

IMPLEMENTASI PROYEK *MY EMOTIONAL JOURNAL BOOK* DALAM MENGEMBANGKAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK USIA DINI

IMPLEMENTATION OF THE *MY EMOTIONAL JOURNAL BOOK* PROJECT IN DEVELOPING THE SOCIAL EMOTIONAL SKILLS OF EARLY CHILDHOOD

Sri Rika Amriani¹, Syarifah Halifah², Rasmida Razak³

¹Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Negeri Makassar, sri.rika.amriani@unm.ac.id

² Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Negeri Parepare, syarifahhalifah@iainpare.ac.id

³ Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Negeri Parepare, rasmidarazak@iainpare.ac.id

ABSTRAK

Perilaku sosial dan tuntutan emosional merupakan bagian penting dalam perkembangan anak usia dini. Salah satu pendekatan yang dapat mengembangkan melalui pembelajaran berbasis proyek. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi implementasi proyek *My Emotional Journal Book* dalam mengembangkan sosial-emosional anak usia dini di RA Ashabul Kahfi Kota Parepare. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan model analisis interaktif dengan metode triangulasi untuk menguji keabsahan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proyek *My Emotional Journal Book* efektif dalam mengembangkan kesadaran diri, perilaku prososial, dan kemampuan anak untuk mengenali serta mengelola emosi. Proyek ini menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan mengajak anak-anak untuk mengekspresikan diri secara kreatif, yang berdampak positif pada perkembangan sosial-emosional.

Kata Kunci: *My Emotional Journal Book, sosial emosional, anak usia dini, project-based learning.*

ABSTRACT

Behavior, social, and emotional demands are important in early childhood development. One of the approaches that can develop through learning-based projects. Research This aim is to explore the implementation of the project, My Emotional Journal Book, in developing social-emotional skills in early childhood in RA. Ashabul Kahfi City of Parepare. The approach used in the study This is descriptive qualitative research with data collection in the form of observation, interviews, and documentation. The data collected was analyzed using analysis models interactive with method triangulation for test data validity. Research results show that the My Emotional Journal Book project is effective in developing self-awareness, prosocial behavior, and the ability of children to recognize as well as manage emotions. Project This creates an

atmosphere of fun and engaging learning for children to express themselves in a creative, impactful, and positive way for social-emotional development.

Keywords: *My Emotional Journal Book, social emotional, early childhood age, project-based learning.*

PENDAHULUAN

Pendidikan usia dini menjadi sarana yang krusial dalam meletakkan pondasi awal pengetahuan, membentuk dan mengembangkan karakter serta beragam keterampilan lainnya bagi anak. Anak usia dini dalam proses pertumbuhan serta perkembangannya, dari berbagai aspek, mengalami masa rentan dengan proses progresif dalam perkembangan awal hidup manusia. Fase penting dalam perkembangan anak yang mempengaruhi berbagai aspek kehidupannya termasuk perkembangan sosial emosional dibuktikan penelitian Dewi bahwa karakter merupakan kemampuan sosial emosional sangat penting bagi perkembangan hubungan antar anak dengan anak lainnya untuk mempengaruhi kualitas interaksi dengan teman sebaya dan orang dewasa dengan bantuan orang dewasa melalui kegiatan yang menstimulus perkembangan sosial emosional.(Dewi et al., 2020)

Usia dini juga merupakan waktu potensial dalam pemberian stimulus pada tahap perkembangan anak, yang disebut dengan *sensitiv period*. Rangsangan yang didapatkan anak dari lingkungan melalui panca inderanya pada masa ini lebih mudah diserap oleh anak. Keberhasilan proses pendidikan pada masa usia dini akan menjadi landasan yang kokoh untuk mengikuti jenjang pendidikan selanjutnya.(Yuliani Nurani Sujiono, 2013)

Ada enam aspek yang semestinya dikembangkan oleh pendidik dalam memaksimalkan pendidikan anak usia dini menurut Permendikbud nomor 137 tahun 2014, yakni: aspek kognitif, bahasa, fisik motorik, seni dan sosial emosional.(Kementerian Pendidikan Nasional, 2014). Sedangkan aspek perkembangan anak merujuk pada ruang lingkup PAUD yang telah diatur pada PP No.12 Tahun 2025 diantaranya mengenal agama, mengenal identitas diri, mengenali sikap peduli, bekerjasama, menunjukkan sikap bertanggung jawab dalam kegiatan pembelajaran dan pengembangan diri. (PP No.12 Tahun 2025 Tentang Standar Isi, 2025)

Anak memperoleh pengetahuan melalui hubungan langsung dengan lingkungan melalui proses interaksi. Kemampuan dalam hal ini mencakup perkembangan sosial emosional anak. Hurlock menyatakan perkembangan sosial emosional adalah perkembangan yang menunjukkan kesesuaian antara perilaku dan tuntutan sosial. Kesesuaian ini tidak terlepas dari

Corresponding author: Syarifah Halifa

Email Address:syarifahhalifah@iainpare.ac.id

Received: 13-10-2025, Accepted: 22-11-2025, Published: 30-12-2025

perkembangan emosional anak di mana dalam proses sosial, anak juga belajar bergaul, bertingkah laku, dan meregulasi emosi sebagai bagian dari tuntutan kelompok. (Lubis, 2019).

Perkembangan sosial dan emosional anak berkaitan dengan kapasitas anak untuk meningkatkan kepekaan sosial. Perkembangan anak tidak akan maksimal jika hanya mengandalkan kemampuan intelektual saja. Kecerdasan emosional juga dibutuhkan sebagai pondasi dalam menjalani kehidupan ke depannya. Oleh karenanya, dalam diri anak perlu dibekali dan ditumbuhkan kesadarannya tentang cara dalam mengembangkan kecerdasan sosial emosional sejak dini.

Generasi sekarang memiliki kecenderungan kesulitan membangun hubungan sosial dan regulasi emosi yang kemudian berdampak terhadap sosialisasinya. Untuk itu, perlu adanya upaya untuk membangun kecerdasan sosial-emosional anak. Upaya yang dimaksud meliputi kualitas komunikasi dan sosialisasi, sehingga anak mampu membangun hubungan serta mengenali perasaan orang lain dan diri sendiri.

Anak memperoleh kemampuan sosial emosional melalui berbagai kesempatan atau pengalaman bergaul dengan orang-orang di lingkungannya, baik orangtua, saudara, teman sebaya atau orang dewasa lainnya. Anak prasekolah cenderung mengekspresikan emosinya dengan bebas dan terbuka, sehingga emosi dapat mempengaruhi kepribadian dan penyesuaian diri anak dengan lingkungan sosialnya. (Fitriana, 2022)

Anak dengan stabilitas emosi yang baik, kemungkinan besar akan memiliki kecakapan dalam hubungan sosialnya, karena berkaitan dengan interaksi positif yang dibangun dengan orang lain. Sebaliknya, anak dengan keadaan emosi yang kurang stabil dan tak terkendali, cenderung melakukan penyimpangan dalam perilaku sosialnya.

Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini dalam STTPA PAUD Kurikulum 2013 mengatur tiga ranah dalam lingkup perkembangan sosial-emosional anak, yaitu: a) Kesadaran diri yang mencakup kemampuan mengendalikan diri secara wajar; b) Rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain yang mencakup kemampuan mentaati peraturan; dan c) Perilaku prososial yang mencakup kemampuan bermain dengan teman sebaya, mengetahui perasaan teman dan meresponnya secara wajar, serta berbagi dengan orang lain. Adapun perkembangan sosial emosional yang diatur dalam capaian pembelajaran kurikulum merdeka PAUD ialah elemen capaian jati diri yang mencakup kemampuan anak dalam mengidentifikasi,

mengekspresikan dan mengelola emosi diri serta mewujudkan hubungan sosial secara sehat. (Peraturan Menteri Pendidikan RI Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional, 2019)

Pengamatan yang para peneliti lakukan pada 16 anak di Kelompok B3 RA Ashabul Kahfi Kota Parepare memperlihatkan bahwa terdapat anak didik yang belum mampu mengelolah emosinya secara wajar. Hal ini tampak saat anak menunjukkan respons dengan melakukan keributan saat tidak mendapat perhatian penuh, belum dapat melakukan aktivitas secara tertib, dan terdapat kecenderungan anak hanya melakukan komunikasi dengan teman sebangku. Di samping itu, pembelajaran yang dilakukan oleh guru masih bersifat konvensional. Hal ini tampak saat guru hanya memberi penjelasan terkait materi pembelajaran, sehingga kurang menyentuh ranah sosial emosi anak. Selain itu, berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan salah seorang guru, ia mengatakan bahwa, “Model pembelajaran yang saya terapkan masih menggunakan LKS tematik untuk diwarnai oleh anak didik”.

Salah satu pendekatan yang efektif dalam mengembangkan sosial emosional anak melalui kegiatan melibatkan langsung anak yaitu kegiatan *project based learning* atau pembelajaran berbasis proyek (Sari et al., 2023). Pembelajaran berbasis proyek memberikan kesempatan kepada anak terlibat langsung dalam aktivitas kegiatan untuk mengembangkan keterampilan sosial emosional melalui pengalaman nyata anak (Hanita et al., 2023). Pembelajaran berbasis proyek dapat meningkatkan sosial emosional anak untuk menstimulasi anak bekerjasama, berkomunikasi, dan menyelesaikan masalah secara kolektif. (Puspitasari & Al Baqi, 2022). Sedangkan kegiatan proyek berbasis jurnal harian dapat menjadi sarana efektif untuk memfasilitasi refleksi diri anak dan pengelolaan emosi pada anak. (Kasprabowo et al., 2021).

Pembelajaran ini menekankan pada aktivitas kompleks dengan pembelajaran kontekstual dan inovatif. Tujuannya adalah untuk mengembangkan keterampilan dan kemampuan belajar anak didik melalui berbagai aktivitas merancang, meneliti sederhana, dan membuat produk tertentu yang digabungkan dalam bentuk proyek pembelajaran. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menggali bagaimana implementasi proyek *My Emotional Journal Book* dapat berkontribusi pada perkembangan sosial-emosional anak usia dini di RA Ashabul Kahfi untuk mengembangkan kemampuan anak didik dengan memberikan pengalaman yang lebih nyata dan praktis. Sehingga pembelajaran ini menekankan pada proyek yang berbentuk produk atau kegiatan yang memberi kesempatan kepada anak untuk mengkonstruksi pengetahuannya. (Muji et al., 2022)

Corresponding author: Syarifah Halifa

Email Address: syarifahhalifah@iainpare.ac.id

Received: 13-10-2025, Accepted: 22-11-2025, Published: 30-12-2025

Terdapat berbagai macam jenis proyek yang dapat dilakukan dalam penerapan model pembelajaran *project based learning*, antara lain: melakukan kegiatan berkebun mulai dari menanam, memanen dan mengolah hasil kebun, memilah dan mendaur ulang sampah menjadi pupuk, melakukan karya wisata dengan mengunjungi tempat-tempat tertentu, dan membuat karya berupa buku. Dengan tujuan penelitian yang jelas, penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empirik mengenai Implementasi *project based learning My Emotional Journal Book* dalam mengembangkan kemampuan sosial-emosional anak usia dini.

METODOLOGI

Jenis penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif. Lokasi penelitian di RA Ashabul Kahfi, Jalan Lingkar Tassiso, Kec. Bacukiki, Kota Parepare dengan subjek seorang guru di RA Ashabul Kahfi Kota Parepare dan enam belas anak didik.

Implementasi proyek *My Emotional Journal Book* yang dimaksud dalam penelitian ini tentang bagaimana guru menerapkan langkah-langkah pembelajaran *project based learning* dengan proyek buku, sedangkan perkembangan sosial emosional anak yang dimaksud ialah tingkatan atau capaian perkembangan sikap anak didik yang meliputi kesadaran diri, tanggung jawab, prososial, dan jati diri.

Peneliti menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk mengumpulkan data, baik berupa data primer maupun data sekunder. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi untuk mengamati perubahan perilaku sosial emosional anak selama kegiatan proyek. Wawancara digunakan untuk menggali informasi secara mendalam dari guru dan orangtua tentang perkembangan sosial emosional anak. Sedangkan dokumentasi berfungsi untuk mendukung temuan observasi dan wawancara berupa foto serta dokumen hasil karya anak. Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles & Huberman, dan diuji keabsahan datanya menggunakan model analisis interaktif dengan melalui tiga tahap yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan menggunakan teknik triangulasi sumber data dan metode. Triangulasi sumber dilakukan untuk mengumpulkan data dari informan yaitu guru, anak-anak, dan orangtua. Sedangkan triangulasi metode dilakukan dengan mengumpulkan data dari lembar observasi, wawancara, dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Pada penelitian ini, implementasi pembelajaran *project based learning* dengan proyek *My Emotional Journal Book* dilaksanakan selama empat pekan dan terbagi dalam tiga fase, yakni perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Uraian detail setiap fase implementasi dalam hasil penelitian ini sebagai berikut:

a. Perencanaan

Pada fase ini para peneliti dan guru bekerja sama dalam membuat perencanaan kegiatan pembelajaran agar aktivitas pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Hal-hal yang dilakukan seperti membuat modul pembelajaran, menyusun materi pembelajaran, menentukan tujuan pembelajaran, dan merancang evaluasi pembelajaran. Modul pembelajaran disusun berdasarkan panduan dalam kurikulum merdeka. Adapun materi pembelajaran yang dipilih yaitu tema imajinasi. Tema ini dipilih untuk menstimulasi imajinasi dan mendorong perasaan anak agar mampu mengekspresikan diri. Dari tema Imajinasi ini, proyek yang dapat dilakukan yang berkaitan dengan ekspresi diri dan imajinasi ialah membuat buku. Selanjutnya, guru membuat pemetaan konsep terkait dengan proyek membuat buku. Berdasarkan pemetaan dari peta konsep, maka guru kemudian menyusun modul ajar dan merumuskan tujuan pembelajaran. Adapun tujuan pembelajaran dari kegiatan ini ialah:

1. Anak didik dapat mengenali perasaan diri sendiri.
2. Anak didik dapat mengomunikasikan pikiran dan perasaan secara kreatif.
3. Anak didik dapat membangun hubungan sosial emosionalnya.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan pembelajaran *project based learning* di RA Ashabul Kahfi dilakukan selama dua pekan. Aktivitas kegiatan pembelajaran secara umum terbagi menjadi tiga tahap, yakni: permulaan, pengembangan, dan penyimpulan. Tahap permulaan dilangsungkan selama dua kali pertemuan, tahap pengembangan selama enam kali pertemuan, dan tahap penyimpulan selama satu kali pertemuan. Adapun uraian setiap tahap tersebut diuraikan sebagai berikut:

1. Tahap Permulaan

Berdasarkan rencana pembelajaran yang telah disusun, pada tahap permulaan ini terdapat tiga fokus utama pembelajaran, yakni memetakan tema menjadi topik, memantik ide anak untuk mencari proyek yang akan dilakukan, dan mendesain rencana proyek yang akan dilakukan.

Untuk memetakan tema, terlebih dahulu guru menganalisis permasalahan yang dihadapi oleh anak didik berdasarkan apa yang telah diamati. Permasalahan yang diperoleh berkaitan dengan tema imajinasi ialah minimnya rangsangan yang dapat menstimulasi imajinasi dan mendorong anak untuk berani mengekspresikan diri. Topik yang kemudian dipilih oleh guru sehubungan dengan implementasi *project based learning* ialah membuat buku sebagai media ekspresi anak didik.

Pertemuan pertama dalam kegiatan pembelajaran, guru memantik ide anak dengan mempertontonkan video animasi. Video yang dipertontonkan ke anak-anak ada dua dan masing-masing berdurasi 6 dan 4 menit. Hal ini bertujuan agar anak dapat mengenal ragam emosi terlebih dahulu. Video kartun pertama berisi pengenalan emosi, tanda-tanda yang melahirkan emosi tertentu, dan bentuk-bentuk ekspresi, sedangkan video yang kedua berisi lagu dengan ilustrasi jenis-jenis emosi dan simbolnya.

Pada proses pembelajaran, guru memberikan penjelasan mengenai emosi dengan mendiskusikan video yang baru saja ditonton. Selanjutnya, guru memperlihatkan beberapa contoh buku cerita bergambar dan mengajukan pilihan apakah anak didik juga berkeinginan membuat buku. Setelah mendapatkan persetujuan anak didik untuk membuat buku, guru mengusulkan agar buku nantinya berisi tentang catatan ekspresi emosi anak untuk melihat perilaku anak. Karena itu proyek yang dilakukan ialah membuat buku jurnal emosi yang diberi judul "*My Emotional Journal Book*".

Buku jurnal emosi atau *My emotional journal book* merupakan buku yang berisi catatan gambaran perasaan anak selama di sekolah. Buku ini menghadirkan gambar kartun yang merepresentasikan aktivitas anak seperti gambar kartun berbaris, shalat, makan dan bermain. Buku ini kemudian akan di isi oleh anak dengan menempelkan stiker *emoticon* (marah, sedih, bahagia ,takut) sesuai apa yang dirasakan anak pada saat anak mengalami aktivitas tersebut.

Buku harian jurnal menjadi alat yang sangat efektif dan alami bagi anak didik dan guru karena memungkinkan anak didik untuk merefleksikan apa yang telah anak pelajari, bagaimana anak mempelajarinya serta hambatan yang mungkin anak alami.(Kasrabowo et al., 2021, p.377). Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Kilnova tersebut, Jarwis berpendapat bahwa terdapat dua tujuan dari membuat buku jurnal harian. Pertama, menjadikan anak sebagai pembelajar yang reflektif, karena dengan pencatatan data tentang sikap dan kebiasaan belajar

memungkinkan anak untuk merefleksikan segala tindakannya. Kedua, sebagai sarana pengembangan diri dan perasaan. (Nur Wulandari, Herlina, 2020).

Dalam pelaksanaan proyek, berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, tergambar bahwa anak didik saling berinteraksi, bersosialisasi, bermain, bekerja sama, dan berbagi. Aktivitas-aktivitas ini, menurut pandangan Eisenberg & Mussen, akan dapat mempengaruhi perilaku prososial anak. (Dianita et al., 2020)

Pertemuan kedua untuk tahap permulaan, guru terlebih dahulu mensimulasi anak didik dengan memperkenalkan ragam dan simbol ekspresi. Dalam hal ini, fokus utamanya agar anak dapat memahami simbol ekspresi, membedakan ragam emosi, dan menghubungkan keduanya. Selain itu, hal ini juga untuk menjaga partisipasi anak dalam melaksanakan proyek.

2. Tahap Pengembangan

Pada tahap pengembangan, guru berperan sebagai fasilitator yang mempersiapkan alat dan bahan untuk kebutuhan proyek, mengarahkan kegiatan proyek, dan memberikan pendampingan kepada anak didik dalam mengisi buku jurnal emosi.

Buku jurnal harian emosi (*My Emotional Journal Book*) disusun dengan mendaftarkan kegiatan harian anak, daftar pengamatan sesama anak didik, daftar aktivitas khusus, dan lembar cerita ekspresi. Daftar kegiatan pembiasaan anak didik terdiri dari aktivitas berbaris, ibadah, belajar, bermain, dan makan. Sementara daftar pengamatan sesama anak didik meliputi amatan kepada teman sebangku di bagian depan, belakang, samping kiri, dan samping kanan. Daftar aktivitas khusus meliputi membersihkan halaman, membereskan mainan, menolong teman, berbagi makanan, dan bermain bersama teman. Bahan dan alat disiapkan oleh guru terdiri dari stiker beragam ekspresi yang nantinya menjadi isi buku jurnal berdasarkan perasaan anak didik ketika melakukan aktivitas yang telah disusun oleh guru.

Pelaksanaan tahap pengembangan dilangsungkan selama enam kali pertemuan. Dua pertemuan awal difokuskan pada pembelajaran kesadaran diri anak didik terhadap emosi yang anak rasakan ketika melakukan kegiatan pembiasaan. Anak didik diminta menempelkan stiker ekspresi sesuai dengan perasaannya setelah melaksanakan segala aktivitas tersebut. Untuk memudahkan anak-anak dalam mengukur kesadaran diri, mengenal perasaan diri sendiri, guru telah mempersiapkan gambar yang merepresentasikan segala aktivitas yang dimaksud ke dalam *My Emotional Journal Book* anak didik.

3. Tahap Penyimpulan

Pada tahap ini, anak-anak diajak untuk merefleksikan pembelajaran dari aktivitas proyek yang dilakukan. Anak diminta mengekspresikan diri mengenai proyek yang dikerjakan, dan diminta untuk menggambar secara bebas. Kebebasan berekspresi mendorong anak dalam mengutarakan keberagaman pendapat dan memperoleh keterampilan dalam berkomunikasi.

c. Evaluasi

Ada tiga aspek yang ditinjau dari evaluasi pembelajaran *project based learning*, yakni aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Hasil wawancara peneliti, aspek-aspek tersebut dikemukakan oleh guru:

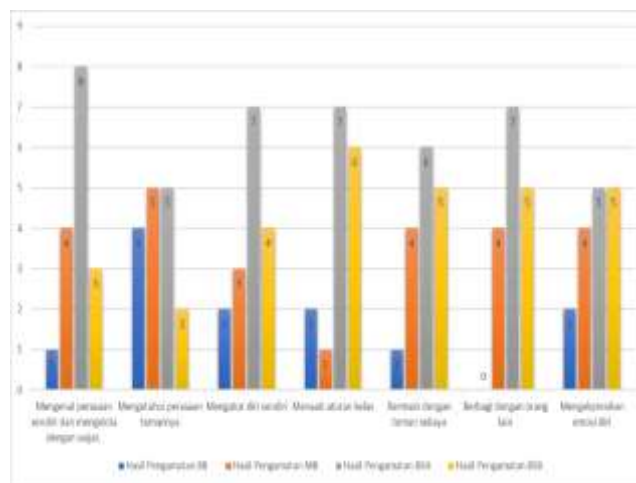
“Untuk aspek kognitif yang dilihat adalah apakah tujuan pembelajaran tercapai. Dalam hal ini, apakah anak-anak paham tentang jenis-jenis emosi, misalnya. Sedangkan untuk afektif, dilihat dari sikap anak. Misal anak A berbagi makanan kepada anak B. Nah, bagaimana perasaan anak A ketika melakukannya. Sedangkan untuk evaluasi psikomotorik, terkait dengan keaktifan anak-anak bekerja atau bermain bersama teman, misalnya.”

Adapun hambatan atau kesulitan yang guru hadapi selama penerapan pembelajaran ini diungkapkan oleh guru ialah terletak pada manajemen kelas. Sebab, perhatian guru pada tiap anak dalam suatu waktu dan ruang memiliki keterbatasan. Olehnya itu, Ibu Aisyah mengungkapkan bahwa dengan menggunakan metode *team teaching*, pembelajaran mungkin akan dapat berjalan dengan sangat baik.

Sosial emosional adalah bentuk interaksi atau kontak sosial yang dilakukan seseorang berdasarkan perasaan atau emosi. Terdapat sejumlah pola perkembangan sosial berdasarkan emosional anak. Elizabeth B. Hurlock membaginya menjadi dua, yakni pola perilaku sosial dan tidak sosial. Untuk pola . Untuk pola sosial terdapat delapan pola, yakni: meniru, persaingan, kerja sama, simpati, empati, dukungan sosial, membagi, dan perilaku akrab. Sebaliknya pola tidak sosial juga ada delapan yakni: negativisme, agresif, perilaku berkuasa, memikirkan diri sendiri, mementingkan diri sendiri, merusak, pertentangan seks, dan prasangka.(Hurlock, 2007).

Selanjutnya, hasil penelitian terkait dengan perkembangan sosial emosional yang diamati dalam penelitian ini dikelompokkan ke dalam empat kategori berdasarkan *Permendikbud No. 137 tahun 2014*, yakni: Kesadaran diri; Rasa tanggung jawab diri sendiri dan orang lain;

Perilaku Prososial; dan Jati diri. Keempat kategori ini kemudian dirinci menjadi tujuh indikator meliputi: (1) Mengenal perasaan sendiri dan mengelolanya dengan wajar; (2) Mengetahui perasaan temannya; (3) Mengatur diri sendiri; (4) Menaati aturan kelas; (5) bermain dengan teman sebaya; (6) berbagi dengan orang lain; dan (7) Mengekspresikan emosi diri. (Kementerian Pendidikan Nasional, 2014) Untuk melihat secara jelas persentase gambaran perkembangan sosial emosional anak didik di RA Ashabul Kahfi, dapat dilihat pada diagram berikut.



Gambar 1. Diagram Hasil Pengamatan Perkembangan Sosial Emosional

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, dapat diketahui bahwa terdapat suatu pola perkembangan sosial emosional pada anak Kelompok B di RA Ashabul Kahfi Parepare. Anak-anak yang memiliki rata-rata predikat Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB) pada tiap kategori menunjukkan bahwa mereka yang mampu mengenali perasaannya perasaannya, mengenali perasaan temannya, juga cenderung mampu bermain, bekerja sama, dan berbagi dengan sesama. Dengan kata lain, anak-anak ini telah memiliki pola sosial seperti mampu bekerja sama, bersimpati, berempati, memperoleh dukungan sosial, berbagi, dan berperilaku akrab Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock yang menyatakan bahwa pada anak usia 5—6 tahun, perkembangan sosial anak sudah cukup baik. Aspek-aspek penyesuaian sosial terdiri atas penampilan nyata (tentang bagaimana individu dapat memenuhi harapan kelompoknya), penyesuaian diri terhadap kelompok (bagaimana individu beradaptasi dengan kelompok), sikap sosial (sikap baik yang ditunjukkan individu

ketika mampu beradaptasi dengan kelompok), dan kepuasan pribadi (adanya kesadaran diri).(B.Hurlock,p. 118).

Sementara anak-anak yang memiliki predikat pada tiap kategori Mulai Berkembang (MB) menunjukkan terdapat pola sosial yang meski tidak signifikan sebagaimana anak-anak yang mencapai rata-rata Berkembang Sesuai Harapan. Perilaku sosial ini terlihat menonjol hanya pada beberapa bagian seperti berbagi, bermain, dan bekerja sama, tetapi untuk berperilaku akrab, bersimpati, dan berempati masih memerlukan bentuk dan pengalaman sosialisasi yang lebih banyak.

Fakta lain yang dapat ditinjau ialah mengenai pola tidak sosial bagi anak-anak yang sosial emosional-nya ini rata-rata Mulai Berkembang, yakni kecenderungan mereka untuk berperilaku berkuasa, mementingkan diri sendiri, dan bertindak agresif. Perubahan-perubahan sikap ini bergantung pada banyaknya kontak dengan orang-orang lain. Sebaliknya, anak-anak yang berpredikat Belum Berkembang (BB) yang nyaris ditunjukkan pada semua kategori, tampaknya memiliki masalah perkembangan sosial emosional dan membutuhkan perlakuan khusus. Hal ini dikuatkan dengan hasil wawancara dengan guru yang menyatakan bahwa terdapat salah seorang anak yang memiliki kelambanan secara sosial dan emosional yang ditampakan dengan perilaku sulit mendengarkan, tidak mau duduk diam, kerap keluar kelas, tukang menangis dan terbilang lamban menerima pembelajaran. Sejalan dengan pernyataan James T. Webb yang mengidentifikasi bahwa antara perkembangan sosial emosional dan perkembangan intelektual mempunyai hubungan yang erat. Kematangan intelektual anak cenderung akan di sertai dengan kematangan sosial emosinya.(Tiel, 2019).

Beberapa perilaku anak didik ini juga dibenarkan oleh orang tua anak didik yang di utarakan oleh wawancara yang dilakukan dengan guru kelas. Orang tua anak didik mengungkapkan bahwa saat dirumah, anaknya kerap mencoret hampir semua dinding rumah yang dapat dijangkau, namun belum mampu fokus dan memegang pensil dengan baik untuk menulis di area yang lebih kecil seperti buku tulis. Berdasarkan sejumlah pendapat, salah satunya ialah Hijriati (2019), mengemukakan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan terhambatnya perkembangan anak umumnya berkaitan dengan kondisi kesehatan anak.(Hijriati, 2021).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa anak-anak yang memiliki Kesadaran Diri, yakni mampu mengenali emosinya dan mampu mengenali emosi temannya, memiliki kecendrungan juga memiliki rasa tanggung jawab yang besar, mampu berperilaku sosial, dan nyaris tidak memiliki hambatan dalam mengekspresikan diri. Sehingga Kesadaran Diri merupakan dasar untuk membentuk Jati Diri anak. Sementara anak-anak yang memiliki kesadaran diri Masih berkembang atau pun Belum Berkembang, mengalami kesulitan mengekspresikan diri atau membentuk Jati Dirinya.

Hal lain yang dapat ditinjau selanjutnya ialah mengenai kendala dan hambatan yang dialami oleh guru dalam pembelajaran. Pelaksanaan *project based learning* dengan proyek membuat buku jurnal dapat dikatakan memerlukan waktu yang lama. Hal ini karena tahapan pelaksanaannya memang menuntut proses yang panjang seperti pada tahap perencanaan dan pelaksanaan. Di samping itu, dibutuhkan biaya yang cukup besar untuk mempersiapkan segala bahan dan alat proyek serta pada tahap pelaksanaan proyek. Kendala lain yang didapatkan ialah mengenai keterbatasan guru dalam mengatur dan mengelola kelas. Dibutuhkan tidak hanya satu guru agar pendampingan dan pengarahan kepada anak-anak dapat disalurkan secara maksimal. Bila terdapat anak didik yang memiliki kelemahan dalam percobaan dan pengumpulan informasi, ada kemungkinan anak akan mengalami kesulitan. Apalagi bila prasarana sekolah pun kurang memadai (LCD dan terminal). Kemungkinan peserta didik ada yang kurang aktif dalam kerja kelompok ketika topik yang diberikan pada masing-masing kelompok.

PEMBAHASAN

Pembelajaran berbasis proyek, seperti yang diterapkan dalam penelitian ini, memberikan kesempatan kepada anak untuk terlibat langsung dalam kegiatan yang mendukung perkembangan sosial dan emosional. Proyek ini dapat membantu menstimulasi anak-anak untuk mengekspresikan perasaan secara kreatif dan bekerja sama dengan teman-teman sebaya, yang berdampak positif pada perkembangan anak.

Dibuktikan dari penelitian relevan bahwa melalui kegiatan proyek berbasis pembelajaran yang berfokus pada ekspresi diri dan emosi anak dapat meningkatkan keterampilan sosial-emosional anak. Hasil penelitian ini mengonfirmasi temuan tersebut, di mana anak-anak yang terlibat dalam proyek ini menunjukkan peningkatan dalam kesadaran diri, seperti mampu mengenali emosi dan mengekspresikan perasaan melalui jurnal (Nisa et

al., 2021). Selain itu, anak-anak yang awalnya menunjukkan kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya mulai menunjukkan perilaku prososial, seperti berbagi dan bekerja sama dengan teman-temannya (Anggraini et al., 2022).

Mengungkapkan bahwa penggunaan jurnal sebagai media ekspresi diri anak dapat meningkatkan pemahaman mereka terhadap perasaan dan memberikan kesempatan untuk refleksi diri. Penelitian ini memperluas temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa proyek berbasis jurnal emosi tidak hanya meningkatkan kemampuan anak untuk mengenali emosi, tetapi juga membantu berinteraksi secara lebih positif dengan teman sebaya (Nurfiani & Jamain, 2023).

Sedangkan ditegaskan melalui menggunakan alat tulis merupakan bentuk ekspresi emosi bahwa kegiatan menulis atau menggambar tentang perasaan dapat memperkuat kesadaran emosional anak, yang kemudian membantu dalam berinteraksi dengan orang lain secara lebih empatik. Dalam penelitian ini, anak-anak yang menggunakan *My Emotional Journal Book* dapat dengan mudah mengenali dan mengelola emosi, serta menunjukkan perkembangan dalam aspek perilaku sosial seperti berbagi dan bekerja sama. (Sacramento, 2023)

Temuan lain yang dapat diungkapkan dalam implementasi *project based learning* dalam perkembangan sosial emosional ini ialah terciptanya pembelajaran yang menyenangkan bagi anak didik. Hal ini terdeskripsikan pada saat pelaksanaan proyek yang disambut dengan rasa antusias oleh anak didik. Suasana pembelajaran yang terasa santai bagi anak didik membebaskan anak dari rasa cemas, ragu-ragu dan tertekan. Dengan keadaan demikian, anak akan mampu mengekspresikan ide dan pikirannya secara leluasa tanpa takut salah, takut ditertawakan, ataupun takut dianggap sepele lantaran apa yang dikemukakannya kurang relevan atau kurang tepat.

Keaktifan dan motivasi yang tinggi anak didik akan mendorong Anak untuk mengkonstruksi dan membentuk pengetahuan serta pemahamannya. Pengetahuan dan pengalaman yang dikonstruksi secara mandiri ini juga meningkatkan aspek kesadaran anak didik. Selama pembelajaran berlangsung, anak-anak secara kreatif mengenali emosi diri, mengenali emosi temannya, dan belajar mengekspresikan dirinya. Dengan kata lain, pembelajaran ini menjadi bermakna bagi anak didik sendiri.

Dari hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, hal yang dapat ditinjau selanjutnya ialah mengenai kendala dan hambatan yang dialami oleh guru dalam pembelajaran. Pelaksanaan *project based learning* dapat dikatakan memerlukan waktu yang lama. Hal ini karena tahapan pelaksanaannya memang menuntut proses yang panjang seperti pada tahap perencanaan dan pelaksanaan. Di samping itu, dibutuhkan biaya yang cukup besar untuk mempersiapkan segala bahan dan alat proyek serta pada tahap pelaksanaan proyek.

Kendala lain yang didapatkan ialah mengenai keterbatasan guru dalam mengatur dan mengelola kelas. Dibutuhkan tidak hanya satu guru agar pendampingan dan pengarahan kepada anak-anak dapat disalurkan secara maksimal. Bila terdapat anak didik yang memiliki kelemahan dalam percobaan dan pengumpulan informasi, ada kemungkinan anak akan mengalami kesulitan. Apalagi bila prasarana sekolah pun kurang memadai (LCD dan terminal). Kemungkinan peserta didik ada yang kurang aktif dalam kerja kelompok ketika topik yang diberikan pada masing-masing kelompok. Penerapan kurikulum merdeka di RA Ashabul Kahfi memang dapat dikatakan masih dalam proses adaptasi. Begitu pun dengan implementasi pembelajaran *project based learning* yang dilakukan oleh guru. Implementasi *project based learning* yang baik dapat memberikan kemampuan yang bermanfaat bagi anak didik. Indikator keberhasilan pembelajaran ini ketika ketika anak didik dapat merefleksi pembelajarannya, terlibat aktif dalam pembelajaran, dan memiliki inisiatif, dan menyelesaikan pekerjaan atau tugas secara kreatif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, kesimpulan yang dapat ditarik dalam penelitian ini ialah implementasi proyek *My Emostional Journal Book* dapat mengembangkan sosial-emosional anak usia dini karena dapat proyek ini menciptakan pembelajaran yang mendorong anak didik untuk mengkonstruksi dan membentuk pengetahuannya, menstimulus anak-anak untuk mengenal dan mengelola emosi, bertanggung jawab, berperilaku prososial, dan mengekspresikan diri secara kreatif untuk membentuk jati dirinya.

DAFTAR RUJUKAN

- Anggraini, T. P., Abbas, N., Oroh, F. A., & ... (2022). Pengaruh kecerdasan emosional dan motivasi belajar terhadap hasil belajar matematika siswa. *Jambura Journal of*
<https://ejournal.ung.ac.id/index.php/jmathedu/article/view/11807>
- Dewi, A. R. T., Mayasarokh, M., & Gustina, E. (2020). Perilaku Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 4(01), 181–190. <https://doi.org/10.29408/jga.v4i01.2233>
- Dianita, S., Triyono, & Arifin, I. (2020). *Pengaruh Project Based Learning Terhadap Prilaku Sosial Anak Usia Dini*. 5(9).
- Fitriana, D. (2022). Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Melalui Alat Permainan Edukatif (Ape). *JCE (Journal of Childhood Education)*, 5(2), 580.
<https://doi.org/10.30736/jce.v5i2.726>
- Hanita, H., Suryono, Y., & Yanti Fauziah, P. (2023). MANAJEMEN PEMBELAJARAN BERBASIS PROJEK PADA PENDIDIKAN ANAK USIA DINI. *Jurnal Warna : Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*. <https://doi.org/10.24903/jw.v8i1.1289>
- Hijriati, P. (2021). *Penerapan Kegiatan Market Day Terhadap Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun Di TKIT Mina Aceh Besar*. 4.
- Hurlock, E. B. (2007). Psikologi Perkembangan. In *Jakarta : Erlangga* (Edisi 1, C). Erlangga. /DetailOpacBlank.aspx?id=6518%0A/uploaded_files/sampul_koleksi/original/Monograf/6518.jpg
- Kasprabowo, T., Rahayu, E. Y., & Widyaningrum, A. (2021). Tell me about your Day: Portraying Students Reflective Practice through Diary Writing. *Language Circle: Journal of Language and Literature*, 15(2), 375–384. <https://doi.org/10.15294/lc.v15i2.29252>
- Kementerian Pendidikan Nasional. (2014). *Permendikbud No 146 Tahun 2014 Tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Lubis, M. Y. (2019). Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain. *Generasi Emas*, 2(1), 47. [https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2\(1\).3301](https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2(1).3301)
- Peraturan Menteri Pendidikan RI Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional, (2019).
- Muji, A. P., Bentri, A., & . J. (2022). Meta-analysis of project-based learning in early childhood: entrepreneurial context. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*. <https://doi.org/10.29210/1202222437>
- Nisa, A. R., Patonah, P., Prihatiningrum, Y., & Rohita, R. (2021). Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 4-5 Tahun: Tinjauan Pada Aspek Kesadaran Diri Anak. *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 4(1), 1.
<https://doi.org/10.36722/jaudhi.v4i1.696>
- Nur Wulandari, Herlina, L. Z. (2020). Meningkatkan Keterampilan Menulis Cerita Pendek Melalui Penugasan Jurnal Harian. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana Universitas*

Corresponding author: Syarifah Halifa

Email Address: syarifahhalifah@iainpare.ac.id

Received: 13-10-2025, Accepted: 22-11-2025, Published: 30-12-2025

Negeri Jakarta 2020, 2621–6477, 265–280.

Nurfiani, I., & Jamain, R. R. (2023). MENINGKATKAN KEMAMPUAN MEMAHAMI BAHASA EKSPRESIF MELALUI METODE BERCERITA MENGGUNAKAN MEDIA BONEKA TANGAN. *JIKAD : Jurnal Inovasi Kreativitas Anak Usia Dini*, 3(1), 35–41.

PP No.12 Tahun 2025 Tentang Standar Isi, (2025).
<https://kurikulum.kemendikdasmen.go.id/rujukan>

Puspitasari, R. N., & Al Baqi, S. (2022). Mengembangkan Kemampuan Sosial Melalui Pendekatan Project Based Learning. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 9(1), 30–39.
<https://doi.org/10.21107/pgpaustrunojoyo.v9i1.13294>

Sacramento, R. U. (2023). Emotional Intelligence, Job Satisfaction, Organizational Commitment and Its Relationship to Job Performance: Basis for Professional Development Plan. *Online Submission*. <https://eric.ed.gov/?id=ED632148>

Sari, A. M., Suryana, D., Bentri, A., & Ridwan, R. (2023). Efektifitas Model Project Based Learning (PjBL) dalam Implementasi Kurikulum Merdeka di Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Basicedu*, 7(1), 432–440. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i1.4390>

Tiel, J. M. Van. (2019). *Perkembangan Sosial Emosional Anak Gifted*. Prenada Media Group.

Yuliani Nurani Sujiono. (2013). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. PT. Indeks Permata Puri Media.