

**PENGARUH PERMAINAN KARTU EKSPRESI TERHADAP KEMAMPUAN
EMOSIONAL ANAK USIA 4-5 TAHUN DI TK AL- AMIN
KOTA JAMBI**

Inka Adhuha Nur Fadilah¹, Indryani², Rahman³

¹²PGPAUD FKIP Universitas Jambi

³ADPEN FKIP Universitas Jambi

[¹inkaaduha12@gmail.com](mailto:inkaaduha12@gmail.com), [²indryani@unja.ac.id](mailto:indryani@unja.ac.id), [³ka_rahman@unja.ac.id](mailto:ka_rahman@unja.ac.id)

ABSTRACT

This study identified the limitations of the emotional abilities of 4-5 year old children at Al-Amin Kindergarten in Jambi City, such as difficulties in recognizing and expressing emotions, which was observed in September 2025. The main objective was to test the influence of the Expression Card game on the improvement of these abilities using a quantitative design of one-group pretest-posttest in 16 class A children, with observation based on indicators of Permendikbud No. 137/2014, followed by six treatment sessions and analysis of paired t-tests and Cohen's d. The results showed a significant increase from the mean pretest of 15.63 to the posttest of 27.50 ($t=-33.728$, $p=0.000$), with an effect size of 0.84 (large effect). Implicitly, this game is effective as an interactive learning medium for teachers and parents in stimulating self-awareness, emotional control, and prosocial behavior in early childhood. In conclusion, facial expression-based play interventions significantly optimize children's emotional development, recommended for wide application in early childhood education

Keywords: Emotional abilities, Expression Card game, Early childhood education

ABSTRAK

Penelitian ini mengidentifikasi keterbatasan kemampuan emosional anak usia 4-5 tahun di TK Al-Amin Kota Jambi, seperti kesulitan mengenali dan mengekspresikan emosi, yang diamati pada September 2025. Tujuan utamanya adalah menguji pengaruh permainan Kartu Ekspresi terhadap peningkatan kemampuan tersebut menggunakan desain kuantitatif one-group pretest-posttest pada 16 anak kelas A, dengan observasi berbasis indikator Permendikbud No. 137/2014, diikuti enam sesi treatment dan analisis uji t berpasangan serta Cohen's d. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dari mean pretest 15,63 menjadi posttest 27,50 ($t=-33,728$, $p=0,000$), dengan effect size 0,84 (efek besar). Implikasinya, permainan ini efektif sebagai media pembelajaran interaktif untuk guru dan orang tua dalam merangsang kesadaran diri, pengendalian emosi, serta perilaku prososial anak usia dini. Kesimpulannya, perlakuan bermain berbasis ekspresi wajah secara signifikan

mengoptimalkan perkembangan emosional anak usia 4-5 tahun di TK Al-amin Kota Jambi.

Kata Kunci: Kemampuan Emosional, Permainan Kartu Ekspresi, dan Pendidikan anak usia dini

A. Pendahuluan

Pendidikan memiliki peran yang sangat penting untuk membantu membentuk kepribadian anak dan mempersiapkan kelanjutan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi dari Pendidikan anak usia dini, (Fauziddin, 2016). Pendidikan anak usia dini sangat penting karena masa ini menjadi dasar utama bagi keberlanjutan pendidikan berikutnya. Pendidikan Anak usia dini adalah anak yang berada dalam rentang usia 0 hingga 6 tahun, sebagaimana dijelaskan oleh Subdirektorat yang menetapkan batasan usia tersebut (Susanto, 2021). Pada tahap ini, anak memiliki kemampuan yang tinggi dalam menyerap informasi. Karena konsentrasinya belum terbagi, setiap informasi dapat diterima dengan baik.

Anak usia dini merupakan masa yang sangat penting dalam perkembangan individu. Pada masa ini, anak usia dini mengalami kemajuan yang cepat dalam berbagai aspek kehidupannya. Pada masa ini,

terjadi pematangan fungsi fisik dan psikis anak usia dini sehingga mereka siap merespons dan melaksanakan seluruh tugas perkembangan yang diharapkan sesuai pola perilaku sehari-hari. (Fadilah, 2025).

Salah satu aspek perkembangan anak usia dini yang harus dioptimalkan tingkat pencapaiannya adalah aspek perkembangan emosional anak usia dini, Perkembangan emosional anak usia dini pada rentang 5-6 tahun secara umum berjalan optimal dan berkembang dengan baik. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri maupun orang lain, memotivasi diri, serta mengelola emosi secara efektif baik pada diri sendiri maupun dalam interaksi dengan orang lain (Filtr, 2017).

Berdasarkan hasil observasi awal di TK Al-Amin Kota Jambi, observasi September 2025 mengungkap hanya 5 dari 16 anak kelas A menunjukkan kemampuan

optimal; mayoritas kesulitan mengenali ekspresi seperti bahagia, sedih, atau marah, sering menangis tanpa verbalisasi, dan kurang interaksi emosional saat bernyanyi atau bermain. Kondisi ini mencerminkan urgensi intervensi melalui media bermain kooperatif.

Solusi mengatasi kurang berkembangnya emosional anak, diperlukan pendekatan pembelajaran yang menyenangkan serta sesuai dengan konteks kehidupan anak. Salah satu bentuknya adalah melalui permainan kooperatif, yakni Permainan Kartu Ekspresi, yang dapat menjadi sarana efektif dalam membantu anak mengenali berbagai ekspresi wajah sebagai representasi dari emosi tertentu.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen semu one-group pretest-posttest untuk menguji pengaruh permainan Kartu Ekspresi terhadap kemampuan emosional anak usia 4-5 tahun di TK Al-Amin Kota Jambi (Februari-April 2026). Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk tetap mengamati perubahan akibat perlakuan meskipun kontrol penuh

atas variabel sulit diterapkan. (Abraham, 2022), Subjek penelitian adalah 16 anak kelas A (purposive sampling berdasarkan usia 4-5 tahun dan perkembangan emosional rendah dari observasi awal), terdiri dari 6 laki-laki dan 10 perempuan.

Pengumpulan data merupakan tahap riset di mana peneliti menggunakan metode ilmiah secara sistematis untuk mengumpulkan data yang akan dianalisis. Data yang dikumpulkan disesuaikan dengan variabel-variabel yang tercantum dalam hipotesis, dan diambil dari sampel atau sumber yang telah ditetapkan sebelumnya. (Fathoni, 2021), Data penelitian ini dikumpulkan melalui observasi terstruktur menggunakan lembar observasi dan rubrik penilaian (skala 1-4: BB hingga BSB) berdasarkan 8 indikator Permendikbud. No. 137/2014 (kesadaran diri, tanggung jawab diri, perilaku prososial), pretest/posttest, dokumentasi, serta wawancara semi-struktural dengan guru kelas. Treatment diberikan 6 sesi (masing-masing 120 menit): pengenalan kartu ekspresi (senang, sedih, marah, dll.), tebak-menirukan melalui cermin, hitung ekspresi, menulis kata emosi, role-play, dan refleksi.

Analisis data penelitian sangat penting untuk mengelola data, menjawab pertanyaan penelitian, dan menguji hipotesis (Handayani, 2023). Penelitian ini menggunakan teknik analisis kuantitatif dengan desain pretest-posttest, berdasarkan hasil observasi peneliti melalui lembar observasi indikator kemampuan emosional anak saat permainan Kartu Ekspresi.

Data penelitian ini dianalisis dengan uji normalitas Lilliefors, homogenitas Levene, hipotesis paired t-test ($\alpha=0,05$), dan effect size Cohen's d. Hasil: data normal/homogen, $t=-33,728$ ($p=0,000$), effect size 0,84 (efek besar), membuktikan peningkatan signifikan mean pretest 15,63 ke posttest 27,50.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Temuan utama menunjukkan peningkatan substansial kemampuan emosional anak pasca-treatment: mean pretest 15,63 (65,08%) melonjak menjadi posttest 27,50 (114,58%), dengan selisih 11,88 poin atau 28,37% dari skor ideal. Indikator tertinggi "pengendalian emosi" naik dari 62,5% ke 103,13%, sementara "menunggu giliran" dari 37,5% ke 70,31%. Selama 6 sesi treatment,

skor rata-rata progresif dari 16,94% (sesi 1) hingga 26,50% (sesi 6), mencerminkan adaptasi cepat anak terhadap permainan Kartu Ekspresi.

Tabel 1. Skor Pre-test Kemampuan Emosional Kelas A

No	Nama Anak	Skor Pre-test	Skor Ideal
1	And	18	24
2	Asl	15	24
3	Arl	17	24
4	Arm	15	24
5	Aql	17	24
6	Ary	16	24
7	Azr	16	24
8	Azk	15	24
9	Anj	17	24
10	Kyr	17	24
11	Snj	15	24
12	Mchl	14	24
13	Qen	12	24
14	Rfi	13	24
15	Vna	18	24
16	Zyn	15	24
Jumlah		250	384
Mean		15,63	
Presentase		65,10%	100%

Berdasarkan tabel diatas hasil *pretest* pada kemampuan emosional anak kelas A menunjukkan jumlah rata-ratanya sebesar 250 dengan perhitungan mean pretest mengindikasikan skor rata-rata pretest sebesar 65,10%.

Tabel 2. Skor Posttest Kemampuan Emosional

No	Nama Anak	Skor Posttes	Skor Ideal
1	And	30	24
2	Asl	28	24
3	Arl	29	24
4	Arm	28	24
5	Aql	27	24
6	Ary	27	24
7	Azr	26	24
8	Azk	27	24

9	Anj	29	24
10	Kyr	28	24
11	Snj	28	24
12	Mchl	26	24
13	Qen	26	24
14	Rfi	27	24
15	Vna	27	24
16	Zyn	27	24
	Jumlah	440	384
	Rata-rata	27,5	24
	presentase	114,58%	100%

Berdasarkan tabel di atas, total skor post-test dari 16 anak pada aspek kemampuan emosional post-test mencapai 440, dengan rata-rata skor sebesar 27,5 atau persentase 114,58% dari skor ideal yaitu 384.

Hasil tersebut mengindikasikan pencapaian nilai sangat tinggi pada kemampuan emosional anak setelah menerima perlakuan melalui permainan kartu ekspresi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan Kartu Ekspresi memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan emosional anak usia 4–5 tahun di TK Al-Amin Kota Jambi. Pengaruh ini tercermin dari perbandingan skor pretest dan posttest, dimana rata-rata skor meningkat dari 15,62 pada pretest menjadi 27,5 pada posttest, dengan selisih mean sebesar 6,81. Peningkatan tersebut tidak hanya bersifat deskriptif, melainkan juga terbukti secara statistik signifikan melalui uji paired sample t-test dengan

nilai t-hitung sebesar 33,728, derajat kebebasan (df) 15, dan nilai signifikansi dua arah (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 ($< 0,05$), yang mengindikasikan bahwa perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan tidak bersifat kebetulan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perlakuan melalui media Kartu Ekspresi memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap peningkatan kemampuan emosional anak.

Berdasarkan perhitungan effect size menggunakan rumus Cohen's d, pengaruh penerapan media kartu ekspresi terhadap kemampuan emosional awal anak mencapai nilai 0,84, yang termasuk dalam kategori efek besar (large effect) sesuai dengan standar kriteria.

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa kemampuan emosional awal anak usia 4-5 tahun mengalami peningkatan yang signifikan setelah perlakuan. Hal ini tercermin dari rata-rata skor pretest sebesar 15,63 yang meningkat menjadi 27,50 pada posttest, atau peningkatan sebesar 11,88 poin akibat penerapan media kartu ekspresi pada sampel. Temuan ini menunjukkan bahwa media kartu ekspresi memberikan dampak positif

dan signifikan terhadap perkembangan kemampuan emosional awal anak usia di TK Al-Amin Kota Jambi.

Hal ini dibuktikan melalui hasil uji hipotesis uji t sampel berpasangan dengan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,05$), sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Temuan ini mengkonfirmasi adanya perbedaan yang signifikan pada kemampuan emosional awal anak sebelum dan sesudah penerapan media kartu ekspresi. Selain itu, analisis effect size Cohen's d menghasilkan nilai 0,84, yang termasuk dalam kategori efek besar (large effect).

E. Kesimpulan

Permainan Kartu Ekspresi terbukti efektif meningkatkan kemampuan emosional anak usia 4-5 tahun di TK Al-Amin Kota Jambi, dengan peningkatan signifikan dari mean pretest 15,63 (65,10%) menjadi posttest 27,50 (114,58%), selisih 11,88 poin. Uji paired t-test menghasilkan $t = -33,728$ ($p = 0,000 < 0,05$), menolak H_0 dan menerima H_a , didukung effect size Cohen's $d = 0,84$ (efek besar). Intervensi ini optimal untuk kesadaran diri, pengendalian

emosi, dan perilaku prososial, direkomendasikan sebagai media pembelajaran interaktif bagi guru dan orang tua di PAUD.

DAFTAR PUSTAKA

- Fauziddin, M. (2016). Peningkatan kemampuan kerja sama melalui kegiatan kerja kelompok pada anak kelompok A TK Kartika Solo Kabupaten Kampar. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 29-45.
- Susanto, A. (2021). Pendidikan anak usia dini: Konsep dan teori.
- Fadilah, S. (2025). Pentingnya Pendidikan Anak Usia Dini Bagi Tumbuh Kembang Anak. *Education Core: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini dan Inovasi Pembelajaran*, 1(1), 10-23.
- Filtri, H. (2017). Perkembangan emosional anak usia dini usia 5-6 tahun ditinjau dari ibu yang bekerja. *AUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(01), 32-38.
- Abraham, I. &. (2022). Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan: Literatur. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3).
- Fathoni, M. (2021). Teknik pengumpulan data. *Jurnal Keperawatan*.