

Penguatan Kecerdasan Emosional Anak Usia Awal Sekolah Dasar melalui Alat Permainan Edukatif di SDN 1 Lancar

Yuni Rachmawati¹, Adzra Tsabita Zulfa², Alicia Rafi³, Diva Lutfi Antama⁴, Akhdan Naffis Musyaffa⁵, Teguh Pribadi*⁶, Ambar Pujiyatno⁷

¹Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

²Program Studi Teknik Mesin, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

³Program Studi Farmasi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

⁴Program Studi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

⁵Program Studi Agroteknologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

⁶Program Studi Desain Komunikasi Visual, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

e-mail: ¹rahmayuni2401@gmail.com, ²adzratsabitazulfa@gmail.com,

³rafbaybay01@gmail.com, ⁴divaluthfiantama272@gmail.com, ⁵akhdannafis554@gmail.com,

*⁶tgpribadi@gmail.com, ⁷barjiyat@yahoo.co.id

Abstrak

Kecerdasan emosional merupakan aspek penting dalam perkembangan anak, terutama pada tahap awal pendidikan dasar. Namun, observasi awal menunjukkan bahwa siswa kelas 1 di SDN 1 Lancar masih mengalami kesulitan dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi, serta menunjukkan interaksi sosial yang terbatas di lingkungan sekolah. Permasalahan ini menjadi perhatian penting mengingat kecerdasan emosional yang rendah dapat berdampak pada motivasi belajar dan hubungan sosial anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional anak melalui penerapan alat permainan edukatif (APE) Feel-O-Spin. Kegiatan melibatkan 29 peserta didik kelas 1 dan dilaksanakan dalam tiga tahapan: sosialisasi siswa dan kepada guru, pendampingan bermain menggunakan media edukatif Feel-O-Spin, serta evaluasi melalui observasi perubahan perilaku dan keterbukaan emosional siswa. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan jumlah anak yang mampu mengenali dan menyampaikan perasaan secara verbal, menunjukkan empati, dan berinteraksi sosial dengan lebih baik. Anak-anak juga tampak lebih antusias dan termotivasi mengikuti pembelajaran. Pengalaman lapangan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan edukatif dapat menjadi strategi yang efektif dalam mendukung penguatan kecerdasan emosional pada peserta didik awal jenjang sekolah dasar.

Kata kunci: ekspresi diri, feel-o-spin, komunikasi interperpersonal, pendekatan partisipatif.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan dasar memiliki peran penting dalam membentuk fondasi perkembangan anak secara menyeluruh, mencakup aspek kognitif, sosial, emosional, dan fisik. Pada tahap awal sekolah dasar, anak-anak berada dalam fase perkembangan yang sangat pesat dan memiliki kapasitas tinggi dalam menyerap informasi serta membentuk perilaku. Pendidikan pada usia ini bertujuan tidak hanya untuk mengembangkan kemampuan akademik, tetapi juga membentuk karakter dan kecerdasan sosial-emosional anak. Berbagai studi menunjukkan bahwa kualitas perkembangan anak pada tahap awal sangat menentukan keberhasilan mereka di masa depan [1,2].

Dalam konteks ini, sekolah dasar merupakan lingkungan strategis untuk menanamkan nilai-nilai dasar pembentukan karakter, terutama karena peserta didiknya berada pada tahap awal pertumbuhan sosial dan emosional. Namun, pada tahap ini banyak siswa belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai jenis-jenis emosi dan cara menyalurkannya secara tepat. Kurangnya kemampuan regulasi emosi berdampak pada dinamika pembelajaran di kelas, seperti menurunnya motivasi belajar dan meningkatnya konflik antarsiswa. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang tidak hanya menekankan aspek kognitif, tetapi juga memberi ruang bagi pengembangan kecerdasan emosional sejak dini.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah pembelajaran berbasis permainan edukatif. Bermain merupakan aktivitas yang secara alami digemari anak-anak dan terbukti efektif dalam mendorong perkembangan sosial-emosional. Dalam proses bermain, anak-anak belajar mengenali emosi, mengembangkan empati, menyelesaikan konflik, serta meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan bekerja sama [3,4,5]. Alat permainan edukatif (APE) yang dirancang dengan prinsip-prinsip perkembangan anak dapat menjadi sarana yang tepat untuk mengembangkan kecerdasan emosional secara menyenangkan dan kontekstual [6].

Kecerdasan emosional sendiri mencakup kemampuan mengenali emosi diri dan orang lain, mengelola emosi secara sehat, mengekspresikan perasaan secara tepat, serta membangun hubungan sosial yang positif [7,8]. Anak-anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu menghadapi tekanan, menyelesaikan masalah secara adaptif, dan memiliki prestasi belajar yang lebih baik [9,10]. Oleh karena itu, penguatan kecerdasan emosional sejak usia sekolah dasar merupakan investasi penting dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas.

Berdasarkan pengamatan awal dan wawancara dengan guru kelas 1 di sekolah dasar negeri (SDN) 1 Lancar, diketahui bahwa banyak siswa mengalami kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosi, menunjukkan perilaku impulsif, kurang mampu mengekspresikan perasaan, serta cenderung agresif dalam interaksi sosial. Menanggapi permasalahan tersebut, Tim KKN Desa Lancar Universitas Muhammadiyah Purwokerto (UMP) merancang kegiatan pendampingan bagi siswa kelas 1 dengan tujuan meningkatkan kecerdasan emosional melalui penggunaan alat permainan edukatif (APE) dan sosialisasi pengenalan emosi. Media yang digunakan, seperti *Feel-O-Spin*, dirancang untuk melibatkan anak dalam aktivitas mengenali ekspresi emosi, mengelompokkan perasaan, serta menyampaikan emosi secara verbal dan visual secara menyenangkan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di SDN 1 Lancar, yang berlokasi di Dusun Binangun, Desa Lancar, Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo. Mitra kegiatan terdiri dari satu orang guru kelas dan 29 siswa kelas 1 SDN 1 Lancar. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas 1 yang umumnya berusia 6–7 tahun. Menurut teori perkembangan kognitif Piaget, anak-anak pada usia ini berada pada tahap pra-operasional, khususnya dalam fase *symbolic function*, di mana kemampuan berpikir imajinatif dan bermain pura-pura (*make-believe play*) berkembang pesat. Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran melalui permainan simbolik dinilai tepat untuk merangsang kemampuan komunikasi, ekspresi emosional, dan perkembangan sosial anak.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian mengikuti lima tahapan utama, yaitu koordinasi, sosialisasi, penerapan teknologi, pendampingan, dan evaluasi (Gambar 1). Tahap pertama, koordinasi, dilaksanakan pada tanggal 5 Januari 2025 bersama pihak sekolah untuk menyampaikan tujuan kegiatan, sasaran, pendekatan yang digunakan, serta teknis pelaksanaan di lapangan. Tahap selanjutnya dilaksanakan secara terpadu pada tanggal 30 Januari 2025, meliputi sosialisasi, penerapan teknologi, pendampingan, dan evaluasi. Kegiatan sosialisasi diawali dengan pengenalan berbagai macam emosi dasar manusia melalui media animasi dan kartun, dengan tujuan menstimulasi pemahaman awal siswa tentang emosi secara visual dan menarik.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat tentang Kecerdasan Emosional di SDN 1 Lancar.

Setelah sosialisasi, kegiatan dilanjutkan dengan penerapan teknologi berupa APE *Feel-O-Spin*, yang dirancang untuk membantu siswa mengekspresikan emosi dasar secara aktif. Setiap siswa diajak memutar alat *Feel-O-Spin*, lalu diminta memperagakan atau mengekspresikan emosi sesuai hasil putaran. Sebelum permainan dimulai, guru dan fasilitator memberikan penjelasan mengenai aturan permainan untuk memastikan pemahaman yang tepat. Kegiatan ini dilakukan secara berkelompok, disertai pendampingan langsung oleh guru dan tim pelaksana. Evaluasi dilakukan di akhir sesi dengan menghitung jumlah siswa yang bersedia dan mampu mengekspresikan emosi sesuai hasil putaran. Indikator keberhasilan kegiatan diukur berdasarkan partisipasi aktif siswa dalam mengenali dan mengekspresikan emosi melalui permainan simbolik tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan pengabdian yang dilakukan di Desa Lancar, kecamatan Wadaslintang, Wonosobo bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional anak-anak di kelas 1 SD N 1 Lancar. Setelah dilakukan observasi pada siswa kelas 1 SDN 1 Lancar selama beberapa hari sebelum pelaksanaan kegiatan, selanjutnya kegiatan dimulai dengan sosialisasi yang dapat dilihat pada (Gambar 2). Pada tahap awal kegiatan ini, peserta diberikan materi sebagai langkah mendasar untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang manajemen emosional. Materi yang disajikan mencakup beberapa aspek penting yang dimulai dengan pengenalan berbagai emosi dasar yang dialami orang seperti kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, ketakutan, dan jijik. Tujuan dari pemahaman ini adalah fakta bahwa peserta dapat mengenali dan memahami berbagai emosi yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari mereka.



Gambar 2 Sosialisasi oleh tim KKN kepada siswa kelas 1 SDN 1 Lancar

Kegiatan selanjutnya dilanjutkan dengan praktik dengan menggunakan Alat Permainan Edukatif (APE) yang diberi nama "*Feel O Spin*" yang melibatkan interaksi langsung antara para siswa. Kegiatan ini, dilakukan pendampingan penggunaan alat. Pendamping mempersilahkan siswa untuk bergiliran maju dan memutar spiner. Setelah mendapat salah satu jenis emosi, siswa dilatih dan diminta untuk mengekspresikan emosi yang ditunjukkan oleh alat permainan. Ekspresi emosi yang muncul seperti senang, sedih, marah, takut, jijik, dan terkejut. Sedangkan siswa lain diminta untuk menebak dan menyimpulkan jenis emosi yang dipraktikan. Tahap selanjutnya adalah pemberian penjelasan tentang alasan dan tindakan yang harus dilakukan ketika sedang dalam posisi emosi tersebut (Gambar 3).



Gambar 3 Pendampingan penggunaan Alat Permainan Edukatif "*Fell-O-Spin*" kepada siswa-siswa kelas 1 SDN 1 Lancar.

Pendekatan ini mengajarkan anak-anak tidak hanya untuk mengenali emosi mereka, tetapi juga untuk belajar memahami bagaimana emosi diungkapkan oleh orang lain dalam berbagai situasi sosial. Dengan menyimpulkan dan mendiskusikan pentingnya ekspresi yang diungkapkan, anak-anak dapat mengembangkan empati, keterampilan komunikasi, dan respons sosial yang tepat dalam interaksi dengan teman sebaya dan orang dewasa disekitarnya. Selain dapat membantu merangsang kognitif dan sosio-emosional pada anak. Anak akan lebih memahami emosi atau ekspresi seseorang ketika sedang berkomunikasi. Anak juga akan lebih peka terhadap ekspresi setiap orang sehingga dapat menempatkan perilaku yang sesuai.

Selain kegiatan bermain dengan Alat Permainan Edukatif (APE), dilakukan kegiatan pelatihan motorik anak sebagai refleksi dari kegiatan sebelumnya. Salah satu kegiatan yang dilakukan adalah meminta anak untuk melanjutkan gambar dari pola abstrak yang telah diberikan. Aktivitas ini tidak hanya mendorong perkembangan keterampilan motorik halus, tetapi juga melatih kemampuan kognitif serta mengasah kreativitas anak dalam mengekspresikan gagasan melalui gambar. Dengan pendekatan ini, anak-anak diberikan kebebasan untuk mengeksplorasi bentuk, warna, dan imajinasi mereka, yang pada akhirnya berkontribusi pada penguatan koordinasi antara mata dan tangan, serta meningkatkan kemampuan berpikir yang fleksibel dan inovatif (Gambar 4).



Gambar 4 Pelatihan pengembangan motorik yang dilakukan oleh TIM KKN kepada siswa-siswa kelas 1 SDN 1 Lancar

Tahapan akhir dari program pengabdian melibatkan pengamatan terhadap perubahan perilaku siswa, terutama dalam kemampuan untuk bersosialisasi dan mengekspresikan diri setelah mereka terlibat dalam serangkaian permainan edukatif. Pengamatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi sejauh mana kegiatan tersebut berpengaruh pada perkembangan kecerdasan emosional siswa dalam interaksi sehari-hari mereka. Selain mengamati perilaku, tim relawan KKN juga melakukan sesi wawancara singkat dengan beberapa siswa untuk memahami pandangan mereka mengenai emosi, serta mengeksplorasi perasaan mereka selama mengikuti kegiatan. Pertanyaan yang diajukan bersifat sederhana dan disesuaikan dengan usia siswa, seperti "Apa yang kamu rasakan ketika bermain?" atau "Apakah kamu pernah merasa marah? Lalu, apa yang kamu lakukan?" Hasil dari interaksi ini merupakan salah satu indikator penting untuk mengevaluasi keberhasilan kegiatan sekaligus menjadi bahan untuk refleksi dalam pengembangan program di masa mendatang.

Setelah melakukan intervensi dengan menggunakan alat permainan yang bersifat edukatif, siswa menunjukkan perkembangan yang nyata dalam mengenali serta memahami emosi dasar, seperti gembira, sedih, marah, takut, jijik, dan terkejut. Mereka sekarang dapat mengidentifikasi ekspresi wajah dan situasi yang memicu munculnya emosi-emosi tersebut, serta memahami langkah apa yang bisa diambil saat merasakan emosi tersebut. Emosi dapat dilihat sebagai perasaan pribadi yang muncul sebagai reaksi terhadap lingkungan dan interaksi dengan orang lain. Pertumbuhan emosional anak tampak dari kemampuannya untuk merespons situasi dengan lebih tenang, mengenali perasaan diri sendiri, dan mulai memahami perasaan orang lain. Anak-anak belajar secara aktif melalui interaksi dengan teman dan orang dewasa, serta dari pengalaman langsung yang mereka temui di sekitar mereka.

Perkembangan ini terjadi seiring anak belajar untuk mendengarkan, mengamati, dan meniru apa yang mereka lihat dan alami dalam kehidupan sehari-hari. Kemampuan ini secara bertahap membantu membangun rasa percaya diri anak dalam berinteraksi dan mengelola emosinya sendiri. Ketika anak berada dalam lingkungan yang mendukung dan merasa aman, mereka cenderung menunjukkan kemajuan emosional yang baik. Di sisi lain, jika mereka berada dalam situasi yang tidak nyaman dan penuh tekanan, anak lebih mudah mengalami perasaan gelisah, cemas, atau terancam, yang dapat berdampak pada kestabilan emosionalnya dalam jangka panjang.

Permainan yang dikembangkan dalam aktivitas ini telah disesuaikan dengan sifat-sifat anak-anak di kelas 1 SD yang sedang dalam fase aktif bermain, berimajinasi, dan menyukai aktivitas yang nyata. Beberapa contoh permainan termasuk permainan ekspresi wajah, tebak emosi, dan role play sederhana (seperti berpura-pura menjadi teman yang marah atau sedih) yang dapat membantu anak-anak memahami dan mengelola emosi mereka. Dalam pelaksanaannya, anak-anak mulai menunjukkan kemampuan untuk mengendalikan emosi negatif, seperti mengambil napas dalam-dalam ketika merasa kesal, atau memilih untuk diam dan mendekati guru saat merasa sedih, berbeda dengan sebelumnya yang langsung menangis atau marah. Aktivitas permainan ini juga mendorong anak-anak untuk lebih terbuka dan bersedia berbagi perasaan, serta mempermudah mereka memahami perbedaan emosi yang dirasakan oleh diri sendiri dan teman-temannya. Proses belajar yang menyenangkan dan interaktif ini membuat anak-anak tampak lebih bersemangat, lebih berani dalam mengekspresikan emosi, dan lebih mudah diajak bekerja sama.

Hasil evaluasi dalam kegiatan pengabdian ini, meskipun tidak menggunakan instrumen tertulis seperti *pre-test* dan *post-test* atau angket, tetapi menunjukkan bahwa kegiatan berhasil mencapai tujuannya. Hal ini terlihat dari perubahan sikap siswa yang terlihat, berdasarkan observasi yang dilakukan oleh relawan dari tim KKN. Sebelum kegiatan dimulai, beberapa siswa menunjukkan perilaku kurangnya mengekspresikan perasaan, sulitnya diatur, kurang memahami emosi orang lain, dan cenderung agresif. Setelah beberapa sesi permainan edukatif dilaksanakan, siswa mulai terlihat lebih terbuka, mampu menyampaikan perasaan secara verbal, dan menunjukkan kemampuan mengelola emosi, seperti tidak lagi marah saat kalah dan bersedia menunggu giliran. Selain itu, wali kelas juga menyampaikan bahwa siswa terlihat lebih semangat belajar dan lebih mudah diarahkan setelah sesi permainan edukatif dilakukan.

Selama proses pelaksanaan kegiatan pengabdian, beberapa hal yang menjadi kendala dan kesulitan adalah fokus para siswa dalam mengikuti kegiatan, hal ini dikarekan partisipasi merupakan siswa kelas 1 Sekolah dasar yang masih mudah teralihkannya pada hal lain, masalah ini dapat diatasi dengan waktu kegiatan yang lebih singkat dan tidak banyak penjelasan serta menambah gambar-gambar untuk menarik minat siswa. Selain itu kendala lainnya yaitu siswa yang sulit diatur untuk antri dalam memainkan permainan karena antusias yang tinggi, masalah ini dapat diatasi dengan perhatian ekstra oleh para relawan untuk memandu siswa dalam mengikuti kegiatan dengan tertib.

4. KESIMPULAN

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa aktivitas ini tidak hanya menyenangkan, tetapi juga memberikan dampak positif dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Yang dibuktikan dengan hasil siswa mulai terlihat lebih terbuka, mampu menyampaikan perasaan secara verbal, dan menunjukkan kemampuan mengelola emosi, tidak lagi mudah marah saat kalah dan lebih mudah diatur. Mereka tidak hanya mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang emosi, tetapi juga menunjukkan perkembangan dalam interaksi sosial, pengelolaan emosi, serta sikap yang lebih empatik dan terkontrol. Dengan hasil yang menjanjikan ini, penggunaan alat permainan edukatif dapat menjadi metode efektif untuk membantu siswa memahami dan mengelola emosi mereka dengan cara yang menyenangkan dan interaktif. Selanjutnya dalam upaya mengembangkan kemampuan kognitif, motorik, dan sosial-emosional anak secara berkelanjutan, penulis telah menyusun sebuah modul sederhana. Modul ini berisi informasi mengenai arti penting bermain, serta bagaimana aktivitas bermain dapat menjadi sarana efektif untuk meningkatkan berbagai aspek perkembangan anak. Selain itu, modul ini juga menyediakan panduan langkah demi langkah untuk membuat alat permainan edukatif (APE) yang mudah diproduksi dengan bahan-bahan yang ada di sekitar kita. Modul ini tidak hanya berfungsi sebagai referensi, tetapi juga sebagai panduan praktis bagi para guru dan orang tua dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih menarik, interaktif, dan sesuai dengan kebutuhan anak.

5. SARAN

Untuk program pengabdian di kegiatan KKN selanjutnya adalah meneruskan kegiatan yang mirip secara berkelanjutan dengan menekankan pada penerapan hasil penelitian yang telah dilakukan, contohnya adalah pembuatan alat permainan edukatif yang lebih beragam yang bisa dibuat secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada SDN 1 Lancar atas dukungan dan kerja samanya selama pelaksanaan kegiatan pendampingan. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Purwokerto (LPPM-UMP) atas dukungan pendanaan untuk publikasi artikel ini sebagai bagian dari luaran kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) UMP.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Nasron, Putri, J.A., Winda, E., & Zulkarnaian, N.F., 2023. Sumber belajar dan alat permainan edukatif untuk anak usia dini. *Bouseik*, 1(1), pp.17-37. <https://doi.org/10.37092/bouseik.v1i1.551>
- [2] Nofikasari, I., Suryani, F., & Yuliana, M.E., 2019. Induksi teknologi media pembelajaran interaktif sebagai sarana peningkatan proses pembelajaran dan manajemen evaluasi siswa. *Jurnal Abdimas PHB*, 2(2), pp.29-35. <https://doi.org/10.30591/japhb.v2i2.1442>
- [3] Amelia, C., & Pratiwi, I., 2021. Pelatihan pembuatan alat permainan edukatif bagi guru TK Al-Munawwaroh dan TK Dewantara. *Ihsan*, 3(2), pp. 238-243. <https://doi.org/10.30596/ihsan.v3i2.7724>
- [4] Zahirah, R., Nurrisalia, M., & Sumarmi, S., 2025. Alat permainan edukatif untuk menstimulasi kecerdasan emosional anak usia dini. *Murhum*, 6(2), pp.764-778. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i2.1626>
- [5] Ningrum, P.P., 2021, Pengembangan media pembelajaran edukatif roda pintar untuk perkembangan kognitif. *Prosiding seminar nasional pendidikan dan pembelajaran (Semdikjar) 4*. pp. <https://doi.org/10.29407/rz0x3a03>
- [6] Saputra, A., 2019. Permainan edukatif untuk anak usia dini. *Jurnal Pelangi*, 1(1), pp. 102-113. <https://doi.org/10.52266/pelangi.v1i1.283>
- [7] Noviasari, A., Darsinah, & Wulandari, M.D., 2025. Permainan ular tangga kata sebagai media edukatif terhadap peningkatan kemampuan mengenal kata pada anak sekolah dasar. *Murhum*, 6(1), pp.58-72. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i1.1039>
- [8] Puspita, S.M., 2019. Kemampuan mengelola emosi sebagai dasar kesehatan mental anak usia dini. *Seling*, 5(1), pp. 85-92. <https://doi.org/10.29062/seling.v5i1.434>
- [9] Harianja, A.L., Siregar, R., & Lubis, J.N., 2023. Upaya meningkatkan perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui bermain peran. *Jurnal Obsesi*, 7(4), pp. 4871-4880. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.5159>
- [10] Goleman, D., 2001. *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. diterjemahkan oleh Hermaya, T. Gramedia, Jakarta.
- [11] Mangkuwibawa, H., Kurnia, A., & Susanti. 2021. Hubungan antara aktivitas bermain peran dengan kecerdasan emosional anak. *Jurnal Golden Age*, 5(1), pp. 14-22. <https://e-journal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jga/article/download/3076/1839>