

SKRIPSI
PENGARUH MEDIA *ANGER TREE* TERHADAP KEMAMPUAN REGULASI
EMOSI MARAH PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SD MUHAMMADIYAH 18
SURABAYA



Disusun Oleh :

Farida Azzahra Nur Azizah Setyawan Syach

20221660054

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2026

SKRIPSI
PENGARUH MEDIA *ANGER TREE* TERHADAP KEMAMPUAN REGULASI
EMOSI MARAH PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SD MUHAMMADIYAH 18
SURABAYA



Disusun Oleh :

Farida Azzahra Nur Azizah Setyawan Syach

20221660054

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2026

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Farida Azzahra Nur Azizah Setyawan Syach

NIM : 20221660054

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian ataupun keseluruhan. Bila kemudian hari terbukti plagiasi, maka saya bersedia untuk menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 08 September 2026

Yang membuat pernyataan



Farida Azzahra Nur Azizah S

20221660054

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya sehingga dapat diajukan dalam ujian Skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammdiyah Surabaya.

Surabaya, 28 April 2026

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

(Prof. Dr. Prit Festi W, S.KM., M.Kes)

(Uswatun Hasanah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep. Jiwa)

Mengetahui,

Ketua Program Studi

(Erfan Rofiqi, S.Kep., Ns., M.Kep)

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Ujian Skripsi pada tanggal 22 Juli 2026 oleh mahasiswa atas nama Farida Azzahra Nur Azizah Setyawan Syach, NIM 20221660054 Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep.

(.....)

Anggota 1 : Prof. Dr. Pipit Festi W, S.KM., M.Kes.

(.....)

Anggota 2 : Uswatun Hasanah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep. Jiwa

(.....)

Mengesahkan,

Tim Penguji Ujian S1 IK UMSurabaya

(Dr. Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep.)

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji Syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang mana atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Media *Anger Tree* Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Marah Pada Anak Usia Sekolah Di SD Muhammadiyah 18 Surabaya”. Skripsi ini diajukan sebagai syarat dalam menyelesaikan program studi S1 Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya. Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna sehingga peneliti mengharapkan keikhlasan para pembaca untuk memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk dijadikan bekal dan bahan perbaikan kedepannya.

Demikian sebuah pengantar dari peneliti, semoga hasil skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya dalam bidang keperawatan.

Surabaya, 14 Juli 2026

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah segala puji bagi Allah Subhanau Wa Ta'ala yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian akhir Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Surabaya, tahun 2026 dengan judul skripsi “Pengaruh Media *Anger Tree* Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Marah Pada Anak Usia Sekolah Di SD Muhammadiyah 18 Surabaya”.

Dalam penyusunan karya tulis ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak untuk itu perkenankan penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep. FisQua. Selaku Restor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Dr. Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah mendukung penuh kegiatan mahasiswa di lingkungan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Erfan Rofoqi, S.Kep., Ns., M.Kep. Selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan serta motivasi selama proses perkuliahan hingga tahap akhir perkuliahan.
4. Prof. Dr. Pipit Festi W, S.KM., M.Kes selaku dosen pembimbing 1 saya yang senantiasa membimbing saya dengan sabar, memberikan semangat, serta saran dan masukan sehingga skripsi ini dapat saya selesaikan dengan tepat waktu.

5. Uswatun Hasanah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep. Jiwa selaku dosen pembimbing 2 saya yang membimbing saya dengan sabar, memberikan semangat, serta saran dan masukan sehingga skripsi ini dapat saya selesaikan dengan tepat waktu
6. Dr. Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua penguji skripsi yang telah memberikan kritik dan masukan untuk menjadikan skripsi ini lebih baik.
7. Seluruh staf dan dosen Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan dukungan selama menempuh pendidikan.
8. SD Muhammadiyah 18 Surabaya yang telah memberikan izin, kerja sama, serta dukungan selama proses penelitian sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.
9. Seluruh responden yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini yang telah membantu saya dalam proses penelitian
10. Enumerator yang telah membantu saya saat proses berjalannya pengambilan data.
11. Kepada ayah saya terima kasih yang selalu bekerja keras dan memberikan yang terbaik untuk keluarga. Terima kasih atas setiap pengorbanan, nasihat, doa, serta dukungan yang Ayah berikan sehingga saya mampu bertahan dan menyelesaikan pendidikan ini. Semoga Allah Swt. selalu memberikan Ayah kesehatan, umur panjang, kebahagiaan, dan keberkahan dalam setiap langkah. Pencapaian ini saya persembahkan sebagai salah satu bentuk terima kasih dan kebanggaan untuk Ayah.
12. Kepada ibu saya tercinta terimakasih karena selalu menjadi tempat ternyaman untuk pulang, bercerita, dan menguatkan diri. Terima kasih atas kasih sayang, kesabaran, perhatian, doa, serta dukungan yang tidak pernah berhenti mengiringi setiap langkah saya. Ibu selalu memberikan kekuatan ketika saya merasa lelah, memberikan semangat ketika saya ingin menyerah, serta meyakinkan saya bahwa setiap kesulitan

pasti dapat dilewati. Tidak ada kata yang mampu menggambarkan betapa besar jasa dan pengorbanan Ibu dalam kehidupan saya. Semoga Allah Swt. selalu memberikan Ibu kesehatan, umur panjang, kebahagiaan, dan membalas seluruh kebaikan Ibu dengan pahala yang berlipat ganda. Pencapaian ini saya persembahkan untuk Ibu sebagai ungkapan cinta dan terima kasih yang mungkin tidak akan pernah cukup untuk membalas semua pengorbanan Ibu.

13. Semua teman-teman Program Studi S1 Keperawatan baik kelas A maupun kelas B Angkatan 22, yang telah menjadi teman seperjuangan dalam perjalanan belajar di bangku perkuliahan di Fakultas Ilmu Kesehatan, serta menjadi teman berjuang dan selalu memberikan banyak bantuan serta dukungan selama proses penyelesaian skripsi.
14. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang telah memberikan masukan hingga skripsi ini terselesaikan dengan tepat waktu, semoga keikhlasan dan ketulusan kalian semua mendapatkan balasan yang terbaik dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala.

Akhir kata, semoga karya tulis sederhana ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan.

Surabaya, 15 Juli 2026

Farida Azzahra Nur Azizah S

20221660054

ABSTRAK

PENGARUH MEDIA *ANGER TREE* TERHADAP KEMAMPUAN REGULASI EMOSI MARAH PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SD MUHAMMADIYAH 18 SURABAYA

Oleh: Farida Azzahra Nur Azizah Setyawan Syach

Kesulitan mengelola emosi marah pada anak usia sekolah dapat memunculkan perilaku impulsif, konflik dengan teman sebaya, perilaku agresif, dan gangguan proses pembelajaran. Studi pendahuluan di SD Muhammadiyah 18 Surabaya menunjukkan sekitar 2–3 kejadian konflik verbal maupun fisik dalam satu minggu, sedangkan penanganan yang dilakukan masih berupa teguran, nasihat, dan meminta siswa saling meminta maaf. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya media edukatif yang konkret dan terstruktur untuk membantu anak mengelola emosi marah. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh Media *Anger Tree* terhadap kemampuan regulasi emosi marah pada anak usia sekolah. Penelitian menggunakan desain kuantitatif *pre-experimental one-group pretest-posttest* dengan sampel 148 siswa kelas II dan III yang dipilih menggunakan *Proportional Stratified Random Sampling*. Intervensi diberikan dalam empat sesi selama satu minggu. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner 19 item yang dikembangkan peneliti berdasarkan konsep regulasi emosi James J. Gross. Seluruh item sudah di uji validitas dan realibilitas dan dinyatakan valid secara empiris dengan $p < 0,05$ dan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,732. Sebelum intervensi, 90 responden (60,8%) berada pada kategori kurang, sedangkan setelah intervensi 85 responden (57,4%) berada pada kategori baik. Uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* menunjukkan $Z = -10,565$ dan $p < 0,001$. Media *Anger Tree* berpotensi membantu anak mengenali pemicu, tanda marah, intensitas emosi, dan mempraktikkan strategi pengendalian diri secara adaptif.

Kata kunci: Anak usia sekolah; Media *Anger Tree*; Regulasi emosi marah; Sekolah dasar

ABSTRACT

THE EFFECT OF ANGER TREE MEDIA ON ANGER EMOTION REGULATION ABILITY AMONG SCHOOL-AGE CHILDREN AT SD MUHAMMADIYAH 18 SURABAYA

By: Farida Azzahra Nur Azizah Setyawan Syach

Difficulty regulating anger in school-age children may lead to impulsive behaviors, peer conflict, aggression, and disruption of the learning process. A preliminary study at SD Muhammadiyah 18 Surabaya identified approximately 2–3 verbal or physical conflicts per week, while existing management primarily involved reprimands, advice, and asking students to apologize. This condition highlights the need for a structured and concrete educational medium to strengthen children's anger regulation skills. This study aimed to analyze the effect of Anger Tree Media on anger emotion regulation ability among school-age children. A quantitative pre-experimental one-group pretest-posttest design was used involving 148 second- and third-grade students selected through Proportional Stratified Random Sampling. The intervention was conducted in four sessions over one week. Data were collected using a researcher-developed 19-item questionnaire based on James J. Gross's emotion regulation concept. All items were empirically valid ($p < 0.05$), with a Cronbach's Alpha of 0.732. Before the intervention, 90 students (60.8%) were in the poor category, whereas after the intervention, 85 students (57.4%) were in the good category. The Wilcoxon Signed-Rank Test showed $Z = -10.565$ and $p < 0.001$. Anger Tree Media has the potential to support children in recognizing anger triggers, identifying emotional signs, assessing anger intensity, and practicing adaptive self-regulation strategies.

Keywords: Anger emotion regulation; Anger Tree media; Elementary school; School-age children

DAFTAR ISI

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Anak Usia Sekolah	9
2.1.1 Definisi Anak Usia Sekolah.....	9
2.1.2 Tahap dan Tugas Perkembangan Anak Usia Sekolah	10
2.2 Konsep Perkembangan Emosi Anak Usia Sekolah	11
2.2.1 Definisi Perkembangan Emosi Anak Usia Sekolah	11
2.2.2 Karakteristik Perkembangan Emosi Anak Usia Sekolah	12
2.2.3 Faktor yang Memengaruhi Perkembangan Emosi Anak Usia Sekolah	14

2.3 Emosi Marah pada Anak Usia Sekolah	16
2.3.1 Pengertian Emosi Marah	16
2.3.2 Bentuk Ekspresi Emosi Marah pada Anak Usia Sekolah	17
2.3.3 Faktor atau Pemicu Emosi Marah pada Anak Usia Sekolah.....	19
2.3.4 Manifestasi Emosi Marah pada Anak Usia Sekolah	20
2.3.5 Dampak Emosi Marah yang Tidak Terkontrol pada Anak Usia Sekolah.....	23
2.3.6 Pengenalan dan Pengendalian Emosi Marah pada Anak	24
2.4 Media Anger Tree	28
2.4.1 Pengertian Media Anger Tree	28
2.4.2 Tujuan Penggunaan Media Anger Tree	29
2.4.3 Komponen Media Anger Tree	29
2.4.4 Mekanisme Media Anger Tree dalam Meningkatkan Regulasi Emosi Anak	32
2.5 Teori Regulasi Emosi James Gross	34
2.5.1 Konsep Teori Regulasi Emosi James J. Gross	34
2.6 Konsep Teori Erikson	40
2.6.1 Definisi dan Prinsip Dasar	40
2.6.2 Tahap Perkembangan Psikososial Anak Usia Sekolah (<i>Industry versus Inferiority</i>)	40
2.7 Kerangka Konsep Penelitian	42
2.8 Hipotesis Penelitian	43
BAB 3 METODE PENELITIAN	44
3.1 Desain Penelitian	44
3.2 Kerangka Kerja.....	45
3.3 Populasi Sampel, dan Sampling	46
3.3.1 Populasi	46
3.3.2 Sampel	46
3.3.3 Teknik Sampling.....	49
3.4 Variabel Penelitian	50
3.4.1 Variabel Independen	50
3.4.2 Variabel Dependen.....	50
3.5 Definisi Operasional	50
3.6 Pengumpulan dan Pengelolaan Data	52

3.6.1 Instrumen.....	52
3.6.2 Uji Validitas	53
3.6.3 Uji Reliabilitas.....	54
3.6.4 Tempat dan Waktu Penelitian	55
3.6.5 Prosedur Pengumpulan Data	56
3.7 Pengelolaan Data.....	63
3.7.1 Analisis Data	68
3.8 Masalah Etika	69
3.8.1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	69
3.8.2 <i>Anonimity</i> (Tanpa Nama).....	70
3.8.3 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan).....	70
3.8.4 <i>Beneficence Dan Non Maleficence</i> (Manfaat dan Tidak Merugikan)	70
3.8.5 <i>Justice</i> (Keadilan).....	70
3.9 Keterbatasan	71
3.9.1 Instrumen/alat ukur.....	71
3.9.2 Sampling desain (Rancangan Penelitian)	71
3.9.3 Faktor feasibility (Keyakinan Teknis)	72
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	74
4.1 Hasil.....	74
4.1 1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	74
4.1 2 Data Umum	75
4.1 3 Data Khusus	76
4. 2 Pembahasan	78
4.2.1 Karakteristik Responden	78
4.2.3 Kemampuan Regulasi Emosi Marah Setelah Diberikan Media <i>Anger Tree</i> ..	82
4.2.4 Pengaruh Media <i>Anger Tree</i> terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Marah.	84
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	89
5. 1 Kesimpulan.....	89
5.2 Saran.....	89
DAFTAR PUSTAKA.....	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konseptual Pengaruh Media Anger Tree Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Marah pada Usia Sekolah di SD Muhammdiyah 18 Surabaya	42
Gambar 2 Rancangan Penelitian Pre-test dan Post-Test One Group.....	44
Gambar 3 Kerangka Kerja Pengaruh Media Anger Tree Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Marah Pada Anak Usia Sekolah Di SD Muhammadiyah 18 Surabaya.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Pengaruh Media Anger Tree Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Marah Pada Anak Usia Sekolah di SD Muhammadiyah 18 Surabaya.	50
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Kuesioner Kemampuan Regulasi Emosi Marah	53
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Kemampuan Regulasi Emosi Marah.....	54
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Kemampuan Regulasi Emosi Marah	55
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia pada Anak Usia Sekolah di SD Muhammadiyah 18 Surabaya Tahun 2026.	75
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Anak Usia Sekolah di SD Muhammadiyah 18 Surabaya Tahun 2026.	75
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas pada Anak Usia Sekolah di SD Muhammadiyah 18 Surabaya Tahun 2026.	76
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kemampuan Regulasi Emosi Marah Sebelum Diberikan Media Anger Tree pada Anak Usia Sekolah di SD Muhammadiyah 18 Surabaya Tahun 2026.	76
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Kemampuan Regulasi Emosi Marah Setelah Diberikan Media Anger Tree pada Anak Usia Sekolah di SD Muhammadiyah 18 Surabaya Tahun 2026.	77
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Kemampuan Regulasi Emosi Marah Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Anger Tree pada Anak Usia Sekolah di SD Muhammadiyah 18 Surabaya Tahun 2026.	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi	96
Lampiran 2 Surat Pengambilan Data Awal.....	101
Lampiran 3 Surat Perizinan Uji Validitas Dan Reliabilitas	102
Lampiran 4 Surat Perizinan Pengambilan Data Penelitian.....	103
Lampiran 5 Hasil Uji Etik	104
Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Respoden	105
Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	106
Lampiran 8 Lembar Kuesioner Penelitian.....	107
Lampiran 9 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	108
Lampiran 10 SOP Media Anger Tree	112
Lampiran 11 SAP Media Anger Tree	116
Lampiran 12 Gambar dan Komponen Media Anger Tree	120
Lampiran 13 Hasil Data Demografi Responden	123
Lampiran 14 Kategori Hasil Spss (Pre Test – Post Test, Uji Wilcoxon)	124
Lampiran 15 Karakteristik Tabulasi Responden.....	125
Lampiran 16 Tabulasi Pre Test – Post Test	129
Lampiran 17 Analisis Butir Soal	140
Lampiran 18 Dokumentasi Pengambilan Data Awal.....	141
Lampiran 19 Dokumentasi Pengambilan data.....	142

DAFTAR SINGKATAN

UNESCO	: <i>United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization</i>
SIMFONI-PPA	: Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak
SAP	: Satuan Acara Pembelajaran
SD	: Sekolah Dasar
SOP	: Standar Operasional Prosedur