

PSIKOEDUKASI TERHADAP ANAK PANTI ASUHAN SITI BALQIS USIA 8-15 TAHUN

Fenny Nurhalyza¹⁾, Rina Oktaviana²⁾

¹⁻²⁾ Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma Palembang

E-Mail:

fennynurhalyza2991@gmail.com¹⁾, rina.oktaviana@binadarma.ac.id²⁾

Submitted:

16-01-2026

Accepted:

18-02-2026

Published:

18-02-2026

ABSTRAK

Anak-anak yang tinggal di panti asuhan sering kali menghadapi tantangan psikososial kompleks yang menghambat kemampuan regulasi emosi mereka. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan pengelolaan emosi pada 16 anak usia 8–15 tahun di Panti Asuhan Siti Balqis Palembang. Metode yang digunakan adalah psikoedukasi partisipatif yang terbagi dalam empat sesi, meliputi pengenalan emosi dasar, ekspresi emosional, latihan asertivitas melalui roleplay, dan teknik relaksasi pernapasan dengan dukungan media visual PowerPoint. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan literasi emosional yang signifikan, di mana peserta mampu mengidentifikasi emosi dasar dan mulai menggunakan kalimat asertif untuk menyatakan perasaan. Selain itu, tercipta pergeseran iklim komunikasi di panti asuhan, ditandai dengan peningkatan respon empatik dari pengasuh terhadap ekspresi emosi anak. Program ini menyimpulkan bahwa penggunaan media visual dan pendekatan interaktif efektif dalam membangun fondasi regulasi emosi pada anak dalam pengasuhan alternatif. Namun, keberlanjutan perubahan perilaku tetap memerlukan pendampingan berkelanjutan dari pengasuh sebagai model peran di lingkungan panti.

Kata kunci: Psikoedukasi; Regulasi Emosi; Anak Panti Asuhan; Media Visual.

ABSTRACT

Children living in orphanages often face complex psychosocial challenges that hinder their emotional regulation abilities. This community service activity aims to improve emotional awareness and management skills among 16 children aged 8–15 years at the Siti Balqis Orphanage in Palembang. The method used was participatory psychoeducation divided into four sessions, including introduction to basic emotions, emotional expression, assertiveness training through roleplay, and breathing relaxation techniques supported by PowerPoint visual media. The results showed a significant increase in emotional literacy, where participants were able to identify basic emotions and began using assertive sentences to express their feelings. Furthermore, there was a shift in the communication climate within the orphanage, marked by an increase in empathetic responses from caregivers toward children's emotional expressions. This program concludes that the use of visual media and interactive approaches is effective in building the foundation of emotional regulation for children in alternative care. However, the sustainability of behavioral changes still requires ongoing assistance from caregivers as role models within the orphanage environment.

Keywords: *Psychoeducation; Emotional Regulation; Orphanage Children; Visual Media.*

Corresponding

Author:

Fenny

Nurhalyza

PENDAHULUAN

Perkembangan dunia pendidikan tinggi di Indonesia mengalami transformasi yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir, khususnya sejak diberlakukannya kebijakan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. Kebijakan ini memberikan fleksibilitas kepada mahasiswa untuk memperoleh pengalaman belajar yang lebih kontekstual dan aplikatif, tidak hanya terbatas pada ruang kelas dan program studi asal, tetapi juga melalui kegiatan di luar perguruan tinggi dengan beban pembelajaran hingga 40 SKS.

Universitas Program MBKM dirancang untuk menjawab tantangan dunia kerja dan dinamika sosial yang semakin kompleks. Mahasiswa diharapkan tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki kemampuan adaptif, keterampilan komunikasi interpersonal, empati sosial, kemampuan berpikir kritis, serta kesiapan menghadapi permasalahan riil di masyarakat. Dengan demikian, pembelajaran tidak lagi bersifat teoritis semata, melainkan berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang memungkinkan mahasiswa mengintegrasikan pengetahuan dengan praktik nyata.

Salah satu implementasi konkret dari kebijakan MBKM adalah Praktik Kerja Lapangan (PKL). Program ini memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk terlibat langsung dalam aktivitas profesional maupun sosial di lembaga mitra. Universitas Bina Darma Palembang sebagai institusi pendidikan tinggi swasta yang berkomitmen pada Tri Dharma Perguruan Tinggi turut mengintegrasikan program MBKM dalam kurikulum akademiknya. PKL tidak hanya diposisikan sebagai pemenuhan kewajiban akademik, tetapi juga sebagai wahana pengabdian kepada masyarakat yang mendorong mahasiswa untuk mengaplikasikan keilmuan secara nyata dan bertanggung jawab (Irawan & Suharyati, 2023).

Dalam konteks inilah, emosi menjadi salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan. Emosi merupakan reaksi subjektif yang muncul sebagai respons terhadap suatu peristiwa atau pengalaman, melibatkan aspek perasaan, perubahan fisiologis, dan ekspresi perilaku. Insania (2020). Emosi-emosi ini memiliki ekspresi khas yang dapat dikenali lintas budaya. Dalam konteks keilmuan psikologi, keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan berbasis masyarakat memiliki urgensi yang tinggi, terutama ketika berhadapan dengan kelompok rentan seperti anak-anak yang tinggal di panti asuhan. Panti Asuhan Siti Balqis Palembang merupakan lembaga sosial yang menyediakan pengasuhan bagi anak-anak yatim, piatu, dan dhuafa yang berasal dari berbagai latar belakang sosial ekonomi.

Hasil observasi awal dan wawancara dengan pengelola panti menunjukkan bahwa anak-anak usia 8–15 tahun mengalami berbagai tantangan dalam aspek regulasi emosi dan interaksi sosial. Beberapa anak menunjukkan kesulitan dalam mengenali perasaan yang dialami, mengekspresikan emosi secara tepat, serta mengelola kemarahan atau kesedihan secara adaptif. Kondisi ini berpotensi memengaruhi perkembangan psikologis, hubungan sosial, serta pembentukan konsep diri di masa depan apabila tidak mendapatkan pendampingan yang memadai. Secara teoritis, emosi merupakan komponen penting dalam perkembangan psikologis individu. Enam emosi dasar yang bersifat universal, yaitu marah, sedih, takut, jijik, senang, dan terkejut, yang memiliki ekspresi wajah khas dan dapat dikenali lintas budaya. Melalui teori *Wheel of Emotions* menjelaskan bahwa emosi memiliki intensitas yang beragam dan dapat berkembang menjadi emosi sekunder yang lebih kompleks (Syaharani, et al., 2025).

Kemampuan mengenali dan mengelola emosi dikenal sebagai regulasi emosi, yaitu proses individu dalam memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi respons emosionalnya agar sesuai dengan tuntutan situasi (Fadia et al., 2025). Pada masa kanak-kanak hingga remaja awal, regulasi emosi menjadi fondasi penting bagi perkembangan sosial, akademik, dan kesehatan mental. Anak yang mampu meregulasi emosi dengan baik cenderung memiliki kemampuan *problem solving* yang lebih efektif, hubungan sosial yang lebih sehat, serta risiko perilaku maladaptif yang lebih rendah. Namun, Perkembangan regulasi emosi sangat dipengaruhi oleh kualitas pengasuhan dan lingkungan sosial. Anak-anak yang mengalami kehilangan figur orang tua atau keterbatasan interaksi emosional individual membutuhkan pendekatan intervensi yang sistematis untuk

membantu mereka memahami dan mengelola perasaan secara adaptif. Salah satu pendekatan yang relevan dalam konteks ini adalah psikoedukasi (Rahma et al., 2024).

Psikoedukasi merupakan metode intervensi berbasis pendidikan yang bertujuan meningkatkan pemahaman individu mengenai aspek psikologis dirinya sekaligus membekali keterampilan praktis dalam mengelola emosi dan perilaku (Septyningtyas et al., 2025). Psikoedukasi berfungsi sebagai strategi pemberdayaan individu untuk mengenali dan mengatasi stres serta emosi yang dialami. Psikoedukasi merupakan proses sistematis penyampaian informasi psikologis yang bertujuan meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola masalah secara mandiri (Anugerah & Wardaningsih, 2025).

Dalam pelaksanaan kegiatan ini, media visual berupa PowerPoint digunakan sebagai sarana penyampaian materi. Penggunaan media visual didasarkan pada teori perkembangan kognitif Piaget, di mana anak usia 8–11 tahun berada pada tahap operasional konkret dan lebih mudah memahami konsep melalui representasi visual. Putri & Lestari (2025) melalui teori Cognitive Theory of Multimedia Learning menyatakan bahwa pembelajaran menjadi lebih efektif ketika informasi disajikan melalui kombinasi kata dan gambar. Selain itu, teori Dual Coding menjelaskan bahwa informasi yang diproses melalui jalur verbal dan visual secara bersamaan akan lebih mudah dipahami dan diingat (Rauf et al., 2025).

Kegiatan psikoedukasi dilaksanakan secara partisipatif dalam kelompok kecil melalui diskusi interaktif, permainan peran, kegiatan menggambar ekspresi emosi, serta latihan pernapasan sederhana sebagai teknik regulasi emosi (Syahrin et al., 2024). Pendekatan ini bertujuan untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, aman, dan mendorong keterlibatan aktif anak. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, mahasiswa tidak hanya menerapkan teori psikologi secara langsung, tetapi juga berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis anak-anak di Panti Asuhan Siti Balqis Palembang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Hasil Kegiatan

Kegiatan psikoedukasi yang dilaksanakan di Panti Asuhan Siti Balqis Palembang merupakan sebuah intervensi psikologis terstruktur yang dirancang untuk merespons kebutuhan perkembangan emosional anak-anak dalam pengasuhan alternatif. Anak-anak yang tinggal di panti asuhan sering kali menghadapi tantangan psikologis yang kompleks, mulai dari kehilangan figur lekat, pengalaman penelantaran, hingga keterbatasan perhatian emosional yang bersifat individual. Kondisi ini secara signifikan dapat menghambat kemampuan mereka dalam mengenali perasaan diri sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu, program ini hadir untuk menjembatani celah tersebut melalui pemberian edukasi yang berfokus pada kesadaran emosi dan keterampilan pengelolaan emosi pada anak usia 8–15 tahun.



Gambar 1. Kegiatan psikoedukasi di Panti Asuhan Siti Balqis Palembang

Program ini tidak hanya sekadar memberikan materi teoretis, tetapi juga menciptakan sebuah "ruang aman" bagi anak-anak untuk mengeksplorasi identitas emosional mereka. Berdasarkan observasi awal, ditemukan bahwa banyak anak cenderung memendam emosi negatif atau mengekspresikannya melalui perilaku reaktif karena kurangnya perbendaharaan kata (vocabulary) emosi. Melalui psikoedukasi ini, anak-anak diajak untuk memahami bahwa semua emosi bersifat valid dan memiliki fungsi adaptif dalam kehidupan sehari-hari, asalkan dikelola dengan cara yang tepat dan sehat.

2. Tujuan dan Sasaran Kegiatan

Kegiatan ini secara spesifik bertujuan untuk membekali 16 anak panti asuhan dengan literasi emosional dasar. Sasaran utama dari program ini adalah anak-anak pada rentang usia sekolah dasar hingga remaja awal, sebuah fase krusial di mana regulasi emosi mulai berkembang dari kontrol eksternal (orang dewasa) menuju kontrol internal (diri sendiri). Tujuan mendalam dari kegiatan ini meliputi:

1. Memfasilitasi anak agar mampu mengidentifikasi dan membedakan jenis-jenis emosi dasar.
2. Mendorong keberanian anak dalam mengomunikasikan perasaan secara verbal dan asertif.
3. Memberikan alat atau strategi praktis dalam mereduksi emosi negatif yang intens, seperti kemarahan atau kesedihan yang mendalam.
4. Menciptakan kohesi sosial yang lebih kuat di lingkungan panti melalui empati antar sesama teman sebaya.

3. Rancangan Kegiatan

Rancangan program psikoedukasi ini disusun dalam empat sesi yang saling berkesinambungan, dimulai dari pengenalan (kognitif) hingga praktik pengelolaan (perilaku). Berikut adalah rincian aktivitas yang dilakukan.

Tabel 1. Rancangan Kegiatan

Pertemuan	Tema	Aktivitas Utama	Tujuan Spesifik
Sesi 1	Mengenal Emosi Dasar	Visualisasi ekspresi wajah, tebak emosi, dan praktik menirukan ekspresi melalui media PowerPoint.	Anak mampu menyebutkan dan mengidentifikasi minimal 4 emosi dasar secara akurat.
Sesi 2	Perasaan dalam Diri Kita	Cerita bergambar dan aktivitas ekspresif (menggambar pengalaman sedih/marah).	Anak mampu mengenali dan menceritakan pengalaman emosional pribadinya secara jujur.
Sesi 3	Bagaimana Mengungkapkan Emosi?	Roleplay (bermain peran) konflik sederhana dan latihan kalimat "Saya merasa...".	Anak belajar mengekspresikan emosi dengan cara yang santun dan tepat secara sosial.
Sesi 4	Mengelola Emosi dengan Baik	Relaksasi pernapasan, pembuatan "Kotak Perasaan", dan diskusi kelompok reflektif.	Anak mampu memilih dan mempraktikkan strategi regulasi emosi yang adaptif.

4. Analisis Hasil: Transformasi Kognitif, Afektif, dan Perilaku

Berdasarkan pengamatan selama empat sesi, terlihat adanya perkembangan yang signifikan pada peserta yang dapat dianalisis melalui tiga aspek utama:

1) Literasi Emosional dan Kesadaran Diri

Pada tahap awal (Sesi 1 dan 2), fokus utama adalah membangun fondasi kognitif mengenai emosi dasar. Sesuai dengan teori emosi universal dari Ekman (1992), penggunaan media visual terbukti efektif membantu anak mengidentifikasi ekspresi wajah seperti senang, sedih, marah, dan takut. Anak-anak usia 8–11 tahun cenderung lebih reaktif dan antusias, sementara remaja usia 13–15 tahun awalnya lebih pasif namun menunjukkan internalisasi yang dalam saat sesi refleksi. Melalui kegiatan menggambar dan bercerita, anak-anak mulai mampu mengaitkan konsep abstrak emosi dengan pengalaman personal mereka. Hal ini mengonfirmasi bahwa stimulasi visual yang terstruktur secara signifikan meningkatkan kemampuan anak dalam membedakan emosi dasar (Meno et al., 2024).

2) Keterampilan Ekspresi dan Regulasi Emosi

Memasuki minggu ketiga dan keempat, fokus beralih pada aspek afektif dan perilaku melalui teknik *roleplay*. Anak-anak dilatih untuk menggunakan kalimat asertif (misalnya, "Saya merasa sedih ketika...") untuk mengomunikasikan perasaan secara sehat. Perubahan nyata terlihat pada keberanian anak-anak yang sebelumnya pendiam untuk mulai menyuarakan ketidaksenangan atau kebutuhan mereka tanpa agresi fisik. Selain itu, pengenalan teknik regulasi seperti pernapasan dalam (*deep breathing*) dan penggunaan "kotak perasaan" memberikan alat praktis bagi anak untuk mengelola ketegangan emosional. Hasil ini sejalan dengan teori psikoedukasi bahwa pemberian keterampilan praktis dapat memberdayakan individu dalam pengendalian emosi secara mandiri (Ritonga et al., 2024).

3) Respon Lingkungan dan Keberlanjutan Program

Keberhasilan program ini juga tervalidasi melalui umpan balik dari pengasuh panti. Terdapat pergeseran iklim komunikasi di dalam panti; anak-anak mulai menggunakan terminologi emosi dalam interaksi harian, dan pengasuh menjadi lebih peka dalam memvalidasi perasaan anak sebelum melakukan pendisiplinan. Respon positif dari anak-anak yang menyatakan merasa "diperhatikan" menunjukkan bahwa psikoedukasi ini tidak hanya memberikan ilmu, tetapi juga memenuhi kebutuhan psikologis akan pengakuan dan kasih sayang.

4) Analisis Efektivitas dan Implikasi Program

Secara teoritis, keberhasilan program ini didukung oleh Cognitive Theory of Multimedia Learning dari Mayer di mana integrasi antara kata (verbal) dan gambar (visual) dalam PowerPoint meningkatkan retensi informasi pada anak. Media visual bertindak sebagai jembatan yang mengubah konsep psikologis yang rumit menjadi informasi yang mudah dicerna oleh anak-anak dengan latar belakang pendidikan yang beragam (Ritonga et al., 2024).

Tabel 2. Analisis Efektivitas dan Implikasi Program

Komponen SWOT	Unsur Analisis	Implikasi Program
Strengths (Kekuatan)	Pendekatan Teoretis & Visual	Program disusun berdasarkan landasan teori psikologi perkembangan yang kuat dengan memanfaatkan media PowerPoint yang interaktif, sehingga mampu menyederhanakan konsep emosi yang abstrak menjadi konkret bagi anak-anak.
	Metode Partisipatif	Penggunaan teknik roleplay, menggambar, dan diskusi kelompok menciptakan keterlibatan aktif (high engagement) yang membuat anak tidak hanya menjadi pendengar pasif, tetapi subjek pembelajaran.
	Hubungan Interpersonal	Konsistensi kehadiran fasilitator selama empat minggu membangun rapport (hubungan baik) dan kepercayaan (trust) yang mendalam antara anak panti

		dan pelaksana kegiatan.
Weaknesses (Kelemahan)	Keterbatasan Durasi	Rentang waktu empat sesi merupakan durasi yang singkat untuk melakukan intervensi perilaku yang mendalam, sehingga perubahan yang terjadi masih pada tahap awal internalisasi.
	Heterogenitas Peserta	Rentang usia 8–15 tahun yang cukup lebar menciptakan tantangan dalam penyampaian materi agar tetap relevan bagi anak SD sekaligus tidak membosankan bagi remaja awal.
	Hambatan Komunikasi	Beberapa anak dengan kepribadian sangat tertutup atau memiliki hambatan bicara membutuhkan pendekatan individu (one-on-one) yang sulit terakomodasi sepenuhnya dalam sesi kelompok besar.
Opportunities (Peluang)	Modul Pendampingan	Hasil kegiatan ini dapat dikembangkan menjadi modul pelatihan formal bagi pengasuh panti agar mereka dapat melanjutkan peran sebagai fasilitator emosi secara mandiri.
	Kemitraan Strategis	Terbukanya peluang kolaborasi berkelanjutan antara pihak panti dengan institusi pendidikan psikologi untuk program konseling individu bagi anak-anak yang memiliki indikasi trauma.
	Replika Program	Model psikoedukasi berbasis visual dan partisipatif ini sangat aplikatif untuk diterapkan di panti asuhan lain atau lingkungan sekolah dengan karakteristik serupa.
Threats (Ancaman)	Keberlanjutan Perilaku	Tanpa adanya penguatan (reinforcement) yang konsisten dari pengasuh panti setelah program berakhir, ada risiko anak-anak kembali ke pola komunikasi reaktif yang lama.
	Kondisi Psikologis Laten	Adanya faktor trauma masa lalu atau gangguan psikologis yang belum terdeteksi pada anak dapat menghambat efektivitas teknik regulasi emosi standar yang diberikan dalam kelompok.
	Keterbatasan Sumber Daya	Kurangnya fasilitas pendukung di panti (seperti perangkat digital atau ruang khusus) dapat menjadi kendala jika program ini ingin dikembangkan dengan media yang lebih canggih.

Berdasarkan analisis SWOT di atas, terlihat bahwa kekuatan utama program ini terletak pada sinergi antara materi yang berbasis ilmiah dengan metode penyampaian yang sangat adaptif terhadap karakteristik anak-anak panti. Penggunaan media visual dan aktivitas partisipatif terbukti menjadi kunci dalam meruntuhkan dinding pertahanan emosional anak-anak yang pada awalnya cenderung tertutup. Namun, pembahasan ini juga mengungkap bahwa keberhasilan jangka pendek yang dicapai selama empat minggu menghadapi tantangan besar dalam hal konsistensi jangka panjang. Kelemahan pada aspek durasi dan heterogenitas usia peserta menunjukkan bahwa psikoedukasi kelompok harus didukung oleh penguatan sistemik di lingkungan panti. Hal ini berarti bahwa perubahan perilaku yang mulai tampak pada diri anak seperti penggunaan kalimat asertif dan teknik pernapasan—hanya akan menjadi karakter permanen jika pengasuh panti berperan aktif sebagai model peran (*role model*) yang memvalidasi emosi mereka setiap hari.

Lebih lanjut, peluang untuk mengembangkan program ini menjadi modul pelatihan bagi pengasuh merupakan langkah strategis guna memitigasi ancaman berupa hilangnya dampak positif program setelah fasilitator meninggalkan lapangan. Integrasi antara hasil psikoedukasi dengan pola asuh sehari-hari akan menciptakan ekosistem yang mendukung kesehatan mental anak secara holistik. Di sisi lain, ancaman berupa adanya trauma mendalam pada beberapa peserta mengingatkan bahwa psikoedukasi kelompok hanyalah langkah awal (*preventif-educatif*). Untuk anak-anak dengan kondisi psikologis yang lebih berat, diperlukan intervensi lanjutan berupa konseling individu yang lebih intensif. Dengan demikian, analisis ini menyimpulkan bahwa meskipun program telah berjalan efektif dalam meningkatkan literasi emosional, keberlanjutannya sangat bergantung pada kolaborasi aktif antara pihak panti, mahasiswa pelaksana, dan dukungan lingkungan yang peka terhadap kebutuhan psikologis anak secara berkelanjutan.

Pembahasan

Keberhasilan program psikoedukasi di Panti Asuhan Siti Balqis Palembang didorong oleh sinergi antara landasan teoretis psikologi perkembangan dengan metode penyampaian yang adaptif bagi anak usia sekolah hingga remaja awal. Penggunaan media visual berbasis PowerPoint tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu, tetapi berperan krusial dalam menyederhanakan konsep emosi yang abstrak menjadi informasi yang lebih konkret. Hal ini selaras dengan *Cognitive Theory of Multimedia Learning* dari Mayer, di mana integrasi jalur verbal dan visual terbukti meningkatkan retensi memori dan pemahaman anak terhadap jenis-jenis emosi dasar. Melalui visualisasi ekspresi wajah yang jelas, anak-anak mampu melakukan identifikasi emosional secara lebih akurat, yang merupakan langkah awal fundamental dalam pembentukan kecerdasan emosional.

Transformasi perilaku yang teramati pada peserta menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif, seperti teknik *roleplay* dan menggambar ekspresif, mampu menciptakan ruang aman bagi anak untuk mengeksplorasi perasaan mereka. Praktik langsung menggunakan kalimat asertif (seperti "*Saya merasa...*") memberikan keterampilan konkret bagi anak untuk mengomunikasikan kebutuhan emosionalnya tanpa melalui tindakan agresi fisik. Peningkatan keberanian verbal ini menandakan adanya perkembangan regulasi emosi dari kontrol eksternal menuju kontrol internal yang lebih mandiri. Hasil ini memperkuat pandangan bahwa intervensi psikoedukasi yang melibatkan aspek kognitif dan praktik perilaku sekaligus akan lebih efektif dalam memberdayakan anak-anak di lingkungan pengasuhan alternatif.

Meskipun menunjukkan dampak positif yang signifikan, keberlanjutan perubahan perilaku peserta sangat bergantung pada ekosistem pendukung di panti asuhan. Analisis SWOT mengindikasikan bahwa keterbatasan durasi pertemuan memerlukan adanya penguatan (*reinforcement*) yang konsisten dari pihak pengasuh sehari-hari. Pergeseran iklim komunikasi yang mulai terbentuk, di mana pengasuh lebih peka dalam memberikan validasi emosional, merupakan peluang besar untuk menjadikan keterampilan regulasi emosi ini sebagai karakter yang menetap. Oleh karena itu, program ini tidak hanya berimplikasi pada kesejahteraan individu anak, tetapi juga pada pentingnya edukasi bagi pengasuh agar mampu mempertahankan lingkungan yang suportif dan peka secara psikologis bagi perkembangan anak di masa depan.

KESIMPULAN

Pelaksanaan program psikoedukasi di Panti Asuhan Siti Balqis Palembang menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan literasi emosional anak pada rentang usia 8–15 tahun,

yang mencakup transformasi pada aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Melalui integrasi media visual berbasis *PowerPoint* dan metode partisipatif seperti *roleplay* serta teknik relaksasi, peserta mampu mengidentifikasi emosi dasar secara akurat, mengekspresikan perasaan melalui kalimat asertif, dan menerapkan strategi regulasi emosi mandiri. Kekuatan utama kegiatan ini terletak pada kesesuaian antara landasan teoretis psikologi perkembangan dengan pendekatan interaktif yang mampu membangun *rapport* serta keamanan psikologis bagi anak-anak dalam pengasuhan alternatif. Meskipun demikian, program ini memiliki keterbatasan pada durasi pelaksanaan yang singkat dan heterogenitas usia peserta, sehingga perubahan perilaku yang terbentuk masih memerlukan penguatan berkelanjutan. Keberlanjutan dampak positif ini sangat bergantung pada peran aktif pengasuh sebagai model peran dalam memvalidasi emosi harian dan terciptanya iklim panti yang suportif. Sebagai langkah pengembangan, program ini berimplikasi pada pentingnya penyusunan modul pelatihan bagi pengasuh serta perlunya sinergi profesional untuk memberikan intervensi konseling individual bagi anak dengan indikasi trauma mendalam. Secara keseluruhan, psikoedukasi ini berhasil meletakkan fondasi regulasi emosi yang adaptif guna mendukung kesejahteraan psikologis dan kesiapan sosial anak di masa depan.

REFERENSI

- Anugerah, S., & Wardaningsih, S. (2025). Psikoedukasi Dan Konseling Mandiri Sebagai Strategi Penurunan Ansietas Remaja Young Caregiver. *Jurnal Pustaka Keperawatan (Pusat Akses Kajian Keperawatan)*, 4(1), 19-24.
- Fadia, B. A. S., Hadi, S., & Lita Putri, D. W. (2025). Analisis Regulasi Emosi Dalam Menjalankan Perannya Sebagai Pendidik Pada Guru Berkebutuhan Khusus. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 2738â€“2747. <https://doi.org/10.33394/realita.v10i1.14866>
- Insania, J. S. (2020). Kompetensi emosi (ekspresi dan pemahaman emosi) pada anak usia prasekolah. *Jurnal Studia Insania*. DOI: 10.18592/jsi.v8i2.3951
- Irawan, A., & Suharyati, H. (2023). Analisis dampak kebijakan kurikulum Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) pada perguruan tinggi: Literatur review. *Research and Development Journal of Education*, 9(2), 1116-1123. <http://dx.doi.org/10.30998/rdje.v9i2.19419>
- Meno, O., Sada, E. Y., & Qondias, D. (2024). Analisis kebutuhan media kartu emosi untuk aspek kemampuan sosial emosional anak usia 5-6 tahun. *Jurnal Citra Pendidikan Anak*, 3(3), 1134-1142.
- Putri, A. A. L., & Lestari, A. (2025). Analisis Kualitas Video Pembelajaran Berdasarkan Teori Multimedia Mayer. *Sinergi: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(2), 1555-1573.
- Rahma, S. A., Ikhsan, A. P. P., & Yemima, D. (2024). Dampak pengabaian orang tua terhadap regulasi emosi anak. *Jurnal Psikologi*, 1(4).
- Rauf, N. A., Arisandy, P., Taswil, P. G. A., Susilo, M. R. P., Azz, N. M., Fakhri, N., & Sulastri, T. (2025). Do You Remember The Words? Dual-Coding Method On Long-Term Memory. *Journal of Education Psychology and Social Development*, 44-51.
- Ritonga, R. S., Nofianti, R., Arifin, D., & Patuzahra, S. (2024). *Play Therapy Untuk Pengendalian Emosi Anak Usia Dini*. Serasi Media Teknologi.
- Septyningtyas, D. J., Na'imah, T., & Purwaningsih, E. (2025). *Psikoedukasi di sekolah: Integrasi pendekatan individu dan kelompok*. Star Digital Publishing.
- Syahrani, R., Evrillita, Z., Kusuma, C., & Rahmadina, L. (2025). Emotions And Moods In Decision Making. *Musyarti: Jurnal Manajemen, Akuntansi, dan Ekonomi*, 22(4), 101-110. <https://doi.org/10.2324/d18zgz86>

Syahrin, A., Daulay, F. S. B., Utari, D., Hasibuan, M. K., Ulfa, N., Fitri, M., ... & Pratama, M. F. J. (2024). Psikoedukasi Regulasi Emosi Untuk Meningkatkan Hubungan Yang Positif Dalam Menghadapi Perbedaan Pendapat Antara Teman Sebaya Pada Siswa SMAN 2 Dewantara. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 2(5), 1674-1681. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v2i5.1371>.