
Edukasi Kesehatan Mental dan Permainan Game Edukatif pada Anak Sekolah dan Remaja di Panti Asuhan Yayasan Insan Cita 165 Tanjungpinang

Zuraidah, Syamilatul Khariroh, Endang Abdullah

Prodi S1 Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjung Pinang

email; zuraidahsir@gmail.com

ABSTRAK

Panti asuhan adalah lembaga tempat tinggal untuk merawat dan mendidik anak yatim. Anak-anak yang tinggal di panti asuhan merupakan kelompok yang rentan secara sosial, seringkali diabaikan oleh masyarakat umum dan lebih rentan terhadap masalah psikologis dan nutrisi. Kementerian Kesehatan Malaysia (Kemenkes) memperkirakan bahwa sebanyak 424.000 anak bergumul dengan masalah kesehatan mental. Berdasarkan statistik menunjukkan bahwa 9,5% anak mengalami masalah kesehatan mental. tingkat kesehatan mental anak yatim di Badan Kesejahteraan Sosial Kabupaten Bireuen, Indonesia 25% anak yatim menghadapi masalah perilaku dan emosional. Masalah kesehatan mental dapat berdampak buruk pada kesejahteraan fisik, sosial, dan emosional anak-anak. Oleh karena itu, hal ini menggariskan bahwa pentingnya memelihara kesehatan mental sejak masa kanak-kanak hingga dewasa. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk menambah pengetahuan anak yatim tentang kesehatan mental, mampu membentuk sikap kuat mental, memberikan rasa nyaman dan menyenangkan saat kegiatan pengabdian melalui game edukatif. Kegiatan ini dilakukan dengan pemberian edukasi tentang kesehatan mental dengan metode ceramah, diskusi interaktif dan permainan (game edukatif). Hasil dari pengabdian ini adalah menambah pengetahuan anak yatim tentang kesehatan mental mayoritas baik (80%) dan selama kegiatan mereka interaktif dan merasa senang dan tertantang dengan adanya game edukatif. Saran kepada pengurus yayasan kegiatan ini perlu dilanjutkan dengan melakukan screening kesehatan mental secara berkala dan tetap memberikan perhatian kepada mereka.

Kata Kunci: edukasi, kesehatan mental, game edukatif, anak yatim, panti asuhan

ABSTRACT

An orphanage is a residential institution for the care and education of orphans. Children living in orphanages are a socially vulnerable group, often neglected by the general public and more susceptible to psychological and nutritional problems. The Malaysian Ministry of Health (Kemenkes) estimates that as many as 424,000 children struggle with mental health issues. Statistics show that 9.5% of children experience mental health problems. The level of mental health of orphans at the Social Welfare Agency of Bireuen Regency, Indonesia, 25% of orphans face behavioral and emotional problems. Mental health problems can negatively impact the physical, social, and emotional well-being of children. Therefore, this underscores the importance of maintaining mental health from childhood to adulthood. The purpose of this community service activity is to increase orphans' knowledge about mental health, to be able to develop a strong mental attitude, and to provide a sense of comfort and fun during the service activity through educational games. This activity is carried out by providing education about mental health through lectures, interactive discussions, and games (educational games). The results of this community service increased the orphans' knowledge of mental health, with the majority (80%) showing positive results. They were interactive and enjoyed the educational games during the activities, and found them engaging and challenging. The foundation's management recommended that this activity be continued by conducting regular mental health screenings and continuing to provide ongoing support

Keywords: education, mental health, educational games, orphans, orphanages

PENDAHULUAN

Panti asuhan adalah lembaga tempat tinggal untuk merawat dan mendidik anak yatim. Orang-orang yang tinggal di Panti asuhan bukan hanya anak piatu tetapi terdapat anak dari keluarga yang kurang mampu secara finansial. Anak-anak yang tinggal di panti asuhan merupakan kelompok yang rentan secara sosial, seringkali diabaikan oleh masyarakat umum dan lebih rentan terhadap masalah psikologis dan nutrisi. Sekitar 24 juta anak di seluruh dunia hidup tanpa orang tua mereka, di antaranya sekitar 8 hingga 10 juta adalah bayi dan anak-anak yang tinggal di panti asuhan. Di negara-negara Asia yang miskin secara sosial ekonomi, menempatkan anak-anak yang kurang beruntung di panti asuhan telah lama dipraktikkan dengan sedikit atau tanpa sumber daya emosional dan finansial (Aziz et al., 2023).

Kementerian Kesehatan Malaysia (Kemenkes) memperkirakan bahwa sebanyak 424.000 anak bergumul dengan masalah kesehatan mental. Berdasarkan statistik menunjukkan bahwa 9,5% anak mengalami masalah kesehatan mental. Menurut sebuah studi oleh Raudhati, et.al (2020), tingkat kesehatan mental anak yatim di Badan Kesejahteraan Sosial Kabupaten Bireuen, Indonesia, mengungkapkan bahwa 25% anak yatim menghadapi masalah perilaku dan emosional. Mayoritas masalah ini terkait dengan masalah pergaulan (31,7%), diikuti oleh gejala emosional (27,9%), masalah perilaku (19,2%), dan hiperaktivitas (7,7%). Temuan ini menegaskan adanya masalah kesehatan mental di kalangan anak yatim, yang mengakibatkan emosi negative (Zhang et al., 2024)

Masalah kesehatan mental dapat berdampak buruk pada kesejahteraan fisik, sosial, dan emosional anak-anak. Oleh karena itu, hal ini menggarisbawahi pentingnya memelihara kesehatan mental sejak masa kanak-kanak hingga dewasa. Mereka juga lebih cenderung membutuhkan perhatian emosional, merasa tidak aman, dan miskin. Selain faktor-faktor tersebut, sebagian besar dari mereka dibesarkan di panti asuhan di mana perawatan individual tidak memadai. Semua faktor ini dapat mengganggu perkembangan sosial dan emosional anak-anak ini (Elattar et al., 2019).

Depresi adalah masalah psikologis umum yang terjadi di kalangan anak piatu dan didefinisikan oleh pola emosional, perilaku, dan pikiran tertentu. Kecemasan adalah masalah psikologis lain di kalangan anak yatim piatu dan didefinisikan sebagai situasi menakutkan di mana seseorang merasa ragu untuk berbicara atau berinteraksi dengan objek yang ditakuti, dan menunjukkan kecemasan tinggi, fobia, masalah emosional dan perilaku (Shafiq et al., 2020). Penelitian Raudatio et al (2020) yang gangguan emosional dan kurangnya harga diri merupakan masalah psikologis utama di kalangan anak yatim piatu.

Program dukungan psikososial berbasis komunitas dapat menjadi suatu intervensi untuk membantu anak yatim piatu yang tinggal di panti asuhan untuk meningkatkan kesehatan psiokosial mereka, melalui intervensi pencegahan seperti edukasi kesehatan mental, terapi asertif, teknik relaksasi, pelatihan terbimbing dan visualisasi terbimbing dapat meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani mereka (Hidayah et al., 2022).

Berdasarkan laporan dari pengurus Panti Asuhan Yayan Cipta 165 bahwa anak-anak yatim piatu yang tidak mengalami masalah gangguan jiwa dan dari beberapa anak yang di wawancara terdapat 3-4 anak usia sekolah yang sekali-sekali merasa sedih dan tidak giat untuk belajar. Berdasarkan dari hasil angket untuk mendeteksi adanya masalah psikososial seperti kecemasan dan depresi tidak terdapat anak mengalami masalah psikososial tersebut. Pada kunjungan ini penulis dan tim dari Ikatan perawat kesehatan jiwa (IPKJI) kepulauan Riau melaksanakan edukasi terkait dengan kesehatan mental dan

melakukan teknik distraksi seperti bermain game edukatif untuk mengalihkan perasaan bosan dan menimbulkan suasana baru di panti asuhan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah bentuk kontribusi dari perhimpunan perawat jiwa yang ada di Kepulauan Riau khususnya daerah Tanjungpinang dan Bintan. Kegiatan pengabdian ini terdiri dari tiga kegiatan yaitu : 1) edukasi kesehatan mental, 2) bermain game dan 3) memberikan sembako dan alat – alat yang dibutuhkan oleh anak yatim piatu di Yayasan Insan Cipta. Pada kegiatan ini di hadiri oleh DPW PPNI Kepulauan Riau, perwakilan dari pihak puskesmas, RT/RW tempat yayasan berada dan Pengurus Yayasan Insan Cipta 165.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini mulai dari survei ke yayasan insan cipta 165 pada bulan Oktober dengan menyampaikan maksud dan tujuan dari perhimpunan perawat jiwa di Tanjungpinang-Bintan yaitu memberikan kontribusi kepada panti asuhan dan mendata jumlah anak yatim yang tinggal di panti asuhan. Terdapat lebih 20 anak yatim yang terdiri dari anak yang masih sekolah ditingkat SD, SMP, dan terdaapt 1 anak yang duduk di bangku SMA. Dari tim perawat jiwa menyampaikan bentuk kegiatan seperti edukasi dan bermain game edukatif. Pelaksanaan kegiatan pengabdian pada tanggal 01 November 2025.

Adapaun tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah (1) untuk menambah pengetahuan anak yatim tentang kesehatan mental, (2) mampu membentuk sikap kuat mental menghadapi permasalahan yang ada di panti, (3) memberikan rasa nyaman dan menyenangkan saat kegiatan pengabdian melalui game edukatif, (4) menyalurkan kemampuan dan menumbuhkan kepercayaan diri pada anak panti.

Gambar 1. Pembukaan Kegiatan Dengan Foto Bersama



Kegiatan Pengabdian masyarakat pada anak yatim di panti asuhan terdapat tiga tahapan. Tahap pertama yaitu melakukan edukasi kesehatan mental selama 1 jam ditambah sesi diskusi. Selama edukasi anak yatim yang ikut dalam kegiatan pengabdian sangat antusias dan banyak bertanya.

Gambar 2. Penyampaian Materi tentang Kesehatan Mental



Pada tahap ke dua melakukan permainan edukatif. Terdapat 3 permainan yang dilaksanakan yaitu : 1) permainan melatih kesabaran. Pada permainan ini di buat beberapa kelompok anak-anak dan setiap kelompok melakukan tugasnya secara bergantian (ber-step), pada permainan ini dengan menggunakan alat melewati pintasan tanpa menyentuh bagian yang di lewati. Pada permainan ini anak-anak memerlukan konsentrasi dan kesabaran

Gambar 3. Game Edukatif Melatih Kesabaran



Game yang ke dua adalah mengidentifikasi hal positif dan Negatif. Pada game ini sekelompok anak-anak mendapatkan kertas berwarna warni, dikertas tersebut mereka akan menuliskan hal-hal yang positif dan negatif dari diri mereka. Yang terbanyak menuliskan hal positif yang menang, dan hal-hal negatif yang dituliskan di buang atau diabaikan. Pada game ini anak dapat mengidentifikasi hal-hal positif

dan negatif dari dirinya dan bagaimana cara mengelola hal-hal negatif tersebut sedangkan hal-hal yang positif tetap di pertahankan dan ditingkatkan.

Gambar 3. Game Edukatif Mengidentifikasi Hal-Hal Positif Dan Negatif



Game yang ke tiga adalah mengeluarkan segala hal yang tidak menyenangkan. Pada game ini anak-anak di beri beberapa balon kemudian menghembuskan segala hal-hal atau masalah-masalah ke balon tersebut sampai balonnya besar selanjutnya balon tersebut di lepaskan dengan sembari mengatakan “pergilah masalah-masalahku”. Game ini adalah bentuk mengekspresikan mengeluarkan segala masalah-masalah mereka

Gambar 4. Game Edukatif Dengan Meniup Balon



Tahap terakhir dari kegiatan ini adalah pembagian kenang-kenangan berupa sembako dari perhipunan perawat Jiwa (IPKJI)

Gambar 5. Pemberian Kenang-Kenangan



HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan manfaat bagi anak-anak panti asuhan dan pengurus Yayasan Insan Cita 165 Tanjungpinang. Berdasarkan proses dari semua kegiatan yang dilakukan yang pertama adalah edukasi. Materi edukasi yang diberikan adalah tentang kesehatan menral pada anak dan remaja terdiri dari sub materi yaitu; 1) Defenisi kesehatan mental, 2) Faktor-Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, 3) indikator dalam kesehatan mental dan 4) aspek-aspek dalam kesehatan mental. Selain itu dikaitkan juga dengan fenomena sekarang yaitu kesehatan mental di era digital yang terdiri dari sub topik yaitu: 1) pengertian penggunaan gadget, 2) tujuan penggunaan gadget, 3) manfaat penggunaan gadget, 4) dampak penggunaan gadget pada anak dan remaja. Dari kegiatan edukasi tampak anak antusias dan mengerti tentang topik yang disampaikan dan dapat dilihat pada tabel tingkat pengetahuan di bawah ini.

Tabel.1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Anak Yatim tentang Kesehatan Mental

No	Tingkat Pengetahuan	f	%
1.	Baik	16	80
2.	Cukup	4	20
Jumlah		20	100

Berdasarkan evaluasi pengetahuan anak yatim di panti asuhan insan cita mayoritas anak panti (80%) berpengetahuan baik tentang kesehatan mental.

Metode pembelajaran edukasi kesehatan mental anak dan remaja adalah ceramah dan diskusi interaktif. metode diskusi dan interaktif adalah pendekatan pembelajaran yang melibatkan partisipasi aktif peserta didik dalam pertukaran ide, informasi, dan pemecahan masalah bersama melalui komunikasi dua arah antara guru dan siswa atau antar siswa yang bertujuan membangun pemahaman, meningkatkan berpikir kritis, dan melatif keterampilan komunikasi dalam suasana yang dinamis dan kolaboratif (Hamdani, 2020).

Manfaat yang dirasakan oleh Anak Yatim Insan Cita 165 adalah mereka merasa senang dan mengeskpresikan emosinya, sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan mental emosional berpengaruh terhadap status mental emosional remaja (Efendi et al., 2025),

selain itu manfaat dari edukasi kesehatan mental adalah meningkatkan pengetahuan dan kemampuan remaja untuk penanganan masalah kesehatan mental emosional seperti stres dan kecemasan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari (Pitayanti etal., 2024). Banyaknya manfaat edukasi kesehatan mental bagi remaja sehingga edukasi ini menjadi aspek yang sangat penting untuk di pahami oleh remaja (Sartika, 2024).

Setelah pelaksanaan kegiatan edukasi selesai dilanjutkan dengan kegiatan game edukatif. Tampak anak-anak merasa senang karena kegiatan ini belum pernah dilakukan di Panti Asuhan Insan Cita 165. Pembelajaran dengan metode game dapat mendukung tujuan pembelajaran karena dapat berinteraksi dengan objek-objek fisik. Manfaat dari permainan game ini dalam edukasi kesehatan mental adalah memotivasi belajar, menciptakan suasana yang menyenangkan, meningkatkan kewaspadaan dan meningkatkan kerja sama antar peserta dalam tim. Berdasarkan hasil penelitian bahwasanya permainan edukatif dapat menyenangkan dan meningkatkan kemampuan berpikir induktif remaja (Novayani & Sasmita, 2020).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pada anak yatim di Panti Asuhan Insan Cita 165 merupakan suatu kegiatan yang positif oleh perawat jiwa. Anak-anak panti memerlukan sentuhan kasih sayang, perhatian dimana hal ini kurang mereka dapatkan. Dengan kegiatan ini dengan memberikan edukasi tentang kesehatan mental diharapkan anak yatim bertambah pengetahuannya tentang kesehatan mental dan yang paling penting adalah dapat membentuk sikap dan perilaku mental yang baik dan sehat. Berdasarkan kegiatan ini anak-anak yatim tampak merasa bahagia dengan kedatangan tim pengabdian ditambah lagi dengan adanya permainan game yang sangat menantang dan menarik perhatian mereka. Kegiatan ini perlu di lanjutkan dengan melakukan screening kesehatan mental secara berkala dan tetap memberikan perhatian kepada mereka.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih penulis ucapan kepada Pengurus Yayasan Insan Cita yang telah memberikan ijin untuk penulis dan tim pengabdian untuk melakukan kegiatan pengabdian ini. Kepada berbagai bagian yang yang mendukung kegiatan ini seperti kepala DPW PPNI Kepulauan Riau, pihak puskesmas batu 10, Pak RT/WR dan pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu

REFERENSI

- Ahmad, N., Abdullah, W., Hanapiyah, Z., & Mohamed, Z. (2024). The Influence of Social Support on Emotional Intelligence Development in Orphanages. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v14-i12/24240>.
- Ali, U., Shah, S., Sajjad, M., Tayyab, M., Ullah, I., & Khan, W. (2025). Mental Health Disparities among Orphaned and Non-Orphaned Adolescents: A Cross-Sectional Study. *ACADEMIA International Journal for Social Sciences*. <https://doi.org/10.63056/acad.004.03.0369>.
- Aziz, F., Nasrullah, H., Tayyab, R., Mustehsan, Z., Noreen, I., Hannan, H., Fatima, R., Nasir, F., Sherazi, M., & Batool, N. (2023). Assessment of Physical and Mental Health of Children Living in Orphanages in Islamabad- A Cross-Sectional Survey. *Pakistan Journal of Public Health*. <https://doi.org/10.32413/pjph.v13i2.1219>.
- Efendi, A., Setiawati, A., Al Amin, M., & Anitarini, F. (2025). Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Emosional terhadap Status Mental Emosional Remaja di SMPN 4 Banyuwangi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 10(1), 181-186.
- El-Said, A., Abd-Elfatah, S., Zak, M., & Mostafa, H. (2022). Psychological Problems among Orphan Children. *Journal of Nursing Science Benha University*. <https://doi.org/10.21608/jnsbu.2022.214346>.
- Hamdani, H. (2020). Strategi Pembelajaran Aktif. Bandung: Alfabeta.
- Hidayah, R., Lestari, R., & Lydia, E. (2023). Community-based Psychosocial Support for Orphan and Vulnerable Children living in an Orphanage. *Journal of Innovation and Applied Technology*. <https://doi.org/10.21776/ub.jiat.2023.009.01.7>.
- Jaffer, U., Nassir, C., Ahmed, M., Osman, R., Zaki, M., Azeman, H., Muzamir, N., Reshad, H., & Aminondin, S. (2023). EXAMINING PSYCHOLOGICAL DISTRESS IN ORPHAN CHILDREN. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*. <https://doi.org/10.35631/ijepc.852057>.
- Li, J. (2024). What Factors Impact the Psychological Health Development of Children in Orphanages?. *SHS Web of Conferences*. <https://doi.org/10.1051/shsconf/202420002019>.
- Li, S., Zhang, Y., Wang, X., & Yuan, R. (2024). Association between life satisfaction, problem behaviours and psychological distress in orphaned adolescents: Exploring gender and orphanhood type discrepancies. *Child & Family Social Work*. <https://doi.org/10.1111/cfs.13138>.
- Mahanta, P., Thakuria, K., Goswami, P., Kalita, C., Knower, R., Rajbangshi, M., Singh, S., Basumatary, J., & Majumder, P. (2022). Evaluation of physical and mental health status of orphan children living in orphanages in Sonitpur district of Assam: a cross-sectional study. *BMC Pediatrics*, 22. <https://doi.org/10.1186/s12887-022-03785-2>.
- Novayani, W., & Sasmita, H. (2020). Efektivitas Penggunaan Game Analisis Training terhadap Peningkatan Kemampuan Berpikir Induktif Remaja. *Edumatic: Jurnal Pendidikan Informatika*, 4(2), 146-154.
- Omari, F., Chrysanthopoulou, S., Embleton, L., Atwoli, L., Ayuku, D., Sang, E., & Braitstein, P. (2021). The impact of care environment on the mental health of orphaned, separated and street-connected children and adolescents in western Kenya: a prospective cohort analysis. *BMJ Global Health*, 6. <https://doi.org/10.1136/bmigh-2020-003644>.
- Pitayanti, A., Kartika, K., & Yuliana, F. (2024). Edukasi Kesehatan Mental Emosial pada Anak Remaja. *ARDHI: Jurnal Pengabdian Dalam Negri*, 2(6), 189-194.
- Raudhati, S. (2020). Determinan Kesehatan Mental Anak Yatim Dan Piatu Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Kabupaten Bireuen. , 5, 120-132. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v5i3.116>.

- Sartika, D. (2024). Edukasi Penyuluhan Mental Health terhadap Pengetahuan Remaja di SMA Inshafuddin Banda Aceh. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(3), 324-334.
- Ushanandini, N., & Gabriel, M. (2017). A Study on Mental Health among the Adolescent Orphan Children Living in Orphanages. *Research on humanities and social sciences*, 7, 187-190
- Yendork, J., & Somhlaba, N. (2014). Stress, coping and quality of life: An exploratory study of the psychological well-being of Ghanaian orphans placed in orphanages. *Children and Youth Services Review*, 46, 28-37. <https://doi.org/10.1016/j.chlyouth.2014.07.025>.