

## **REGULASI EMOSI ANAK PENGHAFAL AL-QUR'AN USIA 5-6 TAHUN**

(Penelitian Kualitatif Fenomenologi di Sekolah Hafizh Anak Juara Tebet, Tahun 2019)

**Nadiyatunnafi'ah**

### **ABSTRAK**

Kecerdasan emosional seringkali dikesampingkan dengan berpikir dan melihat tolak ukur keberhasilan berupa kecerdasan intelektual saja. Padahal saat ini banyak pekerjaan yang mengedepankan kerjasama dalam tim. Regulasi emosi merupakan bagian dari kecerdasan emosional yang juga penting untuk diperhatikan dan diajarkan kepada anak, terlebih ketika anak berada pada masa emasnya. Seseorang yang kurang dalam mengelola emosinya akan sering mengalami pergesekan dengan orang lain dan sulit menghadapi persoalan termasuk dalam pekerjaan. Hal tersebut menandakan bahwa pemahaman mengelola emosi diri harus diajarkan sejak dini, agar pemahaman tersebut dapat melekat pada diri anak hingga dewasa. Sekolah atau lembaga menghafal *Al-Qur'an* adalah salah satu tempat yang tepat dan baik dalam menanamkan pengelolaan emosi diri. Di tempat tersebut secara tidak langsung anak diajarkan bagaimana bersikap sesuai dengan tuntunan dalam *Al-Qur'an* dan *Sunnah*.

Tujuan Penelitian ini yaitu menggambarkan kemampuan regulasi emosi pada anak penghafal *Al-Qur'an* usia 5-6 tahun. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif fenomenologi yang dilakukan di Sekolah *Hafizh Qur'an* Anak Juara. Hasil Penelitian ini yaitu: anak memperlihatkan kemampuan mengelola emosi diri, memanfaatkan emosi diri secara positif, kemampuan mengatur emosi sesuai dengan situasi dan kondisi diri, dan kemampuan pertahanan diri dalam setiap persoalan.

**Kata Kunci: Regulasi Emosi, Anak Usia 5-6 Tahun, Menghafal *Al-Qur'an***

**THE EMOTIONAL REGULATION OF AL-QUR'AN MEMORIZER  
CHILDREN AGE 5-6 YEARS OLD**

(Qualitative Phenomenology Research at Hafizh Anak Juara Tebet School,  
Years 2019)

**Nadiyahunnafi'ah  
ABSTRACT**

Emotional intelligence is often ruled out by thinking and sees a measure of success in the form of intellectual intelligence only. Even though today there are many jobs that promote cooperation in the team. Emotional regulation is part of emotional intelligence which is also important to be considered and taught to children, especially when the child is in his golden age. Someone who lacks in managing his emotions will often experience friction with other people and it is difficult to deal with the problems he faces, including in work. This indicates that understanding emotions regulation must be taught since early stage, so that understanding can be inherent in children to adulthood. Schools or institutions memorize the Qur'an are one of the right places and are good at instilling emotions regulation. In that place children are indirectly taught how to behave in accordance with the guidance in the Qur'an and Sunnah.

The purpose of this research is to describe emotional regulation abilities in Al-Qur'an memorizer children aged 5-6 years. The research method used was phenomenological qualitative research conducted at the "Sekolah Hafizh Qur'an Anak Juara". The results of this study are: children show the ability to manage emotions themselves, take advantage of self-emotions positively, the ability to regulate emotions in accordance with the situation and conditions themselves, and the ability of self-defense in every problem.

**Keywords: Emotional Regulation, Children 5-6 Years Old, Memorizing the Qur'an**