

**PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIORAL PLAY THERAPY* DALAM  
MENGATASI EMOSIONAL ANAK DI SEKOLAH ALAM JAKABARING  
PALEMBANG**



**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar  
Sarjana S1 Dalam Ilmu Dakwah Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam**

**OLEH :**

**Yossi Selvia Rahmi**

**NIM : 1535200072**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN FATAH PALEMBANG**

**1440 H / 2019 M**

## NOTA PEMBIMBING

Hal : Pengajuan Ujian Munaqasyah

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Raden Fatah

di-

Palembang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah mengadakan bimbingan dan kami periksa serta diadakannya perbaikan-perbaikan seperlunya, maka skripsi yang berjudul "**Pendekatan *Cognitive Behavioral Play Therapy* Dalam Mengatasi Emosional Anak Di Sekolah Alam Jakabaring Palembang**" yang ditulis oleh saudari Yossi Selvia Rahmi, NIM : 1535200072 telah dapat diajukan dalam sidang munaqasyah di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Palembang, 24/07/2019

**Pembimbing I**



Dr. Nurseri Hasnah Nasution, M.Ag  
NIP. 197804142002122004

**Pembimbing II**



Neni Noviza, M.Pd  
NIP. 197303042008012012

## PENGESAHAN SKRIPSI MAHASISWA

Nama : Yossi Selvia Rahmi  
Nim : 1535200072  
Fakultas / Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan Penyuluhan Islam  
Judul Skripsi : Pendekatan *Cognitive Behavioral Play Therapy* Dalam Mengatasi Emosional Anak Di Sekolah Alam Jakabaring Palembang

Telah dimunaqasyahkan dalam sidang terbuka Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang pada :  
Hari / Tanggal : Rabu / 31 Juli 2019  
Tempat : Ruang Sidang Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang.

Dan telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana I (SI) pada Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.



### TIM PENGUJI

Ketua

Dr. Kusnadi, M.A  
NIP. 197108192000031002

Penguji I

Dr. Abdur Razzaq, M.A  
NIP. 197307112006041001

Sekretaris

Manah Rasmanah, M.Si  
NIP. 197205072005012004

Penguji II

Manah Rasmanah, M.Si  
NIP. 197205072005012004

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yossi Selvia Rahmi  
Tempat & Tanggal Lahir : Palembang, 02 Desember 1997  
NIM : 1535200072  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi  
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam  
Judul Skripsi : Pendekatan *Cognitive Behavioral Play Therapy*  
Dalam Mengatasi Emosional Anak Di Sekolah Alam  
Jakabaring Palembang

Menyatakan dengan kesungguhan bahwa :

1. Seluruh data, informasi, interpretasi, pembahasan dan kesimpulan yang disajikan dalam skripsi ini kecuali yang disebutkan sumbernya adalah merupakan hasil pengamatan, penelitian, pengolahan, serta pemikiran saya dengan pengarahan pembimbing yang ditetapkan.
2. Skripsi yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah maupun di Perguruan Tinggi lainnya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari ditemukan adanya bukti ketidak benaran dalam akademis berupa pembatalan gelar akademik yang saya peroleh melalui pengajuan skripsi ini.

Palembang, 24 Juli 2019

Yang Membuat Pernyataan



Yossi Selvia Rahmi

NIM 1535200072

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

**“ Kebahagiaan Orang Tuaku adalah Kebahagiaan Ku”**

**(Septiana Dewi Susanti)**

Dengan mengharap ridho dari Allah SWT, skripsi ini ku persembahkan untuk:

1. Kedua orang tuaku ayahanda Akhiruddin dan ibunda Yuslina yang telah membesarkan dan mendidik ku sepenuh hati serta senantiasa mendoakan hingga sampai detik ini.
2. Kedua saudaraku terutama kakakku Yoppy Alan Firdaus yang telah berjuang untukku serta adikku Yossa Okta Nadyah.
3. Kedua dosen pembimbing yang terhormat Ibu Dr. Nurseri Hasnah Nasution, M.Ag dan Ibu Neni Noviza, M.Pd yang senantiasa dengan sabar menuntun saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah menganugerahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga dapat terselesaikan skripsi ini yang berjudul “Pendekatan *Cognitive Behavioral Play Therapy* Dalam Mengatasi Emosional Anak Di Sekolah Alam Jakabaring Palembang. Shalawat dan salam tercurahkan kepada junjungan kita Nabi besar Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya hingga akhir zaman.

Bukan hal yang mudah untuk menyelesaikan tugas akhir perkuliahan ini, penulis menyadari banyak menemukan kesulitan-kesulitan namun berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Drs. H. M. Sirozi, Ph.D selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
2. Bapak Dr. Kusnadi, MA selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
3. Ibu Neni Noviza, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang dan sekaligus menjadi Penasehat Akademik dan pembimbing II yang selalu memberikan masukan dan arahan serta senantiasa memotivasi dan membimbing untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Nurseri Hasnah Nasution, M.Ag selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, masukan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen serta staf pegawai Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang yang telah memberikan ilmu pengetahuannya dan memberikan kelancaran dalam penyelesaian skripsi dan studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

6. Kepala sekolah serta guru-guru TK Sekolah Alam Jakabaring Palembang yang telah mengizinkan dan membantu dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
7. Kedua orang tuaku serta kakak dan adikku yang senantiasa selalu mendo'akan dan memotivasi hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Teman-teman seperjuangan BPI B 2015 terkhusus sahabat-sahabat saya Ocak, Cep, Mbak Syeila, Novia Tw, Yukya, Bobo, Nizar, Guntur serta seluruh teman-teman lainnya jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam yang telah memberikan semangat dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada semua pihak yang telah berpartisipasi dalam penyusunan skripsi ini, yang tak dapat saya tuliskan satu persatu.

Semoga peran serta dan bantuannya yang telah diberikan kepada peneliti dapat menjadi amal sholeh dan dibalas oleh Allah SWT dengan pahala yang berlipat ganda. Terakhir harapan penulis, kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca serta menjadi amal jariyah bagi penulis dan semua pihak memanfaatkannya, Amin.

Palembang, 2019  
Penulis

Yossi Selvia Rahmi  
NIM 1535200072



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>NOTA PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Batasan Masalah.....	9
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Kegunaan Penelitian.....	10
F. Tinjauan Pustaka .....	11
G. Kerangka Teori.....	15
H. Metodologi Penelitian .....	20
I. Sistematika Penulisan.....	24
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. <i>Cognitive Behavioral Play Therapy</i> .....	25
1. <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> .....	25
2. <i>Play Therapy</i> .....	34
B. Emosi Anak	
1. Definisi Emosi.....	44
2. Ciri-ciri Emosi Anak.....	45



3. Fungsi Emosi Anak.....	46
4. Jenis Emosi Anak.....	47
5. Ciri Utama Reaksi Emosi Pada Anak .....	49
6. Bentuk Reaksi Emosi Pada Anak.....	52
7. Faktor Yang Mempengaruhi Emosi pada anak.....	55
<b>BAB III GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Umum Sekolah Alam Jakabaring Palembang .....	62
B. Sarana Prasarana Sekolah Alam Jakabaring Palembang .....	63
C. Struktur Organisasi TK Alam Palembang.....	65
D. Visi TK Alam Palembang.....	65
E. Misi TK Alam Palembang .....	66
F. Tujuan TK Alam Palembang .....	66
G. Motto Sekolah.....	66
H. Jumlah Murid dan Guru TK Alam Palembang .....	66
I. Struktur Kurikulum TK Alam Palembang .....	67
J. Muatan Kurikulum.....	70
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Penyajian Hasil Penelitian.....	88
1. Identitas Responden .....	88
2. Gambaran Kondisi Emosional Anak Jakabaring Palembang.....	90
3. Program-program Yang Dilakukan Di Sekolah Alam Jakabaring Palembang Dalam Mengatasi Emosional Pada Anak.....	116
4. Pendekatan <i>Cognitive Behavioral Play Therapy</i> Dalam Mengatasi Emosional Anak Di Sekolah Alam Jakabaring Palembang.....	125
B. Pembahasan .....	133
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	138
B. Saran.....	140

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

## DAFTAR TABEL

TABEL I	Subyek Penelitian.....	20
TABEL II	Prasarana.....	63
TABEL III	Sarana.....	63
TABEL IV	Jumlah Peserta Didik.....	67
TABEL V	Struktur Kurikulum TK.....	68
TABEL VI	Mata Pelajaran Ibadah Shalat Dhuha, Tahsin dan Tahfidz.....	71
TABEL VII	Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam.....	72
TABEL VIII	Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam.....	73
TABEL IX	Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial.....	75
TABEL X	Muatan Lokal <i>Outbound</i> .....	76
TABEL XI	Muatan Lokal <i>Green Lab</i> .....	77
TABEL XII	Muatan Lokal <i>Cooking Class</i> .....	79
TABEL XIII	Muatan Lokal Renang.....	79
TABEL XIV	Muatan Lokal Seni dan Kreasi.....	81
TABEL XV	Muatan Lokal <i>Market Day</i> .....	82
TABEL XVI	Karate.....	84
TABEL XVII	Menggambar dan Mewarnai.....	84
TABEL XVIII	Tahsin.....	85
TABEL XIX	Renang.....	86
TABEL XX	Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas TK B Untuk Melihah Gambaran Emosional “WS” Di Sekolah.....	91
TABEL XXI	Hasil Wawancara Dengan Orangtua Untuk Melihat Gambaran Emosional ”WS” Di Rumah.....	94
TABEL XXII	Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas TK A Untuk	

	Melihat Gambaran Emosional “ST” Di Sekolah.....	99
TABEL XXIII	Hasil Wawancara Dengan Orangtua Untuk Melihat Gambaran Emosional “ST” Di Rumah.....	102
TABEL XXIV	Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas TK A Untuk Melihat Gambaran Emosional “SF” Di Sekolah.....	107
TABEL XXV	Hasil Wawancara Dengan Orangtua Untuk Melihat Gambaran Emosional “SF” Di Rumah.....	110
TABEL XXVI	Gambaran Kondisi Emosional Subyek Secara Keseluruhan.....	116
TABEL XXVII	Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas TK A Untuk Mengetahui Program Yang Dilakukan Dalam mengatasi emosional pada anak.....	117
TABEL XXVIII	Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas TK B Untuk Mengetahui Program Yang Dilakukan Dalam Mengatasi Emosional Pada Anak.....	120
TABEL XXIX	Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas TK B Untuk Mengetahui Pendekatan <i>Cognitive Behavioral Play Therapy</i> Dalam Mengatasi Emosional Anak.....	126
TABEL XXX	Hasil Wawancara Dengan Wali Kelas TK A Untuk Mengetahui Pendekatan <i>Cognitive Behavioral Play Therapy</i> Dalam Mengatasi Emosional Anak.....	129

## **DAFTAR BAGAN**

Bagan I	Struktur Organisasi TK Alam Palembang.....	65
---------	--	----

## ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya perkembangan emosional pada masa awal kanak-kanak karena pada masa ini anak baru memulai hubungan sosial yang dapat menentukan kemampuan anak untuk bersosialisasi. Perkembangan emosi yang positif dapat memudahkan anak untuk bergaul dengan sesamanya dan belajar dengan lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kondisi emosional pada anak di Sekolah Alam Jakabaring Palembang, mengetahui program-program yang dilakukan dalam mengatasi emosional pada anak di Sekolah Alam Jakabaring Palembang, dan mengetahui pendekatan *cognitive behavioral play therapy* dalam mengatasi emosional anak di sekolah Alam Jakabaring Palembang. Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan rancangan pendekatan lapangan (*field research*). Pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan tahap reduksi data, data *display*, dan kesimpulan. Subyek penelitian ini berjumlah 8 subyek yaitu 3 anak TK, 3 orangtua, dan 2 guru. Hasil dari penelitian yang diperoleh dari observasi dan wawancara adalah gambaran emosional anak di Sekolah Alam Jakabaring Palembang yaitu pemarah, takut, sedih, cemburu, iri hati dan cengeng. Program-program yang dilakukan dalam mengatasi emosional pada anak adalah mencakup semua kurikulum atau program yang ada di taman kanak-kanak sekolah alam, yang mana program tersebut meliputi *learning is fun* (belajar yang menyenangkan), akhlakulkarimah, *leadership*, dan logika berpikir ilmiah, belajar kehidupan dari alam, pengembangan karakter dan kepemimpinan, serta belajar langsung dari objeknya. Sekolah Alam Jakabaring Palembang khususnya taman kanak-kanak menggunakan pendekatan *cognitive behavioral play therapy* yang mana mengembangkan perilaku kognitif menggunakan paradigma bermain sebagai terapi dalam mengatasi perkembangan anak baik aspek kognitif maupun emosional. Dengan bermain mempunyai manfaat sebagai terapi karena tanpa mereka sadari dengan bermain dapat mengubah kepribadian yang ada pada diri mereka.

***Kata Kunci : Cognitive Behavioral Play Therapy, Emosional Anak***