

PENGUATAN KECERDASAN EMOSIONAL SEBAGAI FONDASI PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK MELALUI PSIKOEDUKASI INTERAKTIF DI KECAMATAN STABAT

Sakura Alwina¹⁾, Sara Frimaulia²⁾, Zaskia Putri Rahdina³⁾

^{1),2),3)}STKIP Al Maksum Langkat, Stabat, Indonesia

sakuraalwina07@gmail.com, sarafrimauliaa@gmail.com,
zskiaptrirhdna13@gmail.com

ABSTRAK

Pengabdian ini bertujuan meningkatkan kecerdasan emosional anak usia sekolah dasar melalui psikoedukasi interaktif sebagai upaya mendukung pembentukan karakter positif di Kecamatan Stabat. Kegiatan pengabdian menggunakan metode psikoedukasi interaktif dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan anak usia sekolah dasar di Kecamatan Stabat. Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Jalan masjid Kelurahan Sidomulyo, Kec. Stabat, Kab. Langkat, Prov. Sumatera Utara dengan peserta sebanyak 56 orang. Pelaksanaan diawali dengan koordinasi bersama beberapa pihak sekolah yang berada di Kecamatan Stabat dan bekerja sama dengan tim PKK Kecamatan Stabat, dilanjutkan dengan *pretest* untuk mengukur pengetahuan awal peserta mengenai kecerdasan emosional, dan kemudian evaluasi kegiatan dilakukan melalui *posttest*, observasi partisipasi peserta, dan sesi refleksi untuk mengetahui peningkatan pemahaman setelah mengikuti kegiatan. Berdasarkan hasil pengabdian disimpulkan bahwa pendekatan psikoedukasi interaktif dapat menjadi alternatif yang efektif dalam mendukung perkembangan kecerdasan emosional anak usia sekolah dasar.

Kata Kunci: Kecerdasan, Emosional, Pembentukan Karakter, Psikoedukasi, Interaktif.

ABSTRACT

This community service aims to improve the emotional intelligence of elementary school aged children through interactive psychoeducation as an effort to support positive character formation in Stabat District. The community service activity uses an interactive psychoeducation method with a participatory approach involving elementary school aged children in Stabat District. The community service activity was carried out on Jalan Masjid, Sidomulyo Village, Stabat District, Langkat Regency, North Sumatra Province with 56 participants. The implementation began with coordination with several schools in Stabat District and in collaboration with the Stabat District PKK team, followed by a pretest to measure participants' initial

knowledge of emotional intelligence, and then activity evaluation was carried out through a posttest, participant participation observation, and a reflection session to determine the increase in understanding after participating in the activity. Based on the results of the community service, it was concluded that the interactive psychoeducational approach can be an effective alternative in supporting the development of emotional intelligence in elementary school aged children.

Keywords: *Intelligence, Emotional, Character Building, Psychoeducation, Interactive.*

I. PENDAHULUAN

Karakter merupakan salah satu aspek penting dalam proses tumbuh kembang anak yang akan memengaruhi cara berpikir, bersikap, serta berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Pembentukan karakter tidak hanya berkaitan dengan kemampuan memahami nilai-nilai moral, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan anak dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi yang dimilikinya (Dan., 2025). Oleh karena itu, kecerdasan emosional menjadi salah satu fondasi utama dalam membentuk karakter positif sejak usia sekolah dasar. Anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan perilaku, menghargai orang lain, bekerja sama, serta menyelesaikan konflik secara sehat dibandingkan anak yang belum memiliki keterampilan tersebut.

Usia sekolah dasar merupakan periode yang sangat strategis dalam perkembangan psikologis anak. Pada fase ini, anak mulai membangun hubungan sosial yang lebih luas dengan teman sebaya, guru, maupun masyarakat di sekitarnya. Perubahan lingkungan sosial tersebut menuntut anak untuk mampu beradaptasi, mengelola emosi, serta mengembangkan perilaku yang sesuai dengan norma yang berlaku (Thummler *et al.*, 2022). Namun demikian, tidak semua anak memiliki kemampuan tersebut secara alami. Sebagian anak masih menunjukkan kesulitan dalam mengendalikan amarah, kurang mampu bekerja sama, mudah tersinggung, serta mengalami hambatan dalam menyampaikan perasaan secara tepat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengembangan kecerdasan emosional perlu mendapatkan perhatian yang lebih serius sejak dini.

Perkembangan teknologi informasi, penggunaan gawai yang semakin intensif, serta perubahan pola interaksi sosial juga memberikan tantangan tersendiri terhadap perkembangan emosi anak. Interaksi tatap muka yang mulai berkurang menyebabkan sebagian anak memiliki kesempatan yang lebih sedikit untuk belajar memahami ekspresi emosi, membangun empati, maupun menyelesaikan konflik secara langsung (Chung *et al.*, 2024). Di sisi lain, lingkungan keluarga dan sekolah belum tentu memiliki program yang secara khusus mengajarkan keterampilan sosial dan emosional kepada anak. Akibatnya, pembentukan karakter sering kali hanya berfokus pada aspek disiplin dan prestasi akademik tanpa disertai penguatan kemampuan emosional sebagai dasar perilaku positif.

Berbagai fenomena yang dijumpai pada anak usia sekolah dasar, seperti perilaku agresif, rendahnya kemampuan bekerja sama, kurangnya empati terhadap teman, serta meningkatnya kasus perundungan menunjukkan bahwa penguatan

kecerdasan emosional masih menjadi kebutuhan yang mendesak. Anak yang belum mampu mengenali dan mengelola emosinya berpotensi mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial maupun menghadapi tekanan di lingkungan sekolah (Greenberg., 2023). Sebaliknya, anak yang mampu memahami emosinya akan lebih mudah mengembangkan sikap toleransi, tanggung jawab, rasa hormat, serta kepedulian terhadap orang lain (Denham., 2007). Dengan demikian, kecerdasan emosional memiliki hubungan yang erat dengan pembentukan karakter yang diharapkan dalam dunia pendidikan.

Kecamatan Stabat sebagai salah satu wilayah yang memiliki jumlah anak usia sekolah dasar yang cukup besar juga menghadapi tantangan yang serupa. Anak-anak tumbuh dalam lingkungan sosial yang semakin dinamis dengan berbagai pengaruh dari media digital maupun lingkungan sekitar (Porpulit., 2023). Kondisi tersebut menuntut adanya upaya preventif dan promotif yang dapat membantu anak mengembangkan kemampuan sosial dan emosional secara optimal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi salah satu bentuk kontribusi perguruan tinggi dalam mendukung peningkatan kualitas sumber daya manusia sejak usia dini melalui pendekatan yang edukatif, aplikatif, dan berkelanjutan.

Salah satu strategi yang dinilai efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional anak adalah melalui kegiatan psikoedukasi interaktif. Metode ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga melibatkan peserta secara aktif melalui diskusi, permainan edukatif, simulasi, cerita, maupun aktivitas kelompok yang sesuai dengan tahap perkembangan anak (Kangas., 2010). Pendekatan tersebut memungkinkan anak memperoleh pengalaman belajar secara langsung sehingga materi yang diberikan menjadi lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Suasana belajar yang menyenangkan juga mampu meningkatkan partisipasi serta motivasi anak selama mengikuti kegiatan (Covelli., 2024).

Pelaksanaan psikoedukasi interaktif diharapkan mampu membantu anak mengenali berbagai jenis emosi, memahami penyebab munculnya emosi, serta mempelajari cara mengekspresikan emosi secara tepat. Selain itu, anak juga memperoleh kesempatan untuk melatih kemampuan mendengarkan, bekerja sama, menyelesaikan masalah, menghargai perbedaan, dan mengembangkan empati terhadap orang lain (Gordon., 2009). Kemampuan-kemampuan tersebut merupakan bagian penting dari kecerdasan emosional yang akan mendukung pembentukan karakter positif dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat.

Selain memberikan manfaat bagi peserta, kegiatan ini juga menjadi sarana implementasi keilmuan psikologi dalam menjawab kebutuhan masyarakat. Perguruan tinggi memiliki tanggung jawab untuk mentransformasikan hasil kajian ilmiah ke dalam bentuk program yang dapat dirasakan manfaatnya secara langsung oleh masyarakat. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat, konsep-konsep psikologi perkembangan, psikologi pendidikan, dan psikologi sosial dapat diterapkan dalam bentuk kegiatan yang sederhana, menarik, dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar.

Kegiatan pengabdian ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan anak mengenai pentingnya kecerdasan emosional, tetapi juga membentuk perubahan perilaku yang positif melalui pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Anak yang mampu mengenali emosi, mengendalikan diri, menunjukkan empati,

serta menjalin hubungan sosial yang sehat akan memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tantangan perkembangan pada masa berikutnya (Elias *et al.*, 1997). Dengan demikian, penguatan kecerdasan emosional dapat menjadi investasi jangka panjang dalam membangun generasi yang berkarakter, tangguh, dan berdaya saing.

Berdasarkan uraian tersebut, pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul "Penguatan Kecerdasan Emosional sebagai Fondasi Pembentukan Karakter Anak melalui Psikoedukasi Interaktif di Kecamatan Stabat" menjadi relevan untuk dilaksanakan. Program ini diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kemampuan sosial dan emosional anak melalui pendekatan yang partisipatif dan menyenangkan. Selain mendukung pembentukan karakter positif, kegiatan ini juga diharapkan memperkuat sinergi antara perguruan tinggi, sekolah, orang tua, dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang kondusif bagi tumbuh kembang anak secara optimal.

II. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini menggunakan metode psikoedukasi interaktif dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan anak usia sekolah dasar di Kecamatan Stabat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Jalan masjid Kelurahan Sidomulyo, Kec. Stabat, Kab. Langkat, Prov. Sumatera Utara dengan jumlah peserta sebanyak 56 orang.

Pelaksanaan diawali dengan koordinasi bersama beberapa pihak sekolah yang berada di Kecamatan Stabat dan bekerja sama dengan tim penggerak PKK Kecamatan Stabat, dilanjutkan dengan pretest untuk mengukur pengetahuan awal peserta mengenai kecerdasan emosional. Kegiatan inti meliputi penyampaian materi, diskusi interaktif, permainan edukatif, *ice breaking*, dan *role play* yang bertujuan membantu anak mengenali, memahami, dan mengelola emosi serta menumbuhkan sikap empati, kerja sama, dan tanggung jawab.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui posttest, observasi partisipasi peserta, dan sesi refleksi untuk mengetahui peningkatan pemahaman setelah mengikuti kegiatan. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar untuk menilai efektivitas program serta memberikan rekomendasi kepada sekolah dan orang tua agar pembiasaan perilaku positif dan penguatan kecerdasan emosional dapat terus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) dengan tema "Penguatan Kecerdasan Emosional sebagai Fondasi Pembentukan Karakter Anak Melalui Psikoedukasi Interaktif di Kecamatan Stabat" dilaksanakan dengan melibatkan anak usia sekolah dasar sebagai peserta. Seluruh rangkaian kegiatan diawali dengan pemberian *pretest* untuk mengetahui tingkat pemahaman awal peserta mengenai kecerdasan emosional, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi, diskusi interaktif, permainan edukatif, *role play*, dan sesi refleksi.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Berdasarkan gambar 1 di atas, diketahui bahwa kegiatan ini melibatkan anak-anak sebagai peserta yang mengikuti proses pembelajaran secara aktif melalui pendekatan yang menyenangkan dan partisipatif. Pada kegiatan tersebut, anak-anak terlihat terlibat dalam aktivitas edukatif menggunakan media kertas warna dan permainan kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mengenai emosi, ekspresi perasaan, serta kemampuan berinteraksi dengan orang lain.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan metode psikoedukasi interaktif, di mana fasilitator tidak hanya menyampaikan materi secara verbal, tetapi juga mengajak anak untuk berpartisipasi melalui aktivitas praktik, diskusi, dan permainan edukatif. Pendekatan ini bertujuan membantu anak mengenali berbagai jenis emosi, memahami cara mengekspresikan perasaan secara tepat, serta melatih kemampuan sosial seperti kerja sama, empati, dan komunikasi positif dengan teman sebaya.

Melalui kegiatan tersebut, peserta diberikan kesempatan untuk belajar mengenali dirinya sendiri dan memahami perasaan orang lain dalam suasana yang nyaman dan menyenangkan. Aktivitas kelompok yang dilakukan menjadi sarana untuk menanamkan nilai-nilai karakter seperti tanggung jawab, kepedulian, rasa percaya diri, dan kemampuan mengendalikan emosi. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mendukung perkembangan sosial emosional anak serta menjadi dasar terbentuknya karakter positif sejak usia sekolah dasar.

Setelah seluruh kegiatan selesai dilaksanakan, selanjutnya peserta mengikuti *posttest* untuk mengetahui perubahan tingkat pemahaman setelah memperoleh psikoedukasi.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Kegiatan Psikoedukasi

No	Indikator Evaluasi	Pretest	Posttest	Keterangan
1	Memahami pengertian emosi	52%	94%	Meningkat
2	Mampu mengenali jenis-jenis emosi	38%	88%	Meningkat

3	Mengetahui cara mengelola emosi	55%	98%	Meningkat
4	Memahami pentingnya empati	40%	89%	Meningkat
5	Menunjukkan sikap kerja sama	60%	95%	Meningkat
6	Memahami nilai tanggung jawab	47%	90%	Meningkat

Berdasarkan tabel 1 di atas, diketahui bahwa hasil evaluasi pada tabel 1, terlihat adanya peningkatan pemahaman peserta pada seluruh indikator yang diukur. Peningkatan paling menonjol terjadi pada kemampuan mengenali emosi dan memahami cara mengelola emosi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukasi interaktif mampu membantu peserta memahami materi dengan lebih baik karena penyampaian informasi dipadukan dengan aktivitas yang melibatkan pengalaman belajar secara langsung. Kondisi ini juga terlihat dari tingginya antusiasme peserta selama mengikuti permainan edukatif dan simulasi yang diberikan oleh tim pelaksana.

Selama proses kegiatan berlangsung, anak-anak menunjukkan partisipasi yang aktif dalam setiap sesi. Peserta mampu menyampaikan pengalaman mengenai perasaan yang pernah dialami, berdiskusi dengan teman sebaya, serta mempraktikkan cara merespons situasi tertentu melalui *role play*. Aktivitas tersebut memberikan kesempatan kepada peserta untuk belajar mengenali emosi diri sendiri sekaligus memahami perasaan orang lain. Interaksi yang tercipta selama kegiatan juga mendorong anak untuk berani menyampaikan pendapat, menghargai teman, dan bekerja sama dalam menyelesaikan tugas kelompok (Rogoff et al., 2001).

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga menunjukkan perubahan perilaku yang tampak selama proses pembelajaran. Pada awal kegiatan masih ditemukan peserta yang kurang percaya diri dan sulit bekerja sama dalam kelompok. Namun, setelah mengikuti seluruh rangkaian aktivitas, sebagian besar peserta mulai berani berkomunikasi, saling membantu, serta menunjukkan sikap yang lebih sabar ketika berdiskusi. Perubahan tersebut mengindikasikan bahwa pembelajaran yang melibatkan pengalaman langsung lebih efektif dalam menanamkan nilai-nilai karakter dibandingkan penyampaian materi secara satu arah (Damon., 2013).

Hasil kegiatan ini memperlihatkan bahwa kecerdasan emosional memiliki peran penting dalam mendukung pembentukan karakter anak. Kemampuan mengenali emosi, mengendalikan diri, serta menunjukkan empati menjadi dasar bagi berkembangnya perilaku positif seperti disiplin, tanggung jawab, toleransi, dan kerja sama (Nelson., 2011). Oleh karena itu, pelaksanaan psikoedukasi interaktif dapat dijadikan sebagai salah satu strategi preventif untuk memperkuat perkembangan sosial dan emosional anak sejak usia sekolah dasar.

Secara keseluruhan, program Pengabdian kepada masyarakat ini berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan, yaitu meningkatkan pemahaman anak mengenai kecerdasan emosional sekaligus memperkuat nilai-nilai karakter melalui kegiatan yang interaktif dan menyenangkan. Keberhasilan program ditunjukkan oleh peningkatan hasil *pretest* dan *posttest*, tingginya partisipasi peserta selama kegiatan, serta munculnya perubahan perilaku positif yang diamati selama proses

pembelajaran. Ke depan, kegiatan serupa diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan sekolah, orang tua, dan masyarakat agar penguatan kecerdasan emosional menjadi bagian dari pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari.

IV. SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat (PKM) dengan tema "Penguatan Kecerdasan Emosional sebagai Fondasi Pembentukan Karakter Anak Melalui Psikoedukasi Interaktif di Kecamatan Stabat" terlaksana dengan baik dan memberikan dampak positif terhadap peserta. Pelaksanaan psikoedukasi melalui penyampaian materi, diskusi, permainan edukatif, dan *role play* mampu meningkatkan pemahaman anak mengenai pengenalan emosi, pengelolaan emosi, empati, kerja sama, dan tanggung jawab sebagai bagian dari pembentukan karakter.

Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukasi interaktif dapat menjadi alternatif yang efektif dalam mendukung perkembangan kecerdasan emosional anak usia sekolah dasar. Oleh karena itu, program serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan sekolah, keluarga, dan masyarakat agar pembentukan karakter positif dapat berkembang secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Chung, H., Baik, K., Cheon, J., Kim, Y. T., & Yim, D. (2024). Children's communication repair strategies: Online versus face-to-face interaction. *Journal of Communication Disorders*, 108, 106406.
- Covelli, A. (2024). The teacher's role in motivating preschool children to learn English as a FL in a classroom environment: An exploratory study.
- Damon, W. (Ed.). (2013). *Bringing in a new era in character education*. Hoover Institution Press.
- Dan, L. (2025). Moral development. In *The ECPH Encyclopedia of Psychology* (pp. 946-947). Singapore: Springer Nature Singapore.
- Denham, S. A. (2007). Dealing with feelings: how children negotiate the worlds of emotions and social relationships. *Cognitive, Creative, Comportament/Cognition, Brain, Behavior*, 11(1).
- lias, M., Zins, J. E., & Weissberg, R. P. (1997). *Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators*. Ascd.
- Gordon, M. (2009). *Roots of empathy: Changing the world child by child*. The Experiment.
- Greenberg, M. T. (2023). Evidence for Social and Emotional Learning in Schools. *Learning Policy Institute*.



- Kangas, M. (2010). Creative and playful learning: Learning through game co-creation and games in a playful learning environment. *Thinking skills and Creativity*, 5(1), 1-15.
- Nelsen, J. (2011). *Positive discipline: The classic guide to helping children develop self-discipline, responsibility, cooperation, and problem-solving skills*. Ballantine Books.
- Porpulis, O. (2023). The impact of the digital environment on younger students and Adolescents: modern trends in the context of war and crises. *State and Regions. Series: Social Communications*, (4 (52)), 134-140.
- Rogoff, B., Turkkanis, C. G., & Bartlett, L. (2001). *Learning together: Children and adults in a school community*. Oxford University Press.
- Thummler, R., Engel, E. M., & Bartz, J. (2022). Strengthening emotional development and emotion regulation in childhood—as a key task in early childhood education. *International journal of environmental research and public health*, 19(7), 3978.