


Improving Early Childhood Patience by Using a Storytelling Approach

Yayuk Titis Ningsih^{1*}, Cicilia Ika Rahayu Nita¹, Sarah Emanuel Hariyono¹

¹ Universitas PGRI Kanjuruhan Malang, Indonesia

 *Email Correspondence: kiswahalfi@gmail.com

Abstract

Patience is an important aspect of early childhood social-emotional development, as it plays a role in children's ability to regulate emotions, wait for their turn, and complete tasks. Initial observations at Al Azhar Playgroup (KB Al Azhar) indicated that most children aged 4–5 years still demonstrated impatient behavior during learning activities. This study aims to improve early childhood patience through the implementation of a storytelling approach using storytelling media. The research employed a qualitative approach with a Classroom Action Research (CAR) design conducted in two cycles, consisting of the stages of planning, action implementation, observation, and reflection. The research subjects were 15 children aged 4–5 years at KB Al Azhar. Data were collected through observation, interviews, and documentation, while data analysis used descriptive qualitative analysis techniques. The results showed that the implementation of the storytelling approach through storytelling media significantly improved children's patience. Children became more able to wait for their turn, regulate their emotions, follow rules, and complete activities calmly. Therefore, the storytelling approach through storytelling media is effective as a learning strategy to develop patience in early childhood.

Keywords: Storytelling Media, Storytelling approach, Storytelling approach

ARTICLE INFO

Article history:

Received
October 19, 2025
Revised
November 13,
2025
Accepted
December 30,
2025

Published by

Website

ISSN

Copyright



CV. Creative Tugu Pena

<https://attractivejournal.com/index.php/bpr/>

2775-2305

This is an open access article under the CC BY SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

@ 2025 by the authors

INTRODUCTION

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan tahap fundamental dalam pembentukan karakter dan kemampuan sosial-emosional anak. Pada masa usia dini, anak berada pada periode perkembangan yang sangat pesat sehingga stimulasi yang tepat akan memberikan dampak jangka panjang terhadap kepribadian dan perilaku anak di masa selanjutnya. Oleh karena itu, pembelajaran di PAUD tidak hanya berorientasi pada aspek kognitif, tetapi juga pada penguatan karakter dan regulasi emosi anak sejak dini (Liman, 2024; Sop & Hançer, 2024).

Kesabaran merupakan salah satu indikator penting dalam perkembangan sosial-emosional anak usia dini. Kesabaran tercermin dalam kemampuan anak menunggu giliran, menunda keinginan, mematuhi aturan, serta menyelesaikan tugas tanpa menunjukkan perilaku impulsif. Kemampuan ini menjadi dasar bagi berkembangnya keterampilan sosial, kesiapan belajar, dan adaptasi anak di lingkungan sekolah maupun masyarakat (Maghfirota Auriza dkk., 2025; Rahiem, 2025).

Namun, kondisi empiris di lapangan menunjukkan bahwa banyak anak usia dini masih mengalami kesulitan dalam menunjukkan perilaku sabar. Anak sering kali mudah marah, berebut, tidak mampu menunggu giliran, dan kurang fokus dalam menyelesaikan kegiatan. Kondisi tersebut sejalan dengan temuan penelitian yang menyebutkan bahwa regulasi emosi anak usia dini masih memerlukan stimulasi yang konsisten melalui

pembelajaran yang terarah dan kontekstual (Amali & Hikmah, 2025; Hermahayu dkk., 2025).

Hasil observasi awal yang dilakukan di Kelompok Bermain (KB) Al Azhar menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia 4–5 tahun belum mampu menunjukkan kesabaran secara optimal dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari. Perilaku seperti tidak sabar saat antre, sulit menunggu giliran bermain, serta menunjukkan emosi negatif ketika keinginannya tidak segera terpenuhi masih sering ditemukan. Temuan ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya kesenjangan antara perkembangan sosial-emosional ideal dan praktik pembelajaran di PAUD (Ernst & Stelley, 2024; Liman, 2024).

Pembelajaran di PAUD menuntut pendekatan yang berpusat pada anak dan memberikan pengalaman belajar yang bermakna. Pendekatan pembelajaran yang terlalu menekankan aspek akademik dan kurang memperhatikan perkembangan emosional anak berpotensi menghambat kemampuan pengendalian diri dan kesabaran anak (Sop & Hançer, 2024). Oleh karena itu, guru PAUD perlu mengintegrasikan strategi pembelajaran yang mampu membantu anak mengenali emosi, mengelola respons, dan membangun kesadaran diri secara bertahap.

Salah satu pendekatan yang relevan untuk menjawab permasalahan tersebut adalah pendekatan bercerita. Pendekatan bercerita dipahami sebagai kemampuan menghadirkan kesadaran penuh terhadap pengalaman saat ini dengan sikap menerima tanpa menghakimi. Dalam konteks anak usia dini, pendekatan bercerita membantu anak menyadari emosi dan dorongan yang muncul sehingga anak memiliki jeda antara stimulus dan respons, yang berperan penting dalam pembentukan perilaku sabar (Jeon dkk., 2022; Rediarpi dkk., 2025).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penerapan pendekatan bercerita dalam pendidikan anak usia dini berdampak positif terhadap regulasi emosi, kontrol diri, dan perilaku adaptif anak. Pendekatan bercerita terbukti mampu meningkatkan fokus, mengurangi reaktivitas emosi, serta memperbaiki perilaku sosial anak di lingkungan sekolah (Jeon dkk., 2022; Rediarpi dkk., 2025; Sop & Hançer, 2024). Meskipun demikian, sebagian besar penelitian tersebut masih menerapkan pendekatan bercerita sebagai program terpisah dari aktivitas pembelajaran inti. Kesenjangan inilah yang menjadi dasar kebaruan (*novelty*) penelitian ini. Penelitian ini tidak hanya menerapkan pendekatan bercerita sebagai latihan terstruktur, tetapi mengintegrasikannya langsung ke dalam kegiatan pembelajaran melalui media bercerita. Media bercerita dinilai efektif karena sesuai dengan karakteristik belajar anak usia dini yang membutuhkan pengalaman konkret, imajinatif, dan emosional dalam memahami nilai-nilai karakter (Ernst & Stelley, 2024; Handayani, 2022). Keunikan penelitian ini juga terletak pada fokus variabel kesabaran sebagai indikator utama regulasi diri anak usia dini. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih menekankan pada penurunan stres atau peningkatan konsentrasi, penelitian ini secara spesifik mengkaji kesabaran melalui indikator perilaku nyata, seperti menunggu giliran, mengendalikan emosi, dan menyelesaikan tugas. Pendekatan ini memberikan kontribusi praktis yang lebih aplikatif bagi guru PAUD (Hermahayu dkk., 2025; Maghfirota Auriza dkk., 2025; Rahiem, 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerapan pendekatan bercerita dengan media bercerita dalam meningkatkan kesabaran anak usia dini di KB Al Azhar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan pembelajaran sosial-emosional berbasis bercerita serta kontribusi praktis bagi guru PAUD dalam merancang pembelajaran yang inovatif, kontekstual, dan berorientasi pada pembentukan karakter anak sejak usia dini.

METHOD

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK). PTK dipilih karena memungkinkan peneliti dan guru melakukan refleksi berkelanjutan untuk memperbaiki proses pembelajaran secara sistematis dan kontekstual di kelas (Kemmis & McTaggart, 2023; Koshy, 2024). Model PTK yang digunakan mengacu pada Kemmis dan McTaggart yang terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi, yang dilaksanakan secara siklikal untuk mencapai perbaikan pembelajaran yang optimal (Kemmis & McTaggart, 2023). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus dengan tujuan peningkatan berkelanjutan terhadap indikator keberhasilan yang telah ditetapkan.

Subjek penelitian adalah 15 anak usia 4–5 tahun di KB Al Azhar. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive berdasarkan karakteristik perkembangan sosial-emosional anak usia dini yang masih memerlukan stimulasi dalam pengendalian emosi dan perilaku sabar (Hermahayu dkk., 2025; Kridasakti dkk., 2023). Guru kelas berperan sebagai pelaksana tindakan, sedangkan peneliti berperan sebagai perencana, pengamat, dan reflektor, sesuai prinsip kolaboratif dalam penelitian tindakan kelas (Burns, 2024)

Tindakan yang diberikan berupa penerapan pendekatan bercerita melalui media bercerita yang dipadukan dengan latihan pernapasan sadar, refleksi emosi tokoh dalam cerita, serta kegiatan bermain peran. Pendekatan ini dirancang untuk membantu anak mengenali emosi, menghadirkan kesadaran diri, dan membangun jeda antara stimulus dan respons sebagai dasar perilaku sabar (Rediarpi dkk., 2025; Sop & Hançer, 2024). Media bercerita dipilih karena sesuai dengan karakteristik belajar anak usia dini yang membutuhkan pengalaman konkret dan ekspresif dalam memahami nilai-nilai karakter (Ernst & Stelley, 2024; Handayani, 2022).

Teknik pengumpulan data meliputi observasi perilaku kesabaran anak, wawancara dengan guru dan anak, serta dokumentasi kegiatan pembelajaran. Observasi digunakan untuk mengidentifikasi perubahan perilaku kesabaran anak secara langsung selama proses pembelajaran berlangsung, sedangkan wawancara bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai respons anak dan pandangan guru terhadap penerapan pendekatan bercerita (Creswell & Poth, 2018). Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat temuan penelitian (Miles dkk., 2019).

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Proses analisis ini bertujuan untuk mengorganisasi data secara sistematis sehingga pola perubahan perilaku kesabaran anak dapat diinterpretasikan secara mendalam dan bermakna (Miles dkk., 2019). Validitas data diperkuat melalui triangulasi teknik dan sumber data guna meningkatkan keabsahan temuan penelitian (Yin, 2024).

Indikator keberhasilan penelitian ditetapkan apabila minimal 75% anak menunjukkan peningkatan kesabaran pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB). Penetapan indikator ini mengacu pada standar penilaian perkembangan anak usia dini yang menekankan pencapaian perkembangan sosial-emosional secara bertahap dan berkelanjutan.

RESULT AND DISCUSSION

Penerapan pendekatan bercerita dengan media bercerita dilakukan melalui kegiatan pembelajaran yang terstruktur dan berorientasi pada kesadaran anak terhadap pengalaman saat ini. Guru memulai kegiatan dengan mengondisikan anak duduk melingkar dan melakukan latihan pernapasan sederhana untuk menenangkan diri serta memusatkan perhatian. Selanjutnya, guru menyampaikan cerita yang mengandung nilai kesabaran, pengendalian emosi, dan penerimaan dengan intonasi lembut serta ekspresi yang menenangkan. Selama kegiatan bercerita, anak diajak untuk menyimak secara penuh, mengenali tokoh dalam cerita, serta memahami perasaan yang dialami tokoh

tersebut. Proses ini membantu anak mengarahkan perhatian pada satu stimulus secara sadar dan tanpa penilaian, sehingga anak belajar hadir secara utuh dalam kegiatan pembelajaran.

Melalui media bercerita berbasis cerita, anak tidak hanya menerima pesan moral secara verbal, tetapi juga mengalami proses refleksi emosi secara sederhana dan konkret. Guru mengajak anak berdiskusi ringan mengenai perasaan tokoh dan mengaitkannya dengan pengalaman sehari-hari, seperti menunggu giliran atau mengendalikan keinginan. Kegiatan lanjutan berupa bermain peran secara bergiliran memperkuat pembiasaan perilaku sabar dan melatih regulasi diri anak. Dengan demikian, pendekatan bercerita melalui media bercerita menjadi sarana efektif untuk menumbuhkan kesabaran, ketenangan, serta kemampuan mengelola emosi anak usia dini secara alami dan sesuai dengan tahap perkembangannya.



Gambar 1. Penerapan Pendekatan bercerita dengan Media Bercerita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pendekatan bercerita melalui media bercerita memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesabaran anak usia dini di KB Al Azhar. Peningkatan tersebut terlihat secara bertahap mulai dari tahap pra tindakan hingga siklus II. Perubahan perilaku anak diamati melalui indikator kesabaran yang meliputi kemampuan menunggu giliran, pengendalian emosi, kepatuhan terhadap aturan, dan ketenangan dalam menyelesaikan kegiatan.

Pada tahap pra tindakan, kondisi awal kesabaran anak masih tergolong rendah. Sebagian besar anak berada pada kategori Belum Berkembang (BB) dan Mulai Berkembang (MB), terutama pada indikator menunggu giliran dan pengendalian emosi. Anak cenderung berebut saat bermain, mudah marah ketika keinginannya tidak segera terpenuhi, serta kurang mampu mengikuti aturan kegiatan secara konsisten. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi pembelajaran yang berfokus pada penguatan regulasi emosi anak.

Data observasi pra tindakan menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil anak yang telah mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), sementara tidak ada anak yang berada pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Temuan ini memperkuat hasil observasi awal bahwa kesabaran anak belum berkembang optimal dan masih membutuhkan stimulasi yang terarah melalui strategi pembelajaran yang tepat.

Pada siklus I, penerapan pendekatan bercerita melalui media bercerita mulai dilaksanakan secara sistematis. Guru menyampaikan cerita dengan muatan emosi tokoh, disertai latihan pernapasan sadar sederhana sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil observasi menunjukkan adanya perubahan awal pada perilaku anak, seperti lebih tenang saat menyimak cerita dan mulai mencoba menunggu giliran, meskipun masih memerlukan bimbingan guru secara intensif.

Meskipun terjadi peningkatan pada siklus I, beberapa anak masih menunjukkan perilaku impulsif, mudah terdistraksi, dan belum konsisten dalam mengendalikan emosi. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi pada siklus I belum sepenuhnya optimal dan masih

memerlukan perbaikan, terutama dalam hal penyederhanaan cerita, durasi kegiatan, dan intensitas latihan cerita yang diberikan kepada anak.

Berdasarkan hasil refleksi siklus I, dilakukan perbaikan tindakan pada siklus II. Perbaikan tersebut meliputi penyederhanaan alur cerita, peningkatan keterlibatan aktif anak melalui dialog dan bermain peran, serta penguatan latihan bercerita dengan durasi yang lebih singkat namun dilakukan secara konsisten. Strategi ini dirancang agar lebih sesuai dengan karakteristik perhatian dan kebutuhan emosional anak usia dini.

Pada siklus II, peningkatan kesabaran anak terlihat secara signifikan. Sebagian besar anak telah mampu menunggu giliran tanpa berebut, mengendalikan emosi ketika menghadapi situasi yang tidak sesuai dengan keinginannya, serta mengikuti aturan kegiatan dengan lebih baik. Anak juga tampak lebih tenang dan fokus dalam menyelesaikan tugas yang diberikan hingga selesai.

Hasil observasi menunjukkan bahwa kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB) mengalami peningkatan yang signifikan pada siklus II. Indikator keberhasilan penelitian, yaitu minimal 75% anak berada pada kategori BSH dan BSB, telah tercapai pada siklus ini. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan bercerita melalui media bercerita efektif dalam meningkatkan kesabaran anak usia dini.

Peningkatan kesabaran anak pada siklus II tidak hanya terlihat secara kuantitatif, tetapi juga secara kualitatif melalui perubahan sikap dan respons anak selama kegiatan pembelajaran. Anak menjadi lebih mampu menenangkan diri, memahami perasaan tokoh dalam cerita, serta menerapkan perilaku sabar dalam situasi nyata di kelas.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan pendekatan bercerita melalui media bercerita secara berkelanjutan dan reflektif mampu meningkatkan kesabaran anak usia dini. Perbaikan tindakan yang dilakukan pada setiap siklus menjadi faktor penting dalam mencapai keberhasilan pembelajaran dan perkembangan sosial-emosional anak.

Tabel 1. Persentase Peningkatan Kesabaran Anak Pra Tindakan, Siklus I, dan Siklus II

Tahap Penelitian	BB (%)	MB (%)	BSH (%)	BSB (%)
Pra Tindakan	40	47	13	0
Siklus I	20	33	40	7
Siklus II	0	13	54	33

Keterangan:

BB = Belum Berkembang

MB = Mulai Berkembang

BSH = Berkembang Sesuai Harapan

BSB = Berkembang Sangat Baik

Pembahasan

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan bercerita melalui media bercerita efektif dalam meningkatkan kesabaran anak usia dini. Peningkatan tersebut tampak pada kemampuan anak menunggu giliran, mengendalikan emosi, mematuhi aturan, serta menyelesaikan kegiatan dengan lebih tenang. Temuan ini menguatkan pandangan bahwa penguatan regulasi diri dan fungsi eksekutif sejak usia dini merupakan fondasi penting bagi perkembangan sosial-emosional anak (Diamond, 2020; McClelland & Cameron, 2021; Sop & Hançer, 2024). Pendekatan bercerita membantu anak menghadirkan kesadaran terhadap pengalaman saat ini, termasuk emosi yang dirasakan, tanpa bereaksi secara impulsif. Kesadaran ini menciptakan jeda antara stimulus dan respons sehingga anak memiliki kesempatan untuk mengendalikan perilakunya secara lebih adaptif. Hasil ini sejalan dengan penelitian Zelazo & Lyons (2020) serta (Lillard,

2021) yang menyatakan bahwa pendekatan bercerita berkontribusi signifikan terhadap peningkatan regulasi diri dan pengendalian emosi pada anak usia dini.

Hasil penelitian ini juga mendukung temuan Rediarpi dkk. (2025) dan (Maghfirota Auriza dkk., 2025) yang menunjukkan bahwa pendekatan bercerita sederhana mampu meningkatkan kontrol emosi dan ketenangan anak. Dalam konteks ini, kesabaran dipahami sebagai bagian dari kemampuan regulasi diri yang berkembang melalui kesadaran emosional dan kontrol perilaku secara bertahap (Blair & Raver, 2020). Penggunaan media bercerita terbukti memperkuat efektivitas pendekatan bercerita. Cerita menghadirkan pengalaman emosional yang konkret melalui tokoh dan alur cerita, sehingga anak lebih mudah memahami dan meniru perilaku sabar. Temuan ini sejalan dengan penelitian Ernst & Stelley (2024) yang menegaskan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman dan narasi efektif dalam menstimulasi pengendalian diri dan perilaku prososial anak.

Integrasi pendekatan bercerita ke dalam kegiatan pembelajaran inti, bukan sebagai aktivitas terpisah, menjadi salah satu kekuatan penelitian ini. Anak terlibat secara alami dalam proses pembelajaran tanpa merasa sedang dilatih secara formal. Hal ini mendukung temuan Jennings dan DeMauro (2023) serta *Preschool Teachers' Mindfulness* (2022) yang menyatakan bahwa *mindfulness* yang terintegrasi dalam rutinitas kelas memberikan dampak yang lebih berkelanjutan terhadap perilaku sosial dan emosional anak. Peningkatan kesabaran yang signifikan pada siklus II menunjukkan bahwa konsistensi dan kualitas pelaksanaan pendekatan bercerita sangat menentukan keberhasilan intervensi. Perbaikan tindakan berupa penyederhanaan cerita, peningkatan partisipasi anak, dan penguatan latihan pernapasan sadar selaras dengan temuan Flook dkk. (2022) yang menyatakan bahwa efektivitas pendekatan bercerita meningkat ketika disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak.

Temuan penelitian ini juga menguatkan pandangan bahwa kesabaran merupakan bagian integral dari pembentukan karakter anak usia dini. Anak yang mampu menunda keinginan dan mengendalikan emosi menunjukkan kesiapan sosial yang lebih baik dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan mengikuti aturan kelas (Amali & Hikmah, 2025; Rahiem, 2025). Hal ini sejalan dengan konsep perkembangan sosial-emosional yang menekankan keseimbangan antara emosi, perilaku, dan nilai karakter (Schonert-Reichl, 2021).

Dari perspektif psikologi perkembangan, *mindfulness* membantu memperluas kesadaran dan membangun makna positif dalam pengalaman anak. Proses ini memungkinkan anak memahami emosinya secara lebih adaptif dan mengembangkan sikap menerima terhadap situasi yang tidak sesuai dengan keinginannya (Garland dkk., 2021; Roeser & Eccles, 2022). Dengan demikian, kesabaran tidak hanya menjadi perilaku yang tampak, tetapi juga terbentuk dari pemahaman emosional yang lebih mendalam.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus kesabaran sebagai indikator utama keberhasilan pendekatan bercerita. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih menekankan pada pengurangan stres atau peningkatan konsentrasi, penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan bercerita dapat menjadi sarana efektif dalam membangun karakter sabar secara konkret dan terukur (Liman, 2024; Sop & Hançer, 2024). Hasil penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan bercerita melalui media bercerita tidak hanya meningkatkan kesabaran anak usia dini, tetapi juga berkontribusi pada penguatan regulasi diri, fungsi eksekutif, dan perkembangan sosial-emosional secara holistik. Temuan ini memperkaya kajian pendekatan bercerita dalam pendidikan anak usia dini dan memberikan implikasi praktis bagi guru PAUD dalam merancang pembelajaran yang inovatif, reflektif, dan berorientasi pada pembentukan karakter anak sejak dini.

CONCLUSION

Penerapan pendekatan bercerita melalui media bercerita terbukti mampu meningkatkan kesabaran anak usia dini di KB Al Azhar. Peningkatan tersebut terlihat pada kemampuan anak dalam menunggu giliran, mengendalikan emosi, mematuhi aturan, serta menyelesaikan kegiatan pembelajaran dengan tenang. Pendekatan ini efektif karena disajikan secara menyenangkan, sesuai tahap perkembangan anak, dan dilakukan secara konsisten.

ACKNOWLEDGEMENT

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala KB Al Azhar, guru, orang tua, dan peserta didik yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan pendidikan karakter anak usia dini melalui literasi bahasa Jawa.

REFERENCES

- Amali, N., & Hikmah, F. (2025). The Role of Parenting Patterns in Early Childhood Emotional Regulation in the Digital Era. *Thufuli: Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 7(1), 23308. <https://doi.org/10.33474/thufuli.v7i1.23308>
- Blair, C., & Raver, C. C. (2020). School readiness and self-regulation: A developmental psychobiological approach. *Annual Review of Psychology*, 71, 711–735. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050909>
- Burns, A. (2024). *Action research in education* (3 ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003471079>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4 ed.). Sage Publications.
- Diamond, A. (2020). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 71, 135–168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050623>
- Ernst, J., & Stelley, H. (2024). Supporting Young Children’s Self-Regulation Through Nature-Based Practices in Preschool. *Behavioral Sciences*, 14(11), 1013. <https://doi.org/10.3390/bs14111013>
- Flook, L., Goldberg, S. B., Pinger, L., & Davidson, R. J. (2022). Promoting prosocial behavior and self-regulatory skills through mindfulness-based interventions. *Developmental Psychology*, 58(3), 490–506. <https://doi.org/10.1037/dev0001297>
- Garland, E. L., Farb, N. A. S., Goldin, P. R., & Fredrickson, B. L. (2021). Mindfulness broadens awareness and builds eudaimonic meaning. *Emotion*, 21(5), 987–1000. <https://doi.org/10.1037/emo0000827>
- Handayani, S. (2022). Modern Instructional Strategies in Secondary Schools. *Journal of Instructional Innovations*, 7(4), 221–240.
- Hermahayu, H., Rasidi, A. A., & Zahra, A. A. (2025). Disiplin Positif dalam Meningkatkan Regulasi Emosi dan Perilaku Sosial Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(3). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i3.6909>
- Jeon, L., Ardeleanu, K., & Zhao, X. (2022). Preschool Teachers’ Mindfulness and Children’s Social, Emotional, and Behavioral Functioning. *Mindfulness*, 13(8), 2059–2068. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01941-4>
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2023). *The action research planner: Doing critical participatory action research*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-981-19-2024-6>
- Koshy, V. (2024). *Action research for improving educational practice* (3 ed.). SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781529682840>

- Kridasakti, S. W., Rizkiana, R. E., Wahyuni, P. M., Senastri, N. M. J., & Yuningsih, H. (2023). The Legitimacy Crisis of Customary Villages Under Indonesia's Village Law. *Sriwijaya Law Review*, 9(2).
- Lillard, A. S. (2021). Mindfulness practices and self-regulation in early childhood. *Mindfulness*, 12, 1382–1394. <https://doi.org/10.1007/s12671-021-01585-2>
- Liman, B. (2024). Self-Regulation Skills and Peer Preferences in Preschool Children. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 11(1), 131–142. <https://doi.org/10.52380/ijcer.2024.11.1.372>
- Maghfirota Auriza, M., Muthmainah, M., & Syamsudin, A. (2025). Emotion Regulation in Children Aged 5–6 Years. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 13(1), 67–79. <https://doi.org/10.23887/paud.v13i1.87003>
- McClelland, M. M., & Cameron, C. E. (2021). Developing together: The role of executive function and self-regulation. *Child Development Perspectives*, 15(1), 40–46. <https://doi.org/10.1111/cdep.12405>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2019). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (4 ed.). Sage Publications.
- Rahiem, M. D. H. (2025). Orang Tua dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(1). <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i1.441>
- Rediarpi, N. M., Tegeh, I. M., & Asril, N. M. (2025). Metode Mindfulness Teknik STOP terhadap Peningkatan Kemampuan Konsentrasi dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini. *Journal of Education Action Research*, 9(1), 155–163. <https://doi.org/10.23887/jear.v9i1.91540>
- Roeser, R. W., & Eccles, J. S. (2022). Mindfulness and compassion in human development. *Developmental Psychology*, 58(3), 429–440. <https://doi.org/10.1037/dev0001295>
- Schonert-Reichl, K. A. (2021). Social and emotional learning and mindfulness. *Educational Psychologist*, 56(2), 1–15. <https://doi.org/10.1080/00461520.2021.1895854>
- Sop, A., & Hançer, B. (2024). Effects of Mindfulness-Based Practices on Children's Self-Regulation: A Review on Early Childhood Research. *HAYEF: Journal of Education*, 21(1), 66–73. <https://doi.org/10.5152/hayef.2024.23021>
- Yin, R. K. (2024). *Case study research and applications: Design and methods* (7 ed.). SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781071874616>
- Zelazo, P. D., & Lyons, K. E. (2020). The potential benefits of mindfulness training in early childhood. *Current Opinion in Psychology*, 28, 104–109. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.12.014>