

Mahasiswa Psikologi Unimal Edukasi Anak-Anak Lhokseumawe Mengenal dan Mengelola Emosi



Mahasiswa Psikologi Unimal Edukasi Anak-Anak Lhokseumawe Mengenal dan Mengelola Emosi

UNIMALNEWS | Lhokseumawe —Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh melaksanakan kegiatan psikoedukasi bertema “Mengenal dan Mengelola Emosi” di Jalan Tgk Syarief, Kecamatan Banda Sakti, Kota Lhokseumawe.

Kegiatan ini merupakan bagian dari penerapan ilmu psikologi kepada masyarakat, khususnya kepada anak-anak di lingkungan kompleks setempat. Melalui kegiatan ini, mahasiswa berupaya membantu anak-anak mengenal berbagai macam emosi yang mereka rasakan serta belajar cara mengelola emosi dengan baik dan adaptif.

Psikoedukasi ini dibawakan oleh Aurannisa Kayla Sitepu, Khaira 'Izzani, Siti Maryam, dan Septia Priska Capah. Salah satu pemateri, Khaira 'Izzani, menjelaskan bahwa kegiatan ini dirancang agar anak-anak dapat memahami jenis-jenis emosi melalui pendekatan yang menyenangkan.

“Kegiatan ini dilaksanakan untuk memperkenalkan berbagai macam emosi kepada anak-anak, sekaligus mengajarkan bagaimana cara mengelolanya melalui permainan yang edukatif,” ujarnya.

Sementara itu, Aurannisa menambahkan bahwa anak-anak juga diajak untuk berpartisipasi aktif dalam sesi tanya jawab.

“Kami memberikan pilihan situasi agar mereka bisa menilai sendiri mana cara mengelola emosi yang baik dan mana yang kurang tepat,” tuturnya.

Selama kegiatan berlangsung, anak-anak tampak antusias mengikuti setiap sesi. Psikoedukasi dilakukan dengan metode interaktif, salah satunya menggunakan permainan “Roda Emosi”, di mana peserta diajak menceritakan pengalaman emosional yang pernah mereka alami.

Kegiatan berlangsung dengan lancar, tertib, dan penuh semangat. Semua peserta mengikuti kegiatan hingga akhir dengan ekspresi gembira dan rasa ingin tahu yang tinggi.

Menutup kegiatan, Septia Priska Capah menyampaikan harapannya agar psikoedukasi ini dapat memberikan dampak positif bagi perkembangan emosional anak-anak.

“Kami berharap anak-anak dapat lebih mengenal perasaan mereka dan belajar mengekspresikannya dengan cara yang positif di masa mendatang,” ujarnya.[]

Tanggal: 24 October 2025

Post by: [Tami](#)

Kategori: [News](#),

Tags: [Unimal](#), [Kedokteran Unimal](#),