

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Ekspresi Emosi

1) Pengertian Ekspresi Emosi

Emosi merupakan ungkapan dan perasaan dalam setiap interaksi sosial akan selalu ada beberapa perubahan emosi. Saat seseorang tersenyum pada kita, reaksi alaminya yang membalas senyum agar selaras dengan emosi orang lain (Santoso & Sari, 2021). Menurut (Kamil & Diana, 2023) emosi merupakan suatu keadaan yang dimiliki oleh seseorang yang terdiri dari bentuk positif dan negatif. Emosi sesuatu perasaan yang bergejolak yang terdapat pada setiap orang yang disadar dan dapat diketahui melalui berbagai ekspresi seperti pada wajah atau perilaku yang berfungsi sebagai bentuk penyesuaian diri terhadap lingkungan guna untuk mencapai kesejahteraan individu di tengah masyarakat.

Ekspresi emosi adalah perilaku atau tindakan yang menunjukkan keadaan emosional seseorang melalui tanda-tanda yang dapat diamati oleh orang lain, baik secara verbal maupun non-verbal, seperti ekspresi wajah, gerak tubuh, nada suara, serta respons perilaku lain yang mengomunikasikan apa yang dirasakan secara emosional. Ekspresi ini merupakan manifestasi dari perasaan atau emosi internal seseorang yang dieksternalisasikan melalui perubahan fisiologis dan perilaku, sehingga memungkinkan individu untuk mengomunikasikan

keadaan emosionalnya kepada orang lain dalam konteks sosial ataupun interpersonal (Hasna, 2025).

Ekspresi emosi adalah bentuk penyaluran atau perwujudan perasaan individu melalui respon fisik, mimik wajah, bahasa tubuh, intonasi suara, dan tindakan tertentu. Ekspresi emosi menjadi cara seseorang mengkomunikasi apa yang sedang dirasakan kepada orang sekitar. Pada anak ASD, ekspresi emosi sering kali berbeda, kurang tepat, atau sulit ditampilkan. Ekspresi emosi mengacu pada kemampuan individu untuk menunjukkan perasaan yang sedang dialami, baik secara verbal maupun nonverbal (Azahra et al., 2025).

Anak yang mampu memahami emosinya akan lebih mampu untuk mengendalikan cara mengekspresikannya serta memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain. Menjadi peka terhadap lingkungan dan orang lain merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi kehidupan anak ke depan karena dengan kemampuan ini anak dapat lebih mudah beradaptasi, terlihat lebih konstruktif dalam komunitas lingkungan dan bekerjasama (Erlita & Abidin, 2021).

Kesimpulannya, emosi merupakan perasaan yang selalu hadir dalam setiap interaksi sosial dan dapat berupa emosi positif maupun negatif yang diekspresikan melalui wajah, perilaku, suara, dan bahasa tubuh sebagai bentuk penyesuaian diri terhadap lingkungan. Ekspresi emosi berfungsi sebagai sarana komunikasi untuk menyampaikan apa yang dirasakan individu kepada orang lain di sekitarnya. Pada anak dengan ASD, kemampuan mengekspresikan emosi sering kali berbeda,

kurang tepat, atau mengalami kesulitan baik secara verbal maupun nonverbal. Kemampuan memahami emosi diri membantu anak mengendalikan cara mengekspresikan perasaannya secara lebih tepat. Selain itu, pemahaman emosi juga meningkatkan kepekaan terhadap perasaan orang lain sehingga anak lebih mudah beradaptasi, bersikap konstruktif, dan bekerja sama dalam lingkungan sosial.

2) Jenis-jenis Emosi

Secara umum, menurut penelitian yang dilakukan oleh (Santoso & Sari, 2021) emosi dasar dapat dikategorikan sebagai berikut:

1. Emosi Senang

Emosi Senang ditandai dengan tersenyum, rileks dan gerakan tubuh yang ringan. Seseorang mengalami kepuasan atau peristiwa menyenangkan yang memicu ekspresi positif seperti tersenyum.

2. Emosi Sedih

Emosi Sedih diwujudkan dengan menunduk, menangis, tatapan kosong, atau suara lirih. Emosi ini ditandai dengan perasaan kehilangan atau kekecewaan yang sering ditunjukkan melalui raut wajah murung atau tangisan.

3. Emosi Marah

Terlihat melalui raut tegang, tangan mengepal, atau suara meninggi. Emosi ini mengungkapkan respons terhadap ancaman atau frustrasi yang memicu perubahan fisiologis seperti detak jantung meningkat dan ketegangan tubuh.

4. Emosi Takut/Cemas

Emosi Takut ini ditandai dengan gelisah, menghindar, atau memeluk diri sendiri.

5. Emosi Terkejut

Emosi terkejut ditandai dengan tampak dari mata yang membesar, terhenti sesaat, atau menarik napas. Emosi ini sering kali ditunjukkan pada peristiwa yang tak terduga yang berfungsi sebagai mekanisme adaptif untuk melindungi diri.

6. Emosi Jijik/Tidak Suka

Muncul melalui mengenyitkan hidung atau menjauh dari objek tertentu. Emosi ini muncul ketika seseorang menghadapi sesuatu yang menjijikan atau kejadian yang tak terduga.

Jenis emosi ini merupakan dasar untuk pembelajaran ekspresi pada anak ASD melalui media visual seperti emoji.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Istiqomah et al., 2023a) jenis-jenis emosi dikategorikan sebagai berikut:

1. Emosi positif disebut juga efek positif, membangkitkan emosi yang menyenangkan dan menenangkan. Contoh emosi positif termasuk ketenangan, relaksasi, kebahagiaan, hiburan, kehangatan emosional, dan kegembiraan.
2. Emosi negatif, atau dampak negatif, menimbulkan perasaan tidak menyenangkan dan menjengkelkan. Saat mengalami emosi negatif, dampaknya negatif dan tidak nyaman. Berbagai emosi negatif antara lain kesedihan, kekecewaan, keputusasaan, depresi,

ketidakberdayaan,frustasi, kemarahan, dendam, dan masih banyak lagi yang lainnya.

Emosi positif dan negatif merupakan aspek integral dari perkembangan anak. Emosi positif, seperti kebahagiaan dan kegembiraan, memainkan peran penting dalam menumbuhkan optimisme dan ketahanan anak. Emosi ini memberikan rasa sejahtera dan memungkinkan anak membangun hubungan dan hubungan yang sehat mengalami kegembiraan. Di sisi lain, emosi negatif, seperti kemarahan dan kesedihan, juga mempunyai arti penting karena mereka memungkinkan anak-anak mengenali dan mengomunikasikan kebutuhan dan batasan mereka. Dengan memahami dan mengakui emosi positif dan negatif, pendidik dan orang tua dapat mendorong keseimbangan perkembangan emosi pada anak kecil (Istiqomah et al., 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Walinono et al., 2024) mengemukakan bahwa terdapat jenis-jenis emosi antara lain amarah yang meliputi beringas, mengamuk, benci dan jengkel. Rasa takut yang meliputi cemas, gugup, khawatir, was-was. Kenikmatan meliputi bahagia, gembira, riang, puas. Cinta meliputi penerimaan, persahabatan dan kepercayaan. Terkejut meliputi terkesiap, terkejut. Jengkel meliputi hina, jijik dan muak. Malu meliputi malu hati, kesal.

3) Cara Individu Mengekspresikan Emosi

Menurut (Azahra et al., 2025) Individu mengekspresikan emosi melalui tiga bentuk utama:

1. Ekspresi Verbal

Diungkapkan melalui kata-kata, intonasi suara, atau ungkapan langsung mengenai perasaan.

2. Ekspresi Nonverbal

Ditampilkan melalui mimik wajah, gerak tubuh, kontak mata, dan bahasa tubuh lainnya. Pada anak ASD, ekspresi nonverbal sering kali kurang sinkron atau tidak sesuai dengan situasi.

3. Ekspresi Fisiologis

Misalnya jantung berdebar, berkeringat, suara bergetar, dan perubahan fisik lainnya yang menunjukkan adanya emosi tertentu.

Pada anak ASD, kesulitan dalam memahami dan menampilkan ekspresi membuat mereka membutuhkan media dan metode yang lebih visual, konkret, dan terstruktur.

2. *Autism Spectrum Disorder* (ASD)

1) Pengertian ASD

Autism Spectrum Disorder adalah gangguan perkembangan yang mempengaruhi kemampuan komunikasi, interaksi sosial, dan pola perilaku. Anak ASD memiliki pola perilaku repetitif, kesulitan memahami ekspresi emosi, dan tantangan dalam mengkomunikasikan perasaan. *Autism Spectrum Disorder* sering kali terjadi bersamaan dengan kondisi lain. Seseorang dengan kondisi ini memiliki gangguan dalam berkomunikasi dan berinteraksi secara sosial (Putri et al., 2024).

Autism Spectrum Disorder menurut (Dewi, 2021) merupakan suatu kelainan pada otak manusia yang mengakibatkan seseorang

mengalami gangguan dalam melakukan komunikasi dan interaksi terhadap sosial. Meningkatnya penderita *Autism Spectrum Disorder* di dunia memerlukan deteksi dini terhadap kelainan tersebut untuk mengurangi risiko negatif yang ditimbulkan dan memberikan perawatan yang tepat untuk penderitanya.

Menurut (Dewi & Morawati, 2024) *Autism Spectrum Disorder* (ASD) merupakan salah satu gangguan perkembangan neurologis yang terus menjadi perhatian di bidang kesehatan global. ASD ditandai oleh defisit persisten dalam komunikasi sosial dan interaksi, serta pola perilaku berulang yang terbatas. Penyebab autisme melibatkan interaksi kompleks antara faktor genetik, lingkungan, dan biologis. Autisme pada anak dapat terjadi karena beberapa faktor, yaitu berat lahir, riwayat asfiksia, usia ibu saat melahirkan, usia ayah saat ibu melahirkan, metode persalinan, ras ibu, riwayat penggunaan obat antidepresan, riwayat paparan asap rokok pada ibu hamil, riwayat stres pada ibu hamil, jumlah kehamilan, riwayat pendarahan maternal, jenis kelamin anak, riwayat pemberian makanan pendamping ASI sebelum anak berusia 6 bulan dan riwayat infeksi pada ibu hamil.

Dampak yang diberikan pada aspek perkemangan dan pembelajaran bagi anak-anak penyandang ASD dimulai sejak umur satu tahun. Hingga saat ini dugaan penyebab ASD masih diyakini berasal dari dua faktor yaitu faktor genetik atau lingkungan. Tanda-tanda umum yang sering kali terlihat pada individu dengan ASD meliputi perilaku hiperaktif atau melakukan aktivitas secara berlebihan,

kecenderungan menjadi agresif, dan seringnya mengalami fluktuasi emosi atau perubahan suasana hati (Putri et al., 2024).

2) Karakteristik Emosi pada Anak ASD

Menurut (Nisak & Harsiwi, 2024) anak autisme yakni anak yang mengalami gangguan perkembangan dan cenderung memiliki karakteristik serupa dan gejalanya muncul sebelum usia 3 tahun serta gangguannya bersifat neurologis yang mempengaruhi kemampuan anak dalam berkomunikasi, pemahaman dalam bahasa, kemampuan berinteraksi dengan orang lain dan sulitnya bermain. Menurut Powers dalam (Amanullah, 2022) terdapat karakteristik anak yang mengalami autisme dengan ditandai gejala atau gangguan dalam bidang antara lain sebagai berikut.

1. Interaksi Sosial

- 1) Tidak tertarik untuk bermain bersama dengan teman sebaya
- 2) Lebih suka menyendiri
- 3) Tidak ada atau sedikit kontak mata atau menghindar untuk bertatapan

2. Komunikasi (Bicara, Bahasa dan Komunikasi)

- 1) Perkembangan bahasa lambat atau sama sekali tidak ada
- 2) Senang meniru atau membeo (ekolalia)
- 3) Tidak atau hanya sedikit sekali pemahaman anak mengenai konsep abstrak atau gerak isyarat simbolis
- 4) Anak tampak seperti tuli, sulit berbicara atau pernah berbicara tapi kemudian sirna

- 5) Kadang kata-kata yang digunakan tidak sesuai artinya
- 6) Bicara tidak dipakai sebagai alat berkomunikasi g. Bila senang meniru, dapat menghafal betul kata-kata atau nyanbnyan tersebut tanpa mengerti biaya
- 7) Anak sulit memahami bahasa verbal atau lisan i. Senang menarik-narik tangan orang lain untuk melakukan apa yang ia inginkan, misalnya bila ingin meminta minum

3. Bermain

- 1) Tidak bermain seperti anak-anak pada umumnya
- 2) Senang pada benda-benda yang berputar, seperti kipas angin, roda sepeda, gasing, tidak kreatif dan tidak imajinatif
- 3) Dapat sangat lekat dengan benda-benda tertentu yang dipegang terus dan dibawa kemanamana

4. Gangguan Sensoris

- 1) Berespon secara berlebihan atau justru tidak ada reaksi sama sekali terhadap stimulasi sensoris
- 2) Sering menggunakan indera penciuman atau pengecapannya seperti senang mencium-cium, menjilat mainan atau benda-benda lain
- 3) Sangat sensitif terhadap sentuhan, seperti tidak suka dipeluk
- 4) Tidak sensitif terhadap rasa sakit dan rasa takut e. Berperilaku dapat berlebihan (hiperaktif) atau kekurangan (hipoaktif)
- 5) Memperlihatkan perilaku stimulasi diri, seperti bergoyang-goyang, mengepakkan tangan seperti burung, berputar-putar

mendekatkan mata ke TV, lari atau berjalan bolak-balik, melakukan gerakan yang diulang-ulang

5. Emosi

- 1) Amat sulit memahami dan mengekspresikan emosinya kepada orang lain
- 2) Sering marah-marah tanpa alasan yang jelas, tertawa-tawa, menangis tanpa alasan, temper tantrum (mengamuk tak terkandali) jika dilarang atau tidak diberikan keinginannya
- 3) Kadang suka menyerang atau merusak
- 4) Kadang-kadang anak berperilaku menyakiti dirinya sendiri
- 5) Tidak mempunyai empati dan tidak memahami perasaan orang lain

3. **Media *Emoji Mirror Board***

1) Pengertian Media *Emoji Mirror Board*

Media *emoji mirror board* adalah media visual berupa papan cermin yang dipadukan dengan gambar emoji sebagai representasi emosi. Siswa dapat bercermin sambil meniru ekspresi sesuai emoji yang ditampilkan, sehingga membantu mereka belajar mengidentifikasi dan mengekspresikan emosi secara lebih tepat. Papan emoji merupakan sebuah medium yang mampu memikat perhatian anak-anak dalam menggali berbagai ekspresi diri sehingga anak bisa menirukannya bahkan anak langsung ingin tahu serta ingin mencoba mengeluarkan ekspresi diri (Nurjannah, 2025).

Menurut Fadlurahman (2025), media *Emoji Mirror Board* adalah Interpretasi emosi yang direpresentasikan oleh emoji yang tidak konsisten antar pengguna beresiko menimbulkan kesalahpahaman. Namun, komunikasi melalui media sosial membawa tantangan tersendiri. Berbeda dengan komunikasi tatap muka yang kaya dengan isyarat non-verbal seperti intonasi suara, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh, komunikasi berbasis teks cenderung kering dan berpotensi menimbulkan salah tafsir, terutama dalam menyampaikan emosi, sarkasme, atau humor.

Media *Emoji Mirror Board* menurut Sazkiyah & Risaldi (2025), emoji lebih sering digunakan dalam percakapan yang bersifat santai dan emosional seperti di grup teman atau keluarga. Dalam konteks ini, pengguna cenderung memilih emoji positif untuk menciptakan suasana yang akrab dan menjaga hubungan baik antar anggota percakapan. Selain itu, komunikasi visual ini juga dapat menimbulkan kesalahpahaman karena pesan yang disampaikan tidak selalu jelas. Permasalahan lain juga bisa muncul ketika emoji digunakan dalam situasi formal atau professional.

2) Fungsi Media *Emoji Mirror Board*

1. Membantu anak melihat dan mengamati ekspresi diri sendiri.
2. Menyediakan contoh visual yang konkret (emoji) sebagai panduan.
3. Menghubungkan ekspresi wajah dengan makna emosinya.
4. Mengurangi abstraksi sehingga cocok untuk karakteristik anak ASD.

3) Kelebihan Media Emoji Mirror Board

1. Visual, menarik, dan mudah dipahami.
2. Membantu anak belajar melalui imitasi.
3. Dapat digunakan dalam pembelajaran visual.
4. Memfasilitasi interaksi sosial sederhana.
5. Membantu guru mengamati perkembangan ekspresi lebih akurat.

4. Ekspresi Emosi Melalui Media Visual

Penggunaan media visual berperan besar dalam pembelajaran anak ASD. Visual membantu menurunkan beban kognitif, memperjelas konsep emosi, dan memberikan contoh konkret yang dapat ditiru. Dengan adanya cermin, anak dapat mengoreksi mimik wajahnya sendiri sehingga pembelajaran menjadi lebih reflektif dan efektif.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Berikut adalah penelitian yang relevan pada penelitian ini:

No	Penelitian & Penulis	Intisari & Relevansi ke Skripsi
1	<i>Facial expression recognition is linked to clinical and neurofunctional differences in autism</i> (Meyer-Lindenberg et al., 2022)	Studi ini menunjukkan bahwa pengenalan ekspresi wajah terkait dengan perbedaan klinis dan neurofungsional pada individu dengan ASD yang menegaskan bahwa kesulitan mengenali ekspresi wajah adalah karakteristik ASD yang penting. Relevan sebagai dasar teori bahwa anak ASD memang sering kesulitan ekspresi, jadi

		intervensi media visual seperti Emoji Mirror Board dibutuhkan.
2	<i>Using emotion recognition technologies to teach children with autism spectrum disorder how to identify and express emotions</i> <i>(Garcia-Garcia et al., 2022)</i>	Penelitian ini mengeksplorasi penggunaan teknologi pengenalan emosi untuk membantu anak ASD mengenali dan mengekspresikan emosi. Hal ini menunjukkan bahwa teknologi dan media bisa menjadi alternatif intervensi yang efektif.
3	Efektivitas Penggunaan Media Grafis Lift The Flap Book Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengenal Cuaca Pada Anak Autisme Kelas III di SD Pembangunan Laboratorium UNP <i>(Aulia Rahmayani et al., 2023)</i>	Penelitian ini menunjukkan bahwa media grafis visual efektif membantu anak autisme dalam mengenal konsep abstrak. Hal ini relevan karena mendukung gagasan bahwa media visual konkret membantu anak ASD mengenali konsep dan ekspresi emosi.
4	<i>Comparative analysis of emotional facial expression recognition and empathy in children with prader-willi syndrome and autism spectrum disorder</i> <i>(Perosanz et al., 2024)</i>	Penelitian ini menginvestigasi kemampuan mengenali ekspresi emosional wajah pada anak dengan ASD yang menegaskan bahwa ekspresi wajah & empati dapat diukur dan mendukung relevansi penelitian tentang ekspresi emosi anak ASD.
5	<i>Applying a Convolutional Vision Transformer for Emotion Recognition in Children with Autism: Fusion of Facial Expressions and Speech Features</i>	Penelitian terkini yang memanfaatkan teknologi canggih untuk mengenali emosi pada anak ASD melalui ekspresi wajah dan suara. Hal ini

		menunjukkan bahwa penggunaan media atau alat bantu modern lebih efektif dan mendeteksi emosi pada anak ASD.
--	--	---

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan dapat dijelaskan sebagai hubungan logis sebagai berikut:

1. Anak ASD memiliki kesulitan dalam mengenali dan mengekspresikan emosi.

Anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) umumnya mengalami hambatan dalam memahami emosi diri sendiri maupun orang lain. Mereka sering kesulitan mengenali makna ekspresi wajah, intonasi suara, serta bahasa tubuh, sehingga ekspresi emosi yang ditampilkan terkadang tidak sesuai dengan situasi sosial yang dihadapi.

2. Ekspresi emosi dapat diajarkan melalui metode visual dan konkret.

Anak ASD cenderung lebih mudah memahami informasi yang disajikan secara visual dan nyata dibandingkan penjelasan abstrak. Oleh karena itu, pembelajaran ekspresi emosi melalui gambar, simbol, atau alat bantu konkret menjadi lebih efektif untuk membantu anak mengenali dan mempraktikkan berbagai bentuk emosi.

3. Emoji memberikan contoh ekspresi emosi yang mudah dipahami.

Emoji menampilkan ekspresi wajah yang sederhana, jelas, dan konsisten, sehingga memudahkan anak ASD untuk mengenali perbedaan emosi seperti senang, sedih, marah, atau takut. Bentuk visual emoji dapat

membantu anak menghubungkan perasaan dengan ekspresi wajah secara lebih cepat dan menarik.

4. Cermin memberikan kesempatan bagi anak untuk melihat dan memperbaiki ekspresinya sendiri.

Penggunaan cermin memungkinkan anak ASD mengamati ekspresi wajahnya secara langsung saat menirukan atau mengekspresikan emosi tertentu. Dengan melihat pantulan diri, anak dapat menyadari perbedaan antara ekspresi yang ditampilkan dan contoh yang diberikan, sehingga secara bertahap mampu memperbaiki dan menyesuaikan ekspresi emosinya.

5. Kombinasi emoji dan mirror board diyakini dapat membantu meningkatkan kemampuan ekspresi emosi anak ASD.
6. Penggunaan emoji sebagai contoh visual dan mirror board sebagai media refleksi diri menciptakan proses belajar yang interaktif dan konkret. Kombinasi keduanya membantu anak ASD memahami, meniru, serta mengevaluasi ekspresi emosi secara mandiri, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kemampuan mengekspresikan emosi secara lebih tepat dalam kehidupan sehari-hari.