



PSIKOEDUKASI KETERAMPILAN SOSIAL-EMOSIONAL MELALUI PERMAINAN ULAR TANGGA EDUKATIF PADA PENGUNJUNG RUANG PUBLIK

Theresia Widyastuti¹, Sabrina Haryadi², Clara Marselina³, Samuel Parlinggoman Sihombing⁴,
Vanessa Kristiani⁵, Januarsyah Saputra⁶

¹Universitas Katolik Musi Charitas, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

²Universitas Katolik Musi Charitas, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

³Universitas Katolik Musi Charitas, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

⁴Universitas Katolik Musi Charitas, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

⁵Universitas Katolik Musi Charitas, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

⁶Universitas Katolik Musi Charitas, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

Correspondent Email : tuti.widi788@gmail.com Authors Email: sabrinahrd.12@gmail.com,
claramarselina7@gmail.com, fsamuelpsihombing376@gmail.com, fanessnesa01@gmail.com,
saputranuanasyah@gmail.com

ABSTRACT. Social-emotional skills are essential competencies that enable individuals to recognize, regulate, and express emotions while fostering positive interpersonal relationships. Developing these skills requires engaging and participatory learning approaches that actively involve participants. This community service activity aimed to improve the understanding of social-emotional skills among visitors to public spaces in Palembang City through an educational snakes and ladders game. The activity involved 50 participants and was conducted over two months through four stages: preparation, pre-test, psychoeducation using the educational snakes and ladders game, and post-test. The game was modified by incorporating questions and challenges related to emotional awareness, empathy, communication, self-regulation, and teamwork. The evaluation results indicated positive responses from participants, with increased understanding of the game-based learning process, active participation throughout the activity, and high enthusiasm toward the psychoeducation program. The educational snakes and ladders game proved to be an interactive and enjoyable psychoeducational medium that supported the development of participants' social-emotional skills. This activity also demonstrates the potential of educational games as an alternative psychoeducational approach in community service programs.

Keywords: Social-Emotional Skills, Psychoeducation, Educational Snakes And Ladders Game, Public Spaces.

ABSTRAK. Keterampilan sosial-emosional merupakan kemampuan penting yang membantu individu mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi serta membangun hubungan sosial yang positif. Pengembangan keterampilan tersebut memerlukan metode pembelajaran yang menarik dan partisipatif agar peserta terlibat secara aktif dalam proses belajar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman keterampilan sosial-emosional pada pengunjung ruang publik di Kota Palembang melalui permainan ular tangga edukatif. Kegiatan melibatkan 50 peserta yang dilaksanakan selama dua bulan melalui empat tahapan, yaitu persiapan, *pre-test*, pelaksanaan psikoedukasi menggunakan permainan ular tangga edukatif, dan *post-test*. Permainan dimodifikasi dengan pertanyaan dan tantangan yang berfokus pada pengenalan emosi, empati, komunikasi, pengendalian diri, dan kerja sama. Hasil evaluasi menunjukkan adanya respons positif peserta yang ditandai dengan meningkatnya pemahaman terhadap pembelajaran berbasis permainan, partisipasi aktif selama kegiatan berlangsung, serta antusiasme yang tinggi terhadap program psikoedukasi. Permainan ular tangga edukatif terbukti menjadi media psikoedukasi yang interaktif dan menyenangkan dalam mendukung pengembangan keterampilan sosial-emosional peserta. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa permainan edukatif berpotensi menjadi salah satu alternatif media psikoedukasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Kata Kunci: Keterampilan Sosial-Emosional, Psikoedukasi, Permainan Ular Tangga Edukatif, Ruang Publik.

Article History

Submission: 07-07-2026

Revised: 08-07-2026

Accepted: 08-07-2026

Published: 08-07-2026

PENDAHULUAN

Keterampilan sosial-emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi, membangun hubungan yang positif dengan orang lain,

menunjukkan empati, serta mengambil keputusan secara bertanggung jawab. Menurut Goleman (1995), keterampilan sosial-emosional merupakan bagian dari kecerdasan emosional yang berperan penting dalam membantu individu mengenali emosi diri, mengendalikan emosi, memotivasi diri, memahami perasaan orang lain, dan membangun hubungan interpersonal yang sehat. Selain itu, kerangka Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL, 2020) menjelaskan bahwa keterampilan sosial-emosional mencakup lima kompetensi utama, yaitu *self-awareness*, *self-management*, *social awareness*, *relationship skills*, dan *responsible decision-making*. Pentingnya pengembangan keterampilan sosial-emosional juga didukung oleh Mayer, Caruso, dan Salovey (2020) yang menjelaskan bahwa kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi merupakan bagian dari *emotional intelligence* yang berkontribusi terhadap kemampuan individu dalam beradaptasi, membangun hubungan interpersonal, dan menyelesaikan berbagai permasalahan dalam kehidupan sehari-hari.

Kompetensi tersebut menjadi fondasi penting bagi individu dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial dan menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Namun demikian, pengembangan keterampilan sosial-emosional di masyarakat masih menghadapi berbagai tantangan. Kegiatan edukasi sering kali disampaikan melalui metode ceramah sehingga peserta lebih banyak menerima informasi secara pasif dan kurang memiliki kesempatan untuk mempraktikkan keterampilan yang dipelajari. Padahal, menurut Bandura (1986) individu mempelajari perilaku sosial melalui proses mengamati, meniru, dan memperoleh pengalaman langsung dari lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, proses pembelajaran akan lebih efektif apabila peserta terlibat secara aktif dalam kegiatan yang mendorong interaksi, komunikasi, kerja sama, dan refleksi terhadap pengalaman yang diperoleh selama proses belajar. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan sosial-emosional adalah psikoedukasi melalui media permainan edukatif. Selain itu, Durlak, Mahoney, dan Boyle (2022) menjelaskan bahwa program pembelajaran sosial-emosional yang dilaksanakan secara aktif dan partisipatif mampu meningkatkan kompetensi sosial, kemampuan mengelola emosi, perilaku prososial, serta kesejahteraan psikologis peserta. Oleh karena itu, penggunaan metode pembelajaran yang melibatkan partisipasi aktif menjadi salah satu strategi yang efektif dalam mengembangkan keterampilan sosial-emosional. Lebih lanjut, Cipriano et al. (2023) menyatakan bahwa pembelajaran sosial-emosional perlu dikembangkan tidak hanya di lingkungan sekolah, tetapi juga pada berbagai konteks kehidupan masyarakat melalui kegiatan yang bersifat partisipatif dan kontekstual. Dengan demikian, ruang publik dapat dimanfaatkan

sebagai salah satu media pelaksanaan psikoedukasi yang mampu menjangkau masyarakat secara lebih luas.

Permainan ular tangga edukatif dapat dimodifikasi dengan berbagai pertanyaan dan tantangan yang berkaitan dengan pengenalan emosi, empati, komunikasi, kerja sama, serta pengendalian diri sehingga peserta tidak hanya bermain, tetapi juga belajar melalui pengalaman secara langsung. Menurut Kolb (1984), pembelajaran akan menjadi lebih bermakna ketika individu memperoleh pengalaman nyata, melakukan refleksi, membangun konsep, kemudian menerapkannya kembali dalam situasi lain. Pendekatan tersebut menjadikan permainan edukatif sebagai media yang mampu menghubungkan konsep psikologi dengan pengalaman peserta selama kegiatan berlangsung. Selain itu, Vygotsky(1978) menjelaskan bahwa interaksi sosial memegang peranan penting dalam perkembangan kemampuan kognitif dan sosial individu. Oleh karena itu, permainan yang melibatkan diskusi, kerja sama, dan komunikasi dapat membantu peserta mengembangkan keterampilan sosial-emosional secara lebih optimal. Sejalan dengan hal tersebut, Zosh et al. (2022) menjelaskan bahwa pendekatan *learning through play* memberikan kesempatan kepada peserta untuk membangun pengetahuan melalui pengalaman langsung, interaksi sosial, dan aktivitas yang menyenangkan. Pendekatan ini dinilai mampu meningkatkan motivasi belajar, kreativitas, serta keterampilan sosial yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan kondisi tersebut, tim pengabdian kepada masyarakat melaksanakan kegiatan Psikoedukasi Keterampilan Sosial-Emosional melalui Permainan Ular Tangga Edukatif pada Pengunjung Ruang Publik. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman pengunjung ruang publik mengenai pentingnya keterampilan sosial-emosional melalui media pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan. Selain memberikan pengalaman belajar yang lebih aktif, kegiatan ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif bentuk psikoedukasi yang mudah diterapkan untuk meningkatkan kualitas interaksi sosial di lingkungan masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif dengan desain kegiatan berupa psikoedukasi melalui permainan ular tangga edukatif. Pendekatan ini dipilih untuk menciptakan proses pembelajaran yang interaktif dan partisipatif sehingga peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan mengenai keterampilan sosial-emosional, tetapi juga dapat mempraktikkannya secara langsung melalui aktivitas bermain.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan selama dua bulan, yaitu pada Mei - Juni 2026, setiap hari Minggu di ruang publik kawasan Benteng Kuto Besak (BKB), Kota Palembang. Kegiatan ini melibatkan sebanyak 50 pengunjung ruang publik yang berpartisipasi secara sukarela. Media yang digunakan berupa permainan ular tangga edukatif yang telah dimodifikasi dengan berbagai pertanyaan dan tantangan mengenai pengenalan emosi, empati, komunikasi, kerja sama, serta pengendalian diri. Selain itu, kegiatan didukung oleh instrumen pre-test dan post-test untuk mengukur pemahaman peserta sebelum dan sesudah mengikuti psikoedukasi.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi penyusunan materi, modifikasi media permainan, serta penyusunan instrumen evaluasi. Selanjutnya, peserta mengisi pre-test untuk mengetahui tingkat pemahaman awal mengenai keterampilan sosial-emosional. Kegiatan inti dilaksanakan melalui psikoedukasi menggunakan permainan ular tangga edukatif yang dipandu oleh fasilitator. Selama permainan berlangsung, peserta diajak berdiskusi, menjawab pertanyaan, menyelesaikan tantangan, serta berbagi pengalaman sesuai dengan materi yang disampaikan. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, peserta mengisi post-test sebagai evaluasi akhir.

Data hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif menggunakan persentase untuk menggambarkan perubahan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan. Selain itu, hasil observasi terhadap partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung digunakan sebagai data pendukung untuk mengevaluasi pelaksanaan psikoedukasi. Seluruh kegiatan dilaksanakan atas persetujuan peserta secara sukarela dengan tetap menjaga kerahasiaan identitas serta kenyamanan peserta selama mengikuti kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul "Psikoedukasi Keterampilan Sosial-Emosional melalui Permainan Ular Tangga Edukatif pada Pengunjung Ruang Publik" dilaksanakan selama dua bulan, yaitu pada Mei hingga Juni 2026, setiap hari Minggu di ruang publik kawasan Benteng Kuto Besak (BKB), Kota Palembang. Kegiatan ini melibatkan 50 pengunjung ruang publik yang berpartisipasi secara sukarela. Pelaksanaan kegiatan memperoleh sambutan yang positif dari masyarakat karena media permainan yang digunakan mampu menarik perhatian peserta dari berbagai kelompok usia. Antusiasme peserta terlihat

sejak awal kegiatan hingga tahap evaluasi, sehingga seluruh rangkaian kegiatan dapat terlaksana sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Sebelum pelaksanaan psikoedukasi, tim pengabdian melakukan observasi awal terhadap kondisi peserta selama berada di ruang publik. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum pernah memperoleh edukasi mengenai keterampilan sosial-emosional melalui media permainan. Meskipun interaksi sosial terjadi secara alami di ruang publik, kemampuan mengenali emosi, menyampaikan pendapat secara tepat, bekerja sama, serta mengelola respons terhadap situasi tertentu masih perlu diperkuat melalui kegiatan yang bersifat edukatif dan partisipatif. Kondisi tersebut menjadi dasar pelaksanaan psikoedukasi menggunakan permainan ular tangga edukatif sebagai media pembelajaran.

Tahap berikutnya diawali dengan pemberian pre-test untuk mengetahui pemahaman awal peserta mengenai permainan ular tangga dan keterampilan sosial-emosional. Berdasarkan Tabel 1 :Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebanyak 57% peserta pernah memainkan permainan ular tangga, 90% memahami tujuan permainan, 94% mengetahui fungsi tangga dan ular dalam permainan, serta 92% telah memahami aturan dasar permainan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas peserta telah mengenal permainan ular tangga sehingga kegiatan tidak lagi difokuskan pada pengenalan aturan permainan, tetapi pada pemanfaatannya sebagai media psikoedukasi untuk mengembangkan keterampilan sosial-emosional.

Tabel 1. Hasil Pre-test Peserta

No	Indikator Evaluasi	Persentase (%)
1	Pernah memainkan permainan ular tangga	57
2	Memahami tujuan permainan	90
3	Mengetahui fungsi tangga dan ular	94
4	Memahami aturan dasar permainan	92

Setelah pelaksanaan pre-test, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai keterampilan sosial-emosional. Materi yang diberikan meliputi pentingnya mengenali emosi, mengembangkan empati, membangun komunikasi yang efektif, bekerja sama dengan orang lain, serta mengendalikan emosi dalam berbagai situasi kehidupan sehari-hari. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif melalui diskusi singkat sehingga peserta memperoleh pemahaman awal sebelum mengikuti permainan ular tangga edukatif. Tahap inti kegiatan dilakukan melalui permainan ular tangga edukatif yang telah dimodifikasi dengan berbagai pertanyaan, tantangan, dan studi kasus sederhana yang berkaitan dengan keterampilan sosial-emosional. Setiap peserta memperoleh kesempatan untuk menjawab pertanyaan atau

menyelesaikan tantangan sesuai dengan kotak yang ditempati pada papan permainan. Selama kegiatan berlangsung, peserta terlihat aktif berdiskusi, saling memberikan tanggapan, berbagi pengalaman, serta bekerja sama dalam menyelesaikan setiap tantangan yang diberikan. Suasana belajar yang dikemas dalam bentuk permainan mampu meningkatkan keterlibatan peserta sehingga proses penyampaian materi berlangsung lebih menarik dan tidak membosankan. Pelaksanaan permainan juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempraktikkan keterampilan sosial-emosional secara langsung. Peserta belajar mengendalikan emosi ketika menghadapi tantangan, menghargai pendapat orang lain selama diskusi, menunggu giliran bermain, serta menunjukkan sikap sportif terhadap hasil permainan. Kondisi ini menunjukkan bahwa permainan ular tangga edukatif tidak hanya menjadi media hiburan, tetapi juga menjadi sarana pembelajaran yang mampu mengintegrasikan aspek kognitif, afektif, dan sosial dalam satu kegiatan. Pengalaman belajar yang diperoleh melalui aktivitas bermain memberikan kesempatan kepada peserta untuk memahami materi secara lebih bermakna dibandingkan hanya melalui penyampaian materi secara konvensional.

Pelaksanaan kegiatan diakhiri dengan pemberian post-test untuk mengevaluasi perubahan pemahaman peserta setelah mengikuti psikoedukasi melalui permainan ular tangga edukatif. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan respons positif peserta terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Berdasarkan tabel 2 : Sebanyak 94% peserta menyatakan lebih memahami aturan permainan setelah mengikuti kegiatan, 54% merasakan manfaat dari permainan yang diberikan, 96% merasa senang mengikuti kegiatan, 70% menyatakan memperoleh pengetahuan baru mengenai keterampilan sosial-emosional, dan 88% menyatakan bersedia mengikuti kegiatan serupa pada kesempatan berikutnya.

Tabel 2. Hasil Post-test Peserta

No	Indikator Evaluasi	Persentase (%)
1	Lebih memahami aturan permainan	94
2	Merasakan manfaat permainan	54
3	Merasa senang mengikuti kegiatan	96
4	Memperoleh pengetahuan baru	70
5	Bersedia mengikuti kegiatan serupa	88

Temuan tersebut menunjukkan bahwa permainan ular tangga edukatif tidak hanya mampu meningkatkan keterlibatan peserta, tetapi juga menjadi media pembelajaran yang efektif dalam menyampaikan materi psikologis secara menarik dan mudah dipahami. Hasil ini sejalan dengan Pan et al. (2021) yang menyatakan bahwa *game-based learning* mampu meningkatkan partisipasi aktif, motivasi belajar, serta pemahaman peserta melalui pengalaman belajar yang

interaktif. Peningkatan pemahaman peserta menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dibandingkan metode ceramah. Selama permainan berlangsung, peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga terlibat dalam proses berpikir, berdiskusi, menyampaikan pendapat, dan merefleksikan pengalaman pribadi. Kegiatan tersebut membantu peserta menghubungkan konsep keterampilan sosial-emosional dengan situasi yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan Kolb (1984) yang menegaskan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) mampu meningkatkan pemahaman karena peserta memperoleh kesempatan untuk belajar melalui pengalaman langsung dan refleksi terhadap aktivitas yang dilakukan. Selain meningkatkan pemahaman, permainan ular tangga edukatif juga memberikan dampak positif terhadap kemampuan peserta dalam membangun interaksi sosial. Selama kegiatan berlangsung, peserta belajar menghargai giliran bermain, mendengarkan pendapat orang lain, menyampaikan tanggapan secara santun, serta bekerja sama dalam menyelesaikan berbagai tantangan yang diberikan. Aktivitas tersebut menunjukkan bahwa permainan mampu menciptakan interaksi sosial yang positif dan melatih kemampuan empati, komunikasi, serta kerja sama antarpeserta. Hasil ini didukung oleh Dyson et al. (2021) yang menjelaskan bahwa aktivitas kolaboratif dalam pembelajaran mampu meningkatkan keterampilan sosial, kemampuan bekerja sama, dan kualitas hubungan interpersonal peserta. Kegiatan ini juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengenali dan mengelola emosi selama proses permainan berlangsung. Peserta belajar menerima keberhasilan ketika memperoleh tangga, mengendalikan rasa kecewa ketika terkena ular, serta tetap menunjukkan sikap sportif hingga permainan selesai. Pengalaman tersebut merupakan bagian penting dalam pengembangan regulasi emosi dan kesadaran diri sebagai komponen utama keterampilan sosial-emosional. Temuan ini sejalan dengan kerangka Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL, 2020) yang menyatakan bahwa pengembangan keterampilan sosial-emosional meliputi kesadaran diri (*self-awareness*), pengelolaan diri (*self-management*), kesadaran sosial (*social awareness*), keterampilan menjalin hubungan (*relationship skills*), dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (*responsible decision-making*). Antusiasme peserta selama kegiatan menunjukkan bahwa penggunaan permainan sebagai media psikoedukasi mampu menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dibandingkan penyampaian materi secara konvensional. Suasana yang santai dan interaktif membuat peserta lebih percaya diri untuk mengemukakan pendapat, mengajukan pertanyaan, serta berbagi pengalaman dengan peserta lainnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permainan edukatif dapat meningkatkan motivasi belajar sekaligus

membangun rasa aman secara psikologis selama proses pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan Farber (2021) yang menyatakan bahwa permainan edukatif mampu menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan empati, komunikasi, dan regulasi emosi melalui pengalaman belajar yang menyenangkan. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa permainan ular tangga edukatif merupakan media psikoedukasi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai keterampilan sosial-emosional pada pengunjung ruang publik. Media permainan tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta, tetapi juga mendorong berkembangnya kemampuan komunikasi, empati, kerja sama, serta pengendalian emosi melalui pengalaman belajar secara langsung. Dengan karakteristik yang sederhana, mudah diterapkan, dan mampu melibatkan peserta secara aktif, permainan ular tangga edukatif berpotensi menjadi salah satu alternatif media psikoedukasi dalam berbagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Temuan ini memperkuat hasil penelitian Jones et al. (2021) yang menyatakan bahwa program pembelajaran sosial-emosional yang dikemas secara aktif dan partisipatif memberikan dampak positif terhadap perkembangan kompetensi sosial, emosional, serta kesejahteraan psikologis peserta.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui psikoedukasi keterampilan sosial-emosional menggunakan permainan ular tangga edukatif berhasil dilaksanakan dengan baik dan melibatkan 50 pengunjung ruang publik di kawasan Benteng Kuto Besak, Kota Palembang. Pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa media permainan edukatif mampu menciptakan proses pembelajaran yang interaktif, meningkatkan partisipasi peserta, serta memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan. Hasil evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap keterampilan sosial-emosional setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan.

Permainan ular tangga edukatif tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan, tetapi juga menjadi alternatif media psikoedukasi yang efektif dalam mengembangkan kemampuan mengenali emosi, membangun empati, meningkatkan komunikasi, kerja sama, dan pengendalian diri. Oleh karena itu, media ini berpotensi untuk diterapkan secara lebih luas pada berbagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat maupun program edukasi berbasis

komunitas sebagai salah satu strategi inovatif dalam meningkatkan keterampilan sosial-emosional masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas terselenggaranya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan baik. Ucapan terima kasih disampaikan kepada Universitas Katolik Musi Charitas atas dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Apresiasi yang sebesar-besarnya juga disampaikan kepada seluruh pengunjung ruang publik kawasan Benteng Kuto Besak (BKB), Kota Palembang, yang telah berpartisipasi aktif dalam setiap rangkaian kegiatan sehingga tujuan pengabdian dapat terlaksana dengan baik.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh tim pelaksana, mahasiswa yang terlibat, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kerja sama selama proses persiapan, pelaksanaan, hingga penyusunan artikel ini. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat bagi masyarakat dan menjadi salah satu alternatif media psikoedukasi dalam meningkatkan keterampilan sosial-emosional.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. (2020). *CASEL's framework for systemic social and emotional learning*. <https://casel.org>
- Cipriano, C., Strambler, M. J., Naples, L. H., Ha, C., Kirk, M., Wood, M., Sehgal, K., Zieher, A. K., Eveleigh, A., McCarthy, M., Funaro, M., Ponnock, A., Chow, J. C., & Durlak, J. A. (2023). The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions. *Child Development*, 94(5), 1181–1204. <https://doi.org/10.1111/cdev.13968>
- Durlak, J. A., Mahoney, J. L., & Boyle, A. E. (2022). What we know, and what we need to find out about universal, school-based social and emotional learning programs for children and adolescents: A review of meta-analyses and directions for future research. *Psychological Bulletin*, 148(11–12), 765–782.
- Dyson, B., Howley, D., Shen, Y., & Baek, S. (2021). Social and emotional learning through cooperative learning in physical education: A systematic review. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(3), 281–302. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1779683>
- Farber, M. (2021). *Game-based learning in action: How an expert affinity group teaches with games*. Peter Lang.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Jones, S. M., Bailey, R., & Brush, K. (2021). *Social and emotional learning: Enhancing educational success*. Harvard Graduate School of Education.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall.

- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2020). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 12(2), 87–99.
- Pan, X., Ke, F., & Xu, X. (2021). Examining the effectiveness of game-based learning on students' learning outcomes: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 749837. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.749837>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Zosh, J. M., Hirsh-Pasek, K., Hopkins, E. J., Jensen, H., Liu, C., Neale, D., Solis, S. L., & Whitebread, D. (2022). *Learning through play: A review of the evidence*. LEGO Foundation.