., Nolan, A., Jackson, K., Barrett, H., & Skouteris, H. (2020). Do curriculum-based social and emotional learning programs in early childhood education and care strengthen teacher outcomes? A systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3), Article 1049.

- <https://doi.org/10.3390/ijerph17031049>
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. (2020). CASEL's SEL framework: What are the core competence areas and where are they promoted? <https://files.casel.org/CASEL-SEL-Framework-11.2020.pdf>
- Denham, S. A., Blair, K. A., DeMulder, E., Levitas, J., Sawyer, K., Auerbach-Major, S., & Queenan, P. (2003). Preschool emotional competence: Pathway to social competence? *Child Development*, 74(1), 238–256. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00533>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Schlesier, J., Roden, I., & Moschner, B. (2019). Emotion regulation in primary school children: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, 100, 239–257. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.02.044>