

PSIKOEDUKASI EMOSIONAL ANAK MELALUI STORYTELLING DAN DISKUSI INTERAKTIF DI SANGGAR BHINEKA PENCEGAHAN, PEMBERANTASAN, PENYALAHGUNAAN DAN PEREDARAN GELAP NARKOTIKA (P4GN) SUKOHARJO

Ryan Rasyid Ranuwijaya¹, Faqih Purnomosidi²

Program Studi Psikologi Fakultas Humaniora Dan Seni

Universitas Sahid Surakarta

ryanrasyidranuwijaya@gmail.com

faqih@usahidsolo.ac.id

Abstract

The COVID-19 pandemic has not only impacted health and the economy but also caused profound psychosocial effects, especially for children who have lost one or both parents. This community service activity aims to describe the implementation of an emotional psychoeducation program using storytelling and group discussions for orphaned children at Sanggar Bhineka P4GN Sukoharjo. The method employed is a community-based psychoeducational approach that uses the folk tale "Malin Kundang" as a reflective medium. The results show that storytelling is effective in enhancing emotional awareness, self-expression skills, and social abilities among children. The children were not only able to identify the emotions of the characters in the story but also relate them to their personal experiences and find healthy strategies to manage their emotions. This process creates a safe and collective emotional space that fosters empathy, self-reflection, and social bonding among participants. These findings reinforce the view that storytelling is a relevant educational and therapeutic approach in supporting the psychological recovery of children post-pandemic.

Keywords : Emotional Psychoeducation, Storytelling, Orphaned Children

Abstrak

Pandemi COVID-19 tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan dan ekonomi, tetapi juga membawa dampak psikososial yang mendalam, khususnya bagi anak-anak yang kehilangan salah satu atau kedua orang tua. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi program psikoedukasi emosional melalui metode *storytelling* dan diskusi kelompok bagi anak-anak yatim di Sanggar Bhineka P4GN Sukoharjo. Metode yang digunakan adalah pendekatan psikoedukatif berbasis komunitas yang melibatkan cerita rakyat "*Malin Kundang*" sebagai media reflektif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa *storytelling* efektif dalam meningkatkan kesadaran emosional, kemampuan ekspresi diri, dan keterampilan sosial anak. Anak-anak tidak hanya mampu mengidentifikasi emosi tokoh dalam cerita, tetapi juga mengaitkannya dengan pengalaman pribadi dan menemukan strategi sehat untuk mengelola emosi. Proses ini membangun ruang emosional yang aman dan kolektif, yang mendorong empati, refleksi diri, dan keterikatan sosial antar peserta. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa *storytelling* merupakan pendekatan edukatif dan terapeutik yang relevan dalam mendukung pemulihan psikologis anak pascapandemi.

Kata Kunci : Psikoedukasi Emosional, *Storytelling*, Anak Yatim

Submitted: 2025-05-22

Revised: 2025-05-30

Accepted: 2025-06-11

Pendahuluan

Kesehatan emosional anak memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian, kemampuan bersosialisasi, dan keterampilan beradaptasi dalam kehidupan sehari-hari. Anak-anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik umumnya tumbuh menjadi pribadi yang lebih bahagia, percaya diri, tangguh, serta mampu menjalin hubungan sosial yang positif dan bermakna (Gottman & DeClarie, 1997). Sayangnya, tidak semua anak mendapat kesempatan yang sama dalam memperoleh pendidikan dan pendampingan emosional yang cukup, terutama anak-anak yang kehilangan salah satu atau kedua orang tuanya akibat pandemi COVID-19. Pandemi yang berlangsung antara tahun 2020 hingga 2021 tidak hanya memunculkan krisis kesehatan dan ekonomi, tetapi juga berdampak besar terhadap kondisi psikososial, termasuk meningkatnya jumlah anak yang menjadi yatim piatu dan kehilangan sosok orang tua yang biasanya menjadi sumber kasih sayang, perlindungan, dan kestabilan emosional dalam keluarga (Sumitro, 2025).

Secara khusus, kehilangan sosok ayah dapat berdampak pada kondisi psikologis anak karena ayah seringkali berperan sebagai pemberi rasa aman, kedisiplinan, dan dukungan emosional dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Situasi seperti ini juga tampak di Sanggar Bhineka Pencegahan, Pemberantasan, Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkotika (P4GN) Sukoharjo, yaitu sebuah komunitas yang memberi perhatian khusus kepada anak-anak yatim yang terdampak pandemi. Anak-anak di tempat ini berisiko mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan berlebih, ketakutan yang tidak masuk akal, hingga trauma berkepanjangan jika tidak mendapatkan dukungan sosial dan emosional yang cukup. Untuk mengatasi hal ini, dibutuhkan pendekatan edukatif yang dirancang secara sistematis dan sesuai dengan kondisi anak, guna membantu mereka mengenali, memahami, serta mengelola emosi dengan cara yang positif. Salah satu metode yang bisa diterapkan adalah *storytelling* atau mendongeng, yaitu cara menyampaikan cerita yang tidak hanya menghibur, tapi juga menyampaikan pesan moral, menumbuhkan empati, serta mendorong anak untuk merefleksikan dan mengekspresikan emosinya (Burns, 2005). Ketika dikombinasikan dengan diskusi kelompok, metode ini dapat menjadi media edukasi psikologis yang efektif dalam membantu anak-anak mengembangkan kemampuan mengatur emosi serta mempererat hubungan sosial.

Cerita rakyat Malin Kundang dipilih sebagai bahan utama dalam kegiatan ini karena ceritanya mengandung nilai moral dan konflik emosional yang mudah dipahami anak. Dalam sesi mendongeng dan diskusi, anak-anak diajak untuk mengenali dan memahami emosi seperti marah, kecewa, dan rasa bersalah, sekaligus belajar bagaimana cara mengelola perasaan tersebut dengan sehat melalui cerita yang disampaikan. Proses ini diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak-anak untuk menyampaikan perasaan mereka, belajar dari cerita orang lain, dan memahami lebih dalam tentang kondisi emosional yang mereka alami. Dengan begitu, pendekatan *storytelling* ini tidak hanya menjadi alat edukasi untuk mengembangkan kecerdasan emosional anak, tetapi juga memberikan manfaat secara psikologis, terutama bagi mereka yang sedang berduka karena kehilangan orang tua.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan program edukasi emosional berbasis komunitas melalui metode mendongeng dan diskusi kelompok di Sanggar Bhineka P4GN Sukoharjo. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran emosional, meningkatkan kemampuan refleksi diri, serta memperkuat keterampilan sosial anak-anak yatim dalam lingkungan pendidikan nonformal. Diharapkan, pendekatan ini dapat menjadi model intervensi psikososial alternatif yang berbasis nilai budaya lokal dan dapat diterapkan secara luas di berbagai lembaga pendidikan nonformal di Indonesia, guna membantu pemulihan psikologis anak-anak pascapandemi secara berkelanjutan.

Metode

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan psikoedukatif berbasis komunitas yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran emosional, kemampuan mengungkapkan perasaan, serta keterampilan sosial anak-anak yatim yang terdampak pandemi COVID-19. Program ini dilaksanakan di Sanggar Bhineka P4GN Sukoharjo, dengan melibatkan anak-anak berusia 8–12 tahun yang telah kehilangan salah satu atau kedua orang tua selama masa pandemi.

Rangkaian kegiatan berlangsung sekitar 30 menit dan dirancang secara sistematis agar sesuai dengan tahapan perkembangan psikologis anak. Rangkaian kegiatan meliputi:

1. pembukaan dan ice breaking untuk membangun suasana yang nyaman
2. penyampaian cerita rakyat Malin Kundang secara ekspresif sebagai sarana untuk mengenalkan dinamika dan ekspresi emosi
3. pengenalan konsep dasar emosi seperti marah, sedih, bahagia, dan kecewa

4. identifikasi emosi yang muncul dalam cerita dan bagaimana karakter mengekspresikannya
5. kuis singkat disertai hadiah kecil untuk meningkatkan partisipasi
6. diskusi kelompok yang mengaitkan pengalaman emosional dalam cerita dengan pengalaman pribadi anak, serta cara mengelola emosi secara sehat
7. penutupan dengan penegasan nilai moral dan refleksi sederhana

Evaluasi kegiatan dilakukan secara kualitatif, melalui observasi langsung terhadap tingkat partisipasi anak, pencatatan respon verbal maupun nonverbal, serta refleksi dari fasilitator dan pengurus sanggar. Hasil evaluasi ini digunakan untuk mengukur efektivitas kombinasi metode *storytelling* dan diskusi kelompok dalam meningkatkan kecerdasan emosional dan memperkuat hubungan sosial anak-anak dalam lingkungan pendidikan nonformal.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan psikoedukasi emosional yang dilaksanakan melalui metode *storytelling* di Sanggar Bhineka P4GN Sukoharjo memberikan dampak yang positif terhadap pengembangan aspek emosional dan sosial anak-anak yatim terdampak pandemi COVID-19. Observasi selama kegiatan menunjukkan bahwa para peserta terlibat secara aktif dan menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti setiap sesi, khususnya saat mendengarkan cerita rakyat Malin Kundang dan mengikuti diskusi kelompok.

Pemahaman anak-anak terhadap isi cerita tampak cukup mendalam. Mereka mampu mengenali berbagai emosi seperti marah, sedih, takut, dan kecewa yang dialami tokoh utama dalam cerita. Respon mereka juga menunjukkan bahwa cerita tersebut berhasil memicu keterhubungan emosional dengan pengalaman pribadi, terutama yang berkaitan dengan kehilangan orang tua, perasaan ditinggalkan, hingga kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial pascapandemi.

Partisipasi dalam diskusi menunjukkan bahwa anak-anak bukan hanya memahami emosi secara kognitif, melainkan juga dapat menyampaikan pengalaman pribadi dan solusi yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi emosional. Beberapa peserta menyebutkan strategi seperti menulis di buku harian, berbicara dengan orang terdekat, atau berdoa sebagai cara untuk meredakan kecemasan. Uraian tersebut memperlihatkan bahwa anak-anak mulai menginternalisasi nilai-nilai emosional sekaligus mengembangkan kemampuan reflektif yang konstruktif.



Gambar 1 Sesi ice breaking



Gambar 2 Sesi Storytelling

Penelitian oleh Musviro *et al.* (2023) menunjukkan bahwa *storytelling* dapat berfungsi sebagai pendekatan terapeutik yang efektif dalam mendukung perkembangan emosional dan kreativitas anak. Cerita tidak hanya menjadi media hiburan, tetapi juga menjadi jembatan bagi anak untuk memahami perasaan mereka dan menyesuaikan diri dalam situasi yang penuh tekanan

psikologis. Hasil pengabdian ini selaras dengan temuan tersebut, di mana anak-anak menjadi peserta aktif yang mampu mengelola respons emosional secara sehat melalui narasi cerita yang disampaikan.

Temuan dari Vitrianti *et al.* (2025) memperkuat peran *storytelling* sebagai media yang mendukung peningkatan literasi sekaligus membentuk kecerdasan emosional anak usia sekolah dasar. Proses mendengarkan cerita secara mendalam mendorong anak untuk mengembangkan empati terhadap tokoh dalam cerita dan memperluas kesadaran emosional terhadap orang-orang di sekitarnya. Peningkatan ini terlihat pada anak-anak di Sanggar Bhineka, yang mulai menunjukkan perilaku peduli dan toleran dalam berinteraksi satu sama lain.



Gambar 3 Sesi diskusi dan tanya jawab



Gambar 4 Sesi penutup

Catatan dari fasilitator dan pengurus sanggar mencerminkan bahwa kegiatan *storytelling* mampu membuka ruang dialog yang aman dan nyaman bagi anak-anak untuk mengungkapkan emosi mereka. Perubahan perilaku tampak pada beberapa anak yang sebelumnya tertutup dan mudah cemas, namun mulai menunjukkan keberanian berbicara, kemampuan mendengarkan dengan lebih baik, serta kesanggupan menenangkan diri saat menghadapi konflik atau tekanan.

Sesi berbagi pengalaman yang dilakukan secara terbuka menciptakan iklim emosional yang mendukung terciptanya keterikatan positif di antara peserta. Anak-anak merasa diterima, tidak sendirian, dan saling memahami satu sama lain. Kondisi ini memperkuat rasa kebersamaan sekaligus mengembangkan kemampuan mereka dalam menjalin hubungan sosial yang sehat.

Penerapan metode *storytelling* terbukti tidak hanya meningkatkan pemahaman emosi secara individu, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan ketahanan psikologis anak-anak dalam menghadapi perubahan pascapandemi. Narasi yang dibawa dengan pendekatan empatik mampu menjadi alat reflektif yang efektif untuk memperkuat identitas emosional anak sekaligus membangun koneksi sosial yang lebih bermakna.

Kesimpulan

Pelaksanaan program psikoedukasi emosional melalui metode *storytelling* di Sanggar Bhineka P4GN Sukoharjo memberikan kontribusi nyata dalam membantu anak-anak yatim yang terdampak pandemi COVID-19 dalam mengenali dan mengelola emosi secara lebih adaptif. Penggunaan cerita rakyat Malin Kundang yang dikombinasikan dengan diskusi kelompok terbukti mampu membangkitkan kesadaran emosional anak, memperkuat kemampuan mereka dalam mengungkapkan perasaan, serta mendorong munculnya strategi pengendalian emosi yang sesuai dengan pengalaman hidup masing-masing. Antusiasme dan partisipasi aktif selama kegiatan menjadi indikator bahwa pendekatan ini memberi ruang yang aman bagi anak untuk mengekspresikan diri sekaligus belajar dari interaksi sosial yang terjadi.

Cerita yang disampaikan tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, melainkan menjadi medium reflektif yang efektif dalam membangun kepekaan emosional dan ketangguhan psikologis anak. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis budaya lokal seperti *storytelling* dapat

dimanfaatkan secara optimal dalam intervensi pendidikan nonformal, khususnya dalam konteks pemulihan psikososial anak pascapandemi. Dengan demikian, model kegiatan serupa layak dipertimbangkan untuk dikembangkan lebih luas, baik oleh komunitas maupun institusi pendidikan, sebagai bagian dari upaya mendukung kesehatan mental dan emosional anak-anak secara berkelanjutan.

Daftar Pustaka

- Gottman, J. (2011). *Raising an emotionally intelligent child*. Simon and Schuster.
- Sumitro, A. (2025). *Peran Ayah dalam Pendidikan Anak: Perspektif Al-Qur'an*. Penerbit NEM.
- Burns, G. W. (2012). *101 healing stories for kids and teens: Using metaphors in therapy*. John Wiley & Sons.
- Musviro, S. W., & KA, R. D. (2023). The Application of Storytelling Therapy in Reducing Anxiety in Preschool-Aged Children Experienced Hospitalization: Literature Review. *Heal Technol J*, 1(1), 48-56.
- Vitrianti, V., Subroto, D. E., Nissa, I. R., Nuraeni, A., Kristiany, S., & Ahlia, N. Z. (2025). Penerapan Metode Storytelling untuk Meningkatkan Kemampuan Literasi pada Anak SD. *Journal Innovation In Education*, 3(2), 77-86.