

Pengembangan Media *Scrapbook* Tentang Pemahaman Regulasi Emosi Peserta Didik di SMA

Widiya Utami¹, Tika Febriyani², Busmayari³
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung^{1,2,3}
Email: utamiwidiya23@gmail.com

Article Info	ABSTRACT
Article history: Submitted: 28 July 2025 Accepted: 18 August 2025 Published: 19 August 2025	<i>This study aims to 1) test the feasibility of scrapbook media; 2) determine student responses; 3) determine the effectiveness of scrapbook media. This study employs an R&D method using the Borg and Gall model up to the seventh stage, which is the product revision stage. Research instruments include Likert scale validation tests, subject matter experts, media experts, and language experts. Data are analyzed qualitatively using descriptive methods based on expert suggestions and comments, and quantitatively using the percentage of expert test results. The results of this study indicate that the scrapbook media on emotional regulation for high school students has been developed and deemed highly suitable by validators, with a percentage of 80.00% for material suitability, 78.33% for scrapbook media suitability, and 76.67% for language suitability. Additionally, student responses to the scrapbook media on emotional regulation among students achieved a percentage of 90.78% with the criterion of "very interesting." From the Pre-test Post-test results, the distribution of the questionnaire on understanding emotional regulation obtained a value of Asymp Sig.0.000 < 0.005 with the Wilcoxon test, indicating an effective influence on understanding emotional regulation.</i>
Keyword: Pengembangan Media <i>Scrapbook</i> , Regulasi Emosi	ABSTRAK Penelitian ini bertujuan untuk 1) menguji kelayakan media <i>scrapbook</i> ; 2) untuk mengetahui respon peserta didik; 3) untuk mengetahui keefektifan media <i>scrapbook</i> . Penelitian ini menggunakan metode R&D dengan model Borg and Gall hingga tahap ketujuh yaitu tahap revisi produk. Instrumen penelitian meliputi penilaian uji validasi skala likert, ahli materi, media, ahli bahasa. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif berdasarkan saran dan komentar ahli serta secara kuantitatif menggunakan persentase hasil uji ahli. Hasil penelitian ini adalah telah dikembangkan media <i>scrapbook</i> tentang regulasi emosi pada peserta didik di SMA dinyatakan sangat layak oleh validator dengan persentase 80.00% untuk kelayakan materi, 78.33% untuk kelayakan media <i>scrapbook</i> dan 76.67% untuk kelayakan bahasa. Selain itu respon peserta didik terhadap media <i>scrapbook</i> tentang regulasi emosi pada peserta didik mendapatkan persentase sebesar 90.78% dengan kriteria sangat menarik. Dari hasil Pre-test Post-test, penyebaran angket pemahaman tentang regulasi emosi memperoleh nilai Asymp Sig.0.000 < 0.005 dengan uji <i>Wilcoxon</i> yang menyatakan terdapat pengaruh yang efektif terhadap pemahaman tentang regulasi
<hr/> Corresponding Author: Author Name, Widiya Utami Email: utamiwidiya23@gmail.com <hr/>	

PENDAHULUAN

Regulasi emosi menjadi fokus penting karena memahami mengapa dan bagaimana emosi dapat mengatur dan memfasilitasi proses psikologis individu

(Widuri, 2012). James J. Gross mengemukakan bahwa regulasi emosi adalah suatu hal yang dilakukan individu untuk mengatur emosi yang muncul dan dirasakan sehingga emosi apapun yang dirasakan, individu tetap menunjukkan sikap yang tenang dan kemampuan berfikir yang baik dan jernih. Emosi tidak hanya mengenai reaksi langsung terhadap rangsangan, tetapi juga berperan penting dalam memecahkan masalah, mengarahkan perhatian, dan memperoleh dukungan social (Ndari, Susianty Selaras, Amelia Vinayastri, 2019).

Regulasi emosi membantu individu fokus pada tugas, memecahkan masalah secara efektif, dan memperkuat hubungan sosial dengan orang lain. Regulasi emosi yang baik dapat meningkatkan kualitas perhatian yang terfokus, memfasilitasi penyelesaian masalah secara optimal, dan mempererat hubungan social antar individu (Vita & Yusron, 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adelina Murti Syafiina dan Faqih Purnomosidi dengan judul “Sosialisasi Regulasi Emosi pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Surakarta” menunjukkan bahwa perlu adanya pemahaman mengenai strategi untuk meregulasi emosi dan strategi kopping agar dapat menjalankan aktifitas sehari-hari dengan produktif dan mengurangi perilaku impulsif. Orang tua, pendidik, dan masyarakat juga memiliki peran penting dalam membantu remaja mengembangkan regulasi emosi yang efektif, karena tu, memahami regulasi emosi pada remaja sangat penting untuk membantu mereka mengembangkan kemampuan emosi yang sehat dan mencapai potensi yang maksimal. Peserta didik juga menyadari pentingnya regulasi emosi dalam kehidupan sehari-hari (Purnomosid, 2025).

Kemampuan mengelola emosi dengan baik dapat menyikapi situasi dengan lebih tenang dan fokus, tanpa terganggu oleh gejolak emosi. Disisi lain, kurangnya regulasi emosi dapat berdampak negative, menimbulkan gangguan dalam proses pemusatan perhatian, mengganggu kemampuan pemecahan masalah, dan menimbulkan gangguan dalam hubungan social. Ketika peserta didik mempunyai pengaturan emosi yang baik, maka peserta didik mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat dan mengololanya untuk mencapai tujuan hidupnya. Kemampuan untuk mengevaluasi pengalaman emosional membantu peserta didik mengatasi tantangan belajar dengan lebih efektif (Pristanti et al., 2022). Selain itu,

kemampuan regulasi emosi menjadi bekal keterampilan yang dibutuhkan anak di masa dewasa (Rahiem, 2023). Terkadang manusia di hadapkan dalam berbagai permasalahan yang menyebabkan kemarahan dan terkadang menyebabkan tindakan yang kurang bisa di terima di masyarakat, sehingga di butuhkan adanya kesabaran, berpikir positif, optimis serta tidak putus asa.

Pendidikan memiliki fungsi sebagai kemampuan untuk mengembangkan, membentuk karakter kepribadian seseorang yang etis mengikuti zaman. Pendidikan di Indonesia diharapkan dapat merata ke pelosok negeri. Media sebagai penengah memiliki peran sangat besar dalam menyampaikan informasi (Saman et al., 2021). Media juga sebagai semua bentuk perantara yang digunakan oleh manusia untuk menyampaikan atau menyebarkan ide, gagasan, atau pendapat dikemukakan itu sampai kepada penerima yang dituju (Sri Kurniaseh, 2024). Penggunaan media bimbingan dan konseling (BK) harus relevan dengan tujuan dari layanan, karena media bimbingan dan konseling (BK) harus mengamati terlebih dahulu tujuan dan nilai yang ideal dalam layanan yang akan diberikan kepada peserta didik (Utami Fitri et al., 2022). Perlu adanya variasi media yang dapat menarik perhatian peserta didik, yang menyenangkan dan media yang dapat memfasilitasi peserta didik untuk melakukan suatu kegiatan sehingga dapat meningkatkan keaktifan peserta didik serta mempermudah guru dalam menyampaikan materi kepada peserta didik. Dengan media yang inovatif peserta didik dapat belajar dengan aktif dan terlibat dalam penggunaan media yang menarik dan memiliki wawasan sesuai dengan perkembangannya (Liza & Wahyuni, 2023). Sehingga peneliti termotivasi untuk mengembangkan sebuah media yaitu media *scrapbook* (Veronica et al., 2018). *Scrapbook* merupakan karya seni menyerupai album yang berisikan gambar dan cerita yang berkaitan dengan materi pembelajaran yang dihias dengan kreatif. Sekitar 24 tahun lalu kegiatan *scrapbooking* menjadi suatu gaya hidup di Amerika. Di Asia baru berkembang sekitar 10 tahun terakhir (Maulani et al., 2024). Melalui penggunaan media *scrapbook* yang dikemas dalam bentuk buku dengan memadukan berbagai potongan gambar juga penjelasan diharapkan dapat menarik perhatian dan keaktifan peserta didik (Barseli et al., 2023).

Dari wawancara yang telah dilaksanakan oleh peneliti dengan guru bimbingan dan konseling (BK) di SMA Negeri 1 Trimurjo, mendapatkan data bahwa media layanan yang digunakan guru BK di SMA Negeri 1 Trimurjo sering menggunakan presentasi dan ice breaking. Kemudian menurut Ibu Teresia regulasi emosi itu sangat diperlukan bagi pertumbuhan psikologis anak supaya mempersiapkan diri untuk kedepannya, anak juga bisa mengatur emosi disaat menghadapi situasi-situasi tertentu yang butuh pengendalian emosi, jadi dengan mengetahui apa itu regulasi emosi diharapkan peserta didik mampu mengaplikasikan dalam diri masing-masing saat menghadapi masalah.

Adapun hasil penyebaran angket kebutuhan peserta didik yang telah diisi oleh 30 responden peserta didik mendapatkan data persentase bahwa 73,5% peserta didik di sekolah belum diberikan layanan informasi terkait regulasi emosi, 97,1% peserta didik membutuhkan media lain seperti media scrapbook, 94,1% peserta didik antusias jika ada media scrapbook bertema regulasi emosi. Kemudian ada beberapa alasan mengapa para peserta didik menyukai *scrapbook* yaitu karena menarik, tidak membosankan, mudah dibawa kemana saja, keren, estetis, menambah wawasan, bisa di jadikan kenangan.

Keterbaruan dari penulisan ini membawa inovasi dalam bentuk pengembangan media *scrapbook* yang khusus ditujukan untuk membantu peserta didik di SMA Negeri 1 Trimurjo dalam regulasi emosi mereka. *Scrapbook* ini dibuat dengan memperhatikan kebutuhan peserta didik SMA Negeri 1 Trimurjo, dengan konten yang disesuaikan untuk memenuhi kebutuhan peserta didik. Keunikan dalam media *scrapbook* ini yaitu adanya unsur budaya lampung yang digunakan dalam media *scrapbook* yang dibuat.

Mengacu pada permasalahan di atas, pentingnya penggunaan media pada proses layanan bimbingan konseling. Peserta didik akan menjadi fokus dan dapat berkonsentrasi selama proses layanan jika model yang dipilih guru bimbingan konseling cocok dan media yang digunakan dapat menarik perhatian peserta didik. Jika model layanan tersebut belum pernah digunakan sebelumnya maka peserta didik akan penasaran dan tertarik jika media yang akan digunakan itu unik. Contohnya media berbentuk visual (gambar) akan mudah disampaikan kepada peserta didik karena lebih paham dan lebih menarik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pengembangan dengan model Borg and Gall, yang bersifat deskriptif dan memberikan panduan langkah demi langkah untuk menciptakan suatu produk. Model Borg and Gall menurut Sugiyono (2018) yang terdiri dari 10 langkah penelitian yaitu: (1) Potensi Masalah, (2) Pengumpulan Data, (3) Desain Produk, (4) Validasi Desain, (5) Revisi Desain, (6) Uji Coba Produk, (7) Revisi Produk, (8) Uji Coba Pemakaian, (9) Revisi Produk, (10) Produksi Masal. Namun dalam penelitian dan pengembangan ini, peneliti hanya melaksanakan 7 langkah yaitu sampai revisi produk. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI dengan jumlah 156 peserta didik. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan teknik random sampling, yaitu penentuan sampel secara acak. Sampel pada penelitian ini adalah siswa dengan jumlah 21 siswa. Jenis data yang digunakan yaitu data verbal atau kualitatif yang diperoleh dari hasil penilaian ahli materi, ahli media dan ahli bahasa berupa kritikan, masukan dan saran, serta data numerik atau kuantitatif yang diperoleh dari hasil validasi ahli materi, ahli media, dan ahli bahasa berupa penilaian yang diekspresikan dalam bentuk angka yang mencerminkan kualitas media, baik materi atau media *scrapbook*.

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan wawancara, dokumentasi, instrumen skala likert, uji ahli materi, uji ahli media, uji ahli bahasa dan respon dari peserta didik. Analisis data yang digunakan yaitu analisis data kualitatif dan kuantitatif yang diperoleh dari penilaian para ahli dan untuk menganalisis keefektifan media *scrapbook* menggunakan analisis data uji *Wilcoxon*.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, dihasilkan sebuah produk berupa *scrapbook* tentang regulasi emosi. Penggunaan media pembelajaran *scrapbook* terbukti efektif dalam menarik perhatian peserta didik serta meningkatkan pemahaman mereka terhadap materi yang berkaitan dengan regulasi emosi (Sari et al., 2024). *Scrapbook* ini mengikuti prosedur pengembangan produk berdasarkan model penelitian Borg and Gall yang terdiri dari sepuluh tahapan akan dilakukan pembatasan dan

disederhanakan menjadi tujuh tahapan, hal tersebut dilakukan dengan mempertimbangkan waktu, keterbatasan biaya, serta originalitas (Larasathi et al., 2023). Dengan demikian, hanya dengan menggunakan tujuh tahapan sudah memadai untuk menguji apakah suatu media yang akan dikembangkan layak atau tidak (Hasyim, 2016).

Pada tahap potensi dan masalah pada penelitian pengembangan ini didasarkan atas hasil analisis kebutuhan peserta didik yang dilakukan oleh peneliti. Potensi yang didapatkan adalah guru memiliki kreatifitas yang tinggi tetapi tidak didukung oleh fasilitas yang memadai mengembangkan media bimbingan dan konseling (BK) sehingga peserta didik kurang menyukai kegiatan layanan.

Dalam kegiatan pengumpulan data peneliti menjalankan pra penelitian di SMA Negeri 1 Trimurjo dalam menyebar angket dan mewawancarai pendidik dengan begitu didapat informasi bahwa peserta didik membutuhkan media layanan jika selama proses layanan hanya menggunakan ceramah saja. Adapun alasan pemilihan lokasi penelitian adalah sekolah tersebut merupakan sekolah yang mempunyai potensi pemenuhan data yang diperlukan penulis untuk menjawab rumusan masalah dan belum ada penelitian dengan alasan permasalahan yang sama.

Pada tahap desain produk ini media *scrapbook* yaitu berbentuk buku berukuran A4 *Landscape* yang menggunakan jenis kertas *Aster Black*, aplikasi yang digunakan ialah aplikasi *Canva* adapun komponen-komponen media pembelajaran *scrapbook* tentang regulasi emosi didesain di *Canva* kemudian di *printout* lalu di gunting dan ditempelkan ke *scrapbook*. Dengan menggunakan media visual, yaitu *scrapbook* dapat menarik perhatian peserta didik apabila dibandingkan dengan penggunaan ceramah atau buku teks, karena dalam *scrapbook* disajikan gambar-gambar dan memiliki pesan yang ingin disampaikan.

Selanjutnya divalidasi oleh ahli media, ahli materi, dan ahli Bahasa dari dosen bimbingan dan konseling pendidikan Islam, pendidikan fisika dan FKPI Unila. Hasil yang didapat pada validator ahli media mendapatkan rata-rata persentase skor sebesar 78.33%, yang artinya untuk pengujian media ini dinyatakan Layak dan dapat digunakan. Pada ahli validator materi mendapat rata-rata persentase skor sebesar 80.00%, yang artinya untuk pengujian materi

scrapbook ini dinyatakan Sangat Layak dan dapat digunakan. Sedangkan validator ahli Bahasa didapatkan rata-rata persentase skor sebesar 76.67%, yang artinya untuk pengujian Bahasa media *scrapbook* ini dinyatakan Layak dan dapat digunakan. Kelayakan media *scrapbook* diketahui melalui tahap validasi oleh para ahli/validator. Validator/ahli terdiri dari satu ahli media, satu ahli materi dan satu ahli Bahasa. Instrument penilaian menggunakan angket penilaian dengan skala likert 1-5. Pemilihan validator ahli materi, ahli media, dan ahli Bahasa tergantung tingkat kompleks, ruang lingkup proyek media dan untuk menggabungkan perpektif dan keahlian yang berbeda untuk memastikan bahwa media tersebut memenuhi kriteria yang diharapkan. Dalam mengembangkan sebuah media pembelajaran, diperlukan kriteria kelayakan media. Untuk mengukur layak atau tidaknya media *scrapbook* tentang regulasi emosi pada peserta didik di SMA menggunakan interpretasi skala likert. Apabila masih belum memenuhi syarat atau standar kelayakan pada media maka media akan dilakukan revisi yang kemudian dilanjutkan dengan divalidasi oleh para ahli agar layak. Media *scrapbook* dapat dikatakan menarik jika peserta didik telah memberi skor 4 atau 5 dalam pengisian lembar angket sehingga media tersebut dapat dikatakan menarik sesuai dengan ketentuan interpretasi kemenarikan.

Berdasarkan hasil validasi dengan validator, media *scrapbook* tentang regulasi emosi mengalami beberapa perbaikan, diantaranya: ukuran *scrapbook* diubah menjadi A4, penambahan materi, penambahan study kasus, penambahan referensi, warna dalam *scrapbook* harus serasi, perbaiki ukuran *font*, kesesuaian jenis ilustrasi, hilangkan bentuk simbol dalam materi, Bahasa asing dimiringkan, tambahkan logo prodi dan biografi penulis.

Tahap selanjutnya yaitu uji coba produk kelompok kecil yaitu dinilai oleh sepuluh responden dari kelas XI SMA N 1 Trimurjo. Uji coba kelompok kecil mendapat penilaian terhadap kemenarikan produk media *scrapbook* yaitu dengan persentase sebesar 91.47% dengan kriteria sangat menarik. Kemudian dilanjutkan dengan uji coba lapangan dilaksanakan di SMA Negeri 1 Trimurjo dengan responden keseluruhan berjumlah 30 responden. Rata-rata dari uji lapangan sekolah tersebut mendapat persentase sebesar 90.78% dengan kriteria sangat menarik. Hasil respon pendidik menunjukkan bahwa produk ini dinilai sangat

menarik dengan persentase sebesar 92.83%, uji *Wilcoxon* pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang efektif terhadap pemahaman peserta didik tentang regulasi emosi, dengan nilai *Asymp Sig.* sebesar 0.000, yang lebih kecil dari 0.005.

Media sangat berperan untuk keberhasilan pada proses pembelajaran berlangsung. Peranan media pembelajaran terutama adalah untuk membantu penyampaian materi kepada peserta didik, dengan meningkatnya kualitas pembelajaran tentu juga akan berpengaruh terhadap meningkatnya kualitas pendidikan (Humairah, 2021). Media *scrapbook* sudah pernah digunakan hanya saja berbeda dengan media yang peneliti lakukan (Oktaviani & Kurniati, 2024). Media *scrapbook* dapat menambahkan referensi peserta didik serta memudahkan siswa untuk mengulang kembali belajar secara mandiri di luar jam pelajaran (Karomah et al., 2024). Media *Scrapbook* tidak sebatas media untuk menempelkan gambar, tetapi juga merupakan sarana untuk mengekspresikan diri melalui perpaduan warna, pola, dan bentuk yang harmonis (Marleni et al., 2024). Memanfaatkan penggunaan media layanan dapat berpengaruh terhadap indikator keberhasilan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik selain tujuan topik atau materi, metode, teknik atau pendekatan yang digunakan (Pretitama & Madiun, 2024).

Setiap individu tentu saja perlu memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik sebab orang yang pandai mengendalikan emosinya dapat membantu mereka mengendalikan diri terutama pada saat menghadapi masalah dan tekanan, maka dari itu keterampilan pengendalian diri yang baik secara alami tentu saja bisa membantu individu mengarahkan sikap mereka (Apriliani, 2024). Kemampuan regulasi emosi atau keterampilan mengelola emosi menjadi penting bagi individu untuk dapat efektif dalam melakukan *coping* terhadap berbagai masalah yang dapat mendorongnya mengalami kecemasan dan depresi (Adinda & Indrawati, 2024). Adapun kemampuan seseorang dalam mengelola emosi yang baik dapat membantu seseorang tersebut untuk mengontrol dirinya agar tidak terlibat dalam perilaku yang negatif (Neni Widyayanti, Hidayatul Arofah, 2024).

Regulasi emosi menjadi fokus penting karena memahami mengapa dan bagaimana emosi dapat mengatur dan memfasilitasi proses psikologis individu

(Vita & Yusron, 2024). Regulasi emosi yang tinggi akan membantu individu berpikir lebih positif dalam menghadapi suatu masalah, sedangkan regulasi emosi yang rendah akan membuat individu memiliki pemikiran yang negatif (Choirunissa & Ediati, 2020). Artinya, bahwa regulasi emosi menjadi suatu proses individu untuk membentuk dan memberikan respons terhadap emosionalnya (Mulia & Sundari, 2024). Dapat diambil kesimpulan bahwa media *scrapbook* tentang regulasi emosi pada peserta didik di SMA dapat dikatakan sangat menarik dan efektif untuk digunakan sebagai media pembelajaran.

PENUTUP

Pengembangan Media *Scrapbook* Tentang Regulasi Emosi Pada Peserta Didik Di SMA layak digunakan dalam layanan. Kelayakan produk berdasarkan penilaian ahli materi mendapatkan persentase 78.33% dengan kriteria “Layak”, penilaian ahli media mendapatkan persentase 80.00% dengan kriteria “Sangat Layak” dan ahli bahasa mendapatkan persentase 76.67% dengan kriteria “Layak”. Hasil uji coba kelompok kecil yang dilakukan di SMA Negeri 1 Trimurjo mendapatkan persentase 91.47% dengan kriteria “Sangat Menarik”. Pada uji coba lapangan di SMA Negeri 1 Trimurjo mendapatkan persentase 90.78% dengan kriteria “Sangat Menarik”. Penilaian pendidik di SMA Negeri 1 Trimurjo mendapatkan persentase 92.83% dengan kriteria “Sangat Menarik”. Uji pemahaman tentang materi pemahaman regulasi emosi setelah diberikan media bimbingan konseling berupa *scrapbook* menggunakan produk *scrapbook* tentang pemahaman regulasi emosi memperoleh nilai Asymp Sig.0.000 < 0.005 dengan uji *Wilcoxon* yang menyatakan efektif terhadap pemahaman regulasi emosi peserta didik.

DAFTAR RUJUKAN

- Adinda, M., & Indrawati, E. (2024). Pengaruh Media Sosial TikTok dan Regulasi Emosi Terhadap Perubahan Suasana Hati. *Jurnal Ikraith-Humaniora*, 9(2), 114–121.
- Apriliani, V. (2024). Strategi Regulasi Emosi Orang Dewasa Awal Korban Ghosting Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11(1), 1–15.
- Asniyanti Loda Hamu Meha, Anita Tamu Ina, Riwa Rambu Hada Enda, M. R. N. H. (2024). Efektivitas Model Pembelajaran Student Teams Achievement Divisions Berbantuan Media Scrapbook Dilengkapi LKS Teka-Teki Silang

- Tehadap Hasil Belajar Siswa Di SMA Pgri Waingapu. *Biogenerasi Jurnal Pendidikan Biologi*, 10(1), 478–484.
- Barseli, M., Sriwahyuningsih, V., Afrianti, D., Artikel, I., & Informasi, L. (2023). Pelatihan layanan informasi untuk mengatasi perilaku cyberbullying. *ABDI UNISAP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 166–171.
- Choirunissa, R., & Ediati, A. (2020). Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Remaja-Orangtua Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa Smk. *Jurnal EMPATI*, 7(3), 1068–1075. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21856>
- Hasyim, A. (2016). *Metode Penelitian Dan Pengembangan Di Sekolah*, 1st. Media Akademi.
- Humairah, E. (2021). Media Pembelajaran Berbasis Power Point Guna Mendukung Pembelajaran IPA Sekolah Dasar. *Prosiding Pendidikan Dasar*, 1(1), 251–252. <https://doi.org/10.34007/ppd.v1i1.196>
- Karomah, F., Alfi, C., Fatih, M., & Rofi, S. (2024). Pengembangan Media Scrapbook Materi Kebudayaan Indonesia untuk Meningkatkan Kemandirian Siswa Kelas IV SD. *Jurnal Pembelajaran Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 18–25.
- Larasathi, L., Pritasari, O. K., Puspitorini, A., & Wilujeng, B. Y. (2023). Pengembangan media pembelajaran video animasi pada kompetensi dasar anatomi fisiologi rambut di SMK LABSCHOOL UNESA 1 Surabaya. *Ejurnal Unesa*, 12(2), 241–248.
- Liza, N., & Wahyuni, S. (2023). Peranan Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Pemberian Layanan Informasi untuk Mengembangkan Perilaku Jujur Siswa. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4(2), 381–394. <https://doi.org/10.31538/munaddhomah.v4i2.460>
- Maulani, Y., Rohayati, N., & Hidayat, T. (2024). Peningkatan Keterampilan Menulis Karya Ilmiah Menggunakan Media Scrapbook. *Diksatrasia : Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 8(1), 25. <https://doi.org/10.25157/diksatrasia.v8i1.11680>
- Mulia, T. I., & Sundari, A. R. (2024). Pengaruh Religiusitas dan Regulasi Emosi Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 4(1), 47–57.
- Ndari, Susianty Selaras, Amelia Vinayastri, dan K. M. (2019). *Metode Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini*. Edu Publisher.
- Neni Widayanti, Hidayatul Arofah, A. N. A. A. (2024). Regulasi Emosi Dan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(1), 78–85. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i1.7445>
- Oktaviani, U. D., & Kurniati, A. (2024). Pengembangan Media Pembelajaran Scrapbook Untuk Meningkatkan Keterampilan Membaca Siswa Kelas II Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Perkhasa*, 10(2), 1012–1030.
- Pretitama, D., & Madiun, U. P. (2024). Strategi Layanan Bimbingan Kelompok Sebagai Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Media Permainan Uno Stacko pada Siswa Kelas VII-H SMP Negeri 4 Madiun Tahun Ajaran 2023 / 2024. *Seminar Nasional Sosial Sains, Pendidikan, Humaniora*

(*SENASSDRA*), 3(3), 82–89.

- Pristanti, N. A., Irawan, M., & Miswanto. (2022). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Pada Pembelajaran Online. *Ijgc*, 11(2), 93–104. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Purnomosid, A. M. S. F. (2025). Sosialisasi Regulasi Emosi pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Surakarta. *ARDHI : Jurnal Pengabdian Dalam Negri*, 3(1), 61–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.61132/ardhi.v3i1.1043>
- Rahiem, M. D. H. (2023). Orang Tua dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini. *Aulad : Journal on Early Childhood*, 6(1), 40–50. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i1.441>
- Saman, A., Umar, N. F., Bakhtiar, M. I., & Harun, A. (2021). Pemanfaatan Aplikasi Canva untuk membuat Media Bimbingan dan Konseling Bagi MGBK Kabupaten Gowa. *CARADDE* 4(1), 270–276. <https://journal.ilinstitute.com/index.php/caradde/article/view/1352%0Ahttps://journal.ilinstitute.com/index.php/caradde/article/download/1352/527>
- Sari, F. N., Kuryanto, M. S., & Pratiwi, I. A. (2024). Pengembangan Media Scrapbook Materi Warisan Budaya Indonesia Pada Pembelajaran IPAS Pendahuluan. *CJPE : Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 7(2), 291–300.
- Sri Kurniasih, U. D. (2024). Pengembangan Media Pembelajaran Animasi pada Tema 5 Cuaca Berbasis Mind Mapping Kelas III SD. *Journal Ability : Journal of Education and Social Analysis*, 5(4), 45–54.
- Utami Fitri, H., Putra, B. J., Anggraini, C. L., & Marianti, L. (2022). Implementasi Bimbingan Kelompok Berbantuan Media Video untuk Mengurangi Kecemasan Menarche Remaja. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 403–408. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.304>
- Veronica, I., Whyu Pusari, R., & Setiawardana, M. Y. (2018). Pengembangan Media Scrapbook Pada Pembelajaran Ipa. *Jurnal Imiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(3), 258. <https://doi.org/10.23887/jipp.v2i3.16222>
- Vita, D., & Yusron, M. (2024). Pengaruh Bimbingan Belajar, Regulasi Emosi, dan Metode Pemberian Tugas Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa Di SMA Khairunnas Gunung Anyar Surabaya. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(2), 3717–3729.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 147. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>