

**PENGALAMAN ANAK USIA DINI DALAM MENGGUNAKAN MEDIA PUZZLE EKSPRESI
UNTUK MENGEMBANGKAN PENGENDALIAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK USIA DINI**

Lisma April Lia¹, Reni Suwenti², Gasam Tarmon³.

^{1,2,3}, PGPAUD, STKIP Syekh Manshur.

Jl. KH. Abdul Halim No.Km 5, Kadulisung, Indonesia

E-mail: lismaaprillia22@gmail.com¹ suwentir@gmail.com²
gasammanipa@gmail.com³

ABSTRAK Penelitian ini bertujuan untuk Menggambarkan secara rinci bagaimana media tersebut diterapkan, bagaimana pengaruhnya terhadap anak, dan bagaimana respon pihak-pihak terkait. Penelitian dilakukan di PAUD Kemas Mandala dengan menggunakan metode jenis Penelitian Kualitatif dengan desain penelitian studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dalam penelitian ini analisis data menggunakan pendekatan dengan tahapan yang mengacu pada model interaktif Miles dan Huberman (1994), yang terdiri dari tiga komponen utama yaitu, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media puzzle ekspresi mampu membantu anak mengenali berbagai emosi dasar seperti senang, sedih, marah, dan takut. Melalui kegiatan bermain yang terstruktur, anak-anak belajar mengekspresikan dan mengendalikan perasaan mereka secara tepat. Guru juga berperan aktif dalam mendampingi anak selama proses bermain, sehingga interaksi sosial dan empati anak turut berkembang. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan media puzzle ekspresi efektif dalam mendukung perkembangan sosial emosional anak usia dini secara positif.

Kata kunci: pengalaman anak, media puzzle ekspresi, sosial emosional, anak usia dini

ABSTRACT This study aims to describe in detail the experiences of early childhood in using expression puzzle media as a means to develop their emotional and social self-regulation. The research was conducted at PAUD Kemas Mandala using a qualitative method with a case study approach. Data collection techniques included observation, interviews, and documentation. Data analysis followed the interactive model of Miles and Huberman (1994), which consists of three main stages: data reduction, data display, and conclusion drawing. The results showed that expression puzzle media effectively helps children recognize and manage basic emotions such as happiness, sadness, anger, and fear. Through structured play activities, children were able to express and regulate their feelings appropriately. Teachers played an active role in accompanying the children during the play process, thereby supporting the development of social interaction and empathy.

Article History

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism Checker No
234

Prefix DOI : Prefix

DOI :

10.8734/Sindoro.v1i2
.365

Copyright : Author

Publish by : Sindoro



This work is licensed
under a Creative
Commons
Attribution-
NonCommercial 4.0
International License

These findings indicate that the use of expression puzzle media contributes positively to the emotional and social development of early childhood.

Keywords: *child experiences, expression puzzle media, social-emotional, early childhood*

PENDAHULUAN Masa kanak-kanak, khususnya usia 0-6 tahun yang dikenal sebagai *golden age*, merupakan periode penting dalam pembentukan karakter dan kepribadian anak. Pada masa ini, anak sangat peka terhadap lingkungan dan mampu menyerap informasi dengan cepat, termasuk dalam pembentukan sikap disiplin dan pengendalian emosi. Perkembangan sosial emosional, khususnya kemampuan pengendalian diri, menjadi aspek krusial yang harus ditanamkan sejak dini karena akan membentuk perilaku dan nilai yang dibawa anak hingga dewasa. Dalam perspektif Islam, pendidikan sejak dini sangat dianjurkan dan merupakan tanggung jawab utama orang tua sebagaimana tercantum dalam Al-Qur'an dan Hadis, yang menekankan pentingnya pembentukan karakter anak melalui bimbingan yang konsisten sejak usia dini. Pengendalian diri pada anak usia dini mencakup kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi serta menjalin interaksi sosial yang positif. Sayangnya, berdasarkan hasil observasi awal di PAUD Kemas Mandala, ditemukan bahwa sebagian besar anak belum mampu mengelola emosi dengan baik, seperti mudah marah, menangis karena hal kecil, atau kurang mampu bekerja sama. Strategi guru dalam menasihati anak belum memberikan dampak jangka panjang terhadap kemampuan regulasi emosional. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara dengan orang tua yang menyebutkan bahwa anak masih menunjukkan emosi negatif yang berlebihan dalam mengekspresikan ketidaknyamanan. Untuk mengatasi hal tersebut, diperlukan media edukatif yang menarik dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Salah satu media yang potensial adalah *puzzle ekspresi*, yaitu media bermain yang mengajarkan anak mengenali dan menyusun ekspresi wajah sesuai emosi tertentu. Media ini mendukung gaya belajar visual, auditori, dan kinestetik secara bersamaan, serta memfasilitasi proses bermain sambil belajar. Puzzle ekspresi telah terbukti dapat meningkatkan kemampuan pengendalian emosi, empati, interaksi sosial, serta kemampuan kognitif anak, karena mengajak anak untuk berlatih mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain melalui kegiatan yang menyenangkan. Bermain merupakan dunia anak yang menjadi sarana ideal untuk pembelajaran sosial emosional. Melalui aktivitas bermain dengan puzzle ekspresi, anak tidak hanya diajak belajar mengenali emosi, tetapi juga dilatih untuk menyelesaikan masalah, bekerja sama, dan mengekspresikan perasaannya dengan cara yang sehat. Media ini dirancang dari bahan sederhana namun memiliki dampak besar dalam mengembangkan kemampuan pengendalian diri anak secara bermakna. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman anak usia dini dalam menggunakan media puzzle ekspresi sebagai upaya untuk mendukung perkembangan sosial emosional, khususnya dalam aspek pengendalian diri anak usia dini.

TINJAUAN PUSTAKA Penelitian ini berfokus pada pengalaman anak usia dini dalam menggunakan media *puzzle ekspresi* sebagai upaya pengembangan kemampuan pengendalian sosial emosional. Fokus ini mencakup bagaimana anak mengenali,

mengekspresikan, dan mengelola emosi mereka dalam konteks bermain dan berinteraksi sosial. Sub-fokus penelitian terdiri dari empat aspek: pemahaman anak terhadap ekspresi emosi, kemampuan anak mengendalikan emosi, interaksi sosial anak saat menggunakan media, dan respon emosional anak selama proses pembelajaran. Pengalaman anak saat bermain puzzle ekspresi dianggap sebagai pembelajaran yang aktif dan bermakna, karena mendukung aspek perkembangan motorik, kognitif, emosional, dan sosial secara simultan. Puzzle ekspresi merupakan alat bermain edukatif berupa potongan gambar wajah dengan berbagai ekspresi (senang, sedih, marah, takut), yang disusun kembali menjadi wajah utuh. Puzzle ini membantu anak mengenali dan memahami emosi dasar, sekaligus melatih keterampilan sosial seperti kerja sama dan empati. Beberapa penelitian terdahulu seperti oleh Bifadlilah et al. (2023), Liani (2024), dan Rahma et al. (2024) menunjukkan bahwa media puzzle dapat menjadi alat yang efektif dalam menstimulasi perkembangan sosial emosional anak, karena menggabungkan unsur bermain, belajar, dan komunikasi dalam satu aktivitas yang menyenangkan dan terstruktur. Pengendalian emosi sendiri merupakan bagian dari kecerdasan emosional yang perlu dikembangkan sejak dini melalui lingkungan yang mendukung dan metode pembelajaran yang tepat. Anak yang mampu mengelola emosinya cenderung lebih mudah beradaptasi, bekerja sama, dan membangun relasi sosial yang positif. Permainan puzzle ekspresi menjadi salah satu metode yang terbukti efektif karena tidak hanya menekankan pada pengenalan emosi, tetapi juga pada proses refleksi dan pengaturan emosi dalam situasi nyata. Selain itu, interaksi sosial saat bermain puzzle turut melatih anak dalam bersabar, berbagi, serta memahami perasaan orang lain. Penelitian ini memiliki kebaruan dalam hal pendekatan, yaitu dengan menggali langsung pengalaman subjektif anak selama berinteraksi dengan media puzzle ekspresi di PAUD Kemas Mandala. Pendekatan kualitatif yang digunakan memungkinkan peneliti mendokumentasikan secara mendalam bagaimana anak merespons media ini dari segi emosi dan sosial. Hipotesis tindakan yang diajukan adalah bahwa jika anak diberikan pengalaman belajar menggunakan media puzzle ekspresi secara sistematis dan menyenangkan, maka kemampuan mereka dalam mengendalikan sosial emosional akan meningkat secara signifikan. Hal ini mendukung pentingnya integrasi media edukatif berbasis permainan dalam pembelajaran PAUD untuk membangun fondasi karakter anak secara optimal.

METODOLOGI PENELITIAN Penelitian ini dilaksanakan di PAUD Kemas Mandala, Pandeglang, dengan melibatkan 15 anak sebagai subjek penelitian. Pemilihan lokasi didasarkan pada kemudahan akses, kelengkapan fasilitas, serta belum adanya penelitian sebelumnya terkait pemanfaatan media puzzle ekspresi. Penelitian dilaksanakan pada Mei-Juni 2025 dengan pendekatan kualitatif dan desain studi kasus untuk memahami secara mendalam pengalaman anak usia dini dalam menggunakan media puzzle ekspresi sebagai sarana pengembangan kemampuan pengendalian sosial emosional. Peneliti juga melakukan observasi awal yang menunjukkan bahwa sebagian besar anak belum mampu mengelola emosi dengan baik, seperti menangis, berteriak, atau menarik diri dalam situasi sosial. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti menjelajahi fenomena dalam konteks nyata dan memahami makna subjektif dari pengalaman anak. Prosedur penelitian meliputi: perumusan fokus masalah, penentuan lokasi dan subjek, penyusunan instrumen, hingga pengurusan izin. Instrumen penelitian terdiri dari lembar observasi, pedoman wawancara, dan dokumentasi. Indikator sosial

emosional disusun mengacu pada Permendikbud No. 137 Tahun 2014 dan dinilai dengan skala 1-3 (Belum Berkembang, Mulai Berkembang, Berkembang Sesuai Harapan). Selain itu, peneliti juga menyiapkan instrumen bantu seperti checklist observasi, pertanyaan wawancara terbuka, serta dokumentasi berupa foto kegiatan dan catatan harian anak. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama: observasi partisipatif, wawancara mendalam dengan guru dan orang tua, serta dokumentasi visual dan tertulis. Observasi dilakukan secara langsung di kelas, sementara wawancara bertujuan menggali perubahan perilaku anak setelah bermain puzzle ekspresi. Dokumentasi mendukung validitas temuan dengan bukti fisik yang relevan.

ANALISIS DATA Data yang terkumpul dianalisis menggunakan model interaktif Miles & Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data disusun dalam bentuk narasi tematik yang merepresentasikan pola pengalaman anak, seperti kemampuan mengenali emosi, empati, interaksi sosial, dan pengendalian diri. Keabsahan data dijamin melalui triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber mencakup perbandingan informasi dari anak, guru, dan orang tua, sedangkan triangulasi teknik melibatkan observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk satu fenomena yang sama. Langkah ini dilakukan guna memastikan konsistensi dan validitas data serta mengurangi bias subjektif. Melalui pendekatan ini, diharapkan penelitian dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan strategi pembelajaran berbasis media bermain untuk mendukung perkembangan sosial emosional anak usia dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN Penerapan media puzzle ekspresi di PAUD Kemas Mandala menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan pengendalian sosial emosional anak usia dini. Anak-anak mulai menunjukkan kemampuan mengenali dan mengekspresikan emosi secara verbal, seperti mengatakan "aku sedih" atau "aku marah" alih-alih menangis atau mengamuk. Aktivitas menyusun puzzle ekspresi tidak hanya membantu anak mengenal emosi diri dan orang lain, tetapi juga memperkuat keterampilan sosial seperti bergiliran, bekerja sama, dan berbagi. Guru dan orang tua mengamati bahwa anak menjadi lebih tenang, terbuka, dan mampu menyampaikan perasaannya dengan lebih jelas baik di sekolah maupun di rumah. Proses bermain puzzle juga membangkitkan kreativitas anak dalam mengelola dan merefleksikan emosi. Anak-anak menciptakan kombinasi ekspresi wajah sesuai perasaan mereka, bahkan mengaitkannya dengan pengalaman pribadi. Beberapa anak menambahkan cerita di balik ekspresi yang disusun, seperti "ini wajah sedih karena kehilangan mainan." Aktivitas ini dikombinasikan dengan menggambar dan bercerita, yang memperkuat kemampuan representasional dan komunikasi emosional anak. Guru berperan aktif dalam memfasilitasi dialog dan refleksi, membantu anak memahami alasan di balik emosi dan menemukan solusi yang positif. Orang tua memberikan respons yang sangat positif terhadap perkembangan sosial emosional anak setelah penggunaan media puzzle ekspresi. Mereka menyampaikan bahwa anak menjadi lebih mudah diarahkan saat emosi, lebih peduli terhadap perasaan teman, dan menunjukkan kemajuan dalam keterampilan berbagi serta menunggu giliran. Anak juga mulai lebih tertarik untuk memahami ekspresi orang lain dan sering bertanya tentang perasaan orang di sekitarnya. Informasi ini diperoleh melalui wawancara dan angket yang

menunjukkan bahwa puzzle ekspresi efektif dalam membentuk karakter anak dan layak untuk diterapkan secara berkelanjutan di PAUD. Hasil penelitian ini sejalan dengan studi terdahulu, seperti Bifadillah (2022) yang menunjukkan bahwa media gambar ekspresi membantu anak mengenali dan mengendalikan emosi, meskipun masih bersifat statis. Penelitian Putri Nova Liani (2020) juga mendukung bahwa permainan edukatif dapat mengembangkan aspek sosial emosional, terutama dari sisi interaksi sosial. Rahma (2021) menekankan peran guru dan media dalam pengembangan kecerdasan emosional, sebagaimana juga ditemukan dalam penelitian ini. Perbedaan utama terletak pada pendekatan partisipatif dan fokus langsung pada pengalaman anak menggunakan media puzzle ekspresi. Dari sisi kebijakan, temuan ini mendukung prinsip Permendikbud No. 137 Tahun 2014 dan Kurikulum Merdeka PAUD yang menekankan pembelajaran berbasis bermain. Masitoh (2024) juga menyatakan bahwa stimulasi sosial emosional sebaiknya dilakukan melalui kegiatan menyenangkan dan bermakna, seperti penggunaan puzzle ekspresi. Temuan ini menguatkan teori bahwa media visual dan permainan sangat efektif dalam membantu anak memahami emosi dan norma sosial secara konkret dan menyenangkan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan:

Penelitian ini menunjukkan bahwa media puzzle ekspresi memberikan pengalaman yang bermakna dalam membantu anak usia dini mengenali dan mengelola emosi. Anak mampu mengidentifikasi berbagai ekspresi wajah serta lebih terbuka dalam mengekspresikan perasaan. Terjadi peningkatan kemampuan sosial emosional seperti menunggu giliran, bekerja sama, dan mengendalikan emosi. Peran guru yang suportif serta dukungan orang tua turut memperkuat efektivitas media ini. Puzzle ekspresi terbukti sebagai alat sederhana namun efektif yang dapat diaplikasikan fleksibel di lingkungan PAUD untuk menstimulasi perkembangan sosial emosional anak secara menyenangkan.

Saran:

Guru diharapkan terus berinovasi menggunakan media edukatif seperti puzzle ekspresi dan menyesuaikan pendekatan dengan kebutuhan anak. Orang tua dapat melanjutkan stimulasi emosi di rumah melalui aktivitas bermain. Peneliti selanjutnya disarankan memperluas subjek dan menggunakan analisis lebih mendalam. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi lembaga PAUD dalam mengembangkan pembelajaran berbasis media guna mendukung tumbuh kembang anak secara holistik, khususnya dalam aspek sosial emosional.

DAFTAR PUSTAKA

Agave, Q. (2020). *Teknik Dokumentasi dan Pelaporan dalam Tataran Klinik*. Jurnal Keperawatan Indonesia, 2(1), 17.

Akbar, G. F., Karta, I. W., & Astawa, I. M. S. (2022). Pengaruh permainan puzzle terhadap perkembangan kognitif, motorik, dan sosial emosional anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7.

ISSN: 3025-6488

Alfansyur, A., & Mariyani. (2020). Triangulasi dalam penelitian pendidikan sosial. *Historis*, 5(2), 146-150.

Amalia, V., & Nurfadilah, N. (2021). Program pembiasaan konsumsi makanan sehat. *Jurnal AUDHI*, 3(1), 36.

Bifadlilah, A., Elan, E., & Gandana, G. (2023). Media puzzle dalam stimulasi sosial emosional anak. *Jurnal PAUD Agapedia*, 7(2), 184-189.

Kemdikbud. (2014). *Permendikbud No. 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional PAUD*.

Kemdikbud. (2015). *Panduan Penilaian PAUD*. Direktorat Pembinaan PAUD.

Masitoh, I. I., Nugraha, A. P., & Ihsanda, N. (2024). Pengaruh puzzle games terhadap perkembangan sosial emosional. *Jurnal PAUD*, 1(2), 77-88.

Nurmalitasari, F. (2015). Perkembangan sosial emosional anak usia prasekolah. *Buletin Psikologi*, 23(2), 103.

Rahma, S. D., & Lestaringrum, A. (2023). Media puzzle ekspresi dalam meningkatkan kontrol diri anak. *Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran*, 631-639.

Rahma, S. D., Lestaringrum, A., & Rukmanasari, A. T. (2024). Puzzle ekspresi dan pengendalian diri anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1).

Rakhmawati, R. (2022). APE untuk perkembangan sosial emosional anak. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 381-387.

Suryana, D. (2013). *Pendidikan Anak Usia Dini: Teori dan Praktik Pembelajaran*. UNP Press.

Syamsul Hadi. (2013). Pembelajaran sosial emosional sebagai dasar karakter anak. *Jurnal Teknodik*, 227-240.

Thahir, A. (2018). *Psikologi Perkembangan*. Aura Publishing. Indonesia.