

Psikoedukasi Membangun Fondasi Belajar Anak Melalui Aktivitas Gerak

Jane Savitri*¹, Sharon Charish Abigail Wigoeno *², Kristofer Biaggi Susanto *³

^{*1,2}Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha

¹jane.savitri@psy.maranatha.edu

²ScharishA98@gmail.com

^{*3}Magister Psikologi Profesi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha

³kbiaggi@psy.maranatha.edu

Abstrak— Dalam dunia pendidikan, orangtua merupakan partner guru di sekolah. Mereka memiliki peran untuk memfasilitasi learning dan berbagai aspek perkembangan siswa. Sebagian besar orangtua belum pernah belajar tentang bagaimana mereka dapat memfasilitasi anak-anaknya belajar. Belajar bukan sekedar belajar secara akademik, dengan mengajarkan Matematika, Biologi, Ilmu Pengetahuan Sosial, dan sebagainya, namun terlebih penting lagi bagi anak-anak yang berada pada usia dini dan Sekolah dasar untuk mengetahui berbagai keterampilan dasar Learning yang akan menolong anak-anak mengembangkan pengetahuan dan keterampilan belajarnya pada usia yang lebih besar atau pada tingkat pendidikan yang lebih tinggi. Terdapat cukup banyak kasus mengindikasikan bahwa siswa PAUD, SD, SMP bahkan SMA mengalami hambatan dalam belajar. Bentuk-bentuk hambatan dalam belajar ini seperti rentang perhatian yang pendek, kesulitan konsentrasi, sulit mengingat materi yang disampaikan guru, bahkan sulit memahami instruksi guru dan orangtua. Pendekatan yang terbukti efektif untuk diterapkan dalam mengembangkan kemampuan belajar dasar (basic learning ability) siswa, yaitu menggunakan pendekatan aktivitas gerak. Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dalam bentuk psikoedukasi ini diberikan kepada para orangtua siswa di Sekolah Klasikal Terang Nusantar dan PUSPA (Pusat Pengembangan Anak) Terang Nusantara di Bandung. Melalui topik bahasan yang diberikan berharap orangtua dapat mengajak anak-anaknya bergerak dan melakukan permainan edukatif yang dapat meletakkan dasar-dasar/ fondasi yang kuat bagi perkembangan kemampuan belajar anak-anak mereka. Hasil evaluasi kegiatan melalui metode survei menunjukkan respon yang positif dari orangtua, demikian pula dengan hasil evaluasi berdasarkan pengetahuan dan sikap orang tua untuk mengaplikasikan materi yang dipelajari. Psikoedukasi ini dapat dilakukan pada orangtua siswa di sekolah lainnya.

Kata kunci— psikoedukasi, fondasi belajar, aktivitas gerak, orangtua

Abstract— In educational settings, parents are teachers' partners in developing children. They have a role to facilitate

learning and various aspects of student development. Most parents have never learned about how they can facilitate their children's learning. Learning is not just learning academically, such as Mathematics, Biology, Social Sciences, but it is even more important for children to know various basic learning skills that will help them develop their knowledge and learning skills at a higher level of education. There are quite a number of cases that indicate that Early Childhood Education, Elementary School, and High School students experience obstacles in learning. The forms of barriers to learning include short attention spans, difficulty concentrating, difficulty remembering, and even difficulty understanding the instructions. An approach that has been proven effective to be applied in developing students' basic learning abilities is using a physical activity approach. Community Service in the form of psychoeducation is given to parents of students at the Terang Nusantara Classical School and the Terang Nusantara PUSPA in Bandung. Through the topics given, it is hoped that parents can motivate their children to move and play educational games that can be a strong basis for the development of their children's learning abilities. The results of the evaluation of activities through the survey method showed a positive response from parents, as well as the results of the evaluation based on the knowledge and attitudes of parents to apply the material. This psychoeducation can be carried out on parents in other schools.

Keywords— psychoeducation, learning foundation, physical activity, parents

I. PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang bertujuan mengembangkan berbagai potensi anak sejak dini sebagai persiapan untuk hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Masa usia dini (0-6 tahun) merupakan masa keemasan (*golden age*) dimana peran stimulasi lingkungan (khususnya guru dan orangtua) yang kondusif akan dapat

mengembangkan pertumbuhan otak dan seluruh potensi anak. Mutiah (2010) mengemukakan bahwa masa ini merupakan periode kritis atau periode sensitif sehingga anak perlu diberi berbagai stimulasi yang diatur sebaik mungkin [1]. Masa ini juga adalah masa untuk meletakkan dasar pertama (fondasi belajar anak) dalam mengembangkan kemampuan fisik, kognitif, bahasa, sosial emosional, konsep diri, disiplin, kemandirian, seni, moral, dan nilai-nilai agama (Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Nomor 18 Tahun 2018) [2].

Proses perkembangan anak tidak berhenti pada masa PAUD, melainkan terus berlanjut pada masa Sekolah Dasar. Pada masa ini tuntutan belajar anak semakin bertambah dengan adanya materi pelajaran yang semakin kompleks dan tingkat kesulitan tugas yang semakin tinggi. Siswa diharapkan mampu mengembangkan keterampilan membaca, menulis dan berhitung. Selama proses pembelajaran, guru dan orangtua sering menemukan anak-anak yang mengalami kesulitan belajar. Anak-anak ini tidak mampu memenuhi tuntutan pembelajaran yang diberikan kepadanya. Kesulitan belajar ini dapat terlihat pada nilai tes atau nilai tugas mata pelajaran yang rendah atau tidak mencapai standar minimal yang ditetapkan guru.

Turnbul, Turnbull, Wechmeyer & Shogren (2013) menuliskan bahwa bentuk kesulitan belajar yang dialami anak dapat berupa kekurangmampuan dalam hal mendengar, berpikir, bicara, membaca, menulis, mengeja, atau mengerjakan operasi matematis. Lebih lanjut dikemukakan bahwa siswa dengan kesulitan belajar biasanya memiliki kecerdasan rata-rata atau di atas rata-rata, namun hampir selalu menampilkan pencapaian akademik yang rendah dalam satu atau lebih bidang [3]. Dalam area membaca, biasanya ada kata yang dihilangkan, ditambahkan, diganti, dan/atau tertukar ketika siswa diminta membaca, siswa masih mengeja kata-kata yang diucapkan dan mengalami kesulitan dalam memahami apa yang mereka baca karena mereka memiliki keterbatasan dalam mengingat kembali fakta, alur, serta tema. Dalam area menulis, siswa sulit untuk mengekspresikan ide dalam bentuk tulisan, sulit menyusun dan mengembangkan ide, ada bagian huruf yang tertukar, dihilangkan atau terbalik penulisannya. Dalam area berhitung, siswa seringkali salah dalam memahami konsep matematika, sulit dalam mengingat rumus matematika, dan dalam menuliskan kembali angka-angka.

Pada masa Sekolah Dasar, penting bagi anak untuk mengembangkan *sense of competence*, yaitu penghayatan bahwa dirinya memiliki kemampuan. Kesulitan belajar yang dialami berpotensi membuat anak menghayati bahwa dirinya tidak kompeten. Mereka merasa minder, tidak percaya diri, sehingga mengarah pada pembentukan konsep diri yang negatif, bahkan *self-esteem* yang rendah. Erikson menyatakan bahwa anak pada masa Sekolah Dasar menghadapi krisis *industry versus inferiority* Woolfolk

(2016) (Woolfolk, 2016). Apabila siswa tidak mampu menghayati dan mengalami bahwa dirinya dapat menguasai pengetahuan atau keterampilan-keterampilan, maka ia akan mengalami krisis ini dengan pengalaman kesulitan belajarnya.

Para ahli menemukan adanya hubungan antara gerakan dan kemampuan belajar. Blythe (2009) menjelaskan bahwa gerakan yang dilakukan anak akan membantu anak untuk mampu memberikan atensi (*attention*), lebih seimbang (*balance*) dan melatih kemampuan koordinasi anak (*coordination*). Ketika hal ini mengawali proses bagi anak-anak untuk mencapai kesuksesan belajar [5]. *Attention* merupakan kemampuan untuk mengarahkan dan mempertahankan kondisi mental fisik pada satu tugas, sekaligus berhenti memperhatikan stimulus lingkungan yang tidak relevan atau yang dapat mengganggu fokus pada pengerjaan tugas. *Balance* merupakan kemampuan untuk menjaga stabilitas tubuh, siap untuk merespon dengan cara apapun yang diperlukan untuk mengubah posisi tubuh. Posisi seimbang atau duduk tenang ini membuat anak dapat berkonsentrasi maupun mengontrol gerakan mata yang diperlukan untuk koordinasi, membaca dan menulis. Sedangkan *coordination* merupakan ekspresi keluar dari organisasi mental yang melibatkan keseimbangan, posisi tubuh/ postur dan kontrol gerakan secara bersama-sama.

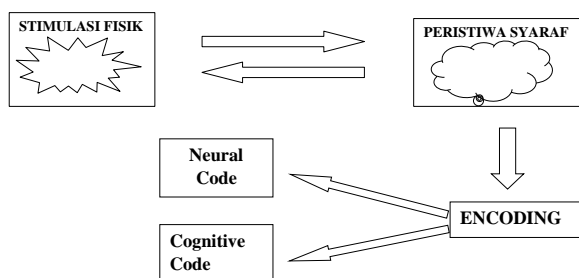
Terdapat sebuah komponen yang diperlukan untuk mendukung kesuksesan belajar anak di sekolah, yaitu *strength*. Komponen ini berkaitan dengan kekuatan otot-otot tubuh yang diperlukan anak untuk melakukan aktivitas belajarnya, seperti duduk tegak dalam waktu yang cukup lama, juga untuk menulis yang membutuhkan kekuatan punggung, lengan, tangan dan jari. Pentingnya unsur kekuatan otot dan energi fisik yang mendukung anak untuk beraktivitas ini dikemukakan oleh Mutiah (2010). Anak-anak yang ototnya lemah, akan merasa mudah lelah, tulisan jelek, terlalu tipis jika menggunakan pensil. Payne and Isaacs (2012) memberikan contoh-contoh bahkan menguraikan dengan detil tentang ragam gerakan yang menggunakan *gross-movement* dan *fine movement*, seperti berlari, melompat, melempar dan menangkap bola menggunakan tangan, menerima bola dan menendangnya menuju sasaran tertentu [6].

Salah satu pendekatan yang terbukti efektif untuk membantu anak mengembangkan kemampuan belajarnya, yaitu menggunakan pendekatan aktivitas gerak. Bagi anak usia dini dan Sekolah Dasar khususnya, aktivitas gerak yang dilakukan anak tidak terlepas dengan konsep bermain (*play*). Selain bermanfaat untuk membantu mencapai aspek perkembangan anak, bermain juga merupakan hal yang menyenangkan bagi anak. Kegiatan bermain adalah kegiatan yang memberikan pengalaman belajar secara langsung kepada anak sebagai dasar pembentukan sikap, perolehan pengetahuan, dan keterampilan.

Dengan cara bermain, anak-anak akan melakukan gerakan-gerakan. Gerakan anak tersebut dapat menyusun dan mengembangkan struktur dan susunan saraf pusat. Proses perkembangan ini berlangsung terus-menerus dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Penginderaan merangsang gerakan dan gerakan merangsang, memengaruhi perkembangan penginderaan. Keduanya saling mengisi dan mendukung. Gerakan juga berkaitan dan berinteraksi dengan pengalaman emosional (merangsang kegembiraan dan kewaspadaan). Sebaliknya, perasaan (kegembiraan) bisa diekspresikan atau dinyatakan dalam gerakan.

Gerakan juga memungkinkan kontak sosial antar manusia, misal antar ibu dan anak, sebaliknya, kontak sosial antar manusia juga merangsang gerakan. Gerakan juga bekerja timbal balik dengan eksplorasi dari lingkungan dan cara kerja lingkungan sehingga menciptakan pemahaman. Pemahaman tersebut dapat merangsang perasaan ingin tahu. Gerakan merupakan dasar dari pengamatan dan pengamatan merangsang rasa ingin tahu. Pengamatan memberikan pengetahuan dan pengalaman. Sedangkan pengetahuan dari pengalaman merupakan dasar untuk kemampuan berpikir atau pemahaman dalam pengertian yang luas (Schaeffgen, 2008) [7]. Semua ini merupakan sesuatu yang penting dan merupakan dasar untuk belajar bahasa atau bicara, berpikir dan pendidikan akademis (seperti membaca, menulis, menghitung).

Gambar 1 merupakan gambaran tentang transformasi / perubahan bagaimana energi fisik melalui aktivitas gerak anak diubah menjadi energi saraf yang dapat memperkuat proses learning. Gambar ini menjelaskan proses dimana panca indera mengubah energi fisik ke sinyal-sinyal listrik yang kemudian menjadi impuls syaraf dan diteruskan ke otak untuk diproses.



Gambar 1. Skema transformasi energi fisik menjadi energi saraf.

Jika ditelusuri kembali, maka semuanya akan berawal dari panca indera anak yaitu penglihatan, pendengaran, perabaan, pengecap, dan penciuman. Ditambah indera lain seperti proprioseptik (sikap dan gerakan tubuh), vestibuler (keseimbangan), dan visceral (sensasi dari organ dalam tubuh). Gabungan dari fungsi seluruh indera ini akan

memperkuat proses belajar anak. Jika merujuk pada teori Vallet (1969) tentang *Basic Learning Abilities*, sebelum anak memiliki keterampilan berbahasa, keterampilan sosial, keterampilan konseptual, integrasi sensori – motorik, mereka harus memiliki perkembangan motorik kasar yang baik (seperti merangkak, duduk, berjalan, berlari, melempar, melompat). Perkembangan motorik kasar (*gross-motor development*) adalah perkembangan dan kesadaran aktivitas otot besar. Keterampilan motorik kasar ini, seperti yang telah diungkapkan oleh Schaeffgen (2008) [8], diperoleh anak ketika mereka melakukan gerakan, yaitu melalui bermain sebagai bentuk stimulasi yang diberikan oleh lingkungan.

Lingkungan yang dapat membantu stimulasi anak adalah guru dan orangtua. Orangtua adalah rekan guru di sekolah. Mereka adalah pengamat yang baik dan orang yang paling dekat dengan anaknya. Orangtua ikut merasakan dari dekat pertumbuhan dan perkembangan sehari-hari anak, mengupayakan peningkatan kemampuan semua indera anak untuk menguasai dunia dan lingkungannya. Dengan cara ini maka orangtua mengamati perkembangan pada anak, sehingga pada dasarnya orangtua memiliki peran untuk memfasilitasi *learning* dan berbagai aspek perkembangan anaknya. Akan tetapi sebagian besar orangtua belum pernah belajar tentang bagaimana mereka dapat memfasilitasi anak-anaknya dalam belajar.

Belajar dalam hal ini bukan sekadar belajar secara akademik, tetapi seperti yang sudah diungkapkan sebelumnya adalah dengan memberikan stimulasi melalui gerakan dan bermain. Apabila orangtua kurang membantu anak dengan memberikan stimulasi gerak, maka hal ini akan berdampak pada perkembangan motorik anak. Jika anak kurang mampu untuk mengembangkan motoriknya dengan baik maka anak akan mengalami hambatan dalam belajar kelak ketika mereka ada di jenjang pendidikan selanjutnya. Hal ini dikarenakan kurangnya stimulasi motorik anak akan berpengaruh pada koordinasi – keseimbangan tubuh, dan akan membuat anak menjadi sulit fokus dan kesulitan dalam membaca, menulis, dan menghitung. Sedangkan pada kenyataannya, anak membutuhkan atensi dan konsentrasi untuk dapat mengikuti berbagai pelajaran di sekolah. Bentuk-bentuk hambatan dalam belajar yang sering ditemui nantinya adalah seperti rentang perhatian yang pendek, kesulitan konsentrasi, sulit mengingat materi yang disampaikan guru, bahkan sulit memahami instruksi yang diberikan oleh guru dan orangtua.

Cara untuk menolong anak PAUD dan SD untuk mencegah dan mengatasi kesulitan belajar, belum banyak diketahui dan diaplikasikan oleh orangtua. Diperlukan sebuah pendekatan sederhana namun efektif yang dapat dilakukan orangtua untuk dapat membangun fondasi belajar anak-anak, yaitu melalui aktivitas gerak. Melalui aktivitas gerak ini, orangtua dan anak juga dapat mengembangkan iklim emosional yang hangat dan menyenangkan, keluar

dari rutinitas mengerjakan tugas akademik bagi anak dan tugas rutin pekerjaan orangtua.

Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) kepada orangtua siswa di Sekolah Klasikal Terang Nusantar dan PUSPA (Pusat Pengembangan Anak) Terang Nusantara di Bandung ini bertujuan sebagai berikut:

1. Orangtua menyadari pentingnya mengembangkan potensi belajar anak
2. Orangtua memahami keterkaitan gerakan dan kemampuan belajar anak
3. Orangtua mau berperan aktif untuk memberikan stimulasi yang tepat guna mengembangkan kemampuan belajar anak

Bentuk intervensi yang paling sesuai untuk mencapai tujuan tersebut yaitu psikoedukasi. Psikoedukasi adalah kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan/ atau keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya dan/ atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas atau masyarakat, atau kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman bagi lingkungan terutama keluarga) tentang gangguan yang dialami seseorang (Kode Etik Psikologi Indonesia, 2010) [9], yang dalam konteks ini yaitu kesulitan/ hambatan belajar yang dialami anak. Sedangkan perancangan modul psikoedukasi yang dilakukan merujuk pada prinsip “merancang program dan modul psikoedukasi” dari Supratiknya (2011) [10].

Melalui kegiatan PkM ini diharapkan orangtua dapat mengajak anak-anaknya bergerak dan melakukan permainan edukatif yang dapat meletakkan dasar-dasar/ fondasi yang kuat bagi perkembangan kemampuan belajar anak-anak.

II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini merupakan bagian dari pembekalan *parenting* bagi orangtua siswa di Sekolah Terang Nusantara dan Puspa Terang Nusantara Bandung. Sebelum pelaksanaan kegiatan, penulis berkomunikasi dengan pihak sekolah untuk mengetahui siapa sasaran psikoedukasi dan apa yang diharapkan pihak sekolah berkaitan dengan diadakannya kegiatan ini. Setelah diperoleh kejelasan dan kesepakatan dengan pihak sekolah, maka penulis menetapkan tujuan dan merancang modul psikoedukasi bagi orangtua siswa.

Kegiatan dalam bentuk pemberian psikoedukasi bagi orangtua siswa Taman Kanak-Kanak dan Sekolah Dasar diadakan pada tanggal 23-24 April 2021. Tanggal 23 April 2021 dilakukan persiapan teknis dan koordinasi tim yang terlibat. Sedangkan tanggal 24 April 2021 merupakan pelaksanaan kegiatan yang dilakukan pada pk. 09.00-11.00 WIB. Kegiatan psikoedukasi dengan topik “Membangun Fondasi Belajar Anak Melalui Aktivitas Gerak” dilakukan secara daring (dalam jaringan) menggunakan platform

Zoom Meeting dan termasuk dalam pembelajaran secara sinkron. Pembelajaran secara sinkron merupakan proses belajar dimana semua peserta tidak harus ada secara fisik di tempat yang sama selama psikoedukasi akan tetapi terlaksana dalam waktu yang sama (Silberman & Biech, 2015) [11].

Terdapat tiga tahap dalam pelaksanaan kegiatan psikoedukasi.

A. Pada tahap pertama, aktivitas psikoedukasi dimulai dengan moderator mengawali dengan memperkenalkan pembicara, menjelaskan tujuan dari proses pelaksanaan Psikoedukasi, dan menjelaskan alur pemaparan materi dan tanya jawab.

B. Pada tahap kedua, narasumber memaparkan materi psikoedukasi “Membangun Fondasi Belajar Anak Melalui Aktivitas Gerak” dengan metode ceramah yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang alasan dan pentingnya aktivitas gerak bagi anak. Nara sumber juga menggunakan metode simulasi dengan memberikan contoh-contoh aktivitas gerak yang dapat dilakukan orangtua dan anak melalui pemutaran video. Setelah itu, orangtua juga diberi kesempatan untuk mempraktikkan sebuah aktivitas gerak menggunakan bola yang dipantulkan ke tembok di rumah masing-masing.

C. Pada tahap ketiga, moderator memfasilitasi sesi tanya jawab. Setelah sesi ini berakhir, moderator menyampaikan kesimpulan akhir dari psikoedukasi yang dilaksanakan, serta memberikan arahan bagi para orangtua untuk mengisi link evaluasi kegiatan dan foto bersama.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Menurut Sugiyono (2014) metode kuantitatif adalah metode yang menekankan pada aspek pengukuran secara objektif terhadap fenomena sosial [12]. Sedangkan teknik pengambilan data yang digunakan adalah teknik survei. Kuesioner evaluasi kegiatan dalam bentuk *Google Form* diberikan kepada peserta menjelang akhir kegiatan. Link *Google Form* dibagikan melalui *chat room* pada aplikasi Zoom. Data diolah menggunakan perhitungan statistik deskriptif berupa persentase jawaban responden yang dipaparkan dalam bentuk diagram batang.

Jumlah orangtua yang berpartisipasi dalam kegiatan seminar parenting ini sebanyak 95 orang. Peserta merupakan orangtua siswa TK dan SD di sekolah Terang Nusantara dan PUSPA Terang Nusantara. Para peserta juga antusias dengan respon yang mereka berikan berupa menjawab pertanyaan yang diajukan nara sumber maupun mengajukan pertanyaan, bahkan sampai melebihi batas waktu yang ditetapkan semula oleh pihak sekolah. Bahkan seluruh peserta tersebut mengisi *Google Form* evaluasi kegiatan.

Setelah kegiatan PkM berakhir, data evaluasi peserta yang diperoleh melalui *Google Form* diolah menggunakan statistik deskriptif. Hasilnya dipaparkan dalam bentuk

diagram batang. Laporan PkM juga diserahkan kepada LPPM sebagai pertanggungjawaban atas kegiatan yang telah dilakukan.

III. DISKUSI

Berikut ini merupakan hasil rekap atas evaluasi kegiatan PkM yang dihadiri oleh 95 peserta, yaitu orangtua siswa PAUD dan SD. Sebagian besar orangtua siswa (63,40%) berusia 20-40 tahun dan selebihnya (36,60%) orangtua berusia 41-60 tahun. Sebanyak 68,80% orangtua berpendidikan Sarjana/ Diploma dan 22,60% berpendidikan SMA/ SMK, sedangkan sisanya berpendidikan SMP, S2 dan S3.

Guna mengetahui keberhasilan atau ketercapaian tujuan PkM, maka dilakukannya evaluasi psikoedukasi. Evaluasi yang dilakukan merujuk pada teori Kirkpatrick & Kirkpatrick (2006) yang mengemukakan tentang adanya 4 level evaluasi yang dapat dipilih sesuai dengan tujuan psikoedukasi [13]. Dengan mempertimbangkan tujuan psikoedukasi “Membangun Fondasi Belajar Melalui Aktivitas Gerak”, maka psikoedukasi ini hanya akan dievaluasi berdasarkan dua level saja, yaitu level *reaction* dan evaluasi level *learning*.

Melalui evaluasi level *reaction* ingin dilihat reaksi orangtua atas pemberian materi. Hampir seluruh peserta menyatakan bahwa materi yang disampaikan menarik, yaitu 59,10% menjawab sangat menarik, 37,60% menjawab menarik, sedangkan sisanya menjawab kurang menarik. Hampir seluruh peserta menyatakan bahwa materi yang disampaikan bermanfaat bagi mereka, yaitu sebesar 65,60% menjawab sangat bermanfaat, 33,30% bermanfaat, dan 1,10% menjawab tidak bermanfaat (Gambar 2). Sebagian besar peserta menyatakan bahwa pembicara sangat menguasai materi (83,90%) dan 16,10% menyatakan bahwa pembicara cukup menguasai materi. Terkait pemahaman materi, seluruh peserta mengemukakan bahwa mereka mampu memahami materi yang disampaikan, yaitu 68,80% menjawab sangat paham dan 31,20% menjawab cukup paham.

Gambar 2. Manfaat materi psikoedukasi

Evaluasi level *learning* dilakukan untuk melihat sejauh mana terjadinya proses learning dalam diri peserta. Sebagian besar peserta (92,50%) menyatakan bahwa mengembangkan potensi anak merupakan hal yang sangat penting, dan sisanya sebanyak 7,50% peserta menjawab cukup penting (Gambar 3). Hampir seluruh peserta menyatakan bahwa mereka memahami keterkaitan antara gerakan dan kemampuan belajar anak, yaitu 57% sangat paham, 41,9% paham, dan 1,10% menjawab tidak paham

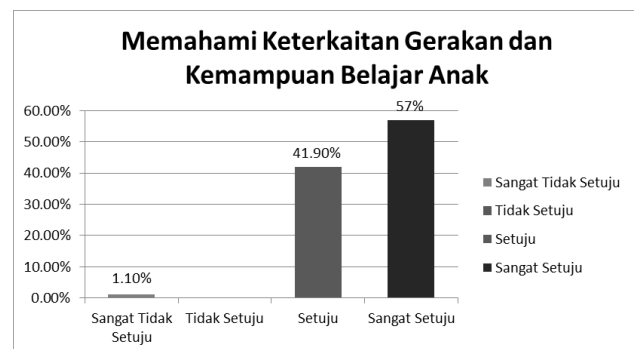


(Gambar 4). Kedua pertanyaan di atas menggali aspek kognitif peserta berdasarkan materi yang mereka pelajari. Pertanyaan berikutnya merupakan aspek konatif dalam diri peserta setelah mengikuti psikoedukasi. Hampir seluruh peserta termotivasi untuk memberikan stimulasi aktivitas gerak guna mengembangkan kemampuan belajar anak, yaitu 60,20% sangat terdorong dan 38,70% terdorong untuk memberikan stimulasi gerak, sedangkan 1,10% peserta tidak terdorong untuk memberikan stimulasi gerak pada anak (Gambar 5).

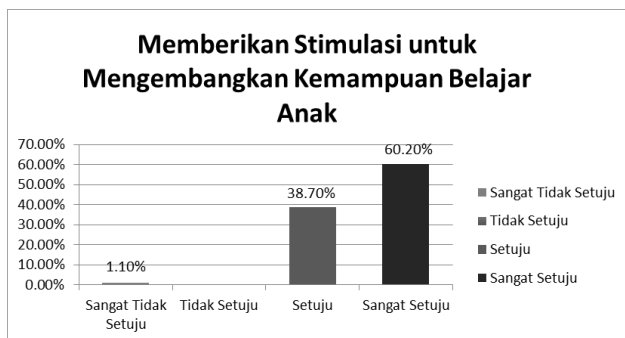


Gambar 3. Pentingnya mengembangkan potensi belajar anak

Gambar 4. Pemahaman dinamika keterkaitan gerakan dan kemampuan

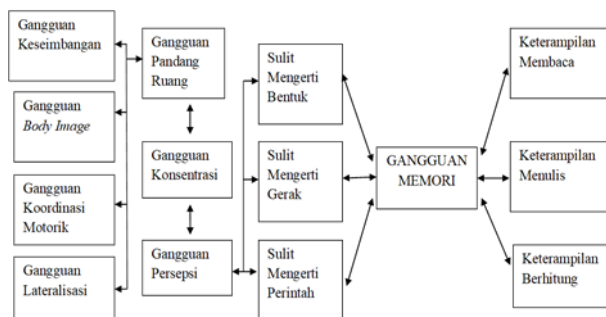


belajar anak



Gambar 5. Motivasi untuk memberikan stimulasi gerak

Setyono (2010) [14], yang pada periode ini menjabat sebagai Ketua Asosiasi Psikolog Sekolah Indonesia (APSI) memberikan sebuah skema kesulitan belajar yang menggambarkan dinamika antara kesulitan belajar dan keterampilan belajar anak. Skema ini dapat menolong orangtua dan guru untuk lebih memahami kompleksitas masalah belajar anak dan tidak memberikan label negatif pada anak, seperti malas atau bodoh, melainkan mulai lebih berempati, mencari dimana letak kesulitan belajar yang dialami anak dan melakukan tindakan konkrit untuk memfasilitasi anak melakukan aktivitas gerak yang tepat.



Gambar 6. Skema Kesulitan Belajar

Berikut adalah foto dari video contoh gerakan yang ditunjukkan kepada para orangtua sebelum mereka melakukan simulasi di rumah masing-masing menggunakan bola yang sudah disiapkan sebelumnya. Melalui aktivitas ini, orangtua diajak untuk menghayati apa yang mereka alami terkait dengan *attention*, *balance*, *coordination* dan *strength*, ketika mereka mencoba melakukan salah satu aktivitas lempar tangkap bola. Kesadaran baru yang mereka temukan melalui *debrief*, berharap dapat menolong orangtua untuk memahami kaitan antara gerakan dan kemampuan belajar anak, khususnya bagaimana energi fisik diubah menjadi energi psikis untuk memperkuat proses *learning*.



Gambar 7. Aktivitas gerak oleh Jane Savitri



Gambar 8. Foto kegiatan

Berdasarkan evaluasi psikoedukasi baik level *reaction* maupun level *learning*, terlihat bahwa program psikoedukasi ini telah mencapai target seperti yang direncanakan. Modul psikoedukasi yang dirancang, dapat memenuhi kebutuhan peserta yang adalah orangtua siswa PAUD dan SD. Modul psikoedukasi ini merupakan modul yang dikembangkan penulis berdasarkan sumber-sumber referensi, dengan pemberian kesempatan secara langsung kepada orangtua untuk mempraktekkan aktivitas gerak. Hal ini menjadi suatu keunggulan dalam program psikoedukasi.

Meskipun hasil evaluasi kegiatan menunjukkan hasil yang positif, kegiatan ini akan dapat memberikan dampak yang lebih besar apabila dilanjutkan dengan sesi kedua yang memberikan kesempatan lebih banyak kepada orangtua untuk mengaplikasikan beberapa aktivitas gerak bersama dengan anak. Sesi usulan ini lebih merupakan sesi pengembangan dari sesi dasar yang belum sampai mengukur level behavior peserta, melainkan sebatas pemahaman dan dorongan atau motivasi untuk menerapkan aktivitas gerak kepada dan bersama anak. Alat-alat yang digunakan juga dapat lebih bervariasi sehingga aktivitas dapat dibuat menjadi menyenangkan bersama anak.

Selama pelaksanaan PkM, seluruh proses berjalan dengan lancar. Tidak ada kendala yang ditemui, termasuk internet. Suara jelas, gambar dan video juga ditayangkan

tanpa ada masalah. Justru ada keuntungan yang diperoleh ketika 95 orangtua dapat mempraktikkan aktivitas lempar tangkap bola di rumah masing-masing, di mana aktivitas ini tidak akan mungkin dilakukan oleh semua peserta apabila dilakukan di salah ruangan di sekolah.

IV. KESIMPULAN

Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan respon yang positif dari orangtua, demikian pula dengan hasil evaluasi berdasarkan pengetahuan dan sikap orang tua untuk mengaplikasikan materi yang dipelajari.

Psikodukasi mengenai “Membangun Fondasi Belajar Anak” ini secara umum dinyatakan menarik dan bermanfaat. Peserta merasa bahwa pembicara menguasai materi yang dibawakan dan mampu memahami materi yang telat disampaikan. Peserta merasa dirinya cukup paham akan materi yang dijelaskan dalam psikodukasi ini.

Ketercapaian target materi pada psikodukasi ini secara umum baik, karena peserta menyadari bahwa mengembangkan potensi belajar anak itu adalah hal yang sangat penting sehingga peserta terdorong untuk memberikan stimulasi dalam mengembangkan kemampuan belajar anak. Peserta mampu untuk memahami kaitan antara gerakan dan kemampuan belajar anak melalui psikodukasi ini. Peserta akan memberikan stimulasi kepada anak-anaknya untuk mengembangkan kemampuan belajar anak.

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan, maka kegiatan ini dapat direkomendasikan untuk diaplikasikan pada orangtua dan guru-guru di sekolah yang lain. Semakin banyak orangtua yang memahami bahkan memfasilitasi aktivitas gerak anak, maka akan semakin positif dampak yang dihasilkan, yaitu anak memiliki fondasi belajar yang kuat bagi masa depan pendidikan dan kariernya

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Oengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Kristen Maranatha yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM). Terima kasih juga kepada Kepala Sekolah yang telah menggerakkan guru-guru dan orangtua siswa Sekolah Klasikal Terang Nusantar dan PUSPA (Pusat Pengembangan Anak) Terang Nusantara di Bandung yang telah ikut berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- <https://jdih.kemdikbud.go.id/arsip/RPM%20Penyediaan%20Layanan%20%20PAUD%20-%2030042018%20edit%20sam%20regulasi.pdf>. [Accessed 5 September 2021].
- [3] A. Turnbull, H. R. Turnbull, M. L. Wehmeyer and K. A. Shogren,] Exceptional Lives, 7th ed., New York: Pearson Education, Inc., 2013.
- [4] A. Woolfolk, Educational Psychology, 13th ed., New York: Pearson] Education, Inc., 2016.
- [5] S. G. Blythe, Attention, Balance, and Coordination, The A.B.C. of] Learning Success, Oxford: John Wiley & Son, 2009.
- [6] V. G. Payne and L. D. Isaacs, Human Motor Development, 8th ed.,] New York: McGraw-Hill Companies, 2012.
- [7] R. E. Vallet, Programming Learning Disabilities, California: Pearson,] 1969.
- [8] R. Schaeffgen, Konsep Sensori Integrasi, Bandung: Yayasan Surya] Kanti, 2008.
- [9] HIMPSI, Kode Etik Psikologi Indonesia, Jakarta: Pengurus Pusat] Himpunan Psikologi Indonesia, 2010.
- [1] A. Supratiknya, Merancang Program dan Modul Psikodukasi,] Yogyakarta: Sanata Dharma University Press, 2011.
- [1] M. Silberman and E. Biech, Active Training: A Handbook of] Techniques, Designs, Case Examples, and Tips (4th Edition), New Jersey: Wiley, 2015.
- [1] Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif, Bandung:] Alfabeta, 2014.
- [1] D. L. Kirkpatrick and J. D. Kirkpatrick, Evaluating Training Program,] 3rd ed., San Fransisco: Berrett-Koehler Publishers, Inc., 2006.
- [1] I. L. Setyono, *Pelatihan Penanganan Kesulitan Belajar*, Bandung:] Biro Konsultasi Psikologi Dwipayana, 2010.
- [1] D. Mutiah, Psikologi Bermain Anak Usia Dini, Jakarta: Kencana] Prenada Media Group, 2010.
- [2] Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, “Peraturan] Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 18: Penyediaan Layanan Pendidikan Anak Usia Dini,” 2018. [Online]. Available: