

EDUKASI EMOSI BERBASIS FILM: IMPLEMENTASI HASIL SCREENING SDQ DALAM PROGRAM PEMBERDAYAAN MASYARAKAT

Cantika Lutfiah M¹⁾, Diah Susanti²⁾, Muhamad Faqih Thufail³⁾, Muhammad Fahmi Abdulhafizh⁴⁾,
Ratu Alivya Syahrazard R⁵⁾, Agus Suyadi Raharusun⁶⁾

¹⁾Ilmu Komunikasi Konst. Jurnalistik, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, cikaalutfii@gmail.com.

²⁾Manajemen Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, diahsusanti2811@gmail.com.

³⁾ Ilmu Komunikasi Konst. Jurnalistik, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, faqihthufail10@gmail.com.

⁴⁾Komunikasi dan Penyiaran Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, fahmiahfzh@gmail.com.

⁵⁾Hukum Tata Negara, Fakultas Syariah dan Hukum, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, ratualivya04@gmail.com.

⁶⁾Ilmu Hadits, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, aguskuliah@gmail.com.

ABSTRAK

Kesehatan mental dan emosional anak merupakan aspek penting dalam perkembangan yang optimal. *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) digunakan sebagai instrumen screening untuk mengidentifikasi masalah emosional dan perilaku anak secara dini. Media film, khususnya film edukatif, memiliki potensi besar sebagai sarana pembelajaran emosi yang menarik dan mudah dipahami anak-anak. Artikel ini membahas implementasi program Edukasi Emosi Berbasis Film Inside Out yang disesuaikan dengan hasil screening SDQ dalam kegiatan pemberdayaan Mitra Orda Pemda Kota Cimahi. Penelitian dilakukan dengan pendekatan mixed methods sederhana, dimulai dengan screening SDQ terhadap 87 siswa Sekolah Rakyat Merdeka Pelajar 8, dilanjutkan dengan pemutaran film, diskusi interaktif, permainan ekspresi emosi, dan refleksi bersama. Hasil screening menunjukkan bahwa 47% siswa mengalami masalah emosional, lebih dari 53% menghadapi kesulitan perilaku, serta 23% mengalami hambatan dalam hubungan dengan teman sebaya. Setelah mengikuti program, anak-anak tampak lebih mampu menyebutkan emosi dasar, berani mengekspresikan perasaan, serta lebih terbuka kepada guru maupun teman. Guru juga menilai adanya perubahan positif dalam keterbukaan emosional siswa. Program ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis film dapat meningkatkan literasi emosi dasar anak, meskipun terbatas pada efek jangka pendek. Diperlukan keberlanjutan program dengan melibatkan guru, orang tua, serta dukungan lembaga terkait agar intervensi lebih berdampak jangka panjang.

Kata Kunci : Film edukatif, SDQ, Literasi emosi, pemberdayaan.

ABSTRACT

*Children's mental and emotional health is a crucial aspect of optimal development. The **Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)** is used as a screening instrument to identify children's emotional and behavioral problems at an early stage. Film media, particularly educational films, holds great potential as an engaging and accessible tool for children's emotional learning. This article discusses the implementation of the **Inside Out Film-Based Emotional Education Program**, which was adapted to the results of the SDQ screening within the empowerment program of Mitra Orda Pemda Kota Cimahi activities. The study employed a simple mixed-methods approach, beginning with SDQ screening of 87 students from Sekolah Rakyat Merdeka Pelajar 8, followed by film screening, interactive discussions, emotional expression games, and collective reflections. The screening results indicated that 47% of students experienced emotional problems, more than 53% faced behavioral difficulties, and 23% encountered challenges in peer relationships. After participating in the program, children appeared more capable of identifying basic emotions, expressing their feelings confidently, and being more open with teachers and peers. Teachers also reported positive changes in students' emotional openness. This program demonstrates that a film-based approach can enhance children's basic emotional literacy, although its impact remains limited to the short term. Program continuity involving teachers, parents, and institutional support is required to achieve longer-term effects.*

Keywords: Educational film, SDQ, Emotional literacy, Community Service Program.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental anak-anak saat ini menjadi salah satu isu krusial dalam bidang pendidikan dan kesehatan masyarakat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perkembangan emosional yang tidak optimal dapat berdampak pada munculnya masalah perilaku, penurunan prestasi akademik, serta kesulitan dalam menjalin relasi sosial di masa depan (Stansbury et al., 2006). Data **Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018** menegaskan hal ini, dengan prevalensi gangguan mental emosional pada anak usia 5–14 tahun di Indonesia mencapai **9,8%**, dan angka tersebut menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun (Hamzah, 2020). Angka ini tentu bukan hanya statistik semata, melainkan cerminan masalah nyata yang dialami sebagian besar anak di usia sekolah.

Fenomena ini diperparah oleh masih terbatasnya layanan kesehatan mental yang mudah diakses masyarakat, terutama di daerah pinggiran perkotaan. Di wilayah seperti Cimahi, keberadaan psikolog anak maupun konselor sekolah masih sangat terbatas. Guru sering kali menjadi pihak terdepan dalam menghadapi anak-anak dengan masalah emosional maupun perilaku, meski belum tentu memiliki keterampilan khusus untuk memberikan pendampingan psikososial. Kondisi keluarga juga turut memengaruhi. Anak-anak dari keluarga menengah ke bawah umumnya menghadapi keterbatasan waktu pendampingan dari orang tua, karena sebagian besar orang tua sibuk bekerja untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Akibatnya, kebutuhan emosional anak sering terabaikan, dan mereka tumbuh dengan minim keterampilan regulasi emosi.

Sekolah Rakyat Merdeka Pelajar 8 Cimahi Sentra Abiyoso merupakan salah satu institusi pendidikan alternatif yang menampung anak-anak dari latar belakang ekonomi menengah ke bawah. Sekolah ini berada di Kelurahan Leuwigajah, Cimahi Selatan, dan melayani 87 siswa pada tingkat sekolah menengah pertama. Observasi awal menunjukkan adanya berbagai manifestasi kesulitan emosional dan perilaku, mulai dari sulit mengenali emosi diri, ekspresi emosi yang berlebihan atau tidak tepat, hingga perilaku

maladaptif seperti agresivitas, menarik diri dari pergaulan, serta gangguan konsentrasi saat belajar. Guru-guru di sekolah ini mengakui bahwa sebagian besar siswanya membutuhkan dukungan tambahan dalam aspek non-akademik, khususnya dalam hal literasi emosi.

Literasi emosi merupakan kemampuan untuk mengenali, memahami, mengekspresikan, dan mengelola emosi dengan cara yang sehat (Steiner, 1979; Goleman, 2020). Kemampuan ini bukan hanya berpengaruh pada kondisi psikologis anak, melainkan juga terkait langsung dengan kemampuan akademik dan sosial. Sebuah meta-analisis yang dilakukan oleh Durlak et al. (2011) menemukan bahwa program pendidikan sosial-emosional yang terstruktur mampu meningkatkan keterampilan sosial-emosional siswa hingga 23% dan meningkatkan prestasi akademik sebesar 13%. Artinya, mendidik anak untuk memahami emosi bukanlah tambahan, melainkan bagian penting dari proses pendidikan yang menyeluruh.

Salah satu instrumen yang banyak digunakan dalam mengidentifikasi masalah emosional dan perilaku anak adalah *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Instrumen ini dikembangkan oleh Goodman (1997) dan terdiri dari 25 item yang mengukur lima dimensi, yaitu masalah emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas/atensi, masalah hubungan dengan teman sebaya, dan perilaku prososial. SDQ telah teruji validitas dan reliabilitasnya di berbagai negara, termasuk Indonesia (Wiguna et al., 2010; Oktaviana & Wimbari, 2018). Keunggulan utama SDQ adalah sifatnya yang singkat, praktis, namun tetap komprehensif, sehingga dapat digunakan baik oleh peneliti maupun praktisi pendidikan untuk memetakan kondisi anak secara sistematis.

Hasil screening menggunakan SDQ tidak hanya berfungsi untuk memotret kondisi anak, tetapi juga sebagai dasar dalam merancang intervensi yang tepat sasaran. Dalam konteks pengabdian masyarakat, integrasi antara hasil riset dan implementasi program nyata merupakan hal penting. Model “assessment-informed intervention” menekankan pentingnya melakukan evaluasi terlebih dahulu sebelum merancang program, agar intervensi benar-benar sesuai dengan kebutuhan anak. Pendekatan ini juga

sejalan dengan prinsip *community-based participatory research*, di mana program tidak hanya relevan secara ilmiah, tetapi juga diterima oleh komunitas sasaran.

Dalam kaitannya dengan pendidikan emosi, pemilihan media pembelajaran menjadi faktor penting agar pesan dapat dipahami anak. Film merupakan salah satu media edukasi yang efektif karena mampu memadukan unsur visual, auditori, dan naratif. Teori *multimedia learning* dari Mayer (2009) menjelaskan bahwa anak-anak akan lebih mudah memahami informasi yang disajikan dalam bentuk kombinasi gambar dan suara dibanding hanya teks atau ceramah. Film animasi, khususnya, memiliki daya tarik yang tinggi bagi anak karena karakter dan alur cerita yang dekat dengan dunia mereka.

Film animasi *Inside Out* karya Pixar dipandang relevan sebagai media pendidikan emosi. Film ini menampilkan lima tokoh utama yang mewakili emosi dasar manusia: Joy, Sadness, Anger, Fear, dan Disgust. Representasi visual ini membantu anak mengenali emosi secara konkret. Harvard Graduate School of Education (2015) menyebutkan bahwa *Inside Out* dapat digunakan sebagai “tur visual ke dalam otak” yang memberikan ilustrasi konkret tentang bagaimana memori terbentuk dan bagaimana emosi memengaruhi perilaku sehari-hari. Dengan demikian, film ini tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana edukasi untuk membangun literasi emosi anak.

Berdasarkan latar belakang di atas, program Mitra Orda Pemda Kota Cimahi berinisiatif mengembangkan kegiatan Edukasi Emosi Berbasis Film *Inside Out*. Program ini diawali dengan screening SDQ pada 87 siswa untuk mengidentifikasi kondisi emosional dan perilaku mereka. Hasil screening kemudian dijadikan dasar dalam menyusun kegiatan pemutaran film, diskusi interaktif, permainan ekspresi emosi, dan refleksi bersama. Harapannya, kegiatan ini dapat meningkatkan literasi emosi siswa, memperbaiki cara mereka mengekspresikan perasaan, dan pada akhirnya memperkuat kemampuan regulasi emosi dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, penelitian ini memiliki dua tujuan utama. Pertama, untuk menggambarkan kondisi emosional dan perilaku siswa berdasarkan hasil screening SDQ. Kedua, untuk mengimplementasikan intervensi edukasi emosi berbasis film yang disesuaikan dengan kondisi siswa, serta menilai dampak awal dari kegiatan tersebut. Artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis sekaligus praktis dalam pengembangan program pengabdian masyarakat yang inovatif dan berbasis riset.

Rangkuman Kajian Teoretik

1. Literasi Emosi dan Perkembangan Anak

Emosi merupakan bagian fundamental dari kehidupan manusia yang memengaruhi perilaku, pengambilan keputusan, dan hubungan sosial. Pada anak-anak, kemampuan mengenali dan mengelola emosi sangat menentukan keberhasilan mereka dalam proses belajar maupun interaksi sosial. Literasi emosi didefinisikan sebagai kemampuan memahami, mengekspresikan, dan mengatur emosi secara tepat (Steiner, 1979; Goleman, 2020).

Menurut Goleman (1995), kecerdasan emosional mencakup keterampilan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, serta membangun hubungan sosial yang sehat. Bagi anak usia sekolah, kecakapan ini menjadi bekal penting dalam menghadapi tekanan belajar, konflik dengan teman sebaya, maupun dinamika keluarga.

Penelitian Stansbury et al. (2006) menunjukkan bahwa anak-anak yang memiliki literasi emosi tinggi cenderung lebih mampu menyesuaikan diri di sekolah, memiliki hubungan sosial yang positif, serta menunjukkan prestasi akademik yang lebih baik. Sebaliknya, kurangnya literasi emosi dapat memicu berbagai permasalahan perilaku seperti agresivitas, kecemasan berlebihan, hingga isolasi sosial.

2. Instrumen SDQ sebagai Screening Masalah Emosi dan Perilaku

Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) merupakan instrumen psikometri yang

banyak digunakan untuk menilai kondisi emosional dan perilaku anak. Dikembangkan oleh Goodman (1997), SDQ terdiri dari 25 item yang terbagi dalam lima subskala: masalah emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas/atensi, hubungan dengan teman sebaya, dan perilaku prososial.

Setiap item direspon dengan skala tiga poin (tidak benar, agak benar, sangat benar), dan hasilnya dapat dikategorikan menjadi normal, borderline, dan abnormal. SDQ digunakan secara luas dalam penelitian maupun praktik klinis karena praktis, mudah dipahami, serta memiliki validitas lintas budaya (Wiguna et al., 2010; Oktaviana & Wimbari, 2018).

Dalam konteks pendidikan, SDQ bermanfaat untuk mengidentifikasi anak yang membutuhkan dukungan khusus. Misalnya, anak dengan skor tinggi pada masalah emosional mungkin memerlukan intervensi terkait pengelolaan stres dan kecemasan, sedangkan anak dengan skor tinggi pada masalah perilaku memerlukan pendekatan yang berbeda. Dengan demikian, SDQ dapat menjadi dasar bagi intervensi yang lebih terarah dan efektif.

3. Media Film sebagai Sarana Edukasi Emosi

Media pembelajaran memiliki peran penting dalam penyampaian pesan edukatif. Teori *multimedia learning* dari Mayer (2009) menjelaskan bahwa manusia lebih mudah memproses informasi ketika disajikan dalam bentuk kombinasi visual dan auditori. Hal ini membuat film menjadi salah satu media yang efektif, terutama dalam konteks pendidikan anak.

Film animasi *Inside Out* karya Pixar menjadi salah satu contoh nyata bagaimana media hiburan dapat dimanfaatkan sebagai sarana pendidikan emosi. Film ini menggambarkan dinamika emosi melalui lima karakter utama: Joy, Sadness, Anger, Fear, dan Disgust. Representasi emosi yang jelas dan narasi yang mudah diikuti membuat film ini relevan untuk digunakan sebagai media pembelajaran di sekolah.

Menurut Harvard Graduate School of Education (2015), *Inside Out* dapat berfungsi sebagai ilustrasi visual tentang bagaimana emosi

bekerja dalam kehidupan sehari-hari, bagaimana memori terbentuk, dan bagaimana emosi memengaruhi perilaku. Penelitian lain oleh Menninghaus et al. (2017) menekankan bahwa film emosional dapat meningkatkan empati dan pemahaman anak terhadap pengalaman emosional orang lain.

4. Penelitian Terdahulu

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan efektivitas intervensi berbasis film atau media visual untuk pendidikan emosi. Misalnya, sebuah studi oleh Kumschick et al. (2014) menemukan bahwa penggunaan cerita dan film dalam kelas mampu meningkatkan kemampuan anak dalam mengenali emosi dan memperbaiki keterampilan sosial mereka.

Penelitian Durlak et al. (2011) melalui meta-analisis 213 program pendidikan sosial-emosional menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan emosi, perilaku positif, dan prestasi akademik. Hal ini memperkuat argumen bahwa pendidikan emosi melalui media yang tepat memiliki dampak nyata terhadap perkembangan anak.

Dalam konteks Indonesia, beberapa studi menunjukkan keterbatasan akses layanan psikologis bagi anak, sehingga intervensi berbasis sekolah menjadi alternatif strategis (Wiguna et al., 2010; Hamzah, 2020). Hal ini menegaskan bahwa program yang memanfaatkan media populer seperti film dapat menjadi solusi praktis sekaligus efektif.

5. Kerangka Pemikiran

Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa:

- Anak-anak membutuhkan literasi emosi yang baik untuk mendukung perkembangan akademik dan sosial.
- SDQ menjadi instrumen efektif untuk mengidentifikasi masalah emosional dan perilaku anak.
- Film *Inside Out* dipandang relevan sebagai media edukasi emosi karena representasi emosi yang jelas dan mudah dipahami.

- Intervensi berbasis film dapat membantu anak mengenali emosi, meningkatkan empati, dan memperbaiki keterampilan sosial.

Dengan demikian, kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah bahwa hasil screening SDQ dapat digunakan sebagai dasar perancangan intervensi edukasi emosi berbasis film *Inside Out*, yang diharapkan mampu meningkatkan literasi emosi anak-anak Sekolah Rakyat Merdeka Pelajar 8 Cimahi.

METODOLOGI PENGABDIAN

1. Rancangan Kegiatan

Kegiatan edukasi emosi berbasis film ini diawali dengan proses screening menggunakan Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) terhadap anak-anak di lokasi Sekolah Rakyat Abiyoso, Leuwigajah, Cimahi Selatan. Hasil screening digunakan sebagai dasar untuk memetakan aspek perkembangan emosi dan perilaku anak, seperti kemampuan regulasi emosi, masalah perilaku, maupun keterampilan emosional.

Berdasarkan hasil pemetaan tersebut, tim merancang program edukasi emosi dengan pendekatan pemutaran film *Inside Out*, film edukatif yang mengandung nilai empati, kerja sama, pengendalian diri, serta keterampilan sosial. Pemilihan film mempertimbangkan usia peserta, konten yang sesuai, serta muatan pesan moral yang mudah dipahami anak.

Setelah pemutaran film, dilaksanakan diskusi interaktif dan aktivitas reflektif seperti permainan peran, menggambar ekspresi emosi, atau mengajak siswa berbagi pengalaman pribadi, dan ditutup dengan penarikan kesimpulan bahwa semua emosi itu normal, namun perlu diungkapkan dengan cara yang tepat. Dengan cara ini, anak-anak tidak hanya menjadi penonton pasif, tetapi juga menginternalisasi nilai emosional yang ditampilkan.

2. Rancangan Evaluasi

Evaluasi program dilakukan dengan dua pendekatan:

- Evaluasi formatif: dilakukan selama kegiatan berlangsung, melalui observasi keterlibatan anak dalam diskusi, partisipasi aktif dalam permainan peran, dan kemampuan mengungkapkan perasaan.
- Evaluasi sumatif: dilakukan setelah kegiatan berakhir, dengan mengulang screening SDQ secara sederhana untuk melihat perubahan pada indikator perilaku dan emosi. Selain itu, tim juga mengumpulkan umpan balik dari guru dan orang tua mengenai perubahan perilaku anak setelah mengikuti program.

PELAKSANAAN KEGIATAN

Program ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan;

- Persiapan: Tim melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk mengajak peserta, menyiapkan instrumen SDQ, serta memilih film yang relevan.
- Screening awal: SDQ diberikan kepada siswa untuk mengidentifikasi kekuatan dan kesulitan siswa dalam aspek emosional maupun perilaku. Data ini menjadi landasan penyusunan materi.



Gambar 1. Screening awal

- Pemutaran film: Anak-anak diajak menonton film *Inside Out* pilihan dalam suasana yang menyenangkan. Film dipilih dengan durasi singkat dan konten edukatif yang dekat dengan kehidupan sehari-hari mereka.



Gambar 2. Pemutaran film

- Diskusi dan refleksi: Setelah menonton, tim mengarahkan siswa untuk menceritakan bagian film yang paling mereka sukai, mengaitkannya dengan pengalaman pribadi, serta melatih keterampilan sosial melalui aktivitas kelompok.



Gambar 3. Diskusi dan refleksi

- Evaluasi akhir: Setelah seluruh rangkaian kegiatan, dilakukan post-screening sederhana untuk menilai perkembangan emosi dan perilaku anak. Guru juga dilibatkan dalam memberikan penilaian terhadap keberlanjutan dampak kegiatan.
- Tindak lanjut: Hasil program didokumentasikan dan diserahkan kepada pihak sekolah sebagai rekomendasi pengembangan pendidikan karakter anak secara berkelanjutan.

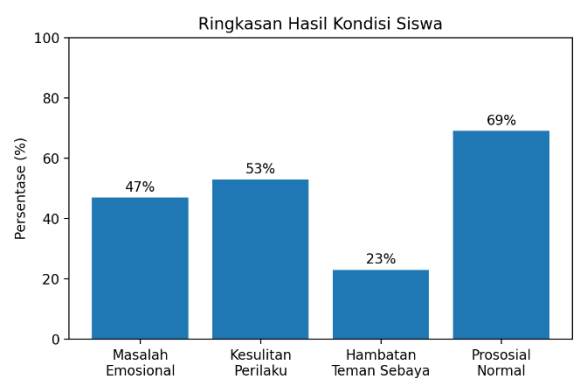
HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Identifikasi Masalah

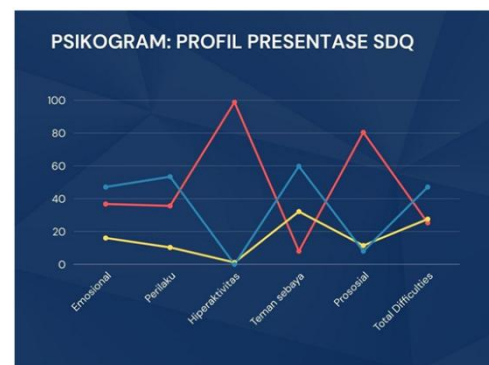
Pelaksanaan program edukasi emosi berbasis film dilakukan di Sekolah Rakyat Merdeka Pelajar 8 Cimahi dengan melibatkan 87 siswa tingkat SMP. Sebelum intervensi, tim melakukan screening *Strengths and Difficulties Questionnaire*

(SDQ) untuk memperoleh gambaran kondisi emosional dan perilaku siswa.)

Hasil menunjukkan bahwa hampir setengah siswa mengalami masalah emosional (47%), lebih dari separuh mengalami kesulitan perilaku (53%), serta sekitar 23% menghadapi hambatan dalam hubungan dengan teman sebaya. Meski demikian, mayoritas siswa memiliki perilaku prososial normal (69%), yang menjadi potensi positif untuk dikembangkan. Hasilnya terlihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Ringkasan hasil kondisi siswa



Gambar 4. Hasil Screening SDQ Siswa Sekolah Rakyat Merdeka Pelajar 8 (n=87)

Setelah *screening*, dilaksanakan intervensi berupa pemutaran film *Inside Out*, diskusi interaktif, permainan ekspresi emosi, dan penarikan kesimpulan. Siswa terlihat antusias saat menonton film, aktif dalam diskusi, serta berani menirukan ekspresi wajah emosi. Beberapa siswa bahkan dapat mengaitkan pengalaman pribadi dengan karakter emosi dalam film, misalnya

mengungkapkan rasa sedih ketika kehilangan sesuatu atau rasa takut saat menghadapi ujian.

Guru memberikan penilaian bahwa program membantu siswa lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan. Mereka juga menilai siswa tampak lebih berani mengekspresikan diri setelah kegiatan.

2. Penyelesaian Masalah melalui Program

Hasil screening SDQ memperkuat temuan bahwa masalah emosional dan perilaku pada anak usia sekolah cukup tinggi, sejalan dengan data nasional (Riskesdas 2018; Hamzah, 2020). Angka borderline dan abnormal yang cukup besar menunjukkan adanya kebutuhan intervensi dini.

Intervensi berbasis film *Inside Out* terbukti efektif sebagai media awal untuk meningkatkan literasi emosi. Hal ini sesuai dengan teori multimedia learning (Mayer, 2009), yang menekankan bahwa informasi yang disajikan melalui kombinasi visual dan auditori lebih mudah dipahami dibandingkan hanya teks. Film animasi mampu menjembatani konsep abstrak emosi menjadi lebih konkret, sehingga memudahkan anak dalam mengenali dan menamai perasaan mereka.

Kegiatan diskusi dan permainan ekspresi memperkuat pemahaman siswa bahwa emosi adalah sesuatu yang normal dan alami, tetapi perlu diungkapkan dengan cara yang sehat. Anak yang sebelumnya enggan berbicara tentang perasaan terlihat lebih berani setelah difasilitasi dalam suasana yang aman. Hal ini sejalan dengan penelitian Durlak et al. (2011) yang menunjukkan bahwa pendidikan sosial-emosional terstruktur dapat meningkatkan keterampilan emosi dan perilaku positif anak.

Guru sebagai mitra dalam kegiatan menegaskan bahwa program ini memberi manfaat nyata meskipun bersifat singkat. Mereka melihat siswa lebih terbuka dan lebih antusias dalam mengungkapkan pengalaman emosional. Namun, guru juga menekankan perlunya keberlanjutan program agar dampaknya tidak hanya sesaat.

Dari temuan ini, dapat disimpulkan bahwa program edukasi emosi berbasis film:

- Memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan sekaligus bermakna bagi siswa.
- Memperkuat kesadaran siswa bahwa semua emosi adalah normal.
- Membuka ruang bagi guru untuk lebih mudah mendampingi anak dalam mengelola emosi.

Namun demikian, keterbatasan penelitian ini terletak pada durasi program yang singkat serta evaluasi yang hanya dilakukan melalui observasi awal dan wawancara. Untuk penelitian lanjutan, diperlukan instrumen evaluasi pasca-intervensi yang lebih terukur, misalnya dengan pre-test dan post-test literasi emosi.

PENUTUP

Kesimpulan

Hasil screening dengan Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) di Sekolah Rakyat Merdeka Pelajar 8 Cimahi menunjukkan bahwa hampir setengah siswa dari para siswa mengalami masalah emosional dan lebih dari setengahnya mengalami kesulitan dalam perilaku. Temuan ini menunjukkan perlunya intervensi yang terarah untuk meningkatkan pemahaman literasi emosional anak-anak.

Melalui Program Edukasi Emosi Berbasis Film *Inside Out* yang, terlihat adanya dampak positif yang cukup nyata. Anak-anak menjadi lebih mampu untuk mengenali emosi yang mendasar, mengekspresikan perasaan dengan cara yang sesuai, serta menunjukkan semangat tinggi selama kegiatan berlangsung.

Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan sosial-emosional melalui media yang kreatif dapat meningkatkan keterampilan sosial, memperbaiki perilaku, dan bahkan mendukung pencapaian akademik anak. Namun, program ini masih memiliki beberapa keterbatasan, seperti: (a) pelaksanaannya yang hanya dilakukan sekali sehingga hasilnya bersifat sementara, (b) belum adanya tindak lanjut atau pendampingan yang

rutin dari pihak sekolah maupun orang tua, dan (c) faktor sosio-ekonomi keluarga siswa yang juga memengaruhi efektivitas intervensi.

Saran

Dengan keberlanjutan program edukasi emosi berbasis film ini sebaiknya dilakukan secara rutin, tidak hanya sekali, agar dampaknya lebih berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development, 82*(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (2020). *Kecerdasan emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ* (Terj. T. Hermaya). Gramedia Pustaka Utama. (Karya asli diterbitkan 1995).
- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 38*(5), 581–586. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1997.tb01545.x>
- Greitemeyer, T., Osswald, S., & Brauer, M. (2010). Playing prosocial video games increases empathy and decreases schadenfreude. *Emotion, 10*(6), 796–802. <https://doi.org/10.1037/a0020194>
- Hamzah. (2020). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional* (pp. 70–75). Lembaga Penerbit Balitbangkes. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf>
- Harvard Graduate School of Education. (2015). Using *Inside Out* to talk about emotions with kids. <https://www.gse.harvard.edu/news/uk/15/07/using-inside-out-talk-about-emotions-kids>
- Kumschick, I. R., Beck, L., Eid, M., Witte, G., Klann-Delius, G., Heuser, I., Steinlein, R., & Menninghaus, W. (2014). Reading and film as learning tools: Improving emotional competence through literature and cinema. *Frontiers in Psychology, 5*, 1444. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01444>
- Mayer, R. E. (2009). *Multimedia learning* (2nd ed.). Cambridge University Press.
- Menninghaus, W., Wagner, V., Hanich, J., Wassiliwizky, E., Kuehnast, M., & Jacobsen, T. (2017). The distancing–embracing model of the enjoyment of negative emotions in art reception. *Behavioral and Brain Sciences, 40*, e347. <https://doi.org/10.1017/S0140525X17000309>
- Oktaviana, R., & Wimbari, S. (2018). Validasi klinik *Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)* versi Indonesia [Tesis, Universitas Gadjah Mada]. Universitas Gadjah Mada Repository.
- Stansbury, K., Haley, D. W., & Roberts, J. E. (2006). Development of emotion regulation in children at risk for emotional disorders. *Development and Psychopathology, 18*(2), 379–398. <https://doi.org/10.1017/S0954579406060205>
- Stansbury, J. P., Ried, L. D., & Velozo, C. A. (2006). Unidimensionality and bandwidth in the Center for Epidemiologic Studies Depression (CES-D) Scale. *Journal of Personality Assessment, 86*(1), 10–22. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8601_03
- Wiguna, T., Guerrero, A. P., Kaligis, F., & Sastroasmoro, S. (2010). Translation, adaptation, and validation of the Indonesian

version of the *Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)* for school-aged children and adolescents. *Indonesian Journal of Psychiatry*, 1(1), 1–8.

World Health Organization. (2021). *Adolescent mental health*. [https://www.who.int/news-](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health)

[room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health)

Xu, X. (2015). MICU1 mutation: A genetic cause for a type of neuromuscular disease in children. *Clinical Genetics*, 87(4), 327–328. <https://doi.org/10.1111/cge.12538>