

PENGEMBANGAN MEDIA MOOD & ACTION BOARD UNTUK MENINGKATKAN REGULASI EMOSI PADA ANAK AUTISM SPECTRUM DISORDER

Dynara Hayu Nafisah

Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
dynara.22079@mhs.unesa.ac.id

Devina Rahmadiani Kamaruddin Nur

Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
devinanur@unesa.ac.id

Abstrak

Anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) kesulitan dalam meregulasi emosi yang berdampak pada adaptasi, interaksi sosial, dan pembelajaran, sementara penggunaan media ajar visual konkret masih terbatas. Penelitian ini bertujuan mengembangkan media *Mood & Action Board*, mengetahui kevalidan serta kepraktisan media dalam mendukung regulasi emosi anak ASD. Metode yang digunakan adalah Research and Development (R&D) dengan desain hipotetik adaptasi model ADDIE yang dibatasi pada tahap *analyze*, *design*, dan *development*. Data dikumpulkan melalui angket validasi oleh ahli materi, ahli media, dan praktisi, kemudian dianalisis menggunakan persentase sederhana. Hasil validasi menunjukkan tingkat kevalidan media sebesar 92,5% dari ahli materi, 95% dari ahli media, 81,25% dari praktisi 1, dan 75% dari praktisi 2. Berdasarkan hasil tersebut, *Mood & Action Board* dinyatakan valid dan praktis digunakan sebagai media pembelajaran dan pendukung intervensi regulasi emosi anak ASD. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji implementasi dan efektivitas media pada subjek yang lebih luas.

Kata Kunci: *Mood & Action Board*, Autism Spectrum Disorder, regulasi emosi, media pembelajaran

Abstract

Children with Autism Spectrum Disorder (ASD) experience difficulties in regulating emotions, which affect their adaptation, social interaction, and learning processes. Meanwhile, the availability of concrete visual learning media to support emotion regulation remains limited. This study aimed to develop the *Mood & Action Board* media and determine its validity and practicality in supporting emotion regulation skills of children with ASD. The research method used was Research and Development (R&D) with a hypothetical design adapted from the ADDIE model, limited to three stages: *analyze*, *design*, and *development*. Data were collected through validation questionnaires involving material experts, media experts, and practitioners, and analyzed using simple percentage calculations. The validation results showed that the media obtained validity scores of 92.5% from the material expert, 95% from the media expert, 81.25% from Practitioner 1, and 75% from Practitioner 2. Based on these results, the *Mood & Action Board* was considered valid and practical as a learning medium and intervention support for improving emotion regulation skills in children with ASD. Future researchers are recommended to examine the implementation and effectiveness of the media with broader participants.

Keywords: *Mood & Action Board*, Autism Spectrum Disorder, emotion regulation, learning media

PENDAHULUAN

Anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) merupakan individu yang mengalami hambatan perkembangan neurobiologis yang berdampak pada kemampuan komunikasi sosial, interaksi, serta pola perilaku yang terbatas dan berulang (American Psychiatric Association, 2022). Karakteristik tersebut menyebabkan anak dengan ASD memiliki kebutuhan khusus dalam proses pembelajaran maupun intervensi. Selain hambatan dalam komunikasi dan interaksi sosial, salah satu aspek perkembangan yang sering mengalami kendala pada anak ASD adalah kemampuan sosial-emosional, khususnya dalam mengenali, memahami, serta mengelola emosi (Lord et al, 2020). Selain itu ketidakmampuan mengatur emosi dapat memicu perilaku tantrum, agresif, atau menarik diri, yang pada akhirnya mengganggu proses pembelajaran maupun aktivitas sehari-hari (Suriswo, 2024). Hal ini dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk berpartisipasi secara penuh dalam kegiatan sehari-hari, baik di rumah, sekolah, maupun dalam lingkungan sosial yang lebih luas. Salah satu aspek yang paling menantang dalam penanganan anak ASD adalah kesulitan dalam mengenali, memahami, dan mengatur emosi mereka yang dapat menyebabkan kesalahpahaman antara anak dengan lingkungan sekitarnya, termasuk orang tua, guru, dan terapis (Halimatussakhidiah et al, 2024). Kondisi tersebut dapat menyebabkan anak mengalami hambatan dalam mengekspresikan perasaan secara tepat dan merespons situasi emosional di lingkungan sekitarnya.

Regulasi emosi merupakan kemampuan penting yang berperan dalam membantu individu mengenali, memahami, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi sesuai dengan situasi yang dihadapi. Menurut Gross 1998, regulasi emosi merupakan proses ketika individu berusaha memengaruhi emosi yang dialami, termasuk bagaimana emosi muncul, dirasakan, dan diekspresikan. Kemampuan regulasi emosi berhubungan erat dengan kemampuan adaptasi, keterampilan sosial, serta pengendalian perilaku (Tajik, 2025). Pada anak dengan ASD, kemampuan regulasi emosi menjadi tantangan tersendiri karena adanya kesulitan dalam memahami kondisi emosional diri maupun orang lain. Apabila kemampuan tersebut tidak dikembangkan secara optimal, anak dapat menunjukkan respons emosional yang kurang adaptif seperti tantrum, menangis secara tiba-tiba, perilaku agresif, maupun menarik diri dari lingkungan sosial (Amanullah, 2022).

Berdasarkan hasil asesmen yang dilakukan di Akasa Center Surabaya bersama dengan terapis, ditemukan bahwa beberapa anak ASD usia 9–13 tahun masih mengalami hambatan dalam regulasi emosi. Hambatan tersebut terlihat dari munculnya perilaku seperti marah secara tiba-tiba, menangis ketika keinginannya tidak terpenuhi, tertawa tanpa konteks yang jelas, hingga perilaku meltdown ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman. Kondisi tersebut berdampak pada kemampuan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan, mengikuti kegiatan pembelajaran, serta membangun interaksi sosial yang positif. Selain itu,

penggunaan media yang tersedia masih lebih banyak berfokus pada pengenalan emosi, belum secara khusus membantu anak memahami intensitas emosi dan menentukan strategi respons yang tepat untuk mengelola emosinya.

Anak dengan ASD memiliki karakteristik belajar yang cenderung lebih mudah memahami informasi melalui pendekatan visual dibandingkan instruksi verbal yang abstrak (Irdiansyah & Nawangsari, 2021). Keterbatasan pemahaman terhadap informasi verbal menyebabkan anak ASD membutuhkan media pembelajaran yang konkret, terstruktur, dan memberikan pengalaman langsung. Media visual dapat membantu anak memahami konsep yang abstrak melalui simbol, gambar, warna, maupun aktivitas manipulatif (Kustandi et al, 2021). Penggunaan media yang sesuai dengan karakteristik anak ASD dapat meningkatkan perhatian, memperkuat pemahaman, serta membantu anak mengembangkan keterampilan sosial dan emosional.

Media pembelajaran merupakan sarana yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi pembelajaran sehingga mampu merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat belajar peserta didik (Daryanto, 2016). Dalam pendidikan khusus, penggunaan media tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu penyampaian materi, tetapi juga sebagai sarana untuk menyesuaikan pembelajaran dengan kebutuhan dan karakteristik peserta didik. Media yang bersifat konkret, terstruktur, dan interaktif dapat membantu anak berkebutuhan khusus memahami konsep yang sulit dipahami secara abstrak (Arsyad, 2017). Selain itu, media juga digunakan untuk mendukung pembelajaran anak autisme dengan dipadukan metode pengajaran terstruktur dan berbasis permainan (Normawati, 2025). Oleh karena itu, pengembangan media visual konkret menjadi salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk mendukung kemampuan regulasi emosi anak ASD.

Salah satu media yang dikembangkan untuk mendukung kemampuan regulasi emosi anak ASD adalah *Mood & Action Board*. Media ini merupakan media pembelajaran visual konkret berbentuk papan aktivitas yang dirancang untuk membantu anak mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi secara bertahap. *Mood & Action Board* terdiri atas beberapa tahapan, yaitu mengenali emosi yang dirasakan, menentukan tingkat intensitas emosi melalui skala 1–5, memilih kebutuhan dukungan, serta menentukan strategi tindakan yang dapat dilakukan untuk mengelola emosi. Konsep tersebut sejalan dengan pendekatan The Incredible 5-Point Scale yang membantu individu memahami tingkat intensitas emosi dan menentukan respons yang sesuai terhadap kondisi emosional yang dialami (Dunn Buron & Curtis, 2012).

Penggunaan media berbasis visual dan aktivitas konkret juga sesuai dengan prinsip pembelajaran bagi anak ASD yang membutuhkan struktur, prediktabilitas, dan pengalaman langsung (Fatimah, 2026). Media *Mood & Action Board* dirancang menggunakan papan akrilik dengan kartu visual yang dapat dilepas dan dipasang menggunakan magnet sehingga memberikan kesempatan kepada anak untuk terlibat secara aktif dalam proses

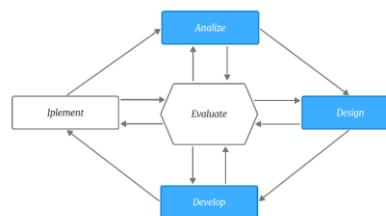
pembelajaran. Melalui aktivitas memilih dan memasang kartu, anak tidak hanya belajar mengenali emosi, tetapi juga berlatih mengambil keputusan serta menentukan strategi regulasi emosi yang sesuai dengan kebutuhannya.

Meskipun berbagai media telah dikembangkan untuk membantu anak ASD dalam memahami emosi, sebagian besar media masih berfokus pada tahap pengenalan emosi dan belum banyak mengintegrasikan proses regulasi emosi secara menyeluruh mulai dari identifikasi emosi, pemahaman intensitas, kebutuhan dukungan, hingga pemilihan strategi respons. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan media yang mampu menjembatani konsep emosi yang abstrak menjadi pengalaman belajar yang konkret, visual, dan terstruktur sesuai dengan karakteristik anak ASD.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media *Mood & Action Board* sebagai media pembelajaran yang mendukung kemampuan regulasi emosi anak dengan Autism Spectrum Disorder. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kevalidan dan kepraktisan media *Mood & Action Board* berdasarkan penilaian ahli materi, ahli media, dan praktisi. Pengembangan media ini diharapkan dapat menjadi salah satu inovasi dalam layanan pendidikan khusus, khususnya dalam mendukung perkembangan sosial-emosional anak ASD.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) yang bertujuan untuk menghasilkan dan menguji kelayakan suatu produk berupa media pembelajaran *Mood & Action Board* untuk mendukung kemampuan regulasi emosi pada anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Penelitian pengembangan merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu serta menguji tingkat kelayakan produk tersebut sebelum digunakan secara lebih luas (Sugiyono, 2016). Model pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini mengadaptasi model ADDIE yang terdiri atas lima tahapan, yaitu Analyze, Design, Development, Implementation, dan Evaluation. Namun, penelitian ini hanya dilakukan sampai tahap Development karena fokus penelitian adalah menghasilkan produk dan menguji tingkat kevalidan dan kepraktisan media melalui validasi ahli serta praktisi, tanpa melakukan tahap implementasi dan evaluasi efektivitas penggunaan media (Waruwu, 2024).



Gambar 1. Model Pengembangan ADDIE

Tahapan penelitian diawali dengan tahap Analyze (analisis), yaitu melakukan identifikasi kebutuhan berdasarkan permasalahan regulasi emosi yang ditemukan pada anak dengan ASD di Akasa Center Surabaya. Analisis dilakukan melalui observasi dan kajian kebutuhan untuk mengetahui hambatan anak dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi. Hasil analisis tersebut menjadi dasar dalam menentukan karakteristik media yang sesuai dengan kebutuhan anak ASD, yaitu media yang bersifat visual, konkret, terstruktur, dan interaktif. Tahap berikutnya adalah Design (perancangan), yaitu menyusun rancangan media *Mood & Action Board* yang meliputi desain tampilan, penyusunan konten, pemilihan jenis kartu emosi, skala intensitas emosi, kartu kebutuhan dukungan, serta kartu strategi respons. Tahap terakhir adalah Development (pengembangan), yaitu proses pembuatan produk sesuai rancangan serta melakukan validasi untuk mengetahui tingkat kelayakan media sebelum digunakan. Proses pengembangan media dilakukan melalui revisi berdasarkan masukan dari validator sehingga menghasilkan produk akhir yang sesuai dengan kebutuhan anak ASD.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data pendukung. Data primer diperoleh dari hasil penilaian validator yang terdiri atas ahli materi, ahli media, dan dua praktisi pendidikan atau terapis yang memahami karakteristik anak dengan ASD. Validator memberikan penilaian terhadap aspek kelayakan isi, penyajian media, desain, kemudahan penggunaan, serta kesesuaian media dengan karakteristik pengguna. Selain itu, sumber data juga diperoleh dari hasil identifikasi kebutuhan terhadap enam anak dengan ASD usia 9–13 tahun di Akasa Center Surabaya yang mengalami hambatan regulasi emosi. Subjek tersebut digunakan sebagai dasar analisis kebutuhan dalam pengembangan media, bukan sebagai subjek uji efektivitas penggunaan media.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi observasi, dokumentasi, dan angket validasi. Observasi dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai kondisi awal kemampuan regulasi emosi anak ASD serta kebutuhan media yang sesuai

dengan karakteristik anak. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data penelitian berupa catatan kegiatan, rancangan media, dan proses pengembangan produk. Selanjutnya, angket validasi digunakan untuk memperoleh penilaian kelayakan media dari ahli materi, ahli media, dan praktisi. Instrumen validasi menggunakan angket validasi dengan rentang skor 1–4, mulai dari kategori sangat kurang hingga sangat baik. Penggunaan angket validasi bertujuan untuk mengetahui tingkat kevalidan dan kepraktisan media sebelum digunakan dalam layanan pembelajaran atau intervensi bagi anak ASD.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif. Data hasil validasi dari ahli materi, ahli media, dan praktisi dianalisis menggunakan perhitungan persentase skor yang diperoleh dibandingkan dengan skor maksimal. Hasil persentase tersebut kemudian dikategorikan berdasarkan tingkat kelayakan media untuk menentukan apakah produk yang dikembangkan termasuk kategori sangat baik, baik, cukup, atau perlu revisi. Analisis tersebut digunakan untuk mengetahui tingkat kevalidan dan kepraktisan media *Mood & Action Board* sebagai media pendukung regulasi emosi anak ASD. Selain data kuantitatif, saran dan komentar dari validator dianalisis secara deskriptif sebagai dasar perbaikan dan penyempurnaan produk sebelum menghasilkan media akhir. Tingkat akseptabilitas produk dihitung menggunakan rumus berikut:

$$P = \frac{\sum \chi}{\sum \chi_i} \times 100\%$$

Keterangan :

- P = Angka presentasi
 $\sum \chi$ = Jumlah nilai tanggapan responden
 $\sum \chi_i$ = Jumlah nilai ideal

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian pengembangan ini menghasilkan produk berupa media *Mood & Action Board* yang dirancang untuk mendukung kemampuan regulasi emosi pada anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) di Akasa Center Surabaya. Pengembangan media dilakukan dengan mengadaptasi model ADDIE yang terdiri atas tahap Analyze, Design, dan Development. Tahap Implementation dan Evaluation tidak dilakukan karena penelitian ini berfokus pada pengembangan produk dan pengujian kelayakan media melalui validasi ahli serta praktisi.

A. Tahap Analisis

Pada tahap Analyze, dilakukan identifikasi kebutuhan berdasarkan kondisi anak ASD di Akasa Center Surabaya. Hasil analisis menunjukkan bahwa

beberapa anak masih mengalami hambatan dalam kemampuan regulasi emosi, terutama dalam mengenali emosi yang sedang dirasakan, memahami tingkat intensitas emosi, serta menentukan tindakan yang tepat ketika menghadapi situasi emosional. Hambatan tersebut ditunjukkan melalui perilaku seperti menangis ketika keinginannya tidak terpenuhi, marah secara tiba-tiba, kesulitan menenangkan diri, serta menunjukkan respons emosional yang kurang sesuai dengan situasi. Selain itu, hasil analisis menunjukkan bahwa media yang digunakan sebelumnya masih terbatas pada pengenalan emosi dasar dan belum memberikan tahapan yang membantu anak memahami proses regulasi emosi secara menyeluruh.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan media yang dapat membantu anak ASD memahami konsep emosi yang bersifat abstrak melalui pengalaman yang lebih konkret. Anak dengan ASD memiliki karakteristik belajar yang cenderung lebih mudah menerima informasi melalui visual dibandingkan penjelasan verbal yang kompleks. Oleh karena itu, media *Mood & Action Board* dikembangkan dengan mengutamakan prinsip visual, konkret, terstruktur, dan interaktif agar sesuai dengan kebutuhan belajar anak ASD. Penggunaan media visual dapat membantu anak memahami informasi melalui gambar, simbol, warna, dan aktivitas langsung sehingga konsep emosi yang sulit dipahami dapat menjadi lebih sederhana dan mudah diterapkan.

B. Tahap Desain

Pada tahap Design (perancangan), dilakukan penyusunan rancangan awal media *Mood & Action Board* berdasarkan hasil analisis kebutuhan anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) di Akasa Center Surabaya. Tahap perancangan meliputi penentuan bentuk media, pemilihan bahan, penyusunan struktur penggunaan media, serta pengembangan komponen visual yang akan digunakan. Perancangan media disesuaikan dengan karakteristik anak ASD yang membutuhkan pembelajaran dengan informasi konkret, tampilan visual yang jelas, langkah penggunaan yang sistematis, serta aktivitas yang melibatkan keterlibatan langsung anak.

Media *Mood & Action Board* dirancang dalam bentuk papan aktivitas berbahan akrilik berukuran A4 (297 × 420 mm). Pemilihan bentuk papan bertujuan agar media mudah digunakan oleh anak maupun pendidik dalam kegiatan pembelajaran atau terapi. Bagian belakang media dilengkapi dengan penyangga agar papan dapat berdiri dengan stabil saat digunakan. Media juga dilengkapi dengan kartu aktivitas yang dapat dilepas dan dipasang menggunakan double magnet sehingga anak dapat melakukan aktivitas memilih, mencocokkan, dan memasang kartu sesuai dengan kondisi emosional yang dialami.

Rancangan media terdiri atas empat bagian utama yang disusun secara bertahap sesuai dengan proses regulasi emosi. Bagian pertama yaitu pengenalan emosi, yang dirancang untuk membantu anak mengidentifikasi perasaan yang sedang dirasakan. Pada bagian ini terdapat kartu emosi yang memuat enam jenis emosi dasar, yaitu senang, sedih, marah, takut, jijik, dan terkejut. Setiap emosi disajikan melalui gambar karakter dengan ekspresi wajah yang berbeda serta dilengkapi tulisan sederhana untuk mempermudah pemahaman anak.

Bagian kedua yaitu pengukuran tingkat emosi, yang bertujuan membantu anak memahami seberapa kuat emosi yang sedang dirasakan. Pada bagian ini digunakan skala intensitas emosi 1–5 yang menggambarkan tingkat emosi mulai dari kondisi tenang hingga kondisi emosi yang sangat kuat. Penyajian skala secara visual membantu anak memahami bahwa emosi memiliki tingkatan yang berbeda dan dapat berubah sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Bagian ketiga yaitu identifikasi kebutuhan dukungan, yang dirancang untuk membantu anak mengenali hal yang dibutuhkan ketika mengalami kondisi emosional tertentu. Pada bagian ini tersedia pilihan kartu dukungan, seperti membutuhkan waktu sendiri, ingin didampingi, meminta bantuan orang lain, atau melakukan aktivitas untuk menenangkan diri. Bagian ini bertujuan melatih anak untuk memahami kebutuhan dirinya dan mengomunikasikan bantuan yang diperlukan secara lebih tepat.

Bagian keempat yaitu pilihan strategi tindakan, yang berisi kartu aktivitas sebagai alternatif cara mengelola emosi. Kartu strategi tindakan memuat beberapa pilihan kegiatan, seperti menarik napas, berbicara dengan orang lain, melakukan aktivitas yang disukai, atau mengambil waktu untuk menenangkan diri. Penyusunan bagian ini bertujuan agar anak memiliki pilihan respons yang lebih adaptif ketika menghadapi situasi emosional.

Perancangan media *Mood & Action Board* mengacu pada konsep regulasi emosi yang menjelaskan bahwa individu perlu memiliki kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola respons emosionalnya (Gross, 1998). Selain itu, penggunaan skala tingkat emosi dalam media mengadaptasi konsep *The Incredible 5-Point Scale* yang membantu individu memahami intensitas emosi melalui representasi visual sehingga lebih mudah menentukan strategi pengelolaan emosi yang sesuai (Dunn Buron & Curtis, 2012).

a. Desain Papan

Hasil dari tahap perancangan berupa rancangan produk awal yang terdiri atas desain papan media, pembagian bagian aktivitas, desain kartu visual, serta alur penggunaan media. Rancangan tersebut kemudian

menjadi dasar dalam tahap pengembangan untuk menghasilkan produk akhir yang selanjutnya divalidasi oleh ahli materi, ahli media, dan praktisi. Berikut tampilan media dalam tahap desain secara keseluruhan



Gambar 2. Desain Media Mood & Action Board

b. Desain tiap area

1. Area pertama digunakan untuk membantu anak autisme (perempuan dan laki-laki) mengenali dan menyebutkan emosi yang sedang dirasakan melalui gambar atau simbol visual. Anak memilih emosi yang sesuai, seperti sedih, marah, takut, atau senang, jijik dan kaget. Bagian ini membantu meningkatkan kemampuan anak dalam memahami serta mengekspresikan perasaannya secara lebih mudah.



2. Area kedua berisi skala emosi 1–5 untuk menunjukkan tingkat intensitas emosi yang dirasakan anak. Semakin besar angka yang dipilih, semakin kuat emosi tersebut dirasakan. Skala ini membantu anak memahami bahwa emosi memiliki tingkatan dan membantu pendamping menentukan respon atau intervensi yang sesuai.



3. Area ketiga membantu anak menentukan kebutuhan dirinya saat mengalami emosi tertentu, apakah ingin menenangkan diri sendiri

atau membutuhkan pendampingan. Bagian ini melatih anak mengenali kenyamanan dan kebutuhan sosialnya sehingga pendamping dapat memberikan dukungan yang tepat.



4. Area keempat berisi pilihan aktivitas atau intervensi untuk membantu anak menenangkan emosinya, seperti menyanyikan lagu, minum air putih, atau kegiatan lain yang disukai anak. Bagian ini membantu anak belajar memilih strategi regulasi emosi yang positif dan sesuai dengan kebutuhannya.



C. Tahap Pengembangan

Pada tahap Development (pengembangan), dilakukan proses realisasi rancangan media *Mood & Action Board* menjadi produk konkret yang dapat digunakan sebagai media pendukung regulasi emosi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Tahap ini diawali dengan pembuatan media berdasarkan hasil analisis kebutuhan dan rancangan desain yang telah disusun sebelumnya. Pengembangan media memperhatikan karakteristik anak ASD yang membutuhkan media dengan tampilan visual yang jelas, struktur penggunaan yang sistematis, serta aktivitas yang melibatkan pengalaman langsung. Oleh karena itu, media dikembangkan dalam bentuk papan aktivitas konkret yang memungkinkan anak melakukan interaksi langsung melalui aktivitas memilih, memasang, dan mencocokkan kartu sesuai dengan kondisi emosinya.

Media *Mood & Action Board* dibuat menggunakan bahan utama akrilik dengan ukuran A4 (297 × 420 mm) yang dipilih karena memiliki karakteristik kuat, ringan, tahan lama, dan mudah dibersihkan sehingga sesuai digunakan dalam kegiatan pembelajaran maupun terapi. Pada bagian papan terdapat empat area utama yang

disusun berdasarkan alur proses regulasi emosi. Area pertama berfungsi untuk membantu anak mengidentifikasi emosi yang sedang dirasakan melalui kartu emosi visual. Kartu tersebut memuat beberapa ekspresi emosi dasar seperti senang, sedih, marah, takut, jijik, dan terkejut yang disajikan menggunakan gambar karakter dengan ekspresi wajah yang jelas. Area kedua berisi skala intensitas emosi 1–5 yang bertujuan membantu anak memahami tingkat kekuatan emosi yang dirasakan. Area ketiga menyediakan pilihan kebutuhan dukungan, seperti memilih untuk menenangkan diri sendiri atau membutuhkan bantuan orang lain. Area keempat berisi kartu strategi tindakan yang dapat dipilih anak sebagai bentuk respons terhadap emosi yang sedang dialami.

Pengembangan media juga dilengkapi dengan kartu aktivitas yang dapat dilepas dan dipasang menggunakan sistem double magnet. Penggunaan sistem tersebut bertujuan agar anak dapat melakukan manipulasi secara langsung sehingga meningkatkan keterlibatan dan kemandirian selama proses penggunaan media. Selain itu, setiap area dalam media diberikan petunjuk penggunaan secara bertahap agar anak dapat mengikuti urutan aktivitas dengan lebih mudah. Penyusunan tahapan tersebut mengacu pada prinsip pembelajaran terstruktur bagi anak ASD yang membutuhkan informasi yang jelas, konsisten, dan dapat diprediksi.



Tahap validasi dilakukan setelah media *Mood & Action Board* selesai dikembangkan untuk mengetahui tingkat kelayakan produk sebelum digunakan dalam pembelajaran atau intervensi regulasi emosi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Validasi bertujuan untuk memperoleh penilaian dari pihak yang memiliki kompetensi sesuai bidangnya, sehingga produk yang dikembangkan dapat diketahui tingkat kesesuaian isi, kualitas tampilan, serta kepraktisan penggunaannya. Proses validasi dilakukan melalui penilaian ahli materi, ahli media, dan praktisi yang memahami karakteristik serta kebutuhan anak ASD.

Validasi ahli materi oleh Ibu Vivi Kurnia Herviani. S. Pd, M. Pd. untuk menilai kesesuaian isi media dengan tujuan pengembangan, konsep regulasi emosi, serta karakteristik kebutuhan anak ASD. Aspek yang dinilai

meliputi kesesuaian materi, ketepatan konsep emosi, penyusunan tahapan aktivitas, kejelasan instruksi, dan kesesuaian strategi tindakan yang terdapat dalam media. Hasil validasi ahli materi memperoleh persentase sebesar 92,5% dengan kategori “sangat baik”. Hasil tersebut menunjukkan bahwa materi yang disajikan dalam media *Mood & Action Board* telah sesuai untuk mendukung kemampuan anak ASD dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi. Ahli materi menilai bahwa penyusunan tahapan dalam media telah menggambarkan proses regulasi emosi secara sistematis, mulai dari mengenali emosi yang dirasakan hingga menentukan strategi yang dapat dilakukan untuk mengendalikan respons emosional. Meskipun memperoleh kategori sangat baik, beberapa masukan diberikan terkait penyederhanaan bahasa agar lebih mudah dipahami oleh anak ASD serta penyesuaian beberapa istilah dalam kartu aktivitas.

Validasi ahli media oleh Bapak Dr. H. Pamuji, M. Kes. untuk menilai kualitas tampilan dan kelayakan fisik media yang dikembangkan. Aspek yang dinilai meliputi desain media, pemilihan bahan, ukuran media, kualitas visual, kemudahan penggunaan, serta keamanan media bagi pengguna. Hasil validasi ahli media memperoleh persentase sebesar 95% dengan kategori “sangat baik”. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media *Mood & Action Board* telah memenuhi kriteria sebagai media pembelajaran konkret yang menarik, mudah digunakan, dan sesuai dengan karakteristik anak ASD. Ahli media menilai bahwa penggunaan papan akrilik, kartu yang dapat dilepas-pasang, serta penyajian visual yang sistematis menjadi keunggulan media karena memberikan pengalaman belajar secara langsung. Namun, terdapat beberapa saran perbaikan, yaitu memperjelas ekspresi pada gambar emosi agar anak lebih mudah membedakan setiap jenis emosi serta meningkatkan konsistensi tampilan visual pada beberapa kartu.

Selain validasi ahli, dilakukan penilaian oleh praktisi untuk mengetahui tingkat kepraktisan media ketika digunakan dalam konteks pembelajaran maupun terapi. Validasi praktisi dilakukan oleh dua praktisi di Akasa Center Surabaya yang memiliki pengalaman dalam menangani anak ASD. Penilaian praktisi mencakup kemudahan penggunaan media, kesesuaian media dengan kebutuhan anak, kejelasan langkah penggunaan, serta manfaat media dalam membantu proses regulasi emosi. Hasil validasi praktisi pertama oleh Ibu Febriana W, S. Pd. Gr. memperoleh persentase sebesar 81,25% dengan kategori “sangat baik”, sedangkan praktisi kedua oleh Ibu Tama Kusuma Jayanti, S. Pd. memperoleh persentase sebesar 75% dengan kategori “baik”. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media *Mood & Action Board* dinilai praktis dan dapat diterapkan dalam kegiatan pembelajaran maupun intervensi. Praktisi menyampaikan bahwa media

membantu anak mengikuti tahapan regulasi emosi secara lebih terarah karena anak diberikan pilihan visual yang konkret untuk menyampaikan kondisi emosinya. Beberapa masukan yang diberikan yaitu penyederhanaan kalimat pada kartu strategi tindakan serta penyesuaian variasi karakter visual agar media dapat digunakan oleh lebih banyak karakteristik anak.

Validasi	Nilai persentase	Kategori
Ahli materi	92,5%	Sangat Baik, tidak perlu direvisi
Ahli media	95%	Sangat Baik, tidak perlu direvisi
Praktisi 1	81,25%	Baik, tidak perlu direvisi
Praktisi 2	75%	Baik, tidak perlu direvisi

Berdasarkan hasil validasi dari seluruh validator, media *Mood & Action Board* memperoleh tingkat kelayakan yang tinggi dengan hasil penilaian ahli materi sebesar 92,5%, ahli media sebesar 95%, praktisi pertama sebesar 81,25%, dan praktisi kedua sebesar 75%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media telah memenuhi aspek kelayakan isi, desain, dan kepraktisan penggunaan. Selain memperoleh penilaian kuantitatif, masukan dari validator juga digunakan sebagai dasar revisi produk untuk menghasilkan media yang lebih sesuai dengan kebutuhan anak ASD. Revisi dilakukan pada beberapa aspek, seperti penyempurnaan gambar ekspresi emosi, penyederhanaan bahasa, serta penyesuaian tampilan visual agar lebih mudah dipahami oleh pengguna.

Dengan demikian, proses validasi menunjukkan bahwa media *Mood & Action Board* merupakan media yang layak digunakan sebagai pendukung pengembangan kemampuan regulasi emosi anak ASD. Validasi yang dilakukan tidak hanya memastikan kualitas produk dari aspek materi dan tampilan, tetapi juga memastikan bahwa media memiliki kesesuaian praktis untuk digunakan oleh pendidik maupun terapis dalam memberikan layanan kepada anak ASD.

Pembahasan

Penelitian pengembangan ini menghasilkan media *Mood & Action Board* yang dirancang sebagai media konkret untuk mendukung kemampuan regulasi emosi pada anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Pengembangan media didasarkan pada hasil analisis kebutuhan yang menunjukkan bahwa anak ASD di Akasa Center Surabaya masih mengalami hambatan dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi. Hambatan tersebut terlihat dari kesulitan anak dalam menyampaikan perasaan, memahami perubahan emosi yang dialami, serta menentukan tindakan yang tepat ketika menghadapi

situasi emosional. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anak ASD membutuhkan media yang tidak hanya membantu mengenali jenis emosi, tetapi juga memberikan panduan secara bertahap dalam proses regulasi emosi.

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengatur pengalaman dan ekspresi emosional agar dapat memberikan respons yang sesuai terhadap suatu situasi (Gross, 1998). Pada anak ASD, kemampuan regulasi emosi sering mengalami hambatan karena adanya keterbatasan dalam memahami kondisi internal diri, membaca situasi sosial, serta mengomunikasikan kebutuhan emosional. Oleh karena itu, pembelajaran regulasi emosi perlu diberikan melalui pendekatan yang sesuai dengan karakteristik anak ASD, yaitu menggunakan media yang konkret, visual, dan terstruktur.

Pengembangan media *Mood & Action Board* menjadi salah satu alternatif untuk menjembatani kesulitan anak ASD dalam memahami konsep emosi yang bersifat abstrak. Media ini dirancang dengan mengubah konsep regulasi emosi menjadi aktivitas visual melalui empat tahapan utama, yaitu mengenali emosi, menentukan tingkat intensitas emosi, mengidentifikasi kebutuhan dukungan, dan memilih strategi tindakan. Penyusunan tahapan tersebut menunjukkan bahwa media tidak hanya berfungsi sebagai alat pengenalan emosi, tetapi juga membantu anak memahami proses pengelolaan emosi secara lebih sistematis.

Penggunaan pendekatan visual dalam media *Mood & Action Board* sesuai dengan karakteristik belajar anak ASD yang cenderung lebih mudah memahami informasi melalui gambar, simbol, dan pengalaman langsung. Media visual memberikan bantuan berupa representasi konkret terhadap konsep yang sulit dipahami secara verbal. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Kustandi et al. (2021) yang menjelaskan bahwa media pembelajaran visual dapat membantu meningkatkan perhatian, pemahaman, dan keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran. Pada anak ASD, dukungan visual juga dapat memberikan struktur dan prediktabilitas sehingga anak lebih mudah mengikuti tahapan kegiatan yang diberikan.

Media *Mood & Action Board* juga mengadaptasi konsep The Incredible 5-Point Scale yang dikembangkan oleh Dunn Buron dan Curtis (2012), yaitu penggunaan skala visual untuk membantu individu memahami tingkat intensitas emosi. Penggunaan skala 1–5 dalam media membantu anak memahami bahwa emosi memiliki tingkatan yang berbeda, bukan hanya kondisi “marah” atau “tidak marah”. Melalui pemahaman tersebut, anak dapat belajar mengenali perubahan emosinya dan menentukan strategi yang lebih tepat sebelum emosi berkembang menjadi respons yang kurang adaptif.

Berdasarkan hasil pengembangan produk, media *Mood & Action Board* memiliki karakteristik yang sesuai

dengan kebutuhan anak ASD. Penggunaan papan akrilik dengan kartu yang dapat dilepas dan dipasang memberikan pengalaman belajar yang konkret dan melibatkan aktivitas motorik anak. Kegiatan memilih kartu emosi, menentukan tingkat emosi, serta memilih strategi tindakan memungkinkan anak terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Hal tersebut mendukung prinsip pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus yang menekankan pentingnya pengalaman langsung dan aktivitas yang bermakna.

Hasil validasi ahli materi menunjukkan bahwa media memperoleh persentase kelayakan sebesar 92,5% dengan kategori sangat baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa isi media telah sesuai dengan tujuan pengembangan, yaitu mendukung kemampuan anak ASD dalam mengenali dan mengelola emosi. Ahli materi menilai bahwa penyajian materi dalam media telah mencakup aspek penting regulasi emosi, mulai dari identifikasi emosi hingga pemilihan strategi pengelolaan emosi. Hal ini menunjukkan bahwa komponen dalam media telah memiliki keterkaitan antara tujuan pembelajaran, materi, dan aktivitas yang dilakukan oleh anak.

Validasi ahli media memperoleh persentase sebesar 95% dengan kategori sangat baik. Tingginya hasil validasi menunjukkan bahwa aspek tampilan, desain, bahan, dan kemudahan penggunaan media telah memenuhi kriteria media pembelajaran yang layak. Pemilihan bahan akrilik dinilai sesuai karena menghasilkan media yang kuat, menarik, dan dapat digunakan secara berulang. Selain itu, sistem kartu yang dapat dilepas-pasang memberikan nilai interaktif pada media sehingga anak tidak hanya melihat informasi, tetapi juga melakukan aktivitas secara langsung.

Hasil validasi praktisi menunjukkan bahwa media *Mood & Action Board* memperoleh persentase sebesar 81,25% dari praktisi pertama dengan kategori sangat baik dan 75% dari praktisi kedua dengan kategori baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media memiliki tingkat kepraktisan yang baik untuk digunakan dalam kegiatan pembelajaran maupun terapi. Praktisi menilai bahwa tahapan penggunaan media telah membantu anak mengikuti proses regulasi emosi secara lebih terarah. Media juga dinilai dapat membantu pendidik atau terapis dalam memberikan stimulus visual ketika anak mengalami kesulitan mengungkapkan kondisi emosionalnya.

Meskipun memperoleh hasil kelayakan yang tinggi, proses validasi juga memberikan beberapa masukan untuk penyempurnaan produk. Revisi dilakukan pada aspek visual, seperti memperjelas ekspresi wajah pada kartu emosi agar anak lebih mudah membedakan setiap jenis emosi. Selain itu, dilakukan penyederhanaan bahasa pada beberapa kartu strategi tindakan agar lebih sesuai dengan

kemampuan pemahaman anak ASD. Perbaikan tersebut menunjukkan bahwa proses validasi tidak hanya digunakan untuk menentukan kelayakan produk, tetapi juga sebagai tahap evaluasi untuk meningkatkan kualitas media sebelum digunakan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa media *Mood & Action Board* memiliki potensi sebagai media pendukung regulasi emosi anak ASD. Media ini memberikan pendekatan yang lebih komprehensif dibandingkan media pengenalan emosi sederhana karena mengintegrasikan proses mengenali emosi, memahami intensitas emosi, mengidentifikasi kebutuhan dukungan, dan menentukan strategi respons. Dengan karakteristik visual, konkret, dan terstruktur, media *Mood & Action Board* dapat menjadi salah satu alternatif inovasi dalam layanan pendidikan khusus untuk mendukung perkembangan sosial-emosional anak ASD.

PENUTUP

Penelitian ini menghasilkan media *Mood & Action Board* sebagai media pembelajaran konkret untuk mendukung kemampuan regulasi emosi pada anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Pengembangan media dilakukan melalui tahapan Analyze, Design, dan Development dengan menghasilkan media berbentuk papan aktivitas visual yang terdiri atas tahapan mengenali emosi, menentukan tingkat intensitas emosi, mengidentifikasi kebutuhan dukungan, serta memilih strategi tindakan untuk mengelola emosi. Media yang dikembangkan disesuaikan dengan karakteristik belajar anak ASD yang membutuhkan dukungan visual, struktur yang jelas, dan pengalaman langsung.

Hasil validasi menunjukkan bahwa media *Mood & Action Board* memiliki tingkat kelayakan yang tinggi berdasarkan penilaian ahli materi, ahli media, dan praktisi. Hasil validasi ahli materi memperoleh persentase 92,5%, ahli media sebesar 95%, praktisi pertama sebesar 81,25%, dan praktisi kedua sebesar 75%. Berdasarkan hasil tersebut, media *Mood & Action Board* dinyatakan layak digunakan sebagai media pendukung dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi anak ASD. Media ini memiliki keunggulan karena tidak hanya membantu anak mengenali emosi, tetapi juga memberikan langkah terstruktur dalam memahami intensitas emosi dan menentukan strategi respons yang sesuai.

Berdasarkan hasil penelitian, media *Mood & Action Board* dapat dimanfaatkan oleh pendidik, terapis, maupun lembaga layanan pendidikan khusus sebagai salah satu alternatif media visual konkret dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi anak ASD. Penggunaan media sebaiknya disesuaikan dengan karakteristik, kemampuan, dan kebutuhan masing-masing

anak agar proses pembelajaran dapat berjalan secara optimal. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan tahap implementasi dan evaluasi penggunaan media secara langsung dengan jumlah subjek yang lebih luas untuk mengetahui efektivitas media *Mood & Action Board* terhadap peningkatan kemampuan regulasi emosi anak ASD. Selain itu, pengembangan media dapat dilakukan dengan menambahkan variasi fitur, seperti penggunaan teknologi digital, variasi aktivitas regulasi emosi, atau penyesuaian media untuk karakteristik kebutuhan khusus lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Lord, C., Brugha, T.S., Charman, T. *et al.* Autism spectrum disorder. *Nat Rev Dis Primers* 6, 5 (2020). <https://doi.org/10.1038/s41572-019-0138-4>
- Irdiansyah, K., & Nawangsari, N. A. F. (2021). Pengaruh Penyesuaian Warna pada Picture Exchange Communication System (PECS) terhadap Kemampuan Working Memory pada Anak Autisme. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 1(1), 8-30.
- Kustandi, C., Jakarta, U. N., Zianadezdha, A., Jakarta, U. N., Fitri, A. K., Jakarta, U. N., Farhan, M., Jakarta, U. N., L, N. A., & Jakarta, U. N. (2021). *PEMANFAATAN MEDIA VISUAL DALAM TERCAPAINYA*. 10(2), 291–299.
- Daryanto, D. (2016). Media Pembelajaran Edisi Ke-2 Revisi. Yogyakarta: Penerbit Gava Media.
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D
- Fatimah, S., & Subando, J. (2026). Strategi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Inklusif bagi Siswa Autis di SMP Muhammadiyah 7 Banyudono Boyolali. *Tadrisia: Education and Islamic Studies*, 1(1), 84-97.
- Waruwu, M. (2024). Metode Penelitian dan Pengembangan (R&D): Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(2), <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i2.2141>
- American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders (DSM-5-TR). Washington: American Psychiatric Association.
- Suriswo, M. P. (2024). BELAJAR DAN PEMBELAJARAN BERBASIS BIMBINGAN DAN KONSELING PADA AUD. *Bimbingan Konseling Anak Usia Dini*, 57.
- Halimatussakdiah, H., Nurmayani, N., Khairunisa, K., Winara, W., Manurung, I. F. U., & Maulida, S. N. (2024). Pembelajaran Bagi Anak Autistic Spectrum Disorder.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent and Responsefocused Emotion Regulation:

Divergent Consequences for Experiences, Expression, and Psychology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 7(1), 224–237.

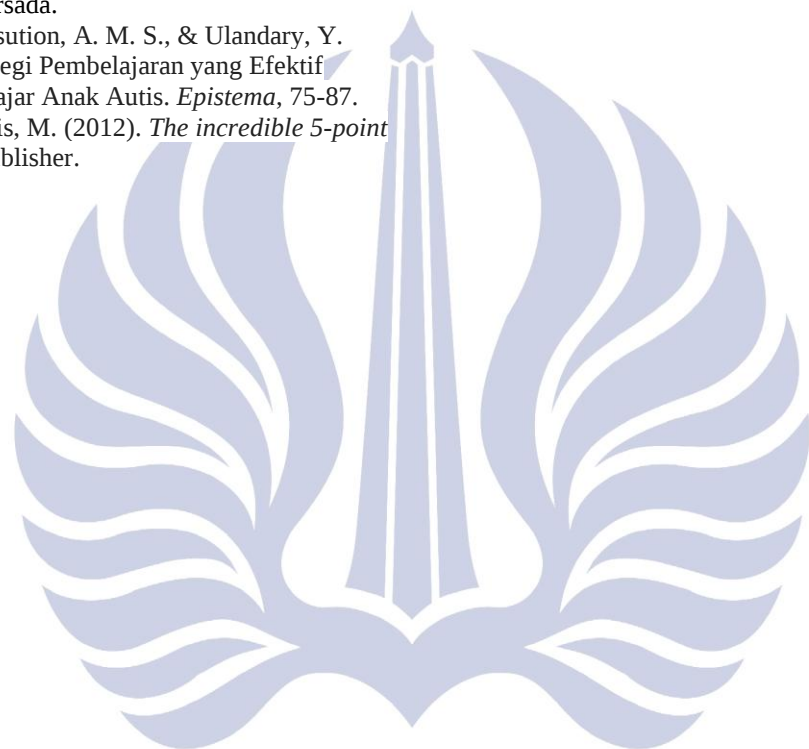
Tajik, Z. (2025). *The Effect of Computerized Cognitive Training on the Improvement of Emotion Regulation in Children with Autism Spectrum Disorder*. 16(3).

Syah Roni Amanullah, A. (2022). Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus: Tuna Grahita, Down Syndrom Dan Autisme. *Jurnal Almuraja : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 7–12.

Arsyad, A. (2017). *Media Pembelajaran*. PT.Raja Grafindo Persada.

Normawati, Y. I., Nasution, A. M. S., & Ulandary, Y. (2025). Strategi Pembelajaran yang Efektif untuk Mengajar Anak Autis. *Epistema*, 75-87.

Buron, K. D., & Curtis, M. (2012). *The incredible 5-point scale*. No Publisher.



UNESA

Universitas Negeri Surabaya