

Pengembangan *Emobox (Kotak Emosi)* Sebagai Media Regulasi Emosi pada Anak Usia 4-5 Tahun

Maria Oktaviana Paulina Ine Azi^{1*} Ajeng Putri Partiwi²

¹⁻² Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Malang

*Corresponding author : maria.oktaviana.2201536@students.um.ac.id

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi keterbatasan media regulasi emosi melalui pengembangan media *emobox (kotak emosi)* untuk menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia 4-5 tahun. Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan model ADDIE yang terdiri dari lima tahapan, yaitu: analisis (*analyze*), perancangan (*design*), pengembangan (*development*), implementasi (*implementation*), dan evaluasi (*evaluation*). Melalui model tersebut, penelitian ini menerapkan pendekatan metode kombinasi (*mixed methods*) dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket kelayakan, observasi, dan wawancara. Subjek uji coba dalam penelitian ini melibatkan 5 anak pada kelompok kecil dan 15 anak pada kelompok besar. Hasil penelitian menunjukkan persentase kelayakan dari ahli materi sebesar 96% (sangat layak), ahli media sebesar 83,9% (sangat layak), dan ahli pengguna (praktisi) mencapai 100% (sangat layak). Selanjutnya, uji coba lapangan menghasilkan persentase kelayakan sebesar 97,20% pada kelompok kecil dan 95,60% pada kelompok besar, dengan rata-rata gabungan mencapai 96,40% (sangat layak). Maka dari itu, media *Emobox (kotak emosi)* dinyatakan sangat layak dan efektif untuk mendukung anak dalam mengenali serta mengelola emosi secara mandiri melalui aktivitas bermain konkret yang interaktif.

Kata kunci: *Emobox (kotak emosi)*, regulasi emosi, anak usia dini, media pembelajaran interaktif.

ABSTRACT: This study aims to overcome the limitations of emotional regulation media through the development of *emobox media (emotion box)* to stimulate the emotional regulation abilities of children aged 4-5 years. This study uses the Research and Development (R&D) method with the ADDIE model consisting of five stages, namely: analysis, design, development, implementation, and evaluation. Through this model, this study applies a mixed method approach with data collection techniques using feasibility questionnaires, observations, and interviews. The trial subjects in this study involved 5 children in small groups and 15 children in large groups. The results showed that the feasibility percentage from material experts was 96.00% (very feasible), media experts was 82.65% (very feasible), and user experts (practitioners) reached 100.00% (very feasible). Furthermore, the field trial resulted in a feasibility percentage of 97.20% in small groups and 95.60% in large groups, with a combined average reaching 96.40% (very feasible). Therefore, the *Emobox (emotion box)* media is considered highly suitable and effective for supporting children in recognizing and managing emotions independently through interactive, concrete play activities.

Keywords: *Emobox (emotion box)*, emotional regulation, early childhood, interactive learning media

PENDAHULUAN

Perkembangan regulasi emosi pada anak usia dini merupakan aspek penting dalam pembentukan karakter, kemampuan bersosialisasi, dan kecerdasan emosional di masa depan. Menurut Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA), regulasi emosi pada anak usia 4-5 tahun mulai mampu mengenali perasaan, mengontrol emosi agar tidak mudah tantrum, serta belajar bersabar dan berempati sesuai lingkungan sekitarnya. Pada usia 4-5 tahun, kemampuan mengenali emosi, menahan reaksi implisit, serta menyesuaikan ekspresi perasaan menjadi indikator penting dalam kompetensi emosional (Nisa et al., 2023).

Kemampuan mengontrol emosi pada anak usia dini merupakan aspek fundamental yang menentukan kualitas perkembangan diri sekaligus menjadi fondasi utama dalam pembentukan kepribadian yang stabil, kematangan perilaku, dan keterampilan sosial adaptif. Proses ini berfokus pada kecakapan anak dalam mengenali, memproses, mengekspresikan, dan mengarahkan perasaan mereka secara tepat sesuai konteks situasi. Sejalan dengan pandangan James J. Gross, dalam penelitian Anisa (2023), regulasi emosi dimaknai sebagai proses aktif individu dalam memengaruhi emosi yang dirasakan, menentukan momentum pemunculannya, serta mengatur cara mengalami dan mengekspresikan emosi tersebut.

Pada usia 4-5 tahun, anak sedang berada di fase kritis perkembangan emosional. Berdasarkan teori Daniel Goleman, regulasi emosi mencakup lima komponen, yaitu kesadaran

diri, pengelolaan emosi, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Implementasi teori Goleman terbukti secara empiris mampu mengoptimalkan kemampuan regulasi emosi anak usia dini dalam menjalin relasi interpersonal yang positif (Chintya & Sit, 2024). Untuk mencapai pengembangan regulasi emosi yang efektif sangat memerlukan keterlibatan dari peran orang dewasa. Penelitian oleh Rahma et al., (2024) menunjukkan anak yang mengalami yang tidak mengalami pendampingan oleh orang dewasa dalam proses perkembangan regulasi emosi sering mengalami kendala besar dalam pengelolaan emosi, maka anak akan tumbuh dengan hambatan interaksi sosial, gangguan kesehatan mental, hingga rendahnya capaian akademik, dan aktivitas yang mengganggu orang disekitar serta kekerasan saat masa dewasa.

Selain adanya pendampingan orang dewasa, pengembangan regulasi emosi juga memerlukan pemanfaatan media pembelajaran yang relevan. Media pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan tahap perkembangan akan membantu anak mengenali emosi, memahami pemicunya, serta mencoba strategi pengelolaan emosi secara konkret (Fattah & Prabowo, 2023). Sementara itu, Liani (2024) menekankan bahwa penggunaan alat pembelajaran seperti catur ekspresi, permainan tradisional, metode bercerita, *face poly*, puzzle, dan media audio visual sangat membantu dalam meningkatkan kemampuan pengaturan emosi anak.

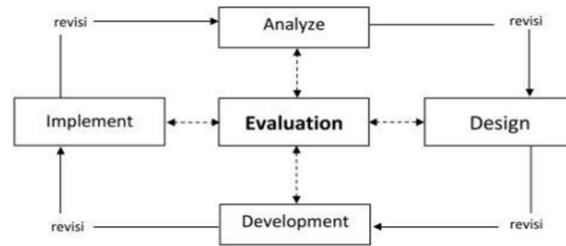
Regulasi emosi anak di TK Muslimat NU 16 dan TK Al Ashafiya belum berkembang secara optimal dikarenakan keterbatasan media pembelajaran khusus regulasi emosi yang digunakan. Di TK Muslimat NU 16, stimulasi masih menggunakan media sekali pakai serta metode konvensional seperti bercerita dan penggunaan kartu emosi. Sehingga, anak-anak masih mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi, yang ditunjukkan melalui perilaku menangis berlebihan serta ketidakmampuan mengelola letupan emosi negatif dan anak-anak masih kurang memahami emosi marah dan sedih yang benar. Sementara itu, proses pembelajaran di TK Al Ashafiya masih bergantung pada media pasif berupa Lembar Kerja (LK) dan penayangan video digital. Keterbatasan ini berdampak pada rendahnya kepekaan anak dalam mengenali perasaan diri, kesulitan dalam mengungkapkan emosi yang dialami, hingga hambatan dalam mendefersiasikan emosi spesifik seperti terkejut dan takut. Secara akumulatif, keterbatasan regulasi emosi di kedua lembaga ini memicu tingginya kecenderungan perilaku tantrum saat anak menghadapi frustrasi, serta rendahnya indikator kesabaran seperti ketidakmampuan untuk mengantre atau menunggu giliran saat beraktivitas.

Sebagai solusi atas permasalahan tersebut, peneliti mengembangkan *emobox (kotak emosi)*, media permainan interaktif berbasis pengalaman nyata yang dirancang untuk membimbing anak mengelola dan mengenal emosi secara bertahap. Keunggulan media ini terletak pada integrasi komponen fisik dan digital, yaitu spinner emosi, puzzle emosi, kartu pertanyaan pemantik, serta konten audio-visual berbasis kode QR yang memuat video pembelajaran, lagu emosi, dan panduan yoga mengelola emosi. Penelitian dan pengembangan ini bertujuan untuk menghasilkan media *emobox (kotak emosi)* yang dinyatakan layak oleh ahli materi, ahli media, dan ahli pengguna dalam menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia 4-5 tahun.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian pengembangan dengan menggunakan metode *Research and Development (R&D)*. Dalam penelitian ini, metode R&D diterapkan untuk menghasilkan media *emobox (kotak emosi)* yang bertujuan menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia 4-5 tahun. Pengembangan dalam penelitian ini berpijak pada langkah atau tahapan model ADDIE yang terdiri dari 5 langkah sistematis sebagai berikut: (1) *Analysis* (analisis kebutuhan); (2) *Design* (perancangan media); (3) *Development* (pengembangan dan validasi produk); (4) *Implementation* (implementasi atau uji coba lapangan); dan (5) *Evaluation* (evaluasi formatif).

*



Gambar 3.1 Tahapan Model ADDIE

Sumber: Hidayat, (2021)

Penelitian ini dilaksanakan di dua lokasi, yaitu TK Al Ashafiya dan TK Muslimat NU 16. Pemilihan kedua lokasi tersebut didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa kedua lembaga tersebut memerlukan inovasi media pembelajaran yang lebih konkret dan interaktif guna menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak secara berkelanjutan. Subjek dalam penelitian ini adalah anak-anak kelompok A yang berusia 4-5 tahun. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, di mana partisipan dilibatkan ke dalam dua tahapan pengujian, yaitu uji coba kelompok kecil yang melibatkan 5 anak di TK Al Ashafiya dan uji coba kelompok besar yang melibatkan 15 anak di TK Muslimat NU 16. Keterlibatan subjek ini bertujuan agar peneliti dapat mengamati secara langsung efektivitas serta kelayakan produk media *emobox (kotak emosi)* yang telah dikembangkan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung terhadap proses regulasi emosi anak di kelas, wawancara semi-terstruktur, studi dokumentasi, serta penyebaran angket kelayakan. Angket yang digunakan mengadopsi skala Likert 1–5 dari Magta et al., (2024) yang terdiri atas 15 butir pernyataan. Instrumen ini ditujukan kepada validator ahli untuk menilai kelayakan isi, desain visual, dan kesesuaian media dengan karakteristik anak, serta kepada anak-anak saat uji coba lapangan. Seluruh data yang diperoleh dianalisis menggunakan metode kombinasi (*mixed methods*) melalui teknik analisis deskriptif. Data kuantitatif untuk angket ahli dan uji coba lapangan diolah menjadi skor persentase kelayakan sedangkan data kualitatif digunakan untuk mendeskripsikan masukan, kritik, dan saran perbaikan dari para validator. Melalui metode tersebut, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang utuh dan mendalam mengenai sejauh mana media *emobox (kotak emosi)* layak dan efektif untuk mendukung anak dalam mengenali serta mengelola emosi secara mandiri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini adalah merancang dan mengembangkan sebuah media pembelajaran berbasis permainan *emobox (kotak emosi)* untuk menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia dini, khususnya pada aspek mengelolah, mengenal dan mengekspresikan emosi dasar. Penelitian ini dilaksanakan di TK Muslimat NU 16 dan TK Al Ashafiya dengan menggunakan metode *Research and Development (R&D)* yang terdiri atas lima tahapan, yakni analisis kebutuhan, pengumpulan data, desain produk, validasi ahli, serta uji coba kelompok kecil dan kelompok besar.

Hasil Pembelajaran regulasi emosi anak usia 4-5 tahun di kedua lembaga saat ini masih bersifat media sekali pakai seperti menonton video pembelajaran, menggunakan kartu emosi atau gambar emosi, dan menggunakan lembar kerja (LK). Akibatnya, anak-anak belum mengenal, mengelolah dan mengekspresikan emosinya dengan tepat sehingga anak-anak belum mampu mengendalikan diri, yang memicu perilaku tantrum, menangis berlebihan saat keinginannya tidak terpenuhi, mengganggu teman ketika terlalu senang, serta kesulitan mengantre saat bermain. Sebagai solusi, dikembangkan media *emobox (kotak emosi)*, sebuah inovasi interaktif dan berkelanjutan yang memadukan aktivitas fisik nyata seperti memutar

spinner dan menyusun puzzle dengan teknologi digital melalui kartu berkode QR. Melalui kode QR tersebut, anak-anak dapat mengakses video edukasi, lagu, dan gerakan yoga penenangan diri yang dirancang untuk mengenalkan ekspresi, mengendalikan emosi, serta melatih empati. Integrasi ini menjadikan *emobox (kotak emosi)* sebuah pengalaman belajar yang konkret dan bermakna untuk mengatasi masalah perilaku, sekaligus melatih anak dalam mengenal, mengelola, dan mengekspresikan emosi mereka secara tepat dan berterima di lingkungannya.

Produk *emobox (kotak emosi)* telah divalidasi oleh para ahli materi, media, dan pengguna dengan hasil penilaian sangat baik terkait kelayakan isi, desain, serta efektivitasnya. Dari aspek materi, kelayakan isi dinyatakan telah selaras dengan tujuan pembelajaran regulasi emosi anak usia 4-5 tahun berdasarkan indikator regulasi emosi Daniel Goleman, yaitu: kesadaran diri, pengelolaan emosi, motivasi diri, dan empati. Selain itu, media ini memuat pengenalan enam emosi dasar secara tepat, meliputi marah, senang, sedih, takut, terkejut, dan bingung. Dari sisi desain, ahli media menilai tampilan seluruh komponen *emobox (kotak emosi)* sangat menarik berkat penggunaan warna cerah, ilustrasi ekspresi yang jelas, serta komponen spinner dan puzzle yang rapi dan mudah dioperasikan anak secara mandiri demi menciptakan pembelajaran yang menyenangkan. Tanggapan positif juga datang dari ahli pengguna yang menyatakan bahwa media ini efektif mendorong keterlibatan aktif anak, meningkatkan kemampuan mengelola emosi secara mandiri, serta merangsang regulasi diri dan empati melalui aktivitas bermain yang konkret dan bermakna.

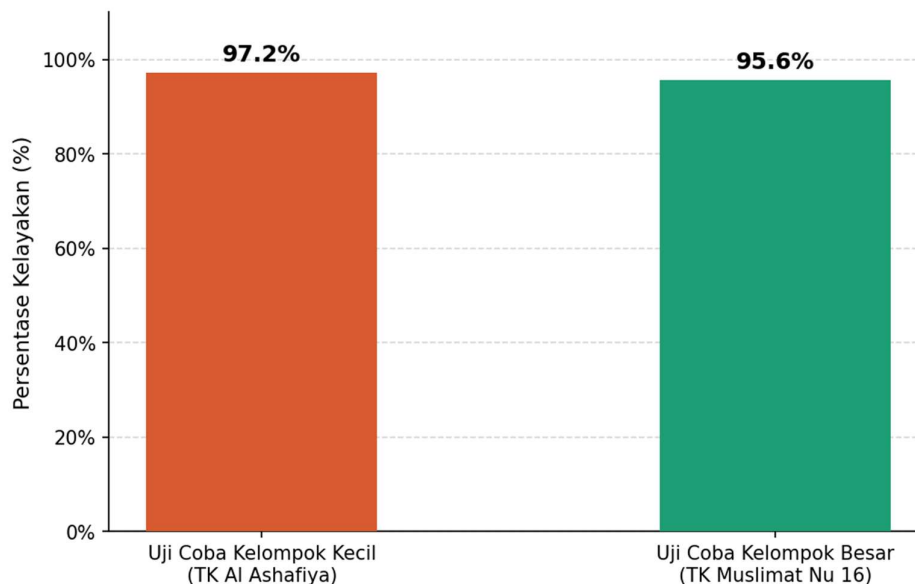
Tabel 1. Hasil Sebelum dan Sesudah Validasi

Aspek	Sebelum Validasi	Sesudah Validasi
Tampilan		
Keterangan	<i>Emobox (kotak emosi)</i> belum dilengkapi informasi operasional di sisi depan. Wadahnya kurang praktis tanpa pengait, pegangan, dan sekat penyimpanan, sehingga komponen mudah tercecer. Secara visual, stiker spinner belum selaras dengan puzzle, bagian belakang kepingan belum berwarna, dan bingkainya belum kokoh. Selain itu, ukuran kartu dan buku panduan terlalu besar tanpa pita penarik, belum memuat pertanyaan pemicu emosi maupun arahan menonton bagi pendamping, serta videonya belum menjelaskan istilah "tantrum".	<i>Emobox (kotak emosi)</i> telah memuat informasi operasional di sisi depan. Wadahnya lebih praktis dengan pengait, pegangan, dan sekat agar komponen tidak tercecer. Secara visual, stiker spinner telah selaras dengan puzzle, bagian belakang kepingan sudah berwarna, dan bingkainya lebih kokoh. Selain itu, kartu dan buku panduan kini lebih ergonomis dengan pita penarik, sudah memuat pertanyaan pemicu emosi serta arahan menonton, dan

videonya telah menjelaskan istilah "tantrum".

Uji coba produk dilakukan dalam dua tahapan pada anak kelompok A usia 4-5 tahun untuk menguji efektivitas media dalam menstimulasi regulasi emosi. Tahap awal berupa uji coba kelompok kecil di TK Al Ashafiya melibatkan 5 anak dan memperoleh skor kelayakan 97,2%, yang ditandai dengan tingginya antusiasme anak saat memutar spinner, menyusun puzzle, serta memindai kode QR untuk mengakses konten relaksasi. Selanjutnya, uji coba kelompok besar di TK Muslimat NU 16 melibatkan 15 anak dengan hasil kelayakan 95,6%, di mana anak-anak menunjukkan keterlibatan aktif dalam bekerja sama, berdiskusi, serta mempraktikkan teknik penenangan diri melalui video pembelajaran dan gerakan yoga. Berdasarkan akumulasi kedua tahapan tersebut, diperoleh rata-rata persentase akhir sebesar 96,4%, sehingga media *emobox* (*kotak emosi*) dinyatakan sangat layak untuk diimplementasikan dalam pembelajaran anak usia 4-5 tahun.

**Persentase Uji Coba Kelayakan
Emobox (kotak emosi)**



Keterangan:

Uji Coba Kelompok Kecil (TK Al Ashafiya): 97,2%

Uji Coba Kelompok Besar (TK Muslimat Nu 16): 95,6%

Efektivitas media berbasis regulasi emosi dalam membangun tanggung jawab diri dan kepedulian lingkungan sejalan dengan temuan Wardhani et al. (2024). Melalui *emobox* (*kotak emosi*), anak difasilitasi untuk mengenali enam emosi dasar, mengidentifikasi pemicunya, serta melatih pengelolaan emosi secara konkret dan interaktif. Hal ini didukung oleh Liani (2024) yang menyatakan bahwa integrasi media berupa puzzle, kartu, dan konten audio-visual terbukti sukses mengoptimalkan kecakapan anak dalam mengenali hingga mengekspresikan perasaannya secara tepat. Sintesis berbagai riset tersebut berakar pada teori Daniel Goleman mengenai pentingnya stimulasi pengelolaan emosi sejak dini sebagai fondasi pembentukan karakter. Pengalaman ini membekali anak agar lebih adaptif, berempati, dan siap secara sosial dalam interaksi masa depan (Rahma et al., 2024). Oleh karena itu, penguatan regulasi emosi melalui media yang bermakna seperti *Emobox* menjadi instrumen krusial dalam pendidikan

anak usia dini karena berdampak jangka panjang terhadap kematangan emosional dan kesiapan untuk masa depan (Karisma et al., 2020).

Selain menstimulasi kemampuan regulasi emosi, *emobox (kotak emosi)* efektif menstimulasi regulasi emosi anak usia dini melalui aktivitas bermain secara nyata, seperti memutar spinner dan menyusun puzzle. Pendekatan konkret ini memberikan pengalaman langsung bagi anak dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan perasaannya secara alami dan menyenangkan. Integrasi antara media berupa fisik dan aktivitas bermain ini merupakan stimulasi ideal karena dunia anak usia dini tidak dapat dipisahkan dari kegiatan bermain (Seripia et al., 2025). Melalui pemanfaatan media yang optimal, materi esensial mengenai regulasi emosi dapat tersampaikan secara efektif, interaktif, dan mudah dipahami oleh anak usia 4-5 tahun tanpa adanya paksaan.

Bermain merupakan sarana eksplorasi bagi anak untuk menyalurkan energi sekaligus memahami emosi secara bahagia sesuai karakteristik usia 4-5 tahun (Seripia et al., 2025). Melalui *emobox (kotak emosi)*, aktivitas memutar spinner, menyusun puzzle, dan memindai kode QR bukan sekadar hiburan, melainkan media regulasi emosi konkret yang melibatkan anak secara aktif tanpa tekanan. Proses ini memfasilitasi anak untuk mengenali enam emosi dasar, menalar hubungan sebab-akibatnya, serta melatih kecakapan penting seperti kesadaran diri, pengendalian diri agar tidak meledak-ledak, empati, dan motivasi mandiri. Oleh karena itu, pendidik perlu mengimplementasikan media bermain yang menarik sekaligus edukatif guna memperkaya pengalaman belajar anak secara menyeluruh. Pendekatan konkret *emobox* ini menciptakan suasana belajar yang positif dan membangun kemandirian dan kecerdasan emosional yang kuat sebagai bekal anak di masa depan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media *emobox (kotak emosi)* dapat menstimulasi kemampuan regulasi emosi anak usia dini, khususnya dalam aspek mengenal, mengelola, dan mengekspresikan emosi dasar secara tepat. Temuan ini sejalan dengan penelitian Fattah dan Prabowo (2023) yang menemukan bahwa media pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan tahap perkembangan akan membantu anak mengenali emosi, memahami pemicunya, serta mencoba strategi pengelolaan emosi secara konkret. Selain itu, temuan ini juga selaras dengan penelitian Fadillah dan Cholimah (2026) yang menunjukkan bahwa perkembangan regulasi emosi terjadi di setiap fase kehidupan manusia sehingga kemampuan anak dalam mengelola emosi sangat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan media stimulasi yang tersedia di sekitar tempat ia tumbuh. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media pembelajaran berbasis permainan konkret yang dikembangkan secara sistematis dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia 4-5 tahun seperti *emobox (kotak emosi)* mampu menciptakan pengalaman belajar regulasi emosi yang menyenangkan, interaktif, dan bermakna bagi anak usia 4-5 tahun.

SIMPULAN

Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development (R&D)* yang terdiri atas lima tahapan, yaitu analisis kebutuhan, pengumpulan data, desain produk, validasi ahli, serta uji coba kelompok kecil dan kelompok besar. Penelitian ini menghasilkan produk berupa media *emobox (kotak emosi)* yang terdiri dari empat komponen utama yaitu spinner enam emosi, puzzle emosi, kartu pertanyaan berkode QR, dan buku panduan praktis. Melalui serangkaian validasi oleh ahli materi, ahli media, dan ahli pengguna, media *emobox (kotak emosi)* dinyatakan sangat layak untuk digunakan sebagai media pembelajaran regulasi emosi bagi anak usia 4-5 tahun di TK Muslimat NU 16 dan TK Al Ashafiya. Media ini mendapatkan sejumlah perbaikan berdasarkan masukan para ahli, meliputi penambahan pengait kunci dan pegangan pada kotak, penyeragaman ilustrasi ekspresi wajah pada seluruh komponen, penyediaan wadah penyimpanan puzzle, pengecilan ukuran kartu pemantik, serta penyempurnaan video edukasi dengan penjelasan istilah yang lebih sederhana. Setelah melalui pembenahan berdasarkan hasil

*

validasi, produk diuji cobakan kepada panak-anak dan memperoleh rata-rata gabungan hasil uji coba kelompok kecil dan kelompok besar sebesar 96,4% yang menempatkan media *emobox* (*kotak emosi*) pada kualifikasi sangat layak. Untuk penelitian selanjutnya, peneliti berharap agar media *emobox* (*kotak emosi*) yang telah dikembangkan dalam penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan menambahkan variasi jenis emosi seperti malu dan bangga, memperluas cakupan indikator regulasi emosi dengan memperkuat aspek keterampilan sosial berdasarkan teori Goleman yang mencakup kemampuan anak dalam berinteraksi, berkomunikasi, serta membangun hubungan positif dengan orang lain, sehingga media *emobox* (*kotak emosi*) dapat menjadi media edukatif yang lebih komprehensif, efektif, menyenangkan, dan mudah digunakan dalam mendukung perkembangan regulasi emosi anak usia dini secara menyeluruh di berbagai lembaga PAUD.

DAFTAR RUJUKAN

- Calysta, N. P., Aisyah, E. N., & Pratiwi, A. P. (2025). Strategi menenangkan perilaku temper tantrum pada anak usia 4-5 tahun. *Kumara Cendekia*, 13(4), 687–696. <https://doi.org/10.20961/kc.v13i4.103120>
- Chintya, R., & Sit, M. (2024). Analisis teori Daniel Goleman dalam perkembangan kecerdasan emosi anak usia dini. *Absorbent Mind*, 4(1), 159–168. https://doi.org/10.37680/absorbent_mind.v4i1.5358
- Ernawati, I., & Sukardiyono, T. (2017). Uji kelayakan media pembelajaran interaktif pada mata pelajaran administrasi server. *Elinvo (Electronics, Informatics, and Vocational Education)*, 2(2), 204–210. <https://doi.org/10.21831/elinvo.v2i2.17315>
- Fadillah, N., & Cholimah, N. (2026). Peran keterikatan ibu bekerja dalam membentuk regulasi emosi pada anak usia 4-5 tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 10(1), 206–214. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v10i1.206>
- Fattah, A. N., & Prabowo, D. P. (2023). Perancangan buku ilustrasi sebagai media pengenalan emosi pada anak umur 4–6 tahun. *Jurnal Citrakara*, 5(4), 485–496. <https://doi.org/10.37278/citrakara.v5i4.485>
- Fauziyyah, T. Z., Miftah, R., & Kustiawati, D. (2025). Pengembangan media pembelajaran e-book interaktif materi aritmatika sosial dengan pendekatan kontekstual. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, 2(1), 422–433. <https://doi.org/10.15408/psnftk.v2i1.422>
- Goleman, D. (2000). *Emotional intelligence* (T. Hermaya, Penerjemah). Gramedia Pustaka Utama.
- Hidayat, A. A. (2021). *Menyusun instrumen penelitian & uji validitas-reliabilitas*. Health Books Publishing.
- Irmade, O. (2022). *Media dan sumber belajar anak usia dini*. Pradina Pustaka.
- Izzah, Z. (2024). *Emotional regulation pada anak usia 4-6 tahun* [Disertasi doktoral, Universitas Muhammadiyah Malang]. Repository UMM.
- Karisma, W. T., DH, D. P., & Karmila, M. (2020). Peran orangtua dalam menstimulasi pengelolaan emosi anak usia dini. *PAUD: Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(1), 94–102. <https://doi.org/10.26858/paud.v9i1.94>
- Lailan, A. (2023). Urgensi media pembelajaran untuk pendidikan anak usia dini. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(12), 5027–5034. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i12.5027>
- Liani, P. N. (2024). Media pembelajaran efektif dalam menstimulasi perkembangan sosial emosional anak usia dini. *DZURRIYAT: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(2), 10–27. <https://doi.org/10.30762/dzurriyat.v2i2.10>
- Magta, M., Risnawati, E., Amini, M., Pramitasari, M., & Mustapa, N. (2024). Kelayakan dan kepraktisan media game virtual reality pengelolaan kelas pendidikan anak usia dini.

- Jurnal Media dan Teknologi Pendidikan*, 4(4), 510–522. <https://doi.org/10.23887/jmt.v4i4.1>
- 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), 1–7. <https://doi.org/10.24853/audhi.4.1>
- Rahma, S. A., Ikhsan, A. P. P., & Yemima, D. (2024). Dampak pengabaian orang tua terhadap regulasi emosi anak. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 12–25. <https://doi.org/10.61132/jurnalpsikologi.v1i4.1>
- Saputra, G. Y., Harjanto, A., & Ningsih, Y. A. (2020). Pengembangan media pembelajaran berbasis android untuk mata pelajaran fisika materi pokok energi di kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Muara Badak tahun ajaran 2019/2020. *Journal of Advances in Information and Industrial Technology*, 2(2), 10–24.
- Seripia, S. S., Sari, I. P. P., Putri, N. E., & Haryanti, D. D. (2025). Makna bermain bagi anak usia dini dalam perkembangan sosial emosional. *ICEJ: Islamic Childhood Education Journal*, 4(1), 20–28. <https://doi.org/10.30762/icej.v4i1.20>
- Wardhani, K. K., Iriyanto, T., & Maningtyas, R. D. T. (2024). Pengembangan media permainan Face Poly untuk menstimulasi kemampuan sosial emosional anak. *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 7(1), 81–89. <https://doi.org/10.24853/audhi.7.1.81>