

Menumbuhkan Kesejahteraan Psikologis Anak Panti Asuhan melalui Creative Play Therapy di Panti Asuhan Sonaf Maneka, Kota Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur

Gracianus Edwin Tue Lejap^{*1}, Enasely Mega Wenyi Rohi², Dhiu Margaretha³, Katarina Kewa Hekar⁴, Maria Dalya Naimuni⁵

¹²³⁴⁵Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Katolik Widya Mandira Kupang, Indonesia

*e-mail: edwinlejap1504@unwira.ac.id

Abstrak

Kesejahteraan emosional dan keterampilan sosial anak di panti asuhan menjadi aspek penting dalam mendukung perkembangan psikologis yang sehat. Di Panti Asuhan Sonaf Maneka, sebagian anak menunjukkan permasalahan seperti kesulitan mengekspresikan emosi, interaksi sosial yang terbatas, serta rendahnya kepercayaan diri dalam berkomunikasi dengan teman sebaya. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan ekspresi emosi dan interaksi sosial anak melalui pendekatan creative play therapy. Metode kegiatan dilaksanakan dalam bentuk sesi terapi bermain kreatif yang melibatkan 15 anak dengan durasi kegiatan selama 90 menit, yang terdiri dari tahap ice breaking, stimulasi emosional melalui musik, permainan kreatif, refleksi pengalaman, dan penutup. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan partisipasi anak dalam aktivitas kelompok, kemampuan menyebutkan dan mengekspresikan emosi dasar, serta interaksi sosial yang lebih aktif antar peserta. Dampak kegiatan bagi mitra terlihat dari perubahan perilaku anak yang menjadi lebih percaya diri, lebih kooperatif, dan lebih terbuka dalam berkomunikasi, sehingga kegiatan ini memberikan kontribusi positif dalam mendukung kesejahteraan emosional anak di lingkungan panti asuhan.

Kata kunci: anak, creative play therapy, kesejahteraan psikologis, panti asuhan

Abstract

The emotional well-being and social skills of children in orphanages are important aspects in supporting healthy psychological development. At Sonaf Maneka Orphanage, some children exhibit problems such as difficulty expressing emotions, limited social interaction, and low self-confidence in communicating with peers. This activity aims to improve children's ability to express emotions and engage in social interaction through a creative play therapy approach. The activity was carried out in the form of creative play therapy sessions involving 15 children, with a duration of 90 minutes. The sessions consisted of several stages, including ice breaking, emotional stimulation through music, creative games, reflection on experiences, and closing activities. The results of the activity indicate an increase in children's participation in group activities, their ability to identify and express basic emotions, and more active social interaction among participants. The impact of the activity for the partner institution can be seen in changes in children's behavior, as they became more confident, more cooperative, and more open in communication. Thus, this activity provides a positive contribution to supporting the emotional well-being of children in the orphanage environment.

Keywords: Psychological well-being, children, orphanage, creative play therapy.

1. PENDAHULUAN

Kondisi psikologis anak yang tinggal di panti asuhan umumnya berbeda dengan anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang utuh. Ketiadaan figur orang tua atau terbatasnya kehadiran dukungan keluarga dapat memengaruhi pemenuhan kebutuhan emosional anak, sehingga berdampak pada perkembangan kepercayaan diri, kestabilan emosi, serta kemampuan membangun rasa aman terhadap lingkungan sosial (Filinkova & Kovalev, 2021). Dalam jangka panjang, keterbatasan dukungan emosional tersebut berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan psikososial, seperti perasaan rendah diri, kesulitan mengekspresikan emosi, serta hambatan dalam menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Kondisi ini menunjukkan bahwa

permasalahan yang dihadapi anak panti asuhan tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan material, tetapi juga menyentuh aspek psikologis yang lebih mendalam. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa anak yatim piatu sering menghadapi berbagai tantangan psikologis, sosial, dan ekonomi yang saling berkaitan, bahkan dapat memengaruhi proses pendidikan dan perkembangan kehidupannya secara keseluruhan (Alem, 2020; Melania & Yusri, 2024).

Salah satu lembaga pengasuhan yang berperan dalam memberikan perlindungan dan pembinaan bagi anak-anak yang kehilangan pengasuhan keluarga adalah Panti Asuhan Sonaf Maneka yang berlokasi di Kota Kupang. Panti ini menampung sekitar 110 anak dengan rentang usia 8–17 tahun yang berasal dari berbagai latar belakang sosial ekonomi, seperti anak yatim, piatu, yatim piatu, maupun anak dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi sehingga tidak memperoleh pengasuhan optimal di lingkungan keluarga. Selain menyediakan kebutuhan dasar seperti tempat tinggal, pendidikan, dan pembinaan karakter, panti asuhan juga berupaya menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan sosial dan emosional anak-anak asuh.

Meskipun demikian, hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian anak masih menghadapi berbagai permasalahan psikososial. Beberapa anak terlihat mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara terbuka, cenderung menarik diri dalam interaksi kelompok, serta menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang relatif rendah ketika berkomunikasi dengan teman sebaya. Temuan ini mengindikasikan bahwa pemenuhan kebutuhan dasar saja belum sepenuhnya mampu menjawab kebutuhan psikologis anak, sehingga diperlukan pendekatan yang lebih partisipatif dan suportif. Dalam konteks ini, peran pengasuh menjadi sangat penting karena mereka berfungsi sebagai figur pengganti orang tua yang memberikan dukungan emosional, rasa aman, serta rasa memiliki bagi anak-anak (Rahayu et al., 2024). Kehadiran pengasuh yang responsif dan empatik dapat membantu meminimalkan dampak kehilangan serta mendukung pembentukan kepercayaan diri dan hubungan sosial yang lebih positif.

Dalam praktik pengasuhan di panti asuhan, pengasuh umumnya menerapkan berbagai rutinitas yang terstruktur guna membantu anak mengembangkan disiplin diri dan tanggung jawab personal. Rutinitas tersebut tidak hanya berfungsi untuk menciptakan keteraturan dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga membantu anak memahami pentingnya pengelolaan waktu dan tanggung jawab sosial (Putri et al., 2024; Mutiasari & Yarni, 2023). Selain itu, rutinitas yang konsisten dapat memberikan rasa aman dan prediktabilitas bagi anak-anak yang sebelumnya mengalami kehilangan atau ketidakstabilan dalam kehidupan keluarga. Namun demikian, meskipun sistem pengasuhan telah berjalan secara terstruktur, anak-anak panti asuhan masih berpotensi mengalami keterbatasan dalam aspek emosional, intelektual, maupun sosial. Kondisi tersebut dapat berdampak pada rendahnya kemampuan pengaturan diri, munculnya penilaian diri yang negatif, perilaku agresif, hingga berbagai permasalahan kesehatan mental (Reddy & Salam, 2023). Oleh karena itu, pendekatan pengasuhan di panti asuhan tidak hanya perlu berfokus pada kedisiplinan dan pemenuhan kebutuhan dasar, tetapi juga perlu memperhatikan kebutuhan afeksi, komunikasi interpersonal, serta penguatan identitas diri anak.

Dalam perspektif perkembangan remaja, kesejahteraan psikologis menjadi aspek penting yang mendukung kemampuan individu dalam menerima kondisi hidupnya dan beradaptasi dengan berbagai tantangan perkembangan (Lestari et al., 2024). Remaja yang tinggal di panti asuhan sering kali menghadapi pengalaman kehilangan, keterbatasan dukungan keluarga inti, serta tuntutan kemandirian yang lebih dini dibandingkan remaja pada umumnya. Apabila kondisi tersebut tidak diimbangi dengan dukungan psikososial yang memadai, maka dapat memengaruhi cara mereka memandang diri sendiri maupun lingkungannya. Kesejahteraan psikologis tidak hanya merujuk pada ketiadaan gangguan mental, tetapi juga mencakup kemampuan menerima diri, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, tujuan hidup, serta kesempatan untuk berkembang secara personal (Patel & Chaudhari, 2025). Remaja dengan kesejahteraan psikologis yang baik cenderung lebih mampu mengelola stres, membangun relasi sosial yang sehat, serta menunjukkan optimisme dalam merencanakan masa depan. Oleh karena itu, panti asuhan memiliki peran strategis dalam

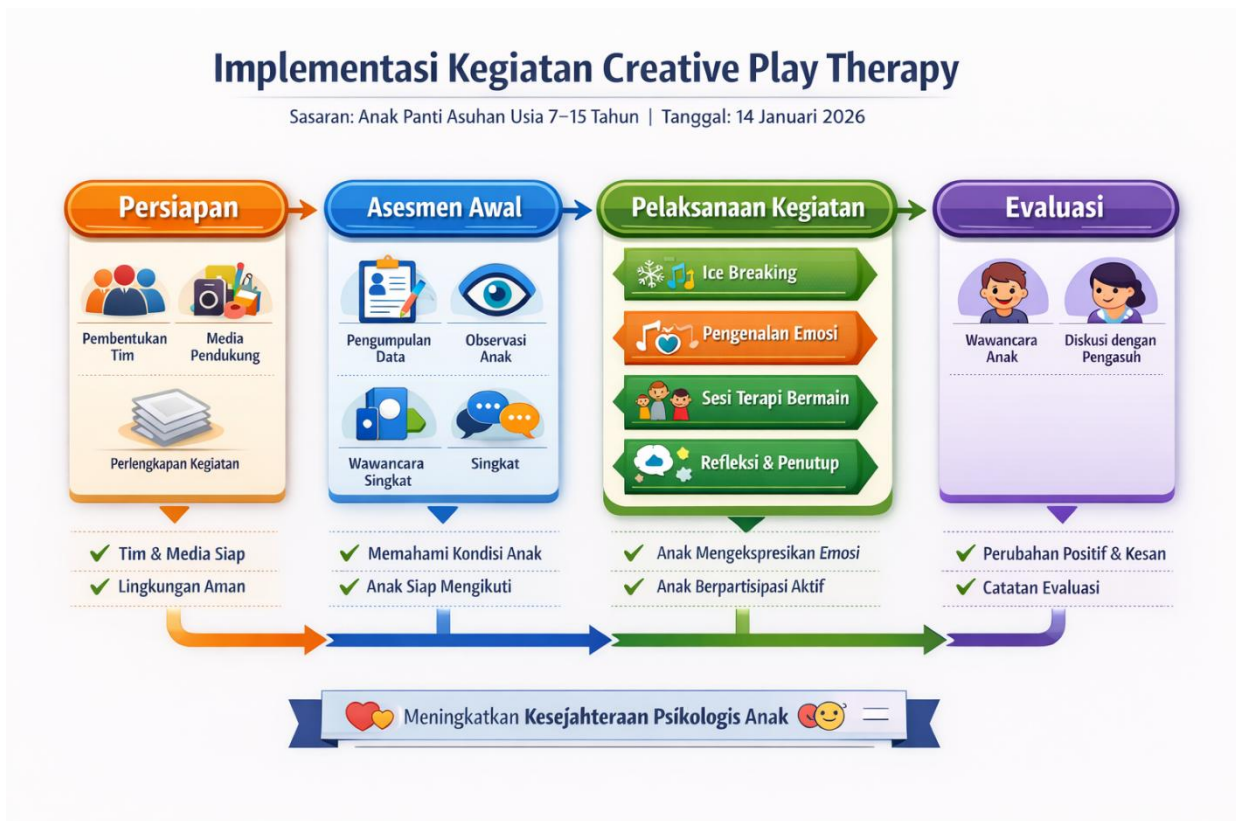
menyediakan lingkungan yang aman, suportif, dan empatik sebagai faktor protektif bagi perkembangan emosional dan sosial remaja (Suryaningsih et al., 2022).

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mendukung perkembangan emosional dan keterampilan sosial anak adalah creative play therapy. Pendekatan ini memanfaatkan aktivitas bermain yang kreatif sebagai media bagi anak untuk mengekspresikan emosi, meningkatkan kepercayaan diri, serta membangun interaksi sosial yang lebih positif. Melalui kegiatan yang menyenangkan dan interaktif, anak dapat belajar mengenali dan mengelola emosi, bekerja sama dengan teman sebaya, serta mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal secara lebih adaptif.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam kegiatan ini adalah: (1) bagaimana kondisi kesejahteraan emosional dan keterampilan sosial anak di Panti Asuhan Sonaf Maneka; dan (2) bagaimana penerapan kegiatan creative play therapy dapat membantu meningkatkan kemampuan ekspresi emosi dan interaksi sosial anak-anak di panti asuhan. Sejalan dengan rumusan masalah tersebut, tujuan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini adalah untuk meningkatkan kesejahteraan emosional, kemampuan mengekspresikan emosi, serta keterampilan interaksi sosial anak-anak di Panti Asuhan Sonaf Maneka melalui penerapan kegiatan creative play therapy sebagai media pengembangan psikososial yang partisipatif, kreatif, dan menyenangkan.

2. METODE

Kegiatan dilaksanakan di Panti Asuhan Sonaf Maneka, Kota Kupang, NTT. Sasaran kegiatan adalah anak panti asuhan dengan jumlah 15 anak dengan rentang usia 7-15 tahun. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 14 Januari 2026 dan dilalui dalam beberapa tahapan yang dijelaskan pada gambar 1 dan tabel 1.



Gambar 1. Skema alur kegiatan

Tabel 1. Tahapan Kegiatan

Tahap Kegiatan	Aktivitas Utama	Deskripsi Implementasi	Durasi	Indikator Keberhasilan
Persiapan	Pembentukan tim dan penyediaan media	Tim kegiatan dibentuk dan menyiapkan media pendukung seperti speaker kecil dengan musik instrumental lembut, kartu bergambar, kartu emosi, serta kertas kosong untuk kegiatan menggambar. Persiapan dilakukan untuk memastikan kegiatan berjalan aman, tertata, dan sesuai kebutuhan anak panti.	Sebelum kegiatan	a. Seluruh media dan alat tersedia b. Tim memahami peran masing-masing c. Lingkungan kegiatan siap digunakan
Asesmen awal	Pengumpulan data dan observasi awal	Tim melakukan pengumpulan data dasar mengenai identitas anak, observasi terhadap respons emosional dan interaksi sosial anak di lingkungan panti, wawancara dengan pengasuh mengenai kebiasaan anak, serta wawancara singkat yang ramah anak untuk mengetahui kesiapan mengikuti kegiatan.	±20–30 menit	a. Data dasar anak terkumpul b. Tim memahami kondisi emosional awal anak c. Anak menunjukkan kesiapan mengikuti kegiatan
Pelaksanaan Kegiatan	Pembukaan dan ice breaking	Kegiatan diawali dengan pembukaan dan ice breaking untuk menciptakan suasana yang aman, nyaman, serta meningkatkan kepercayaan diri anak sebelum mengikuti kegiatan inti.	10 menit	a. Anak mulai aktif berpartisipasi b. Suasana kelompok menjadi lebih cair dan nyaman
	Aktivitas pengenalan emosi	Anak mengikuti aktivitas musik atau naratif pembuka yang bertujuan memperkenalkan konsep emosi serta membantu anak memusatkan perhatian pada kegiatan.	15 menit	a. Anak mampu mengenali atau menyebutkan emosi sederhana b. Anak fokus pada aktivitas yang dilakukan
	Sesi terapi bermain kreatif	Anak mengikuti sesi inti berupa eksplorasi musik, permainan ritme, cerita interaktif, drama boneka, atau kombinasi aktivitas musik-naratif yang bertujuan membantu anak mengekspresikan perasaan serta melatih keterampilan sosial-emosional.	40 menit	a. Anak menunjukkan keberanian mengekspresikan perasaan b. Anak berinteraksi dengan teman sebaya c. Anak terlibat aktif dalam permainan

	Sesi refleksi	Anak diajak berbagi pengalaman selama kegiatan, memahami makna kegiatan, serta menyebutkan emosi yang mereka rasakan.	15 menit	a. Anak mampu menceritakan pengalaman selama kegiatan b. Anak dapat menyebutkan emosi yang dirasakan
	Penutup	Fasilitator memberikan rangkuman kegiatan, apresiasi terhadap partisipasi anak, serta membantu anak kembali ke aktivitas harian dengan suasana hati yang lebih positif.	10 menit	a. Anak terlihat lebih tenang dan nyaman b. Anak menunjukkan respons positif terhadap kegiatan
Evaluasi	Evaluasi reflektif kualitatif	Evaluasi dilakukan melalui wawancara singkat dengan anak dan pengasuh panti untuk mengetahui kesan, pengalaman, serta perubahan emosional yang dirasakan setelah kegiatan. Hasilnya dianalisis secara deskriptif sebagai gambaran efektivitas program.	Setelah kegiatan	a. Anak menyampaikan pengalaman positif b. Pengasuh melihat perubahan interaksi atau emosi anak c. Tersusun catatan evaluasi program

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, tim pelaksana dibentuk secara terstruktur dengan pembagian tugas yang jelas guna memastikan kegiatan berjalan tertib, aman, dan sesuai kebutuhan anak panti. Tim menyiapkan berbagai media pendukung seperti speaker kecil dengan musik instrumental lembut, kartu bergambar, kartu emosi, serta kertas kosong untuk aktivitas menggambar. Ketersediaan media ini mendukung terciptanya suasana yang kondusif dan aman secara emosional, yang merupakan prasyarat penting dalam intervensi berbasis bermain. Persiapan yang matang membantu menciptakan lingkungan terapeutik yang hangat dan mendukung eksplorasi emosi anak.

Selain itu, tim juga melakukan koordinasi awal dengan pengelola panti untuk mengidentifikasi karakteristik dan kebutuhan khusus anak-anak yang akan terlibat dalam kegiatan. Langkah ini bertujuan agar pendekatan yang digunakan lebih tepat sasaran dan sensitif terhadap latar belakang pengalaman masing-masing anak. Tim turut menyusun alur kegiatan secara rinci, termasuk skenario *ice breaking*, transisi antaraktivitas, serta strategi pendampingan apabila muncul respons emosional yang kuat. Upaya persiapan yang komprehensif ini memberikan dampak positif terhadap kelancaran pelaksanaan kegiatan, karena anak-anak merasa lebih nyaman, diterima, dan dihargai sejak awal interaksi (Silva et al, 2023). Dengan demikian, tahap persiapan tidak hanya berfungsi sebagai langkah teknis, tetapi juga menjadi fondasi penting dalam membangun kepercayaan (*trust building*) dan meningkatkan efektivitas keseluruhan program pengabdian.

Sebagai bagian akhir dari tahap persiapan, tim juga melakukan simulasi singkat untuk memastikan setiap anggota memahami peran dan alur kegiatan secara menyeluruh. Evaluasi internal dilakukan guna mengantisipasi potensi kendala teknis maupun dinamika kelompok

yang mungkin muncul selama pelaksanaan. Dengan adanya gladi bersih ini, tim menjadi lebih siap dan responsif dalam menghadapi berbagai situasi, sehingga kegiatan dapat berlangsung lebih efektif, terarah, dan tetap berfokus pada kebutuhan emosional anak-anak.

3.2. Tahap Asesmen

Tahap asesmen dilakukan untuk memahami kondisi psikologis dan kebutuhan masing-masing anak. Tim mengumpulkan data dasar meliputi identitas, riwayat keluarga, kesehatan, serta perilaku sehari-hari. Observasi awal menunjukkan bahwa beberapa anak memperlihatkan kecenderungan menarik diri dan kesulitan mengekspresikan emosi secara verbal. Wawancara dengan pengasuh mengungkapkan adanya variasi dalam pola adaptasi anak terhadap lingkungan panti, terutama pada anak yang baru masuk. Wawancara singkat yang dilakukan secara ramah anak membantu menggali perasaan serta kesiapan mereka mengikuti kegiatan. Proses asesmen ini sejalan dengan prinsip intervensi psikososial yang menekankan pentingnya pemahaman konteks individu sebelum pelaksanaan program. Lebih lanjut, tim juga menggunakan pendekatan observasi partisipatif untuk melihat dinamika interaksi anak dengan teman sebaya, termasuk pola bermain, respons terhadap arahan, serta kemampuan bekerja sama.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara sederhana untuk memetakan kebutuhan emosional, sosial, dan perkembangan setiap anak. Hasil pemetaan ini menjadi dasar dalam menentukan strategi pendekatan, penyesuaian metode bermain, serta tingkat pendampingan yang diperlukan selama kegiatan berlangsung. Melalui asesmen yang komprehensif dan sensitif terhadap kondisi anak, tim dapat meminimalkan potensi risiko, seperti munculnya kecemasan atau resistensi terhadap aktivitas. Tahap ini juga berperan penting dalam membangun rasa aman dan kepercayaan, karena anak merasa diperhatikan secara personal. Dengan demikian, asesmen tidak hanya menjadi tahap pengumpulan data, tetapi juga merupakan bagian integral dari proses intervensi yang berorientasi pada kebutuhan dan kesejahteraan anak secara menyeluruh.

3.3. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap pelaksanaan kegiatan berlangsung selama 90 menit dan dirancang secara bertahap untuk mendukung kenyamanan psikologis serta partisipasi aktif anak. Rangkaian kegiatan meliputi sesi pembukaan, aktivitas stimulasi emosional melalui musik, terapi bermain kreatif, refleksi pengalaman, dan penutupan. Pada tahap awal, kegiatan diawali dengan ice breaking selama 10 menit untuk membangun suasana yang aman dan menyenangkan. Hasil observasi menunjukkan bahwa pada awal kegiatan sebagian anak tampak pasif dan cenderung mengamati terlebih dahulu sebelum terlibat aktif. Namun setelah sesi ice breaking berlangsung, anak mulai menunjukkan peningkatan interaksi sosial seperti tersenyum, berbicara dengan teman sebaya, serta mengikuti arahan fasilitator dengan lebih antusias.

Selanjutnya, sesi musik dan naratif pembuka selama 15 menit bertujuan membantu anak mengenali dan menamai emosi dasar. Melalui stimulasi musik instrumental lembut, anak diajak menghubungkan pengalaman emosional dengan cerita sederhana. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebagian besar anak mulai mampu menyebutkan emosi seperti senang, sedih, dan marah ketika mendengarkan musik tertentu. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran emosional (*emotional awareness*). Sesi inti berlangsung selama 40 menit dengan pendekatan *creative play therapy* yang melibatkan permainan ritme, eksplorasi musik, cerita interaktif. Selama kegiatan berlangsung, anak menunjukkan partisipasi yang semakin aktif. Beberapa anak yang sebelumnya terlihat pendiam mulai berani berbicara dan berpartisipasi dalam permainan kelompok. Selain itu, interaksi sosial antar anak juga meningkat, terlihat dari perilaku saling menanggapi cerita teman, bekerja sama dalam permainan, serta menunjukkan empati terhadap pengalaman yang dibagikan.

Sesi refleksi selama 15 menit memberikan kesempatan bagi anak untuk mengungkapkan perasaan yang muncul selama kegiatan. Anak-anak mampu mengidentifikasi emosi seperti senang, lega, dan tenang setelah mengikuti rangkaian aktivitas. Beberapa anak juga mulai

mengaitkan perasaan tersebut dengan pengalaman sehari-hari di lingkungan panti. Kegiatan ditutup dengan sesi penutup selama 10 menit yang berisi rangkuman kegiatan dan pemberian apresiasi terhadap partisipasi anak. Penguatan positif yang diberikan oleh fasilitator membantu meningkatkan rasa percaya diri anak serta memperkuat pengalaman positif selama kegiatan. Secara keseluruhan, pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan creative play therapy dapat menciptakan suasana belajar emosional yang aman dan menyenangkan, sehingga anak lebih mudah mengekspresikan perasaan, berinteraksi dengan teman sebaya, serta mengembangkan keterampilan sosial-emosional secara bertahap.



Gambar 2. Ice breaking dan momen pengenalan



Gambar 3. Sesi musik dan naratif



Gambar 4. Sesi inti



Gambar 5. Sesi reflektif

3.3. Tahap Evaluasi Kegiatan

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan dalam meningkatkan kesejahteraan emosional dan interaksi sosial anak. Evaluasi dilakukan melalui tiga metode, yaitu observasi selama kegiatan, refleksi verbal anak, serta umpan balik dari pengasuh panti. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan positif pada beberapa aspek perilaku dan emosional anak. Sebelum kegiatan dimulai, sebagian anak terlihat cenderung pasif, kurang berinteraksi, serta kesulitan mengungkapkan perasaan secara verbal. Setelah mengikuti kegiatan creative play therapy, anak menunjukkan peningkatan dalam kemampuan mengekspresikan emosi, partisipasi dalam aktivitas kelompok, serta interaksi sosial dengan teman sebaya.

Diskusi reflektif yang dilakukan pada akhir kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar anak menyatakan merasa lebih bahagia, lebih tenang, dan senang dapat bermain serta berbagi pengalaman bersama teman-temannya. Proses relaksasi pada akhir kegiatan juga membantu anak mengakhiri aktivitas secara emosional stabil. Umpan balik dari pengasuh panti menunjukkan bahwa setelah kegiatan berlangsung, beberapa anak terlihat lebih kooperatif, lebih mudah diarahkan, serta menunjukkan perilaku sosial yang lebih positif seperti mengajak teman bermain dan berkomunikasi secara lebih terbuka. Anak yang sebelumnya cenderung menyendiri mulai lebih aktif mengikuti aktivitas kelompok. Untuk memperkuat evaluasi, tim juga menyusun indikator perubahan perilaku yang diamati selama kegiatan berlangsung. Indikator ini digunakan sebagai dasar untuk melihat perbandingan kondisi sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 2. Evaluasi Kegiatan

No	Indikator	Sebelum Kegiatan	Sesudah Kegiatan	Perubahan
1	Ekspresi emosi	Anak kesulitan menyebutkan perasaan	Anak mampu menyebutkan emosi seperti senang, sedih, lega	Meningkat
2	Partisipasi kegiatan	Sebagian anak pasif dan hanya mengamati	Anak mulai aktif mengikuti permainan dan diskusi	Meningkat
3	Interaksi sosial	Interaksi antar anak masih terbatas	Anak lebih sering berbicara dan bermain bersama	Meningkat
4	Kepercayaan diri	Beberapa anak enggan berbicara	Anak mulai berani menyampaikan pendapat	Meningkat
5	Regulasi emosi	Anak mudah terlihat tegang atau diam	Anak terlihat lebih rileks dan stabil secara emosional	Meningkat

Pelaksanaan kegiatan *creative play therapy* menunjukkan adanya peningkatan pada aspek ekspresi emosi, partisipasi aktivitas, serta interaksi sosial anak. Hasil observasi menunjukkan bahwa pada awal kegiatan sebagian anak cenderung pasif dan hanya mengamati, namun setelah mengikuti rangkaian aktivitas seperti permainan musik, cerita interaktif, anak mulai lebih aktif berpartisipasi serta mampu menyebutkan emosi yang mereka rasakan seperti senang, sedih, dan lega. Perubahan ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain kreatif mampu menciptakan lingkungan yang aman dan menyenangkan sehingga anak lebih mudah mengekspresikan emosi serta membangun hubungan sosial dengan teman sebaya.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan temuan dari Safari & Abbaszadeh, (2024) yang menyatakan bahwa *creative play therapy* efektif dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi dan keterampilan sosial anak. Penelitian sebelumnya oleh Ahmed et al., (2023) menunjukkan bahwa aktivitas bermain yang melibatkan unsur kreativitas, musik, dan narasi dapat membantu anak memahami serta mengekspresikan perasaan secara lebih sehat. Dengan demikian, hasil kegiatan ini memperkuat temuan dalam literatur bahwa pendekatan terapi bermain tidak hanya meningkatkan kesejahteraan emosional anak, tetapi juga mendorong perkembangan interaksi sosial dan kepercayaan diri secara bertahap.

4. KESIMPULAN

Kegiatan *creative play therapy* menunjukkan dampak positif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak, yang terlihat dari meningkatnya kemampuan anak dalam mengekspresikan emosi, berpartisipasi dalam aktivitas kelompok, serta menjalin interaksi yang lebih aktif dengan teman sebaya. Pendekatan bermain kreatif melalui musik, cerita, dan permainan interaktif juga mampu menciptakan suasana yang aman dan menyenangkan sehingga anak menjadi lebih percaya diri, lebih kooperatif, dan lebih terbuka dalam berkomunikasi. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan berbasis terapi bermain dapat menjadi strategi yang efektif untuk mendukung kesejahteraan emosional anak. Oleh karena itu, program serupa direkomendasikan untuk dilaksanakan secara berkala dengan melibatkan pengasuh atau pendidik agar pendekatan ini dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam kegiatan sehari-hari anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada tim pelaksana *therapy* dari program studi bimbingan dan konseling yang telah membantu pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan di panti asuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, S., Khan, D. S., & Mehmood, A. S. (2023). Let Them Play A Systematic Review Investigating the Benefits of Free Play in Emotional Development of Children. *Academy of Education and Social Sciences Review*, 3(4), 509–520. <https://doi.org/10.48112/aessr.v3i4.660>
- Alem, S. K. (2020). Investigating psychosocial problems of orphan children in primary schools. *Journal of Pedagogical Research*, 4(1), 46–56. <http://dx.doi.org/10.33902/JPR.2020058810>
- Damanik, R., Syapitri, H., & Siregar, L. M. (2021). Aplikasi Terapi Kognitif melalui Bermain pada Anak Usia 3-5 Tahun di Panti Asuhan Terimakasih Abadi. *Jukeshum: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 112–118. <https://doi.org/10.51771/jukeshum.v1i2.69>
- Fen, L. X., & Johari, K. S. K. (2024). Exploring Mental Health among Orphaned Children. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 14(5), 716–727. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v14-i5/21594>
- Filinkova, E. B., & Kovalev, P. A. (2021). Psychological Well-Being of Orphaned Children and Children Who Left without Parental Care in the Conditions of a Children's Health Camp. *Social Psychology and Society*, 12(2), 94–109. <https://doi.org/10.17759/SPS.2021120206>
- Melani, M., & Yusri, F. (2024). Mengatasi Kekurangan Kasih Sayang di Panti Asuhan Hanifa III Kampuang. *Dewantara: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(1), 109–115. <https://doi.org/10.30640/dewantara.v3i1.2100>
- Li, J. (2024). What Factors Impact the Psychological Health Development of Children in Orphanages? *SHS Web of Conferences 200 , 02019 (2024) SESS 2024, 02019*. <https://doi.org/10.1051/shsconf/202420002019>
- Lestari, I., Hafnidar, Astuti, W., & Mazrura, L. (2024). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) pada Remaja Panti Asuhan Raudhatul Amal di Idi Rayeuk. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(4), 854–866.
- Mutiasari, H., & Yarni, L. (2023). Upaya pengasuh dalam mengembangkan perilaku disiplin anak panti asuhan aisyiyah maninjau. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Sosial, Politik Dan Humaniora (JURRISH)*, 2(1). <https://doi.org/10.55606/jurrish.v2i1.694>
- Patel, K., & Chaudhari, P. (2025). *The Interconnection of Psychological Well-Being and Mental Health: A Comprehensive Review. International Journal of Scientific Research In Humanities and Social Sciences*, 2(2), 10–12. <https://doi.org/10.32628/ijsrhss25223>
- Putri, S. A. E., Rahmi, A., & Erita, J. (2024). Peran Pengasuh Panti Asuhan dalam Membina Disiplin Diri Anak-Anak Panti Asuhan Muhammadiyah Cab Guguak II Sri Astuti Eka Putri. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(2). <https://doi.org/10.54066/jupendis.v2i2.1471>
- Purwaningtyastuti, Savitri, A. D., & Pratiwi, M. M. S. (2024). Meningkatkan Pemahaman Interaksi Sosial dengan Metode Permainan pada Anak Panti Asuhan. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(6), 973–977. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i6.6664>
- Rahayu, D., Elviana, E., & Desfira, E. (2024). Peran Pengasuh dalam Membina Perilaku Sosial Anak pada Panti Asuhan Annur Pasanehan Dini Rahayu Elviana Elviana Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Sosial, Bahasa dan Pendidikan*, 4(1). <https://doi.org/10.55606/cendekia.v4i1.2406>
- Reddy, M. R. (2023). A Cross Sectional Study on Behavioural Pattern and Its Association with Various Factors among Children Living in Orphanages in Chitradurga, Karnataka, India. (2023). *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 14(2), 155–160. <https://doi.org/10.37506/ijphrd.v14i2.19088>
- Safari, P., & Abbaszadeh, P. (2024). *The Effectiveness of Attachment-Based Play Therapy on Parent-Child Relationship and Emotional Regulation in Children with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder*. 1(3), 268–283. <https://doi.org/10.61838/qecp.175>

- Silva, A. A. M., Lamar, A. C. P., Santos, C., & Almeida, I. P. de. (2023). Welcome and adaptation of the child in the daycare center. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 9(7), 252–275. <https://doi.org/10.51891/rease.v9i7.10563>
- Suryaningsih, C., Hani Putri Utami, I. ., & Imelisa, R. (2022). Coping Strategies of Adolescents in Orphanages. *KnE Medicine*, 2(2), 161–178. <https://doi.org/10.18502/kme.v2i2.11079>