

## PENGEMBANGAN MEDIA PETA EMOSI BERBASIS E-CARD UNTUK TINGKAT SMP

Siti Salma Nurholis<sup>1</sup>, Imas Kania Rahman<sup>2</sup>, Noneng Siti Rosidah<sup>3</sup>

<sup>1, 2, 3</sup>Universitas Ibn Khaldun Bogor, Jl. K.H. Sholeh Iskandar, Bogor, Jawa Barat, Indonesia

Email: [salmanoer20@gmail.com](mailto:salmanoer20@gmail.com)

---

### Article History

Received: 25-05-2026

Revision: 20-06-2026

Accepted: 24-06-2026

Published: 30-06-2026

**Abstract.** This study aims to analyze the needs, describe the development process, and determine the feasibility of e-card-based emotion map media as a Guidance and Counseling (BK) service medium for junior high school students. The study used the Research and Development (R&D) method with the ADDIE model which includes the stages of analysis, design, development, implementation, and evaluation. Media development was carried out through validation by information technology experts and BK media experts, as well as limited trials with BK teachers and junior high school students. Data were collected using validation questionnaires and user response questionnaires, then analyzed descriptively quantitatively. The results showed that the e-card-based emotion map media obtained the "Very Good" category based on expert and user assessments. This media was considered interesting, easy to use, and able to help students recognize, understand, and reflect on their emotional experiences. Thus, the e-card-based emotion map media is suitable for use as a supporting medium for Guidance and Counseling services at the junior high school level to facilitate the development of students' emotional awareness and reflection.

**Keywords:** E-Card, Guidance and Counseling, Emotional Regulation, Junior High School Students

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kebutuhan, mendeskripsikan proses pengembangan, dan menentukan kelayakan media peta emosi berbasis *e-card* sebagai media layanan Bimbingan dan Konseling (BK) bagi siswa SMP. Penelitian menggunakan metode *Research and Development* (R&D) dengan model ADDIE yang meliputi tahap *analysis*, *design*, *development*, *implementation*, dan *evaluation*. Pengembangan media dilakukan melalui validasi oleh ahli teknologi informasi dan ahli media BK, serta uji coba terbatas kepada guru BK dan peserta didik SMP. Data dikumpulkan menggunakan angket validasi dan angket respons pengguna, kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media peta emosi berbasis *e-card* memperoleh kategori "Sangat Baik" berdasarkan penilaian ahli maupun pengguna. Media ini dinilai menarik, mudah digunakan, dan mampu membantu siswa mengenali, memahami, serta merefleksikan pengalaman emosinya. Dengan demikian, media peta emosi berbasis *e-card* layak digunakan sebagai media pendukung layanan Bimbingan dan Konseling di tingkat SMP untuk memfasilitasi pengembangan kesadaran dan refleksi emosi siswa.

**Kata Kunci:** E-card, Bimbingan dan Konseling, Regulasi Emosi, Siswa SMP

---

**How to Cite:** Nurholis, S. S., Rahman, I. K., & Rosidah, N. S. (2025). Pengembangan Media Peta Emosi Berbasis E-Card untuk Tingkat SMP. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 7 (3), 4643-4651. <http://doi.org/10.54373/imeij.v7i3.5983>

---

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional (Putri & Primanita, 2024). Pada tahap remaja awal, yang umumnya berada pada rentang usia 12–15 tahun dan mencakup siswa sekolah menengah pertama (SMP), individu mengalami berbagai perubahan yang memengaruhi cara berpikir, berperilaku, dan mengelola emosi (Fitri, 2019). Pada fase ini, remaja dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan yang sering kali memunculkan ketidakstabilan emosi sebagai bagian dari proses pembentukan identitas diri (Wendari et al., 2016). Oleh karena itu, kemampuan mengenali dan mengelola emosi menjadi salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan pada masa remaja.

Kemampuan mengelola emosi memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan akademik, hubungan sosial, dan kesehatan mental peserta didik. Sebaliknya, ketidakmampuan mengendalikan emosi dapat memunculkan berbagai perilaku negatif, seperti agresivitas, konflik dengan teman sebaya, pelanggaran aturan sekolah, hingga tindakan kekerasan (Jannah et al., 2025). Permasalahan tersebut masih banyak ditemukan di lingkungan pendidikan. Beberapa kasus perundungan dan kekerasan antarpelajar yang terjadi di berbagai daerah menunjukkan bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam mengenali, memahami, dan mengendalikan emosinya (Setiawan, 2023; Laili, 2024). Temuan pra-survei yang dilaporkan oleh Luthfia et al. juga menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki kemampuan pengendalian emosi rendah cenderung mudah marah, terlibat konflik, melanggar aturan sekolah, dan menunjukkan perilaku agresif. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengembangan kemampuan refleksi dan pengelolaan emosi merupakan kebutuhan yang mendesak dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Layanan bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam membantu peserta didik mengembangkan kesadaran dan pengelolaan emosi. Namun, dalam praktiknya, media yang digunakan dalam layanan BK masih didominasi oleh metode konvensional yang kurang memberikan ruang bagi siswa untuk mengeksplorasi dan merefleksikan pengalaman emosinya secara mendalam. Padahal, menurut Puspita (2019), kemampuan mengelola emosi tidak hanya menuntut individu untuk mengenali perasaannya, tetapi juga memahami penyebab, dampak, serta cara mengekspresikan emosi secara tepat. Oleh karena itu, diperlukan media yang mampu memfasilitasi proses refleksi emosi secara lebih menarik, sistematis, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik pada era digital.

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengembangkan media dan strategi untuk meningkatkan kesadaran maupun pengendalian emosi peserta didik. Namun, berdasarkan hasil kajian literatur, penelitian yang secara khusus mengembangkan media peta emosi berbasis *e-card* dalam layanan BK pada tingkat SMP masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian berfokus pada penggunaan media cetak, permainan edukatif, atau layanan konseling konvensional tanpa mengintegrasikan teknologi digital yang memungkinkan siswa melakukan pemetaan dan refleksi emosi secara mandiri. Dengan demikian, masih terdapat kesenjangan penelitian terkait pengembangan media yang mengombinasikan visualisasi emosi, teknologi digital, dan aktivitas reflektif dalam layanan BK.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengembangan media peta emosi berbasis *e-card* yang mengintegrasikan unsur visual, teknologi digital, dan refleksi diri untuk membantu siswa mengenali, memahami, serta mengelola emosinya secara terstruktur. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya hanya berfokus pada pengenalan emosi atau penggunaan media digital secara umum, media yang dikembangkan dalam penelitian ini dirancang secara khusus untuk memfasilitasi pemetaan pengalaman emosional siswa sebagai bagian dari layanan bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kebutuhan, mendeskripsikan proses pengembangan, dan menguji kelayakan media peta emosi berbasis *e-card* sebagai media layanan bimbingan dan konseling bagi siswa SMP.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development* (R&D) dengan model pengembangan ADDIE yang terdiri atas lima tahap, yaitu *Analysis*, *Design*, *Development*, *Implementation*, dan *Evaluation* (Branch, 2009). Model ADDIE dipilih karena memberikan prosedur pengembangan yang sistematis dan terstruktur dalam menghasilkan media peta emosi berbasis *e-card* untuk layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di tingkat SMP. Penelitian dilaksanakan pada bulan April–Mei 2026 di SMP Negeri 16 Bogor. Subjek penelitian terdiri atas guru BK dan siswa SMP. Pada tahap analisis kebutuhan, data diperoleh dari guru BK tingkat SMP di wilayah Kota dan Kabupaten Bogor melalui penyebaran angket kebutuhan. Selanjutnya, pada tahap implementasi dilakukan uji coba terbatas terhadap 3 guru BK dan 9 siswa SMP sebagai pengguna media.

Prosedur penelitian mengikuti tahapan ADDIE. Tahap *analysis* dilakukan untuk mengidentifikasi kebutuhan pengguna melalui analisis kebutuhan guru BK dan analisis media yang telah digunakan sebelumnya. Hasil analisis menunjukkan bahwa siswa masih mengalami

kesulitan dalam mengenali dan mengendalikan emosi, sementara media layanan BK yang tersedia belum mampu memfasilitasi proses refleksi emosi secara optimal. Tahap *design* dilakukan dengan merancang media peta emosi berbasis *e-card* yang memuat berbagai jenis emosi, deskripsi emosi, ilustrasi visual, serta pertanyaan reflektif yang disesuaikan dengan karakteristik siswa SMP.

Tahap *development* meliputi pembuatan media, penyusunan pedoman penggunaan bagi guru dan siswa, serta proses validasi produk. Validasi dilakukan oleh ahli teknologi informasi dan ahli media BK untuk menilai aspek isi, tampilan, bahasa, interaktivitas, dan kelayakan teknis media. Masukan dari para ahli digunakan sebagai dasar revisi produk sebelum dilakukan uji coba. Tahap *implementation* dilakukan melalui uji coba terbatas kepada guru BK dan siswa untuk memperoleh data mengenai kelayakan dan respons pengguna terhadap media yang dikembangkan. Tahap *evaluation* dilakukan secara formatif pada setiap tahap pengembangan dan secara sumatif setelah uji coba untuk menyempurnakan produk akhir. Instrumen penelitian berupa angket analisis kebutuhan, lembar validasi ahli, dan angket respons pengguna. Data dikumpulkan menggunakan teknik angket dan dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Skor hasil validasi ahli dan respons pengguna dihitung dalam bentuk persentase menggunakan skala Likert, kemudian diinterpretasikan berdasarkan kategori kelayakan yang telah ditetapkan untuk menentukan tingkat kelayakan media peta emosi berbasis *e-card* yang dikembangkan.

### **Tahap Analysis**

Pada tahap *analysis*, peneliti melakukan analisis media yang telah ada serta analisis kebutuhan melalui penyebaran angket kepada guru BK tingkat SMP di wilayah Kota dan Kabupaten Bogor. Analisis dilakukan untuk mengidentifikasi permasalahan pengendalian emosi siswa, ketersediaan media layanan BK, dan kebutuhan pengguna terhadap media yang akan dikembangkan. Hasil analisis menunjukkan bahwa media yang tersedia masih terbatas dalam memfasilitasi siswa untuk mengenali dan merefleksikan emosi secara mandiri. Selain itu, sebagian besar responden menyatakan bahwa pengendalian emosi siswa merupakan permasalahan yang perlu mendapat perhatian dan membutuhkan media yang lebih kreatif serta interaktif. Berdasarkan temuan tersebut, ditetapkan tujuan pengembangan media peta emosi berbasis *e-card* untuk membantu siswa mengenali, memahami, dan merefleksikan emosi secara lebih mendalam dalam layanan BK.

### **Tahap Design**

Pada tahap design, peneliti menyusun identifikasi perincian komponen yang akan dimuat dalam media. Komponen tersebut meliputi jenis-jenis emosi yang akan ditampilkan, ilustrasi visual yang sesuai dengan karakteristik emosi, serta penyusunan pertanyaan refleksi yang mendukung proses kesadaran emosi siswa dan menentukan strategi pengujian, pengujian dilakukan melalui validasi oleh ahli IT dan ahli media BK untuk menilai aspek tampilan, kelayakan isi, serta kesesuaian media dengan tujuan layanan. Strategi ini disusun sebagai dasar dalam memastikan bahwa media yang dikembangkan layak untuk digunakan.

### **Tahap Development**

Pada tahap ini, peneliti mengembangkan produk dengan memilih media pendukung meliputi desain visual kartu, pemilihan warna, simbol, serta format penyajian *e-card* yang menarik dan mudah dipahami. Selain itu, digunakan perangkat lunak desain sebagai alat untuk menghasilkan tampilan media yang sesuai dengan karakteristik peserta didik. Serta melakukan uji validasi kepada ahli IT dan media untuk mendapatkan masukan dan saran perbaikan sebelum diujicobakan kepada pengguna. Setelah melakukan revisi, dilakukan uji terbatas kepada pengguna untuk mengetahui respon awal terhadap media peta emosi berbasis *e-card* yang dikembangkan. Pengujian produk tidak hanya difokuskan pada validasi oleh ahli sebagai uji kelayakan, tetapi juga pada pengalaman pengguna dalam menggunakan media.

### **Tahap Implementation**

Dalam penelitian ini tahap implementation dilakukan kepada 3 guru bimbingan dan konseling serta 9 siswa kelas IX SMP Negeri 16 Bogor. Guru Bimbingan dan Konseling berperan sebagai pengguna media dalam layanan BK, sekaligus sebagai fasilitator yang memberikan respon terhadap kemudahan penggunaan, tampilan, serta kebermanfaatan media dalam layanan bimbingan dan konseling. Sementara peserta didik diposisikan sebagai sasaran penggunaan media dalam layanan BK, sehingga peserta didik terlibat secara langsung dalam uji coba terbatas, untuk memberikan respon terkait kemudahan penggunaan, kemenarikan tampilan, serta kebermanfaatan media dalam membantu mengenali dan memahami emosi.

### Tahap *Evaluation*

Pada tahap ini Melakukan evaluasi untuk mengetahui kelayakan dan kemudahan daalam menggunakan media peta emosi berbasis e-card. Data hasil validasi ahli dan angket respon pengguna dianalisis menggunakan Teknik presentase. Rumus presentase yang digunakan adalah:

$$\text{Persentase Kelayakan} = \frac{\text{Jumlah skor hasil validasi}}{\text{Jumlah skor tertinggi}} \times 100\%$$

Kelayakan yang didapat dari hasil perhitungan lalu diinterpretasikan dengan interpretasi nilai kelayakan yang ditujukan pada gambar berikut ini:

Tabel 1. Kriteria Interpretasi Penilaian Validasi

| Penilaian  | Kriteria     |
|------------|--------------|
| 0% – 20%   | Sangat Lemah |
| 21% – 40%  | Lemah        |
| 41% – 60%  | Cukup        |
| 61% – 80%  | Kuat         |
| 81% – 100% | Sangat Kuat  |

Berdasarkan kriteria interpretasi validasi yang digunakan, media dinyatakan layak apabila memperoleh persentase penilaian  $\geq 61\%$ . Persentase tersebut berada pada kategori kuat (61%–80%) atau sangat kuat (81%–100%), sehingga menunjukkan bahwa media telah memenuhi kriteria kelayakan untuk digunakan dalam layanan Bimbingan dan Konseling (Musthofa & Nugraha, 2020).

### HASIL DAN DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media peta emosi berbasis *e-card* yang dikembangkan memenuhi kriteria kelayakan untuk digunakan dalam layanan Bimbingan dan Konseling di tingkat SMP. Hasil validasi oleh ahli IT memperoleh persentase sebesar 90,5% dengan kategori Sangat Baik/Sangat Layak, sedangkan validasi oleh ahli media BK memperoleh persentase sebesar 95% dengan kategori Sangat Baik/Sangat Layak. Selain itu, hasil uji coba terbatas menunjukkan bahwa respons guru BK memperoleh persentase sebesar 92,5% dengan kategori Sangat Baik, dan respons siswa sebesar 94% dengan kategori Sangat Baik. Temuan tersebut menunjukkan bahwa media yang dikembangkan dinilai layak dari aspek isi, tampilan, kemudahan penggunaan, dan kebermanfaatannya dalam layanan BK. Tingginya skor validasi dan respons pengguna mengindikasikan bahwa media peta emosi berbasis *e-card* mampu memenuhi kebutuhan layanan BK dalam membantu siswa mengenali, memahami, dan merefleksikan emosinya secara lebih terarah.

Pengembangan media ini didasarkan pada hasil analisis kebutuhan yang menunjukkan bahwa sebagian besar guru BK masih menghadapi keterbatasan media dalam membantu siswa mengenali dan mengelola emosi secara mandiri. Hasil ini sejalan dengan pendapat Goleman (2017) yang menyatakan bahwa kemampuan mengenali dan mengelola emosi merupakan salah satu komponen utama kecerdasan emosional yang berperan penting dalam perkembangan sosial dan akademik peserta didik. Oleh karena itu, layanan BK memerlukan media yang tidak hanya menarik secara visual, tetapi juga mampu memfasilitasi proses refleksi diri siswa secara lebih mendalam.

Dibandingkan dengan media yang telah dikembangkan sebelumnya, media peta emosi berbasis *e-card* memiliki karakteristik yang lebih komprehensif. Media “Jurus Kenali Emosi” karya Iswatun Nisak lebih berfokus pada dokumentasi kegiatan dan observasi guru, sedangkan media “Emotional Board” yang dikembangkan oleh Linda Wahyu S., Eko Triono, dan Muhammad Ibrahim masih terbatas pada identifikasi emosi siswa. Sebaliknya, media yang dikembangkan dalam penelitian ini tidak hanya membantu siswa mengenali jenis emosi yang dialami, tetapi juga mengarahkan siswa untuk memahami penyebab emosi, respons yang muncul, serta strategi yang dapat digunakan untuk mengelola emosi tersebut. Dengan demikian, media ini tidak hanya berfungsi sebagai alat identifikasi, tetapi juga sebagai sarana refleksi dan pengembangan kesadaran diri.

Keunggulan tersebut didukung oleh keberadaan kartu refleksi dan kartu afirmasi yang menjadi bagian utama media. Pertanyaan reflektif yang disajikan membantu siswa mengeksplorasi hubungan antara peristiwa, pikiran, perasaan, dan perilaku yang mereka alami. Menurut teori *self-awareness* yang dikemukakan Goleman (2017), kemampuan merefleksikan pengalaman emosional merupakan langkah awal dalam membangun regulasi emosi yang sehat. Selain itu, penggunaan afirmasi positif dapat membantu siswa mengembangkan penerimaan diri dan membangun pola pikir yang lebih adaptif ketika menghadapi pengalaman emosional yang kurang menyenangkan.

Tingginya respons siswa (94%) menunjukkan bahwa media dinilai menarik, mudah digunakan, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik SMP. Temuan ini sejalan dengan penelitian Prasetyo dan Nugraheni (2023) yang menyatakan bahwa media digital interaktif mampu meningkatkan keterlibatan siswa karena memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dan personal. Penggunaan format *e-card* berbasis smartphone juga memungkinkan siswa mengakses media secara fleksibel, sehingga proses refleksi emosi dapat dilakukan secara lebih mandiri dibandingkan media konvensional.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa media peta emosi berbasis *e-card* memiliki kontribusi yang lebih luas dibandingkan media sejenis yang telah ada. Media ini tidak hanya membantu siswa mengenali emosi, tetapi juga memfasilitasi refleksi, pengelolaan emosi, dan penguatan diri melalui afirmasi positif. Temuan ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya mengenai pentingnya media interaktif dalam layanan BK, sekaligus menunjukkan bahwa integrasi teknologi digital dan aktivitas reflektif dapat menjadi alternatif yang efektif untuk mendukung perkembangan kesadaran emosional siswa SMP.

## KESIMPULAN

Media peta emosi berbasis *e-card* untuk tingkat SMP dinyatakan layak digunakan sebagai media layanan BK. Hasil validasi oleh ahli IT memperoleh persentase sebesar 94% dengan kategori Sangat Baik, sedangkan hasil validasi oleh ahli media memperoleh persentase sebesar 95% dengan kategori Sangat Baik. Selain itu, hasil uji coba kepada guru BK memperoleh persentase sebesar 91% dengan kategori Sangat Baik, dan hasil respon peserta didik memperoleh persentase sebesar 94% dengan kategori Sangat Baik. Berdasarkan hasil tersebut, media peta emosi berbasis *e-card* dinilai layak, menarik, mudah digunakan, serta dapat membantu peserta didik dalam mengenali, memahami, dan merefleksikan emosi yang dialami

## REKOMENDASI

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan media peta emosi berbasis *e-card* agar lebih responsif dan nyaman digunakan pada berbagai perangkat, karena media yang dikembangkan saat ini masih berfokus pada penggunaan melalui handphone sehingga tampilan pada laptop/komputer masih memiliki keterbatasan. Selain itu, penelitian selanjutnya juga disarankan melakukan uji eksperimen untuk mengetahui efektivitas media dalam membantu meningkatkan pengendalian emosi siswa

## REFERENSI

- Branch, R. M. (2009). *Instructional Design: The ADDIE Approach*. Springer.
- Dwi Setiawan, R. (2023, November 1). *Dampak Ketidakmampuan Mengendalikan Emosi pada Peserta Didik dalam Sektor Pendidikan*. Kompasiana.
- Fitri, R. (2019). *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja*.
- Jannah, E. F., Sulistiowati, A., Mahmud, A. A., & Rofiq, A. A. (2025). Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Gamifikasi Berbantu Media Emotional Card untuk Mengelola Emosi Siswa Menengah Atas. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(2), 493–500. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i2.8031>

- Laili, A. N. (2024). Gambaran Manajemen Emosi Marah Siswa Kelas VII di SMPN 2 Semarang. *Jurnal Fokus Konseling*, 10(2). <https://doi.org/10.52657/jfk.v10i2.2390>
- Luthfia, F., Studi, P., Bimbingan, P., Fkip, K., & Pontianak, U. (n.d.). *Studi Kasus Tentang Peserta Didik yang Sulit Mengendalikan Emosi pada Kelas VIII SMP Negeri 14 Pontianak*.
- Musthofa, A. J., & Nugraha, J. (2020). *Pengembangan Media Pembelajaran Audio Visual Berbantuan Adobe Flash dan Android Pada Kompetensi Dasar Mengelola Arsip Elektronik untuk Kelas X OTKP1 SMK Negeri 2 Blitar*. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpap>
- Mutiara Puspita, S. (2019). Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini. *Jurnal Program Studi PGRA*, 5, 85–92.
- Nur Wendari, W., Badrujaman, A., & Sismiati S, A. (2016). *Profil Permasalahan Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri di Kota Bogor*.
- Putri, A. M., Putri, N. S., & Ariani, F. (2022). Upaya guru bimbingan dan konseling mengembangkan emosi siswa pada masa remaja di SMP Negeri se-kota Padang. *Teraputik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 111–116. <https://doi.org/10.26539/teraputik.611068>
- Putri, N., & Primanita, R. Y. (2024). Perbedaan Kematangan Emosi Remaja Ditinjau Dari Bentuk Pola Asuh Orangtua. *Causalita: Journal of Psychology*, 1(4), 157–164. <https://doi.org/10.62260/causalita.v1i4.143>