

Sesi Interaktif Peningkatan Regulasi Emosi Anak di MI Walisongo Paesan 01 Pekalongan

Rizqoh Muawannah¹, Muhammad Rifa'i Subhi²

^{1,2}Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan
e-mail: rizqoh.muawannah@mhs.uingusdur.ac.id¹ muhamadrifaisubhi@uingusdur.ac.id²

Nomor handphone untuk keperluan koordinasi : 085718517005



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Abstrak

Masa kanak-kanak adalah masa kunci bagaimana ia akan menjalankan hidupnya di masa mendatang. Maka bekal kemampuan regulasi emosi pada anak penting untuk menciptakan keterlibatannya dalam berkehidupan sehari-hari. Cara berekspresi dan pengendalian diri, baik secara sosial, emosional dan kognitif sangat diperlukan. Dalam penelitian ini, dilaksanakan kegiatan pemberdayaan dengan berbasis tasawuf dan psikoterapi yang berfokus pada peningkatan regulasi emosi anak melalui sesi interaktif. Kegiatan pemberdayaan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran anak dalam mengenali dan mengelola emosi. Metode yang digunakan yaitu Service Learning, mengaplikasikan teori yang sudah dipelajari di kelas dalam kegiatan nyata di masyarakat. Kegiatan ini menyasar siswa kelas 4 MI Walisongo Paesan 01, Kedungwuni, Pekalongan, dengan sesi interaktif yang meliputi asesmen awal, penyampaian materi tentang pengenalan dan pengelolaan emosi, studi kasus, dilanjut dengan refleksi. Siswa dilibatkan aktif dalam diskusi dan refleksi mengenai pengelolaan emosi mereka. Sesi interaktif peningkatan regulasi emosi menunjukkan kemajuan siswa untuk mengidentifikasi berbagai jenis emosi, menghubungkan emosi dengan keadaan tertentu, dan memberikan contoh regulasi emosi yang sesuai.

Kata kunci: Regulasi Emosi Anak, Service Learning, Sesi Interaktif

Abstract

Childhood is the key period of how he will run his life in the future. Therefore, the provision of emotion regulation skills in children is important to create their involvement in daily life. Ways of expression and self-control, both socially, emotionally and cognitively are needed. In this research, tasawuf and psychotherapy-based empowerment activities were carried out which focused on improving children's emotional regulation through interactive sessions. This empowerment activity aims to increase children's awareness in recognizing and managing emotions. The method used is Service Learning, applying the theory that has been learned in class in real activities in the community. This activity targets 4th grade students of MI Walisongo Paesan 01, Kedungwuni, Pekalongan, with interactive sessions that include initial assessment, delivery of material on recognizing and managing emotions, case studies, followed by reflection. Students were actively involved in discussion and reflection on their emotion management. The interactive session on improving emotion regulation showed students' progress in identifying different types of emotions, relating emotions to certain circumstances, and providing examples of appropriate emotion regulation.

Keywords: Children's Emotion Regulation, Service Learning, Interactive Session

1. PENDAHULUAN

Setiap anak terlahir dengan keunikannya masing-masing, baik dari segi karakter maupun caranya mengungkapkan emosi sebagai bentuk merespon lingkungan. Respon yang dilakukan anak pada tahap perkembangannya ini dapat menjadi tantangan bagi orang tua dan guru jika tidak dipahami dengan baik. Kesalahan, respon yang tidak tepat, dan bahkan gangguan emosi dapat terjadi akibat hal ini. Anak-anak sering kali mengalami kesulitan dalam perkembangan emosi, yang biasanya dikaitkan dengan kenakalan. Perilaku nakal anak-anak biasanya merupakan hal yang wajar dalam tahap perkembangan mereka, tetapi ada skenario lain yang dapat menjadi indikasi ketidakstabilan emosi atau guncangan mental. (Mahmud & Fajri, 2021)

Beberapa tahun terakhir, kasus yang melibatkan perilaku menyimpang pada anak menjadi pusat perhatian publik. Berdasarkan berita di media, ada beberapa contoh kasus yang melibatkan anak: Pada Agustus 2024 di Kabupaten Muba, Sumatera Selatan, sebuah video viral menunjukkan aksi perundungan yang dilakukan oleh sekelompok anak perempuan terhadap satu korban. Korban dipaksa untuk melakukan sujud dan mencium kaki disertai dengan mengeluarkan bahasa kasar. Korban mengalami kekerasan fisik, termasuk tendangan di pinggang dan benjolan di kening. Setelah kejadian ini dilaporkan, didapatkan fakta lain bahwa kejadian perundungan ini juga menimpa beberapa siswa lain, namun pihak sekolah tidak memberikan sanksi tegas kepada pelaku. (Metrovnews, 2024). Seorang pelajar kelas VIII sebuah Madrasah Tsanawiyah di Kabupaten Malang, ditemukan tewas gantung diri di kamarnya. Ia diduga gantung diri karena sakit hati dengan orang tua yang lebih mementingkan kesibukannya sendiri, sehingga korban merasa kurang mendapatkan kasih sayang sang orang tua. (Tempo, 2024). Pada September 2024, terjadi peristiwa pelecehan seksual anak di bawah umur di Kabupaten Siak. Hal ini menimpa anak perempuan yang masih berusia 13 tahun. Terdapat 6 orang pelaku, dengan 3 pelaku merupakan siswa SMP, dan 3 lainnya masih duduk di bangku SD. Peristiwa ini menimpa korban selama 3 hari. (Suarariau.id, 2024)

Anak-anak yang menunjukkan perilaku menyimpang, seperti perundungan, bunuh diri, dan pelecehan seksual, menunjukkan tanda-tanda bahwa mereka tidak siap untuk menghadapi lingkungannya. Ketidakkampuan anak untuk mengenali, mengelola, dan memotivasi diri sendiri menyebabkan perasaan negatif dan merusak seperti kekecewaan, malu, penghinaan, kemarahan, dan lain-lain. Kecerdasan emosional yang rendah ditunjukkan pada gangguan ini. Generasi saat ini dilaporkan memiliki lebih banyak masalah emosional dan sosial dibandingkan generasi sebelumnya; mereka lebih cenderung impulsif, agresif, mudah marah, kesepian, dan cemas. (Mashar, 2011)

Menurut Goleman, Izard dan Ackerman, Le Doux, emosi merupakan perasaan yang dimiliki dan digunakan oleh anak secara fisiologis dan psikologis untuk merespons kejadian yang terjadi di sekitarnya. Bagi anak-anak, emosi merupakan hal yang penting, dengan begitu mereka dapat memusatkan perhatian, dan emosi memberikan kekuatan pada tubuh serta menyusun kecerdasan untuk memenuhi permintaan. Sebagai contoh, rasa takut adalah salah satu emosi yang digunakan anak-anak untuk “bertahan hidup”. Hal ini menggambarkan bagaimana emosi bekerja pada anak-anak. Ketika seorang anak mengalami ancaman, mereka menjadi lebih sadar akan lingkungannya dan mengembangkan pola pikir yang lebih berhati-hati. Senyuman adalah simbol kegembiraan, dan seorang anak dapat menggunakannya untuk berkomunikasi dengan orang lain di sekitar mereka tentang keadaan yang mereka alami dan pentingnya menjalin hubungan. Singkatnya, emosi anak-anak secara konstan membantu kelangsungan hidup dan kemampuan mereka untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Pada perkembangan awal, emosi berkembang dari keadaan sederhana ke keadaan yang lebih kompleks dari waktu ke waktu. Interaksi dengan lingkungan mengarah pada perkembangan emosi. (Martani, 2012).

Unit-unit emosi berbeda berdasarkan tingkat kompleksitasnya, baik berupa perasaan yang menyenangkan atau tidak menyenangkan, elemen-elemen ekspresi wajah dan suatu kondisi sebagai pendorong tertentu. Oleh karena itu, emosi adalah pengalaman afektif yang disertai dengan perubahan internal tentang keadaan psikologis dan fisiologis seseorang serta perilaku yang muncul sebagai perwujudannya. (Mahmud & Fajri, 2021). Variabel emosi dapat dibagi menjadi dua kategori: (1) *action*, seperti perilaku menyerang, menghindari, mendekati atau menjauhi orang atau tempat, menangis, postur tubuh, dan ekspresi wajah; dan (2) *physiological reaction*, seperti sekresi hormon, aktivitas otak, dan aktivitas sistem saraf otonom. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa emosi lebih merupakan respons yang terpola daripada kejadian yang tidak teratur, dan emosi juga berkaitan erat dengan mekanisme *copying*, yaitu upaya untuk mengatasi masalah dalam kehidupan seseorang. (Mashar, 2011)

Regulasi emosi adalah satu aspek penting dalam perkembangan emosi anak. Gross (2014) dan Thompson (2001) mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses di mana seseorang membentuk dan mengekspresikan emosinya. Hal ini mencakup kemampuan untuk menilai dan memodifikasi respons emosional agar dapat bertindak dengan cara yang sesuai dengan situasi. Kemampuan anak-anak untuk mengendalikan emosi mereka sangat penting untuk membangun hubungan teman sebaya yang positif dan menyesuaikan diri dengan lingkungan mereka. Sejak usia dini, orang tua harus

memantau regulasi emosi anak-anak mereka karena hal ini mempengaruhi banyak aspek kehidupan mereka. Perasaan negatif yang tidak terkendali yang disebabkan oleh regulasi emosi yang buruk dapat berdampak pada aspek psikologis dan fisiologis mereka. Regulasi emosi menyangkut kemampuan anak untuk menilai, mengontrol, mengubah, dan mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang tepat, yang melibatkan proses internal dan eksternal. Untuk menghindari emosi negatif yang berdampak buruk pada kesehatan psikologis dan fisiologis anak, orang tua harus memperhatikan bagaimana anak meregulasi emosinya sejak usia dini. (Angeling et al., 2024)

Penelitian terdahulu terkait pelatihan regulasi emosi pada siswa SD yang dilakukan Ahmad et al. (2023) menunjukkan bahwa partisipan sudah mampu untuk membedakan emosi negatif dan positif, termasuk bagaimana cara mengekspresikan emosi yang dirasakan. Syahadat (2013) juga mengemukakan bahwa pelatihan regulasi emosi mampu menurunkan perilaku agresif pada siswa dan mampu melatih keterampilan anak dalam mengatur serta mengungkapkan emosi secara tepat. Lebih lanjut, penggunaan metode pembelajaran interaktif mampu meningkatkan keterlibatan dan pemahaman siswa secara signifikan (Bitu et al., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Johnson & Smith dalam (Bitu et al., 2024) juga menyatakan bahwa metode pembelajaran interaktif meningkatkan pemahaman mereka terhadap materi pelajaran, karena menjadikan siswa lebih aktif dan terlibat dalam proses belajar. Penggunaan *power point* sebagai media pembelajaran interaktif dapat membantu siswa berkomunikasi efektif, dengan mengajukan pertanyaan, bertukar ide, dan memberikan umpan balik melalui diskusi yang ada di dalam slide. Hal ini menjadikan siswa mampu meningkatkan pemahamannya terkait dengan objek pembelajaran. (Abdullah & Nasution, 2024).

Sehingga dilaksanakanlah kegiatan pemberdayaan masyarakat di MI Walisongo Paesan 01 tentang regulasi emosi melalui sesi pembelajaran interaktif. Kegiatan pemberdayaan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran anak dalam mengenali dan mengelola emosi. Anak-anak diajarkan bagaimana mengenali, mengekspresikan dan mengelola emosi mereka dengan cara yang sehat melalui sesi yang dibuat khusus untuk memperkenalkan mereka pada berbagai emosi.

2. METODE

Kegiatan pemberdayaan masyarakat ini dilaksanakan di MI Walisongo Paesan 01, khususnya menyasar siswa kelas 4. Kegiatan ini berbasis *service learning*, yaitu strategi pengajaran yang memadukan tujuan akademis dengan pengembangan karakter mahasiswa melalui kegiatan pemberdayaan kepada masyarakat. Metode ini memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk secara langsung menghubungkan apa yang telah mereka pelajari di kelas dengan isu-isu di masyarakat sekaligus menjadi sukarelawan di komunitas yang dipilih. (Setyowati & Permata, 2018).

Tahapan pelaksanaan pemberdayaan masyarakat ini melalui koordinasi dengan pihak sekolah, lalu tahap pemberdayaan meliputi asesmen awal, penyampaian materi tentang pengenalan dan pengelolaan emosi, studi kasus, dilanjut dengan refleksi. Rangkaian kegiatan yang dilakukan antara lain sebagai berikut:

a. Perencanaan

Pada tahap ini dilaksanakan koordinasi dengan pihak MI Walisongo Paesan 01 terkait dengan rencana kegiatan, waktu pelaksanaan dan sasaran kegiatan yang akan dilakukan.

b. Asesmen awal

Kegiatan asesmen berupa berkomunikasi dengan pihak wali kelas 4 terkait kondisi siswa, terutama yang berkaitan dengan aspek regulasi emosi. Setelahnya, pada pertemuan pertama asesmen juga dilaksanakan dengan bertanya langsung dengan siswa. Diberikan pertanyaan sederhana berupa:

- Apa yang akan saya lakukan apabila hal yang saya inginkan tidak dituruti oleh orang tua?
- Apa yang saya rasakan dan respon yang saya berikan apabila teman mengejek saya?
- Apa yang saya rasakan apabila mendapat nilai bagus di mata pelajaran favorit?
- Apa yang saya rasakan apabila diminta untuk maju ke depan kelas?
- Apa yang saya lakukan saat sedang merasa sedih?

- c. **Penyampaian materi**
Pada tahap penyampaian materi dilakukan dengan model presentasi interaktif menggunakan *power point*. Poin yang disampaikan berisi definisi emosi, lalu pembagian emosi berdasarkan zona warna, contoh emosi dan regulasi emosi berdasarkan zona emosi yang dirasakan. Peneliti membagi emosi ke dalam 4 zona warna, yaitu zona hitam, kuning, hijau, dan merah. Zona hitam merepresentasikan perasaan takut: tidak nyaman dan butuh fokus. Zona hijau untuk perasaan sedih: rendahnya energi dan motivasi untuk berpartisipasi. Zona kuning untuk perasaan senang: penuh perhatian dan merasa positif secara keseluruhan. Lalu zona merah untuk perasaan marah: penuh dengan emosi negatif dan mungkin akan bereaksi dengan kasar. Penyampaian dilakukan dengan sesi interaktif berupa tanya jawab, diskusi, dan permainan dengan bantuan visual *power point*.
- d. **Studi kasus**
Pada tahap ini, siswa diajak untuk bermain permainan berupa mengidentifikasi emosi berdasarkan situasi yang terjadi, lalu menganalisis regulasi emosi yang tepat untuk situasi tersebut dan membantu tokoh tersebut agar berada pada zona emosi yang baik, yaitu zona kuning.
- e. **Refleksi**
Sesi refleksi dilakukan dengan membuat kelompok kecil. Setiap kelompok terdiri dari 4-5 siswa dengan seorang pendamping. Sesi ini berbasis konseling kelompok, saling mengekspresikan emosi melalui bertukar cerita dan menenangkan satu sama lain. Hal ini sekaligus menjadi tempat untuk melihat sejauh mana pemahaman dan perasaan mereka setelah mengikuti rangkaian kegiatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilakukan selama 4 pertemuan, bertempat di ruang kelas 4 MI Walisongo Paesan 01. Penggunaan sesi interaktif dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat ini menunjukkan hasil yang positif terhadap peningkatan pengenalan dan mengekspresikan emosi serta kemampuan regulasi emosi pada siswa kelas 4 MI Walisongo Paesan 01. Media *power point* digunakan sebagai media belajar berbentuk slide dengan berisikan teks, gambar dan ilustrasi yang membuat para siswa lebih tertarik dan mudah memahami konsep yang disampaikan. Sesi berlangsung mencakup tahap perencanaan, asesmen awal, penyampaian materi mencakup aktivitas pengenalan emosi berdasarkan zona warna, dilanjut dengan studi kasus, dan refleksi.

Sebelum dilakukannya sesi penyampaian materi, peneliti melakukan asesmen dengan mengajukan pertanyaan, terkhusus terkait bagaimana cara mereka meregulasi emosi yang dirasakannya berdasarkan pertanyaan kasus yang diberikan. Rata-rata dari jawaban siswa masih banyak yang merasa bingung untuk mengekspresikan dan mengatur emosinya dalam kasus yang diberikan tersebut. Namun, setelah sesi interaktif berlangsung, terdapat peningkatan pemahaman dan partisipasi siswa dalam mengenali dan mengelola emosi. Misalnya, saat sesi studi kasus dan permainan, siswa dapat mengenali emosi yang dirasakan tokoh yang dicontohkan, menyebutkan penyebabnya, lalu membantu memberikan cara regulasi emosi yang tepat agar tokoh dapat berada di zona kuning yaitu zona emosi perasaan senang.

Selain itu, siswa juga berperan aktif dalam sesi permainan tebak zona warna emosi dan mewarnai sesuai dengan zona emosi. Saat sesi permainan ini, sebagian besar siswa mampu memahami pengelompokan emosi berdasarkan zona emosi serta cara regulasinya. Teknik regulasi emosi pada setiap zona emosi yaitu sebagai berikut:

- Zona hitam, merepresentasikan takut. Cara regulasi emosinya yaitu dengan cara ingat hal-hal yang membuat nyaman, tutup mata dan berhitung secara perlahan, dan ceritakan ke orang lain tentang apa yang kamu rasakan.

- Zona hijau, merepresentasikan sedih. Cara regulasi emosinya yaitu dengan cara ceritakan kepada teman, guru, atau keluarga, lakukan hal yang disukai, berolahraga, minum air putih, dan ingat bahwa sedih itu wajar dan akan berlalu.
- Zona kuning, merepresentasikan senang. Cara regulasi emosinya yaitu dengan cara gunakan energi positif itu untuk membantu orang lain, serta bersyukur dan nikmati momen bahagia,
- Zona merah, merepresentasikan marah. Cara regulasi emosinya yaitu dengan cara tarik napas dalam, hitung sampai 10 sebelum bereaksi, jauhkan diri dari situasi yang memicu kemarahan, dan bicarakan perasaan dengan tenang.

Dilanjutkan dengan sesi refleksi yang dilakukan dengan membuat kelompok kecil. Setiap kelompok terdiri dari 4-5 siswa dengan seorang pendamping. Sesi ini berbasis konseling kelompok, mengekspresikan emosi melalui saling bertukar cerita dan menenangkan satu sama lain. Pendamping memantik siswa untuk berbagi cerita terkait salah satu jenis emosi. Siswa bergiliran untuk bercerita, sembari siswa lainnya memberikan atensi dengan mendengarkan dan berempati. Setelahnya, pendamping akan bertanya kembali terkait regulasi emosi yang tepat untuk masing-masing cerita yang disampaikan tersebut. Dari hasil refleksi tersebut, didapatkan bahwa dalam satu kelompok, cenderung sebagian besar siswa sudah mampu memahami cara regulasi emosi yang baik.

Hambatan yang dialami dari kegiatan pemberdayaan masyarakat ini adalah satu minggu setelah kegiatan berlangsung, siswa diberikan pertanyaan kembali terkait regulasi emosi. Namun, didapatkan bahwa ada beberapa siswa belum sepenuhnya melaksanakan regulasi emosi dengan baik, sesuai dengan materi yang disampaikan sebelumnya.

Secara keseluruhan, sesi interaktif dengan metode pembelajaran *power point*, permainan, dan sesi refleksi terkait regulasi emosi dapat membantu siswa mengenal dan belajar meregulasi emosi dengan baik.



Gambar 1. *Pengenalan Kegiatan dan Asesmen Awal*



Gambar 2. *Proses Belajar*



Gambar 3. Papan Media Permainan Tebak Zona Warna



Gambar 4. Hasil Permainan Mewarnai Zona Warna Emosi

4. KESIMPULAN

Kemampuan siswa kelas 4 MI Walisongo Paesan 01 untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengendalikan emosi mereka meningkat sebagai hasil dari inisiatif pemberdayaan masyarakat yang dilaksanakan dengan menggunakan sesi interaktif tentang regulasi emosi. Kemampuan siswa untuk mengidentifikasi berbagai jenis emosi, menghubungkan emosi dengan keadaan tertentu, dan memberikan contoh regulasi emosi yang sesuai menunjukkan kemajuan. Pada sesi studi kasus, siswa dapat mengenali emosi yang dirasakan tokoh yang dicontohkan, menyebutkan penyebabnya, lalu membantu memberikan cara regulasi emosi yang tepat agar tokoh dapat berada di zona kuning yaitu zona emosi perasaan senang. Selain itu, sesi refleksi kelompok kecil memberikan siswa sebuah forum untuk mengekspresikan perasaan mereka dan mengasah keterampilan sosial dan empati mereka.

Namun, masih terdapat beberapa siswa belum menerapkan teknik regulasi emosi ke dalam kehidupan sehari-hari mereka, menurut hasil tindak lanjut satu minggu setelah pertemuan terakhir. Ini adalah kelemahan program, sehingga diperlukannya keberlanjutan dan penguatan materi melalui pengulangan, bimbingan guru yang rutin, atau keterlibatan sekolah dan keluarga lebih lanjut. Namun, kegiatan ini merupakan langkah awal yang signifikan dalam membantu anak-anak mengembangkan kesadaran emosional.

Kegiatan serupa dapat dikembangkan selanjutnya dengan memasukkan sesi yang berkelanjutan, melibatkan orang tua dan guru sebagai mitra aktif dalam proses peningkatan regulasi emosi, dan memberikan siswa akses ke media visual atau alat bantu lain yang dapat digunakan sendiri di luar jam pelajaran. Dengan cara ini, diharapkan kemampuan regulasi emosi dapat dilaksanakan dengan baik, secara teoritis maupun praktis, dan tertanam dalam kehidupan sehari-hari siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, R., & Nasution, M. I. P. (2024). Efektivitas Penggunaan Powerpoint Interaktif dalam Mendorong Kolaborasi dan Komunikasi Siswa pada Pembelajaran Agama Islam. *Jurnal Al-Qayyimah*, 7(2).
- Ahmad, A. T., Kasmir, A. L., Anriani, As'ad, F. S., & Maharani. (2023). Pelatihan Regulasi Emosi Sebagai Upaya Edukasi Mencegah Perilaku Agresivitas Pada Siswa/I Sekolah Dasar SDI Ar-Raafi' Kota Makassar. *Jurnal Kebajikan*, 01(04).
- Angeling, Mahadiva, T., Ghinarahima, C. N., Azzura, C. D., Idulfilastri, R. M., & Mrella, B. (2024). Flashcard : Pengenalan Jenis Dan Regulasi Emosi Pada Anak Usia Dini. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(3).
- Bitu, Y. S., Setiawi, A. P., Bili, F. G., Iriyani, S. A., & Patty, N. S. (2024). Pembelajaran Interaktif: Meningkatkan Keterlibatan dan Pemahaman Siswa. *Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 5(2).
- Mahmud, & Fajri, A. (2021). Strategi Pengendalian Emosi Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Mendukung Kecerdasannya. *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, 4(1).
- Martani, W. (2012). Metode Stimulasi dan Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Jurnal Psikologi*, 39(1).
- Mashar, R. (2011). *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*. Jakarta: Kencana.
- Metrotvnews. (2024). *Viral Aksi Bullying Siswi SMP di Sumsel: Korban Disuruh Sujud dan Cium Kaki*. <https://www.metrotvnews.com/read/kqYCx9D5-viral-aksi-bullying-siswi-smp-di-sumsel-korban-disuruh-sujud-dan-cium-kaki>
- Setyowati, E., & Permata, A. (2018). Service Learning: Mengintegrasikan Tujuan Akademik Dan Pendidikan Karakter Peserta Didik Melalui Pengabdian Kepada Masyarakat. *Bakti Budaya*, 1(2).
- Suarariau.id. (2024). *Gadis 13 Tahun di Siak Dirudapaksa Sejumlah Bocah SD-Siswa SMP selama Tiga Hari*. <https://riau.suara.com/read/2024/10/03/071900/gadis-13-tahun-di-siak-dirudapaksa-sejumlah-bocah-sd-siswa-smp-selama-tiga-hari?page=2>
- Syahadat, Y. M. (2013). Pelatihan Regulasi Emosi untuk Menurunkan Perilaku Agresif Pada Anak. *Humanitas*, 10(1).
- Tempo. (2024). *Pelajar di Malang Tewas Gantung Diri, Diduga Sakit Hati dengan Orang Tua*. <https://www.tempo.co/hukum/pelajar-di-malang-tewas-gantung-diri-diduga-sakit-hati-dengan-orang-tua-140>