

PENGARUH MEDIA EMOTIONAL CARDS TERHADAP KEMAMPUAN MENGENAL EMOSI DAN DIRI ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK PERMATA BUNDA

Gizka Alina Nurfauziah¹, Dila Mustika Sari², Eka Dea Parlina³
Uswatul Hasni⁴

¹PGPAUD Universitas Jambi, ²PGPAUD FKIP Universitas Jambi

¹giskaalina0@gmail.com, ²ekadeaparlina0135@gmail.com

ABSTRACT

The ability to recognize emotions and self is an important aspect in the social-emotional development of early childhood that needs to be optimally stimulated. Children aged 5-6 years are at the stage of development where they begin to be able to recognize, understand, and express various emotions in a simple way, but in reality there are still children who have difficulty in recognizing and managing their emotions. This research aims to find out the influence of the use of Emotional Cards media on the ability to recognize emotions and self of children aged 5-6 years. This research uses a quantitative approach with experimental methods through pre-test and post-test designs. Research subjects are children aged 5-6 years old in early childhood education institutions. Data collection is carried out through observation and instruments for assessing the child's ability to recognize emotions and self before and after treatment using Emotional Cards media. The data obtained was analyzed quantitatively to see the difference in the child's ability before and after treatment. The research results show that there is an increase in the ability to recognize children's emotions and self after the application of Emotional Cards media in learning activities. Thus, it can be concluded that the Emotional Cards media has a positive effect on the ability to recognize the emotions and self of children aged 5-6 years and can be used as an effective learning medium to support the socio-emotional development of early childhood.

Keywords: *Emotional Cards, children's emotions, self-introduction, children aged 5-6 years.*

ABSTRAK

Kemampuan mengenal emosi dan diri merupakan aspek penting dalam perkembangan sosial-emosional anak usia dini yang perlu distimulasi secara optimal. Anak usia 5-6 tahun berada pada tahap perkembangan di mana mereka mulai mampu mengenali, memahami, dan mengekspresikan berbagai emosi secara sederhana, namun pada kenyataannya masih ditemukan anak yang mengalami kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media *Emotional Cards* terhadap kemampuan mengenal emosi dan diri anak usia 5-6 tahun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen melalui desain *pre-test* dan *post-test*. Subjek penelitian adalah anak usia 5-6 tahun di lembaga pendidikan anak usia dini. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan instrumen penilaian kemampuan mengenal emosi dan diri anak sebelum dan sesudah pemberian perlakuan menggunakan media *Emotional Cards*. Data yang diperoleh dianalisis secara kuantitatif untuk melihat perbedaan kemampuan anak sebelum dan setelah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan mengenal emosi dan diri anak setelah diterapkannya media *Emotional Cards* dalam kegiatan pembelajaran.

Article History

Received: Desember 2025

Reviewed: Desember 2025

Published: Desember 2025

Plagiarism Checker No 710

Prefix DOI: Prefix DOI:

10.8734/sindoro.v1i2.360

Copyright: Author

Publish by: SINDORO



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

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media *Emotional Cards* berpengaruh positif terhadap kemampuan mengenal emosi dan diri anak usia 5-6 tahun serta dapat digunakan sebagai media pembelajaran yang efektif untuk mendukung perkembangan sosial-emosional anak usia dini.

Kata Kunci: Emotional Cards, emosi anak, pengenalan diri, anak usia 5-6 tahun.

A. Pendahuluan

Anak usia dini adalah investasi berharga bagi suatu bangsa, karena perkembangan yang begitu pesat terjadi pada usia dini. Golden age adalah masa gemilang untuk dari setiap individu, dimana segala sesuatu yang diberikan kepada seorang individu pada usia tersebut akan diserap dan berkembang secara optimal. (Siregar, 2018). Masa ini merupakan saat yang paling tepat untuk meletakkan dasar pertama dan utama dalam mengembangkan berbagai potensi dan kemampuan fisik, kognitif, bahasa, seni, sosial emosional, spiritual, konsep diri, disiplin diri, dan kemandirian. (Khairi, Desember 2018).

Anak-anak memiliki beberapa aspek perkembangan, salah satunya adalah aspek sosial-emosional. Meski sosial dan emosional adalah dua kata yang memiliki makna yang berbeda, tetapi sebenarnya aspek sosial emosional ini tidak dapat dipisahkan. Hal ini dikarenakan kedua aspek ini saling bersinggungan satu sama lain (Mulyani, 2014: 145). Perkembangan sosial emosional ini bertujuan agar anak memiliki kepercayaan diri, kemampuan bersosialisasi, dan kemampuan mengendalikan emosi (Musringati, 2017: 1). Optimalisasi perkembangan sosial emosional ini ditentukan oleh kualitas kerjasama antara orangtua, guru, dan lingkungan (Wahyuni, Syukri, & Miranda, 2015: 2).

Perkembangan emosi merupakan aspek penting yang memengaruhi keberhasilan anak dalam beradaptasi, berinteraksi, dan membangun hubungan sosial di lingkungan sekitarnya. Pada usia 5-6 tahun, anak berada pada tahap di mana kemampuan mengenali, mengungkapkan, dan memahami emosi mulai berkembang dengan pesat. Mereka mulai dapat membedakan berbagai jenis emosi dasar seperti senang, sedih, marah, takut, terkejut, dan jijik. Namun demikian, banyak anak yang masih kesulitan mengidentifikasi emosi yang mereka rasakan secara tepat, sehingga sering memunculkan perilaku yang kurang sesuai seperti tantrum, menangis berlebihan, atau menolak berkomunikasi ketika mengalami tekanan emosional.

Emosi merupakan suatu keadaan atau perasaan yang begejolak dalam diri individu yang sifatnya didasari. *Oxford English Dictionary* mengartikan emosi sebagai sesuatu kegiatan atau pergolakan pikiran, prasaan, nafsu atau setiap keadaan mental yang hebat. Emosi adalah perasaan yang banyak berdampak pada perilaku. Biasanya emosi merupakan reaksi terhadap dorongan dari luar dan dalam diri individu. Emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran. Jadi, emosi merupakan salah satu aspek penting dalam pertumbuhan anak usia dini (Sukatin, Juni 2020). Salah satu media yang dinilai efektif untuk mengembangkan kemampuan mengenal emosi anak adalah Emotional Cards. Media ini berisi kartu berilustrasi ekspresi wajah yang menampilkan beragam emosi, sehingga memberikan pengalaman visual yang konkret bagi anak. Melalui kegiatan mengamati, memilih, menyebutkan, dan mendiskusikan ekspresi pada kartu, anak dapat belajar mengidentifikasi emosi secara lebih jelas dan terarah. Emotional Cards juga memungkinkan guru membimbing anak untuk menghubungkan situasi nyata dengan emosi tertentu, sehingga anak tidak hanya mengenali gambar, tetapi memahami makna emosinya.

Kartu emosi merupakan kartu bergambar wajah anak-anak yang sedang mengekspresikan emosi senang, sedih, marah dan takut. Anak diajarkan untuk mengenal kemudian memahami emosi yang terdapat dalam kartu emosi. Mainan edukatif yang berupa kartu emosi ini biasa digunakan oleh anak autis untuk mengenal ekspresi emosi marah, emosi senang, sedih dan takut. Kartu ini berisi gambar kejadian atau situasi yang berguna

membantu anak mengenal kemudian belajar mengidentifikasi kejadian atau situasi yang terdapat pada kartu sehingga mampu memahami emosinya (Widyawati, 2005). (Marwa, 2018).

Dalam praktik pembelajaran di PAUD, masih banyak guru yang menghadapi kendala dalam menstimulasi kemampuan emosi anak karena keterbatasan media, kurangnya variasi aktivitas, serta pendekatan pembelajaran yang belum berfokus pada kesadaran emosi. Oleh karena itu, penggunaan Emotional Cards dianggap relevan dan perlu diteliti efektivitasnya sebagai media yang dapat meningkatkan kemampuan anak dalam mengenali emosi secara lebih spesifik dan mendalam.

Seiring dengan bertambahnya usia, perkembangan emosi anak usia dini menjadi salah satu aspek penting yang perlu mendapatkan perhatian serius dalam proses pembelajaran di lembaga PAUD. Kemampuan anak dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi merupakan fondasi awal bagi terbentuknya perilaku sosial yang positif serta kesiapan anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, pemahaman terhadap tahapan perkembangan emosi anak sesuai usia sangat diperlukan agar stimulasi yang diberikan dapat berjalan secara optimal dan tepat sasaran.

Berdasarkan tahapan perkembangan emosi anak usia dini, khususnya pada rentang usia 5-6 tahun, anak seharusnya telah mulai mampu mengenali, menamai, serta mengekspresikan emosi yang dirasakannya secara sederhana melalui kata-kata maupun perilaku yang dapat dipahami oleh lingkungan sekitarnya. Pada usia ini, anak diharapkan tidak hanya mampu membedakan emosi dasar seperti senang, sedih, marah, dan takut, tetapi juga dapat menyampaikan perasaannya kepada orang dewasa ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan. Namun, hasil observasi yang dilakukan di TK Permata Bunda menunjukkan adanya permasalahan pada aspek perkembangan emosi anak, di mana sebagian anak masih cenderung memendam emosi yang dirasakannya dan belum mampu mengungkapkan perasaan tersebut secara verbal. Kondisi ini terlihat dari perilaku anak yang lebih sering diam, menarik diri, serta menunjukkan perubahan suasana hati yang tidak stabil. Emosi yang tidak tersalurkan dengan baik tersebut berdampak pada munculnya sikap mudah marah, enggan berkomunikasi, dan kurang responsif ketika diajak berbicara oleh guru. Keadaan ini menunjukkan bahwa kemampuan mengenal dan mengekspresikan emosi anak belum berkembang secara optimal sesuai dengan tahap usianya, sehingga diperlukan stimulus dan media pembelajaran yang tepat untuk membantu anak memahami, mengungkapkan, dan mengelola emosinya secara lebih positif dan terarah.

B. Metode Penelitian

Metodologi penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh media *Emotional Cards* terhadap kemampuan mengenal emosi dan diri anak usia 5-6 tahun. Penelitian ini dilaksanakan di TK Permata Bunda yang beralamat di Mendalo Darat, Kabupaten Muaro Jambi, Provinsi Jambi. Subjek penelitian adalah seluruh peserta didik kelompok B TK Permata Bunda yang berjumlah 15 anak. Desain penelitian yang digunakan adalah one group pretest-posttest, di mana pengambilan data dilakukan melalui pemberian pretest untuk mengetahui kemampuan awal anak dalam mengenal emosi dan diri sebelum diberikan perlakuan, serta posttest untuk mengetahui kemampuan anak setelah diberikan perlakuan. Perlakuan yang diberikan berupa penggunaan media *Emotional Cards* sebagai alat bantu pembelajaran. Data yang diperoleh dari hasil pretest dan posttest selanjutnya dianalisis secara kuantitatif untuk mengetahui pengaruh penggunaan media *Emotional Cards* terhadap kemampuan mengenal emosi dan diri anak usia 5-6 tahun.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Adapun tata cara penulisan tabel adalah sebagai berikut : Judul table ditulis rata tengah, ukuran huruf pada table adalah 10 *point*, dengan syarat tambahan tidak boleh ada garis ke atas pada table, dan judul rincian masing-masing table ditebalkan, untuk lebih memperjelas kami gambarkan sebagai berikut :

Tabel Pretes, Postes di TK PERMATA BUNDA

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRETEST	19,38	13	5,205	1,444
	POSTTEST	25,46	15	1,761	,489

Tabel ini menunjukkan statistik deskriptif nilai pretest dan posttest dari responden penelitian. Secara keseluruhan, penelitian melibatkan 15 responden, namun pada tahap analisis *paired sample* hanya terdapat 13 responden yang memiliki data lengkap baik pada pretest maupun posttest. Hasil menunjukkan nilai rata-rata pretest sebesar 19,38 dengan standar deviasi 5,205, sedangkan nilai rata-rata posttest meningkat menjadi 25,46 dengan standar deviasi 1,761. Peningkatan nilai rata-rata ini mengindikasikan adanya perkembangan kemampuan responden setelah diberikan perlakuan, sementara penurunan standar deviasi menunjukkan hasil posttest yang lebih merata.

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRETEST & POSTTEST	13	,806	<,001

Tabel korelasi menunjukkan hubungan antara nilai pretest dan posttest dari 13 responden yang datanya dapat dianalisis secara berpasangan. Nilai korelasi sebesar 0,806 dengan signifikansi 0,001 menandakan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara skor pretest dan posttest. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki nilai awal tertentu cenderung menunjukkan pola peningkatan yang konsisten setelah perlakuan diberikan.

Paired Samples Test									
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	PRETEST - POSTTEST	-6,077	3,926	1,089	-8,449	-3,705	-5,581	12	<,001

Tabel ini menyajikan hasil uji perbedaan rata-rata antara pretest dan posttest pada 13 responden yang memenuhi kriteria analisis berpasangan. Selisih rata-rata (mean difference) sebesar -6,077 menunjukkan bahwa nilai posttest lebih tinggi dibandingkan pretest. Hasil uji *t* menghasilkan nilai *t* = -5,581 dengan derajat kebebasan 12 dan nilai signifikansi 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest, sehingga perlakuan yang diberikan berpengaruh secara nyata terhadap peningkatan kemampuan responden.

Paired Samples Effect Sizes

		Standardizer ^a		Point Estimate	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
Pair 1	PRETEST - POSTTEST	Cohen's d	3,926	-1,548	-2,353	-,716
		Hedges' correction	4,054	-1,499	-2,278	-,693

a. The denominator used in estimating the effect sizes.
Cohen's d uses the sample standard deviation of the mean difference.
Hedges' correction uses the sample standard deviation of the mean difference, plus a correction factor.

Tabel *effect size* menunjukkan besarnya pengaruh perlakuan terhadap perubahan nilai responden. Nilai Cohen's *d* sebesar -1,548 dan Hedges' correction sebesar -1,499 termasuk dalam kategori efek besar. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan hasil posttest bukan hanya signifikan secara statistik, tetapi juga memiliki makna praktis yang kuat. Dengan demikian, intervensi yang diterapkan dalam penelitian ini terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan responden.

Penjelasan dari pembahasan hasil penelitian ini adalah bahwa terdapat peningkatan kemampuan responden yang signifikan setelah diberikan perlakuan. Meskipun penelitian melibatkan 15 responden, hanya 13 data yang dapat dianalisis secara berpasangan karena keterbatasan kelengkapan data pretest dan posttest. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari pretest ke posttest, yang didukung oleh hasil uji *paired sample t-test* dengan nilai signifikansi di bawah 0,05. Selain itu, nilai *effect size* yang tergolong besar menegaskan bahwa perlakuan yang diberikan tidak hanya berpengaruh secara statistik, tetapi juga memiliki dampak yang kuat secara praktis. Dengan demikian, perlakuan atau strategi yang diterapkan dalam penelitian ini terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan responden sesuai dengan tujuan penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan di TK Permata Bunda untuk mengetahui pengaruh media *emotional cards* terhadap kemampuan emosional dan diri anak usia dini usia 5-6 tahun. Dengan adanya media *emotional cards* suasana pembelajaran menjadi menarik dan interaktif, hal ini terbukti bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam kemampuan emosional dan diri anak usia 5-6 tahun di TK Permata Bunda. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebelum menggunakan media *emotional cards* pengetahuan mengenal emosi anak masih tergolong rendah, hasil dari post-test menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa *emotional cards* dapat berpengaruh untuk mengembangkan pengetahuan mengenal emosi anak usia dini.

E. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media *Emotional Cards* memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan mengenal emosi dan diri anak usia 5-6 tahun di TK Permata Bunda. Hal ini dibuktikan melalui hasil pretest dan posttest yang menunjukkan adanya peningkatan kemampuan anak setelah diberikan perlakuan, baik secara statistik maupun secara praktis, dengan nilai signifikansi di bawah 0,05 dan *effect size* yang tergolong besar. Media *Emotional Cards* mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menarik, interaktif, dan bermakna sehingga membantu anak mengenali, memahami, serta mengekspresikan emosi secara lebih baik. Dengan demikian, media *Emotional Cards* dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif media pembelajaran yang efektif untuk mendukung perkembangan sosial-emosional, khususnya kemampuan mengenal emosi dan diri anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulina Fitria, I. I. (2022). Konsep Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Di RA Tarbiyatussibyan Ploso Karangtengah Demak. *Jurnal Raudhah*.
- Khairi, H. (Desember 2018). KARAKTERISTIK PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI 0-6 TAHUN. *Jurnal Warna*, 2.
- Lubis, M. Y. (2019). MENGEMBANGKAN SOSIALEMOSIONAL ANAK USIA DINI MELALUI BERMAIN. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*.
- Marwa, M. (2018). EFEK PELATIHAN PEMAHAMAN EMOSI PADA ANAK RETARDASI MENTAL RINGAN DI SLBN PEMBINA YOGYAKARTA. *Journal An-nafs*.

- Oleh Ngurah Laba Laksana, E. I. (2021). *Aspek Perkembangan Anak Usia Dini*. Jl. Raya Wangandowo, Bojong Pekalongan, Jawa Tengah: PT. Nasya Expanding Management (Penerbit NEM - Anggota IKAPI).
- Priyanto, A. (2014). PENGEMBANGAN KREATIVITAS PADA ANAK USIA DINI MELALUI. *Jurnal Ilmiah Guru "COPE"*.
- Siregar, M. (2018). PERAN KEGIATAN BERMAIN DI PENDIDIKAN . In M. J. Lutfatulatifah, *Rekonstruksi Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Dasar: Menjawab Tantangan dan Tren Masa Datang*” (p. 29). Purwakarta: UPI Sumedang Press .
- Sukatin**, N. C. (2020). Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*.
- Sukatin, N. C. (Juni 2020). Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*.
- Veronica, N. (2018). PERMAINAN EDUKATIF DAN PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK USIA DINI. *Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini*.