

## Pohon Emosi: Program Edukasi Emosi untuk Meningkatkan Kesejahteraan Mental Anak di SD Negeri 19 Dangin Puri, Denpasar

Fransiscus Fiano Anthony Kerans<sup>1\*</sup>, Ida Kurniawati<sup>1</sup>, Luh Gde Evayanti<sup>1</sup>, Ni Made Meishanda Kusuma Divayanti<sup>2</sup>, Ida Ayu Diah Kencana Dewi Manuaba Suka<sup>2</sup>, Ni Gusti Agung Ayu Wulan Ananda Pratiwi<sup>3</sup>, Md Ayu Mirah Dewanti<sup>4</sup>, I Gusti Ayu Agung Wulan Cahyani<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Departemen Anatomi – Histologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

<sup>2</sup>Prodi SI Ekonomi Pembangunan, Fakultas Ekonomi, Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

<sup>3</sup>Prodi SI Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

<sup>4</sup>Prodi SI Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

\*Email: fianokerans@warmadewa.ac.id

### Abstrak

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mental anak di SD Negeri 19 Dangin Puri, Denpasar, melalui program edukasi emosi. Latar belakang program ini meliputi pentingnya pendidikan kesehatan mental yang masih terabaikan di Indonesia, terutama di tingkat pendidikan dasar, akibat stigma negatif dan kurangnya integrasi dalam kurikulum. Kegiatan ini melibatkan siswa SD kelas 1 dan 2 SDN 19 Dangin Puri melalui serangkaian kegiatan interaktif yang dirancang untuk meningkatkan kecerdasan emosional, seperti sesi pengenalan emosi, permainan interaktif, dan sesi "Pohon Emosi." Program ini dilaksanakan selama dua hari, di mana evaluasi menunjukkan bahwa 100% seluruh siswa berpartisipasi aktif dan merasa nyaman berinteraksi dengan guru serta teman kelasnya. Sebagian besar siswa, 76,47%, merasa bahagia di sekolah, meskipun total sebanyak 29,41% melaporkan merasa stres saat belajar. Hasil ini mencerminkan adanya hubungan yang positif antara siswa dan guru serta menyoroti perlunya perhatian lebih dalam mengatasi stres di kalangan siswa. Simpulan dari kegiatan ini menunjukkan bahwa program PKM berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang emosi mereka sendiri dan mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan. Program ini diharapkan menjadi langkah awal dalam integrasi pendidikan emosional ke dalam kurikulum sekolah dan mendukung upaya pemerintah untuk mencapai *Sustainable Development Goals* (SDGs), terutama dalam meningkatkan kesehatan mental anak. Dukungan berkelanjutan diperlukan untuk memastikan keberhasilan implementasi pendidikan kesehatan mental di masa depan.

**Kata kunci** : SDGs, pohon emosi, kesejahteraan mental, SD Negeri 19 Dangin Puri, kecerdasan emosional.

### Abstract

*[The Tree of Emotion: Emotional Education Program to Improve Children's Mental Well-Being at SD Negeri 19 Dangin Puri, Denpasar ]*

*This Community Partnership Program (PKM) aims to improve the mental well-being of children at SD Negeri 19 Dangin Puri, Denpasar, through an emotional education program. The background of this program highlights the importance of mental health education, which is still overlooked in Indonesia, especially at the primary education level, due to negative stigma and a lack of integration in the curriculum. This activity involves first and second-grade students from SDN 19 Dangin Puri through a series of interactive activities designed to enhance emotional intelligence, such as emotion recognition sessions, interactive games, and the "Emotion Tree" session. The program was conducted over two days, during which evaluations showed that 100% of the students actively participated and felt comfortable interacting with their teachers and classmates. The majority of students, 76.47%, reported feeling happy at school, although a total of 29.41% indicated they felt stressed while learning. These results reflect a positive relationship between students and teachers, highlighting the need for increased attention to student stress management. The conclusion of this activity indicates that the PKM program successfully enhanced students' understanding of their own emotions and developed the necessary social skills. This program is expected to serve as a first step toward integrating emotional education into the school curriculum and supporting government efforts to achieve the Sustainable*

*Development Goals (SDGs), particularly in improving children's mental health. Ongoing support is needed to ensure the successful implementation of mental health education in the future.*

**Keywords:** *SDGs, the tree of emotion, mental well-being, SD Negeri 19 Dangin Puri, emotional intelligence*

## **PENDAHULUAN**

SD Negeri 19 Dangin Puri merupakan salah satu sekolah negeri di Kelurahan Dangin Puri, Kecamatan Denpasar Timur, Kota Denpasar, Bali. Sekolah yang berlokasi di Jalan Letda Made Putra, Gang Kartika I/26 Denpasar ini merupakan lembaga pendidikan dasar yang telah berdiri sejak tahun 1976. Dengan Nomor SK Pendirian 42/PP/II/4/74, sekolah yang berada dalam naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan ini juga telah memiliki akreditasi A.

SD Negeri 19 Dangin Puri dapat ditempuh dengan jarak  $\pm 4,3$  km dari pusat pemerintahan Bali. Sementara itu, jarak dari Universitas Warmadewa, asal tim pengusul, adalah  $\pm 4,4$  km. Sekolah yang didirikan di atas tanah seluas  $1.144 \text{ m}^2$  ini memiliki 161 siswa, yang terdiri dari 89 siswa laki-laki dan 72 siswa perempuan pada tahun ajaran 2025/2026.

Profil SD Negeri 19 Dangin Puri mencakup komitmen tinggi memberikan pendidikan yang berkualitas kepada siswa dengan pendekatan yang holistik. Dengan sarana prasarana yang memadai, SD Negeri 19 Dangin Puri menyediakan lingkungan belajar yang kondusif, seperti fasilitas ruang kelas yang nyaman, perpustakaan yang memadai, dan fasilitas pembelajaran olahraga yang cukup baik. Sekolah ini juga aktif dalam menyediakan kegiatan ekstrakurikuler yang mendukung pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa.

Dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan, SD Negeri 19 Dangin Puri juga mengintegrasikan nilai-nilai karakter dalam setiap aspek pembelajaran. Program-program yang ditawarkan mencakup pendidikan karakter, kegiatan seni dan budaya, serta kesehatan dan kebugaran. Dengan fokus pada pengembangan potensi setiap siswa, sekolah ini berusaha mencetak generasi yang cerdas, kreatif, dan peduli terhadap lingkungan sekitar. Melalui

kolaborasi dengan orang tua dan masyarakat, SD Negeri 19 Dangin Puri berkomitmen untuk menciptakan generasi penerus yang siap menghadapi tantangan di masa depan.

Salah satu aspek fundamental dalam pendidikan adalah pembentukan kecerdasan emosional. Kecerdasan ini dibutuhkan dalam proses tumbuh kembang anak untuk membangun kepercayaan diri serta hubungan sosial yang positif, terutama pada anak-anak<sup>(1-3)</sup>. Berbagai penelitian juga telah menunjukkan peran positif pendidikan kesehatan mental terhadap anak – anak dalam meningkatkan keterampilan psikososial anak<sup>(4-6)</sup>. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan mental pada kelompok anak - anak juga diperlukan pada jenjang pendidikan dasar. Hal ini juga bertujuan untuk membekali mereka dalam menghadapi berbagai tekanan sosial, akademik, dan emosional.

Pendidikan kesehatan mental juga sejalan dengan upaya pemerintah Indonesia dalam mencapai tujuan pembangunan berkelanjutan yang tertuang dalam *Sustainable Development Goals (SDGs)*, suatu agenda 2030 yang telah disepakati bersama sebagai kemitraan global semua negara anggota Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) pada tahun 2015. Upaya ini sejalan dengan (SDGs) No. 3, yang menekankan pentingnya kesehatan dan kesejahteraan bagi seluruh masyarakat<sup>(7)</sup>. Dalam konteks ini, kesehatan mental tidak hanya berhubungan dengan pengurangan prevalensi gangguan mental, tetapi juga mencakup peningkatan kualitas hidup, kesejahteraan emosional, dan berbagai upaya preventif. Dengan demikian, upaya untuk meningkatkan kesehatan mental akan mendukung pencapaian SDGs 3 dan menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan sejahtera secara keseluruhan.

Program pendidikan kesehatan mental pada anak – anak berperan penting sebagai upaya preventif masalah kesehatan mental

di masa depan. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang teredukasi tentang kesehatan mental lebih mampu mengenali gejala stres, kecemasan, atau depresi, baik pada diri mereka sendiri maupun pada teman-teman mereka. Hal ini tidak hanya membantu anak - anak dalam mengatasi masalah secara lebih efektif, tetapi juga menciptakan suasana yang lebih mendukung di sekolah dan rumah<sup>(8,9)</sup>. Namun demikian, pendidikan kesehatan mental pada anak di Indonesia kerap kali masih terabaikan.

Di Indonesia, pendidikan kesehatan mental pada anak masih sangat terbatas, terutama karena stigma yang melekat pada isu ini dan kurangnya integrasi pendidikan kesehatan mental dalam kurikulum pendidikan. Banyak orang tua dan pendidik enggan membahas kesehatan mental, yang sering dianggap sebagai aib, sehingga anak-anak tidak mendapatkan pemahaman yang memadai. Selain itu, kurikulum di sekolah lebih fokus pada aspek akademik dan keterampilan teknis, dengan keterbatasan dalam sumber daya dan pelatihan untuk pengajar mengenai kesehatan mental, yang menghambat implementasi pendidikan yang efektif<sup>(10-12)</sup>. Hal ini berisiko membuat anak-anak tidak siap menghadapi tantangan kesehatan mental, yang dapat berdampak negatif pada perkembangan psikososial anak.

Uraian di atas melatarbelakangi pentingnya aktivitas pembelajaran yang interaktif di sekolah dasar dengan fokus pada kegiatan regulasi emosi. Dengan demikian, program yang diusung pada kegiatan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional guna menguatkan kesejahteraan mental anak di SD Negeri 19 Dangin Puri Denpasar. Program ini diharapkan dapat mendukung upaya pemerintah dalam meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan masyarakat sesuai dengan fokus SDGs.

## METODE PELAKSANAAN

### Kerangka Kerja Pengabdian

Sasaran program kemitraan ini adalah kelompok anak – anak SD kelas 1 - 2, SD

Negeri 19 Dangin Puri, Kecamatan Denpasar Timur, yang terdiri dari ±30 siswa di setiap kelas. Pelaksanaan program kemitraan dilakukan dengan rangkaian kegiatan sebagai berikut:

1. Tahapan persiapan, yang meliputi koordinasi dengan kepala sekolah dan pemerintah kelurahan setempat mengenai rancangan ideal pelaksanaan kegiatan. Tahapan ini juga mencakup *survey* dan perancangan konsep acara dan metode pembelajaran yang sesuai dengan kelompok anak – anak di jenjang kelas 1 – 2 SD. Pada akhir tahapan ini, dilakukan penyusunan materi, alur kegiatan, serta kuesioner
2. Tahapan pelaksanaan, yang meliputi beberapa kegiatan antara lain:
  - a. Sesi pembukaan dan disertai dengan *ice breaking game* untuk membangun interaksi tim pengabdian dengan kelompok sasaran.
  - b. Sesi penyampaian materi pengenalan emosi menggunakan variasi alat peraga “*emoticon*” dengan berbagai variasi ekspresi seperti rasa senang, sedih, marah, takut, kaget, malu, dan bangga.
  - c. Sesi permainan emosi “Tebak Ekspresi” sebagai permainan interaktif pengenalan jenis – jenis emosi.
  - d. Sesi “Menceritakan Perasaan” dalam bentuk lisan dan gambar.
  - e. Sesi “Menempel Emosi di Pohon Emosi”. Anak-anak diberikan kertas berbentuk daun, Mereka menggambar atau menulis emosi yang dirasakan, lalu menempelkannya pada “Pohon Emosi”.Sesi mengisi kuesioner dan penutupan
3. Tahapan evaluasi untuk menentukan indikator setiap kegiatan terlaksana sesuai dengan target capaian dan menentukan keberhasilan program kemitraan. Evaluasi meliputi evaluasi partisipasi dan keaktifan peserta melalui observasi peserta.

### Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk memberikan gambaran evaluasi kesehatan mental siswa

sesuai dengan tujuan pelaksanaan program. Data evaluasi peserta ditampilkan dalam bentuk tabel untuk menggambarkan kondisi kesehatan mental peserta.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program kemitraan masyarakat (PKM) di SD Negeri 19 Dangin Puri dilaksanakan selama 2 hari dan diikuti oleh para guru, tim pelaksana, serta ± 30 siswa dari masing – masing kelas 1 dan kelas 2. Kegiatan pada hari pertama difokuskan pada siswa kelas 1, sedangkan kegiatan pada hari kedua difokuskan pada siswa kelas 2.

Acara dibuka dengan sambutan – sambutan lalu dilanjutkan dengan sesi *ice breaking game*, untuk mencairkan suasana dan memicu motivasi siswa mengikuti materi kegiatan, dan dilanjutkan dengan sesi pengenalan. Selanjutnya, sesi dilanjutkan dengan materi pengenalan rasa senang, sedih, marah, takut, kaget, malu, dan bangga. Pada sesi ini, peserta diminta menirukan ekspresi wajah berdasarkan gambar *emoticon* yang ditunjukkan.

Selanjutnya peserta diajak untuk melakukan aktivitas interaktif berupa permainan “Tebak Emosi”. Pada sesi ini, anak – anak diajak untuk secara bergiliran mengekspresikan emosi yang telah dikenalnya di hadapan teman-temannya, sementara teman-temannya berusaha menebak jenis emosi yang ditampilkan.

Permainan interaktif ini juga bertujuan untuk mengenal jenis – jenis emosi, serta melatih keterampilan dan rasa percaya diri untuk menunjukkan emosi atau perasaan kepada orang lain tanpa harus merasa malu.

Sesi berikutnya berupa sesi “Cerita Perasaan”. Pada sesi ini, peserta diajak untuk bercerita tentang perasaannya hari ini baik dalam bentuk lisan ataupun gambar. Pada sesi ini, anak – anak juga diajak untuk secara bergiliran mengekspresikan emosinya secara lebih mendalam. Siswa diberi kesempatan untuk mampu emosi dengan menggunakan gambar – gambar *emoticon* pada suatu kertas besar. Jenis emosi yang diperkenalkan antara lain rasa senang, sedih, marah, takut, kaget, malu, dan bangga. Pada sesi ini, peserta diminta menirukan ekspresi wajah berdasarkan gambar *emoticon* yang ditunjukkan.

Selanjutnya peserta diajak untuk melakukan aktivitas interaktif berupa permainan “Tebak Emosi”. Pada sesi ini, anak – anak diajak untuk secara bergiliran mengekspresikan emosi yang telah dikenalnya di hadapan teman-temannya, sementara teman-temannya berusaha menebak jenis emosi yang ditampilkan. Permainan interaktif ini juga bertujuan untuk mengenal jenis – jenis emosi, serta melatih keterampilan dan rasa percaya diri untuk menunjukkan emosi atau perasaan kepada orang lain tanpa harus merasa malu.

Tabel 1. Gambaran Emosi Siswa Kelas 2 SD di SDN 19 Dangin Puri

Perasaan Siswa	Tidak setuju (%)	Kadang setuju (%)	Setuju (%)	Sangat Setuju (%)
Saya merasa bahagia di sekolah	0	0	23,53	76,47
Saya punya teman baik di sekolah	0	0	5,88	94,12
Saya bisa bercerita kepada guru	5,88	17,65	11,76	64,71
Saya merasa cemas saat mengerjakan tugas	11,76	5,88	52,94	29,41
Kadang saya merasa kesepian	35,29	17,65	17,65	29,41
Saya merasa stress saat belajar	70,59	0,00	17,65	11,76
Saya tahu cara mengatasi perasaan sedih	5,88	5,88	29,41	58,82
Saya merasa aman di rumah dan sekolah	11,76	5,88	41,18	41,18

Sesi berikutnya berupa sesi “Cerita Perasaan”. Pada sesi ini, peserta diajak untuk bercerita tentang perasaannya hari ini baik dalam bentuk lisan ataupun gambar. Pada sesi ini, anak – anak juga diajak untuk secara bergiliran mengekspresikan emosinya secara lebih mendalam. Siswa diberi kesempatan untuk mampu mengkomunikasikan perasaannya baik secara visual maupun pengungkapan menggunakan kata – kata kepada orang lain, baik teman – temannya, guru maupun orang tua.

Aktivitas ini bertujuan untuk mengasah kemampuan verbal, kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi anak dalam proses tumbuh kembangnya tanpa dihantui rasa takut atau khawatir akan dikucilkan. Selain itu, kebiasaan mengekspresikan emosi juga melatih melepaskan peraan yang terpedam dan mengurangi gejala depresi, meredakan kecemasan, mengelola stres, meningkatkan *mood* suasana hati dan kreativitas.

Sesi interaktif lainnya yang dilaksanakan adalah “pohon emosi”. Pada sesi ini, anak-anak diberikan kertas berbentuk daun, lalu diminta untuk menggambar atau menulis emosi yang dirasakan pada hari ini seperti yang terlihat pada Gambar 1. Daun berisikan tulisan atau gambar emosi tersebut kemudian secara bersama – sama ditempelkan pada pohon emosi yang telah disediakan di papan tulis.

Sama seperti sesi – sesi sebelumnya, sesi “pohon emosi” ini merupakan strategi meningkatkan kesadaran emosional anak – anak agar mereka dapat memahami perasaan mereka sendiri serta mampu mengelola emosi masing – masing. Secara khusus, “pohon emosi” juga mengajarkan empati dan hubungan sosial di mana anak – anak diajarkan untuk memahami emosi orang lain seperti yang tercantum secara kolektif di pohon emosi. Melalui pendekatan ini, diharapkan peserta dapat meningkatkan empati dan keterampilan sosial, serta memperkuat hubungan



Gambar 1. Dokumentasi rangkaian pelaksanaan kegiatan edukasi emosi di SD 19 Dangin Puri

interpersonal. Sesi “pohon emosi” ini berfungsi sebagai media pendidikan yang penting namun tetap menyenangkan dalam membangun kesehatan mental yang lebih baik dan menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan emosional.

Evaluasi emosi siswa juga dilakukan pada kegiatan ini dengan hanya melibatkan siswa kelas 2 SD. Total 17 siswa bersedia untuk mengisi kuesioner evaluasi emosi. Tabel 1 menunjukkan persentase gambaran emosi siswa, yang menunjukkan sebagian besar siswa merasa bahagia di sekolah, dengan 76,47% menyatakan sangat setuju dan 23,53% setuju. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sekolah di SDN 19 Dangin Puri mampu menciptakan suasana yang menyenangkan bagi siswa.

Evaluasi juga dilakukan untuk menilai kemampuan bercerita kepada guru, yang menggambarkan terdapat 64,71% siswa sangat setuju bahwa mereka merasa nyaman untuk berbagi cerita dengan gurunya. Hal ini mencerminkan hubungan yang positif antara siswa dan guru, yang berkontribusi terhadap kepercayaan diri siswa. Namun, 5,88% yang tidak setuju memberikan sinyal bahwa masih ada ruang untuk meningkatkan interaksi dan komunikasi antara siswa dan guru, yang dapat diperbaiki melalui pendekatan yang lebih inklusif.

Sekolah juga berperan penting dalam menyediakan lingkungan belajar yang menyenangkan untuk mendukung perkembangan akademik dan emosional mereka. Tabel 1 juga menunjukkan terdapat 11,76% siswa yang sangat setuju dan 17,65% siswa yang setuju bahwa mereka merasa stress saat belajar. Meskipun sebagian besar lainnya tidak merasa stress saat belajar di sekolah, angka ini menunjukkan masih terdapat ruang bagi sekolah untuk dapat mengimplementasikan strategi yang lebih efektif untuk membantu siswa mengatasi stres, terutama integrasi pendidikan emosional ke dalam kurikulum, yang dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang diperlukan untuk mengelola stress.

Evaluasi lainnya juga mengeksplorasi kemampuan mengatasi perasaan sedih dan kesadaran terhadap emosi di lingkungan rumah dan sekolah. Evaluasi ini menunjukkan bahwa 41,18% siswa sangat setuju bahwa mereka dapat merasa aman di rumah dan di sekolah. Meski hasil ini cukup baik, ada sekitar 11,76% siswa yang merasa tidak sepenuhnya aman, serta terdapat 5,88% siswa yang belum mampu mengatasi perasaan sedih. Hal ini menunjukkan perlunya program pendidikan emosi yang lebih baik, baik di lingkungan rumah maupun sekolah, agar siswa dapat lebih memahami dan mengelola perasaan mereka secara efektif.

Secara keseluruhan, hasil kuesioner ini memberikan gambaran positif mengenai pengalaman emosional siswa di sekolah, tetapi juga mengindikasikan area yang perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut. Kegiatan PKM ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa merasa bahagia dan nyaman untuk berbagi cerita dengan guru, yang menunjukkan adanya hubungan yang baik di dalam kelas. Sekolah perlu terus memfasilitasi kegiatan yang mendorong interaksi positif, seperti diskusi kelompok atau program bimbingan emosional. Dengan menanamkan konsep pendidikan sosial dan emosional, sekolah tidak hanya membantu siswa dalam memahami dan mengelola emosi mereka, tetapi juga membangun keterampilan interpersonal yang esensial untuk perkembangan sosial mereka di masa depan. Inisiatif semacam ini dapat lebih memperkuat rasa bahagia siswa dan meningkatkan pengalaman belajar secara keseluruhan.

## **SIMPULAN**

Kesimpulan dari kegiatan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini menunjukkan bahwa program edukasi emosi yang dilaksanakan di SD Negeri 19 Dangin Puri berhasil terlaksana melalui serangkaian kegiatan interaktif, yang tercermin dari kenyamanan seluruh siswa kelas 1 dan kelas 2 dalam berinteraksi, dan berbagi cerita. Meskipun masih terdapat

sebagian kecil jumlah siswa yang merasa stres dan belum sepenuhnya aman, kegiatan ini mampu memberikan gambaran kecerdasan emosional siswa, yang dapat dijadikan tolak ukur dalam pengembangan integrasi pendidikan emosional ke dalam kurikulum sekolah. Program PKM ini diharapkan dapat menyokong upaya pemerintah dalam mencapai Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya dalam meningkatkan kesehatan mental anak dan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan emosional yang positif.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada kepala sekolah dan segenap guru di SD Negeri 19 Dangin Puri, pihak pemerintah di Kelurahan Dangin Puri, Denpasar, serta Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (DPPM), Universitas Warmadewa, Denpasar, yang telah membantu pendanaan program ini.

### DAFTAR PUSTAKA

1. UNICEF. Promoting and protecting mental health in schools and learning environments. Brochure. 2022;
2. Ma L, Yang Y, Chen Y, Lu Y, Ren X, Chen R, et al. Positive school climate boosts children's reading achievement, mental health and cortical thinning. *Brain Cogn* [Internet]. 2025;188 (June):106330. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.bandc.2025.106330>
3. Subramanyam AA, Somaiya M, De Sousa A. Mental health and well-being in children and adolescents. *Indian J Psychiatry*. 2024;66:S304–19.
4. Meriyandah H, Nurdiantami Y, Shresta S, Li X, Zhu Z, Shigeeda M, et al. Parental Mental Health Association with Preschoolers' Social Skills in Urban Indonesia. *Jurnal Parenting dan Anak*. 2025;2(3):10.
5. Tumanggor RD, Nurbaiti, Siregar CT. Physical and Mental Health Assessment Among School Age Children in Islamic School, Medan. *ABDIMAS TALENTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2023;8(1):304–10.
6. Soleha S. Peran Pendidikan Dalam Membentuk Perkembangan Emosi Peserta Didik. 2025;5:12061–71.
7. The 2030 Agenda for Sustainable Development's 17 Sustainable Development Goals (SDGs).
8. Ma L, Yang Y, Chen Y, Lu Y, Ren X, Chen R, et al. Positive school climate boosts children's reading achievement, mental health and cortical thinning. *Brain Cogn* [Internet]. 2025;188 (June):106330. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.bandc.2025.106330>
9. Ossai OV. Impact of Nutrition on Mental Health and Wellbeing of Primary School Children in a rural suburb of Enugu State, Nigeria. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*. 2024;13(3):2815–22.
10. Laka MLAA, Wetik S V. Peningkatan kesehatan mental pada anak usia sekolah berbasis play therapy. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* [Internet]. 2023;2(2):64–70. Available from: <https://journal.unikadelasalle.ac.id/index.php/jla/article/view/38>
11. Sulistianingsih E, Jamaludin S, Sumartono S, Prihadi D. Pkm Peningkatan Kecerdasan Emosi Dan Kemampuan Berbahasa Inggris Melalui Kegiatan Mendongeng Pada Siswa Sekolah Dasar Di Kota Tegal. *J-Dinamika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2018;3(2):118–22.
12. Prasetya MR, Hidayah N. Pelatihan Regulasi Emosi Sebagai Strategi Meningkatkan Kemampuan Remaja dalam Mengelola Emosi Negatif. *JIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*. 2023;6 (12):10102–8.