



PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL ANAK USIA SEKOLAH MELALUI STIMULASI PERKEMBANGAN ASPEK EMOSI

Niken Yuniar Sari*, Jumaini, Fathra Annis Nauli, Sri Wahyuni, Anisa Yulvi Azni

Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Jalan Pattimura No 9 Pekanbaru Riau 28127, Indonesia

*nikenyuniarsari@lecturer.unri.ac.id

ABSTRAK

Tahapan perkembangan psikososial anak usia sekolah adalah berada pada fase industri yaitu kemampuan menghasilkan karya, berinteraksi dan berprestasi dalam belajar. Jika anak sekolah sekolah tidak mampu mencapai perkembangannya secara optimal maka anak sekolah akan mengalami rendah diri. Stimulasi perkembangan emosi anak usia sekolah merupakan aspek penting dalam mendukung pertumbuhan psikososial karena dapat mempengaruhi kemampuan sosial di masa depan. Tanpa stimulasi yang tepat anak dapat mengalami hambatan dalam perkembangan yang dapat menyebabkan masalah seperti rendah diri dan ketidakpercayaan diri. Tujuan pengabdian ini untuk menstimulasi perkembangan aspek emosi anak usia sekolah. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah melaksanakan stimulasi pada 30 anak usia sekolah dengan pemberian stimulasi tentang aspek perkembangan emosi anak usia sekolah yang meliputi aspek emosi positif dan emosi negatif. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan aspek emosi sebesar 8,18% emosi pada anak usia sekolah. Oleh karena itu stimulasi perkembangan aspek emosi ini direkomendasikan sebagai promosi kesehatan untuk meningkatkan perkembangan aspek emosi anak usia sekolah pada tatanan pelayanan kesehatan jiwa di masyarakat.

Kata kunci: anak usia sekolah; emosi; stimulasi

IMPROVING MENTAL HEALTH OF SCHOOL AGE CHILDREN THROUGH STIMULATION OF EMOTIONAL DEVELOPMENT

ABSTRACT

The stages of psychosocial development of school-age children are in the industrial phase, namely the ability to produce work, interact and achieve in learning. If school children are unable to achieve their development optimally, then school children will experience low self-esteem. Stimulation of emotional development of school-age children is an important aspect in supporting psychosocial growth because it can affect social abilities in the future. Without proper stimulation, children can experience obstacles in development that can cause problems such as low self-esteem and lack of self-confidence. The purpose of this service is to stimulate the development of the emotional aspects of school-age children. The method used in this service activity is to carry out stimulation on 30 school-age children by providing stimulation on the emotional development aspects of school-age children which include positive and negative emotional aspects. The results of this service activity show that there is an increase in the emotional aspect of 8.18% of emotions in school-age children. Therefore, stimulation of the development of this emotional aspect is recommended as a health promotion to improve the development of the emotional aspects of school-age children in the mental health service system in the community.

Keywords: emotion; school age children; stimulation

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah adalah individu yang berada pada rentang usia 6-12 tahun. Perkembangan kemampuan psikososial anak usia sekolah adalah kemampuan menghasilkan karya, berinteraksi dan berprestasi dalam belajar. Jika anak sekolah sekolah tidak mampu mencapai perkembangannya maka anak sekolah akan mengalami rendah diri (Keliat, 2019). Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk terbanyak di dunia. Kemendikbud Ristek melaporkan jumlah murid di Indonesia sebanyak 53,14 juta orang tahun 2023, dari jumlah tersebut mayoritas berada di tingkat sekolah dasar (SD) yakni 24,04 juta orang (Kemendikbud, 2023). Optimalnya pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh faktor protektif dan faktor risiko (Zolkoski, 2012). Faktor lingkungan sebagai faktor protektif sekaligus risiko terdiri atas faktor keluarga yang berkaitan dengan sosial ekonomi, cara stimulasi dan pola asuh, lingkungan sekolah serta kelompok teman sebaya atau masyarakat (Stuart, 2013). Gizi buruk, stres, dan kurangnya akses terhadap perawatan preventif merupakan faktor risiko terjadinya gangguan mental anak (Shives, 2007).

Anak usia sekolah adalah generasi masa depan yang memerlukan perhatian terhadap kesehatan mental dan ketahanan psikososial. Kesehatan mental yang optimal sangat penting untuk memastikan anak-anak dapat berfungsi secara produktif dan berkembang sesuai tahap perkembangan anak usia sekolah. Jika kesehatan mental anak tidak diperhatikan, mereka berisiko mengalami berbagai masalah emosional dan perilaku. Hal ini termasuk kecemasan, depresi, dan gangguan mood yang berlanjut hingga dewasa (Khadijah, 2021). Depresi dan kecemasan meningkat dengan cepat di kalangan anak-anak Amerika berusia 6-17 tahun (*Centers for Disease Control and Prevention*, 2022). Kegagalan dalam mencapai kemampuan tugas perkembangan dapat menyebabkan anak merasa rendah diri sehingga pada masa dewasa, anak mengalami hambatan bersosialisasi (Keliat, 2011). Untuk menghindari dan mengatasi dampak tersebut diperlukan suatu wadah agar mewujudkan sumber daya yang tidak hanya sehat secara fisik tetapi juga mental dan sosial serta mempunyai produktivitas melalui upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan jiwa yang terus menerus berupa pembinaan dan pengembangan kesehatan mental anak usia sekolah (Istiana, Keliat, Nuraini 2011). Beberapa upaya telah dilakukan pemerintah untuk meningkatkan perkembangan anak yakni dengan Posyandu dan Usaha Kesehatan Sekolah namun masih terfokus pada kesehatan fisik saja sedangkan muatan kesehatan mental anak dirasa masih sangat kurang. Stimulasi anak usia sekolah diperlukan agar tercapai kemampuan menghasilkan karya seiring dengan anak mulai sekolah

Anak-anak di usia ini mengalami perkembangan emosi yang kompleks, di mana mereka tidak hanya belajar tentang diri mereka sendiri tetapi juga tentang orang lain. Menurut penelitian, pengembangan emosi yang baik dapat meningkatkan konsentrasi dan motivasi anak dalam proses pembelajaran (Marsari, 2021). Ketika anak mampu mengelola emosinya, mereka cenderung lebih aktif dan terlibat dalam kegiatan belajar, yang pada gilirannya berdampak positif pada pencapaian akademis mereka. Berdasarkan hasil wawancara, masalah yang ditemukan di sekolah dasar Negeri 166 Pekanbaru adalah masalah asuhan keperawatan pada anak usia sekolah yaitu anak usia sekolah menunjukkan perilaku ketidakmampuan mengendalikan emosi seperti mudah merasa marah dan belum tau cara yang tepat untuk mengekspresikan perasaan tersebut, guru sudah sering memberikan nasehat namun belum optimal, Puskesmas memiliki program UKS namun belum pada aspek kesehatan jiwa termasuk belum dilakukannya Terapi Kelompok Terapeutik Anak Usia Sekolah. Untuk mengatasi masalah diatas, anak usia sekolah diberikan Terapi Kelompok Terapeutik. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengetahui hasil

penerapan stimulasi perkembangan aspek emosi anak usia sekolah. Dengan memahami pentingnya stimulasi perkembangan emosi pada anak usia sekolah dasar, kita dapat merancang program pengabdian masyarakat yang efektif. Program ini tidak hanya akan membantu anak-anak dalam mengelola emosinya tetapi juga mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan sosial di masa depan. Melalui pendekatan yang tepat, kita dapat memastikan bahwa setiap anak memiliki kesempatan untuk berkembang secara emosional dengan baik. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan kesehatan mental anak usia sekolah melalui stimulasi perkembangan aspek emosi.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di SD Negeri 166 Kota Pekanbaru Kelurahan Sri Meranti dengan melibatkan guru dan petugas penanggung jawab kesehatan jiwa Puskesmas Umban Sari sebagai institusi kesehatan yang bertanggung jawab terhadap wilayah Kelurahan Sri Meranti. Kegiatan dilaksanakan dengan pemberian stimulasi tentang aspek perkembangan emosi anak usia sekolah yang meliputi aspek emosi positif yaitu menstimulasi gembira dengan cara mengidentifikasi perasaan senang serta situasi yang membuat gembira kemudian menyampaikannya didalam kelompok dan merayakan keberhasilannya bersama-sama (dengan ucapan atau tepuk tangan, katakan “kamu hebat”). Aspek emosi positif perasaan berharga dengan cara mencatat semua kemampuan dan keberhasilan serta melakukan afirmasi dan menyampaikannya kepada teman-teman kemudian secara bergantian menyampaikan dalam kelompok. Stimulasi aspek emosi positif berterimakasih dengan cara mengucapkan terimakasih terhadap semua perlakuan baik orang lain. catat semua kebaikan orang lain padanya dan menyampaikannya kepada kelompok dan latih untuk mengucapkan terimakasih. Stimulasi aspek emosi positif meminta maaf dengan cara bercerita kepada teman kelompok tentang kesalahan yang pernah dilakukan dan perasaan bersalah serta perilaku yang dilakukan untuk mengatasi rasa bersalah kemudian meminta maaf dan mengubah perilaku yang salah dalam kelompok. Stimulasi aspek emosi positif tolong menolong dengan cara bercerita dalam kelompok tentang tugas sekolah yang tidak dapat dikerjakan dan cara yang digunakan untuk menyelesaiannya, diskusikan cara mencari pertolongan jika mengalami kesulitan.

Stimulasi aspek emosi negatif yaitu marah dengan cara bercerita dalam kelompok tentang perasaan marah yang pernah dirasakan dan cara mengatasinya. Latihan relaksasi (tarik napas dalam), latihan berbicara pada orang lain yang dipercaya (curhat). Stimulasi aspek emosi negatif sedih dengan cara latihan bercerita atau curhat dalam kelompok tentang perasaan sedih yang pernah dirasakan dan mendiskusikan cara mengatasinya. Stimulasi aspek emosi negatif takut dengan cara bercerita dalam kelompok tentang perasaan takut yang pernah dirasakan dan mendiskusikan cara mencari perlindungan dan menyelesaikan penyebab ketakutan. Stimulasi aspek emosi negatif malu dengan cara bercerita atau curhat dalam kelompok tentang perasaan malu yang pernah dirasakan, penyebab rasa malu, dan mendiskusikan cara mengatasinya. Kemudian bercerita tentang keberhasilan kemampuan yang dimiliki. Sebelum pemberian stimulasi peserta akan diminta mengisi kuesioner sebagai *pre test*, setelah stimulasi peserta kembali diberikan kuesioner sebagai *posttest*. Alat ukur yang digunakan dalam pengabdian ini adalah lembar buku evaluasi berdasarkan buku kerja yang berisi aspek-aspek perkembangan emosi anak usia sekolah yang menunjukkan pencapaian perkembangan aspek emosi pada anak usia sekolah yang meliputi peningkatan anak pada kemampuan mengenal dan merasakan emosi sendiri, mengenal penyebab perasaan yang timbul, mampu mengungkapkan perasaan yang timbul, mampu mengendalikan perilaku amarah yang merugikan diri sendiri dan orang lain,

mampu mengatasi stres, mengatasi perasaan negatif tentang diri sendiri, sekolah dan keluarga, mampu memiliki rasa tanggung jawab, dapat menerima sudut pandang orang lain, mampu menyelesaikan konflik dengan orang lain, memiliki sikap bersahabat, dan dapat menerima pergaulan dengan orang lain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

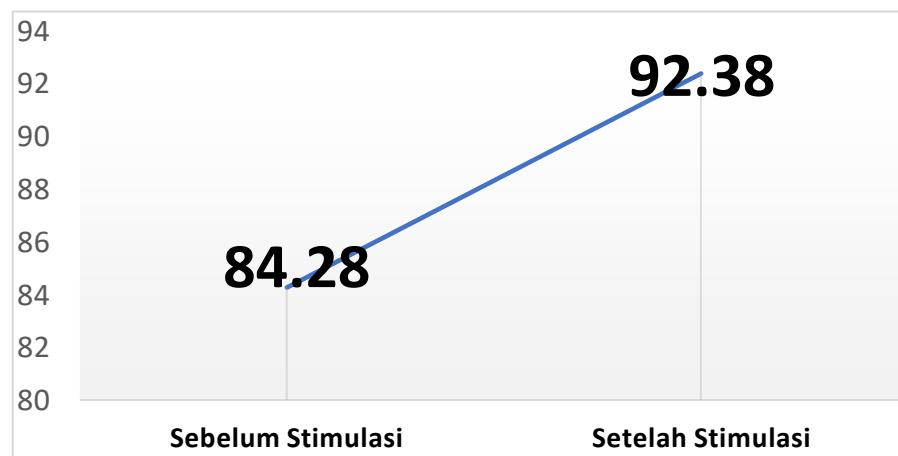
Tabel 1.
Karakteristik Anak Usia Sekolah (n=30)

Variabel	f	%
Usia		
09-12 tahun	30	100
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	12	40
Perempuan	18	60
Urutan Kelahiran		
Anak Pertama	12	40
Anak Kedua	11	36.7
Anak Ketiga	7	23.3
Jumlah Saudara Kandung		
0 orang	1	3.3
1 orang	3	10
2 orang	7	23.3
3 orang	11	36.7
4 orang	6	20
5 orang	2	6.7

Seluruh anak berusia 9-12 tahun, sebagian besar perempuan sebanyak 18 orang (60%) dan sebagai anak pertama sebanyak 12 orang (40%) dengan jumlah saudara kandung 3 orang (36,7%). Pada tahap usia ini anak-anak sudah mampu mengelola ekspresi emosi dalam situasi sosial. Anak belajar bagaimana meredakan emosi negatif seperti sedih dan takut serta memahami dampak emosi terhadap diri mereka dan orang lain (Hairani, 2021). Dengan memberikan kesempatan untuk berinteraksi kelompok membantu anak belajar tentang dinamika sosial dan penelolaan emosi dalam kelompok (Ilham, 2020). Anak perempuan lebih emosional dalam memilih teman yang dapat mempengaruhi mereka dalam mencapai tujuan (Faisal, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa anak perempuan memiliki regulasi emosi yang lebih baik dibandingkan anak laki-laki. Mereka lebih mampu mengelola emosi (Husnianita, 2021). Dalam situasi sosial anak perempuan lebih terbuka dalam mengekspresikan emosi sedangkan anak laki-laki sering kali menahan ekspresi emosional (Fadlin, 2021). lingkungan sosial dan budaya juga berperan penting dalam membentuk cara anak mengelola emosi. Anak-anak yang tumbuh dilingkungan yang mendukung ekspresi emosi cenderung lebih baik dalam mengatur perasaan mereka (Indriyana, 2019). Anak pertama memiliki tingkat kematangan emosional lebih tinggi dari pada anak tengah atau anak bungsu, hal ini didukung oleh beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa anak pertama lebih sering berperan sebagai pemimpin dalam keluarga dan mempunyai tanggung jawab yang lebih besar, sehingga mereka cenderung lebih matang secara emosional (Wulanningrum, 2011). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian oleh (Wati, Siagian, Kurniasih, 2020) bahwa sibling dapat menyebabkan perilaku negatif anak, seperti agresif dan tidak mampu mengontrol emosi. Hal ini dapat mengganggu hubungan sosial anak dengan teman sebaya. Jumlah saudara kandung dapat mempengaruhi emosi anak usia sekolah (Septiawan, 2022)

Tabel 2.
Kemampuan Industri Anak Usia Sekolah Sebelum dan Sesudah Diberikan Stimulasi (n=30)

No	Sub Komponen	Pre	Post
1	Lebih memilih bermain dengan kekuatan badan	19	22
2	Mempunyai rasa bersaing yang tinggi	21	23
3	Senang menyelesaikan tugas sekolah dan tugas rumah	29	30
4	Berfikir secara nyata	27	29
5	Senang berkhayal dan berfantasi	18	22
6	Mampu membaca, menulis dan berhitung	30	30
7	Mampu mengikuti peraturan dalam permainan	30	30
8	Mampu berbicara dengan orang baru	24	29
9	Senang bercerita pengalaman dengan teman seumur	30	30
10	Senang berkelompok dengan teman seumur	29	30
11	Mempunyai sahabat akrab	27	28
12	Mempunyai rasa tanggungjawab tinggi	21	30
13	Senang bekerja sama	30	30
14	Mampu mengendalikan emosi	19	25
Total		354	388
Komposit Penilaian Kemampuan		11,8	12,93
Persentase (%)		84,28	92,38

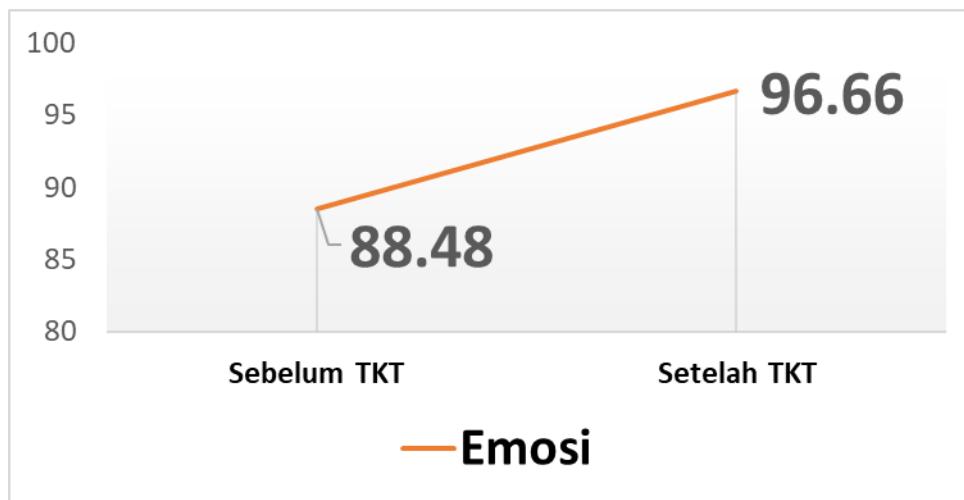


Berdasarkan penilaian diperoleh kemampuan industri anak usia sekolah sebelum diberikan stimulasi adalah 84,28% meningkat menjadi 92,38% artinya terdapat peningkatan kemampuan industri sebesar 8,1% setelah anak usia sekolah diberikan stimulasi. Penelitian oleh (Istiana, Keliat, Nuraini 2011) terjadi peningkatan yang signifikan pada perkembangan aspek emosi anak usia sekolah termasuk peningkatan perkembangan industri setelah terapi kelompok terapeutik. Metode terapi kelompok melibatkan interaksi sosial yang dapat membantu anak-anak belajar dari satu sama lain dan mengembangkan rasa percaya diri. Kegiatan ini dirancang untuk mencakup berbagai aspek perkembangan termasuk perkembangan emosi (Wetik, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa setelah mengikuti terapi kelompok terapeutik terdapat peningkatan yang

signifikan dalam perkembangan psikososial anak dalam berbagai aspek perkembangan industri (Wetik, 2016).

Tabel 3.
Penilaian Respons Aspek Emosi Sebelum dan Sesudah diberikan Stimulasi (n=30)

No	Sub Komponen	Pre	Post
		n	n
	Emosi		
1	Mampu mengenal dan merasakan emosi sendiri	22	27
2	Mengenal penyebab perasaan yang timbul	24	29
3	Mampu mengungkapkan perasaan yang timbul	27	29
4	Mengendalikan perilaku amarah yang merugikan diri sendiri dan orang lain	22	28
5	Mampu mengatasi stress	27	29
6	Mengatasi perasaan negatif tentang diri sendiri, sekolah dan keluarga	27	29
7	Memiliki rasa tanggung jawab	30	30
8	Menerima sudut pandang orang lain	27	30
9	Menyelesaikan konflik dengan orang lain	27	29
10	Memiliki sikap bersahabat	30	30
11	Dapat menerima pergaulan dengan orang lain	29	29
	Total	292	319
	Komposit Penilaian Stressor	9.73	10.63
	Persentase (%)	88,48	96,66



Terjadi peningkatan aspek emosi sebesar 8,18% emosi pada anak usia sekolah. Emosi anak usia sekolah akan meningkat dan mempunyai respons yang beragam tergantung pada kemampuan anak dalam menghadapi *stressor* (Affrunti & Borden, 2016). Lingkungan keluarga dan interaksi sosial disekolah sangat memperngaruhi perkembangan emosi anak (Pangaribuan, 2022). Dengan adanya stimulasi kelompok kondisi psikologis dan lingkungan belajar anak berkontribusi pada perkembangan emosinya (Marsari, 2021). Metode bermain kelompok yang melibatkan interaksi sosial seperti diskusi kelompok dapat meningkatkan kemampuan anak dalam mengekspresikan dan mengelola emosi (Aulia, 2024). Terapi kelompok menggunakan model pembelajaran yang berfokus pada pengembangan diri anak dan memberikan kebebasan kelompok dalam mengekspresikan emosi tanpa kritik. Dalam terapi kelompok juga mengajarkan bagaimana pengelolaan emosi agar anak dapat mengendalikan reaksi emosional dalam situasi sulit (Batubara, 2023). Dengan memahami diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi anak akan lebih mampu menghadapi stres dan masalah kesehatan mental dimasa depan (Tazkia, 2024)



Gambar 1. Penyampaian materi tentang perkembangan aspek emosi anak usia sekolah



Gambar 2. Peserta mengisi *pre test*



Gambar 3. Pelaksanaan stimulasi perkembangan aspek emosi anak usia sekolah



Gambar 4. Peserta dan Tim Pengabdian Masyarakat FKp Unri berfoto bersama

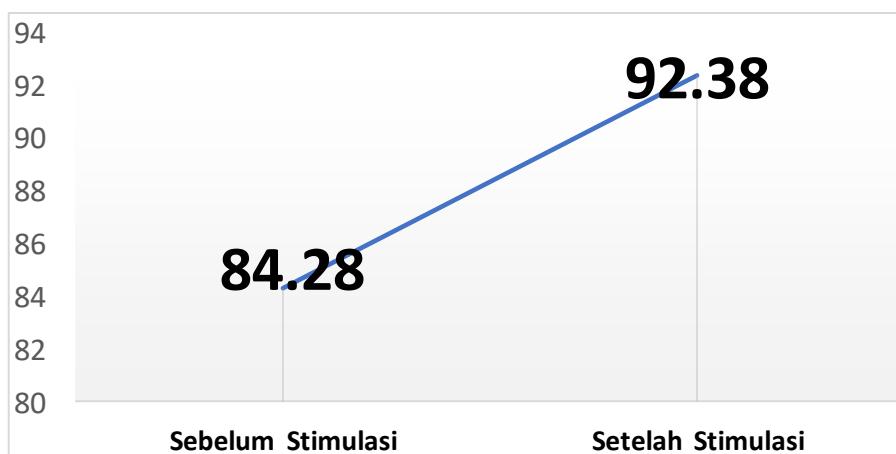
Tabel 1.
Karakteristik Anak Usia Sekolah SD Negeri 166 Pekanbaru (n=30)

No	Variabel	f	%
1	Usia		
	09-12 tahun	30	100
2	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	12	40
	Perempuan	18	60
3	Urutan Kelahiran		
	Anak Pertama	12	40
	Anak Kedua	11	36.7
	Anak Ketiga	7	23.3
4	Jumlah Saudara Kandung		
	0 orang	1	3.3
	1 orang	3	10
	2 orang	7	23.3
	3 orang	11	36.7
	4 orang	6	20
	5 orang	2	6.7

Seluruh anak berusia 9-12 tahun, sebagian besar perempuan sebanyak 18 orang (60%) dan sebagai anak pertama sebanyak 12 orang (40%) dengan jumlah saudara kandung 3 orang (36,7%). Pada tahap usia ini anak-anak sudah mampu mengelola ekspresi emosi dalam situasi sosial. Anak belajar bagaimana meredakan emosi negatif seperti sedih dan takut serta memahami dampak emosi terhadap diri mereka dan orang lain (Hairani, 2021). Dengan memberikan kesempatan untuk berinteraksi kelompok membantu anak belajar tentang dinamika sosial dan penelolaan emosi dalam kelompok (Ilham, 2020). Anak perempuan lebih emosional dalam memilih teman yang dapat mempengaruhi motivasi mereka dalam mencapai tujuan (Faisal, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa anak perempuan memiliki regulasi emosi yang lebih baik dibandingkan anak laki-laki. Mereka lebih mampu mengelola emosi (Husnianita, 2021). Dalam situasi sosial anak perempuan lebih terbuka dalam mengekspresikan emosi sedangkan anak laki-laki sering kali menahan ekspresi emosional (Fadlin, 2021). Lingkungan sosial dan budaya juga berperan penting dalam membentuk cara anak mengelola emosi. Anak-anak yang tumbuh dilingkungan yang mendukung ekspresi emosi cenderung lebih baik dalam mengatur perasaan mereka (Indriyana, 2019). Anak pertama memiliki tingkat kematangan emosional lebih tinggi dari pada anak tengah atau anak bungsu, hal ini didukung oleh beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa anak pertama lebih sering berperan sebagai pemimpin dalam keluarga dan mempunyai tanggung jawab yang lebih besar, sehingga mereka cenderung lebih matang secara emosional (Wulanningrum, 2011). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian oleh (Wati, Siagian, Kurniasih, 2020) bahwa sibling dapat menyebabkan perilaku negatif anak, seperti agresif dan tidak mampu mengontrol emosi. Hal ini dapat mengganggu hubungan sosial anak dengan teman sebayanya. Jumlah saudara kandung dapat mempengaruhi emosi anak usia sekolah (Septiawan, 2022)

Tabel 2.
 Kemampuan Industri Anak Usia Sekolah Sebelum dan Sesudah Diberikan Stimulasi (n=30)

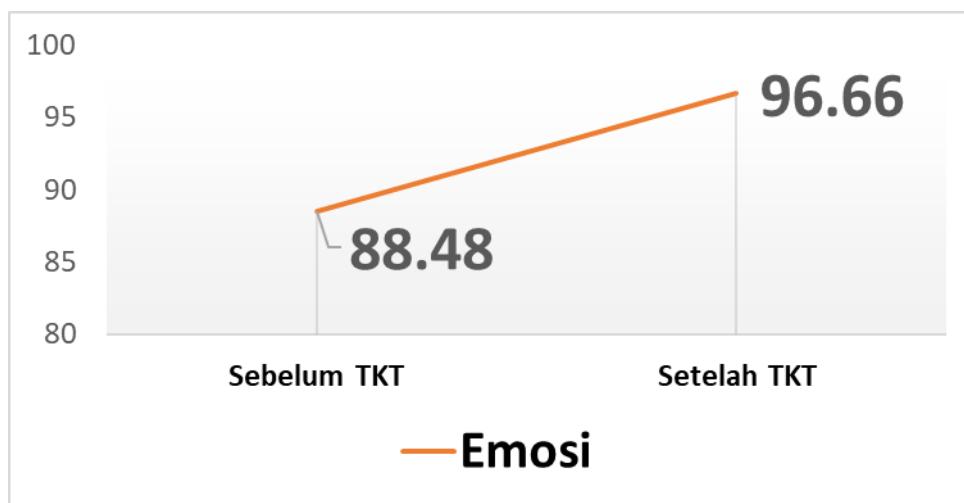
No	Sub Komponen	Pre	Post
		n	n
1	Lebih memilih bermain dengan kekuatan badan	19	22
2	Mempunyai rasa bersaing yang tinggi	21	23
3	Senang menyelesaikan tugas sekolah dan tugas rumah	29	30
4	Berfikir secara nyata	27	29
5	Senang berkhayal dan berfantasi	18	22
6	Mampu membaca, menulis dan berhitung	30	30
7	Mampu mengikuti peraturan dalam permainan	30	30
8	Mampu berbicara dengan orang baru	24	29
9	Senang bercerita pengalaman dengan teman seumur	30	30
10	Senang berkelompok dengan teman seumur	29	30
11	Mempunyai sahabat akrab	27	28
12	Mempunyai rasa tanggungjawab tinggi	21	30
13	Senang bekerja sama	30	30
14	Mampu mengendalikan emosi	19	25
Total		354	388
Komposit Penilaian Kemampuan		11,8	12,93
Persentase (%)		84,28	92,38



Berdasarkan penilaian diperoleh kemampuan industri anak usia sekolah sebelum diberikan stimulasi adalah 84,28% meningkat menjadi 92,38% artinya terdapat peningkatan kemampuan industri sebesar 8,1% setelah anak usia sekolah diberikan stimulasi. Penelitian oleh (Istiana, Keliat, Nuraini 2011) terjadi peningkatan yang signifikan pada perkembangan aspek emosi anak usia sekolah termasuk peningkatan perkembangan industri setelah terapi kelompok terapeutik. Metode terapi kelompok melibatkan interaksi sosial yang dapat membantu anak-anak belajar dari satu sama lain dan mengembangkan rasa percaya diri. Kegiatan ini dirancang untuk mencakup berbagai aspek perkembangan termasuk perkembangan emosi (Wetik, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa setelah mengikuti terapi kelompok terapeutik terdapat peningkatan yang signifikan dalam perkembangan psikososial anak dalam berbagai aspek perkembangan industri (Wetik, 2016).

Tabel 3
 Penilaian Respons Aspek Emosi Sebelum dan Sesudah diberikan Stimulasi (n=30)

No	Sub Komponen	Pre	Post
		n	n
Emosi			
1	Mampu mengenal dan merasakan emosi sendiri	22	27
2	Mengenal penyebab perasaan yang timbul	24	29
3	Mampu mengungkapkan perasaan yang timbul	27	29
4	Mengendalikan perilaku amarah yang merugikan diri sendiri dan orang lain	22	28
5	Mampu mengatasi stress	27	29
6	Mengatasi perasaan negatif tentang diri sendiri, sekolah dan keluarga	27	29
7	Memiliki rasa tanggung jawab	30	30
8	Menerima sudut pandang orang lain	27	30
9	Menyelesaikan konflik dengan orang lain	27	29
10	Memiliki sikap bersahabat	30	30
11	Dapat menerima pergaulan dengan orang lain	29	29
Total		292	319
Komposit Penilaian Stressor		9.73	10.63
Percentase (%)		88,48	96,66



Terjadi peningkatan aspek emosi sebesar 8,18% emosi pada anak usia sekolah. Emosi anak usia sekolah akan meningkat dan mempunyai respons yang beragam tergantung pada kemampuan anak dalam menghadapi *stressor* (Affrunti & Borden, 2016). Lingkungan keluarga dan interaksi sosial disekolah sangat memperngaruhi perkembangan emosi anak (Pangaribuan, 2022). Dengan adanya stimulasi kelompok kondisi psikologis dan lingkungan belajar anak berkontribusi pada perkembangan emosinya (Marsari, 2021). Metode bermain kelompok yang melibatkan interaksi sosial seperti diskusi kelompok dapat meningkatkan kemampuan anak dalam mengekspresikan dan mengelola emosi (Aulia, 2024). Terapi kelompok menggunakan model pembelajaran yang berfokus pada pengembangan diri anak dan memberikan kebebasan kelompok dalam mengekspresikan emosi tanpa kritik. Dalam terapi kelompok juga mengajarkan bagaimana pengelolaan emosi agar anak dapat mengendalikan reaksi emosional dalam situasi sulit

(Batubara, 2023). Dengan memahami diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi anak akan lebih mampu menghadapi stres dan masalah kesehatan mental dimasa depan (Tazkia, 2024)



Gambar 1. Penyampaian materi tentang perkembangan aspek emosi anak usia sekolah



Gambar 2. Peserta mengisi *pre test*



Gambar 3. Pelaksanaan stimulasi perkembangan aspek emosi anak usia sekolah



Gambar 4. Peserta dan Tim Pengabdian Masyarakat FKp Unri berfoto bersama

SIMPULAN

Kegiatan stimulasi yang dilakukan berjalan lancar dan mencapai hasil yang diharapkan. Peserta yang hadir berjumlah 30 orang. Peserta sangat antusias melakukan stimulasi perkembangan aspek emosi anak usia sekolah dan cara mencapai perkembangan tersebut. Terdapat peningkatan kemampuan perkembangan aspek emosi peserta setelah diberikan latihan stimulasi. Hasil pengabdian masyarakat ini diharapkan akan dapat berdampak terhadap peningkatan kesehatan jiwa anak usia sekolah. Kegiatan ini dapat ditindaklanjuti oleh pihak Puskesmas Umban Sari sebagai mitra untuk dapat diterapkan pada anak usia sekolah lain di wilayah kerja Puskesmas Umban Sari, Pekanbaru

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan Terimakasih kepada Fakultas Keperawatan dan LPPM Universitas Riau yang telah mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, Kepala Sekolah SD Negeri 166 Pekanbaru, seluruh peserta pengabdian, Puskesmas Umban Sari Pekanbaru sebagai mitra dan mahasiswa yang terlibat dalam pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Affrunti, N. W., & Woodruff-Borden, J. (2017). Emotional control mediates the association between dimensions of perfectionism and worry in children. *Child Psychiatry & Human Development*, 48, 73-81.
- Aulia, H. (2024). Upaya Meningkatkan Perkembangan Emosional Peserta Didik Dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Citra Pendidikan*, 4(3), 1960-1967.
- 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.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2022). Data and Statistics on Children's Mental Health. Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/childrensmentalhealth/data.html>.
- El Faisal, A. I., & Netrawati, N. (2023). Emotional Intelligence Differences Between Male and Female Adolescents. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 6(1), 51-58.
- Fadlin, I. (2021). Perkembangan Psikologis Anak Usia Pendidikan Dasar; Emosional, Kognitif, dan Psikomotor. *Jurnal Al-Fikrah*, 10(2), 180-192.
- Hairani, S., Neviyarni, N., & Irdamurni, I. (2021). Ruang lingkup perkembangan emosi siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1829-1835.
- Husnianita, V. M., & Jannah, M. (2021). Perbedaan Regulasi emosi di tinjau dari jenis kelamin pada kelas X Sekolah Menengah Atas boarding school. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 229-238.
- Ilham, I. (2020). Perkembangan emosi dan sosial pada anak usia sekolah dasar. *eL-Muhbib jurnal pemikiran dan penelitian pendidikan dasar*, 4(2), 162-180.
- Indriyana, P., & Lestari, R. (2019). *Perilaku agresif pada anak sekolah dasar* (Doctoral dissertation, Universitas muhammadiyah surakarta).
- Istiana, D., Keliat, B. A., & Nuraini, T. (2011). Terapi kelompok terapeutik anak dengan orang tua dan guru meningkatkan perkembangan mental anak usia sekolah. *Jurnal Ners*, 6(1), 93.
- Khadijah, M. A., & Jf, N. Z. (2021). *Perkembangan sosial anak usia dini teori dan strateginya*. Merdeka kreasi group.

- Keliat, B. A., Helena, N., & Farida, P. (2011). Manajemen keperawatan psikososial & kader kesehatan jiwa. *Jakarta: Egc.*
- Keliat, B.A. Mulia, M & Fitriani, N. (2019) Promosi Kesehatan Jiwa Terapi Kelompok Terapeutik, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Kementerian Pendidikan Kebudayaan Riset dan Teknologi (2023) portal data jumlah siswa Sekolah Dasar. <https://data.kemdikbud.go.id/dataset>.
- Marsari, H., Neviyarni, N., & Irdamurni, I. (2021). Perkembangan emosi anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1816-1822.
- Pangaribuan, H., Supriadi, S., Arifuddin, A., Jurana, J., Supetran, I. W., Patombo, F. D., & Lenny, L. (2022). Edukasi Tumbuh Kembang Anak Usia Sekolah dan Pelaksanaan Kelompok Terapeutik di SD Pesantren Hidayatullah Tondo:(Laporan Kegiatan Pengabdian Masyarakat). *Jurnal Kolaboratif Sains*, 5(1), 52-67.
- Septiawan, M. R. (2022). Hubungan Perkembangan Mental-Emosional Terhadap Sibling Rivalry Pada Anak Preschool. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(1), 12-20.
- Shives, L. R. (2007). *Basic concepts of psychiatric-mental health nursing*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Stuart, Gail W. (2013). *Principles & Practice of Psychiatric Nursing(10^{ed})* . Philadelphia: Elsevier Mosby.
- Tazkia, H. A., & Darmiyanti, A. (2024). Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dasar di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(3), 8-8.
- Wati, L., Siagian, Y., & Kurniasih, D. (2020). Faktor dominan yang mempengaruhi Sibling rivalry pada anak usia toddler. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 1-10.
- Wetik, S., & Laka, A. (2022). Stimulasi Perkembangan Psikososial Sebagai Upaya Peningkatan Fase Industri Pada Anak Usia Sekolah. *Lasallian Abdimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 31-35.
- Wetik, S. V. (2016). Peningkatan Perkembangan Anak Usia Sekolah Melalui Terapi Kelompok Terapeutik Dengan Pendekatan Model Stres Adaptasi Stuart Dan Health Promotion Model= Increased development of school age children through therapeutic group therapy approach stuart stress adaptation and health promotion model. *Skripsi. Program Studi Ners Spesialis Jiwa*.
- Wulanningrum, D. N. (2011). Hubungan antara Urutan Kelahiran dalam Keluarga dengan Kecerdasan Emosional pada Remaja di SMA Muhammadiyah I Klaten.
- Zolkoski, S. M., & Bullock, L. M. (2012). Resilience in children and youth: A review. *Children and youth services review*, 34(12), 2295-2303.

