Prosiding Seminar Hasil
KKN, Vol 3 No 1 2026
E ISSN 3030-8895
Published by Research and Community Development Center

PENGENALAN EMOSI DASAR PADA ANAK MI MANBA'UL ULUM DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA PERMAINAN ULAR TANGGA

Andin Maulidyah[1], Cindy Aldora[2]

Correspondence
Universitas Muhammadiyah Gresik
Email : alfinshobach226@gmail.com

Abstrak

Kemampuan mengenali dan mengelola emosi merupakan bagian penting dalam perkembangan sosial dan psikologis anak usia sekolah dasar. Namun, siswa kelas 1 masih berada dalam tahap perkembangan sehingga membutuhkan pendampingan untuk memahami dan mengungkapkan perasaan secara tepat. Kegiatan ini bertujuan mengenalkan enam emosi dasar, yaitu marah, gembira, sedih, takut, terkejut, dan jijik, melalui media permainan papan dan kartu emosi yang diadaptasi dari permainan ular tangga. Kegiatan dilaksanakan di MI Manba'ul Ulum, Desa Sawo, Kecamatan Jetis, Kabupaten Mojokerto, dengan melibatkan 19 siswa kelas 1 yang terdiri atas 7 siswa perempuan dan 12 siswa laki-laki. Metode pelaksanaan meliputi tahap perencanaan, persiapan media, pelaksanaan permainan, dan evaluasi melalui pengamatan langsung. Dalam pelaksanaannya, siswa dibagi ke dalam kelompok kecil dan secara bergiliran memainkan permainan papan. Ketika pion berhenti pada kotak bergambar emosi tertentu, siswa mengambil kartu yang berisi pertanyaan reflektif atau tantangan ekspresi. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa siswa mulai mampu mengenali enam emosi dasar, menghubungkannya dengan pengalaman pribadi, serta mengungkapkan perasaan melalui kata-kata dan ekspresi wajah. Kegiatan ini juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk melatih kesabaran, keberanian berbicara, dan interaksi dengan teman sebaya. Dengan demikian, permainan papan dan kartu emosi dapat menjadi salah satu alternatif media pembelajaran yang menyenangkan untuk mengenalkan emosi dan menstimulasi keterampilan sosial-emosional siswa sekolah dasar..

Keyword: emosi dasar, regulasi emosi, permainan papan, kartu emosi, siswa sekolah dasar.

Abstract

The ability to recognize and manage emotions is an important aspect of the social and psychological development of elementary school children. However, first-grade students are still developing these skills and require guidance to understand and express their feelings appropriately. This activity aimed to introduce six basic emotions, namely anger, happiness, sadness, fear, surprise, and disgust, through a board game and emotion cards adapted from the traditional snakes and ladders game. The activity was conducted at MI Manba'ul Ulum, Sawo Village, Jetis District, Mojokerto Regency, involving 19 first-grade students, consisting of 7 girls and 12 boys. The implementation stages included planning, media preparation, game implementation, and evaluation through direct

observation. Students were divided into small groups and took turns playing the board game. Whenever a player's token stopped on a square displaying a particular emotion, the student picked an emotion card containing reflective questions or expressive challenges. The observations indicated that students began to recognize the six basic emotions, relate them to personal experiences, and express their feelings through words and facial expressions. The activity also provided opportunities for students to practice patience, speaking confidence, and interaction with peers. Therefore, the board game and emotion cards can serve as an alternative learning medium to introduce emotions and stimulate the development of elementary students' social-emotional skills.

Keyword: basic emotions, emotion regulation, board game, emotion cards, elementary school students.

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar, khususnya siswa kelas 1, berada pada tahap peralihan dari lingkungan bermain menuju proses pembelajaran yang lebih formal. Pada tahap ini, kemampuan mengenali, memahami, dan mengungkapkan emosi masih berkembang. Anak sering mengekspresikan perasaannya secara spontan, seperti tertawa ketika gembira, menangis saat kecewa, atau menunjukkan perilaku agresif ketika marah. Sukatin dkk. menjelaskan bahwa emosi merupakan salah satu aspek penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Pemberian stimulasi edukatif dari lingkungan sekitar diperlukan agar anak dapat menjalani tugas perkembangannya dengan baik [1]. Tanpa pendampingan yang memadai, ekspresi emosi yang kurang terkendali dapat memengaruhi kemampuan anak dalam bersosialisasi dan mengikuti proses pembelajaran.

Kemampuan mengenali dan mengelola emosi juga berkaitan dengan perkembangan sosial dan psikologis anak. Fadhilah, Neviyarni, dan Irdamurni menjelaskan bahwa emosi merupakan bagian dari respons individu terhadap berbagai pengalaman yang melibatkan pikiran, perasaan, dan perubahan fisiologis [2]. Anak yang mampu memahami perasaannya akan lebih mudah menyampaikan kebutuhan dan menjalin hubungan dengan orang lain. Yanti dan Elviana menegaskan bahwa literasi emosional penting bagi perkembangan anak karena masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi dan mengungkapkan perasaan secara tepat. Penggunaan media visual, seperti papan emoji, dapat membantu anak mengenali dan memahami berbagai kondisi emosional [3]. Sebaliknya, kesulitan mengendalikan emosi dapat ditunjukkan melalui perilaku agresif, baik secara fisik seperti memukul dan mendorong maupun secara verbal seperti membentak dan mengejek. Ramadhini dan Chudari menjelaskan bahwa perilaku tersebut dapat mengganggu proses pembelajaran serta hubungan antara siswa dan guru [4].

Emosi negatif, seperti marah dan sedih, pada dasarnya merupakan bagian dari pengalaman emosional anak. Istiqomah dan Wahyuni mengemukakan bahwa emosi negatif dapat menjadi petunjuk mengenai kebutuhan anak dan berperan dalam perkembangan empati serta kemampuan memecahkan masalah apabila diarahkan dengan tepat [5]. Oleh karena itu, anak tidak cukup hanya diminta untuk menghindari perilaku negatif, tetapi juga perlu dibimbing agar mampu mengenali penyebab munculnya emosi dan memilih cara yang sesuai untuk mengungkapkannya. Kemampuan tersebut dikenal sebagai regulasi emosi, yaitu proses mengenali dan mengelola respons emosional dalam menghadapi berbagai situasi.

Kondisi serupa ditemukan pada siswa kelas 1 MI Manba’ul Ulum yang berlokasi di Desa Sawo, Kecamatan Jetis, Kabupaten Mojokerto. Berdasarkan pengamatan awal di kelas, sejumlah siswa masih mengalami kesulitan dalam mengenali dan menyampaikan perasaan secara tepat. Beberapa siswa mudah tersinggung, menunjukkan reaksi berlebihan ketika kalah dalam permainan, serta belum terbiasa mengungkapkan rasa kecewa dengan kata-kata yang santun. Konflik sederhana, seperti berebut tempat duduk

atau alat tulis, juga masih sering terjadi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pemberian nasihat atau teguran saja belum cukup untuk membiasakan anak mengenali dan mengelola emosinya. Hasibuan dkk. menjelaskan bahwa kecerdasan emosional berperan dalam mempersiapkan anak menghadapi berbagai tugas perkembangannya [6]. Dengan demikian, pengenalan emosi perlu diberikan melalui kegiatan yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan anak.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah kegiatan bermain. Melalui permainan, anak dapat belajar mengikuti aturan, berinteraksi dengan teman, menunggu giliran, dan menyelesaikan masalah sederhana. Aprilia, Siswono, dan Sugiarto menjelaskan bahwa kegiatan bermain dapat mendukung perkembangan rasa percaya diri, keberanian, dan kemandirian anak [7]. Dalam konteks pembelajaran emosi, Fadlianyah mengemukakan bahwa permainan ular tangga dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran untuk membantu siswa mengendalikan emosi sekaligus menciptakan suasana belajar yang aktif dan menyenangkan [8]. Sunarti dan Anastasha juga menunjukkan bahwa permainan ular tangga dapat digunakan untuk mendukung perkembangan kecerdasan emosional siswa sekolah dasar.

Berdasarkan pendekatan tersebut, kegiatan ini mengembangkan media permainan papan yang diadaptasi dari permainan ular tangga. Unsur ular dan tangga pada permainan konvensional digantikan dengan ikon yang menggambarkan enam emosi dasar, yaitu marah, gembira, sedih, takut, terkejut, dan jijik. Putri dan Prasetyia menjelaskan bahwa emosi dapat dikenali melalui tanda-tanda visual pada ekspresi wajah, seperti bentuk alis, tatapan mata, dan bentuk mulut [10]. Sementara itu, Supriadi, Wiguna, dan Retno menjelaskan bahwa enam emosi dasar menurut teori Paul Ekman meliputi bahagia, marah, sedih, terkejut, takut, dan jijik [11]. Penggunaan ikon ekspresi wajah diharapkan dapat membantu siswa membedakan setiap jenis emosi secara lebih konkret.

Media permainan ini juga dilengkapi kartu emosi yang berisi pertanyaan reflektif dan tantangan sederhana. Ketika pion berhenti pada kotak bergambar marah, misalnya, siswa mengambil kartu yang berisi pertanyaan seperti "Apa yang membuatmu marah?" atau tantangan untuk memperagakan ekspresi wajah ketika sedang marah. Pola serupa diterapkan pada jenis emosi lainnya. Melalui kegiatan tersebut, siswa tidak hanya diperkenalkan pada nama-nama emosi, tetapi juga diajak menghubungkan emosi dengan pengalaman pribadi, mengenali ekspresi wajah, dan belajar mengungkapkan perasaan. Pendekatan penggunaan media visual untuk mengenalkan regulasi emosi juga diterapkan oleh Cahyani dkk. melalui pemanfaatan karakter visual dalam kegiatan pembelajaran yang interaktif [12].

Sejumlah penelitian terdahulu telah membahas pemanfaatan permainan dan media visual dalam pembelajaran sosial-emosional anak. Izard dkk. menjelaskan bahwa pemahaman emosi dapat diamati melalui kemampuan mengenali ekspresi wajah dan memahami situasi yang menjadi penyebab munculnya emosi [13]. Meskipun demikian, kajian mengenai penggunaan permainan papan yang secara khusus memuat enam emosi dasar dan dilengkapi kartu pertanyaan reflektif pada siswa kelas 1 madrasah ibtidaiyah masih

perlu dikembangkan. Oleh karena itu, kegiatan ini bertujuan mendeskripsikan proses pengenalan enam emosi dasar melalui media permainan papan dan kartu emosi serta mengamati respons siswa dalam mengenali dan mengungkapkan perasaannya selama kegiatan berlangsung.

METODE

Kegiatan pengenalan enam emosi dasar dilaksanakan di MI Manba'ul Ulum, Desa Sawo, Kecamatan Jetis, Kabupaten Mojokerto. Sasaran kegiatan adalah 19 siswa kelas 1 yang terdiri atas 7 siswa perempuan dan 12 siswa laki-laki. Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan memadukan studi pustaka dan pengamatan langsung di lapangan. Studi pustaka dilakukan untuk memperoleh landasan mengenai perkembangan emosi anak dan penggunaan media permainan dalam pembelajaran sosial-emosional. Sementara itu, informasi lapangan diperoleh melalui observasi awal, wawancara dengan guru kelas, dan dokumentasi kegiatan.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas empat tahapan, yaitu perencanaan, persiapan media, pelaksanaan permainan, dan evaluasi. Tahap perencanaan dilakukan melalui koordinasi dengan pihak sekolah, observasi kondisi siswa, serta wawancara dengan guru kelas. Kegiatan ini bertujuan memperoleh gambaran mengenai perilaku siswa selama proses pembelajaran, khususnya berkaitan dengan kemampuan mengenali dan mengungkapkan emosi. Informasi tersebut digunakan sebagai dasar dalam menentukan bentuk kegiatan dan media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa kelas 1.

Tahap persiapan dilakukan dengan merancang permainan papan yang diadaptasi dari permainan ular tangga. Papan permainan dilengkapi ikon enam emosi dasar, yaitu marah, gembira, sedih, takut, terkejut, dan jijik. Selain papan permainan, disiapkan kartu emosi yang berisi pertanyaan reflektif dan tantangan sederhana. Pertanyaan dirancang untuk mendorong siswa menceritakan pengalaman yang berkaitan dengan emosi tertentu, sedangkan tantangan digunakan untuk melatih siswa memperagakan ekspresi wajah sesuai dengan jenis emosi yang diperoleh.

Pada tahap pelaksanaan, siswa dibagi ke dalam kelompok kecil dan didampingi oleh fasilitator. Sebelum permainan dimulai, siswa diberikan penjelasan mengenai tujuan dan aturan permainan. Setiap siswa bermain secara bergiliran dengan menggerakkan pion sesuai angka yang diperoleh dari dadu. Ketika pion berhenti pada kotak bergambar emosi tertentu, siswa mengambil kartu yang sesuai, kemudian menjawab pertanyaan atau melakukan tantangan yang tersedia. Fasilitator mendampingi siswa selama kegiatan, terutama ketika mereka mengalami kesulitan dalam mengenali emosi atau menceritakan pengalaman pribadi.

Tahap evaluasi dilakukan melalui pengamatan langsung selama permainan berlangsung. Aspek yang diamati meliputi kemampuan siswa menyebutkan enam emosi dasar, mengenali ekspresi wajah, menghubungkan emosi dengan pengalaman pribadi, serta mengungkapkan perasaan secara verbal maupun nonverbal. Pengamatan juga dilakukan

terhadap keterlibatan siswa dalam mengikuti aturan permainan, menunggu giliran, dan berinteraksi dengan teman satu kelompok. Hasil pengamatan kemudian dideskripsikan untuk memberikan gambaran mengenai respons siswa selama mengikuti kegiatan. Evaluasi ini bersifat deskriptif dan tidak menggunakan pengukuran kuantitatif melalui tes sebelum dan sesudah kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengenalan enam emosi dasar melalui permainan papan dan kartu emosi diikuti oleh 19 siswa kelas 1 MI Manba'ul Ulum. Sebelum permainan dilaksanakan, hasil pengamatan awal menunjukkan bahwa siswa umumnya telah mengenal emosi marah, gembira, sedih, dan takut. Namun, emosi terkejut dan jijik masih belum banyak dikenali secara khusus dalam kegiatan pembelajaran. Kondisi tersebut menjadi dasar penggunaan media permainan yang menggabungkan gambar, pertanyaan, dan aktivitas langsung agar siswa memperoleh pengalaman belajar yang lebih konkret.

Permainan dilaksanakan dengan menggunakan papan yang diadaptasi dari permainan ular tangga. Setiap kotak pada papan memuat ikon salah satu dari enam emosi dasar. Siswa menggerakkan pion berdasarkan angka yang diperoleh dari dadu. Ketika pion berhenti pada kotak bergambar emosi tertentu, siswa mengambil kartu yang sesuai dan merespons isi kartu tersebut. Kartu berisi pertanyaan reflektif, seperti "Kapan kamu merasa marah?" atau tantangan sederhana, seperti "Tunjukkan ekspresi wajahmu saat sedih!". Mekanisme ini memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengenali emosi sekaligus menghubungkannya dengan pengalaman sehari-hari.

Pada putaran awal, beberapa siswa masih terlihat ragu ketika diminta menyebutkan jenis emosi berdasarkan gambar pada papan permainan. Sebagian siswa juga membutuhkan bantuan fasilitator untuk memahami pertanyaan dan menyampaikan jawabannya. Namun, setelah memperoleh beberapa giliran, siswa mulai lebih terbiasa mengenali ikon emosi dan memberikan respons terhadap kartu yang diperoleh. Beberapa siswa dapat menceritakan pengalaman sederhana, misalnya merasa marah ketika barangnya diambil teman atau merasa sedih ketika kalah dalam permainan. Respons tersebut menunjukkan bahwa kegiatan bermain memberikan ruang bagi siswa untuk menghubungkan pengenalan emosi dengan situasi yang pernah dialami.

Emosi terkejut dan jijik menjadi dua jenis emosi yang menarik perhatian siswa karena sebelumnya jarang dibahas secara khusus dalam pembelajaran. Melalui gambar ekspresi wajah dan kartu yang disediakan, siswa diajak mengenali ciri-ciri kedua emosi tersebut serta mendiskusikan situasi yang dapat memunculkannya. Penggunaan ikon visual membantu siswa mengamati perbedaan ekspresi wajah, seperti bentuk mata, alis, dan mulut. Hal ini sejalan dengan penjelasan Putri dan Prasetyia bahwa ekspresi wajah dapat menjadi tanda visual untuk mengenali emosi seseorang.

Selain mengenali jenis emosi, siswa juga memperoleh kesempatan untuk mengekspresikan perasaannya melalui kata-kata dan gerakan. Ketika menjawab

pertanyaan pada kartu, beberapa siswa mulai berani menceritakan pengalaman pribadi dengan kalimat sederhana. Siswa lainnya mencoba memperagakan ekspresi wajah sesuai dengan emosi yang diperoleh. Kegiatan tersebut menunjukkan bahwa media permainan tidak hanya digunakan untuk memperkenalkan nama-nama emosi, tetapi juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk berlatih menyampaikan perasaan dan memahami pengalaman emosional.

Interaksi dalam kelompok kecil turut memberikan pengalaman sosial bagi siswa. Mereka perlu menunggu giliran, mengikuti aturan, mendengarkan jawaban teman, dan memberikan kesempatan kepada anggota kelompok lain untuk bermain. Situasi tersebut menjadi bagian dari proses pembelajaran karena siswa berlatih mengendalikan respons ketika menghadapi kondisi yang tidak sesuai dengan harapan. Fadlianyah menjelaskan bahwa permainan ular tangga dapat mendukung proses pembelajaran melalui kegiatan yang melibatkan aturan, kerja sama, dan interaksi antarsiswa. Dengan demikian, penggunaan permainan papan dalam kegiatan ini tidak hanya berfokus pada pengenalan emosi, tetapi juga memberikan ruang untuk melatih keterampilan sosial.

Berdasarkan pengamatan selama kegiatan, permainan papan dan kartu emosi memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan pemahaman awal mengenai perasaan yang dialami. Siswa mulai menggunakan kosakata emosi ketika menjelaskan pengalaman pribadi. Beberapa siswa dapat menyampaikan alasan munculnya perasaan tertentu, misalnya merasa marah ketika barangnya diambil teman atau merasa sedih ketika mengalami kekalahan. Kemampuan menghubungkan emosi dengan situasi yang dialami merupakan bagian penting dalam proses pemahaman emosi. Hal ini sejalan dengan kajian Izard dkk. yang menjelaskan bahwa pemahaman emosi tidak hanya berkaitan dengan pengenalan ekspresi wajah, tetapi juga kemampuan memahami situasi yang menjadi penyebab munculnya emosi.

Kartu emosi juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pengalaman secara verbal. Pertanyaan sederhana pada kartu membantu siswa mengingat situasi yang pernah dialami dan menjelaskan perasaan yang muncul. Bagi siswa yang belum terbiasa bercerita, pendampingan fasilitator diperlukan agar mereka dapat memahami pertanyaan dan menyampaikan jawaban sesuai dengan kemampuan masing-masing. Dengan demikian, kegiatan ini dapat menjadi sarana latihan untuk mengenali perasaan dan membiasakan siswa mengungkapkannya melalui kata-kata.

Aspek pengelolaan emosi juga distimulasi melalui aturan permainan. Siswa harus menunggu giliran, menerima hasil dadu, dan mengikuti tantangan yang diberikan. Ketika memperoleh hasil yang tidak sesuai harapan, siswa diarahkan untuk tetap mengikuti permainan dan menghargai giliran teman. Situasi tersebut memberikan kesempatan untuk melatih kesabaran dan pengendalian diri dalam interaksi sederhana. Fitriana, Mustika, dan Hidayah menjelaskan bahwa kematangan emosi berkaitan dengan kemampuan mengenali emosi diri sendiri dan orang lain, mengungkapkan perasaan secara wajar, serta mempertimbangkan situasi sebelum memberikan respons.

Interaksi antarsiswa selama permainan juga membuka kesempatan untuk mengembangkan empati. Ketika seorang siswa menceritakan pengalaman sedih, takut, atau marah, siswa lain dapat mendengarkan dan mengetahui bahwa teman mereka juga pernah mengalami perasaan serupa. Proses tersebut membantu siswa memahami bahwa setiap orang dapat mengalami emosi yang berbeda dalam situasi tertentu. Pengalaman ini sejalan dengan penjelasan Herawati P dan Siahaan mengenai penggunaan permainan ular tangga edukatif sebagai sarana untuk mendorong interaksi, keberanian, dan kepercayaan diri anak.

Peran fasilitator menjadi salah satu faktor pendukung dalam pelaksanaan kegiatan. Beberapa siswa masih membutuhkan bantuan untuk membedakan jenis emosi, memahami pertanyaan, atau menceritakan pengalaman pribadi. Fasilitator memberikan arahan melalui pertanyaan sederhana dan contoh situasi yang dekat dengan kehidupan siswa. Pendampingan tersebut membantu siswa mengikuti permainan sesuai dengan kemampuan masing-masing. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media permainan tetap memerlukan keterlibatan guru atau fasilitator agar proses pembelajaran berjalan terarah.

Secara keseluruhan, hasil pengamatan menunjukkan bahwa permainan papan dan kartu emosi dapat digunakan sebagai media alternatif untuk mengenalkan enam emosi dasar kepada siswa kelas 1. Kegiatan ini memberikan pengalaman belajar melalui pengamatan visual, pertanyaan reflektif, peragaan ekspresi, dan interaksi kelompok. Siswa mulai menunjukkan kemampuan dalam menyebutkan jenis emosi, menghubungkannya dengan pengalaman pribadi, serta mengungkapkan perasaan secara sederhana. Namun, karena evaluasi dilakukan melalui pengamatan selama satu kegiatan dan tidak menggunakan tes terukur, hasil tersebut belum dapat dijadikan dasar untuk menyimpulkan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi secara signifikan atau perubahan perilaku dalam jangka panjang. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan agar pemahaman dan keterampilan sosial-emosional siswa dapat terus dikembangkan.

SIMPULAN

Kegiatan pengenalan enam emosi dasar melalui media permainan papan dan kartu emosi pada siswa kelas 1 MI Manba’ul Ulum memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan melibatkan partisipasi aktif siswa. Melalui permainan yang diadaptasi dari ular tangga, siswa diperkenalkan pada emosi marah, gembira, sedih, takut, terkejut, dan jijik. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa siswa mulai mampu mengenali jenis-jenis emosi tersebut, menghubungkannya dengan pengalaman pribadi, serta mengungkapkan perasaan melalui kata-kata dan ekspresi wajah.

Selain mendukung pengenalan emosi, kegiatan ini juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk melatih kesabaran, keberanian berbicara, kemampuan mendengarkan, dan interaksi dengan teman sebaya. Penggunaan kartu emosi membantu siswa memahami hubungan antara suatu peristiwa dan perasaan yang muncul, sedangkan aturan permainan memberikan pengalaman dalam mengikuti giliran dan mengendalikan respons. Dengan

demikian, permainan papan dan kartu emosi dapat menjadi salah satu alternatif media pembelajaran sosial-emosional bagi siswa sekolah dasar. Meskipun demikian, pendampingan dan kegiatan berkelanjutan tetap diperlukan agar kemampuan siswa dalam mengenali dan mengelola emosi dapat berkembang secara optimal..

SARAN

Guru diharapkan dapat memanfaatkan permainan papan dan kartu emosi sebagai salah satu media pendukung pembelajaran sosial-emosional di kelas. Pengenalan emosi sebaiknya dilakukan secara berulang melalui kegiatan yang sesuai dengan usia dan karakteristik siswa. Guru juga dapat membiasakan siswa untuk menceritakan perasaan yang dialami, mengenali penyebabnya, serta belajar menyampaikan emosi dengan cara yang tepat dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari.

Orang tua juga diharapkan turut memberikan pendampingan dengan membiasakan anak menceritakan pengalaman dan perasaan yang dialami di rumah. Ketika anak menunjukkan emosi tertentu, orang tua perlu memberikan ruang bagi anak untuk menyampaikan perasaannya sekaligus membimbing mereka agar dapat merespons situasi dengan cara yang tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Untuk kegiatan selanjutnya, media permainan dapat dikembangkan dengan menambahkan variasi pertanyaan, ilustrasi situasi sehari-hari, dan tantangan yang berkaitan dengan cara menghadapi emosi tertentu. Evaluasi juga perlu dilakukan secara lebih terstruktur, misalnya melalui pengamatan sebelum dan sesudah kegiatan serta pendampingan dalam jangka waktu tertentu. Dengan demikian, perkembangan kemampuan siswa dalam mengenali dan mengelola emosi dapat diamati secara lebih menyeluruh..

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, Ana Anggi, Seni Apriliya, dan Erwin Rahayu Saputra. "Analisis Kebutuhan Flashcard sebagai Media Pelatihan Literasi Emosi pada Anak Usia Sekolah Dasar." Journal of Elementary Education 7, no. 3 (2024): 579–587.

Aprilia, Samhah Taurisa, Hendrik Siswono, dan Muhammad Agus Sugiarto. "Permainan Ular Tangga Edukasi untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Usia Dini." Mitra Ash-Shibyan: Jurnal Pendidikan dan Konseling 7, no. 2 (2024): 127-136.

Apriyanto, Sutrisno Condro, Arina Restian, Makhali, dan Sinta Devi Prastika Putri. "Model Penguatan Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Melalui Pembelajaran Kolaboratif dan Empatik di Sekolah Dasar." J-SES: Journal of Science, Education and Studies 4, no. 3 (2025): 107-113.

Azizah, Nur, Mochammad Maulana Trianggono, dan Hendrik Siswono. "Upaya Meningkatkan Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Permainan

Ular Tangga Berbasis Kearifan Lokal Jember di TK Baitul Muttaqin." Prosiding Seminalu 1, no. 1 (2023): 8-15.

Cahyani, Bunga Eka, Larissa Dwi Ramadhani, Anggie Rafaela Alicia, Nafisa Mutiara, Clara Chanda Adista, Citra Nabila Janisa, Aliya Rohali, Dwi Fitri Anggraini, Iredho Fani Reza, dan Dian Kurniati. "Pengembangan Regulasi Emosi dan Pengenalan Emosi Dasar Anak Muslim melalui Seminar Edukasi dan Roleplay." Sumbangsih: Jurnal Pengabdian Masyarakat 1, no. 2 (2025): 69-77.

Fadhilah, Neviyarni S, dan Irdamurni. "Perkembangan Emosi Anak." Didaktik : Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Mandiri 9, no. 2 (2023): 893-901.

Fadliansyah, Fauzi. "Studi Literatur: Dampak Permainan Ular Tangga Terhadap Emosi Siswa Sekolah Dasar Dalam Belajar." Pelita Calistung 3, no. 1 (2022): 41-51.

Fitriana, Rizky Aulia, Indira Mustika, dan Nurul Hidayah. "Psikoedukasi untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Sekolah Dasar." JIKMC: Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia 3, no. 6 (2024): 169-174.

Hasibuan, Wilda Fasim, Cevy Amelia, Yuditia Prameswari, Maryana, Rismaida Pariang Ariyanti Napitupulu, Izura Rochma. "Aku dan Perasaanku: Upaya Pengenalan Emosi Dasar pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Bermain Edukatif." Jurnal Pendekar Nusantara: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat 3, no. 1 (2025): 71-77.

Herawati P, Julita, dan Etri Rehenda Siahaan. "Peningkatan Kepercayaan Diri pada Anak Usia Dini (3-4 Tahun) melalui Media Ular Tangga." Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora 2, no. 3 (2023): 11418-11424.

Istiqomah, Galuh, dan Desvi Wahyuni. "Pengenalan Emosi Positif dan Emosi Negatif Pada Anak Usia Dini." ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin 3, no. 1 (2023): 243- 249.

Marlinah dan Nining Yunita Priyanti. "Upaya Meningkatkan Kemampuan Sosial Emosional Anak Melalui Permainan Ular Tangga pada Kelompok B di TK Al Khairiyah Jatibening, Bekasi." Jurnal Pendidikan Tambusai 5, no. 2 (2021): 4135-4142.

Meidy, Jessisca, dan Monika. "Pemanfaatan Media Ajar Today's Feeling untuk Mengenalkan Jenis-Jenis Emosi pada Siswa SD Negeri X." Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi dan Perubahan 4, no. 5 (2024).

Meno, Otavani, Elisa Yunita Sada, dan Dimas Qondias. "Analisis Kebutuhan Media Kartu Emosi untuk Aspek Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun." Jurnal Citra Pendidikan Anak 3, no. 3 (2024): 1134-1142.

Minarti, Minarti, Ila Rosmilawati, dan Dase Erwin Juansah. "Implementasi Pembelajaran Sosial Emosional (Social Emotional Learning) terhadap Kesejahteraan (Well-being) Siswa Sekolah Dasar: Sistematic Literature Review." Jurnal Basicedu 9, no. 4 (2025): 811-823.

Muckromin, Ali, Murfiah Dewi Wulandari, dan Darsinah. "Perkembangan Emosi Siswa Sekolah Dasar." Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan 8, no. 13 (2022): 39-47.

Putri, Wenny Febrina, dan Happy Yugo Prasetyia. "Analisis Emosi Dasar pada Film Animasi 3D Ficusia dengan Metode Semiotika Charles Sanders Peirce." Journal of Digital Education, Communication, and Arts 7, no. 1 (2025): 41-53.

Primadoni, Ade Bagus, dan Dian Kusumawati. "Pengembangan Instrumen Keterampilan Pengendalian Emosi pada Siswa Sekolah Dasar." Edukasi: Jurnal Penelitian dan Artikel Pendidikan 17, no. 2 (2025): 757-770.

Ramadhini, Nekita Idfi Coster, dan Ima Ni'mah Chudari. "Metode Bermain Menggunakan Permainan Ular Tangga untuk Mengendalikan Emosi dan Perilaku Agresif Siswa." Didaktika 2, no. 1 (2022): 181-189.

Ramdani, Zuhut, Rohyana Fitriani, dan Rabihatun Adawiyah. "Penerapan Permainan Tradisional Bakiak Ular Tangga untuk Menstimulasi Perkembangan Sosial Emosional Anak." Jurnal Golden Age 5, no. 2 (2021): 1-14.

Sukatin, Nurul Chofifah, Turiyana, Mutia Rahma Paradise, Mawada Azkia, dan Saidah Nurul Ummah. "Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini." GOLDEN AGE: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini 5, no. 2 (2020): 77-90.

Sunarti dan Desty Ayu Anastasha. "Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Melalui Permainan Tradisional Ular Tangga pada Pembelajaran IPA Kelas 4 SDN 024 Tarai Bangun." El-Ibtidaiy: Journal of Primary Education 6, no. 1 (2023): 45-51.

Supriadi, Ryana Prizal, Iqbal Prabawa Wiguna, dan Cucu Retno. "Ekspresi Emosi Dasar Paul Ekman dalam Karya Seni Lukis." Jurnal Seni Rupa (2023): 1-8.

Yanti, Rani Afriza, dan Elviana. "Pengenalan Emosi melalui Media Papan Emoji untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SDN 55 Batang Piarau." Jurnal Pendidikan dan Konseling (2025): 2.

Yusainy, Cleoputri, Dita Rachmayani, dan Elmy Bonafita Zahro. "Sadari Emosi Sedari Dini: Psikoodukasi Pemahaman Emosi pada Usia Anak." Jurnal Pengabdian Masyarakat (2024): 3-5.