

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental (*pre-experimental design*) dalam bentuk *one group pretest-posttest design*. Pada desain ini, kemampuan regulasi emosi marah diukur sebelum pemberian intervensi melalui *pre-test*, kemudian responden diberikan intervensi Media Anger Tree (X), dan selanjutnya dilakukan pengukuran kembali melalui *post-test* pada kelompok responden yang sama. Desain *pre-experimental* dipilih karena penelitian dilakukan pada satu kelompok tanpa kelompok kontrol, sehingga hasil penelitian digunakan untuk melihat perubahan kemampuan regulasi emosi marah setelah diberikan perlakuan (Sugiyono, 2019).

Gambar 2 Rancangan Penelitian *Pre-test dan Post-Test One Group*

Subjek	Pre-test	Intervensi	Post-test
K	O_1	X	O_2

Keterangan:

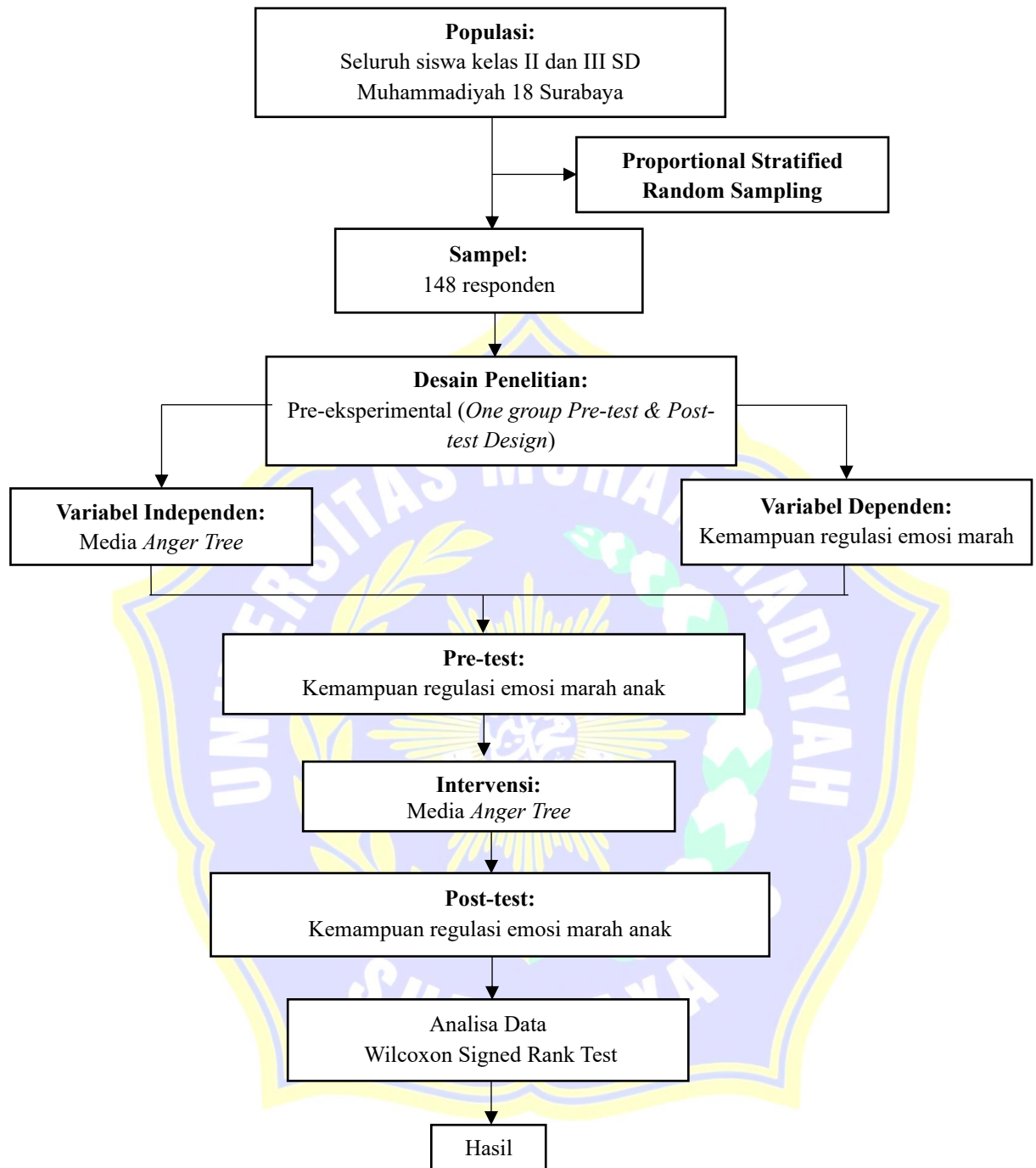
K : Subjek penelitian adalah siswa kelas II dan III SD Muhammadiyah 18 Surabaya

O1 : Pengukuran awal (*pre-test*) kemampuan regulasi emosi marah sebelum diberikan intervensi Media Anger Tree

X : Pemberian intervensi menggunakan Media Anger Tree

O2 : Pengukuran akhir (*post-test*) kemampuan regulasi emosi marah setelah diberikan intervensi Media Anger Tree

3.2 Kerangka Kerja



Gambar 3 Kerangka Kerja Pengaruh Media *Anger Tree* Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Marah Pada Anak Usia Sekolah Di SD Muhammadiyah 18 Surabaya

3.3 Populasi Sampel, dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan seluruh subjek atau objek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti. Populasi bukan hanya objek atau subjek yang dipelajari saja, tetapi mencakup seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subjek atau objek tersebut, atau kumpulan orang, individu, atau objek yang akan diteliti sifat atau karakteristiknya (Hidayat, 2024). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas II dan III SD Muhammadiyah 18 Surabaya pada tahun ajaran berjalan 2025/2026 dengan total populasi sebanyak 236 siswa, yang terdiri dari kelas II (122 siswa) dan kelas III (114 siswa).

3.3.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih untuk diteliti dan dianggap mewakili karakteristik populasi. Penentuan sampel dilakukan karena keterbatasan waktu, biaya, tenaga, atau hambatan lainnya (Hidayat, 2024). Dalam penelitian ini, sampel ditentukan dari populasi siswa kelas II dan III SD Muhammadiyah 18 Surabaya dengan menggunakan rumus slovin

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel yang dicari

N = Total populasi (Jumlah siswa kelas II (122 siswa) dan kelas III (114 siswa))

d = Tingkat signifikan (d = 0,05)

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$
$$n = \frac{236}{1 + 236 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{236}{1 + 236 (0,0025)}$$

$$n = \frac{236}{1 + 0,59}$$

$$n = \frac{236}{1,59}$$

$$n = 148$$

Karena populasi terdiri dari dua strata (kelas II dan kelas III) maka peneliti melanjutkan perhitungan menggunakan teknik Proportional Stratified Random Sampling. Hal ini sejalan dengan prosedur yang dijelaskan oleh (Hidayat, 2024) bahwa untuk populasi yang berstrata, sampel diambil secara proporsional dari setiap strata. Penentuan jumlah sampel tiap kelas dilakukan dengan rumus alokasi proporsional:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan:

n_i = Jumlah sampel per tingkatan kelas

N_i = Jumlah populasi per tingkatan kelas

N = Total populasi keseluruhan

n = Total sampel keseluruhan hasil rumus Slovin ($n = 148$)

Kelas II

$$n_i = \frac{122}{236} \times 148$$

$$n_i = 76,5$$

$$= 77$$

Kelas III

$$n_i = \frac{114}{236} \times 148$$

$$n_i = 71,4$$

$$= 71$$

Total Keseluruhan = 77 + 71 = 148 responden

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, maka besar sampel penelitian berjumlah 148 responden (Kelas II sebanyak 77 siswa dan Kelas III sebanyak 71 siswa). Jumlah tersebut selanjutnya disesuaikan dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti.

Kriteria Inklusi:

Kriteria inklusi merupakan karakteristik umum subjek penelitian yang harus dipenuhi agar dapat dijadikan sampel (Hidayat, 2024). Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

1. Siswa aktif kelas II dan III SD Muhammadiyah 18 Surabaya tahun ajaran 2025/2026
2. Siswa yang mendapatkan persetujuan tertulis dari orang tua/wali melalui informed consent
3. Siswa yang menyatakan bersedia mengikuti penelitian dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan intervensi Media *Anger Tree*

Kriteria Eksklusi:

Kriteria eksklusi merupakan karakteristik yang menyebabkan subjek tidak dapat dijadikan sebagai sampel penelitian meskipun termasuk dalam populasi (Hidayat, 2024). Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

1. Siswa yang sakit atau mengalami kondisi fisik akut pada saat pelaksanaan penelitian sehingga tidak memungkinkan mengikuti kegiatan, misalnya demam tinggi, nyeri berat, muntah, atau kondisi lain yang membutuhkan istirahat.
2. Siswa dengan diagnosa autisme berat atau disabilitas intelektual yang memiliki keterbatasan dalam memahami instruksi verbal dan kognitif yang kompleks.
3. Siswa yang memiliki gangguan penglihatan berat yang menghalangi kemampuan mengobservasi elemen visual (warna, simbol, dan posisi) pada *Media Anger Tree*.

3.3.3 Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan suatu proses dalam menyeleksi sampel yang digunakan dalam penelitian dari populasi yang ada, sehingga jumlah sampel akan mewakili dari keseluruhan populasi yang ada (Hidayat, 2024). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Proportional Stratified Random Sampling*. Teknik ini dipilih karena populasi bersifat tidak homogen, yaitu terdiri dari dua tingkatan kelas yang berbeda, yaitu kelas II dan kelas III. Perbedaan tingkat kelas tersebut memungkinkan adanya perbedaan karakteristik perkembangan usia dan kemampuan regulasi emosi marah, sehingga perlu dilakukan pembagian berdasarkan strata agar sampel yang diperoleh lebih representative (Sugiyono 2019).

3.4 Variabel Penelitian

3.4.1 Variabel Independen

Variabel Independen atau variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini variabel independennya adalah Media *Anger Tree*

3.4.2 Variabel Dependen

Variable Dependen atau variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, variabel dependen adalah kemampuan regulasi emosi marah.

3.5 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang dapat diamati (diukur). Definisi operasional dari variabel yang diteliti dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Pengaruh Media *Anger Tree* Terhadap Kemampuan Regulasi Emosi Marah Pada Anak Usia Sekolah di SD Muhammadiyah 18 Surabaya

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat ukur	Skala Data	Skor
Variabel Independen: Media <i>Anger Tree</i>	Media <i>Anger Tree</i> merupakan media edukatif visual berbasis permainan berbentuk pohon yang digunakan untuk membantu anak mengenali pemicu marah, tanda fisik dan emosional ketika	1. Pengenalan emosi dan Media <i>Anger Tree</i> 2. Identifikasi pemicu marah melalui komponen akar 3. Identifikasi tanda-tanda fisik saat marah (wajah panas atau tangan	SOP dan SAP Media <i>Anger Tree</i>	-	-

	<p>marah, tingkat intensitas marah, serta memilih dan mempraktikkan strategi pengendalian diri yang adaptif. Intervensi diberikan dalam kelompok kecil beranggotakan 4-5 siswa, sebanyak 4 sesi dalam satu minggu dengan durasi sekitar 60 menit sesuai SOP dan SAP yang telah ditetapkan</p>	<p>mengepal, jantung berdebar-debar) dan emosional melalui komponen batang</p> <p>4. Identifikasi intensitas marah melalui komponen dauh</p> <p>5. Pemilihan dan praktik strategi pengendalian marah melalui komponen hujan coping (seperti menarik napas, duduk tenang, diam 30 detik, menuliskan apa yang di rasakan, dan mencari solusi)</p> <p>6. Simulasi keseluruhan proses regulasi emosi marah</p>			
<p>Variabel Dependen: Kemampuan Regulasi Emosi Marah</p>	<p>Kemampuan regulasi emosi marah merupakan kemampuan anak usia sekolah dalam mengenali dan memahami pengalaman marah serta mengendalikan respons marah secara adaptif, yang meliputi kemampuan mengenali pemicu, menyadari pengalaman emosional, mempertimbangk</p>	<p>1. Aspek kognitif</p> <p>2. Aspek afektif</p> <p>3. Aspek psikomotor</p>	Kuesioner	Ordinal	<p>Likert 3 Poin: 3= Sering 2= Kadang 1= Tidak Pernah</p> <p>Kategori: Baik: 44-57 Cukup: 31-43 Kurang: 19-30 (Hidayat, 2024).</p>

	<p>an respons, serta melakukan tindakan untuk mengendalikan kemarahan. Kemampuan diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner regulasi emosi marah yang dikembangkan peneliti berdasarkan teori regulasi emosi James J. Gross.</p>				
--	---	--	--	--	--

3.6 Pengumpulan dan Pengelolaan Data

3.6.1 Instrumen

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian (Sugiyono, 2019). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner (angket) tertutup yang dikembangkan oleh peneliti untuk mengukur kemampuan regulasi emosi marah pada anak usia sekolah. Pengembangan instrumen mengacu pada konsep regulasi emosi James J. Gross dalam *Handbook of Emotion Regulation* (edisi ketiga, 2024) (James J. Gross Brett Q. Ford, 2024).

Konsep regulasi emosi tersebut dioperasionalkan oleh peneliti ke dalam tiga aspek pengukuran, yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, yang digunakan sebagai dasar penyusunan indikator dan butir kuesioner. Kuesioner terdiri atas 19 item, yaitu 7 item aspek kognitif, 5 item aspek afektif, dan 7 item aspek psikomotor. Sebanyak 11 item merupakan pernyataan positif dan 8 item merupakan pernyataan negatif. Kuesioner menggunakan Skala

Likert tiga poin, yaitu Sering, Kadang-kadang, dan Tidak Pernah. Pada item positif, jawaban Sering diberi skor 3, Kadang-kadang diberi skor 2, dan Tidak Pernah diberi skor 1. Pada item negatif dilakukan *reverse scoring*, yaitu Sering diberi skor 1, Kadang-kadang diberi skor 2, dan Tidak Pernah diberi skor 3.

Tabel 3. 2 Kisi-kisi Kuesioner Kemampuan Regulasi Emosi Marah

Variabel	Indikator	Nomor Pertanyaan		Jumlah Butir
		Positif	Negatif	
Kemampuan Mengenal Marah	1. Aspek Kognitif	1, 2, 3, 4	5, 6, 7	7
	2. Aspek Afektif	8, 9, 10	11, 12	5
Kemampuan Mengontrol Marah	3. Aspek Psikomotor	13, 14, 15, 16,	17, 18, 19	7
TOTAL BUTIR		11	8	19

3.6.2 Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui sejauh mana ketepatan instrumen kuesioner dalam menjalankan fungsi ukurnya, khususnya dalam mengukur variabel regulasi emosi marah pada anak. Pada penelitian ini, uji validitas dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment*. Melalui nilai signifikan (p-value) yang dihasilkan dari perangkat lunak pengolah data (SPSS 25.0). Kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai Signifikansi ($p < 0,05$), maka butir pernyataan tersebut dinyatakan Valid.
2. Jika nilai Signifikan ($p > 0,05$), maka butir pernyataan tersebut dinyatakan Tidak Valid.

Apabila butir pernyataan dinyatakan valid, maka instrument tersebut memiliki korelasi yang signifikan terhadap konstruk variabel yang

diukur sehingga layak digunakan untuk pengumpulan data penelitian (Hidayat, 2024).

Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Kemampuan Regulasi Emosi Marah

No.	Item Pertanyaan	Nilai Sig. (2 – tailed)	Standar Signifikansi	Keterangan
1.	P1	0.002	0.05	Valid
2.	P2	0.004	0.05	Valid
3.	P3	0.001	0.05	Valid
4.	P4	< 0.001	0.05	Valid
5.	P5	0.003	0.05	Valid
6.	P6	0.002	0.05	Valid
7.	P7	< 0.001	0.05	Valid
8.	P8	< 0.001	0.05	Valid
9.	P9	< 0.001	0.05	Valid
10.	P10	0.001	0.05	Valid
11.	P11	0.002	0.05	Valid
12.	P12	0.006	0.05	Valid
13.	P13	0.003	0.05	Valid
14.	P14	< 0.001	0.05	Valid
15.	P15	0.003	0.05	Valid
16.	P16	< 0.001	0.05	Valid
17.	P17	0.007	0.05	Valid
18.	P18	0.003	0.05	Valid
19.	P19	< 0.001	0.05	Valid

3.6.3 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah uji yang dilakukan untuk mengukur apakah instrument yang dilakukan reliabel. Suatu alat dikatakan reliabel apabila dapat mengukur suatu gejala dalam lain waktu namun senantiasa menunjukkan hasil

yang sama. Pengukuran reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha. Suatu instrumen dinyatakan reliabel jika menunjukkan nilai *Cronbach Alpha* > 0,6. Akan tetapi jika nilai *Cronbach Alpha* < 0.60 (Hidayat, 2024).

Hasil pengujian terhadap 19 item kuesioner menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.732. Nilai tersebut lebih besar dari batas minimal 0,60 sehingga kuesioner kemampuan regulasi emosi marah dinyatakan reliabel dan memiliki konsistensi internal yang memadai untuk digunakan dalam penelitian

Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Kemampuan Regulasi Emosi Marah

Variabel	<i>Corobanch alpha</i>	Batas Nilai	Keterangan
Regulasi Emosi Marah	0.732	0.600	Reliabel

3.6.4 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Muhammadiyah 18 Surabaya pada siswa kelas II dan III. Lokasi tersebut dipilih karena berdasarkan hasil studi pendahuluan ditemukan adanya konflik antarsiswa yang berkaitan dengan kesulitan dalam mengenali dan mengendalikan emosi marah. Selain itu, sekolah belum memiliki media edukatif terstruktur yang secara khusus digunakan untuk membantu siswa mengenali pemicu marah, tanda-tanda fisik saat marah, tingkat intensitas marah, dan strategi pengendalian emosi secara adaptif. Rangkaian penelitian diawali dengan pelaksanaan studi pendahuluan pada 22 Desember 2025 – 16 Juni 2026.

3.6.5 Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan secara sistematis melalui tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Perizinan

Pada tahap studi pendahuluan, peneliti melakukan koordinasi dengan kepala sekolah dan wali kelas untuk memperoleh informasi awal terkait perilaku siswa yang berhubungan dengan emosi marah, seperti konflik antarteman, kesulitan mengontrol marah, serta belum adanya media edukatif khusus untuk membantu siswa mengelola emosi marah. Hasil studi pendahuluan digunakan sebagai dasar dalam penyusunan proposal penelitian dan penentuan kelayakan lokasi penelitian. Studi pendahuluan tersebut dilaksanakan pada 22 Desember 2025. Setelah proposal penelitian disetujui, peneliti mengurus surat izin penelitian atau surat izin pengambilan data dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Pada 8 Juni 2026, peneliti datang ke SD Muhammadiyah 18 Surabaya untuk mengajukan permohonan izin pengambilan data sekaligus menyerahkan surat izin penelitian dari kampus kepada kepala sekolah. Setelah memperoleh persetujuan dari pihak sekolah, peneliti melakukan koordinasi lanjutan dengan wali kelas II dan III mengenai jumlah siswa, jadwal pelaksanaan, tempat kegiatan, teknis pembagian kelompok, serta waktu pelaksanaan *pretest*, intervensi, dan *posttest* agar tidak mengganggu proses pembelajaran. Berdasarkan hasil koordinasi dan penyesuaian dengan jadwal kegiatan sekolah, pemberian lembar persetujuan menjadi responden

ditetapkan pada 10 Juni 2026, sedangkan proses pengambilan data dan pelaksanaan intervensi ditetapkan pada 12, 13, 15, dan 16 Juni 2026.

2. Prosedur pengambilan atau pengumpulan data

Prosedur pengambilan atau pengumpulan data dilakukan setelah peneliti memperoleh izin dari pihak sekolah. Dalam pelaksanaannya, peneliti dibantu oleh empat orang enumerator. Enumerator dilibatkan untuk membantu proses teknis penelitian, terutama dalam pendampingan pengisian kuesioner, pengaturan kelompok kecil, pengoperasian media saat penyampaian materi, pendampingan selama intervensi Media *Anger Tree*, pemantauan ketertiban siswa, serta pemeriksaan kelengkapan data. Pembagian tugas enumerator dilakukan secara jelas agar kegiatan penelitian berjalan tertib dan sesuai dengan prosedur.

Enumerator pertama bertugas sebagai operator selama presentasi, yaitu membantu menampilkan materi dan mengoperasikan media presentasi sesuai dengan arahan peneliti. Enumerator kedua bertugas memantau dan mengondisikan siswa agar tetap tertib, memperhatikan penjelasan, serta mengikuti kegiatan sesuai instruksi. Enumerator ketiga bertugas membantu peneliti menjelaskan materi, memberikan contoh sederhana, serta membantu siswa memahami tahapan penggunaan Media *Anger Tree*. Enumerator keempat bertugas membantu pengaturan kelompok, mendampingi pengisian kuesioner, dan memeriksa kelengkapan data responden.

Sebelum kegiatan dilaksanakan, peneliti memberikan pengarahan kepada seluruh enumerator mengenai tujuan penelitian, alur kegiatan, pembagian tugas, cara mendampingi anak, cara membantu pengisian kuesioner tanpa mengarahkan jawaban, cara menjaga ketertiban siswa, serta pelaksanaan intervensi sesuai SOP dan SAP. Seluruh enumerator tidak diperkenankan memengaruhi jawaban responden, memberikan jawaban kepada siswa, memberi label negatif, atau membandingkan kemampuan antarsiswa.

Langkah awal dalam pengambilan data adalah meminta daftar siswa kelas III kepada wali kelas. Daftar tersebut digunakan untuk mengetahui jumlah siswa. Informasi mengenai persetujuan orang tua diperoleh melalui lembar *informed consent*. Kondisi kesehatan, kemampuan memahami instruksi, serta kemungkinan hambatan komunikasi atau penglihatan dikonfirmasi melalui informasi wali kelas, orang tua atau wali, dan observasi sederhana oleh peneliti. Peneliti memilih 148 responden menggunakan teknik *Proportional Stratified Random Sampling*. Pemilihan dilakukan dengan cara memberikan nomor pada setiap calon responden yang memenuhi kriteria, kemudian dilakukan pengundian nomor atau menggunakan aplikasi pengacak angka sampai diperoleh jumlah sampel sesuai hasil perhitungan. Dengan cara ini, setiap siswa yang memenuhi kriteria memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai responden penelitian.

3. Tahap *Informed Consent* (Persetujuan Responden)

Sebelum pelaksanaan pengumpulan data, peneliti memberikan lembar *informed consent* kepada orang tua/wali siswa melalui wali kelas. Tahapan pelaksanaan *informed consent* dan *assent* dilakukan sebagai berikut:

- a. Tujuan penelitian
- b. Prosedur penelitian (*pre-test*, intervensi, dan *post-test*)
- c. Manfaat penelitian
- d. Jaminan kerahasiaan data responden
- e. Pengisian dan penandatanganan *informed consent* oleh orang tua/wali siswa sebagai bentuk persetujuan terhadap keikutsertaan anak dalam penelitian, karena responden dalam penelitian ini merupakan anak di bawah umur.
- f. Sebanyak 148 orang tua/wali siswa mengisi dan menandatangani lembar *informed consent*. Seluruh orang tua/wali tersebut menyatakan bersedia mengikuti penelitian setelah memperoleh penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian, dan sebanyak 88 siswa terdapat siswa yang menolak untuk berpartisipasi dalam penelitian tersebut.
- g. Berdasarkan hasil *informed consent* dan *assent*, sebanyak 148 siswa memenuhi persyaratan untuk mengikuti seluruh rangkaian penelitian, mulai dari *pretest*, empat sesi intervensi Media Anger Tree, hingga *posttest*.

4. Tahap Pengumpulan Data (*Pre-test*)

Pretest dilakukan pada 12 Juni 2026 dengan tujuan mengetahui kemampuan awal siswa dalam mengontrol emosi marah sebelum diberikan perlakuan. Peneliti melaksanakan *pretest* pada seluruh siswa kelas II dan III yang telah memenuhi kriteria inklusi dan disetujui sebagai responden penelitian. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di dalam ruang kelas dengan cara membagikan instrumen berupa kuesioner kemampuan mengenali dan mengontrol emosi marah. Instrumen tersebut disusun menggunakan Skala Likert, yaitu responden diminta memilih jawaban yang paling sesuai dengan kondisi emosional mereka. Peneliti dan enumerator mendampingi proses pengisian kuesioner dengan memberikan penjelasan mengenai cara pengisian tanpa mengarahkan atau memengaruhi jawaban responden. Hasil dari tahap ini menjadi nilai dasar atau *baseline* penelitian.

5. Tahap Perlakuan Intervensi (*Treatment*)

Setelah *pretest* selesai dilakukan, responden diberikan intervensi menggunakan Media *Anger Tree*. Media *Anger Tree* merupakan media edukatif visual berbentuk pohon emosi yang digunakan untuk membantu siswa mengenali pemicu marah, tanda-tanda fisik saat marah, tingkat emosi marah, serta strategi mengontrol marah secara adaptif. Intervensi dilaksanakan sesuai SOP dan SAP yang telah disusun oleh peneliti. Responden dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil yang terdiri atas 4–5 siswa. Pembagian kelompok kecil dilakukan agar kegiatan lebih kondusif, setiap siswa memperoleh kesempatan untuk berpartisipasi, dan peneliti bersama enumerator dapat melakukan pendampingan secara lebih optimal.

Sebelum permainan dimulai, peneliti menjelaskan tujuan kegiatan, aturan permainan, bagian-bagian Media *Anger Tree*, serta cara menggunakan kartu yang tersedia. Kartu yang digunakan meliputi kartu pemicu marah, tanda-tanda fisik saat marah, tingkat emosi marah, dan strategi pengendalian marah. Setelah penjelasan diberikan, peneliti membacakan situasi yang berkaitan dengan emosi marah. Selanjutnya, siswa diminta memilih kartu yang sesuai dan menempelkannya pada bagian pohon yang tepat. Selama kegiatan berlangsung, enumerator pertama membantu peneliti sebagai operator presentasi, enumerator kedua memantau dan mengondisikan siswa agar mendengarkan serta mengikuti kegiatan dengan tertib, enumerator ketiga membantu peneliti menjelaskan materi dan memberikan contoh, sedangkan enumerator keempat membantu pengaturan kelompok dan memastikan seluruh siswa memperoleh kesempatan berpartisipasi. Enumerator tidak diperkenankan mengarahkan jawaban siswa, memberi label negatif, atau membandingkan kemampuan antarresponden.

Intervensi dilaksanakan sebanyak empat kali pertemuan dalam satu minggu, yaitu pada 12, 13, 15, dan 16 Juni 2026, dengan durasi sekitar 45–60 menit setiap pertemuan. Pada akhir setiap sesi, peneliti melakukan evaluasi singkat dengan menanyakan kembali kepada siswa mengenai pemicu marah, tanda-tanda saat marah, tingkat intensitas marah, dan cara sederhana yang dapat dilakukan untuk menenangkan diri. Kelompok dengan jumlah kartu yang ditempelkan secara tepat paling banyak dinyatakan sebagai pemenang permainan.

Pelaksanaan intervensi Media *Anger Tree* sebanyak empat sesi dalam satu minggu didasarkan pada pertimbangan keterbatasan waktu dari pihak sekolah serta dukungan penelitian terdahulu. Tryastuti, (2022) menunjukkan bahwa pelatihan manajemen marah selama tiga sesi dalam satu minggu efektif menurunkan perilaku *bullying* pada anak usia sekolah, sedangkan Anggarini et al. (2026) menunjukkan bahwa metode permainan sebanyak empat sesi dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak. Dengan demikian, empat sesi dalam satu minggu dinilai layak sebagai intervensi edukatif singkat yang terstruktur untuk membantu siswa kelas II dan III mengenali pemicu marah, memahami tanda fisik saat marah, serta memilih strategi pengendalian diri yang adaptif.

6. Tahap Pengumpulan Data (*Post-test*)

Tahap *posttest* dilakukan pada 16 Juni 2026 setelah seluruh rangkaian intervensi Media *Anger Tree* selesai diberikan. *Posttest* bertujuan mengetahui kemampuan regulasi emosi marah siswa setelah mendapatkan intervensi. Pada tahap ini, responden diminta mengisi kembali kuesioner kemampuan regulasi emosi marah yang sama dengan kuesioner pada saat *pretest*. Penggunaan kuesioner yang sama bertujuan membandingkan skor kemampuan regulasi emosi marah sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Peneliti dan enumerator tetap mendampingi proses pengisian kuesioner, terutama dalam menjelaskan teknis pengisian, tanpa memengaruhi atau mengarahkan jawaban responden.

Setelah seluruh kuesioner terkumpul, peneliti memeriksa kelengkapan jawaban, kesesuaian kode responden, dan keterbacaan data.

Data yang telah lengkap kemudian disiapkan untuk proses pengolahan data yang meliputi *editing, coding, scoring, data entry, cleaning, tabulating*, dan analisis data.

3.7 Pengelolaan Data

Pengelolaan data dilakukan setelah data pre-test dan post-test terkumpul. Tahapan pengolahan data meliputi *editing, coding, scoring, tabulating, data entry, cleaning*, dan analisis data.

1. *Editing*

Pada tahap *editing*, peneliti memeriksa seluruh lembar kuesioner pre-test dan post-test dari 148 responden. Pemeriksaan dilakukan terhadap kelengkapan jawaban pada 19 item kuesioner, kemungkinan terdapat item yang kosong atau terisi ganda, keterbacaan jawaban, serta kesesuaian kode responden antara pre-test dan post-test.

2. *Coding* (Pengkodean)

Pada tahap *coding*, peneliti memberikan kode pada data responden untuk mempermudah proses pengolahan dan analisis. Pada penelitian ini, *coding* dilakukan terhadap identitas responden, karakteristik responden, waktu pengukuran, item kuesioner, dan kategori hasil ukur kemampuan regulasi emosi marah.

a. Coding Identitas Responden

Setiap responden diberikan kode identitas untuk menjaga kerahasiaan data. Kode responden ditulis menggunakan huruf R diikuti nomor urut responden.

Data	Kode
Responden 1	1
Responden 2	2
Responden 3	3, dst....

b. Coding Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Kode
Jenis Kelamin	Laki-laki	1
Jenis Kelamin	Perempuan	2
Kelas	Kelas II	1
	Kelas III	2
Usia	6 – 8 Tahun	1
	9 – 10 Tahun	2
	11-12 Tahun	3

c. Coding Item Kuesioner

Nomor Item	Kode Item	Arah Item
1	P1	Positif
2	P2	Positif
3	P3	Positif
4	P4	Positif
5	P5	Negatif
6	P6	Negatif

7	P7	Negatif
8	P8	Positif
9	P9	Positif
10	P10	Positif
11	P11	Negatif
12	P12	Negatif
13	P13	Positif
14	P14	Positif
15	P15	Positif
16	P16	Positif
17	P17	Negatif
18	P18	Negatif
19	P19	Negatif

3. *Scoring* (Pemberian Skor)

Pada penelitian ini, scoring dilakukan untuk mengetahui kemampuan regulasi emosi marah anak sebelum dan sesudah diberikan intervensi Media *Anger Tree*. Kuesioner kemampuan regulasi emosi marah terdiri dari 19 item pertanyaan dengan Skala Likert 3 poin. Jawaban pada Skala Likert dapat diberi skor untuk keperluan analisis kuantitatif (Sugiyono, 2019). Skoring dalam penelitian ini dibedakan antara item positif dan item negatif.

1. Skoring Item Positif

Jawaban	Skor
Sering	3
Kadang-kadang	2
Tidak Pernah	1

2. Skoring Item Negatif/ *Reverse Scoring*

Jawaban	Skor
Sering	1
Kadang-kadang	2
Tidak Pernah	3

Item positif dalam penelitian ini adalah nomor 1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 13, 14, 15, dan 16.

Item negatif adalah nomor 5, 6, 7, 11, 12, 17, 18, dan 19.

$$\begin{aligned}
 \text{Skor minimal} &= \text{Jumlah soal} \times \text{Skor benar} \\
 &= 19 \times 1 \\
 &= 19
 \end{aligned}$$

$$\text{Skor maksimal} = \text{Jumlah soal} \times \text{Skor benar}$$

$$= 19 \times 3$$

$$= 57$$

$$\text{Range} = \text{Skor Maksimal} - \text{Skor Minimal}$$

$$= 57 - 19$$

$$= 38$$

Jumlah kategori = 3 (Baik, Cukup, Kurang)

Panjang Interval

$$i = \frac{R}{k}$$

$$i = \frac{38}{3}$$

$$i = 12,6 = 13$$

Nilai 13 ini adalah “lebar” atau jarak untuk setiap kategori.

Berdasarkan Pembagian Kategori

Berdasarkan nilai interval 13, maka pembagian skor untuk kuesioner adalah sebagai berikut:

Kategori	Rumus Skor (X)	Rentang Skor
Kurang	$19 \leq x \leq 30$	19 - 30
Cukup	$31 \leq x \leq 43$	31 - 43
Baik	$44 \leq x \leq 57$	44 - 57

4. *Tabulating* (Tabulasi)

Data yang telah diberi kode dan skor dimasukkan ke dalam tabel induk menggunakan Microsoft Excel. Data yang ditabulasi meliputi:

- Identitas kode responden/data demografi berupa (usia, jenis kelamin, kelas)
- Distribusi nilai tiap butir item pernyataan dari 1 sampai 19.
- jawaban dan skor item P1–P19 pada *pre-test* dan *post-test*
- kategori kemampuan regulasi emosi marah pada *pre-test* dan *post-test*.

Tabulasi ini berfungsi untuk mempermudah pemeriksaan distribusi frekuensi data awal.

5. *Data Entry* (Pemasukan Data)

Data dari tabel induk dimasukkan ke dalam SPSS versi 25.0. Data yang dimasukkan meliputi kode responden, usia, jenis kelamin, kelas, jawaban dan skor setiap item P1–P19 pada *pre-test* dan *post-test*, skor total *pre-test* dan *post-test*, serta kategori kemampuan regulasi emosi marah. Setelah proses pemasukan data selesai, dilakukan *cleaning* dengan memeriksa kembali kesesuaian data antara kuesioner, tabel induk, dan SPSS. Pemeriksaan dilakukan terhadap kemungkinan kesalahan input, data kosong, pengisian ganda, skor item di luar rentang 1–3, ketidaksesuaian kode responden, serta memastikan item negatif telah dilakukan *reverse scoring* sebelum skor total dihitung.

3.7.1 Analisis Data

Analisa data Analisis data dilakukan menggunakan SPSS versi 25.0. Data yang dianalisis meliputi karakteristik responden, kemampuan regulasi emosi marah sebelum pemberian Media Anger Tree, kemampuan regulasi emosi marah setelah pemberian Media Anger Tree, respons setiap butir kuesioner, serta perbedaan kemampuan regulasi emosi marah sebelum dan sesudah intervensi. Data karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, dan kelas dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dan persentase. Data kemampuan regulasi emosi marah sebelum intervensi diperoleh dari skor total 19 item *pre-test* dan *post-test* setelah dilakukan *reverse scoring* pada item negatif. Skor total kemudian dikelompokkan menjadi kategori kurang, cukup, dan baik, kemudian disajikan dalam bentuk frekuensi dan persentase.

Analisis butir kuesioner dilakukan terhadap item P1 sampai P19 pada *pre-test* dan *post-test*. Setiap pilihan jawaban Tidak Pernah, Kadang-kadang, dan Sering dihitung dalam bentuk frekuensi dan persentase. Analisis tersebut digunakan untuk mengetahui respons yang paling banyak dan paling sedikit pada setiap item serta menggambarkan perubahan respons sebelum dan sesudah pemberian Media Anger Tree. Analisis perbedaan kemampuan regulasi emosi marah sebelum dan sesudah pemberian Media Anger Tree dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test dengan membandingkan skor total *pre-test* dan skor total *post-test* pada 148 responden yang sama. Pengujian dilakukan dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Kriteria pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai $p < 0,05$, maka terdapat pengaruh signifikan Media *Anger Tree* terhadap kemampuan regulasi emosi marah
2. Jika nilai $p > 0,05$, maka tidak terdapat pengaruh signifikan Media *Anger Tree* terhadap kemampuan regulasi emosi marah.

Seluruh proses analisis statistik dilakukan menggunakan program SPSS versi 25.0.

3.8 Masalah Etika

3.8.1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti memberikan penjelasan kepada orang tua atau siswa mengenai tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian yang akan dilakukan. Karena responden adalah anak di bawah umur, maka persetujuan tertulis (*informed consent*) ditandatangani oleh orang tua/wali murid. Responden (siswa) juga diberikan penjelasan sederhana dan berhak menolak atau berhenti berpartisipasi kapan saja tanpa sanksi apa pun.

3.8.2 Anonimity (Tanpa Nama)

Untuk menjaga privasi, peneliti tidak mencantumkan nama asli responden pada lembar kuesioner maupun dalam laporan hasil penelitian. Nama responden diganti dengan pemberian kode atau inisial (misalnya: 1, 2, dst.) pada tahap pengkodean (*coding*) hingga tahap penyajian data.

3.8.3 Confidentiality (Kerahasiaan)

Semua informasi dan data yang dikumpulkan dari siswa SD Muhammadiyah 18 Surabaya dijamin kerahasiaannya oleh peneliti. Data hanya digunakan untuk kepentingan pengembangan ilmu pengetahuan dan hanya dapat diakses oleh peneliti serta piha-pihak terkait dalam kepentingan akademik (seperti dosen pembimbing dan penguji).

3.8.4 Beneficence Dan Non Maleficence (Manfaat dan Tidak Merugikan)

Prinsip ini diterapkan dengan memastikan bahwa intervensi Media *Anger Tree* memberikan manfaat positif bagi siswa dalam mengenali dan mengontrol emosi mereka. Peneliti menjamin bahwa prosedur penelitian (pengisian kuesioner dan pelaksanaan intervensi) tidak menimbulkan trauma psikologis, kelelahan yang berlebihan, atau kerugian fisik bagi siswa.

3.8.5 Justice (Keadilan)

Peneliti menerapkan prinsip keadilan dengan memperlakukan seluruh siswa yang terpilih sebagai responden secara sama tanpa membedakan latar belakang ekonomi, sosial, maupun tingkat kecerdasan. Semua siswa yang memenuhi kriteria inklusi memiliki kesempatan yang sama untuk mendapatkan manfaat dari Media *Anger Tree*.

3.9 Keterbatasan

3.9.1 Instrumen/alat ukur

Penelitian ini menggunakan kuesioner *self-report* yang diisi oleh anak usia sekolah. Jawaban responden bergantung pada kemampuan anak dalam memahami pertanyaan, mengingat pengalaman emosional, dan menilai perilakunya sendiri. Anak juga mungkin memberikan jawaban yang dianggap baik atau sesuai dengan harapan orang dewasa sehingga memungkinkan terjadinya *social desirability bias*.

Instrumen penelitian dikembangkan berdasarkan teori regulasi emosi dan telah melalui pengujian validitas empiris serta reliabilitas. Namun, apabila validasi isi formal melalui *expert judgement* tidak dilakukan atau tidak terdokumentasi, hal tersebut menjadi keterbatasan dalam memastikan keterwakilan setiap item terhadap keseluruhan konstruk kemampuan regulasi emosi marah.

3.9.2 Sampling desain (Rancangan Penelitian)

Penelitian menggunakan desain *pre-experimental one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol. Desain tersebut memungkinkan peneliti mengidentifikasi perubahan kemampuan regulasi emosi marah sebelum dan sesudah pemberian Media Anger Tree, tetapi tidak mampu mengontrol seluruh faktor luar yang terjadi selama periode penelitian.

Perubahan kemampuan regulasi emosi marah yang ditemukan setelah intervensi dapat pula dipengaruhi oleh pengalaman anak di rumah, interaksi dengan orang tua, guru dan teman sebaya, kegiatan pembelajaran di sekolah, maupun pengalaman lain yang terjadi selama penelitian. Oleh karena

itu, hasil mengenai “pengaruh” Media Anger Tree perlu diinterpretasikan secara hati-hati dan belum dapat menunjukkan hubungan sebab-akibat sekuat penelitian eksperimental yang menggunakan kelompok kontrol dan randomisasi perlakuan.

3.9.3 Faktor feasibility (Keyakinan Teknis)

Beberapa faktor teknis yang membatasi penelitian ini adalah:

1. Waktu

Keterbatasan waktu dalam penelitian ini berkaitan dengan penyesuaian jadwal penelitian dengan kegiatan belajar mengajar di sekolah. Pelaksanaan pre-test, intervensi Media Anger Tree, dan post-test harus mengikuti waktu yang diberikan oleh pihak sekolah, sehingga peneliti tidak dapat melakukan pengamatan perilaku siswa dalam jangka waktu yang lebih panjang.

2. Ketersediaan Subjek

Ketersediaan subjek menjadi keterbatasan karena penelitian bergantung pada kehadiran siswa, izin orang tua/wali, kesediaan anak, dan kondisi kesehatan siswa. Apabila siswa tidak hadir pada salah satu tahapan penelitian atau tidak memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, maka siswa tersebut tidak dapat diikutsertakan dalam data akhir penelitian.

3. Hambatan Fisik

Peneliti harus menjaga kenyamanan siswa. Jika siswa merasa lelah atau bosan saat pengisian kuesioner, peneliti tidak boleh memaksa, sehingga kedalaman data sangat bergantung pada kemauan dan kondisi perasaan siswa pada saat itu.

4. Kemampuan Peneliti

Peneliti memiliki keterbatasan dalam mengontrol faktor luar, seperti lingkungan keluarga atau pergaulan siswa di luar sekolah, yang juga sangat berperan dalam pembentukan emosi marah anak.

