Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa

Vol 7 No 6 Tahun 2026
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

PROGRAM KULIAH KERJA NYATA TEMATIK (KKNT): MENINGKATKAN KUALITAS KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DAN PENGEMBANGAN AKTUALISASI DIRI SISWA SMPN 2 BABELAN

Abiyadh Raissa Ramadhan[1], Stefani Pandiangan[2], Nabilah Hasna Mumtazah[3], Muhammad Farhan[4], Wahyu Febriansyah[5], Syachrizal Farhan[6], Utami Nur Fadillah[7], Shabrina[8], Putri Nur Amaliya Sariman[9], Hanifah Susilo[10], Ananda Maulina Frisky Darmawan[11], Kanthi Laras Ati[12], Yulia Fitriani[13]
[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12] Prodi Psikologi,Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
Email : 202210515164@mhs.ubharajaya.ac.id[1]

ABSTRAK

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan mengintegrasikan pengetahuan akademik mahasiswa dengan kebutuhan nyata di lingkungan pendidikan. Kegiatan KKN ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Babelan pada tanggal 03 November sampai dengan 24 Desember 2025 dengan tujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis serta mengembangkan potensi diri siswa. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah survei dengan pendekatan deskriptif, melalui observasi langsung terhadap lingkungan sekolah dan aktivitas siswa sebagai dasar perencanaan program. Berdasarkan hasil observasi tersebut, mahasiswa KKN Universitas Bhayangkara Jakarta Raya melaksanakan beberapa program kegiatan, yaitu psikoedukasi dengan tema "Pengenalan Karir dan Minat Bakat", mini konseling sebagai sarana pendampingan dan ruang berbagi siswa, serta workshop (menulis ekspresi emosional). Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap potensi diri, kemampuan mengelola emosi, serta keterlibatan aktif siswa dalam proses refleksi diri dan perencanaan pendidikan lanjutan ke jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Secara keseluruhan, kegiatan KKN ini memberikan manfaat positif bagi siswa dan menjadi pengalaman pembelajaran kontekstual bagi mahasiswa dalam mengimplementasikan ilmu psikologi di lingkungan sekolah.

Kata Kunci : Aktualisasi Diri, Kesejahteraan Psikologis, Siswa SMP

ABSTRACT

Community Service Program (KKN) is a form of community service that aims to integrate students' academic knowledge with real needs in the educational environment. This KKN activity was carried out at SMP Negeri 2 Babelan from November 3 to December 24, 2025, with the aim of improving students' psychological well-being and developing their potential. The method used in this activity was a survey with a descriptive approach, through direct observation of the school environment and student activities as the basis for program planning. Based on the results of these observations, the KKN students from Bhayangkara University Jakarta Raya carried out several activity

Article History
Received: Januari 2026
Reviewed: Januari 2026
Published: Januari 2026

Plagirism Checker No 234.KK.443
Prefix DOI : **10.9765/Krepa.V218.3784**
Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Krepa.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Krepa

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 7 No 6 Tahun 2026
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

programs, namely psychoeducation with the theme "Introduction to Careers and Interests and Talents," mini counseling as a means of mentoring and a space for students to share, and workshops (writing emotional expressions). The results of the activities showed an increase in students' understanding of their potential, ability to manage emotions, and active involvement in the process of self-reflection and planning for further education at the Senior High School (SMA) or Vocational High School (SMK) level. Overall, this KKN activity provided positive benefits for students and became a contextual learning experience for students in implementing psychology in a school environment.
Keywords: Community Service Program, Psychological Well-being, Junior High School Students
***Keywords**: Self-Actualization, Psychological Well-Being, Junior High School Students*

PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan program akademik yang diwajibkan bagi mahasiswa perguruan tinggi sebagai bentuk nyata dari pengabdian kepada masyarakat yang secara langsung mengintegrasikan pengetahuan teoritis yang diperoleh dalam perkuliahan dengan kebutuhan riil di lingkungan sosial. Program ini menjadi sarana penting bagi mahasiswa untuk menerapkan berbagai disiplin ilmu melalui kegiatan pengabdian dan kolaborasi dengan masyarakat, sehingga pengalaman belajar tidak hanya bersifat teoritis tetapi juga berujung pada kontribusi sosial yang konkret. Kegiatan ini menunjukkan peran strategis pendidikan tinggi dalam menjembatani keterampilan akademis mahasiswa dengan tantangan kehidupan nyata di masyarakat (Tambunan et al., 2025). Kuliah Kerja Nyata (KKN) mempunyai peranan signifikan dalam meningkatkan kualitas hubungan antara perguruan tinggi dan masyarakat, karena melalui interaksi langsung selama periode pelaksanaan, mahasiswa dapat memahami dinamika sosial di lingkungan sekolah. Selain itu, aktivitas KKN juga memberikan manfaat positif bagi masyarakat berupa peningkatan pengetahuan, keterampilan, serta akses terhadap pendidikan. Dengan demikian, KKN merupakan implementasi nyata dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, yakni pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat yang saling bersinergi (Syardiansyah, 2019).

Kegiatan ini menjadi kesempatan bagi mahasiswa untuk menerapkan ilmu yang didapat di perkuliahan secara langsung kepada siswa. KKN ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, pengembangan potensi diri siswa, serta memberikan dampak positif bagi kesiapan mental dan keterampilan siswa dalam menentukan minat ke jenjang pendidikan selanjutnya melalui program-program yang relevan. Mengacu pada kondisi dan potensi yang dimiliki siswa/i SMPN 2 Babelan, kegiatan KKN ini mengusung tema "Meningkatkan Kualitas Kesejahteraan Psikologis dan Pengembangan Aktualisasi Diri Siswa". Tema ini diwujudkan melalui berbagai program yang telah disesuaikan dengan kebutuhan siswa/i.

Sejalan dengan konsep tersebut, kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) menggambarkan kondisi ketika individu mampu berfungsi secara positif, terus berkembang, dan beradaptasi secara efektif terhadap berbagai tantangan kehidupan. Pada siswa, kesejahteraan psikologis tampak dalam kemampuan menerima diri apa adanya, menjalin hubungan sosial yang sehat dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah, serta tetap bertumbuh meskipun dihadapkan pada tekanan akademik maupun tuntutan perkembangan. Temuan (Lestari &

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 7 No 6 Tahun 2026
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

Widyastuti, 2023) menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis mencerminkan kapasitas individu untuk mempertahankan fungsi psikologis yang sehat, termasuk penerimaan diri, relasi positif, dan perkembangan diri yang berkelanjutan.

Dengan demikian, aktualisasi diri dan kesejahteraan psikologis pada siswa merupakan dua konsep yang saling berkaitan dan saling memperkuat. Aktualisasi diri mendorong siswa untuk mengembangkan potensi secara optimal dan autentik, sementara kesejahteraan psikologis menjadi indikator keberfungsian positif yang memungkinkan proses tersebut berlangsung secara sehat. Ketika siswa mampu mengaktualisasikan diri, mereka cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, yang pada akhirnya mendukung keberhasilan akademik, penyesuaian diri, serta makna hidup yang lebih mendalam terhadap fase perkembangan mereka.

METODE

Pengabdian ini menggunakan jenis penelitian survei dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kondisi dan fenomena yang terjadi di lapangan secara sistematis dan faktual. Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Babelan pada tanggal 03 November s/d 24 Desember 2025.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara langsung kepada pihak sekolah untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi psikologis, minat, dan potensi diri peserta didik. Berdasarkan hasil survei tersebut, Kelompok KKN dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya melaksanakan beberapa program kegiatan, yaitu psikoedukasi dengan tema "Pengenalan Karir dan Minat Bakat", mini konseling dengan tema "Problem Solving Space" serta workshop.

Pelaksanaan program ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mendukung pengembangan potensi diri siswa/i SMP Negeri 2 Babelan, sesuai dengan kebutuhan yang teridentifikasi dari hasil survei lapangan.

TEMPAT DAN WAKTU

Pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut :

Tempat	: SMP Negeri 2 Babelan Jl. Gelora No.57, Desa Babelan Kota, Kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi
Waktu Pelaksanaan Kegiatan	: 03 November s/d 24 Desember 2025.

METODE KEGIATAN

Metode pelaksanaan kegiatan akan disajikan melalui penjelasan dibawah ini :

1. **Survei Tempat Pelaksanaan Kegiatan**

Tahap awal kegiatan dilakukan melalui observasi langsung di lingkungan SMP Negeri 2 Babelan. Observasi ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi sekolah, aktivitas siswa, serta situasi lingkungan belajar yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis dan pengembangan potensi diri siswa. Hasil observasi digunakan sebagai dasar dalam perencanaan program kerja yang sesuai dengan kebutuhan siswa/i.

2. **Persiapan Sarana dan Prasarana**

Persiapan sarana dan prasarana dilakukan untuk menunjang pelaksanaan seluruh program KKN yang meliputi psikoedukasi, mini konseling, dan workshop expressive journaling. Sarana yang disiapkan antara lain laptop, proyektor, layar, bahan presentasi (PowerPoint), pengeras suara, poster, banner, alat tulis, serta kertas kegiatan siswa, sedangkan prasarana meliputi ruang bimbingan konseling (BK), aula sekolah, dan ruang kelas yang disesuaikan dengan karakteristik masing-masing kegiatan. Persiapan ini bertujuan untuk menciptakan suasana

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 7 No 6 Tahun 2026
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

kegiatan yang aman, nyaman, dan kondusif, sehingga siswa dapat mengikuti seluruh rangkaian kegiatan secara aktif, fokus, dan optimal dalam mendukung kesejahteraan psikologis serta pengembangan potensi diri siswa SMP Negeri 2 Babelan.

3. Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan oleh Kelompok KKN Universitas Bhayangkara Jakarta Raya di SMP Negeri 2 Babelan selama periode 03 November sampai dengan 24 Desember 2025. Kegiatan dilaksanakan secara langsung dan interaktif berdasarkan hasil observasi lingkungan sekolah. Program yang dilaksanakan meliputi psikoedukasi dengan tema "Pengenalan Karir dan Minat Bakat", mini konseling dengan tema "Problem Solving Space" sebagai bentuk pendampingan dan ruang berbagi siswa, serta workshop (Menulis Ekspresi Emosional). Seluruh kegiatan dirancang untuk mendorong keterlibatan aktif siswa dalam memahami diri sendiri, mengelola emosi, serta mengembangkan potensi diri secara optimal.

4. Materi Pembinaan dan Penyuluhan Kegiatan

Materi kegiatan dalam pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di SMP Negeri 2 Babelan disusun berdasarkan hasil observasi lingkungan sekolah dan kebutuhan siswa. Materi yang diberikan meliputi psikoedukasi pengenalan karir serta minat dan bakat, mini konseling sebagai sarana pendampingan dan ruang berbagi siswa, serta workshop expressive journaling (menulis ekspresi emosional). Seluruh materi disampaikan secara interaktif dan disesuaikan dengan karakteristik perkembangan siswa SMP, dengan tujuan membantu siswa memahami diri sendiri, mengelola emosi, serta mengembangkan potensi diri sebagai bekal dalam menentukan pilihan pendidikan lanjutan ke jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan wujud implementasi Tridharma perguruan tinggi yang bertujuan mengintegrasikan peran pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Dalam praktik lapangan tujuan KKN sesuai dengan yang diharapkan sehingga mahasiswa (peserta KKN) mendapatkan pembelajaran mandiri yang bermakna setelah KKN berakhir dan program yang dilaksanakan juga dapat tersalurkan dengan efektif kepada siswa SMP Negeri 2 Babelan. Melalui kegiatan tersebut, terbangun interaksi yang harmonis antara mahasiswa dan lingkungan sekolah, dimana kedua pihak saling berbagi pengetahuan, mengembangkan kemampuan, serta menumbuhkan sikap empati, kepedulian, dan kerja sama dalam mendukung proses pembelajaran siswa secara berkelanjutan. KKN juga merupakan sarana penerapan dan pengembangan ilmu pengetahuan, yang dilaksanakan di luar perguruan tinggi pada waktu, mekanisme kerja dan kebutuhan tertentu (Syardiansyah, 2019).

Sebagai bentuk pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang mengimplementasikan pembelajaran akademik dan kebutuhan nyata di lingkungan pendidikan, mahasiswa melaksanakan berbagai program yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis serta mengembangkan potensi diri siswa. Program-program tersebut disusun berdasarkan hasil pengamatan terhadap kondisi dan kebutuhan siswa, sehingga kegiatan tersebut dapat terealisasikan dengan baik. Melalui pendekatan yang bersifat edukatif, kerja sama, dan reflektif, program KKN ini dapat menjadi sarana belajar langsung bagi mahasiswa, sekaligus memberikan pendampingan yang bermanfaat bagi siswa. Pelaksanaan KKN ini diwujudkan melalui tiga program utama, yaitu psikoedukasi pengenalan karir dan minat bakat, mini konseling sebagai tempat dalam mengekspresikan perasaannya, serta workshop sebagai media pengembangan keterampilan dan kreativitas siswa.

Berdasarkan hasil dari pelaksanaan ketiga program tersebut, diperoleh beberapa hasil yang menunjukkan dampak positif baik bagi siswa maupun mahasiswa KKN. Siswa menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap potensi diri, khususnya terkait minat, bakat, dan

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 7 No 6 Tahun 2026
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

perencanaan karir awal setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi. Hal ini terlihat dari meningkatnya partisipasi aktif siswa dalam diskusi, kemampuan mereka mengidentifikasi kelebihan diri, serta keberanian menyampaikan cita-cita dan rencana pendidikan lanjutan. Hasil ini sejalan dengan konsep psikoedukasi yang menekankan pemberian informasi dan penguatan psikologis untuk meningkatkan kesadaran dan pengembangan diri individu.

Program mini konseling memberikan ruang aman bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan, keluhan, maupun permasalahan yang mereka hadapi di lingkungan sekolah atau keluarga. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa siswa menjadi lebih terbuka, merasa didengarkan, serta menunjukkan penurunan kecemasan setelah sesi konseling sederhana. Meskipun tidak bersifat terapi profesional, pendekatan empatik dan komunikasi suportif yang digunakan mahasiswa mampu membantu siswa dalam mengelola emosi secara lebih adaptif.

Workshop yang dilaksanakan dalam kegiatan KKN sebagai sarana pengembangan keterampilan emosional dan komunikasi siswa. Melalui kegiatan menulis ekspresif emosional, siswa diberikan kesempatan untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, dan pengalaman pribadi secara tertulis, sehingga membantu mereka mengenali emosi, mengurangi tekanan psikologis, serta meningkatkan kesadaran diri. Hasil pelaksanaan workshop menunjukkan bahwa siswa menjadi lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan. Workshop ini tidak hanya memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan bagi siswa, tetapi juga mendukung pengembangan keterampilan dalam mengelola emosional yang penting bagi proses pembelajaran dan perkembangan diri mereka secara berkelanjutan. Namun demikian, dalam pelaksanaan KKN juga ditemukan beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu pelaksanaan, serta penyesuaian metode penyampaian materi dengan karakteristik siswa. Kendala tersebut menjadi bahan refleksi bagi mahasiswa untuk meningkatkan kemampuan adaptasi, komunikasi, dan perencanaan program yang lebih efektif di masa mendatang.

Secara keseluruhan, kegiatan KKN ini tidak hanya memberikan manfaat langsung bagi siswa SMP Negeri 2 Babelan, tetapi juga menjadi pengalaman pembelajaran kontekstual bagi mahasiswa dalam mengintegrasikan teori dan praktik. Hal ini memperkuat peran KKN sebagai sarana pengembangan kompetensi akademik, sosial, dan profesional mahasiswa, sekaligus mendukung terciptanya lingkungan pendidikan yang lebih peduli terhadap kesejahteraan psikologis siswa.

Program Psikoedukasi

Eksplorasi minat dan bakat merupakan proses sistematis yang dilakukan untuk membantu individu mengenali dan memahami potensi potensial yang dimiliki setiap individu, khususnya dalam konteks pendidikan dan pengembangan karier. Dalam penelitian (Pitria et al., 2024), eksplorasi ini dilakukan oleh konselor sekolah melalui kegiatan asesmen dan pendidikan keterampilan agar siswa dapat melihat kecenderungan minatnya, bakat alami, serta keterampilan yang perlu dikembangkan untuk menghadapi tantangan akademik dan masa depan.

Pengenalan karir bagi siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan proses edukatif yang bertujuan membantu siswa memahami pilihan pendidikan dan profesi yang akan mereka tempuh setelah lulus, seperti melanjutkan ke SMA atau SMK. Proses ini tidak sekadar memberikan informasi, tetapi juga menumbuhkan kesadaran diri tentang minat, bakat, serta nilai pribadi yang relevan dalam pengambilan keputusan masa depan siswa. Fungsi pengenalan karir dalam konteks siswa SMP sangat krusial karena pada masa remaja awal ini siswa mulai memasuki tahap eksplorasi perkembangan karir, di mana mereka memikirkan masa depan pendidikan dan pekerjaan mereka. Kesadaran karir yang dibangun sejak SMP dapat menjadi pondasi penting agar siswa dapat merencanakan langkah karir dengan lebih terarah ketika memasuki jenjang SMA atau SMK. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pemahaman karir di

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 7 No 6 Tahun 2026
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

tingkat SMP mampu memfasilitasi siswa mencapai tujuan pendidikan dan pekerjaan yang realistis. (Disini harusnya ada sitasi)



Sebelum pelaksanaan kegiatan psikoedukasi, sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman yang jelas mengenai minat dan bakat yang dimiliki oleh dirinya, sehingga mereka cenderung belum mampu mengenali potensi pribadi secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa siswa masih membutuhkan arahan dan pendampingan dalam proses eksplorasi diri. Namun, setelah kegiatan psikoedukasi dilaksanakan, terjadi perubahan positif, di mana sebagian siswa mulai memahami makna minat dan bakat serta mampu mengidentifikasi kecenderungan potensi yang ada pada dirinya. Hasil ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berperan penting dalam meningkatkan kesadaran diri siswa terhadap potensi personal sebagai dasar dalam pengembangan diri dan perencanaan masa depan.

Program Mini Konseling

Mini konseling merupakan kegiatan konseling ringan atau berbagi cerita yang dilakukan dalam suasana santai, aman dan menyenangkan, bertujuan untuk membantu siswa dalam mengekspresikan perasaan, pikiran, pengalaman pribadi tanpa merasa tertekan, sehingga mini konseling ini memungkinkan proses refleksi diri dan keterbukaan emosional yang lebih sehat dalam kehidupan sekolah (Nuryana & Retpitasari, 2025). Mini konseling berperan penting dalam mendukung kesehatan mental siswa dengan sebagai sarana pendukung dalam mengutarakan pengalaman pribadi tanpa merasa tertekan dan ruang bagi siswa untuk merasa didengar dan dipahami, sehingga dalam konteks sekolah mini konseling dapat dijadikan sebagai referensi tempat untuk memperkuat hubungan sosial yang positif serta membantu mengurangi kecemasan siswa terhadap konflik interpersonal yang dirasakan (Meherali et al., 2025).

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 7 No 6 Tahun 2026
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784



Dengan menerapkan kegiatan mini konseling yang telah dirancang, kegiatan ini menunjukkan bahwa mini konseling merupakan bagian dari layanan pendampingan bagi siswa. Hal ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi siswa/i untuk memperkuat hubungan sosial yang positif, Mendorong keterlibatan aktif siswa dalam memahami diri sendiri untuk menentukan langkah selanjutnya dalam melanjutkan pendidikan ke jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), serta mengembangkan strategi penanganan masalah secara mandiri maupun kelompok (Edy et al., 2025). Pemberian mini konseling di dalam Sekolah Menengah Pertama (SMP) ini, dijadikan sebagai langkah awal yang baik bagi siswa/i untuk merasa aman dalam berbagi pengalaman emosional sehingga meningkatkan keterhubungan sosial serta mengembangkan keterampilan pengelolaan stres dan koping adaptif dalam kehidupan sekolah sehari-hari (Meherali et al., 2025).

Program Workshop

Workshop merupakan kegiatan merupakan pembelajaran terstruktur yang memfokuskan pada pengalaman langsung peserta, interaksi, praktik keterampilan, serta refleksi terhadap proses yang dilakukan. workshop dirancang bukan sekadar ceramah tetapi sebagai ruang belajar aktif di mana siswa dapat mengembangkan keterampilan tertentu melalui praktik langsung dan diskusi kelompok. Secara fungsional, workshop berperan sebagai wadah pembelajaran yang melampaui metode konvensional, karena di dalamnya siswa tidak hanya menerima informasi, tetapi juga aktif memproses dan menerapkan pengetahuan (Sasongko et al., 2023).

Selain itu kegiatan ini memberikan manfaat berupa peningkatan keterampilan dalam berpikir kritis, *problem solving*, dan kreativitas siswa. Dalam workshop siswa dibiasakan untuk berpikir secara kreatif dan solutif dalam menyelesaikan tugas atau tantangan yang diberikan, sehingga mereka tidak hanya menjadi penerima informasi pasif, tetapi pembelajar yang aktif dan reflektif (Natalia et al., 2025).

Kegiatan workshop ini dilaksanakan sebagai salah satu program kerja KKN dengan sasaran siswa kelas VII sampai IX di SMP Negeri 2 Babelan, dengan tema Menulis Ekspresi Emosional. Kegiatan ini diawali dengan sesi pemaparan materi mengenai pengenalan emosi kepada siswa sebagai dasar pemahaman. Selanjutnya, siswa diminta untuk mengekspresikan perasaan dan emosi yang dirasakan melalui tulisan sebagai bentuk latihan pengungkapan diri.

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 7 No 6 Tahun 2026
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784



Melalui kegiatan ini, memperoleh gambaran langsung mengenai bagaimana siswa mengekspresikan perasaan, pikiran, dan pengalaman pribadi siswa/i melalui media tulisan. Dari hasil tulisan siswa, mahasiswa dapat melihat bahwa setiap siswa memiliki cara yang berbeda dalam mengungkapkan emosi, mulai dari yang mampu menuliskan perasaannya secara terbuka hingga yang masih menuliskannya secara singkat dan sederhana. Dengan demikian, menulis ekspresi emosional memberikan manfaat ganda bagi siswa SMP, secara personal membantu regulasi emosi dan secara akademik memperkuat keterampilan komunikasi tertulis.

KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di SMP Negeri 2 Babelan, dapat disimpulkan bahwa program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif bagi siswa. Kegiatan yang dirancang berdasarkan hasil observasi lingkungan sekolah mampu menjawab kebutuhan siswa dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis serta pengembangan potensi diri.

Program psikoedukasi memberikan pemahaman awal kepada siswa mengenai minat, bakat, dan pengenalan karir, sehingga mendorong siswa untuk lebih mengenali potensi diri serta mempersiapkan diri dalam menentukan pilihan pendidikan lanjutan ke jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Mini konseling berperan sebagai bentuk layanan pendampingan yang membantu siswa mengekspresikan perasaan dan permasalahan secara lebih terbuka dalam suasana yang aman dan suportif. Sementara itu, kegiatan workshop menulis ekspresi emosional memberikan ruang bagi siswa untuk mengelola emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta mengembangkan keterampilan berpikir kritis, pemecahan masalah, dan kreativitas.

Secara keseluruhan, kegiatan KKN ini tidak hanya memberikan manfaat bagi siswa SMP Negeri 2 Babelan, tetapi juga menjadi pengalaman pembelajaran yang bermakna bagi mahasiswa dalam mengimplementasikan ilmu psikologi secara langsung di lingkungan sekolah. Program ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam mendukung terciptanya lingkungan pendidikan yang lebih peduli terhadap kesejahteraan psikologis dan pengembangan diri siswa secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Edy, D. F., Nurmalitasari, F., Muhiddin, S., E, N. N. A. T., & Febrianti, W. (2025). Penguatan Positive Character (Strengths) Melalui Ruang Refleksi bagi Remaja. *ABDI: Jurnal*

Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat, *7*, 390–397. https://doi.org/https://doi.org/10.24036/abdi.v7i2.1145

Lestari, R. P., & Widyastuti, W. (2023). Psychological Well-Being of Students from Intact Families. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, *8*(1), 1–8. https://doi.org/10.21070/psikologia.v9i0.1701

Meherali, S., Nisa, S., Asmare, A., Ishola, A. G., & Lassi, Z. (2025). Safe spaces for youth mental health : A scoping review. *PLOS One*, 1–14. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0321074

Natalia, D., Johari, A., Naswir, M., Aswan, D. M., & Sanjaya, M. E. (2025). Workshop Peningkatan Motivasi Belajar Siswa : Solusi Praktis Bagi Guru- Guru IPA Gugus 1 Muaro Jambi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, *4*(2), 8135–8139. https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3019

Nuryana, S., & Retpitasari, E. (2025). Membangun Ruang Aman untuk Remaja Broken Home: Strategi Komunikasi Insan GenRe Kediri melalui Media Konsultasi Online. *Jurnal Komuniikasi Dan Dakwah Islam*, *3*. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30983/al-jamahiria.v3i1.8648 Al-Jamahiria

Pitria, P., Mudjiran, & Karneli, Y. (2024). The Role of School Counselors in Exploring Students ' Interests and Talents Through Counseling and Skill Education. *Journal of Psychology, Counseling And Education*, *2*(3), 175–187. https://doi.org/https://doi.org/10.58355/psy.v2i3.44

Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything , or Is It ? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(6), 1069–1081. https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Sasongko, S., Narida, M. G., Chandra, G. E., Pratiwi, N. I., & Haes, P. E. (2023). Workshop Public Speaking Bagi Guru dan Siswa / I SMP Negeri 3. *Jurnal ComunitA Servizio*, *5*. https://doi.org/https://doi.org/10.33541/cs.v5i2.5663

Syardiansyah. (2019). Peranan Kuliah Kerja Nyata Sebagai Bagian dari Pengembangan Kompetensi Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Universitas Samudra KKN Tahun 2017). *JIM UPB: Jurnal Ilmiah Manajemen*, 57–68. https://doi.org/https://doi.org/10.33884/jimupb.v7i1.915

Tambunan, K., Utami, C. A., Aurin, N., Wahidha, T. A., & Afilika, G. F. (2025). Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Kuliah Kerja Nyata : Strategi Pemberdayaan UMKM melalui Inovasi Produk Rumah Tangga dan Pelatihan Kecantikan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, *4*. https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jpmi.v4i3.5918