Jurnal Pendidikan Indonesia:
Teori, Penelitian dan Inovasi
ISSN (Online): 2807-3878 DOI:
https://doi.org/10.59818/jpi.v6i1.2544
Vol. 6, No. 5, September 2026

PENGARUH PENGGUNAAN PETUNJUK VISUAL TERHADAP REGULASI EMOSI ANAK USIA PRASEKOLAH DALAM PROSES BELAJAR DI SEKOLAH MAJALAH *PLAYSCHOOL* BALI

Miwa Amalia Fachrudin
Universitas Bali Dwipa, Denpasar, Indonesia
E-mail: miwamalia18@gmail.com

RIWAYAT ARTIKEL
Received : 2026-09-02
Revised : 2026-09-17
Accepted : 2026-09-29

KEYWORDS
Visual Cues, Emotion Regulation, Preschool Children, Learning, Census Method

KATA KUNCI
Petunjuk Visual, Regulasi Emosi, Anak Usia Prasekolah, Pembelajaran, Metode Sensus

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of using visual cues on the emotion regulation of preschool children during learning activities at Malajah Playschool Bali. The background of this research is based on the importance of visual media in helping children recognize, understand, and manage their emotions adaptively, especially in a multicultural learning environment. This research employs a quantitative approach with a correlational design and uses a census method, as the number of subjects was limited and the entire population of preschool children was used as respondents. The instrument used was the Teacher Rating Scale, validated through expert judgment. Data analysis was carried out using simple linear regression with the help of SPSS. The results showed a significant effect of visual cues on children's emotion regulation. The F-test value was 116.314 with a significance level of 0.000 (<0.05), indicating a statistically significant relationship between the variables. The coefficient of determination (R^2) was 0.708, meaning that 70.8% of children's emotion regulation ability was influenced by visual cues, while the remaining 29.2% was influenced by other factors not examined in this study. In conclusion, the use of visual cues such as emotion cards, visual schedules, and behavior symbols greatly contributes to helping children regulate their emotions in learning environments. This study recommends the consistent implementation of visual strategies in early childhood education as part of strengthening mental health and social-emotional skills.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan petunjuk visual terhadap regulasi emosi anak usia prasekolah dalam proses belajar di Malajah Playschool Bali. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada pentingnya media visual dalam membantu anak mengenali, memahami, dan mengelola emosinya secara adaptif, khususnya dalam lingkungan pembelajaran yang multikultural. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan metode sensus, karena jumlah subjek terbatas dan seluruh populasi anak usia prasekolah dijadikan responden. Instrumen yang digunakan berupa Teacher Rating Scale yang telah divalidasi melalui expert judgment. Analisis data dilakukan menggunakan uji regresi linear sederhana melalui bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara petunjuk visual terhadap regulasi emosi anak. Nilai F hitung sebesar 116,314 dengan signifikansi 0,000 (<0,05) menunjukkan bahwa hubungan antar variabel signifikan secara statistik. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,708 menunjukkan bahwa 70,8% kemampuan regulasi emosi anak dipengaruhi oleh petunjuk visual, sedangkan

sisanya 29,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Kesimpulannya, penggunaan petunjuk visual seperti kartu ekspresi, jadwal bergambar, dan simbol perilaku memberikan kontribusi besar dalam membantu anak mengelola emosinya di lingkungan belajar. Penelitian ini merekomendasikan penerapan strategi visual secara konsisten dalam pendidikan anak usia dini sebagai bagian dari penguatan kesehatan mental dan keterampilan sosial-emosional anak.

1. Pendahuluan

Masa prasekolah merupakan periode krusial dalam kehidupan anak yang ditandai dengan perkembangan pesat dalam aspek sosial, emosional, dan kognitif. Pada tahap ini, anak mulai menunjukkan kemampuan untuk mengenali dan mengelola emosi, meskipun masih sering mengalami kesulitan dalam mengekspresikan perasaan secara verbal. Regulasi emosi memiliki peran fundamental karena berpengaruh langsung terhadap perilaku sehari-hari, hubungan dengan teman sebaya, serta kesiapan anak dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial di masa depan (Denham, 2006).

Regulasi emosi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk memantau, mengevaluasi, serta memodifikasi reaksi emosional dalam rangka mencapai tujuan tertentu atau menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan (Gross, 1998). Anak yang mampu mengelola emosinya dengan baik cenderung memiliki perilaku prososial yang lebih tinggi, diterima oleh teman sebaya, dan memiliki risiko lebih rendah terhadap stres serta masalah perilaku. Sebaliknya, anak yang kesulitan dalam mengatur emosi sering kali menunjukkan perilaku impulsif, mudah frustrasi, atau menarik diri dari lingkungan sosial.

Salah satu strategi yang terbukti efektif dalam mendukung regulasi emosi anak usia dini adalah penggunaan petunjuk visual. Petunjuk visual dapat berupa gambar ekspresi wajah, simbol tindakan, jadwal aktivitas bergambar, maupun kartu emosi yang membantu anak memahami situasi dan instruksi dengan lebih mudah. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan petunjuk visual secara konsisten dapat meningkatkan perilaku prososial seperti berbagi, menunggu giliran, dan mengikuti aturan. Sementara itu, Smith (2020) menyatakan bahwa media visual berperan dalam mengurangi kecemasan anak serta memperkuat struktur pembelajaran, sehingga anak merasa lebih aman dan terarah.

Malajah Playschool Bali merupakan lembaga pendidikan anak usia dini yang memiliki karakteristik unik, yakni mayoritas siswanya berasal dari latar belakang multibudaya dan multibahasa. Bahasa Inggris digunakan sebagai bahasa pengantar utama, namun tidak semua anak memiliki kemampuan yang sama dalam menggunakannya. Hal ini seringkali menimbulkan hambatan komunikasi baik antara anak dengan guru maupun antarsiswa. Dalam situasi ini, petunjuk visual menjadi media yang sangat penting untuk menyampaikan instruksi, mengelola rutinitas harian, serta mendukung regulasi emosi anak.

Penggunaan petunjuk visual di Malajah *Playschool* Bali dilakukan dalam berbagai bentuk, seperti jadwal harian bergambar untuk mengurangi kecemasan anak terhadap transisi kegiatan, gambar ekspresi wajah untuk membantu anak mengidentifikasi perasaan, hingga simbol perilaku untuk memberikan struktur dalam kelas. Penerapan strategi ini selaras dengan pendekatan Baselearning yang digunakan sekolah, yaitu kurikulum berbasis pengalaman nyata anak yang menekankan keterlibatan aktif, eksplorasi, dan refleksi. Dengan dukungan petunjuk visual, strategi scaffolding yang diberikan guru juga menjadi lebih efektif, karena anak memperoleh struktur belajar yang jelas namun tetap fleksibel.

Secara global, sejumlah penelitian mendukung efektivitas media visual dalam pembelajaran anak usia dini. Brown & Green (2019) menemukan bahwa penggunaan visual rutin di kelas berdampak positif terhadap perkembangan sosial-emosional. Graziano *et al.* (2025) menegaskan bahwa guru berperan penting sebagai fasilitator dalam mendukung regulasi emosi anak melalui model pembelajaran visual. Lebih lanjut, studi longitudinal oleh Denham (2006) menunjukkan bahwa regulasi emosi sejak dini berkorelasi positif dengan prestasi akademik serta kesiapan sosial anak di sekolah dasar.

Namun demikian, hingga saat ini belum terdapat penelitian kuantitatif yang secara spesifik mengkaji pengaruh penggunaan petunjuk visual terhadap regulasi emosi anak usia dini di Malajah Playschool Bali. Informasi yang tersedia masih terbatas pada observasi naratif atau pengalaman guru. Oleh sebab itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan bukti empiris terkait efektivitas strategi ini, sekaligus memperkaya literatur akademik di bidang pendidikan anak usia dini.

2. Metode

Menurut Azwar (2018), kriteria aitem yang baik mempunyai batasan koefisien validitas aitem rix >0,30. Jika aitem mempunyai validitas aitem <0,30, maka dapat disebutkan mempunyai daya beda yang rendah. Apabila aitem yang dibutuhkan tidak mencapai target yang diinginkan, maka boleh diturunkan menjadi 0,25. Pada penelitian ini, daya beda yang akan digunakan adalah minimal 0,30. Maka dari itu, aitem yang memiliki koefisien validitas <0,30 akan digugurkan.

Metode analisis data yang akan digunakan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana. Metode ini digunakan untuk mengetahui pengaruh antara satu variabel bebas dan satu variabel terikat (Sugiyono, 2019). Analisis ini digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan yaitu adanya pengaruh penggunaan petunjuk visual terhadap regulasi emosi anak usia prasekolah dalam proses belajar di sekolah Malajah Playschool Bali. Keseluruhan data dianalisis dengan menggunakan program Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 25 dan Microsoft Excel 2021.

3. Hasil

Data Demografi

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan 50 siswa di Malajah Playschool yang dijadikan sebagai subjek penelitian, dengan data demografi sebagai berikut:

Tabel 1. Data Demografi Subjek Penelitian

Karakteristik Subjek	Jumlah	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	26	52%
Perempuan	24	48%
Total	50	100%
Usia		
2 Tahun	10	20%
3 Tahun	13	26%
4 Tahun	17	34%
5 Tahun	7	14%
6 Tahun	3	6%
Total	50	100%
Siswa Malajah *Playschool*		
Ya	50	100%
Tidak	0	0%
Total	50	100%

Berdasarkan data diatas, terdapat 50 siswa Malajah Playschool yang dijadikan subjek penelitian yang terdiri dari 26 siswa laki-laki dan 24 siswa Perempuan. Subjek berdasarkan umur yang paling banyak adalah usia 4 tahun sebanyak 17 siswa.

Uji Statistik Deskriptif

Dalam penelitian ini statistik deskriptif digunakan untuk memberikan rincian jumlah responden, nilai minimum, nilai maksimum, dan nilai rata-rata untuk setiap variabel.

Tabel 2. Uji Statistik Deskriptif

	Petunjuk Visual	Regulasi Emosi
N	50	50
Mean	67,34	55,98
Std. Deviation	16,091	13,210
Minimum	36	28
Maximum	95	80

Uji Kualitas Data

a. Uji Validitas

Dalam penelitian ini jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 33 subjek, maka dengan tingkat kepercayaan 95% (α=5%) nilai df (r tabel) dari 33 adalah 0,344. uji validitas dimaksudkan untuk mengukur kualitas kuesioner yang digunakan sebagai instrumen penelitian, sehingga dapat dikatakan instrumen tersebut sudah valid. Suatu pertanyaan dikatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel. Hasil uji validitas dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3. Hasil Uji Validitas

Variabel	Item	r (Hitung)	r (Tabel)	Ket.
Petunjuk Visual (X)	X1	0,623	0,344	Valid
	X2	0,677	0,344	Valid
	X3	0,770	0,344	Valid
	X4	0,725	0,344	Valid
	X5	0,714	0,344	Valid
	X6	0,750	0,344	Valid
	X7	0,506	0,344	Valid
	X8	0,670	0,344	Valid
	X9	0,368	0,344	Valid
	X10	0,778	0,344	Valid
	X11	0,742	0,344	Valid
	X12	0,746	0,344	Valid
	X13	0,518	0,344	Valid
	X14	0,447	0,344	Valid
	X15	0,670	0,344	Valid
	X16	0,654	0,344	Valid
	X17	0,425	0,344	Valid
	X18	0,649	0,344	Valid
	X19	0,696	0,344	Valid
Regulasi Emosi (Y)	Y1	0,756	0,344	Valid
	Y2	0,717	0,344	Valid
	Y3	0,694	0,344	Valid
	Y4	0,766	0,344	Valid

	Y5	0,536	0,344	Valid
	Y6	0,660	0,344	Valid
	Y7	0,401	0,344	Valid
	Y8	0,767	0,344	Valid
	Y9	0,738	0,344	Valid
	Y10	0,751	0,344	Valid
	Y11	0,501	0,344	Valid
	Y12	0,479	0,344	Valid
	Y13	0,660	0,344	Valid
	Y14	0,637	0,344	Valid
	Y15	0,461	0,344	Valid
	Y16	0,625	0,344	Valid

Tabel diatas menunjukkan bahwa nilai r tabel penelitian adalah 0,344 dengan tingkat signifikan 0,05. Hasil uji validitas dalam penelitian ini menghasilkan r hitung > r tabel untuk skala petunjuk visual sebanyak 19 aitem dinyatakan keseluruhan aitem valid, selain itu juga untuk skala regulasi emosi sebanyak 16 aitem dinyatakan keseluruhan aitem valid.

b. Uji Reabilitas

Reliabilitas berarti jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Semakin Setuju koefisien reliabilitas semakin reliabel jawaban yang diperoleh dari responden. Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menghitung besarnya nilai *Cronbach's Alpha* instrumen dari masing-masing variabel yang diuji. Menurut Ghozali (2018) menunjukkan bahwa Alpha cronbach's dapat diterima jika > 0,60. Semakin dekat alpha cronbach's dengan 1, semakin tinggi keandalan konsisten internal. Apabila nilai *Cronbach's Coefficient Alpha* lebih besar dari 0,60, maka jawaban dari para responden pada kuesioner sebagai alat pengukur dinilai dinyatakan reliabel. Jika nilai *Cronbachs Coefficient Alpha* lebih kecil 0,60, maka jawaban dari para responden pada kuesioner sebagai alat pengukur dinilai dinyatakan tidak reliable. Hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	*Alpha Cronbach's*	Keterangan
Petunjuk Visual (X)	0,916	Reliabel
Regulasi Emosi (Y)	0,898	Reliabel

Tabel diatas menunjukkan bahwa semua variabel penelitian memiliki nilai cronbach's alpha lebih dari 0,6. Sehingga dapat dikatakan reliabel.

Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah variabel yang diukur memiliki sebaran data normal atau tidak. Uji sebaran data variabel menggunakan analisis *Shapiro Wilk* dikarenakan sampel berjumlah kecil. Kaidah untuk uji normalitas adalah apabila nilai signifikansi dari uji normalitas *Shapiro Wilk* >0.05 maka sebaran data mengikuti distribusi normal. Apabila nilai signifikansi dari uji normalitas *Shapiro Wilk* ≤0,05, maka sebaran data tidak mengikuti distribusi normal. Dari hasil uji normalitas *Shapiro Wilk* didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
X_Petunjuk Visual	0,083	50	.200	0,974	50	0,337
Y_Regulasi Emosi	0,065	50	.200	0,980	50	0,567

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa dari hasil uji normalitas Shapiro Wilk untuk variabel petunjuk visual diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,337 (>0.05), berarti sebaran data variabel petunjuk visual mengikuti sebaran data yang normal. Sedangkan untuk variabel regulasi emosi diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,567 (>0.05), berarti sebaran data variabel regulasi emosi mengikuti sebaran data yang normal.

b. Uji Linearitas

Setelah melakukan uji normalitas, peneliti melakukan uji linearitas. Uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah kedua variabel penelitian yaitu petunjuk visual dan regulasi emosi mempunyai pengaruh atau hubungan yang linier atau tidak. Kaidah untuk uji linieritas adalah apabila nilai signifikansi > 0,05 maka terdapat pengaruh atau hubungan yang linear secara signifikan antara variable independen dengan variable dependen. Apabila nilai signifikan <0,050 maka tidak terdapat pengaruh atau hubungan yang linear secara signifikan antara variable independen dengan variable dependen. Dari uji linearitas yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Petunjuk Visual	Between Groups	(Combined)	7220,647	32	225,645	2,883	0,012
		Linearity	6053,030	1	6053,030	77,350	0,000
		Deviation from Linearity	1167,616	31	37,665	0,481	0,962

Regulasi Emosi	Within Groups	1330,333	17	78,255	
	Total	8550,980	49		

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa dari hasil uji linearitas yang telah dilakukan, didapatkan hasil signifikansi sebesar 0,962 (> 0,05) yang menunjukan bahwa terdapat pengaruh atau hubungan yang linier terhadap kedua variabel tersebut.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas adalah uji yang menilai apakah ada ketidaksamaan varian dari residual untuk semua pengamatan pada model regresi linier. Uji ini merupakan salah satu dari uji asumsi klasik yang harus dilakukan pada regresi linier. Apabila asumsi heteroskedastisitas tidak terpenuhi, maka model regresi dinyatakan tidak valid sebagai alat peramalan. Kaidah untuk uji heteroskedastisitas adalah apabila nilai signifikansi >0,05 maka tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dalam model regresi, apabila nilai signifikansi <0,05 maka terjadi gejala heteroskedastisitas dalam model regresi. Dari uji heteroskedastisitas yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Coefficients[a]						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4.168	3.367		1.238	0.222
	Petunjuk Visual	0.006	0.049	0.019	0.130	0.897

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa dari hasil uji heteroskedastisitas yang telah dilakukan, didapatkan hasil nilai signifikansi untuk variabel petunjuk visual sebesar 0,897 (>0,05) yang menunjukan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dalam model regresi ini.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana. Uji regresi dilakukan untuk mengetahui apakah penggunaan petunjuk visual memiliki pengaruh yang signifikan terhadap regulasi emosi anak. Syarat untuk dilakukannya analisisi linier sederhana adalah keseluruhan data valid dan reliabel serta data berdistribusi normal dan linier. Kaidah untuk uji analisis regresi sederhana adalah apabila nilai signifikansi <0,05 berarti variabel X (penggunaan visual) berpengaruh terhadap variabel Y (regulasi emosi). Apabila nilai signifikansi >0.05 berarti variabel X (penggunaan visual) tidak berpengaruh terhadap variabel Y (regulasi emosi). Dari uji analisis regresi sederhana yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Uji Analisis Regresi Sederhana

ANOVA[a]						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6053.030	1	6053.030	116.314	.000[b]
	Residual	2497.950	48	52.041		
	Total	8550.980	49			

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa dari hasil uji analisis regresi linier sederhana mendapatkan nilai F hitung sebesar 116,314 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 (<0,05), maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel petunjuk visual atau dengan kata lain ada pengaruh variabel petunjuk visual (X) terhadap variabel regulasi emosi (Y).

Selain itu, peneliti juga melakukan uji koefisien determinasi untuk mengukur seberapa kuat nilai pengaruh variabel X (petunjuk visual) terhadap variabel Y (regulasi emosi) berdasarkan persentase. Dari hasil uji koefisien determinasi yang telah dilakukan, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 9. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.841[a]	0.708	0.702	7.214

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa didapatkan nilai (R) sebesar 0,841. Dari tabel diatas juga diperoleh nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,708 yang dapat disimpulkan bahwa pengaruh variabel X (petunjuk visual) terhadap variabel Y (regulasi emosi) adalah sebesar 70,8%.

4. Diskusi

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara petunjuk visual terhadap regulasi emosi pada anak usia pra-sekolah dalam proses belajar di Malajah Playschool Bali, hal tersebut diperoleh dari hasil uji analisis regresi sederhana yang mendapatkan nilai F hitung sebesar 116,314 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 (<0,05). Selain itu juga didapatkan nilai koefisien determinasi sebesar 0,708 yang berarti variabel

petunjuk visual memiliki pengaruh terhadap regulasi emosi anak sebesar 70,8% sedangkan sisanya 29,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Linares, Ros, dan Ortega-Ruiz (2020) yang menekankan bahwa representasi visual seperti gambar atau simbol dapat meningkatkan kesadaran emosional anak dalam konteks pembelajaran sosial-emosional. Media visual membantu anak mengenali emosi dasar dan berlatih meresponsnya dengan cara yang lebih adaptif. Dalam konteks ini, anak-anak yang memperoleh petunjuk visual yang konsisten dan relevan lebih mampu memantau serta menyesuaikan ekspresi emosional mereka terhadap perubahan lingkungan.

Temuan ini mendukung teori perkembangan sosiokultural Vygotsky (dalam Santrock, 2011), yang menjelaskan bahwa anak belajar melalui interaksi sosial dan penggunaan alat bantu, termasuk alat bantu visual, yang dapat mendukung perkembangan fungsi mental yang lebih tinggi. Petunjuk visual seperti simbol, gambar, atau tanda memberikan struktur dalam kegiatan anak dan membantu mereka memahami konteks sosial maupun akademik, menyesuaikan harapan, serta merespons berbagai situasi dengan emosi yang lebih adaptif. Dalam praktiknya, anak yang terpapar petunjuk visual yang jelas dan konsisten cenderung lebih mampu memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi emosinya, terutama dalam lingkungan belajar yang dinamis.

Aspek kejelasan dan konsistensi dalam penggunaan petunjuk visual tampak menjadi penentu dominan terhadap keberhasilan regulasi emosi anak. Anak-anak yang menerima petunjuk visual yang konsisten cenderung menunjukkan pengendalian emosi yang lebih baik, lebih kooperatif, serta mampu menunda respon impulsif. Sebaliknya, anak-anak yang kurang mendapatkan dukungan visual menunjukkan kecenderungan untuk merasa bingung, frustrasi, atau kesulitan dalam mengatur diri ketika menghadapi perubahan atau konflik sosial. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan temuan dari Ali dan Pohan (2021), yang menyatakan bahwa petunjuk visual dapat meningkatkan kesadaran dan pengelolaan emosi pada anak, serta mengurangi kecenderungan untuk menunjukkan perilaku tantrum atau menarik diri. Petunjuk visual yang digunakan secara konsisten, seperti kartu ekspresi, jadwal bergambar, dan simbol perilaku, membantu anak mengenali perasaannya dan memilih strategi regulatif yang sesuai, misalnya mengambil napas, pergi ke pojok tenang, atau meminta bantuan.

Selain itu, penelitian oleh Denham, Bassett dan Zinsser (2012) mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa anak usia dini yang terpapar pada program intervensi berbasis visual menunjukkan peningkatan kemampuan mengidentifikasi dan mengatur emosi. Petunjuk visual seperti kartu ekspresi wajah, jadwal visual, dan papan regulasi diri membantu anak-anak mengembangkan strategi untuk menenangkan diri, menunda respons impulsif, atau mengatasi frustrasi. Dalam praktiknya, dimensi regulasi emosi yang paling terlihat pada anak-anak di kelas adalah "modifikasi emosi". Guru melaporkan bahwa anak-anak yang terbiasa menggunakan petunjuk visual menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menenangkan diri saat frustrasi, mengikuti perubahan jadwal, dan menyesuaikan diri dalam interaksi sosial. Struktur kegiatan yang dapat diprediksi melalui petunjuk visual menciptakan rasa aman psikologis, sebagaimana diungkap oleh Thompson (1994), yang menyebutkan bahwa konteks lingkungan yang stabil merupakan faktor penting dalam pembentukan self-regulation.

Di lingkungan multikultural seperti Malajah Playschool, penggunaan simbol visual memiliki keunggulan tersendiri karena bersifat universal. Visual membantu menjembatani perbedaan bahasa dan latar belakang budaya, serta menjadi sarana komunikasi yang efektif bagi anak-anak dengan keterbatasan bahasa verbal. Hal ini penting sebagaimana ditekankan oleh Jennings *et al.* (2011), bahwa lingkungan belajar yang responsif secara emosional dapat dicapai melalui media yang dapat diakses oleh semua anak.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa petunjuk visual bukan sekadar alat bantu pembelajaran, tetapi juga strategi yang penting dalam mendukung pengembangan karakter dan kesehatan mental anak usia dini. Penggunaan petunjuk visual yang konsisten, menarik, dan sesuai perkembangan dapat menjadi intervensi awal yang murah, efektif, dan berdampak jangka panjang pada kemampuan regulasi emosi anak.

5. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa petunjuk visual berpengaruh signifikan terhadap regulasi emosi anak usia pra-sekolah di Malajah Playschool Bali, dengan kontribusi pengaruh sebesar 70,8%. Petunjuk visual yang digunakan secara jelas dan konsisten membantu anak mengenali, mengelola, serta memodifikasi emosi secara lebih adaptif dalam proses pembelajaran. Anak-anak yang mendapatkan

dukungan visual cenderung menunjukkan pengendalian emosi yang lebih baik, lebih kooperatif, dan mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan situasi belajar. Temuan ini sejalan dengan teori dan penelitian sebelumnya yang menegaskan peran penting media visual dalam perkembangan sosial-emosional anak. Petunjuk visual tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu pembelajaran, tetapi juga sebagai strategi efektif dan praktis dalam mendukung regulasi emosi serta kesehatan mental anak usia dini.

6. Referensi

Azwar, S. (2018). *Dasar-dasar psikometrika*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Brown, A. H., & Green, T. D. (2019). *The essentials of instructional design: Connecting fundamental principles with process and practice*. New York, NY: Routledge. https://doi.org/10.4324/9780429439698

Denham, S. A. (2006). Social-emotional competence as support for school readiness: What is it and how do we assess it? *Early Education and Development, 17*(1), 57–89. https://doi.org/10.1207/s15566935eed1701_4

Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2012). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal, 40*(3), 137–143. https://doi.org/10.1007/s10643-012-0504-2

Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 23* (Edisi ke-8). Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Graziano, P. A., Reavis, R. D., Keane, S. P., & Calkins, S. D. (2007). The role of emotion regulation in children's early academic success. *Journal of School Psychology, 45*(1), 3–19. https://doi.org/10.1016/j.jsp.2006.09.002

Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology, 2*(3), 271–299. https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271

Jennings, P. A., Snowberg, K. E., Coccia, M. A., & Greenberg, M. T. (2011). Improving classroom learning environments by cultivating awareness and resilience in education (CARE): Results of two pilot studies. *The Journal of Classroom Interaction*, 37–48. https://www.jstor.org/stable/23870550

Santrock, J. W. (2011). *Educational psychology* (5th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.

Smith, J. (2020). The impact of visual cues on emotional regulation in early childhood. *International Journal of Child Development, 14*(3), 239–251.

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 25–52. https://doi.org/10.2307/1166137

© 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Share Alike (CC BY SA) license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).