Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN) e-ISSN : 2745 4053
Vol. 6 No. 1, 2025 |pp: 1058-1063 | DOI : http://doi.org/10.55338/jpkmn.v6i1.5335

Psikoedukasi Pengenalan Beragam Emosi Kepada Siswa SDN 17 Tanjung Batu Ogan Ilir

[1)]Desy arisandy*, [2)]Talitha amany

[1,2)] Program Studi Psikologi, Universitas Bina Darma, Kota Palembang, Negara Indonesia
Email Corresponding: talithaaamanyy@gmail.com,desy.arisandy@binadarma.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

Kata Kunci:
Psikoedukasi
Emosi
SDN 17 Desa Tanjung Batu

ABSTRAK

siswa kelas 2 di SDN 17 Tanjung Batudalam proses pembelajaran di kelas, anak-anak sering menunjukkan perilaku seperti menangis, marah, dan kesal tanpa alasan yang jelas. Anak-anak tersebut tampak mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang tepat, sehingga emosi mereka sering muncul secara tiba-tiba dan sulit dikendalikan. Metode yang digunakan yaitu observasi, wawancara, permainan, edukasi. Hasil pengabdian Masyarakat didapatkan bahwa psikoedukasi pengenalan beragam emosi kepada siswa kelas 2 menunjukkan pengaruh yang positif dalam membantu anak-anak mengenali, memahami, dan mengekspresikan perasaan mereka baik secara verbal maupun non-verbal

Keywords:
Psikoedukasi
Emosi
SDN 17 Desa Tanjung Batu

ABSTRACT

Grade 2 students at SDN 17 Tanjung Batin the classroom learning process, children often exhibit behaviours such as crying, getting angry and upset for no apparent reason. These children appear to have difficulty in expressing their emotions in an appropriate way, so their emotions often appear suddenly and are difficult to control. The methods used are observation, interviews, games, education. The results of the community service obtained that psychoeducation on the introduction of various emotions to grade 2 students showed a positive influence in helping children recognise, understand, and express their feelings both verbally and non-verbally.

This is an open access article under the CC–BY-SA license.

I. PENDAHULUAN

Desa Tanjung Atap Barat terdiri dari 2 Dusun dan 4 RT yang masing-masing dipimpin oleh Kepala Dusun dan Ketua RT. Pemerintahan desa dipimpin oleh Kepala Desa yang sebelumnya dikenal dengan sebutan Kerio, dan Kepala Dusun disebut sebagai Penggawa. Saat ini, Desa Tanjung Atap Barat telah melalui 7 masa kepemimpinan Kepala Desa. Pemerintah desa terdiri dari Kepala Desa, Sekretaris Desa, 3 Kepala Urusan, 3 Kepala Seksi, 2 Kepala Dusun, dan 4 Ketua RT. Sedangkan lembaga legislatif desa yaitu Badan Permusyawaratan Desa (BPD) beranggotakan 7 orang yang merupakan perwakilan dari masyarakat desa. Selain Lembaga pemerintahan, Desa Tanjung Atap Barat memiliki berbagai Lembaga kemasyarakatan seperti Lembaga Pemberdayaan Masyarakat Desa (LPM-D), KPm, PKK, Karang Taruna, Dharma Wanita, Majelis Ta'lim Lansia, Kelompok Pengajian PKK, Kelompok Pengajian Masjid, Kelompok Persatuan Kematian, serta Lembaga Pemangku Adat (LPA).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan penulis selama tiga minggu terhadap siswa kelas 2 di SDN 17 Tanjung Batu, yakni dari tanggal 21 Oktober hingga 5 November 2024, ditemukan bahwa dalam proses pembelajaran di kelas, anak-anak sering menunjukkan perilaku seperti menangis, marah, dan kesal tanpa alasan yang jelas. Anak-anak tersebut tampak mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang tepat, sehingga emosi mereka sering muncul secara tiba-tiba dan sulit dikendalikan. Ketika penulis mencoba menanyakan alasan di balik perilaku tersebut, sebagian besar siswa hanya terdiam tanpa memberikan respon, sementara beberapa lainnya terlihat merasa malu untuk mengungkapkan perasaan mereka. Berdasarkan wawancara dengan Kepala Sekolah, diketahui bahwa siswa-siswi di SDN 17 Tanjung Batu belum pernah mendapatkan edukasi psikoedukasi, khususnya yang berfokus pada pengenalan dan pemahaman emosi.

Pengenalan emosi sejak dini merupakan langkah penting dalam mendukung perkembangan emosional anak. Bahari (2021) mengemukakan bahwa emosi berkembang sejak individu lahir yang ditimbulkan oleh adanya rangsangan. Pengalaman-pengalaman yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari merupakan suatu rangsangan yang akan memicu kepekaan emosi serta cara individu untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan (Syafruddin & Putri, 2023). Pengenalan tentang beragam emosi dapat dianggap sebagai langkah awal dalam mengembangkan kecerdasan emosional. Mengenal emosi sejak dini membantu anak memahami dan menyadari perasaan mereka serta perasaan orang-orang di sekitarnya. Hal ini juga memungkinkan anak untuk dapat mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang tepat dalam lingkungan mereka.

Menurut Khaironi (2018) dalam penelitiannya, perkembangan emosional merujuk pada kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengungkapkan perasaannya yang terlihat melalui tindakan yang ditunjukkan seperti mimik wajah maupun tindakan lainnya, baik verbal maupun non-verbal. Dengan begitu, perasaan yang dialami seseorang dapat dipahami oleh orang lain dan mengetahui situasi emosionalnya. Goleman menjelaskan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan untuk memotivasi diri dan mengelola emosi, baik dalam diri sendiri ataupun dalam hubungan dengan orang lain (Susilowati, R. 2018).

Kegiatan pengenalan emosi ini dilakukan melalui berbagai metode yang mudah dipahami, seperti penjelasan singkat tentang jenis-jenis emosi, pemutaran video dan lagu bertema emosi, penggunaan media visual yang mendukung pemahaman anak, serta melakukan berbagai permainan yang berkaitan dengan emosi. Bermain menjadi salah satu cara bagi anak-anak untuk mengekspresikan diri, memahami, dan menguasai peran mereka dengan baik dan positif (Kristlyna & Yudiarso, 2022). Vygotsky menyatakan bahwa bermain memiliki pengaruh terhadap perkembangan kognitif seorang anak. Melalui aktivitas bermain, anak-anak dapat mengembangkan kemampuan berpikir, memecahkan masalah, berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya yang memberikan peran langsung terhadap perkembangan intelektualnya.

II. MASALAH

Pada saat proses belajar di kelas, anak-anak seringkali menangis, marah, dan kesal tanpa alasan yang jelas. Anak-anak juga tampak kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka dengan baik, sehingga emosi tersebut sering kali muncul secara tiba-tiba dan sulit dikendalikan.



Gambar 1. Lokasi Desa Tanjung Atap Barat

III. METODE

Metode yang digunakan yaitu observasi, wawancara, permainan, diskusi

1. Observasi

Melakukan observasi secara langsung selama proses kegiatan mengajar di SDN 17 Tanjung Batu. Observasi dilakukan selama tiga minggu mengajar.

2. Wawancara

Melakukan wawancara dengan Kepala Sekolah SDN 17 Tanjung Batu untuk memperoleh informasi terkait pemahaman siswa terhadap psikoedukasi serta meminta izin pelaksanaan program kerja.

3. Permainan

Melakukan permainan interaktif yang bertujuan untuk membantu mempermudah anak-anak mengenali dan memahami beragam emosi

4. Diskusi

Membahas materi tentang emosi dan mengajak anak-anak diskusi mengenai pengalaman mereka terkait emosi untuk memperdalam pemahaman mereka tentang emosi

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program kerja psikoedukasi pengenalan beragam emosi kepada siswa kelas 2 SDN 17 Tanjung Batu dilakukan melalui beberapa tahapan kegiatan yang dilakukan untuk membantu anak-anak dalam mengenali, memahami, dan mengekspresikan emosi mereka

Hari pertama pelaksanaan kegiatan yang dilakukan pada hari Selasa tanggal 12 November 2024, sebagai tahap awal, penulis melakukan permainan tebak emosi dengan menampilkan video interaktif dari YouTube berjudul "*Match the Feelings*" oleh Dunia Xabim (2023), yang berisi 9 pertanyaan tentang ekspresi emosi sebagai sarana untuk melihat pemahaman awal siswa mengenai emosi. Anak-anak diminta untuk mengangkat tangannya sebelum menjawab pertanyaan tersebut, anak yang lebih duluan mengangkat tangannya dibolehkan untuk menjawab, namun jika jawabannya salah maka pertanyaan akan dilempar kepada anak yang lain. Pada tahap kegiatan ini, anak-anak terlihat sangat antusias dalam mencoba menjawab pertanyaan yang diberikan.



Gambar 2. Permainan tebak emosi

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak mampu mengenali ekspresi terutama ekspresi senang dan sedih dengan baik, namun terdapat beberapa anak yang kesulitan mengenali ekspresi yang ditunjukkan karakter dalam video tersebut, beberapa anak menjawab pertanyaan dengan jawaban di luar konteks emosi atau perasaan seperti, "sakit tangan" dan "berlari". Hal ini menunjukkan bahwa beberapa anak belum dapat mengenali emosi dari ekspresi yang ditunjukkan.

Tahap pemberian edukasi dilakukan dengan memberikan penjelasan singkat serta materi yang dibuat dengan aplikasi Canva, materi ini mencakup pengertian emosi dan jenis-jenis emosi seperti senang, sedih, marah, dan takut beserta contoh situasinya dalam kehidupan sehari-hari. Anak-anak juga diajak untuk berdiskusi tentang pengalaman mereka terkait setiap emosi tersebut, mereka juga diajak untuk menirukan ekspresi dari berbagai emosi. Pada tahap ini, anak-anak awalnya terlihat bingung ketika penulis bertanya tentang pengertian emosi



Gambar 3. Edukasi dan interaktif

Hasil dari pemberian edukasi dan diskusi ini anak-anak menjadi memahami situasi-situasi yang membuat mereka merasakan emosi yang berbeda-beda. Beberapa anak mampu untuk menceritakan pengalamannya saat mereka merasakan emosi seperti merasa senang saat diberikan hadiah pada ulang tahunnya, marah saat penghapusnya dipinjam teman tanpa izin, dan sedih saat tidak dapat bermain bersama teman. Namun, sebagian besar dari anak juga belum berani untuk menceritakan pengalaman mereka terkait emosi.

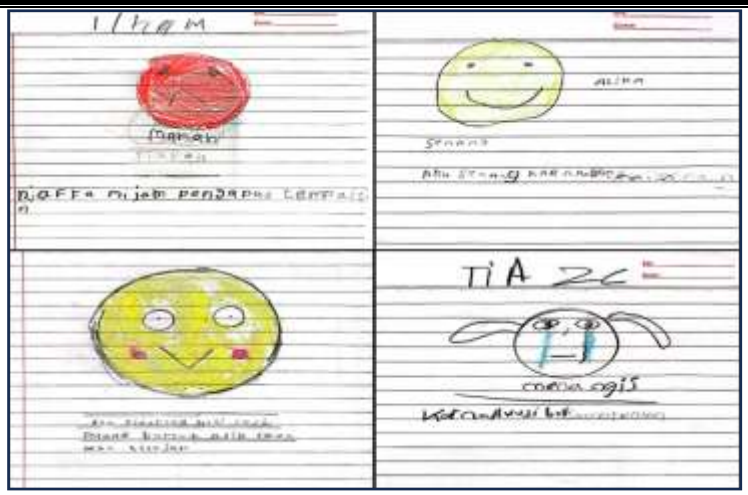
Penulis menampilkan dua lagu bertema emosi. Anak-anak diajak untuk duduk rapi dan mendengarkan lagu tersebut. Lagu pertama berjudul "*Mengenal Emosi*" oleh Cocobi (2023), lagu ini memperkenalkan tentang jenis-jenis emosi dan situasinya. Lagu kedua berjudul "*Ekspresi Emosi Ekspresikan Dirimu*" oleh JunyTony (2024), yang mengajarkan dan mendorong anak-anak untuk mengekspresikan emosi yang mereka rasakan.



Gambar 4. Mendegarkan lagu

Tahap ini membantu anak tentang bagaimana cara mengekspresikan emosi mereka. Ketika lagu diputar, anak-anak antusias ikut menyanyikan lagu tersebut, beberapa anak terlihat menirukan ekspresi wajah dan tubuh dari emosi yang ditunjukkan oleh karakter dalam video lagu tersebut, seperti ekspresi marah sambil menghentakkan kaki ke tanah.

Hari kedua pelaksanaan kegiatan program kerja psikoedukasi dilakukan pada hari Rabu, tanggal 13 November 2024. Melanjutkan tahap kegiatan sebelumnya, penulis memberikan tugas kepada anak-anak untuk menggambar ekspresi emosi yang mereka rasakan pada hari itu di beserta menuliskan alasan di balik pemilihan emosi tersebut. Pemberian tugas ini dilakukan untuk melihat sejauh mana pemahaman siswa tentang emosi.



Gambar 5. Tugas Ekspresi Emosi Hari Ini

Hasil pemberian tugas ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas 2-C mampu menggambarkan emosi dengan ekspresi wajah yang benar, seperti wajah senyum untuk emosi senang, wajah dengan alis berkerut untuk emosi marah, atau wajah mengeluarkan air mata untuk sedih, serta mampu memberikan alasan dari emosi tersebut. Dari 16 siswa, terlihat bahwa sebagian besar dari mereka memilih untuk mengekspresikan emosi senang dan marah dalam tugas yang telah diberikan. Namun, terdapat beberapa siswa yang hanya menggambar ekspresi emosi dan tidak menuliskan alasan dari emosi yang dirasakan.

Tahap pemberian tugas terakhir dilakukan setelah jam istirahat, anak-anak diberikan dua kertas dengan gambar berbeda yaitu gambar es krim dan balon yang memiliki berbagai ekspresi emosi. Anak-anak ditugaskan untuk mewarnai gambar tersebut dengan warna yang menurut mereka cocok dengan ekspresi yang ada pada gambar. Ekspresi wajah yang ada pada gambar memiliki 6 ekspresi berupa ekspresi senang, sedih, marah, takut, terkejut, dan ekspresi tertarik atau penasaran



Gambar 6. Tugas Mewarnai

Hasil dari kegiatan mewarnai ini menunjukkan bahwa beberapa anak memilih untuk mewarnai ekspresi dengan warna yang sama, sebagian anak mewarnai dengan cara mengelompokkan ekspresi, seperti ekspresi yang terlihat senang dan tertarik mereka warnai dengan warna cerah seperti kuning, ekspresi yang terlihat sedih dan takut diwarnai dengan warna biru, serta ekspresi yang terlihat marah dan terkejut diwarnai dengan warna merah. Sebagian anak lainnya memilih untuk memberikan warna yang berbeda untuk setiap emosi di gambar. Namun, sebagian besar siswa cenderung mewarnai ekspresi sedih dengan warna biru dan ekspresi marah dengan warna merah. Hal ini menunjukkan pemahaman mereka terhadap emosi dengan mengekspresikannya melalui warna, yang juga memberikan gambaran mengenai cara berpikir mereka yang berbeda-beda

Sebagai tahap akhir dari pelaksanaan kegiatan ini, penulis membagian hadiah kepada siswa yang berhasil menjawab 9 pertanyaan permainan tebak emosi dengan benar. Serta untuk menunjukkan rasa terima kasih penulis kepada anak-anak yang telah mampu mengikuti pembelajaran serta tugas-tugas yang telah diberikan untuk kegiatan ini, penulis membagikan hadiah kepada seluruh siswa kelas 2-C yang telah berpartisipasi dalam kegiatan program kerja ini. Pemberian hadiah ini juga sebagai harapan agar

pembelajaran yang telah penulis berikan kepada anak-anak dapat menjadi bermanfaat bagi perkembangan emosional mereka.

Pelaksanaan kegiatan ini memberikan pengaruh terhadap pemahaman emosi siswa kelas 2. Melalui berbagai metode pembelajaran yang menarik, seperti permainan, diskusi interaktif, mendengarkan lagu, menggambar, dan mewarnai, anak-anak tidak hanya belajar mengenali dan mengekspresikan emosinya, tetapi juga memahami perasaan orang lain. Berdasarkan hasil yang didapatkan setelah menjalankan kegiatan program kerja tersebut, sebagian besar siswa menjadi mampu mengenali beragam emosi dengan baik.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan program kerja yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi pengenalan beragam emosi kepada siswa kelas 2 menunjukkan pengaruh yang positif dalam membantu anak-anak mengenali, memahami, dan mengekspresikan perasaan mereka baik secara verbal maupun non-verbal

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada SDN 17 Tanjung Batu

DAFTAR PUSTAKA

Anjani, S., & Atika, A. R. (2020). Permainan Engklek Dalam Meningkatkan Motorik Anak Usia Dini. CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif), 3(6), 511-517.

Rochana, R. Darajatun, R. M. & Ramdhany, M.A. (2021). Pengaruh Implementasi Kebijakan Kampus Merdeka Terhadap Minat Dan Keterlibatan Mahasiswa. *Journal Of Business Management Education, 6*(3).

Bahari, J. I. (2021). Perkembangan Sosial Emosional Pada Anak Usia Taman Kanak-Kanak Di Tk Al Islam. *INCARE, International Journal of Educational Resources, 1*(6).

Syafruddin, D., & Putri, D. A. (2023). Psikoedukasi Pengenalan Emosi Pada Siswa Kelas 4 SDI Baitut Taqwa Desa Belung, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang. Jurnal Karinov, 6(1).

Khaironi, M. (2018). Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age Hamzanwadi University*, *3*(1).

Susilowati, R. (2018). Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, *6*(1).

Kristlyna, E., & Yudiarso, A. (2022). Efektivitas Play Therapy dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien Anak di Rumah Sakit. *11*(2).

Nurhayati, Anita, Trisnawati, D., Astuti, R., Maisaroh, R., Rizky, F., Fahlefi, F., Putri, M. C., Ayani, R., Hardisa, A., & Nuramiza, S. (2023). *Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini*. Widina Bhakti Persada, Bandung.

Rofiqoh, N., & Pratiwi, D. (2024). Pengembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini dalam Pembelajaran melalui Moodpress. *Scientia*, *3*(2).

Khotimah, S., Sunaryati, T., & Suhartini, S. (2021). Penerapan Media Gambar Sebagai Upaya Dalam Peningkatan Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Usia Dini*, *5*(1).

Avandra, R., & Mayar, F. (2023). Pengaruh Musik Terhadap Motivasi Belajar Dan Emosional Siswa Dalam Pembelajaran di Sekolah Dasar. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, *9*(2), 2624-2627.

Mashar, R. (2015). *Emosi Anak Usia Dini Dan Strategi Pengembangannya*. Kencana.

Nurjanah, V. (2019). *Pengaruh Penerapan Bermain Tebak Ekspresi Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Ummi Erni Percut Kota Medan T.A. 2018-2019.* (Skripsi thesis, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara).

Zwagery, R. V. (2021). Permainan "Tebak Aku" untuk Menstimulasi Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, *8*(1), 62-64.

Djalal, N. M., Azizah, A., Azzahra, A. F., & Alviyuniasticha, I. P. R. H. (2023). Using Journaling Techniques As A Method Of Expressing Feelings In Class 5 Students Of SDIT Qurthuba. *International Journal of Education, Vocational and Social Science, 2*(3).

Morrison, A. (2017). *The Benefits of Art Therapy with Children Affected by Acute Trauma.* Thompson Rivers University.

Slamet, S. (2020). Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini melalui Kegiatan Mewarnai dan Hafalan Al Quran. *Warta Lpm, 24*(1).

Maihani, S., Kumita, K., Khairani, C., Yamani, S. A. Z., Nur, I. T., & Zulfikar, Z. (2023). Pemberdayaan Masyarakat melalui Kreativitas Lomba Mewarnai Tingkat Sekolah Dasar. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *4*(2).