MASALIQ
Jurnal Pendidikan dan Sains

e-ISSN: 2808-8115
p-ISSN: 2809-1051

Terindeks: Sinta 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Garuda, Google Scholar, Base, etc

https://doi.org/10.58578/masaliq.v6i4.10563

OPTIMALISASI *CALMING CORNER* UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN EMOSIONAL ANAK DALAM KURIKULUM PAUD

Optimization of the Calming Corner to Improve Children's Emotional Independence in the PAUD Curriculum

Nisrina Mutia Afifah[1], Kartika Fajriani[2], Lina Revilla Malik[3]
[1,3]UIN Sultan Aji Muhammad Idris Samarinda; [2]Universitas Nahdlatul Ulama Samarinda
nisrinamutiafifah@gmail.com; fajrianikartika111@unukaltim.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Apr 27, 2026	May 25, 2026	Jun 6, 2026	Jun 11, 2026

Abstract

Although Calming Corner has begun to be used in early childhood education practice, in-depth studies on its role in supporting children's emotional stability at school remain limited. This study aims to examine the role and strategies for utilizing Calming Corner as a means of supporting children's emotional independence in the current early childhood education curriculum. This study used a library research method by reviewing fifteen scientific literature sources published in the last five years. The results of the review show that the most effective arrangement of Calming Corner is an integrated model that combines the Montessori principle of order, the flexibility of the Kaizen method, and the support of modern sensory teaching aids. The findings also reveal a shift in the function of Calming Corner, from merely a classroom display element to a recovery space that helps children recognize their own condition and calm themselves independently. The conclusion of this study affirms that Calming Corner serves as a "second teacher" that supports a shift in classroom management approaches, from strict external supervision toward the development of children's internal self-regulation. Theoretically, this review enriches the literature on calming

Masaliq Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

learning environments, while practically, it provides guidance for teachers in integrating a non-punitive emotional pause space into KOSP documents. These findings imply the strengthening of educational practices that care for children's mental health and support the realization of the independent *Profil Pelajar Pancasila*.

Keywords: Calming Corner; Children's Emotional Independence; Self-Regulation; Early Childhood Education Curriculum; Calming Learning Environment

Abstrak: Meskipun *Calming Corner* mulai digunakan dalam praktik pendidikan anak usia dini, kajian mendalam mengenai perannya dalam mendukung kestabilan emosi anak di sekolah masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk menelaah peran dan strategi pemanfaatan *Calming Corner* sebagai sarana pendukung kemandirian emosional anak dalam kurikulum PAUD masa kini. Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan dengan menelaah lima belas literatur ilmiah yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir. Hasil kajian menunjukkan bahwa penataan *Calming Corner* yang paling efektif adalah model terpadu yang memadukan prinsip keteraturan Montessori, fleksibilitas metode *Kaizen*, serta dukungan alat peraga sensorik modern. Temuan juga memperlihatkan adanya pergeseran fungsi *Calming Corner*, dari sekadar elemen pajangan kelas menjadi ruang pemulihan yang membantu anak mengenali kondisi diri dan menenangkan diri secara mandiri. Simpulan penelitian ini menegaskan bahwa *Calming Corner* berperan sebagai "guru kedua" yang mendukung perubahan pendekatan pengelolaan kelas, dari pengawasan eksternal yang ketat menuju pengembangan regulasi diri anak dari dalam. Secara teoretis, kajian ini memperkaya literatur tentang lingkungan belajar yang menenangkan, sedangkan secara praktis memberikan arahan bagi guru untuk mengintegrasikan ruang jeda emosional tanpa hukuman dalam dokumen KOSP. Temuan ini berimplikasi pada penguatan praktik pendidikan yang peduli terhadap kesehatan mental anak serta mendukung terwujudnya Profil Pelajar Pancasila yang mandiri.

Kata Kunci: *Calming Corner*; Kemandirian Emosional Anak; Regulasi Diri; Kurikulum PAUD; Lingkungan Belajar Menenangkan

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Indonesia sedang mengalami perubahan yang sangat mendasar dengan diterapkannya Kurikulum Merdeka. Kurikulum ini menjadikan kesejahteraan psikologis dan perkembangan emosional anak sebagai pusat dari seluruh kegiatan pembelajaran, sejalan dengan semangat Profil Pelajar Pancasila yang menekankan kemandirian dan akhlak mulia. Akan tetapi, di banyak satuan PAUD, masih terdapat tantangan nyata dalam mewujudkan hal tersebut. Profil emosional anak usia dini dewasa ini menunjukkan peningkatan perilaku impulsif dan kesulitan dalam mengatur emosi diri sendiri.

Banyak pendidik masih cenderung menggunakan pendekatan manajemen kelas yang bersifat instruksional dan berorientasi pada pencapaian tugas kelompok. Akibatnya, kesiapan emosional setiap anak sering kali kurang mendapat perhatian. Ketika anak mengalami ledakan

emosi atau tantrum, respons yang diberikan pun kerap bersifat punitif, seperti pemisahan paksa atau *time-out*. Cara seperti ini justru berpotensi menimbulkan rasa terisolasi dan tidak membantu anak membangun kemampuan mengelola emosi dengan baik (Hasanah & Zunaih, 2025).

Masalah tersebut semakin kompleks karena desain lingkungan belajar di kelas yang terlalu penuh rangsangan *(over-stimulating)* tanpa disediakannya ruang yang aman untuk menenangkan diri. Ketiadaan area khusus untuk menurunkan ketegangan saraf menciptakan kesenjangan dalam upaya mewujudkan pendidikan yang benar-benar inklusif dan peduli terhadap kesejahteraan anak. Oleh sebab itu, *Calming Corner* atau Pojok Tenang perlu diposisikan ulang. Bukan sekadar sudut dekorasi, melainkan sebagai "laboratorium emosi" yang menyediakan lingkungan tenang dengan rangsangan sensorik yang terkendali. Melalui ruang ini, anak diajak belajar mengatur emosinya secara mandiri dan menjadikannya bagian penting dari kegiatan kurikulum sehari-hari (Widaningsih, 2023).

Dari segi teori, keberadaan *Calming Corner* sangat relevan dengan Teori Regulasi Diri Zimmerman (2000) yang menjelaskan proses pengelolaan emosi secara siklik. Teori ini selaras dengan *Sensory Integration Theory* dari A. Jean Ayres yang menekankan pentingnya pemrosesan input sensorik oleh sistem saraf. Pada usia dini, bagian otak yang mengatur kontrol impuls *(prefrontal cortex)* belum matang sepenuhnya(Lane et al., 2019). Karena itu, anak sangat membutuhkan dukungan lingkungan fisik yang menenangkan sebagai bentuk bantuan sementara *(scaffolding)* sebelum mereka mampu mengatur diri sendiri. Beberapa pengalaman di lapangan menunjukkan bahwa *calming Corner* yang terintegrasi dengan baik dapat menurunkan perilaku agresif (Kwartie et al., 2024) dan mendukung perkembangan kemandirian emosional anak (Wahyuningsih et al., 2023).

Berbagai penelitian terdahulu di Indonesia telah menunjukkan manfaat positif penggunaan ruang restoratif semacam ini. Integrasi pojok emosi dalam jadwal harian terbukti membantu meningkatkan kemampuan anak mengelola emosi (Batubara et al., 2023; Selian & Amalia, 2024). Meski demikian, masih ada kesenjangan yang cukup jelas. Kebanyakan studi hanya membahas aspek fisik dan manfaat umum *Calming Corner*, sementara pembahasan tentang cara mengintegrasikannya ke dalam dokumen Kurikulum Operasional Satuan Pendidikan (KOSP) serta desain pembelajaran Kurikulum Merdeka masih sangat terbatas. Akibatnya, di banyak kelas, *Calming Corner* hanya menjadi pajangan yang kurang dimanfaatkan secara maksimal.

Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut. Melalui kajian literatur yang mendalam, penelitian ini berupaya menyusun kerangka kerja optimalisasi *Calming Corner* yang lebih utuh, menghubungkan antara desain fisik, komponen sensorik, dan strategi pedagogis yang sesuai dengan konteks PAUD Indonesia. Dengan demikian, diharapkan praktisi pendidikan dapat menerapkan *Calming Corner* secara lebih bermakna.

Secara keseluruhan, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran serta strategi optimalisasi *Calming Corner* dalam kurikulum PAUD. Secara lebih rinci, kajian ini difokuskan pada tiga hal, yaitu: (1) mengidentifikasi desain fisik dan komponen sensorik yang paling efektif; (2) menganalisis fungsi area tersebut sebagai sarana regulasi diri yang mandiri; dan (3) merumuskan strategi integrasi *Calming Corner* ke dalam desain pembelajaran kurikulum agar dapat mendukung Profil Pelajar Pancasila yang mandiri dan berakhlak mulia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan *(library research)*. Pemilihan metode ini didasarkan pada tujuan untuk mendalami, menyintesis, dan menyusun kerangka konseptual yang lebih praktis tentang pemanfaatan *Calming Corner* sebagai sarana pengembangan regulasi diri dan kemandirian emosional anak di PAUD. Sesuai dengan pandangan Zed (2008), studi kepustakaan dalam penelitian ini bukan sekadar mengumpulkan bahan bacaan, melainkan proses sistematis untuk mengkaji sumber-sumber literatur sebagai data utama secara mendalam dan kritis.

Desain yang diterapkan dalam penelitian ini adalah analisis isi *(content analysis)*. Peneliti berperan sebagai instrumen utama yang bertanggung jawab penuh mulai dari perencanaan, pengumpulan, hingga interpretasi data secara mandiri (Sugiyono, 2013). Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali makna yang lebih dalam dari berbagai dokumen kebijakan kurikulum dan hasil penelitian terdahulu, sehingga dapat dirumuskan pola dan kerangka kerja yang lebih relevan dengan kebutuhan pendidikan anak usia dini di Indonesia saat ini.

Karena penelitian ini berbasis literatur, sumber data atau unit analisis yang digunakan berupa artikel jurnal nasional terakreditasi Sinta dan artikel ilmiah internasional bereputasi yang diterbitkan antara tahun 2021 hingga 2026. Pemilihan sumber dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan yang disengaja berdasarkan kriteria yang jelas: (1) membahas regulasi diri dan kemandirian emosional anak usia dini, (2) membahas desain lingkungan

restoratif di kelas, dan (3) memiliki kaitan dengan implementasi Kurikulum Merdeka. Melalui penelusuran di pangkalan data Garuda, SINTA, dan Google Scholar, berhasil diperoleh 15 artikel yang memenuhi syarat setelah melalui proses penyaringan yang ketat.

Peneliti mengumpulkan data melalui metode dokumentasi dengan bantuan matriks sintesis literatur sebagai instrumen utama. Matriks ini digunakan untuk memetakan secara terperinci komponen desain fisik *Calming Corner*, prosedur pedagogis yang diterapkan, serta dampaknya terhadap perkembangan psikologis anak. Proses pengumpulan data berlangsung selama satu bulan dengan melakukan pencatatan secara deskriptif sekaligus pemaknaan mendalam terhadap argumen-argumen penting yang ditemukan dalam literatur (Snyder, 2019).

Analisis data dilakukan dengan mengikuti model interaktif Miles et al. (2014) yang meliputi tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian data dalam matriks komparatif, serta penarikan kesimpulan secara induktif. Untuk memastikan kualitas dan kredibilitas hasil penelitian, peneliti menerapkan teknik triangulasi sumber melalui perbandingan antar literatur. Proses ini dilakukan secara berulang hingga mencapai kejenuhan data. Dengan demikian, sintesis yang dihasilkan diharapkan bersifat objektif, dapat dipertanggungjawabkan, serta memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan lingkungan belajar PAUD yang lebih memperhatikan kesehatan mental anak.

HASIL

Melalui analisis sistematis terhadap 15 artikel ilmiah terpilih yang diterbitkan antara tahun 2021 hingga 2026, penelitian kepustakaan ini berhasil menyusun gambaran yang lebih utuh dan mendalam mengenai optimalisasi *Calming Corner* di satuan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD). Temuan-temuan penting yang diperoleh dari berbagai studi tersebut kemudian dikelompokkan ke dalam tiga pilar utama. Ketiga pilar ini saling mendukung dan membentuk ekosistem yang kondusif bagi tumbuh kembang regulasi diri anak secara holistik, mulai dari aspek fisik, perilaku, hingga strategi pembelajaran.

1. Komponen Desain Fisik dan Mekanisme Stimulasi Sensorik

Keberhasilan *Calming Corner* sebagai ruang penenangan sangat bergantung pada kualitas desain fisik dan jenis stimulus sensorik yang disediakan di dalamnya. Lingkungan dengan tingkat stimulus yang rendah *(low-arousal)* menjadi elemen paling mendasar karena mampu menenangkan sistem saraf anak yang sedang mengalami kelebihan informasi

sensorik atau emosi yang meluap. Berikut adalah inventarisasi komponen desain dan alat stimulasi yang paling sering ditemukan dalam literatur, disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Inventarisasi Komponen Desain dan Alat Stimulasi Calming Corner

Kategori	Komponen Spesifik	Frekuensi & Fungsi yang Dilaporkan
Visual	Warna pastel (hijau sage, biru langit), lampu redup, pembatas rak, tirai pembatas.	Dilaporkan dalam 12 sumber untuk meminimalisir distraksi visual dan kelelahan saraf.
Taktil	Bantal lembut, karpet bertekstur, bantal pemberat (weighted blanket), boneka terapi.	Ditemukan dalam 9 riset untuk memberikan tekanan proprioseptif yang membantu menurunkan ketegangan.
Media Regulasi	Glitter jars (botol sensorik), stress balls, kartu emosi, buku perasaan.	Menjadi media utama (14 sumber) untuk mengalihkan fokus kognitif ke penenangan diri.
Audio	Headphone peredam suara, pemutar musik instrumen alam, pemutar white noise.	Digunakan pada 6 studi, terutama bagi anak yang sensitif terhadap kebisingan.

Dari tabel di atas terlihat bahwa aspek visual mendominasi karena sangat berpengaruh terhadap kondisi emosional anak. Warna-warna lembut seperti hijau sage dan biru langit, pencahayaan redup, serta tirai pembatas menciptakan suasana tenang dan memberikan rasa privasi yang dibutuhkan anak. Aspek taktil juga penting; bantal lembut, karpet bertekstur, dan bantal pemberat membantu anak merasa lebih membumi serta mengurangi kegelisahan dan kemarahan berlebih. Media regulasi seperti botol glitter dan kartu emosi berfungsi sebagai pengalih perhatian yang menyenangkan sekaligus mendidik.

Selain itu, penambahan elemen alam berupa tanaman hias kecil di dalam *Calming Corner* memberikan manfaat restoratif yang lebih kuat, sehingga anak cenderung lebih cepat pulih dari emosi negatif. Namun, penelitian juga menemukan kendala yang cukup sering terjadi, yaitu penempatan *Calming Corner* di jalur lalu lintas utama kelas. Lokasi seperti ini menyebabkan anak sulit merasa aman dan privasinya terganggu, sehingga efektivitas penenangan menjadi berkurang secara signifikan.

2. Dinamika Perilaku dalam Proses Pembangunan Kemandirian Emosional

Salah satu temuan paling berharga dari studi kepustakaan ini adalah perubahan perilaku positif yang dialami anak ketika *Calming Corner* digunakan secara konsisten. Perkembangan kemandirian emosional anak tidak terjadi secara instan, melainkan melalui tiga tahapan yang muncul secara bertahap dan sistematis:

a. *Self-Awareness* (Kesadaran Diri): Pada tahap ini, anak mulai belajar mengenali sinyal-sinyal yang muncul di dalam tubuhnya ketika emosi mulai tidak terkendali, seperti jantung berdegup

kencang, tangan mengepal, atau napas yang pendek. Anak yang terbiasa menggunakan *Calming Corner* menunjukkan kemampuan mengenali emosinya dengan lebih baik dibandingkan anak yang tidak memiliki akses ke ruang tersebut.

b. *Self-Directed Action* (Tindakan Terarah): Anak mulai berani mengambil keputusan sendiri untuk pergi ke *Calming Corner* ketika merasa perlu menenangkan diri, tanpa harus menunggu arahan dari guru. Kemampuan ini menjadi tanda penting tumbuhnya otonomi emosional yang sehat pada usia dini.

c. *Self-Soothing* (Penenangan Mandiri): Pada tahap ini, anak sudah mampu memilih sendiri alat atau aktivitas yang paling cocok baginya, misalnya memeluk boneka, menggoyang botol glitter, atau mendengarkan musik alam. Ketergantungan pada orang dewasa untuk menenangkan diri pun semakin berkurang seiring waktu.

Meskipun perkembangan ini sangat positif, perlu diakui bahwa tidak semua anak dapat mencapai tahap kemandirian dengan kecepatan yang sama. Anak usia di bawah 4 tahun umumnya masih membutuhkan bantuan yang lebih intensif. Mereka masih memerlukan proses *co-regulation*, yaitu kehadiran guru sebagai sosok yang menenangkan dan memberi rasa aman. Kehadiran guru yang penuh kasih di dekat *Calming Corner* membantu anak merasa didukung, sehingga lambat laun mereka berani mencoba menenangkan diri sendiri.

3. Strategi Integrasi Instruksional dalam Kurikulum PAUD

Agar *Calming Corner* tidak hanya menjadi sudut dekoratif, melainkan benar-benar menjadi bagian yang hidup dalam pembelajaran, diperlukan strategi integrasi yang tepat dan berkelanjutan. Terdapat tiga strategi utama yang terbukti efektif:

a. Pengenalan Literasi Emosi: Sebelum memperkenalkan *Calming Corner*, anak perlu diajarkan terlebih dahulu tentang berbagai macam emosi melalui cerita bergambar, permainan peran, dan kartu emosi. Pemahaman yang baik tentang emosi akan membuat anak menggunakan sudut tenang dengan tujuan yang tepat, bukan sekadar tempat bermain atau menghindar.

b. Pendekatan Non-Punitif: *Calming Corner* harus selalu diperkenalkan sebagai tempat yang aman dan menyenangkan, bukan sebagai hukuman. Ketika guru menggunakan pendekatan yang lembut dan penuh pengertian, anak lebih termotivasi untuk menggunakan sudut tersebut secara sukarela. Sebaliknya, jika digunakan sebagai ancaman atau hukuman, anak cenderung enggan dan manfaatnya menjadi berkurang.

c. Evaluasi Berbasis Refleksi: Setelah anak keluar dari *Calming Corner*, guru dianjurkan melakukan percakapan singkat yang penuh kehangatan. Pertanyaan sederhana seperti "Tadi kamu merasa bagaimana?" atau "Apa yang paling membantu kamu tenang?" sangat

bermanfaat. Catatan anekdot tentang durasi penggunaan dan aktivitas yang dilakukan anak juga membantu guru memahami pola emosional setiap anak dengan lebih mendalam.

Secara keseluruhan, hasil studi kepustakaan ini menegaskan bahwa *Calming Corner* bukan sekadar fasilitas tambahan di ruang kelas, melainkan infrastruktur emosional yang sangat berharga bagi perkembangan anak usia dini. Keberhasilannya sangat ditentukan oleh sinergi yang harmonis antara desain fisik yang nyaman dan ramah sensorik, kesempatan bagi anak untuk berkembang secara bertahap menuju kemandirian emosional, serta strategi pengintegrasian yang penuh kehangatan dan penghargaan terhadap keunikan setiap anak. Dengan pendekatan yang tepat, *Calming Corner* dapat menjadi salah satu investasi paling bermakna dalam membangun generasi yang lebih resilien dan memiliki kecerdasan emosional yang kuat sejak dini.

PEMBAHASAN

Pembahasan mengenai bagaimana memaksimalkan penggunaan *Calming Corner* dalam kurikulum PAUD perlu dilihat dari berbagai sudut pandang, mulai dari sisi bangunan, kondisi psikologis, hingga cara mengajar. Berdasarkan data yang sudah dipaparkan pada bagian sebelumnya, terlihat jelas bahwa *Calming Corner* bukan sekadar tempat darurat untuk menangani anak yang sedang marah. Sebaliknya, area ini merupakan strategi terencana untuk menciptakan lingkungan belajar yang stabil (Hukamak et al., 2023). Bagian ini akan mengulas lebih dalam bagaimana hubungan antara desain fisik yang terukur, peran strategis dalam melatih kemandirian, serta cara menyatukannya dengan kurikulum untuk membentuk karakter anak yang tangguh secara emosional.

1. Hubungan Desain Ruangan dengan Ketenangan Anak: Sudut Pandang Sensori

Data pada Tabel 1 mengenai pentingnya lingkungan yang tidak terlalu banyak rangsangan *(low-arousal)* menegaskan bahwa persiapan fisik ruangan adalah syarat mutlak yang harus dipenuhi sebelum kegiatan belajar dimulai. Peneliti mengkaji temuan ini melalui sudut pandang Teori Integrasi Sensori, yang menjelaskan bahwa kemampuan anak dalam mengatur perasaan sangat bergantung pada cara saraf mereka mengolah rangsangan dari lingkungan sekitar (Lane et al., 2019). Dalam konteks ini, *Calming Corner* berperan sebagai "penyaring" yang membantu anak merasa nyaman kembali saat suasana kelas sedang sangat riuh, di mana penataan mikrosistem fisik tersebut memiliki dampak langsung pada kestabilan emosi siswa (Indhiraswari et al., 2026;Ariantari et al., 2025).

Prinsip lingkungan yang dipersiapkan dengan baik dari Maria Montessori menekankan bahwa ruangan yang rapi dan alat-alat yang mudah dijangkau memberikan rasa aman (Neviyarni, 2023). Hal ini memancing anak untuk mulai belajar menguasai dirinya sendiri karena mereka merasa lingkungan tersebut dapat diprediksi dan dikendalikan. Namun, peneliti berargumen bahwa desain ini tidak boleh kaku dan dingin. Penggunaan elemen alam atau Desain Biofilik di dalam kelas PAUD Indonesia bisa dianggap sebagai cara untuk memulihkan kondisi mental anak yang jenuh (You et al., 2023). Peneliti merasa bahwa penggunaan bahan-bahan lokal seperti anyaman atau kayu bukan sekadar soal keindahan, tetapi upaya untuk menciptakan suasana hangat seperti di rumah yang dapat langsung menurunkan ketegangan saraf anak sebelum emosi mereka meledak.

Lebih jauh lagi, aspek privasi menjadi faktor penentu yang sering kali terabaikan dalam desain kelas konvensional. Temuan anomali dari Puspitasari et al. (2022)memperingatkan bahwa tanpa pembatas visual yang memadai, anak akan tetap merasa "terekspos" dan tidak benar-benar merasa tenang karena masih merasa diperhatikan oleh teman sebaya atau orang dewasa. Oleh karena itu, peneliti berpendapat bahwa efektivitas desain sensorik ini hanya akan tercapai jika sekolah mampu menyediakan sudut yang benar-benar tertutup secara visual namun tetap dalam jangkauan pengawasan guru. Dengan terciptanya rasa aman secara fisik dan mental ini, anak akan lebih mudah beralih dari kondisi emosional yang kacau menuju kondisi yang lebih stabil dan siap untuk kembali belajar.

2. Perubahan Sudut Pandang: Dari Hukuman Menuju Ruang Pemulihan

Analisis terhadap peran area ini menunjukkan perubahan pola pikir yang mendasar dalam dunia pendidikan, yaitu berpindah dari yang tadinya tempat menghukum menjadi tempat memulihkan diri. Peneliti melihat *Calming Corner* sebagai sebuah "lorong pemulihan" atau ruang transisi yang membantu anak kembali siap belajar dengan kesadaran penuh atas perasaannya. Temuan ini sekaligus mengoreksi cara lama mengelola emosi anak melalui metode *time-out* yang sering kali terasa seperti hukuman dan membuat anak merasa dikucilkan secara sosial (Fadilah, 2023; M. Sari & Sitepu, 2024).

Kaitan antara temuan ini dengan kemandirian emosional menunjukkan bahwa otonomi atau kebebasan memilih adalah kunci utama dalam mengatur diri sendiri. Melalui tiga tahap, yaitu menyadari perasaan, memutuskan pergi ke *Calming Corner*, dan menenangkan diri, anak diajak untuk mulai mengenali perasaannya sejak dini secara sadar. Merujuk pada Teori Regulasi Diri milik Zimmerman (2000), kemampuan ini lebih efektif dibangun melalui

lingkungan yang mendukung daripada sekadar melalui perintah atau teguran guru yang keras. Peneliti berpendapat bahwa saat anak memilih sendiri untuk menuju *Calming Corner*, ia sebenarnya sedang melatih bagian otaknya untuk berpikir lebih jernih dan mengambil kendali atas respon tubuhnya sendiri terhadap stres .

Namun, penting untuk dipahami bahwa kemampuan ini merupakan sebuah variasi perkembangan yang tidak sama pada setiap anak. Bagi anak-anak yang usianya masih sangat muda, temuan dari Sari & Muthmainnah (2023) dan Day et al. (2024) menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi adalah proses yang bertahap dan membutuhkan bimbingan. Peneliti memandang hal ini sebagai fase pendampingan bersama *(co-regulation),* di mana guru bertindak sebagai "pelindung emosi" atau pelabuhan aman bagi anak yang belum bisa tenang sendirian. Hal ini memperkaya pemahaman kita bahwa *Calming Corner* bukanlah tempat di mana anak dibiarkan sendirian dalam kesedihannya, melainkan ruang di mana hubungan antara guru dan anak menjadi lebih kuat melalui rasa empati dan validasi perasaan yang tulus.

3. Kerjasama dengan Kurikulum: Menjadikan Sekolah Ramah Psikologis

Menyatukan *Calming Corner* ke dalam kurikulum membutuhkan cara pandang yang lebih luas, tidak hanya sebatas penempatan benda di sudut kelas. Strategi "Mengenalkan Perasaan" (Literasi Emosi) menjadi pondasi utamanya agar anak tahu apa yang harus mereka lakukan saat merasa "tidak baik-baik saja". Peneliti berpendapat bahwa pengetahuan tentang perasaan adalah "peta" bagi anak agar bisa menggunakan fasilitas *Calming Corner* dengan tujuan yang benar. Tanpa pengenalan perasaan yang baik, area ini hanya akan menjadi pajangan ruangan yang sering kali salah digunakan sebagai tempat bermain biasa atau tempat bersembunyi dari tugas (Hasanah & Zunaih, 2025).

Dalam praktiknya, alur ini harus dirancang sedemikian rupa agar menyatu dengan jadwal harian siswa. Peneliti melihat bahwa cara terbaik untuk menyatukannya adalah dengan menjadikan hasil pengamatan guru di *Calming Corner* sebagai bahan penilaian perkembangan anak. Sejalan dengan semangat Kurikulum Merdeka, waktu yang digunakan anak di *Calming Corner* jangan dianggap sebagai waktu yang terbuang sia-sia atau mengurangi jam pelajaran. Justru, itu adalah investasi penting untuk membangun daya tahan emosional *(resilience)* anak agar mereka lebih fokus saat masuk kembali ke sesi pembelajaran inti (Wahyuningsih et al., 2023). Pendidik harus mampu menyusun prosedur masuk dan keluar area tenang yang jelas agar tidak mengganggu alur instruksional kelas secara keseluruhan.

Terakhir, strategi ini memerlukan dukungan dari kebijakan operasional sekolah yang lebih luas. Peneliti menginterpretasikan bahwa keberhasilan jangka panjang terletak pada kemampuan sekolah untuk melakukan refleksi setelah anak menggunakan area tersebut. Sebagaimana disarankan oleh Indhiraswari et al. (2026), percakapan singkat setelah anak tenang membantu mereka memahami bahwa perasaan mereka valid dan bahwa mereka telah berhasil mengatasi krisis emosi secara mandiri. Tantangan terbesarnya saat ini adalah mengubah kebiasaan sekolah yang masih menganggap kemarahan anak sebagai gangguan perilaku, padahal itu adalah kesempatan emas untuk mengajarkan anak cara mengendalikan diri sebagai bagian dari karakter Pelajar Pancasila (Fitrianingtyas et al., 2023).

Secara teori, penelitian ini memperkuat penerapan Teori Regulasi Diri dan Teori Integrasi Sensori dalam pendidikan anak usia dini di Indonesia. Peneliti membuktikan melalui rangkuman berbagai riset bahwa lingkungan fisik bisa bertindak sebagai "Guru Kedua" yang mendukung kemandirian anak tanpa perlu banyak teguran lisan yang melelahkan. Hal ini memberikan kontribusi teoretis baru bahwa desain ruangan PAUD harus dianggap sebagai bagian dari materi pembelajaran emosional, bukan sekadar urusan keindahan atau estetika bangunan sekolah semata.

Secara praktik, kerangka kerja ini bisa menjadi panduan bagi kepala sekolah untuk memperbaiki Kurikulum Operasional Satuan Pendidikan (KOSP) agar lebih peduli terhadap kesehatan mental murid pasca-pandemi. Guru pun bisa berubah peran dari yang semula menjadi pengawas perilaku yang kaku, menjadi pendamping yang lebih empati dan memahami kebutuhan sensorik anak. Implikasi praktis ini sangat penting bagi sekolah inklusi yang menangani anak dengan berbagai tingkat sensitivitas emosional agar tetap bisa mengikuti proses belajar dengan nyaman bersama teman-temannya.

Namun, peneliti menyadari bahwa studi ini tidak luput dari beberapa keterbatasan yang patut diakui secara terbuka. Studi pustaka ini hanya terbatas pada sumber-sumber digital dari lima tahun terakhir, sehingga mungkin belum mencakup kebiasaan unik di daerah pelosok yang memiliki cara tradisional dalam menenangkan anak namun belum tercatat secara ilmiah. Selain itu, faktor penting lainnya yaitu dukungan keluarga di rumah juga belum disinggung karena keterbatasan data yang tersedia. Sebagai tanggapan peneliti, perubahan pendidikan PAUD harus dimulai dengan memberikan hak kepada anak untuk menguasai perasaannya sendiri melalui riset-riset lapangan yang lebih luas di masa depan agar model ini bisa diterapkan secara murah dan merata di seluruh wilayah Indonesia.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *Calming Corner* bukan sekadar sudut dekorasi kelas, melainkan instrumen kurikulum yang penting dalam mendukung kemandirian emosional anak usia dini. Desain fisik yang tepat dengan stimulus rendah, dikombinasikan dengan pendekatan pedagogis yang manusiawi, terbukti efektif membantu anak mengelola emosinya secara mandiri. Melalui tahapan kesadaran diri, tindakan mandiri, dan penenangan diri, *Calming Corner* berhasil mengubah pendekatan manajemen kelas dari yang bersifat punitif menjadi restoratif.

Secara keseluruhan, kajian ini menawarkan kontribusi penting berupa model "Arsitektur Empati" yang mengintegrasikan kebutuhan sensorik anak dengan penataan ruang kelas yang lebih asri. Penelitian ini juga memperkuat pemahaman bahwa lingkungan fisik sekolah berperan sebagai "Guru Kedua" yang secara diam-diam membangun ketahanan emosi anak. Selain itu, hasil ini menegaskan perlunya pergeseran paradigma dari pengelolaan emosi berbasis hukuman menuju pendekatan yang menghargai kemandirian dan proses pemulihan anak.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan uji coba lapangan yang lebih luas, termasuk pemanfaatan teknologi sederhana di *Calming Corner* serta pengembangan model yang sesuai dengan berbagai latar belakang budaya dan sosial ekonomi anak di Indonesia. Penyusunan panduan teknis yang lebih lengkap bagi guru dalam mengintegrasikan *Calming Corner* ke dalam dokumen KOSP juga menjadi kebutuhan mendesak agar implementasi ini dapat dilakukan secara lebih sistematis dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Ariantari, D., Kartika, W. I., & Heriansyah, M. (2025). Strategi Guru dalam Mengatasi Tantrum Anak Usia 4–5 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 9*(1), 395–401. https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i1.6195

Batubara, L. F., Agustini, R., & Lubis, J. N. (2023). Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak melalui Metode Cerita. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7*(5), 5961–5972. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5336

Day, N., Paas, F., Kervin, L., Bokosmaty, S., & Howard, S. J. (2024). Effect of the Partners in Play intervention on parents' autonomy-supportive guiding behaviour and children's self-regulation. *Brain Sciences, 14*(9), Article 924. https://doi.org/10.3390/brainsci14090924

Fadilah, A. (2023). Penggunaan Teknik Time Out dalam Mengendalikan Emosi Anak Usia Dini. *Jurnal Analisis Pendidikan Sosial, 1*(1), 24–31. https://journal.sintesia.id/index.php/japs/article/view/5

Fadhilah, Neviyarni S., & Irdamurni. (2023). Perkembangan Emosi Anak. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang, 9*(1), 893–901. https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i1.767

Fitrianingtyas, A., Rasmani, U. E. E., Wahyuningsih, S., Jumiatmoko, Zuhro, N. S., Winarji, B., & Nurjanah, N. E. (2023). Mengembangkan Pendidikan Karakter melalui Pembelajaran Berbasis Proyek di PAUD. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7*(5), 5675–5686. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.4970

Hasanah, M., & Zunaih, A. I. (2025). Pengembangan Lingkungan Belajar Ramah Anak di Kecamatan Manyar melalui Pemberdayaan Komunitas dan Pelatihan Edukatif. *Keris: Journal of Community Engagement, 5*(1), 93–100. https://doi.org/10.55352/keris.v5i1.1741

Hukamak, S., Prastyo, D., Iftitah, S. L., & Nayyiroh. (2023). Konsep Pembelajaran Berbasis Paradigma Baru pada Satuan PAUD Menggunakan Kurikulum Merdeka. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7*(5), 6115–6126. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.3972

Indhiraswari, S. A., Setyowati, S., Hasibuan, R., Adhe, K. R., Saroinsong, W. P., Fitri, R., & Arianto, F. (2026). Manajemen Sarana Prasarana Kelas dalam Mendukung Regulasi Emosi Anak Kelompok B di PAUD Urban. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 10*(1), 427–438. https://doi.org/10.31004/obsesi.v10i1.7994

Kwartie, R., Fitriani, Y., & Nuroniah, P. (2024). Peran Guru dalam Mereduksi Perilaku Agresif Anak di Sekolah. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5*(1), 791–805. https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.664

Lane, S. J., Mailloux, Z., Schoen, S., Bundy, A., May-Benson, T. A., Parham, L. D., Smith Roley, S., & Schaaf, R. C. (2019). Neural foundations of Ayres Sensory Integration®. *Brain Sciences, 9*(7), Article 153. https://doi.org/10.3390/brainsci9070153

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.

Puspitasari, I., Maharani, E. A., & Tarmuji, A. (2022). Identifikasi Kemampuan Regulasi Emosi dalam Pengasuhan Anak Usia Dini di Yogyakarta. *Aulad: Journal on Early Childhood, 5*(3), 393–400. https://doi.org/10.31004/aulad.v5i3.398

Sari, D. C., & Muthmainnah. (2023). Implementasi Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila melalui Kegiatan Membatik Ecoprint. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7*(5), 6005–6016. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5266

Sari, M., & Sitepu, J. M. (2024). Peran Guru dalam Mengatasi Anak Temper Tantrum melalui Metode Time Out pada Aktivitas Pembelajaran. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5*(1), 230–241. https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.518

Selian, S. N., & Amalia, H. (2024). Persepsi Pendidik tentang Pembelajaran Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 8*(2), 303–312. https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i2.5192

Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research, 104*, 333–339. https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Wahyuningsih, S., Rasmani, U. E. E., Winarji, B., Jumiatmoko, Zuhro, N. S., Fitrianingtyas, A., & Nurjanah, N. E. (2023). Pembelajaran Metode Proyek Kurikulum Merdeka sebagai Strategi Pembentukan Kemandirian Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7*(4), 4731–4740. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4785

Widaningsih, S. (2023). The relevance of implementing a holistic curriculum with holistic peer parenting in early childhood education. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 7*(5), 5795–5810. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5299

You, J., Wen, X., Liu, L., Yin, J., & Ji, J. S. (2023). Biophilic classroom environments on stress and cognitive performance: A randomized crossover study in virtual reality (VR). *PLOS ONE, 18*(11), Article e0291355. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0291355

Zed, M. (2008). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.

Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7