

Jayabama. Jurnal Peminat Olahraga

Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026

ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514

<http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama>

PERBEDAAN TINGKAT KESTABILAN EMOSI SISWA SEKOLAH DASAR YANG AKTIF MENGIKUTI OLAHRAGA TIM DAN OLAHRAGA INDIVIDU

Abidatul Maghfiroh¹, Anung Priambodo²

Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,
Universitas Negeri Surabaya¹²

Email : abidatul.22160@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Kestabilan emosi merupakan salah satu aspek penting yang memengaruhi perkembangan psikologis dan sosial siswa sekolah dasar, khususnya dalam konteks keterlibatan dalam kegiatan olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kestabilan emosi antara siswa sekolah dasar yang aktif mengikuti olahraga tim dan siswa yang aktif mengikuti olahraga individu. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan kausal-komparatif. Sampel penelitian berjumlah 50 siswa sekolah dasar di Kabupaten Lamongan, terdiri atas 25 siswa olahraga tim (sepak bola dan futsal) serta 25 siswa olahraga individu (bulu tangkis dan renang) yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan angket skala Likert kestabilan emosi yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya (Cronbach's Alpha = 0,972). Data dianalisis menggunakan uji Independent Samples t-Test setelah data dinyatakan berdistribusi normal dan homogen. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,015 ($< 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti terdapat perbedaan signifikan tingkat kestabilan emosi antara kedua kelompok. Rata-rata skor kestabilan emosi siswa olahraga individu (72,64) lebih tinggi dibandingkan siswa olahraga tim (68,48). Temuan ini menunjukkan bahwa jenis olahraga yang diikuti berkaitan dengan tingkat kestabilan emosi siswa sekolah dasar.

Kata Kunci : Kestabilan Emosi, Olahraga, Siswa.

Article History

Received: Agustus 2026

Reviewed: Agustus 2026

Published Agustus 2026

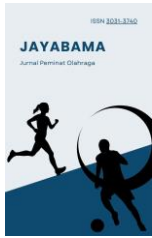
Plagiarism Checker No
234.7348735

Copyright : Author

Publish by : Jayabama



This work is licensed under
a [Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)



Jayabama. Jurnal Peminat Olahraga

Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026

ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514

<http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama>

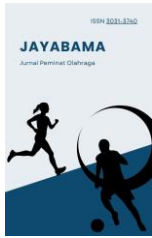
Abstract

Emotional stability is an important aspect that influences the psychological and social development of elementary school students, particularly in relation to their involvement in sports activities. This study aims to determine the difference in the level of emotional stability between elementary school students who actively participate in team sports and those who actively participate in individual sports. This study used a quantitative descriptive method with a causal-comparative approach. The research sample consisted of 50 elementary school students in Lamongan Regency, comprising 25 team-sport students (football and futsal) and 25 individual-sport students (badminton and swimming), selected through purposive sampling. Data were collected using a Likert-scale emotional stability questionnaire that had been tested for validity and reliability (Cronbach's Alpha = 0.972). Data were analyzed using an Independent Samples t-Test after the data were confirmed to be normally distributed and homogeneous. The results showed a significance value (2-tailed) of 0.015 (< 0.05), so H_0 was rejected and H_1 was accepted, indicating a significant difference in emotional stability between the two groups. The mean emotional stability score of individual-sport students (72.64) was higher than that of team-sport students (68.48). These findings indicate that the type of sport followed is associated with the level of emotional stability of elementary school students.

Keywords: *Emotional stability, sports, students.*

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia sekolah dasar di Indonesia saat ini menghadapi tuntutan yang semakin kompleks, karena tujuan pendidikan tidak lagi hanya terbatas pada pencapaian akademis, tetapi juga mencakup pembentukan karakter, kecerdasan emosional, dan kesehatan mental. Siswa yang tidak stabil emosinya cenderung mengalami hambatan dalam pembelajaran,



Jayabama. Jurnal Peminat Olahraga

Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026

ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514

<http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama>

■

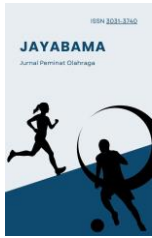
baik pada aspek akademik maupun non-akademik(Ulfah et al., 2024). Siswa sekolah dasar masih mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya, terutama ketika menghadapi situasi yang memicu emosi negatif, sehingga kemampuan tersebut perlu dikembangkan melalui pembiasaan dan pendampingan dalam proses pembelajaran (Maulida et al., 2025). Kestabilan emosi sendiri dapat dimaknai sebagai kemampuan seseorang beradaptasi dengan lingkungan sekitar ketika dihadapkan pada suatu permasalahan, tanpa mengekspresikan emosi secara berlebihan (Hidayat, 2016).

Kesulitan belajar yang dialami siswa dapat berasal dari faktor internal, seperti kapasitas intelektual, kondisi emosi, dan sikap, maupun faktor eksternal seperti lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat (Syah, 2008). Salah satu upaya yang dapat membantu menstabilkan emosi sekaligus meminimalisir kesulitan belajar adalah melalui aktivitas olahraga. Sayangnya, tingkat aktivitas fisik anak cenderung menurun akibat perkembangan teknologi digital yang pesat (World Health Organization, 2020), sehingga peran olahraga sebagai sarana pembentukan kestabilan emosi menjadi semakin penting untuk dikaji.

Olahraga secara umum dibagi menjadi dua kategori, yaitu olahraga tim dan olahraga individu. Olahraga tim, seperti sepak bola dan futsal, menuntut kerja sama, komunikasi, dan sportivitas antaranggota untuk mencapai tujuan bersama, sehingga menjadi semacam "laboratorium sosial" bagi anak dalam belajar mengelola emosi secara kolektif. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa olahraga rekreasi efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik dan emosional anak usia dini (Pratama & Musyarofah, 2024). Sebaliknya, olahraga individu seperti bulu tangkis dan renang lebih menekankan pada kemandirian, konsentrasi, dan pengendalian tekanan secara personal, sehingga dapat memberikan pengalaman emosional yang berbeda dibandingkan olahraga tim.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji keterkaitan antara jenis olahraga dan aspek emosional siswa. Penelitian pada siswa yang mengikuti karate (olahraga individu) dan futsal (olahraga tim) menunjukkan bahwa siswa olahraga tim cenderung lebih ekspresif secara emosional, sedangkan siswa olahraga individu tampak lebih tenang dan fokus (Mas, 2025). Penelitian lain menunjukkan bahwa siswa sekolah dasar yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga memiliki kestabilan emosi dan kemampuan mengendalikan diri yang lebih baik dibandingkan siswa yang tidak aktif berolahraga (Ariyanto, 2025). Namun demikian, temuan mengenai perbandingan langsung antara olahraga tim dan olahraga individu terhadap kestabilan emosi masih menunjukkan hasil yang beragam, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut.

Berdasarkan pengalaman peneliti selama melaksanakan praktik pengalaman lapangan (PLP) di salah satu sekolah dasar, peneliti mengamati bahwa siswa yang terlibat dalam olahraga tim cenderung menunjukkan dinamika emosi yang lebih terlihat dalam interaksi sosial,



Jayabama. Jurnal Peminat Olahraga

Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026

ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514

<http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama>

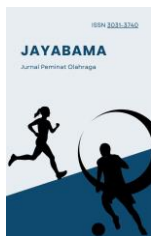
sedangkan siswa yang mengikuti olahraga individu cenderung menunjukkan pola pengelolaan emosi yang lebih bersifat personal. Pengamatan tersebut masih bersifat subjektif dan belum didukung oleh data empiris yang terukur, sehingga penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat kestabilan emosi antara siswa sekolah dasar yang aktif mengikuti olahraga tim dan siswa yang aktif mengikuti olahraga individu, sekaligus mengetahui kelompok mana yang memiliki tingkat kestabilan emosi lebih tinggi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi sekolah dasar dalam merancang program olahraga yang tidak hanya menyehatkan fisik, tetapi juga mendukung perkembangan emosi siswa secara optimal.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan kausal-komparatif (causal comparative research), yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui kemungkinan hubungan sebab-akibat dengan membandingkan dua kelompok yang secara alami sudah memiliki perbedaan, tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti membandingkan tingkat kestabilan emosi siswa sekolah dasar yang aktif mengikuti olahraga tim dengan siswa yang aktif mengikuti olahraga individu.

Penelitian dilaksanakan di beberapa sekolah dasar yang memiliki program olahraga unggulan di Kabupaten Lamongan pada bulan Mei 2026, meliputi cabang olahraga sepak bola (MIM 17 Sumuran), bulu tangkis (SDIT Cendekia), futsal (SD AT-TAQWA), dan renang (MI Mazroatul Ulum). Populasi penelitian adalah seluruh siswa sekolah dasar yang aktif mengikuti kegiatan olahraga pada keempat cabang tersebut. Sampel ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria: berusia 7-12 tahun, aktif mengikuti latihan secara rutin, terdaftar sebagai anggota cabang olahraga, dan bersedia menjadi responden. Total sampel berjumlah 50 siswa, terdiri atas 25 siswa olahraga tim (15 siswa sepak bola dan 10 siswa futsal) dan 25 siswa olahraga individu (20 siswa bulu tangkis dan 5 siswa renang).

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah jenis olahraga yang diikuti siswa (tim dan individu), sedangkan variabel terikat adalah tingkat kestabilan emosi siswa. Instrumen yang digunakan berupa angket kestabilan emosi berskala Likert yang diadaptasi dari (Illana, 2024), terdiri dari 23 item pernyataan (12 item favourable dan 11 item unfavourable) dengan empat alternatif jawaban. Peneliti telah menguji instrumen melalui uji validitas menggunakan korelasi item-total, dengan seluruh nilai r hitung lebih besar dari r tabel (0,361 pada $n = 30$) sehingga seluruh item dinyatakan valid. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menghasilkan nilai 0,972 yang tergolong sangat reliabel. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket dan dokumentasi data siswa.



Jayabama. Jurnal Peminat Olahraga

Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026

ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514

<http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama>

Analisis data diawali dengan statistik deskriptif (mean, median, modus, standar deviasi, nilai minimum, dan maksimum), dilanjutkan dengan uji prasyarat berupa uji normalitas Shapiro-Wilk dan uji homogenitas Levene pada taraf signifikansi 0,05. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan Independent Samples t-Test dengan kriteria: jika nilai signifikansi (Sig.) < 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok, dan sebaliknya (Sugiyono, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Hasil Penelitian

Data penelitian diperoleh melalui penyebaran angket kepada 50 siswa sekolah dasar yang telah memenuhi kriteria penelitian, dengan rincian sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

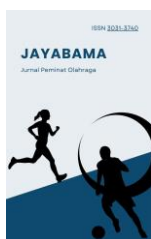
Tabel 1
Jumlah Sampel Penelitian

No	Cabang Olahraga	Kategori	Jumlah Siswa
1	Sepak Bola	Tim	15 siswa
2	Futsal	Tim	10 siswa
3	Bulu Tangkis	Individu	20 siswa
4	Renang	Individu	5 siswa
Total			50 siswa

Statistik deskriptif skor kestabilan emosi pada kedua kelompok disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2
Statistik Deskriptif Skor Kestabilan Emosi

Statistik	Olahraga Tim	Olahraga Individu
N	25	25
Mean	68,48	72,64
Median	67,00	72,00
Modus	59,00	73,00
Std. Deviation	6,416	5,219
Minimum	59	64
Maximum	80	88



Jayabama. Jurnal Peminat Olahraga

Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026

ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514

<http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama>

Kelompok olahraga tim memperoleh skor dengan rentang 59-80 dan rata-rata (mean) sebesar 68,48, yang menunjukkan tingkat kestabilan emosi berada pada kategori sedang. Kelompok olahraga individu memperoleh skor dengan rentang lebih tinggi, yaitu 64-88, dengan rata-rata sebesar 72,64. Nilai standar deviasi kelompok olahraga individu (5,219) yang lebih kecil dibandingkan kelompok olahraga tim (6,416) menunjukkan bahwa sebaran skor pada kelompok olahraga individu relatif lebih homogen.

Berdasarkan kategorisasi (Azwar, 2012), data dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah sebagaimana disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3
Kategorisasi Tingkat Kestabilan Emosi

Kelompok	Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Olahraga Tim	Tinggi	$X \geq 74,90$	7	28%
	Sedang	$62,06 \leq X < 74,90$	14	56%
	Rendah	$X < 62,06$	4	16%
Olahraga Individu	Tinggi	$X \geq 77,86$	5	20%
	Sedang	$67,42 \leq X < 77,86$	17	68%
	Rendah	$X < 67,42$	3	12%

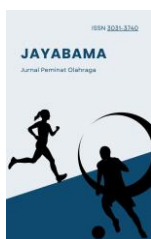
Pada kelompok olahraga tim, mayoritas siswa (56%) berada pada kategori sedang, diikuti kategori tinggi (28%) dan rendah (16%). Pada kelompok olahraga individu, mayoritas siswa (68%) juga berada pada kategori sedang, dengan 20% pada kategori tinggi dan 12% pada kategori rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa secara umum kedua kelompok memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengelola emosi, meskipun proporsi kategori tinggi pada kelompok olahraga individu sedikit lebih kecil namun dengan skor rata-rata keseluruhan yang lebih tinggi.

Uji Prasyarat Analisis

Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk (karena $n < 50$ pada masing-masing kelompok) dan uji homogenitas menggunakan Levene's Test, sebagaimana disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4
Hasil Uji Normalitas dan Homogenitas

Uji	Kelompok / Variabel	Nilai Sig.	Keterangan
Normalitas (Shapiro-Wilk)	Olahraga Tim	0,161	Normal



Jayabama. Jurnal Peminat Olahraga

Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026

ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514

<http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama>

Normalitas (Shapiro-Wilk)	Olahraga Individu	0,101	Normal
Homogenitas (Levene)	Skor Kestabilan Emosi	0,084	Homogen

Kedua kelompok memperoleh nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 pada uji normalitas (0,161 dan 0,101), sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Uji homogenitas juga menghasilkan nilai signifikansi 0,084 ($> 0,05$), sehingga varians data pada kedua kelompok dinyatakan homogen. Dengan terpenuhinya kedua asumsi tersebut, pengujian hipotesis dilanjutkan menggunakan Independent Samples t-Test pada baris Equal Variances Assumed.

Uji Hipotesis

Tabel 5
Hasil Uji Independent Samples t-Test

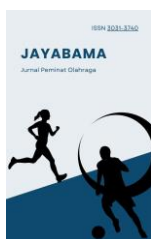
Variabel	t	df	Sig. (2-tailed)	Keputusan
Kestabilan Emosi	-2,515	48	0,015	H0 ditolak, H1 diterima

Hasil uji Independent Samples t-Test menunjukkan nilai t sebesar -2,515 dengan derajat kebebasan (df) 48 dan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,015. Nilai Mean Difference sebesar -4,160 menunjukkan selisih rata-rata skor antara kedua kelompok. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka H0 ditolak dan H1 diterima, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kestabilan emosi antara siswa sekolah dasar yang aktif mengikuti olahraga tim dan siswa yang aktif mengikuti olahraga individu, dengan rata-rata kestabilan emosi siswa olahraga individu (72,64) lebih tinggi dibandingkan siswa olahraga tim (68,48).

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jenis olahraga yang diikuti siswa berkaitan erat dengan tingkat kestabilan emosinya. Menurut (Gross, 2015), regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk memantau, mengevaluasi, dan mengubah respons emosional agar sesuai dengan tuntutan situasi. Atlet olahraga individu yang terbiasa menghadapi tekanan secara mandiri cenderung lebih sering menggunakan strategi regulasi emosi tersebut, sehingga mampu mempertahankan kestabilan emosinya ketika menghadapi situasi kompetitif.

Sebaliknya (Lane et al., 2017), menjelaskan bahwa atlet pada cabang olahraga tim tidak hanya melakukan regulasi emosi terhadap dirinya sendiri, tetapi juga harus mengelola emosi rekan satu tim (interpersonal emotion regulation). Kondisi ini menunjukkan bahwa tuntutan psikologis pada olahraga tim lebih kompleks karena dipengaruhi oleh interaksi antarpemain, komunikasi, dan dinamika kelompok, yang dapat menjelaskan mengapa siswa olahraga individu pada penelitian ini cenderung memiliki kestabilan emosi yang sedikit lebih baik.



Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga

Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026

ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514

<http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama>

■

Pada olahraga individu seperti bulu tangkis dan renang, keberhasilan maupun kegagalan sangat bergantung pada kemampuan diri sendiri, sehingga kondisi ini mendorong siswa untuk lebih belajar mengontrol emosi, mengelola stres, dan meningkatkan kepercayaan diri. Di sisi lain, siswa yang mengikuti olahraga tim seperti sepak bola dan futsal harus berinteraksi dengan sesama anggota tim yang memiliki karakteristik berbeda-beda, sehingga interaksi tersebut terkadang dapat menimbulkan konflik atau tekanan sosial yang memengaruhi kestabilan emosi, meskipun olahraga tim tetap memberikan manfaat besar dalam pengembangan kemampuan sosial dan kerja sama.

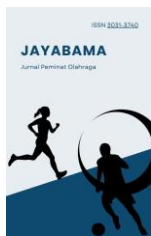
Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Mas, 2025) yang menunjukkan bahwa jenis olahraga berpengaruh terhadap karakter emosional siswa, sehingga olahraga dapat menjadi media pengembangan kestabilan emosi yang sesuai dengan tujuan pembelajaran. Kesamaan hasil tersebut memperkuat gagasan bahwa aktivitas olahraga dapat membantu siswa meningkatkan kontrol diri dan pengelolaan emosi, meskipun karakteristik setiap jenis olahraga tetap memberikan pengalaman emosional yang berbeda.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kestabilan emosi antara siswa sekolah dasar yang aktif mengikuti olahraga tim dan siswa yang aktif mengikuti olahraga individu, dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,015 ($< 0,05$) pada uji Independent Samples t-Test. Rata-rata skor kestabilan emosi siswa yang aktif mengikuti olahraga individu (72,64) lebih tinggi dibandingkan siswa yang aktif mengikuti olahraga tim (68,48). Temuan ini menunjukkan bahwa jenis olahraga yang diikuti siswa sekolah dasar berkaitan dengan tingkat kestabilan emosinya, sehingga kegiatan olahraga baik tim maupun individu dapat dijadikan salah satu sarana untuk membantu perkembangan emosional siswa, dengan tetap memperhatikan karakteristik dan kebutuhan masing-masing siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanto. (2025). PERBEDAAN KESTABILAN EMOSI SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKULIKULER DAN SISWA YANG TIDAK MENGIKUTI EKSTRAKULIKULER DI SMAN 2 SELONG. *Jurnal Riset Ilmiah*, 2, 10. <https://doi.org/https://doi.org/10.62335>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi 2). Pustaka Pelajar.
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hidayat. (2016). HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI TERHADAP HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI (Studi Pada Siswa Kelas X-1 SMAN 1 Senori, Tuban). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 04(01), 25–33.



Jayabama. Jurnal Peminat Olahraga

Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026

ISSN 3031-3740, Prefix DOI : 10.6732/jayabama.v2i2.3514

<http://ejournal.warunayama.org/index.php/jayabama>

- http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive
- Illana, S. D. (2024). *Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas 9 (Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang)* (Vol. 2). INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN INSAN CENDEKIA MEDIKA JOMBANG.
- Lane, A. M., Campo, M., Sanchez, X., Ferrand, C., Rosnet, E., & Friesen, A. (2017). Interpersonal Emotion Regulation in Team Sport: Mechanisms and Reasons to Regulate Teammates' Emotions Examined. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(4), 379–394. <https://doi.org/0.1080/1612197X.2015.1114501>
- Mas, A. R. (2025). PERBANDINGAN KECERDASAN EMOSI SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER KARATE DAN FUTSAL DI SMPN 1 TULANGAN SIDOARJO. *Journal Prestasi Olahraga*, 8, 1–6.
- Maulida, J., Apriliya, S., & Nuryadin, A. (2025). Analisis Kemampuan Literasi Emosi: Aspek Mengelola Emosi pada Siswa Kelas V SD. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(2). <https://doi.org/10.23969/jp.v10i2.30634>
- Pratama, R. S., & Musyarofah, L. (2024). PERAN OLAHRAGA REKREASI DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK DAN EMOSIONAL ANAK USIA DINI. "KEGURU: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar," 9916, 46–56.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* ((2nd Editi). Alfabeta.
- Syah, M. (2008). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru* (Edisi Revi). PT Remaja Rosdakarya. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=603810>
- Ulfah, Hidayat, A. N., Yusuf, M. G., & Gunawan, D. (2024). Peran Guru Pembimbing Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosional Siswa Sd Kelas 4 Matahati Nagreg Kabupaten Bandung. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research Volume*, 4(2), 6383–6395. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/innovative.v4i4.12434>
- World Health Organization. (2020). *WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour* (1st Editio). World Health Organization. https://www.who.int/publications/b/55518?utm_source=chatgpt.com