

PSIKOEDUKASI : PERAN PERHATIAN ORANG TUA DALAM MENGEMBANGKAN KESEHATAN EMOSIONAL PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR

Wuli Oktiningrum¹, Lutfiatus Zuhroh², Adzimatnur Muslihasari³,
Dyah Ayu Pramoda Wardhani⁴, Andi Wibowo⁵

Universitas Islam Raden Rahmat Malang¹²³⁴⁵

Kata Kunci : Psikoedukasi, Kesehatan Emosional, Anak, Usia Sekolah Dasar

Correspondensi Author

wulie.okti@uniramalang.ac.id

Abstrak : Tujuan kegiatan psikoedukasi ini adalah untuk meningkatkan pemahaman orang tua siswa di SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang tentang pentingnya perkembangan emosi anak usia sekolah dasar, mengedukasi mereka mengenai dampak negatif. Kegiatan tersebut menggunakan metode Participation Action Research (PAR) dengan pendekatan yang dilakukan kepada orang tua dan anak di SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang. Sumber dan object pada kegiatan ini adalah orang tua beserta anak atau siswa di SD Negeri 1 Mangunrejo mulai dari kelas 1 hingga kelas 6 yang berjumlah 80 orang tua dan anak. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan sistematis melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi secara deskriptif. Berikut skema teknik pengumpulan data. Hasil seminar psikoedukasi yaitu perlu pemahaman yang tepat mengenai berbagai jenis emosi anak dan pola asuh yang sesuai sangat penting untuk mendukung perkembangan emosional anak pada usia sekolah dasar. Orang tua berperan aktif dalam memilih pola asuh yang sensitif dan responsif, yang berdampak positif pada kesehatan emosional anak.

PENDAHULUAN

Masa anak usia sekolah dasar merupakan fase yang sangat penting dan krusial. Disebut krusial karena pada usia ini, kemampuan otak anak untuk berpikir dan menerima informasi berada pada puncaknya. Setiap informasi yang diberikan selama periode ini akan memiliki dampak yang signifikan pada perkembangan anak di masa mendatang (Rijkiyani et al., 2022). Rentang usia 6 – 12 tahun, dimana masa – masa tersebut merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan baik fisik, kognitif, maupun emosional yang tidak akan terulang lagi (Prasetiawan, 2019). Maka, peran keluarga, lingkungan, dan pendidikan sangat penting untuk membentuk karakter anak dengan cara yang benar dan tepat, agar mencapai keberhasilan dalam perkembangan anak, terutama dalam mengembangkan berbagai potensi, keterampilan, aspek emosional, serta aspek spiritual mereka (Putri & Lutfianawati, 2021).

Salah satu aspek penting dalam masa anak di sekolah dasar adalah perkembangan emosi. Emosi adalah perasaan yang dimiliki anak secara psikologis dan fisiologis, yang berfungsi sebagai respon terhadap peristiwa di sekitarnya (Oliver et al., 2024). Emosi memiliki peranan penting bagi anak usia dini karena dapat membantu mereka memusatkan perhatian. Selain itu, emosi juga memberikan dorongan bagi anak untuk berpikir sesuai dengan kebutuhan mereka (Lee & Johnson, 2007). Menambahkan, Martani (2012) menyatakan jika emosi berperan dalam perkembangan anak dengan memungkinkan mereka berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya, dan berkembang dari bentuk yang sederhana menjadi lebih kompleks seiring berjalannya waktu.

Perkembangan emosi anak sangat bergantung pada peran keluarga. Keluarga memiliki peran yang signifikan dalam perkembangan fisik, psikologis dan pengelolaan emosi, di mana pola asuh orang tua sangat memengaruhi kemampuan anak untuk beradaptasi dan merespons lingkungan sekitar, serta bagaimana anak dapat mencontoh tingkah laku yang baik dari orang tua berdasarkan pengalaman dan pengamatan mereka (Onal et al., 2024). Sependapat dengan hal tersebut Tahirah et al. (2024) menyatakan jika melalui interaksi sehari-hari, orang tua tidak hanya memenuhi kebutuhan fisik anak, tetapi juga berfungsi sebagai teladan dalam perilaku, norma sosial, dan pengelolaan emosi, di mana kualitas hubungan antara orang tua dan anak pada masa tersebut akan membentuk dasar yang kuat bagi kemampuan anak untuk beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

Tetapi, pada kenyataannya masih banyak orang tua yang kurang peduli terhadap perkembangan emosi anak. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa orang tua siswa di SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang, menyatakan jika anak – anak mereka tumbuh menjadi anak pembangkang dan pemberontak serta sangat malas. Para orang tua berpendapat jika hal tersebut karena pengaruh penggunaan gadget yang berlebihan. Tidak berbeda jauh dengan jawaban orang tua, berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa guru kelas pun menyatakan hal yang sama, siswa cenderung suka ngobrol di kelas, kurang empati dan simpati dengan sesama serta melakukan tindakan bullying. Tentunya hal tersebut menjadi permasalahan yang perlu diselesaikan dengan cepat oleh guru dan orang tua guna mencetak generasi yang baik dan berkarakter.

Mengatasi hal tersebut, maka dilakukan kegiatan psikoedukasi bagi orang tua siswa di SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang. Psikoedukasi merupakan *treatment* yang diberikan oleh profesional kepada individu atau kelompok dalam bentuk pelatihan untuk membantu partisipan dalam memecahkan masalahnya (Lukens & McFarlane, 2004). Kegiatan psikoedukasi ini berbentuk seminar kepada orang tua dan guru dengan tema kegiatan membangun hubungan emosional yang baik antara orang tua dan anak guna menghasilkan generasi yang berkarakter baik pada abad 21. Kegiatan seminar tersebut bertujuan untuk memahami pola asuh orang tua di SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang sehingga dengan adanya kegiatan ini dapat menjalin hubungan yang baik antara orang tua, anak, serta guru. Selain itu, pada kesempatan ini orang tua dan guru diberikan solusi yang tepat dan terbaik yang harus diterapkan kepada anak – anak usia sekolah

dasar, harapannya dengan *parenting* yang baik maka emosi anak akan tumbuh dengan baik pula sehingga kemampuan kognitif pun berkembang dengan baik.

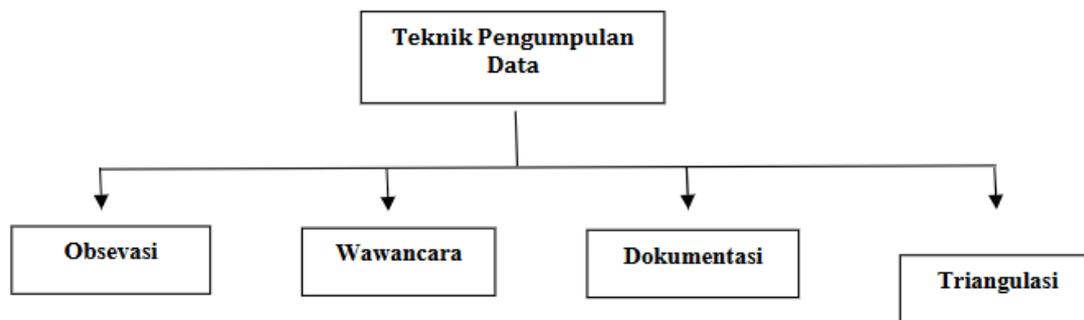
METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Materi Pelatihan

Adapun materi dalam seminar parenting dengan tema peran perhatian orang tua dalam kesehatan emosi pada anak usia sekolah dasar mencakup pemahaman tentang berbagai jenis emosi yang dialami anak serta bagaimana emosi tersebut berkembang seiring pertumbuhan mereka. Seminar ini juga menjelaskan kontribusi orang tua melalui pengasuhan yang sensitif dan responsif, serta berbagai pola asuh yang efektif dan dampaknya terhadap kesehatan emosional anak. Selain itu, peserta diajarkan teknik komunikasi yang efektif untuk mendengarkan dan mengatasi emosi anak, serta cara mengajarkan pendidikan emosional untuk memahami dan mengelola emosi. Seminar mendorong pengembangan sikap positif dari orang tua dan memberikan contoh perilaku yang baik, diiringi dengan kegiatan interaktif yang dapat dilakukan bersama anak. Kesempatan diskusi dan tanya jawab juga disediakan untuk peserta berbagi pengalaman, serta informasi tentang sumber daya tambahan seperti buku dan artikel untuk membantu orang tua dalam pengasuhan yang efektif.

Metode Pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema peran perhatian orang tua dalam kesehatan emosi anak pada usia sekolah dasar menggunakan metode *Participation Action Research* (PAR) dengan pendekatan yang dilakukan kepada orang tua dan anak di SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang. Sumber dan object pada kegiatan ini adalah orang tua beserta anak atau siswa di SD Negeri 1 Mangunrejo mulai dari kelas 1 hingga kelas 6 yang berjumlah 80 orang tua dan anak. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan sistematis melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi secara deskriptif. Berikut skema teknik pengumpulan data.



Gambar 1. Skema Teknik Pengumpulan Data Metode PAR

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa seminar psikoedukasi terkait pentingnya peran orang tua dalam kesehatan emosional anak pada masa *golden age* dilaksanakan pada bulan Oktober 2024. Peserta kegiatan ini adalah 80 orang tua beserta anak di SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang. Sebelum melaksanakan kegiatan seminar, terlebih dahulu dilakukan kegiatan perencanaan tindakan terkait cara mengatasi permasalahan yang terjadi di kalangan orang tua siswa di SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang.

Selanjutnya, bersama dengan pihak sekolah yang terdiri dari Kepala Sekolah dan para guru melakukan kolaborasi kegiatan seminar psikoedukasi terkait peran perhatian orang tua dalam perkembangan kesehatan emosi anak pada usia sekolah dasar. Tetapi, sebelum kegiatan dilaksanakan, peneliti mengumpulkan data dengan mengevaluasi kondisi perkembangan emosional anak untuk menentukan apakah diperlukan perbaikan atau bimbingan yang serius. Evaluasi tersebut dilakukan berdasarkan beberapa kriteria yaitu Baik, Cukup, dan Kurang baik. Berikut ini hasil dari rekapitulasi data perkembangan emosional anak sebelum kegiatan seminar psikoedukasi.

Tabel 1. Rekapitulasi Data Perkembangan Emosional Anak Sebelum Kegiatan Seminar Psikoedukasi

Kriteria	Jumlah	Presentasi
Baik	13	16,25 %
Cukup	22	27,5 %
Kurang Baik	45	56,25 %
Total	80	100 %

Pada tabel 1 diperoleh bahwa perkembangan emosional anak cenderung tidak merata. Terdapat 56,25% anak berada dalam kategori kurang baik, sedangkan 27,5% cukup baik dan 16,25% anak berada dalam kondisi emosional yang baik. Hasil tersebut tentunya langsung dibandingkan dengan kondisi lapangan. Berdasarkan hasil penuturan Kepala Sekolah dan beberapa guru menyatakan jika kondisi kesehatan emosional siswa di kelas cenderung tidak stabil. Beberapa diantaranya suka marah – marah, diam saja, bermalas – malasan, atau bahkan menjadi pelaku perundungan bagi teman sebayanya. Tentunya hal ini menjadi perhatian dari Kepala Sekolah dan Guru Kelas karena hal tersebut sangat berdampak pada perkembangan kognitif siswa.

Hasil diskusi dengan Kepala Sekolah SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang menyatakan jika kondisi emosional siswa di sekolah tidak lepas dari pola asuh orang tua di rumah. Beliau menyampaikan jika sering kali mengamati kesalahan orang tua dalam mendidik anak di rumah seperti membiarkannya menggunakan gadget dalam jangka waktu lama atau kurangnya tegur sapa (komunikasi) dan interaksi di dalam rumah. Kejadian ini menjadi perhatian khusus pihak sekolah tetapi kepala sekolah hanya menyampaikan informasi melalui forum rapat, sedangkan guru hanya memberikan pengingat tanpa tindakan lanjutan. Di sisi lain, orang tua dan anak sering memiliki pandangan yang berbeda tentang metode pendidikan yang dianggap tepat, tanpa mempertimbangkan dampak yang mungkin timbul bagi anak. Padahal, pola asuh yang

kurang tepat, seperti orang tua yang bersikap otoriter, dapat menyebabkan anak mengalami dampak negatif, seperti menjadi penakut (Salsabila et al., 2024).

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti mempunyai ide untuk mengadakan kegiatan seminar psikoedukasi terkait peran orang tua terhadap Kesehatan emosional anak usia sekolah dasar. Seminar psikoedukasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai konsep parenting, berbagai macam gaya pengasuhan, manfaatnya, serta dampak yang ditimbulkan dari gaya parenting yang dipilih. Pendidikan yang paling mendasar bagi anak berasal dari keluarga, dan gaya parenting yang dipilih orang tua dalam mendidik serta mengasuh anak akan membentuk anak sesuai harapan dan keinginan mereka (Lestari et al., 2022). Cara orang tua mengasuh akan mempengaruhi sikap mereka dalam memperlakukan anak dan berdampak pada perkembangan emosional anak (Sulitiya Ningsih, 2022).

Selanjutnya, peneliti meminta izin kepada Kepala Sekolah untuk mengadakan sosialisasi seminar psikoedukasi tentang peran orang tua terhadap kesehatan emosional anak di sekolah, dan tanpa ragu, Kepala Sekolah menyetujui usulan tersebut. Selanjutnya, peneliti berkolaborasi dengan kepala sekolah untuk merencanakan sosialisasi seminar yang dijadwalkan pada Hari Senin, 28 Oktober 2024 yang bertempat di Gedung Pertemuan SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang. Kegiatan tersebut bertema “Menjadi Sahabat Bagi Anak : Pentingnya Perhatian Orang Tua dalam Perkembangan Emosional Anak Usia Sekolah Dasar”.



Gambar 2. Kegiatan Seminar Psikoedukasi

Pada gambar 2 merupakan kegiatan seminar psikoedukasi yang dilakukan oleh peneliti yang bekerjasama dengan pihak sekolah. Kegiatan ini mendapatkan respon yang sangat baik dari orang tua siswa. Materi pada kegiatan seminar psikoedukasi diberikan oleh Ibu Lufiatuz Zuhro, M.Psi yang merupakan Dosen Psikologi Universitas Islam raden Rahmat Malang. Pemateri memberikan pemahaman mengenai berbagai jenis emosi yang dialami anak dan bagaimana emosi tersebut berkembang sejalan dengan proses pertumbuhan mereka. Seminar ini juga menjelaskan peran orang tua dalam memberikan pengasuhan yang sensitif dan responsif, serta membahas berbagai pola asuh yang efektif dan dampaknya terhadap kesehatan emosional anak. Selain itu, peserta diajarkan teknik komunikasi yang efektif untuk mendengarkan dan menangani emosi anak, serta cara

mengajarkan pendidikan emosional untuk membantu anak memahami dan mengelola emosi mereka. Seminar ini mendorong orang tua untuk mengembangkan sikap positif dan memberikan contoh perilaku yang baik, disertai dengan kegiatan interaktif yang dapat dilakukan bersama anak. Juga disediakan kesempatan untuk diskusi dan tanya jawab, agar peserta dapat berbagi pengalaman.

Setelah kegiatan bersama orang tua, selanjutnya siswa diberikan angket yang sama seperti sebelum kegiatan, dan hasilnya terdapat pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Rekapitulasi Data Perkembangan Emosional Anak Sesudah Kegiatan Seminar Psikoedukasi

Kriteria	Jumlah	Presentasi
Baik	63	78,75 %
Cukup	12	15 %
Kurang Baik	5	6,25 %
Total	80	100 %

Pada tabel 2 tampak bahwa terjadi peningkatan kesehatan emosional anak setelah kegiatan seminar psikoedukasi kepada orang tua. Jumlah siswa dengan kondisi emosional baik mencapai 78,75%, cukup sebanyak 15%, dan yang kurang baik hanya 6,25%. Dari hasil seminar yang telah dilaksanakan, peneliti menemukan bahwa permasalahan utama adalah ketidakcocokan orang tua dalam memilih pola asuh parenting untuk anak, yang menyebabkan berbagai masalah yang perlu segera diatasi untuk meningkatkan perkembangan emosional anak usia dini dalam mengelola emosi mereka. Oleh karena itu, orang tua dihimbau untuk memilih pola asuh parenting yang sesuai dengan kebutuhan anak. Para orang tua sendiri sebenarnya menyadari jika pola asuh yang diterapkan selama ini salah, tetapi tetap saja dilaksanakan karena sudah menjadi kebiasaan dan tak bisa diubah. Maka, kegiatan sosialisasi atau kegiatan seminar psikoedukasi tidak berhenti sampai disini, karena diperlukan tindak lanjut agar terjadi perubahan pola asuh orang tua hingga berdampak pada kesehatan emosional siswa serta kemampuan kognitif siswa.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema peran orang tua dalam tumbuh kembang emosi anak pada usia sekolah dasar yang dilaksanakan di SD Negeri 1 Mangunrejo Kabupaten Malang. Hasil seminar psikoedukasi yaitu perlu pemahaman yang tepat mengenai berbagai jenis emosi anak dan pola asuh yang sesuai sangat penting untuk mendukung perkembangan emosional anak pada usia sekolah dasar. Orang tua berperan aktif dalam memilih pola asuh yang sensitif dan responsif, yang berdampak positif pada kesehatan emosional anak. Meskipun banyak orang tua yang menemukan kesulitan dalam menentukan pola asuh yang tepat, seminar ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan agar orang tua dapat

mengelola emosi anak dengan lebih baik. Oleh karena itu, orang tua dihimbau untuk mengadopsi metode pengasuhan yang sesuai demi keberhasilan perkembangan emosional anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Lee, K., & Johnson, A. S. (2007). Child development in cultural contexts: Implications of cultural psychology for early childhood teacher education. *Early Childhood Education Journal*, 35(3), 233–243. <https://doi.org/10.1007/s10643-007-0202-7>
- Lestari, V. L., Suwarsito, S., & Rasyada, A. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Tumbuh Kembang Anak (Stunting). *EDUSAINTEK: Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 9(2), 302–311. <https://doi.org/10.47668/edusaintek.v9i2.458>
- Lukens, E. P., & McFarlane, W. R. (2004). Psychoeducation as Evidence-Based Practice: Considerations for Practice, Research, and Policy. *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 4(3), 205–225. <https://doi.org/10.1093/brief-treatment/mhh019>
- Martani, W. (2012). Metode Stimulasi dan Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 112–120.
- Oliver, K. I., Stenson, A., Van Rooij, S. J. H., Johnson, C. B., Ely, T. D., Powers, A., Minton, S. T., Wiltshire, C., Kim, Y. J., Hinrichs, R., Jovanovic, T., & Stevens, J. S. (2024). Impacts of early life adversity on the neurocircuitry of emotional memory in children. *Development and Psychopathology*, 1–12. <https://doi.org/10.1017/S0954579424001718>
- Onal, E. İ., Nk, B. İ., Afinda, İ. Ş., & Deynl, V. A. L. İ. (2024). the Role of Mothers in the Development of Emotional Regulation Skills of Preschoolers. *Preschool and Primary Education*, May. <https://doi.org/10.30546/2709-2488.1.2024.0213>
- Prasetiawan, A. Y. (2019). Perkembangan Golden Age Dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Terampil: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 6(1), 100–114. <https://doi.org/10.24042/terampil.v6i1.3829>
- Putri, A. M., & Lutfianawati, D. (2021). Psikoedukasi Pentingnya Penerimaan Orang Tua Dalam Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Perak Malahayati*, 3(2), 81–91. <https://doi.org/10.33024/jpm.v3i2.5215>
- Rijkiyani, R. P., Syarifuddin, S., & Mauzdati, N. (2022). Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Potensi Anak pada Masa Golden Age. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 4905–4912. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i3.2986>
- Salsabila, A., Hanifah, M., & Irsyad, M. (2024). Stop Toxic Parenting : Wujudkan Pola Asuh Yang Baik Dalam Membangun Fisik Dan Mental Anak. *Genderang Asa: Journal Of Primary Education PGMI*, 5(1), 26–40.
- Sulitiya Ningsih, A. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Dan Lingkungan Terhadap Kemandirian Anak Pada Siswa Kelas V Di Sd Negeri 58/Ix Tempino. *Jurnal Pendidikan Tematik Dikdas*, 7(1), 60–74. <https://doi.org/10.22437/jptd.v7i1.19535>
- Tahirah, I., Isnawati, Megawato, Herman, & Rusmayadi. (2024). Pentingnya Peran

Orangtua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Usia Dini*, 10(1), 19–26.