

Learning From the Field :

Membumikan Teori Psikologi

Dalam Kehidupan Nyata di Masyarakat



Yulia Fitriani, S.Psi., MA, dkk


pena persada

LEARNING FROM THE FIELD :
Membumikan Teori Psikologi Dalam
Kehidupan Nyata Di Masyarakat

Yulia Fitriani, S.Psi., MA, dkk



PT. PENA PERSADA KERTA UTAMA

LEARNING FROM THE FIELD :
Membumikan Teori Psikologi Dalam
Kehidupan Nyata Di Masyarakat

Penulis:

Yulia Fitriani, S.Psi., MA, dkk

Editor:

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.
Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog
Dr. Yuarini Wahyu Pertiwi, S.H., M.Psi., Psikolog
Yomima Viena Y. S. M.Si

QRSBN: 62-0106-00539-5

Design Cover:

Yanu Fariska Dewi

Layout:

Hasnah Aulia

PT. Pena Persada Kerta Utama

Redaksi:

Jl. Gerilya No. 292 Purwokerto Selatan, Kab. Banyumas
Jawa Tengah.
Email: penerbit.penapersada@gmail.com
Website: penapersada.id. Phone: (0281) 7771388

Anggota IKAPI: 178/JTE/2019

All right reserved
Cetakan pertama: 2023

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang
memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan cara apapun
tanpa izin penerbit

KATA PENGANTAR

Pembelajaran merupakan proses untuk menuju perubahan progresif, baik dalam aspek kognitif, afektif maupun psikomotorik. Kegiatan belajar dapat dilakukan di mana saja, di rumah, di ruang-ruang kelas dalam sekolah, kampus dan juga berbagai lapangan kehidupan. Dengan demikian semua proses yang terjadi merupakan bagian dari bentuk pembelajaran.

Untuk mahasiswa kegiatan pembelajaran sudah terfokus pada bidang keahlian yang akan dirintis dan dikembangkan, sehingga mereka sudah memilih program studi yang mengarah pada bidang tersebut. Kegiatan belajar mahasiswa secara formal dilakukan dalam ruang-ruang kelas, mempelajari berbagai bentuk keahlian, baik berupa konsep yang harus dipahami secara kognitif dan juga berbagai keterampilan yang mendukung kepada bidang keahlian tertentu. Pemahaman yang baik akan teori dan konsep serta keterampilan pendukung adalah hal yang harus dimiliki mahasiswa, namun juga mereka harus merupakan bagian utuh dari masyarakat.

Sebagai warga masyarakat para mahasiswa harus menyadari bahwa ada banyak yang mereka harus pahami dari lingkungan sekitar untuk kemudian melihat kondisi tersebut dalam perspektif keilmuan yang mereka miliki. Kehidupan di masyarakat memiliki keragaman kondisi dan permasalahan memerlukan pihak yang peduli untuk mengatasi masalah tersebut. Mahasiswa sebagai *agent of change* perlu memiliki *sense of problem* dengan menggunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu masyarakat tersebut. Untuk masa sekarang belajar dari lapangan menjadi bagian dari bentuk implementasi dari kurikulum Merdeka Belajar kampus merdeka yang memiliki spirit untuk menghadirkan mahasiswa dalam kehidupan nyata.

Buku ini merupakan kumpulan dari berbagai tulisan dosen dan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dalam aktivitas mereka di kehidupan masyarakat. Membahas berbagai problema dan dinamika masyarakat serta berbagai upaya mereka untuk terlibat dalam mengatasi berbagai masalah yang ada.

Ini merupakan bentuk bagaimana ilmu pengetahuan dimanfaatkan bagi kebaikan kehidupan Bersama, bukan hanya disimpan dimemori masing-masing atau dalam publikasi jurnal, tetapi ilmu yang bermanfaat bagi kita “ anggota masyarakat”.

Terimakasih untuk para dosen dan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya atas berbagai upaya untuk terus mengembangkan diri menuju warga masyarakat yang berkemajuan dan berkeadaban.

Bekasi, 28 Maret 2023

Dekan Fakultas Psikologi Ubhara Jaya

Prof, Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga Desa Babelan Kota Melalui Pendekatan Psikoedukasi.....	1
Penyuluhan Mengenai Penanggulangan Kenakalan Remaja Dan Penyuluhan Kepada Orangtua Mengenai Fase Perkembangan Anak Di Rw 025 Perumahan Graha Prima	11
Psikoedukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Sps Bunga Tanjung.....	19
Meningkatkan <i>Psychological Well-Being</i> Melalui Manajemen Stres Dan Positive Mind Pada Ibu Rumah Tangga Kampung Teluk Buyung Rt 001/002	27
Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Anak	38
Pola Asuh: Kelekatan Antara Orang Tua Dan Anak Di Desa Sukamekar Kabupaten Bekasi.....	44
Upaya Memelihara Kesejahteraan Psikologis Melalui Psikoedukasi <i>Bullying</i> & Kesadaran Diri Pada Remaja di Kecamatan Bekasi Utara.....	54
Mengoptimalkan Pembentukan Karakter Dan Mengembangkan Potensi Diri Pada Remaja Desa Babelan Kota	62
Parenting Education Dalam Meningkatkan Kesadaran Terhadap Kepedulian Anggota Keluarga Dan Seksual Edukasi Untuk Anak	72
Strategi Membangun Pola Pengasuhan Positif Bagi Anak Usia Dini Di Perum. Griya Family Iv Rw 16, Desa Sarimukti, Kec. Cibitung	83
Peningkatan Literasi Digital Dan Pola Asuh Anak Di Desa Setiamekar Rw 004	92
<i>Journaling</i> Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja	105
Upaya Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Warga Desa Mustikajaya Melalui Program Program Pembelajaran Lapangan.....	119
Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Penduduk Lanjut Usia (Lansia) Di Desa Sukamekar Kabupaten Bekasi	129
Sosialisasi Pola Asuh Kesehatan Mental Anak Di Rw 002 Kelurahan Aren Jaya Bekasi	137

Sosialisasi Kepada Masyarakat Mengenai Kenakalan Remaja Di Kampung Rawa Bebek Rw.015 Kota Bekasi	156
Psikoedukasi Optimalisasi Tumbuh Kembang Melalui Sensory Integrasi Anak	166
Psikoedu Pola Asuh Pada Warga Desa Lambangsari	179
Memelihara dan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga di Pedesaan	188
Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Melalui Peningkatan Literasi Kesehatan Mental	201
Psikoedukasi Pola Asuh Dan Pentingnya Akan Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Kampung Rawa Lele	209
Psikoedukasi Remaja: Wiyata Untuk Jiwa Yang Berkualitas	221
Psikoedukasi Psychological Well-Being Terhadap Anak-Anak Penghuni Panti Yatim Indonesia Asrama Cabang Juanda	233
Pentingnya Pengasuhan Dan Kelekatan Anak Di Desa Jejalen....	242
Sosialisasi Harga Diri Dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Pada Anak Yayasan	251
Pola Asuh Terhadap Anak Kecanduan <i>Gadget</i>	265

Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga Desa Babelan Kota Melalui Pendekatan Psikoedukasi

Penulis:

Wahyu Aulizalsini, M.Psi., Psikolog

Rahmat Fauzi

Zahrina Salwa Sudrajat

Fadilla Wulandari

Radiva Febrian Arinda

M. Dimas Nur Alim

Ingrid Margaretha

Nabiilah Dwi Syaputri

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan merupakan suatu bentuk pembelajaran berupa pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh sekelompok mahasiswa dalam rangka memajukan kesejahteraan masyarakat dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Program Pembelajaran Lapangan ini diselenggarakan melalui berbagai kegiatan yang berhubungan dengan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan atau psikoedukasi, pelatihan, kursus, dan kegiatan lain sejenis yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, kreatifitas atau karakter masyarakat sasaran yang dituju. Program Pembelajaran Lapangan merupakan salah satu mata kuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa, sebagai calon sarjana yang profesional, dan berorientasi dalam bidang pengabdian pada masyarakat. Mata kuliah Program Pembelajaran Lapangan ini, memiliki bobot 3 SKS yang ditawarkan pada semester VII (tujuh), dan merupakan salah satu syarat mutlak bagi mahasiswa dalam menyelesaikan studinya.

Desa yang dijadikan lokasi ini pun masih terbilang sangat minim edukasi pentingnya kesadaran akan kesehatan mental serta pendidikan seks usia remaja. Saat observasi ditemukan hanya sedikit warga yang memiliki pemahaman mengenai edukasi kedua hal tersebut. Program Pembelajaran Lapangan ini diselenggarakan di Desa Babelan Kota yang mana merupakan salah satu desa yang berada di kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Mayoritas masyarakatnya berpencaharian sebagai Buruh harian lepas, Buruh tani, perdagangan, industri rumah tangga serta karyawan swasta dan negeri. Tercatat ada 37.741 jiwa penduduk yang tinggal di desa tersebut. Luas desa ini yaitu 667,82.ha. lokasi khusus yang menjadi tempat Program Pembelajaran Lapangan yaitu pada warga desa Babelan Kota RT02/RW04.

Selain observasi pada kegiatan pengabdian ini juga dilakukan wawancara pada warga setempat. Dan diketahui bahwa banyak ibu-ibu yang mengalami stress namun mereka menganggapnya remeh dan hanya mengabaikan gejala-gejala

tersebut tanpa dikelola dan diatasi dengan baik. Padahal kesehatan mental ini juga tidak kalah penting dengan kesehatan fisik yang saling menopang antara keduanya. Hal lain yang ditemukan juga adalah kesejahteraan psikologis warga yang masih kurang diperhatikan oleh setiap individu. Apabila fenomena kesehatan mental yang masih tabu ini terus berlanjut tanpa adanya perhatian dari pihak luar dapat memunculkan stress hingga depresi yang menyebabkan regangnya hubungan dengan orang lain hingga membuat pilihan sampai menyakiti diri sendiri lebih parahnya lagi dapat menyebabkan bunuh diri.

Berdasarkan temuan dari lapangan tersebut maka penulis memilih tema upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis warga desa. Tujuan dari program kerja yang ditawarkan ini adalah untuk membantu masyarakat untuk lebih paham akan pentingnya kesadaran kesehatan mental, memberikan pengetahuan kepada warga khususnya ibu-ibu serta anaknya tentang perkembangan seks. Selain melaksanakan penyuluhan atau psikoedukasi kami juga melakukan kegiatan kerja bakti bersama untuk meningkatkan keakraban dan kepedulian lingkungan agar dapat mewujudkan lingkungan yang bersih, rapi dan indah yang akan berdampak juga bagi kesehatan fisik dan mental masyarakat.

KONSEP TENTANG TEMA

Konsep tema yang digunakan penulis dalam Program Pembelajaran Lapangan ini yaitu meningkatkan kesejahteraan psikologis masyarakat melalui pendekatan psikoedukasi. Psikoedukasi sendiri menurut Rachmaniah (2012) dalam (Usman Aje et al., 2020) adalah pemberian informasi terkait psikologi populer yang digunakan untuk mempengaruhi kesejahteraan psikososial masyarakat. Penyajiannya dibuat dengan bahasa yang sederhana agar masyarakat umum atau audiens dapat memahaminya dengan lebih baik). Psikoedukasi juga diartikan dapat mengatasi permasalahan psikososial yang dialami oleh seseorang yang biasanya diberikan kepada individu maupun kelompok dengan cara tertentu. Konseling psikoedukasi perilaku meliputi perasaan, persepsi, koping, relaksasi dan perawatan diri, sedangkan unsur edukasi bertujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang suatu kondisi fisik atau psikologis (Faizah & Haq, 2019). Psikoedukasi juga dipahami sebagai pembelajaran atau pelatihan dirancang untuk melakukan pemeliharaan dan pemulihan. Intervensi melalui psikoedukasi dapat mempengaruhi keyakinan seseorang jika sebelumnya Individu memiliki motivasi yang salah untuk berperilaku menyimpang dari apa yang dia lakukan hanya untuk mencari kesenangan menjadi berkeyakinan yang benar sehingga akan muncul niat untuk berperilaku menjauhi perilaku menyimpang tersebut. Tujuan psikoedukasi menurut Stuart (2009) adalah menambah pengetahuan bagi individu dan keluarga sehingga diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan fungsi keluarga. Selain itu bertujuan juga untuk memediasi Pengetahuan dan pemahaman lebih sebagai sebuah usaha Pencegahan gangguan jiwa suatu kelompok Intervensi yang dilakukan dengan psikoedukasi ini memiliki dampak yang signifikan terhadap motivasi ekstrinsik dan tidak hanya fokus pada informasi.

Berkaitan dengan temuan dilapangan bahwa masih minimnya pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan mental. maka penulis berencana meningkatkan kesejahteraan psikologis masyarakat agar kesehatan mental masyarakat dapat kembali

membaik. Seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Clemente et al. (2016), menyatakan bahwa stres yang dirasakan seseorang memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian tersebut memiliki makna bahwa apabila kesejahteraan psikologis yang dimiliki setiap individu semakin baik, maka tingkat stres akan menurun kadarnya. Kesehatan mental sendiri menurut Daradjat (1988), adalah keharmonisan dalam kehidupan yang terwujud antara fungsi fungsi jiwa, kemampuan menghadapi problematika yang dihadapi, serta mampu merasakan kebahagiaan dan kemampuan dirinya secara positif. awalnya kesehatan mental hanya kepada individu yang mempunyai gangguan saja, tetapi bagaimana individu mampu mengeksplor dirinya dengan berinteraksi. Dengan meningkatkan kesejahteraan psikologis ini diharapkan dapat memperbaiki kondisi mental masyarakat yang terganggu. Dengan demikian, intervensi psikologi dianggap memiliki peranan penting dalam rangka meningkatkan kesejahteraan psikologi masyarakat umum dengan melalui pendekatan psikoedukasi, yaitu memberikan penyuluhan pengetahuan kepada masyarakat desa tentang intervensi psikologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis sehingga masyarakat dapat memiliki pengetahuan umum dan keterampilan khusus yang dapat dilakukan sehari-hari oleh masyarakat desa mulai dari hal yang paling kecil yang dapat memberi pengaruh positif terhadap psikologisnya saat merasa kesehatan mentalnya terganggu.

PELAKSANAAN

Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan disesuaikan dengan jadwal yang telah disusun sebelumnya. Program Program Pembelajaran Lapangan yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa bersama dosen pembimbing dan masyarakat Desa Babelan Kota RT02/RW04, Kecamatan Babelan, Kabpaten Bekasi, Jawa Barat. Kegiatan ini dimulai dari tanggal 09 Desember 2022 sampai tanggal 07 Januari 2023. Pelaksanaan seluruh program dilakukan secara langsung atau dengan kata lain mahasiswa turun langsung ke Desa untuk memberikan Penyuluhan atau Psikoedukasi. Hampir semua

tempat yang kami gunakan untuk melaksanakan program adalah dipelataran mushollah. Langkah pertama pada pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini dosen dengan mahasiswa melakukan pembukaan dan penyambutan untuk meminta izin bahwa akan diselenggarakannya kegiatan pengabdian pada masyarakat selama satu bulan.



Gambar 1. Pembukaan dan sambutan di kantor desa

Selanjutnya kami melakukan Program kerja pertama yaitu psikoedukasi mengenai pendidikan seksual. Kegiatan ini bertujuan agar masyarakat khususnya ibu-ibu dan para remaja memahami perkembangan seks yang terjadi pada dirinya selain itu juga untuk mengurangi atau mencegah penyalahgunaan seks, khususnya untuk mencegah terjadinya dampak-dampak negatif yang tidak diharapkan, seperti kehamilan yang tidak direncanakan, penyakit menular seksual.



Gambar 2. Kegiatan Psikoedukasi pendidikan seks dan pemberian doorprize

Kegiatan psikoedukasi yang kami lakukan selanjutnya adalah mengenai Kesehatan Mental dan pencegahan stress. Dalam kegiatan ini kami menjelaskan akan pentingnya kesehatan mental dan bagaimana cara mencegah serta mengelola stress. Selain memberikan informasi melalui penjelasan langsung, kami juga menayangkan animasi pendek cara cara untuk mengatasi stress. Pemberian animasi pendek tersebut bertujuan agar masyarakat dapat lebih mudah memahami informasi yang telah diberikan.



Gambar 3. Kegiatan Psikoedukasi kesehatan mental & pencegahan stress

Selain program psikoedukasi kami juga melakukan kerja bakti bersama yang bertujuan meningkatkan keakraban dan kepedulian lingkungan agar dapat mewujudkan lingkungan yang bersih, rapi dan indah yang akan berdampak juga bagi kesehatan fisik dan mental masyarakat.



Gambar 4. Kegiatan kerja bakti bersama

Setelah beberapa Program terlaksana kemudian kami melakukan penutupan dan pemberian cinderamata berupa plakat sebagai ucapan terima kasih sudah menerima kedatangan kami mahasiswa untuk menyelenggarakan Program Pembelajaran Lapangan di Desa tersebut juga telah memberikan pengarahannya dan pengalaman yang dapat berguna nantinya.



Gambar 5. Penutupan Program Pembelajaran Lapangan



Gambar 6. Bermain dan belajar bersama anak-anak setempat

PENUTUP

Berdasarkan hasil pembahasan diatas bisa disimpulkan bahwa masyarakat dilingkungan Desa Babelan Kota RT02/RW04 sangat ikut meramaikan pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan selama satu bulan ini. kegiatan psikoedukasi berhasil membuat masyarakat setempat memahami mengenai perkembangan seks usia remaja agar terhindar dari pergaulan bebas yang menyebabkan hal negatif terjadi seperti seks diluar nikah, penularan penyakit kelamin, dll serta menambah wawasan masyarakat mengenai kesehatan mental dan pencegahan mental yang awalnya masih tabu dalam lingkungan desa kini masyarakat dapat meningkatkan kesehatan psikologis dengan memahami cara cara mengelola stress sehingga kondisi kesehatan mentalnya dapat seimbang dengan kesehatan fisik. Dukungan dari berbagai pihak terutama aparat desa dan masyarakat setempat adalah hal yang menjadi keberhasilan dari Program Pembelajaran Lapangan yang kami laksanakan sehingga tidak ditemukan hambatan dalam penyelenggaraannya. Adapun saran atau rekomendasi dari kelompok yaitu : (a) Perlunya penyuluhan yang terus menerus akan pentingnya kesehatan mental agar masyarakat tidak lagi menganggap tabu kesehatan mental ini, (b) sebelum program Program Pembelajaran Lapangan dilaksanakan perlu menggali profil atau gambaran umum desa tersebut agar program yang dirancang lebih tepat sasaran dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Faizah, R., & Haq, A. L. A. (2019). Peran Psikoedukasi Tentang Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Rap (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(1).
- Hendri, H., & Kamrullah, K. (2022). Psikoedukasi Strategi Meningkatkan Kesejahteraan Psikologi Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Prodi Keperawatan Tapaktuan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Kesehatan)*, 4(2), 163-169.
- Ningrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022). Meningkatkan Kepedulian Terhadap Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 1174-1178.
- Syardiansah, S. (2019). Peranan Kuliah Kerja Nyata Sebagai Bagian Dari Pengembangan Kompetensi Mahasiswa: Studi Kasus Mahasiswa Universitas Samudra Kkn Tahun 2017. *Jim Upb (Jurnal Ilmiah Manajemen Universitas Putera Batam)*, 7(1), 57-68.
- Usman Aje, A., Lely Suryani, & Kristianus J. Tute. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Desa Anaraja Dalam Meningkatkan Sdm Melalui Psikoedukasi Dan Pendidikan Lingkungan Berbasis Kearifan Lokal. *Amaliah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 23-32.

**Penyuluhan Mengenai Penanggulangan Kenakalan
Remaja Dan Penyuluhan Kepada Orangtua
Mengenai Fase Perkembangan Anak Di Rw 025
Perumahan Graha Prima**

Penulis:

Nurwahyuni Nasir, M.Psi., Psikolog
Yatasha Maurice Suyono
Vina Asmarani Cintaka Putri Dareios
Else Kharisma
Salsabila Putri Andhina
Anisa Anggraini
Hafizha Anggi Safitri
Stevan Jogi
Barry Chester Carlos

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan merupakan bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bersifat khusus, karena dalam Program Pembelajaran Lapangan dharma pendidikan dan pengajaran, penelitian serta pengabdian kepada masyarakat dipadukan kedalamnya dan melibatkan sejumlah mahasiswa dan sejumlah staf pengajar ditambah unsur masyarakat. Program Pembelajaran Lapangan merupakan suatu kegiatan perkuliahan intrakurikuler dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan mahasiswa secara interdisipliner dan lintas sektoral. Kegiatan ini ditujukan untuk mengembangkan kepekaan rasa dan kognisi sosial mahasiswa serta membantu proses pembangunan.

Berdasarkan survey pertama yang dilakukan ke lokasi RW 25 Perumahan Graha Prima, dilakukan proses wawancara terhadap sekretaris RW 25. Wawancara tersebut disimpulkan bahwa terdapat permasalahan di wilayah setempat, seperti tawuran antar remaja. Oleh karena itu masyarakat setempat merasakan kegelisahan dikarenakan khawatir adanya anggota keluarga yang terlibat dalam tawuran yang terjadi di lingkungannya. Selain itu dalam wawancara tersebut juga menyebutkan bahwa wilayah setempat dinilai membutuhkan edukasi lebih lanjut kepada para ibu PKK terkait perkembangan anak. Terjadinya permasalahan tersebut, maka kelompok Program Pembelajaran Lapangan ini memutuskan untuk memberikan penyuluhan mengenai kenakalan remaja pada karang taruna dan perkembangan anak pada para ibu PKK.

Penyuluhan merupakan upaya-upaya yang dilakukan untuk mendorong terjadinya perubahan perilaku pada individu, kelompok, komunitas, ataupun masyarakat agar mereka tahu, mau, dan mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Tujuan penyuluhan tidak lain adalah hidup dan kehidupan manusia yang berkualitas dan bermartabat (Amanah, 2007). Sehingga hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini dapat menumbuhkan motivasi masyarakat tentang pentingnya perkembangan dan penanggulangan kenakalan remaja, melalui penyuluhan dan

sosialisasi pendidikan kepada masyarakat di RW 025 Perumahan graha prima baru, Tambun Selatan.

Berdasarkan hasil survei dan observasi di RW 25 Perumahan Graha Prima Baru, Tambun Selatan diketahui bahwa sering terjadi kenakalan remaja di sekitar Perumahan Graha Prima seperti tawuran dan perencanaan kejahatan serta kurangnya pemahaman orang tua terhadap perkembangan anak. Sehingga dengan demikian kami membuat program berupa penyuluhan terkait kenakalan remaja dan pemahaman orangtua terhadap fase perkembangan anak.

KONSEP PSIKOEDUKASI PENANGGUANGAN KENAKALAN REMAJA DAN PENYULUHAN KEPADA ORANGTUA MENGENAI FASE PERKEMBANGAN ANAK DI RW 025 PERUMAHAN GRAHA PRIMA

Kenakalan remaja diambil dari istilah *juvenile* dan *delinquency* yang berasal dari bahasa latin *juvenilis*, artinya adalah anak-anak ataupun anak muda yang mengandung arti pada fase remaja dan berasal dari bahasa latin *delinquere* dengan makna mengabaikan, sehingga terdapat definisi secara luas yakni menjadi jahat, melakukan tindakan kriminal, melanggar aturan dan lain sebagainya (Damayanti & Purnamasari, 2015). Menurut Siegel & Welsh (2013) kenakalan remaja merupakan perilaku yang menyimpang dimana seorang remaja berpartisipasi dalam perilaku atau tindakan yang tidak sesuai dengan aturan atau ilegal. Hal ini disebut Dewi et al. (2017) sebagai penyimpangan karena melanggar nilai sosial yang berlaku. Faktor yang memicu terjadinya kenakalan remaja menurut Karlina (2020) antara lain faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri atas krisis identitas dan kontrol diri yang lemah, sedangkan faktor eksternal terdiri atas lingkungan keluarga, pengaruh dari lingkungan sekitar, serta tempat pendidikan.

Fase perkembangan anak menurut adalah serangkaian perubahan progresif yang terjadi akibat dari proses kematangan dan pengalaman. Pendapat lain dikemukakan oleh Santrock (2002) yang merupakan pola gerakan atau perubahan yang dimulai dari

pembuahan dan terus berlanjut sepanjang siklus kehidupan. Pola gerakan adalah kompleks karena gerakan merupakan produk dari beberapa proses yaitu biologis, kognitif, dan sosial. Jadi perkembangan adalah suatu perubahan yang lazim dilalui semua individu akibat adanya pematangan dan pengalaman yang didapat dari interaksi antara proses biologis, kognitif, dan sosial. Menurut Yusuf (2013) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan anak yaitu hereditas dan faktor lingkungan. Faktor hereditas diartikan sebagai totalitas karakteristik individu yang diwariskan orang tua kepada anak, atau segala potensi, baik fisik maupun psikis yang dimiliki individu sejak masa konsepsi (pembuahan ovum oleh sperma) sebagai pewaris dari pihak orang tua melalui gen-gen. Faktor lingkungan yang berperan adalah lingkungan keluarga, sekolah, dan kelompok teman sebaya.

PELAKSANAAN

Berdasarkan diskusi yang telah dilakukan, lokasi untuk melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan Tematik di RW 025 Perumahan Graha Prima Baru, Tambun Selatan dengan sasaran utama ibu - ibu Posyandu dan remaja. Langkah yang dilakukan pertama kali kami melakukan survey lokasi, meminta izin kepada ketua RW 025 untuk melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan disana serta menyerahkan surat izin pengantar Program Pembelajaran Lapangan Tematik kepada pihak RW 025. Berdasarkan hasil diskusi disepakati bahwa akan dilakukan penyuluhan kepada remaja karang taruna dan Ibu - Ibu PKK. Hari Sabtu tanggal 10 Desember 2022 adalah hari pertama kami melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan Tematik di RW 025 Perumahan Graha Prima Baru, Tambun Selatan. Pembukaan dimulai pada pukul 16.00 WIB. Kegiatan diawali dengan sambutan yang diberikan oleh Ibu Herawati, S.E selaku ketua RW 025 Perumahan Graha Prima lalu dilanjutkan dengan perkenalan kepada seluruh perangkat RW 025 serta pemaparan program kerja yang akan kami laksanakan selama Program Pembelajaran Lapangan Tematik ini berlangsung. Pukul 20.00 WIB kami mulai melaksanakan program kerja yang pertama yaitu memberikan

penyuluhan kepada remaja karang taruna terkait penanggulangan kenakalan remaja. Penyuluhan ini dihadiri oleh Pembina Karang Taruna serta seluruh remaja Karang Taruna RW 025 Perumahan Graha Prima.

Penyuluhan dilanjutkan dengan sesi diskusi yang bertujuan sebagai wadah untuk menyalurkan permasalahan - permasalahan yang dialami oleh remaja RW 025, sesi konseling ini dilakukan dengan cara tanya jawab terkait masalah psikologis. Setelah melakukan penyuluhan, acara selanjutnya adalah sesi bermain games, games yang diadakan yaitu joget balon dan memasukkan paku ke dalam botol tujuan dari games ini untuk melatih kerjasama serta kekompakan. setelah semua acara selesai, kami berfoto bersama dengan remaja karang taruna serta pembina karang taruna.

Tanggal 11 Desember 2022 pukul 06.00 WIB, kami kembali ke lokasi untuk mengikuti senam jantung sehat yang diikuti oleh ibu - ibu RW 025. Selanjutnya menyiapkan peralatan untuk melakukan program kerja selanjutnya yaitu memberikan penyuluhan kepada ibu - ibu PKK terkait pemahaman orangtua terhadap fase perkembangan anak. Penyuluhan dimulai pada pukul 11.00 WIB dengan memberikan sepatah dua patah kata yang diberikan oleh ketua RW, Dosen Pembimbing Lapangan. Setelah itu dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh Ibu Nurwahyuni Nasir, M.Psi, Psikolog selaku pemateri dan Dosen Pembimbing Lapangan kelompok kami. Setelah Pemaparan materi, sesi selanjutnya adalah sesi tanya jawab. Pada sesi ini para Ibu bertanya terkait perkembangan anak serta sharing terkait permasalahan yang dialami oleh anaknya. Setelah acara penyuluhan ditutup, dilanjutkan dengan pemberian inventaris dan kenang - kenangan untuk ketua RW 025 sebagai tanda terimakasih dan sekaligus mengakhiri Program Pembelajaran Lapangan kelompok kami.

Beberapa kendala yang kami hadapi selama kegiatan berlangsung adalah cuaca yang tidak mendukung pada hari pertama yang mengakibatkan kegiatan yang akan dilaksanakan tidak sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, minim kegiatan di RW 025 dikarenakan banyak warga yang bekerja sehingga

kegiatan yang dilaksanakan hanya 2 hari. Kendala lain yang kami hadapi adalah adanya penambahan kegiatan dalam penyuluhan seperti sesi diskusi yang membuat kegiatan penyuluhan berlangsung sampai larut malam dan banyak pertanyaan dari peserta yang belum terjawab. Hal - hal yang didapatkan oleh kelompok kami dalam kegiatan KKN Tematik ini selain salah satunya yaitu kami bisa bertemu dengan berbagai karakteristik masyarakat yang beragam dari remaja sampai orang tua serta mendapatkan pengetahuan baru terkait permasalahan yang banyak terjadi dan para ibu PKK sangat terbuka untuk berdiskusi terkait perkembangan anak. Berikut hasil dokumentasi:



PENUTUP

Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan, kelompok memberikan penyuluhan terkait pentingnya memahami kenakalan remaja yang menjelaskan tentang pencegahan kenakalan remaja sehingga tercapai kesejahteraan psikologis bagi remaja di RW 025. Kegiatan ini dilakukan berdasarkan hasil wawancara yang telah

dilaksanakan pada awal survey dengan sekretariat RW 25 yang menjelaskan bahwa banyak terjadinya tawuran di lingkungan RW 25. Selanjutnya Program Pembelajaran Lapangan dilakukan dengan memberikan penyuluhan terkait fase perkembangan anak kepada orang tua di lingkungan RW 25 khususnya para ibu PKK sehingga akan memberikan pemahaman terkait fase perkembangan anak.

Hendaknya pemerintah setempat khususnya RW 025 perumahan graha prima melanjutkan program-program penyuluhan kenakalan remaja dan fase perkembangan anak yang sudah dilaksanakan agar lebih sempurna dan maksimal serta kepada masyarakat Rw 025 Perumahan Graha Prima dapat mengembangkan keterampilan dari program mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan yang telah dilaksanakan. Selain itu diharapkan masyarakat RW 025 Perumahan Graha Prima lebih menyadari potensi kenakalan remaja yang ada di wilayahnya. Melihat kendala yang terjadi selama pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan, hendaknya RW 025 perumahan graha prima memberikan fasilitas ruangan yang memadai agar memberikan kenyamanan terhadap peserta Program Pembelajaran Lapangan Ubahara Jaya Jakarta Raya dan memberikan koordinasi terkait jadwal-jadwal untuk mengadakan sesi diskusi antara remaja dengan pihak profesional seperti psikolog.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, A. K., & Purnamasari, L. (2015). Gambaran Kenakalan Remaja Ditinjau Dari Hasil Tes S.E.D (Social Emotional Dimension). *Psikovidya*, 19(2), 87-93. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Dewi, Y. T. R. I., Wibawa, B., & Gautama, A. S. (2017). *Faktor Penyebab Tergabungnya Remaja Kota Bandung*. 4, 188-195.
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, Elizabeth B. 1999. Perkembangan Anak Jilid I. Jakarta: Erlangga
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Edukasi Nonformal*, 1(2), 147-158. <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/434>
- Santrock, John W. 2002. Life Span Development. Jakarta: Erlangga
- Siegel, L. J., & Welsh, B. . (2013). *Juvenile Delinquency: The Core* (4th ed). Cengage Learning.
- Yusuf, Syamsul. 2009. Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Psikoedukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Sps Bunga Tanjung

Penulis:

Mic Finanto, S.Psi., M.Si

Rere Putri Andini

Bagas Saputra

Faidah Ana Tasya

Suroyah

Nadya Krissan Oktavia

Rafika Japalsyah

Annisa Dhani Rahmawati

Anisa Rahmania Prihastiwi

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan merupakan program kegiatan yang diwadahi oleh Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, dengan paduan pelaksanaan dari Tridharma Perguruan Tinggi, yakni Pendidikan, Penelitian, serta Pengabdian kepada Masyarakat. Program Pembelajaran Lapangan ini ditujukan untuk membekali dalam hal belajar dan pengalaman kerja pada mahasiswa mengenai pengembangan masyarakat sebagai aplikasi serta persyaratan tertentu, dengan waktu kerja juga mekanisme pengembangan ilmu yang dilakukan di luar sekolah. Kuliah Kerja Nyata Tematik Program Pembelajaran Lapangan, memiliki tema “Memelihara dan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga di Pedesaan”, dengan tema tersebut maka kelompok Program Pembelajaran Lapangan ini memiliki program kegiatan mengenai “Psikoedukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta Inovasi Pojok Baca pada SPS Bunga Tanjung, Duren Jaya”.

Psikoedukasi merupakan sebuah proses *empowerment* guna mengembangkan dan menguatkan keterampilan yang sebelumnya telah dimiliki, sebagai bagian dari persiapan dalam menghadapi setiap tahapan perkembangan kehidupan. Hal ini dikarenakan, psikoedukasi bersifat fleksibel, dimana sebuah metode edukatif yang bertujuan untuk memberikan informasi dan pelatihan yang berguna untuk mengubah pemahaman mental/psikis individu (Dewi et al., 2020). Psikoedukasi dalam program kegiatan ini, bermanfaat untuk memberikan pengetahuan/pemahaman yang berguna dalam meningkatkan kualitas hidup individu melalui program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) guna menjaga kebersihan, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis anak-anak.

Menurut PAUD & Tim Yayasan Pembangunan Citra Insan Indonesia (YPCII) (2020), anak-anak usia dini (0-6 tahun), tengah berada pada *golden period* atau masa emas, yang merupakan sebuah periode dasar dalam perkembangan individu untuk membentuk kepribadian dasar. Periode ini akan dipenuhi dengan berbagai kejadian yang akan direkam dengan baik oleh anak-anak, dan kemudian dijadikan dasar untuk kehidupannya dimasa dewasa.

Investasi yang diberikan pada anak usia dini akan mendapatkan hasil pada tahapan lain dari siklus kehidupan yang dilewati, hal ini dikarenakan kemampuan kognitif dan non-kognitif yang didapatkan saat tahap awal, akan lebih mudah untuk diproses dalam belajar. Lingkungan yang mendukung, tentunya akan membantu anak-anak untuk dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

Lingkungan sekolah menjadi salah satu pendukung dalam membantu anak-anak bertumbuh dan berkembang secara optimal. Melansir dari *atmago.com* UNESCO dan WHO memberikan desakan pada setiap negara untuk setiap sekolah dapat melakukan promosi kesehatan, hal ini dikarenakan sekolah memiliki peranan penting dalam hal kesejahteraan sebanyak 1,9 miliar anak usia sekolah (Murwani, 2021). Sekolah memiliki peran serta kedudukan yang strategis dalam hal meningkatkan pendidikan serta promosi kesehatan. Pada usia *golden period*, didapati cukup banyak permasalahan kesehatan, yang tentunya akan mengganggu dikemudian hari, baik untuk kesehatan umum, gangguan perkembangan, gangguan perilaku, atau bahkan gangguan belajar (Depdiknas, 2007). Hal tersebut tentunya akan menghambat pencapaian siswa disekolah, sehingga diperlukannya peningkatan dan perlindungan kesehatan (Dermawan, 2012).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini akan mempengaruhi kesejahteraan yang dimiliki oleh individu, khususnya adalah kesejahteraan psikologis. Diakui oleh Stahlberg (dalam Mustar et al., 2018), bahwa siswa yang sehat, akan lebih sehat dan mampu untuk belajar, sehingga meningkatkan kesehatan siswa di lingkungan sekolah akan memberikan hasil yang positif dalam pembelajaran dan hasil akademik. Kenyamanan yang didapatkan oleh siswa dari lingkungan sekolah yang bersih dan menerapkan pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini tentunya akan meningkatkan *psychological well-being*.

Berdasarkan yang sudah dijabarkan diatas, maka kelompok Program Pembelajaran Lapangan kami, akan memberikan psikoedukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) guna memelihara dan meningkatkan kesejahteraan psikologis,

pada anak-anak SPS Bunga Tanjung, yang menjadi bagian dari RW 013, Kelurahan Duren Jaya, Bekasi Timur, Kota Bekasi.

KONSEP PSIKOEDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) UNTUK MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ANAK USIA DINI

Psikoedukasi memiliki sifat yang fleksibel, dimana sebuah metode edukatif yang bertujuan untuk memberikan informasi dan pelatihan yang berguna untuk mengubah pemahaman mental/psikis individu (Dewi et al., 2020). Psikoedukasi dalam program kegiatan yang dilakukan oleh kelompok Program Pembelajaran Lapangan ini berkaitan dengan peningkatan kualitas hidup individu melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk meningkatkan pendidikan kesehatan serta kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

Menurut Ryff (1995) kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* merupakan sebuah kemampuan individu untuk menerima dirinya dalam keadaan apapun (*Self acceptance*), dapat membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*Positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), dapat mengontrol lingkungan eksternal (*enviromental master*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi yang dimilikinya secara kontinu (*personal growth*). *Psychological well-being* dalam pembahasannya bukan hanya tentang kepuasan dalam hidup seseorang dan keseimbangan antara efek positif individu dan efek negatif individu, melainkan dalam *psychological well-being* yang dimiliki seseorang yang terkait tentang tantangan-tantangan sepanjang hidupnya. Mereka yang memiliki *psychological well-being* yang positif akan cenderung memiliki kemampuan untuk dapat memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kemampuan fisik dirinya sehingga mereka dapat merasakan kenyamanan.

Lingkungan sekolah menjadi salah satu lingkungan yang sesuai untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Namun, hal ini juga harus didukung dengan rasa nyaman yang

didapatkan dari lingkungan sekolah. Rasa nyaman akan timbul apabila lingkungannya bersih dan sehat, sehingga diperlukannya pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk meningkatkan *psychological well-being*. Hal ini didukung oleh pendapat dari Risnawati (2021), yang menyatakan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah, akan menciptakan lingkungan sekolah yang bersih, sehat, nyaman, serta mampu untuk menciptakan pendidikan kesehatan dan bermanfaat besar dalam peningkatan kesejahteraan siswa.

PELAKSANAAN

Salah satu bentuk program dari penelitian ini adalah melakukan sosialisasi dan observasi pada pihak SPS Bunga Tanjung, dengan kegiatan Psikoedukasi yang isinya ada lima materi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologi pada anak SPS Bunga Tanjung. Kegiatan Psikoedukasi ini dilaksanakan pada bulan Desember selama satu bulan dengan 8 peserta. Sehingga demikian, salah satu bentuk program penelitian ini diharapkan dapat menjadi wadah penyelenggara edukasi untuk membantu anak-anak di SPS Bunga Tanjung Untuk bisa meningkatkan dan memahami kesejahteraan psikologi. Dengan menggunakan metode ceramah, metode bermain sambil belajar dan juga metode praktek.

Kegiatan yang dilakukan dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan yang pertama tentunya melakukan survei lokasi dan survei data, survei data dilakukan dengan sesi wawancara kepada pihak SPS Bunga Tanjung. Kegiatan selanjutnya adalah melakukan penyuluhan dengan tema “Psikoedukasi guna meningkatkan *psychological well-being* pada anak-anak SPS Bunga Tanjung” penyampaian dilakukan secara lisan langsung berhadapan langsung dengan subjek yaitu anak-anak SPS Bunga Tanjung. Sub kegiatan yang dilakukan pada hari pertama berkaitan dengan kreativitas pada anak SPS Bunga Tanjung. Dalam sub kegiatan ini anak-anak SPS Bunga Tanjung di berikan selembar kertas yang sudah ada gambarnya dan anak-anak diminta untuk mewarnai sesuai imajinasinya atau sesuai apa yang dia mau. Tujuan dari kegiatan mewarnai ini tentunya untuk meningkatkan berbagai

aspek dalam perkembangan anak diantaranya adalah kreativitas, perkembangan kognitif, serta sosio-emosi yang meliputi kondisi psikologis dan kepribadian yang dimilikinya. Sub kegiatan yang dilakukan pada hari kedua adalah penyampaian materi mengenai Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS), dilanjutkan dengan melakukan praktik cara mencuci tangan pakai sabun yang baik dan benar. Penyampaian materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHB) serta praktiknya, ditujukan agar anak-anak SPS Bunga Tanjung dapat menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari. Sub kegiatan di hari ketiga atau hari terakhir adalah meningkatkan literasi membaca pada anak-anak SPS Bunga Tanjung, hal ini dilakukan dengan mengenalkan pojok baca pada anak-anak, kemudian menghiasnya agar lebih menarik. Kegiatan terakhir kelompok adalah *fun games* yang juga ditujukan untuk meningkatkan berbagai aspek dalam perkembangan anak.

Berikut hasil dokumentasi:





PENUTUP

Program Pembelajaran Lapangan yang dilakukan di SPS Bunga Tanjung, menghasilkan pembiasaan baru mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yakni mencuci tangan pakai sabun sebelum serta sesudah makan. Anak-anak juga jadi terbiasa untuk membuang sampah pada tempatnya, selepas makan pada waktu istirahat. Anak-anak SPS Bunga Tanjung, juga terbiasa untuk berbagi dalam penggunaan sarana atau fasilitas yang ada pada SPS Bunga Tanjung. Hal ini, terjadi pada saat kegiatan mewarnai, dimana ada beberapa anak yang tidak membawa dan kebagian kerayon serta pensil warna untuk mewarnai, kemudian mereka memakai kerayon dan pensil warna, yang menjadi fasilitas dari SPS Bunga Tanjung secara bergantian. Kemudian, dalam kegiatan meningkatkan literasi pada anak, kelompok Program Pembelajaran Lapangan memberikan inovasi pada pojok baca SPS Bunga Tanjung, agar anak-anak menjadi lebih bersemangat serta antusias.

Adapun saran yang dapat kami berikan selama menjalankan Program Pembelajaran Lapangan terkait dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini adalah dapat membangun *raport* atau pendekatan yang baik dengan sasaran penerima kegiatan. Terlebih untuk sasaran penerima kegiatan anak-anak, mahasiswa diharapkan dapat lebih menyesuaikan diri dengan anak-anak, sehingga dapat menarik antusias anak-anak selama kegiatan penyampaian materi berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas. (2007). *Pedoman Pengembangan Fisik/Motorik di Taman Kanak-Kanak*.
- Dermawan, D. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Komunitas* (1st ed.). Gosyen Publishing.
- Dewi, R. S., Lubis, M., Fanhas, E., Nugraha, F., & Tapiah, L. (2020). Psikoedukasi Pendidikan Anak Usia Dini di Masa Pandemi COVID 19. *Seminar Nasional LPPM Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 5, 232-234. <https://doi.org/10.22515/bg.v5i2.2820>
- Murwani, A. (2021). 2021 Sekolah Sehat. *Atmago*. https://www.atmago.com/berita-warga/2021-sekolah-sehat_f7dd4608-c4a1-4ea4-8a1e-4bce48d598cc
- Mustar, Y. S., Susanto, I. H., & Bakti, A. P. (2018). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 2(2), 89-95.
- PAUD, T. D. P., & Tim Yayasan Pembangunan Citra Insan Indonesia (YPCII). (2020). Pedoman Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pendidikan Anak Usia Dini. In *Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dan UNICEF* (Vol. 53, Issue 9).
- Risnawati. (2021). Pendidikan Kesehatan dan Promosi Kesehatan. *Media Saind Indonesia*.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>

**Meningkatkan *Psychological Well-Being* Melalui
Manajemen Stres Dan Positive Mind Pada Ibu
Rumah Tangga Kampung Teluk Buyung Rt 001/002**

Penulis:

Lenny Utama Afriyenti, M.Psi., Psikolog

Rifa Novia Ramadhani

Marliani Ekatharini Putri

Adelia Cahyaningtyas

Rolina Christin Angelia Kumarawati

Aura Hana Safitri

Nina Hamidah

Monica Oktaviola

Emylia Nurdiana

Luthfi Aulia Rahmah

PENDAHULUAN

Kampung Teluk Buyung adalah pemukiman yang terletak di tengah-tengah padatnya kota di daerah Kota Bekasi. Dahulunya, kampung ini merupakan pusat perusahaan terbesar di Asia yang menjadi mata pencaharian masyarakat sekitar. Namun seiring dengan berjalannya waktu, perusahaan tersebut mengalami penurunan produksi sehingga mengakibatkan perusahaan harus gulung tikar. Akibat adanya permasalahan tersebut, masyarakat Kampung Teluk Buyung kehilangan mata pencaharian dan memilih untuk bertani karena terdapat banyak sawah di sekelilingnya untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka. Namun kemudian, terdapat masalah baru lagi yakni adanya pembangunan gedung-gedung di kawasan *elite* Summarecon Bekasi sejak 2012, yang membuat sebagian lahan kosong dibangun rumah, gedung bertingkat, apartemen, sekolah, dan lain sebagainya sehingga membuat mata pencaharian masyarakat Kampung Teluk Buyung hilang. Hal inilah akhirnya yang menjadikan masyarakat beralih menjadi buruh atau kerja serabutan.

Masyarakat Kampung Teluk Buyung khususnya RT 001/002 memiliki penduduk sebanyak kurang lebih 150 kepala keluarga. Pada umumnya para istri-istri di Kampung Teluk Buyung bekerja sebagai ibu rumah tangga. Oleh karena itu, Kuliah Kerja Nyata Tematik yang akan dilakukan ini memiliki target sasaran ibu rumah tangga untuk memberikan edukasi terkait *psychology well-being*.

Menurut Apsaryanthi dan Lestari (2017) *Psychological Well-being* (kesejahteraan psikologis) merupakan suatu kondisi tertinggi yang dapat dicapai oleh individu. Individu berharap dapat mencapai *psychological Well-being*, tak terkecuali para kaum perempuan yang memiliki peran sebagai ibu rumah tangga ataupun ibu bekerja. Kaum perempuan yang berperan sebagai ibu rumah tangga akan fokus serta meluangkan lebih banyak waktu dalam menjalankan peran mereka dalam keluarga dan melaksanakan tugas-tugas dirumah. Memilih untuk menjadi ibu rumah tangga merupakan kebahagiaan sendiri bagi individu yang bersangkutan, karena peran sebagai ibu rumah tangga memiliki banyak dampak positif. Beberapa dampak positif dari peran ibu

rumah tangga adalah ibu rumah tangga memiliki waktu lebih banyak di rumah sehingga tidak akan kehilangan saat-saat penting pertumbuhan anak serta mampu menjadi *role model* yang baik bagi anak. Peran tersebut tidak bisa tergantikan oleh pengasuh lain, kerabat ataupun siaran televisi. Dampak positif lainnya ialah ibu rumah tangga dapat menghemat energi sehingga memiliki kondisi yang prima saat menemani anak-anak. Meskipun ibu rumah tangga dapat mengalami stress, namun keuntungan lainnya yang diperoleh dari peran menjadi ibu rumah tangga adalah tidak akan mengalami stress yang disebabkan oleh tuntutan untuk membagi peran antara karir dan rumah tangga, karena berbagi peran tersebut bukanlah pekerjaan mudah.

KONSEP TENTANG TEMA

Sebagai Ibu rumah tangga, perempuan memiliki 3 peran turunan yang dijalani, yaitu peran produktif, peran reproduktif, serta peran sosial. Peran produktif merupakan peran yang menghasilkan barang yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan manusia dan pendapatan yang digunakan untuk membiayai kehidupan keluarga. Selanjutnya, peran reproduktif merupakan peran mengelola rumah tangga atau keluarga beserta seluruh anggotanya. Peran reproduktif seorang wanita meliputi melahirkan dan mengurus anak-anak, memasak atau menyediakan makanan untuk keluarga, berbelanja kebutuhan rumah tangga, mencuci pakaian, dan menjaga kebersihan rumah, Sedangkan peran sosial di dalam komunitas merupakan berbagai peran yang harus dijalankan oleh seorang wanita sebagai anggota masyarakat, baik dalam bidang sosial, ekonomi, maupun politik. Pengambilan peran sebagai IRT tidak hanya terjadi karena seorang perempuan memilihnya, melainkan bisa terjadi karena sang istri tidak memiliki alternatif lain yang lebih baik untuk dipilih atau paksaan.

Sebagai seorang ibu rumah tangga, tentu mengalami naik turun dalam keseharian, sehingga mereka menjadi kelompok rentan yang bisa mengalami stress. Apabila ini terjadi, maka dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Beberapa literatur menjelaskan hal ini. Singkat kata, dapat disimpulkan bahwa IRT

kemungkinan mengalami permasalahan yang dalam konseptualisasi *Well-being*.

Seperti penjelasan diatas, permasalahan yang rentan dialami oleh ibu rumah tangga salah satunya adalah stress maka kemampuan mengontrol dan meminimalisir stress yang ada tentu dapat membantu ibu rumah tangga dalam mengurus rumah dalam keseharian. Penelitian Kupriyanov dan Zhdanov (2014) menunjukkan bahwa stres merupakan atribut kehidupan modern masyarakat saat ini. Sehingga dibutuhkan tools dan cara untuk mengontrolnya. Berbagai tools dalam kegiatan dan seminar yang diadakan digunakan untuk mengedukasi para ibu rumah tangga agar memiliki bekal dalam manajemen stress seperti EFT, relaksasi, *progressive muscle relaxation*, sharing/bercerita, berolahraga.

PELAKSANAAN

Pelaksanaan beberapa kegiatan di atas adalah Mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, bersama-sama dengan Ketua RT, Ketua RW dan masyarakat Kampung Teluk Buyung, Kelurahan Marga Mulya RT 001/002, Bekasi Utara, Kota Bekasi, Jawa Barat. Program Pembelajaran Lapangan dilaksanakan mulai tanggal 7-21 Desember 2022. Adapun kegiatan-kegiatan yang dilakukan yaitu:

1. *Door to Door*



Kegiatan *door to door* dilaksanakan pada Rabu, 7 Desember 2022. Kegiatan ini dilakukan untuk membangun rapport antara anggota kelompok dengan ibu-ibu di Kampung Teluk Buyung. Selain itu, kegiatan ini dilakukan untuk mengambil data dan meminta persetujuan ibu-ibu untuk mengikuti Program Pembelajaran Lapangan, juga sedikit menjelaskan mengenai program kegiatan yang akan dilakukan.

2. Seminar dan *Screening*



Kegiatan ini dilaksanakan pada Sabtu, 10 Desember 2022. Seminar yang diadakan pada kegiatan ini membahas mengenai materi *mental health and positive mind* dengan tujuan memberikan edukasi mengenai bagaimana cara mengurangi stress pada ibu-ibu rumah tangga dengan beberapa metode sederhana yang disampaikan, seperti dengan relaksasi, *progressive muscle relaxation*, bercerita, *self care/self love*, dan EFT. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan *screening* DASS yang bertujuan untuk mengukur tingkat keparahan gejala inti depresi, kecemasan dan stress.

3. *Open Sharing*



Kegiatan *open sharing* ini dilaksanakan pada tanggal Rabu, 14 Desember 2022. *Open sharing* dilakukan untuk mengetahui permasalahan yang dapat memicu stress pada ibu rumah tangga dimana ibu-ibu bebas bercerita mengenai keluhan kesahnya yang terjadi di dalam keluarganya.

4. Program Kesehatan



Kegiatan ini dilaksanakan pada Selasa, 20 Desember 2022. Program kesehatan ini diisi dengan kegiatan senam yang rutin dilakukan oleh ibu-ibu RT001/002 setiap hari selasa dan sabtu pada pukul 16.00 WIB.

5. *Healing Fun*



Kegiatan *healing fun* dilaksanakan pada Rabu, 21 Desember 2022. Kegiatan ini berupa makan bersama dengan ibu-ibu RT 001/002, kegiatan ini dilakukan untuk memperlerat hubungan antara anggota kelompok dengan ibu-ibu di Kampung Teluk Buyung. Selanjutnya, pada kegiatan *healing fun* ini yaitu adanya pembagian *doorprize*. Kegiatan ini merupakan bentuk apresiasi dan terimakasih atas partisipasi ibu-ibu dalam menyukseskan Program Pembelajaran Lapangan ini.

PENUTUP

Program Pembelajaran Lapangan ini dilakukan dengan mengangkat tema “Meningkatkan *psychological Well-being* melalui manajemen stress dan *positive mindset* pada ibu rumah tangga” yang dilakukan di Kampung Teluk Buyung, Kelurahan Marga Mulya RT 001/002, Bekasi Utara, Kota Bekasi, Jawa Barat. Sasaran kegiatan kami yaitu ibu ibu rumah tangga yang tinggal di RT 001/002. Tema ini diangkat untuk mengetahui kondisi Psikologis pada ibu ibu rumah tangga dengan memberikan ruang bagi ibu ibu rumah tangga untuk menceritakan keluh kesahnya yang terjadi didalam keluarganya tanpa takut ceritanya diketahui oleh orang yang tidak diizinkan untuk mengetahui keluh kesahnya tersebut.

Dari 13 data yang diperoleh terdapat hasil bahwa 84,6% ibu-ibu di Kampung Teluk Buyung memiliki tingkat depresi yang rendah, 7,7% mengalami depresi cukup rendah, dan 7,7% mengalami tingkat depresi yang tinggi. Terdapat 84,6% ibu-ibu mengalami kecemasan yang cukup rendah, 7,7 % mengalami kecemasan rendah, dan sebanyak 7,7% mengalami kecemasan yang tinggi. Sedangkan, pada stres di dominasi oleh kategori rendah yaitu sebanyak 92,4% ibu-ibu mengalami stres yang rendah dan sebanyak 7,7% mengalami stres yang cukup rendah. Dapat diketahui dari data tersebut menunjukkan bahwa ibu-ibu Kampung Teluk Buyung sebanyak 92,4% (12 orang) memiliki tingkat stres yang rendah dan tidak ada masalah pada *psychological well being* dan 7,7% (1 orang) memiliki tingkat stres yang cukup rendah.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan bahwa ibu-ibu di Kampung Teluk Buyung memiliki stres yang mengacu pada aspek lingkungan (*enviromental mastery*) atau faktor eksternal, yaitu anak-anak yang malas belajar karena kecanduan gadget dan faktor pasangan seperti pasangan yang mudah marah saat pulang kerja. Jadi, dapat dikatakan bahwa stres yang dialami oleh ibu-ibu di Kampung tersebut merupakan stres yang normal dalam persoalan rumah tangga.

DAFTAR PUSTAKA

- Apsaryanthi, N. L. K., & Lestari, M. D. (2017). Perbedaan Tingkat Psychological Well-Being Pada Ibu Rumah Tangga Dengan Ibu Bekerja Di Kabupaten Gianyar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 110-117. <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p12>
- Kupriyanov, R., & Zhdanov, R. (2014). *The eustress concept: Problems and outlooks*. *World Journal of Medical Sciences*, 11(2), 179-185. doi: 10.5829/idosi.wjms. 2014.11.2.8433

Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Anak

Penulis:

Dr. Tugimin Supriyadi, MM

Rahmawati Dewi

Salsabila Mulyawati

Sallsabilla Goema Saktiadi

Meilani Simbolon

Lailatul Qodri

Christina Alvita Damayanti

Marco Alehandro

Mawar Sarry

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan merupakan suatu kegiatan mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh selama perkuliahan seerta wujud nyata pengabdian terhadap masyarakat yang dilakukan dengan memberikan bantuan pemberdayaan, pelatihan, penyuluhan, pembimbingan untuk menyadarkan potensi yang dimiliki. Tujuan pada tema Program Pembelajaran Lapangan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam melaksanakan perawatan, pengasuhan dan pendidikan anak didalam keluarga.

KONSEP TENTANG TEMA

Pola asuh sangat penting diketahui agar para orang tua dapat memiliki kesadaratan dan perhatian lebih terhadap pengasuhan anak. Program Pembelajaran Lapangan dengan menyusung tema pola asuh. dengan tema pelaksanaan “pentingnya pola asuh orang tua terhadap perkembangan anak” yang menyusung konsep edukasi terhadap orangtua dalam pentingnya pola asuh terhadap perkembangan anak. Edukasi dilakukan dengan melakukan diskusi dan pemaparan materi dengan warga bersama anggota Program Pembelajaran Lapangan. Dengan memperkenalkan macam-macam pola asuh dan cara pola asuh yang baik untuk anak kepada warga sekitar. selain melakukan edukasi dengan pemaparan materi bersama warga dan anggota, tim Program Pembelajaran Lapangan juga melakukan mini games bersama orangtua dan anak untuk mempererat hubungan antara orangtua dan anak.

PELAKSANAAN

Program Pembelajaran Lapangan dengan program kegiatan *“Pentingnya Pola Asuh Orang tua Terhadap Perkembangan Anak”* di Perkampungan Duren Jaya ini dilaksanakan selama 3 hari dalam 2 minggu, mulai tanggal 05 Desember s/d 18 Desember 2022. Kegiatan diawali dengan penerjunan mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan di Perkampungan Duren Jaya pada tanggal 5 Desember 2022 tepatnya di RT 13/RW 10 yang dijadikan lokasi

pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan di Perkampungan Duren Jaya, Kec. Bekasi Timur, Kota Bekasi.

Setelah persiapan Program Pembelajaran Lapangan dilakukan lalu tahap selanjutnya adalah tahap pelaksanaan. Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan dimulai pada tanggal 5 Desember yaitu pembukaan dan pengenalan mahasiswa kepada masyarakat serta penyampaian program kegiatan yang akan dilakukan di masyarakat selama Program Pembelajaran Lapangan berlangsung. Kegiatan selanjutnya yaitu penyampaian materi mengenai *“Pentingnya Pola Asuh Orangtua Terhadap Perkembangan Anak”* oleh mahasiswa serta sesi tanya jawab diselingi berbagi pengalaman pola asuh dan mini games yang dilakukan oleh masyarakat pada tanggal 14 Desember 2022. Pada kegiatan terakhir yaitu melakukan kerja bakti bersama masyarakat dan mahasiswa dengan tujuan membangun kedekatan antara mahasiswa dan masyarakat. Kemudian menutup seluruh rangkaian Program Pembelajaran Lapangan oleh mahasiswa pada tanggal 18 Desember 2022.

Berikut ini adalah susunan jadwal atau susunan aktivitas Program Pembelajaran Lapangan:

No.	Kegiatan	Oktober				November				Desember			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Sosialisasi Program Pembelajaran Lapangan												
2.	Rapat perdana												
3.	Survey Perdana												
4.	Workshop pembekalan Program Pembelajaran Lapangan												
5.	Kesepakatan dan teknis perizinan Program												

	Pembelajaran Lapangan																			
6.	Perkenalan kelompok Program Pembelajaran Lapangan dan izin lokasi																			
7.	Menentukan proker, pembuatan proposal bab 1 dan bab 2																			
8.	Pembuatan proposal bab 3																			
9.	Bimbingan dengan DPL																			
10.	Pembekalan Program Pembelajaran Lapangan, pembuatan banner, merancang rundown dan pembagian tugas																			
11.	Penyerahan proposal dan surat izin ke Kantor Kp. Duren Jaya																			
12.	Pembicaraan teknik kegiatan dengan RW setempat																			
13.	Pembuatan modul dan pembahasan konsumsi																			

14.	Bimbingan dengan DPL dan membuat surat undangan warga																				
15.	Pembukaan Program Pembelajaran Lapangan																				
16.	Edukasi Pola Asuh																				
17.	Pembuatan Sertifikat																				
18.	Penutupan Program Pembelajaran Lapangan																				
19.	Pembuatan laporan dan Bimbingan DPL																				

Berikut ini merupakan dokumentasi selama Program Pembelajaran Lapangan berlangsung :





PENUTUP

Berdasarkan hasil deskripsi diatas, Program Pembelajaran Lapangan dengan tema pola asuh dengan menyusung konsep edukasi terhadap orang tua tentang pola asuh untuk perkembangan anak. dalam proses edukasi terlihat bahwa masih kurangnya kesadaran dalam melakukan pola asuh yang baik terhadap anak terhadap warga sekitar lingkungan Program Pembelajaran Lapangan.

Pola Asuh: Kelekatan Antara Orang Tua Dan Anak Di Desa Sukamekar Kabupaten Bekasi

Penulis:

Dr. Netty Merdiaty, MM., M.Si
Benaya Pramadiyan Islammadinah
Alifa Ramadhani Putri
Eka Nabilla Puspita
Rica Widyadari
Ajeng Yistiani
Ayeshia Adilla Putri
Hany Milenia Azizah
Dewia Nggraini Lestari

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan kelompok kami akan berfokus pada Pola Asuh: Kelekatan antara orang tua dan anak yang dimiliki oleh para orang tua dan anak - anak di Desa Sukamekar. Kelompok Program Pembelajaran Lapangan kami ingin memberikan edukasi mengenai pentingnya pola asuh: kelekatan antara orang tua dan anak, bagi orang tua dalam menerapkan pola asuh kepada anak - anaknya serta aspek-aspek yang menunjang tercapainya kelekatan antara orang tua pada anak di daerah Jalan Raya Sukamekar Rt. 01/11, Kecamatan Sukamekar Kabupaten Bekasi. agar para orang tua dapat menerapkan pola asuh yang baik pada Anak dan menjalin kelekatan antara orang tua dan anak lebih dekat psikologisnya masing-masing.

Pemilihan tempat dilakukannya Program Pembelajaran Lapangan mengenai pola asuh di Desa Sukamekar khususnya pada orangtua dan anak di Rt.01/11 dilandasi oleh data yang ditemukan setelah survey dilakukan oleh kelompok Program Pembelajaran Lapangan yang menunjukkan bahwa pada lingkungan tersebut didominasi oleh anak-anak usia dini. Orangtua dari anak-anak di lingkungan tersebut terbuka untuk dilakukannya Program Pembelajaran Lapangan mengenai pola asuh dan membutuhkan edukasi mengenai carap ola asuh yang baik dan membangun kelekatan pada anak.

KONSEP TENTANG TEMA

Pola asuh orangtua dapat diartikan sebagai perlakuan orangtua terhadap anak dalam bentuk merawat, memelihara, mengajar, mendidik, membimbing, melatih, yang terwujud dalam bentuk pendisiplinan, pemberian tauladan, kasih sayang, hukuman, ganjaran, dan kepemimpinan dalam keluarga melalui ucapan dan tindakan orang tua (Sunarty, 2016). Terdapat beberapa jenis pola asuh, yaitu : pola asuh otoriter, pola asuh permisif, pola asuh positif, dan pola asuh penelantaran.

Setiap pola asuh yang diterapkan oleh orangtua ke anaknya memiliki dampak, baik itu dampak positif maupun dampak negatif. Beberapa ahli menjelaskan terdapat beberapa dampak buruk dari

pola asuh yang penerapannya kurang tepat, dampak yang diberikan akan membuat anak menjadi tertutup kepada orang tua karena merasa takut disalahkan, menjadi penentang karena pada kurang dapat mengontrol emosi, dan merasa takut mencoba hal baru karena hal yang sebelumnya ia inginkan dilarang oleh orang tua, dan tidak mandiri. Sedangkan, pada orangtua yang dapat menerapkan pola asuh secara efektif akan berdampak pada anak yang lebih terbuka kepada orangtua, memiliki rasa percaya diri yang tinggi, memiliki keberanian untuk melakukan suatu hal sendiri, memiliki keyakinan atas yang dilakukan dan tegas. Ketika orangtua dapat menerapkan pola asuh yang efektif akan menimbulkan kelekatan pada anak karena anak akan merasa aman dan nyaman ketika berada didekat orangtuanya.

PELAKSANAAN PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN

Program Pembelajaran Lapangan pada kali ini dilakukan di salah satu desa yang berada di Kabupaten Bekasi. Tepatnya di Jalan Raya Sukamekar Rt. 01/11, Kecamatan Sukawangi. Pada Desa tersebut terdapat sebuah fasilitas Bernama “Rumah Pelangi” yang dijadikan tempat dilakukannya serangkaian kegiatan pada Program Pembelajaran Lapangan ini.



Kegiatan Pembukaan dan peresmian dilakukannya Program Pembelajaran Lapangan di Desa Sukamekar bersama Pak RT dan Ketua Rumah Pelangi pada tanggal 12 Desember 2022.



Pada hari Rabu, 14 Desember 2022 dilakukan kegiatan penyuluhan mengenai tema pada Program Pembelajaran Lapangan yaitu pola asuh orang tua dan kelekatan pada anak yang dipaparkan langsung oleh **Dr. Netty Merdiaty, MM., M.Si**





Pada tanggal 17 Desember 2022, dilakukan sebuah kegiatan belajar sambil bermain yang bertujuan untuk melatih motorik halus pada anak-anak dengan menempelkan biji-bijian pada pola yang sudah ditentukan.



Pada hari dan jam yang sama juga dilakukan sebuah kegiatan *Pre-Test & Post- Test* dengan bermain puzzle dan lego pada anak-anak yang berusia di bawah 5 tahun, oleh kelompok bersama anak - anak.



Lalu dilanjutkan dengan kegiatan kerja bakti membersihkan lingkungan Rumah Pelangi dan menambah fasilitas dengan membuat tong sampah.



Pada hari terakhir Program Pembelajaran Lapangan yaitu pada tanggal 18 Desember 2022 dilakukan kegiatan beberapa perlombaan antara orangtua dan anak untuk merayakan sebuah "Hari Ibu" dan juga ingin merealisasikan tema pada Program Pembelajaran Lapangan ini yaitu kelekatan orangtua dan anak

melalui perlombaan. Perlombaan yang dilakukan adalah Pecah Balon, Anak mencari Induknya dan Lomba Karya Puisi bertema.



Pada akhir kegiatan perlombaan dilakukan pembagian Hadiah untuk yang memenangkan perlombaan untuk beberapa kategori dalam Lomba Balon, Anak mencari Induknya dan Puisi.



Dan, dipenghujung hari dilakukan penutupan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN di Desa Sukamekar Bersama dengan anak-anak dan Masyarakat sekitar Rumah Pelangi.



KESIMPULAN

Dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini, kelompok memberikan edukasi mengenai pentingnya pola asuh: kelekatan antara orang tua dan anak, bagi orang tua dalam menerapkan pola asuh kepada anak - anaknya serta aspek-aspek yang menunjang tercapainya kelekatan antara orang tua pada anak di daerah Jalan Raya Sukamekar Rt. 01/11, Kecamatan Sukamekar Kabupaten Bekasi. Kegiatan dilakukan dengan santai agar para orang tua paham apa yang disampaikan saat edukasi dan tidak merasa terbebani saat mengajukan pertanyaan mengenai materi yang disampaikan. Para orang tua juga merespon dengan baik kedatangan para anggota kelompok kami dan dosen pembimbing lapangan kami mengadakan acara kuliah kerja nyata yang memberikan edukasi di tempat desa mereka serta mereka mendengarkan dengan baik paparan yang telah diberikan.

Dilakukan beberapa kegiatan lain diluar penyuluhan mengenai pola asuh namun masih sejalan dengan tema yang dibuat. Kegiatan pertama yaitu mengenai menempelkan biji-bijian yang bertujuan untuk melatih motoric anak. Dilakukan pula sebuah kegiatan *pre-test* dan *post test* pada anak berusia 5 tahun untuk mengukur kemampuan kognitif anak, setelah dilakukan pengujian dan membandingkan hasil dari *pre-test* dan *post test* ditemukan perbedaan dari hasil kegiatan tersebut. Dimana hasil *post test* lebih tinggi daripada hasil *pre-test*. Artinya, kegiatan yang dilakukan oleh kelompok berhasil untuk meningkatkan kemampuan kognitif anak usia di bawah 5 tahun. Selain itu, terdapat kegiatan perlombaan

yang bertujuan untuk melihat kelekatan dan Kerjasama orangtua dan anak melalui beberapa perlombaan yang diadakan oleh kelompok yang diikuti dan di dukung dengan baik oleh pihak orangtua dan anak-anak pada Desa Sukamekar Rt. 01/11.

Adanya respon yang baik dan hangat dari pihak desa, ketua rumah pelangi serta masyarakat sekitar juga membuat anggota kelompok dan dosen pembimbing lapangan kami merasa nyaman melakukan kegiatan di desa Sukamekar. Adapun tersedianya sarana dan prasarana yang tersedia cukup membantu terlaksananya Program Pembelajaran Lapangan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara.

SARAN

Bagi Orang Tua di Desa Sukamekar

Diharapkan para orang tua dapat memahami dan menerapkan aspek-aspek yang telah dipaparkan untuk menunjang tercapainya pola asuh: kelekatan antara orang tua dan anak di desa Sukamekar dengan cara memeluk, menggandeng, mengobrol dan kegiatan lainnya.

Bagi Mahasiswa Kkn Tematik Di Periode Berikutnya

Diharapkan mahasiswa dapat menyiapkan diri dengan baik. Baik secara mental, fisik, serta kemampuan kognitif untuk dapat menyampaikan materi atau tujuan Program Pembelajaran Lapangan dengan baik dan tepat. Serta diperlukannya sifat afektif dan psikomotorik untuk dapat bersosialisasi dan menyesuaikan diri dalam hidup bermasyarakat. Diharapkan mahasiswa dapat menanamkan sikap tanggung jawab, mandiri, rendah hati, sikap saling menghargai, menghormati, dan dapat bekerja sama dalam kelompok. Serta, Diharapkan mahasiswa dapat merancang kegiatan Program Pembelajaran Lapangan sesuai dengan latar belakang serta kemampuan kognitif yang telah dimiliki oleh mahasiswa. Kegiatan juga harus diselaraskan dengan apa yang dibutuhkan oleh masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayun, Q. (2017). Pola asuh orang tua dan metode pengasuhan dalam membentuk kepribadian anak. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 5(1), 102-122
- Khadijah, Kriteria, D., Ningsih, T., Kemendikbud, Idawati, S., & Rohita. (2014). Meningkatkan Kemampuan Mengenal Pola melalui Metode Pemberian Tugas pada Anak Kelompok A TK Widya Bhakti Asemrowo. *PAUD Teratai*, 3(3), 1-6.
- Panduan KKN Fakultas Psikologi UBJ. (2022)
- Rosaliza, M. (2015). Wawancara, Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Ilmu Budaya*, 11(2), 9.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31849/jib.v11i2.1099>
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian dan pengembangan pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sunarty, K. (2016). Hubungan pola asuh orangtua dan kemandirian anak. *Journal of Educational Science and Technology (EST)*, 2(3), 152-160.

**Upaya Memelihara Kesejahteraan Psikologis
Melalui Psikoedukasi *Bullying* & Kesadaran Diri
Pada Remaja di Kecamatan Bekasi Utara**

Penulis:

Fathana Gina, M.Psi., Psikolog

Febi Fajriati

Aditya Rahman

Nimas Windiani

A'idah Ghina Ghaniyah Andalib

Dian Chandra Setiowati

Sari Nalu Rita Isvanrian

Dwiki Akbar Kurniawan

Arstyanto Danang Yudayanto

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan ini dilaksanakan di Kecamatan Bekasi Utara, Teluk Pucung RW 18 RT 04. Dari beberapa remaja yang diwawancarai didapat ternyata banyak remaja yang masih suka saling mengejek antar teman, hal itu termasuk dalam *bullying* dan remaja di lokasi ini sering kali berkebiasaan bermain gadget yang membuat remaja kurang bersosialisasi dengan orang sekitar. Hal tersebut juga kurang mendapat perhatian dari orang tua remaja di perumahan tersebut, sehingga kami memberikan edukasi mengenai menjaga perilaku dengan menjelaskan contoh perilaku *bullying* itu seperti apa, mengetahui dampak dari perilaku *bullying*, serta menumbuhkan *self-awareness* agar dapat menumbuhkan kesadaran diri pada remaja sehingga mereka tidak saling mengejek kembali dan tidak melakukan *bullying* pada teman-temannya. Untuk itu kami melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan ini dilokasi tersebut dengan maksud untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja.

KONSEP TENTANG TEMA

Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini dilokasi tersebut dengan konsep tema mensejahterakan psikologis. Kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu dalam menerima diri sendiri dan kehidupan masa lalu nya, serta percaya bahwa hidupnya sangat berarti, sehingga individu mampu berhubungan baik dengan orang lain, memiliki tujuan hidup yang jelas, dapat secara efektif mengatur hidupnya sendiri dan lingkungan, serta dapat mencapai tujuan dengan berani mengambil langkah (Ryff & Singer, 1998). Kemampuan ini dapat dioptimalkan jika individu mampu menganali potensi yang ada di dalam dirinya untuk mencapai kebahagiaan. Pendapat lanjutan dari Prabowo (2016) kesejahteraan psikologis merupakan sikap positif dari individu yang mampu menerima diri sendiri dan percaya bahwa dirinya memiliki tujuan hidup sehingga dapat mengambil tindakan untuk mencapai tujuan itu. Menurut Ryff & Singer (1998) kesejahteraan psikologis individu dipengaruhi oleh beberapa faktor yang meliputi dukungan sosial, status sosial ekonomi, jaringan

sosial, religiusitas dan kepribadian. Kemudian menurut Ryff & Keyes (dalam Pedhu, 2022) dukungan sosial merujuk pada gambaran berbagai ungkapan perilaku konstruktif yang diterima individu dari orang-orang yang bermakna dalam hidupnya. Meningkatkan kesejahteraan ini dapat dilakukan dengan cara memberikan edukasi mengenai menjaga perilaku dengan menjelaskan contoh perilaku *bullying* itu seperti apa dan mengetahui dampak dari perilaku *bullying* serta menumbuhkan *self-awareness*, sehingga remaja dapat menumbuhkan kesadaran diri di dalam dirinya untuk tidak melakukan *bullying* ke pada orang lain (dalam Pedhu, 2022).

Hal itu didapat dari hasil wawancara dan observasi. Dari beberapa remaja yang diwawancarai didapat ternyata banyak remaja yang masih suka saling mengejek antar teman, hal itu termasuk dalam *bullying*. Perilaku *bullying* menurut Olweus, D. (1997) merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. Seperti yang telah dijelaskan mengenai perilaku *bullying*, hal yang perlu dilakukan untuk menghindari perilaku *bullying* adalah menumbuhkan *self-awareness* dalam diri setiap individu.

Goleman (dalam Suparno, 2017) mendefinisikan *self-awareness* sebagai kemampuan untuk mengetahui apa yang dirasakan dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri. Selain itu, kesadaran diri juga berarti menetapkan tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat, seperti yang ditambahkan oleh Stein dan Book (dalam Suparno, 2017) yang menjelaskan bahwa kesadaran diri adalah kemampuan mengenali perasaan, alasannya merasakan hal tersebut, serta menyadari pengaruh perilaku seseorang terhadap orang lain. Hal tersebut meliputi kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan seseorang, membela diri dan mempertahankan pendapat (*asertif*), mengarahkan dan mengendalikan diri, kemampuan untuk mandiri, mengenali dan menerima kekurangan serta kelebihan dirinya,

mewujudkan potensi yang dimiliki, serta puas dengan potensinya tersebut.

Selain itu dari program Program Pembelajaran Lapangan ini diharapkan dapat memberikan pengalaman praktik dalam membantu masyarakat dan pendalaman wawasan sehingga meningkatkan pengetahuan, pengalaman, kemampuan dan keterampilan mahasiswa khususnya dalam bidang ilmu Psikologi. Memberikan kesempatan menerapkan ilmu pengetahuan yang telah dimiliki untuk menyelesaikan berbagai macam persoalan terutama di masyarakat. Sebagai wadah pengabdian kepada masyarakat (Perwujudan Tri Dharma Perguruan Tinggi).

PELAKSANAAN

Seluruh Program Pembelajaran Lapangan ini dilaksanakan selama 49 jam, dengan rincian melakukan survei lapangan, menyusun proposal kegiatan, try out kegiatan I, try out kegiatan II, diskusi kelompok, pengenalan kelompok dan pelaksanaan penyuluhan Program Pembelajaran Lapangan, persiapan pengenalan dan penyuluhan games anak dan pembagian hadiah, penutup, diskusi kelompok, pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan, persiapan kegiatan, kerja bakti, isoma, penyuluhan, kreativitas, penutupan, penutupan Program Pembelajaran Lapangan, sepedahan, penyerahan plakat dan penutupan, dan makan bersama, diskusi kelompok yang di Kecamatan Bekasi Utara, Kelurahan Teluk Pucung RW 18 Rt 01-06 dengan sasaran Program Pembelajaran Lapangan kelompok kami yaitu remaja yang berusia 11-18 tahun. Program Pembelajaran Lapangan ini dilaksanakan dari tanggal 10-17 Desember 2022.

Program Pembelajaran Lapangan dilaksanakan kembali pada tanggal 22 November 2022 melakukan survei lapangan. Kegiatan yang akan dilakukan di hari tersebut yaitu wawancara dan observasi secara langsung kepada para warga terutama remaja. Wawancara dan Observasi dilakukan dalam waktu 2 hari. Lalu dilakukan pada tanggal 8 & 9 Desember 2022. Kegiatan *Try Out* Program Pembelajaran Lapangan ini untuk mengetahui apakah kegiatan ini cukup efektif untuk para remaja disana. Acara dibuka secara santai

oleh anggota kelompok dan kegiatan berjalan dengan baik. Kemudian pada tanggal 10 Desember 2022 kembali bertemu dengan pihak RW dengan perkenalan seluruh anggota kelompok dan pelaksanaan penyuluhan.

Selanjutnya pada tanggal 13 Desember 2022 kelompok Program Pembelajaran Lapangan mendatangi pos yang biasa selalu menjadi tempat bermain game para remaja. Pertama diawali dengan memperkenalkan diri dan saling berkenalan, kemudian kelompok menunjukkan beberapa poster yang telah di persiapkan. Pemaparan materi mengenai *bullying*, *self-awareness* dilakukan oleh anggota kelompok secara bergantian. Setelah pemaparan materi, anggota kelompok melakukan games cerdas cermat dengan para remaja. Setelah merampungkan games tersebut, anggota kelompok membagikan bingkisan hadiah kepada remaja dan kegiatan ditutup dengan berfoto bersama.

Pada tanggal 16 Desember 2022, pertama kelompok melakukan kegiatan kerja bakti di pos RW.018 bersama warga sekitar. Selanjutnya kelompok melaksanakan penyuluhan kepada remaja di masjid mengenai *bullying*, *self-awareness* serta psikologi positif. Para remaja membuat suatu kreativitas dengan bahan yang telah tim sediakan pembuatan karya menggunakan stik es krim oleh para anak anak dan berakhir dengan penutupan yaitu penyerahan plakat dan acara makan Bersama.

Setelah menyelesaikan berbagai kegiatan yang telah dilaksanakan dari tanggal 22 November 2022, akhirnya Program Pembelajaran Lapangan akan resmi di tutup pada tanggal 17 Desember 2022. Penutupan Program Pembelajaran Lapangan dihadiri oleh seluruh anggota Program Pembelajaran Lapangan dan perwakilan kepala desa beserta jajarannya. Kegiatan dimulai dengan bersepeda bersama warga selama 2 jam. Kemudian acara penutupan dibuka dengan sepatah dua patah kata oleh ketua RW.018 beserta jajarannya. Dilanjut dengan Dosen Pembimbing dan ketua kelompok. Lalu dilanjut dengan penyerahan plakat sebagai tanda telah dilaksanakannya Program Pembelajaran Lapangan Oleh Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara di perumahan Wisma Asri 2 dan melakukan sesi foto

bersama. Lalu acara diakhiri dengan penutupan dan makan bersama.

PENUTUP

Kesimpulan dari pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya adalah bagaimana para mahasiswa dapat belajar serta terjun langsung kelapangan untuk membantu masyarakat dalam menyelesaikan kegiatan kegiatan di wilayah desa yang menjadi lokasi Program Pembelajaran Lapangan Mahasiswa, oleh karena itu program kerja Program Pembelajaran Lapangan berusaha dalam memberikan tanggung jawab sepenuhnya kepada mahasiswa untuk dapat memberikan pelayanan terhadap masyarakat desa.



SARAN:

Bagi Mahasiswa

1. Dalam menjalankan program Program Pembelajaran Lapangan harus disesuaikan dengan situasi dan kondisi desa tenaga dan waktu yang tersedia.
2. Lebih meningkatkan disiplin diri dalam Program Pembelajaran Lapangan untuk meningkatkan tali silaturahmi dan intraksi yang baik dengan masyarakat desa.

Bagi Universitas

1. Untuk jumlah anggota kelompok tim Program Pembelajaran Lapangan lebih diperbanyak agar dapat melaksanakan program kerja lebih efektif dan efisien.
2. Diharapkan pihak kampus bisa memonitoring lebih mahasiswa agar terlaksana dengan baik program Program Pembelajaran Lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Olweus, D. (1997). Masalah Bully/Korban di Sekolah : Fakta dan Intervensi Bullying: A Research Project. *Psikologi Pendidikan Eropa (CSU Expository Reading And Writing Course)*, 12, 495–510.
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(1), 65. <https://doi.org/10.29210/162200>
- Prabowo, A. (2016a). Kesejahteraan Psikologi Remaja di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(2), 246–260.
- Suparno, S. F. (2017). Hubungan Dukungan Sosial dan Kesadaran Diri dengan Motivasi Sembuh Pecandu Napza. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 173–179. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i2.4358>

Mengoptimalkan Pembentukan Karakter Dan Mengembangkan Potensi Diri Pada Remaja Desa Babelan Kota

Penulis:

Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog

Haris Yuditama

Citra Aldianto

Muhammad Rafli Al Kariim

Nurul Khaira

Aditya

Della Mutiara Arafah

Indy Deborah

Mutiara Asri

Sri Luthfiah Zaqiah Ramadhanti

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa secara interdisipliner, institusional, dan kemitraan sebagai salah satu wujud dari tridharma perguruan tinggi. Program Program Pembelajaran Lapangan yang dilakukan oleh mahasiswa Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya ini dilakukan guna ingin memberikan dan mendapatkan sebagian besar ilmu dan pengalaman dari masyarakat setempat (Rangki et al., 2020). Dengan adanya fenomena menurunnya perilaku yang positif pada generasi bangsa, ditambah lagi dengan adanya fenomena sosial yang berkembang, yakni kekerasan yang ditunjukkan oleh kenakalan remaja dalam masyarakat seperti perkelahian masal, perusakan lingkungan, pembegalan, dan juga tawuran yang dilakukan oleh rata-rata anak dibawah umur ini sudah menjadi permasalahan yang semakin lama dirasakan sebagai permasalahan yang paling banyak terjadi di Indonesia (Subianto, 2013).

Berdasarkan hasil wawancara dan survey yang dilakukan dengan ketua RW.003 di wilayah Desa Babelan Kota, kelompok memiliki ketertarikan untuk melakukan Program Pembelajaran Lapangan disana dikarenakan munculnya beberapa fenomena mengenai kenakalan remaja yang sudah disebutkan diatas. Munculnya kenakalan ini bisa saja disebabkan oleh remaja yang menjadi mampu untuk memenuhi aturan dan etika berdasarkan alasannya sendiri walaupun masih kurang baik kontrol internalnya akibat standar aturan yang dipatuhi remaja pada umumnya, demi mendapatkan sebuah pengakuan dari pihak lain seperti guru, teman, atau orang-orang disekitarnya (Cobb, 2001). Jensen dalam Sarwono (2013) membagi kenakalan remaja menjadi 4 jenis, yaitu :

1. Kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain. Seperti, perkelahian, pemerkosaan, perampokan, pembunuhan, dan lain-lain.
2. Kenakalan yang menimbulkan korban materi. Seperti, perusakan, pencurian, pencopetan, pemerasan, dan lain-lain.
3. Kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban dipihak orang lain. Seperti, pelacuran, penyalahgunaan obat.

4. Kenakalan yang melawan status. Seperti, meningkari status anak sebagai pelajar dengan cara membolos, meningkari status anak sebagai pelajar dengan minggat dari rumah atau membantah.

Alhasil, kelompok akan menjalankan program Program Pembelajaran Lapangan di Desa Babelan Kota Kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Kelompok akan melakukan psikoedukasi, psikoedukasi merupakan suatu intervensi yang dapat dilakukan pada individu, keluarga, dan kelompok yang fokus pada mendidik partisipannya mengenai tantangan signifikan dalam hidup, membantu partisipan mengembangkan sumber dukungan dan dukungan sosial dalam menghadapi tantangan tersebut (Anwar & Rahmah, 2017). Sehingga hasil dari Program Pembelajaran Lapangan ini dapat menumbuhkan motivasi kepada remaja tentang pentingnya sebuah pembentukan karakter dan pengembangan potensi diri, melalui psikoedukasi dan sosialisasi. Maka dari itu kelompok mengusung tema “Mengoptimalkan Pembentukan Karakter dan Mengembangkan Potensi Diri pada Remaja di Desa Babelan Kota”.

KONSEP TENTANG TEMA

Adanya salah satu fenomena kenakalan remaja menurut Jansen dalam Sarwono (2013) yaitu kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain, seperti adanya tindakan tawuran, pembegalan, dan penggunaan narkoba oleh remaja setempat. Adanya fenomena ini memberikan ide kepada kelompok untuk mengusung tema mengenai “Mengoptimalkan Pembentukan Karakter dan Mengembangkan Potensi Diri pada Remaja Desa Babelan Kota” difungsikan untuk memberikan pengetahuan dan wawasan kepada mereka mengenai cara untuk membedakan mana karakter yang patut untuk ditiru dan mana karakter yang kurang baik untuk ditiru. Pembentukan karakter sendiri memiliki arti sebuah nilai moral kemanusiaan dikalangan masyarakat, baik sebagai individu maupun kelompok. Tidak hanya itu, adanya kelompok mengusung tema ini juga untuk membuat remaja dapat

menggali sebuah potensi dalam diri mereka sehingga membuat mereka merasa memiliki sebuah potensi diri yang baik serta menguntungkan bagi dirinya sendiri dan juga orang lain. Potensi diri disini merupakan kemampuan dasar yang belum terungkap dalam diri seseorang. Sedangkan setiap manusia sudah dipastikan mempunyai potensi untuk dikembangkan dalam dirinya secara berbeda-beda. Potensi diri juga merupakan sebuah kemampuan individu yang masih tersimpan dan belum digunakan dengan maksimal. Potensi diri ini juga dapat berkembang melalui bakat ataupun usaha belajar dan kerja keras sehingga potensi diri dapat ditunjukkan melalui aksi (Amaliyah & Rahmat, 2021).

Konsep yang ingin kita berikan yaitu melakukan psikoedukasi kepada remaja di Desa Babelan Kota. Psikoedukasi yang kelompok berikan akan mengusung tema mengenai pembentukan karakter (*Character Building*) dan Potensi Diri. Selain itu kelompok akan memberikan beberapa kegiatan untuk memberikan sedikitnya gambaran mengenai pembentukan karakter dan potensi diri.

PELAKSANAAN

Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan dilakukan di wilayah RW.003 Desa Babelan Kota, kegiatan ini meliputi :

1. Pembukaan Program Pembelajaran Lapangan

Kamis, 8 Desember 2022

Kegiatan ini menjadi awal dalam adanya kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik yang akan di laksanakan di Desa Babelan Kota, dalam kegiatan ini kelompok menjelaskan tujuan adanya Program Pembelajaran Lapangan, dan memaparkan sedikitnya program kerja yang nantinya akan dilaksanakan di Desa Babelan Kota lebih tepatnya di wilayah Rw.003



2. Kegiatan Pertama (Psikoedukasi mengenai Pembentukan Karakter)

Minggu, 11 Desember 2022

Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan penyuluhan atau pemaparan materi mengenai psikoedukasi tentang pembentukan karakter pada remaja di Desa Babelan Kota, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Metode yang kelompok lakukan adalah memberikan pemaparan materi dan diskusi seputar pembentukan karakter pada remaja di lingkungan tersebut. Materi yang disampaikan seperti : a) 4 karakter dasar, b) Faktor-faktor yang mempengaruhi karakter, c) Proses untuk membentuk sebuah karakter yang baik.

3. Kegiatan Kedua (Art Therapy)

Sabtu, 17 Desember 2022

Kegiatan ini bertujuan untuk mengendalikan emosi dan karakter pada remaja yang mengikuti kegiatan art therapy. Salah satu kegiatan dari art therapy yang digunakan adalah kegiatan mewarnai, tujuannya untuk mengetahui karakter seperti apa yang ada pada diri anak-anak remaja tersebut serta mengendalikan emosi pada anak-anak remaja tersebut.



4. Kegiatan Ketiga (Psikoedukasi mengenai Potensi Diri)

Minggu, 18 Desember 2022

Kegiatan pemaparan materi mengenai potensi diri yang ada pada anak remaja di Desa Babelan Kota, dilakukan secara tatap muka yang bertujuan untuk menggali dan mengembangkan potensi yang ada pada diri remaja di Desa tersebut. Pemaparan materi yang diberikan seperti : a) Klasifikasi potensi diri, b) Jenis-jenis potensi diri, c) cara mengenali potensi diri.





5. Kegiatan Keempat (Personal Mission Statement)

Jum'at, 23 Desember 2022

Kegiatan ini dilakukan untuk mengetahui visi dan misi pada remaja di Desa Babelan Kota dalam jangka waktu 5 tahun kedepan. Kegiatan ini ditunjukkan untuk mengetahui potensi apa yang terbenam dalam diri remaja.



6. Penutup Kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN
Kamis, 5 Januari 2023

Kegiatan ini berisikan ucapan Terimakasih yang kelompok dan Dosen Pembimbing Lapangan berikan kepada ketua Rw.003 dan juga Desa Babelan Kota, atas bantuan dan

ketersediaannya untuk mempelancar kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik.

PENUTUP



Adanya Kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN) yang dilaksanakan di wilayah RW.003 Desa Babelan Kota ini dikarenakan munculnya fenomena mengenai kenakalan remaja. Dimana remaja sendiri merupakan individu yang mampu memenuhi aturan dan etika berdasarkan alasannya sendiri walaupun masih kurang baik kontrol internalnya akibat standar aturan yang dipatuhi remaja pada umumnya, hal ini dilakukan biasanya untuk emndapatkan sebuah pengakuan dari pihak lain seperti guru, teman, dan orang-orang disekitarnya (Cobb, 2001). Kegiatan atau sosialisasi yang bisa kelompok lakukan dengan mengadakan psikoedukasi mengenai pembentukan karakter dan pengembangan potensi diri yang disertai dengan beberapa kegiatan agar memberikan sebuah gambaran kepada para remaja mengenai topik yang sudah disampaikan. Kelompok berharap apa yang sudah disampaikan dan dijalankan bisa memberikan sebuah tambahan wawasan dan pengetahuan kepada para remaja di Desa

Babelan Kota terutamanya di wilayah RW.003 agar bisa memberikan dampak yang positif untuk perubahan tingkah laku remaja disana.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah, A., & Rahmat, A. (2021). Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 5(1), 28. <https://doi.org/10.32507/attadib.v5i1.926>
- Anwar, Z., & Rahmah, M. (2017). Psikoedukasi Tentang Risiko Perkawinan Usia Muda untuk Menurunkan Intensi Pernikahan Dini pada Remaja. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v1i1.749>
- Cobb, N. (2001). *Adolescence: Continuity, Change, and Diversity* (4th Editio). California (USA): Mayfield Publishing Company.
- Rangki, L., Alifariki, L. O., & Dalla, F. (2020). Upaya pencegahan dan penanggulangan transmisi covid 19 melalui program KKN Tematik Mahasiswa Universitas Halu Oleo. *Journal Of Community Engagement in Health*, 3(2), 266–274.
- Sarwono, sarlito W. (2013). *Psikologi Remaja*. Pt. Rajagrafindo Persada.
- Subianto, J. (2013). Peran Keluarga, Sekolah, Dan Masyarakat Dalam Pembentukan Karakter Berkualitas. *Edukasia: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 8(2), 331–354. <https://doi.org/10.21043/edukasia.v8i2.757>

Parenting Education Dalam Meningkatkan Kesadaran Terhadap Kepedulian Anggota Keluarga Dan Seksual Edukasi Untuk Anak

Penulis:

Yomima Viena, S.Psi., M.Si

Althof Wahyui Pradana

Ridho Andi Nugroho

Khairil Firmansyah

Windri Handayani

Risa Syarifatul Aulia

Nisa Hamidah Batubara

Cessna Nada Salsabila

Karina Widya Kristianti

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah bagian dari masyarakat intelektual yang ada di negeri ini, yang diharapkan dapat turut andil dalam pembangunan bangsa dan negara. Untuk itu perlu adanya persiapan atau pendidikan yang melatih calon sarjana untuk bekerja secara disiplin, dan menanggulangi permasalahan sesuai kompetensi hard skill dan soft skill nya. Ditengah-tengah kompetisi yang semakin kuat maka perlu diadakan satu kegiatan yang terencana dan sistematis untuk melatih dan mendidik mahasiswa agar menjadi intelektual muda yang berkualitas dan tanggap terhadap masalah-masalah yang timbul ditengah-tengah kehidupan masyarakat dan mampu mencari solusinya.

Dalam program yang akan dilakukan mahasiswa saling berkolaborasi dan berkontribusi melaksanakan program-program yang telah disiapkan seperti program Parenting Education dan juga tentang edukasi Seksual pada anak. Tujuan dari dilakukannya program-program tersebut, kami mengharapkan semua pihak sadar akan fungsi dari program program yang telah kami lakukan, manfaat yang bisa diambil dari Parenting Education dan Edukasi Seksual pada anak adalah untuk mengajarkan dan menanamkan pentingnya parenting dan Edukasi Seksual untuk masyarakat di Desa Leuwikaret. Kemudian, program edukasi parenting pada kegiatan ini mempunyai manfaat menambah pengetahuan serta wawasan bagi masyarakat dikhususkan bagi para orang tua mengenai pengetahuan tentang bagaimana pola asuh agar orang tua dapat menjaga kesehatan mental seluruh anggota keluarga. Begitu juga bagi anak-anak agar bisa menjaga kesehatan dan awareness mengenai kehidupan seksualnya.

Dalam merealisasikan dan mencapai tujuan tersebut maka dengan adanya program PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN. PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN (Kuliah Kerja Nyata Tematik) adalah suatu bentuk pengabdian mahasiswa terhadap masyarakat dan merupakan salah satu bagian dari TRI DHARMA perguruan tinggi. Dalam hal ini yang menjadi sasaran utama PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN adalah Desa

Leuwikaret, Kecamatan Kelapa Nunggal, Kabupaten Bogor, Jawa Barat.

Desa Leuwikaret merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Kelapa Nunggal, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Desa ini memiliki kondisi wilayah yang berada di Wilayah Pegunungan di Pinggiran wilayah Bogor dan merupakan desa yang terkenal akan wisata Desa Seribu Goa. Luas desa ini yaitu 2.651 Hektar.

Karena kondisi geografis desa leuwikaret yang sudah termasuk pegunungan, banyak warganya yang hanya bekerja di sekitaran kecamatan kelapa nunggal, seperti petani, walaupun ada juga yang bekerja keluar wilayah kelapa nunggal. Kondisi sekolah dan fasilitas pendidikan di wilayah desa leuwikaret terbilang belum memadai dengan baik.

Karena faktor fasilitas pendidikan yang jauh dari kata sempurna dan bahkan sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis penduduk nya. Berdasarkan hasil observasi serta wawancara yang telah dilakukan penulis ditemukan bahwa masyarakat Desa Leuwikaret masih minim pengetahuan akan pentingnya kesehatan mental dan awareness. Berkaitan dengan hal tersebut penulis menawarkan program KKN Tematik yang diharapkan dapat membantu kesehatan serta kesejahteraan psikologis warga dan juga pentingnya edukasi seksual terlebih pada anak-anak yang masih belum terbuka terhadap hal tersebut.

KONSEP TENTANG TEMA PARENTING

Menurut Gunadi (2008: M. Amini, 2008: 18), ada 3 peran utama yang dapat dilakukan ayah-ibu dalam mengembangkan karakter anak. Pertama, berkewajiban menciptakan suasana yang hangat dan tentram. Tanpa ketentraman, akan sukar bagi anak untuk belajar apa pun dan anak akan mengalami hambatan dalam pertumbuhan jiwanya. Ketegangan dan ketakutan adalah wadah yang buruk bagi perkembangan karakter anak. Kedua, menjadi panutan yang positif bagi anak sebab anak belajar terbanya dari apa yang dilihatnya, bukan dari apa yang didengarnya. Karakter orang tua yang dilihatkan melalui perilaku nyata merupakan bahan

pelajaran yang akan diserap anak. Ketiga, mendidik anak artinya mengajarkan karakter yang baik dan mendisiplinkan anak agar berperilaku sesuai dengan apa yang telah diajarkannya. Peran orang tua yang sangat penting seperti itu perlu untuk dibina dan dikembangkan sesuai dengan fitrahnya agar dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan harapan. Karena proses tumbuh kembang anak itu berjalan seiring dengan waktu dan berjalan secara gradual namun tidak dapat diulang. Karena itulah, pendidikan keayahbundaan menjadi penting bila hal tersebut dapat menjadi salah satu pendorong dalam pembinaan kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bertanah air dalam unit sosial terkecil yaitu keluarga.

John W, Santrock (2007: 163) mengemukakan bahwa pengasuhan (parenting) membutuhkan sejumlah kemampuan interpersonal dan mempunyai tuntutan interpersonal yang besar, tetapi sangat sedikit dalam pendidikan formal mengenai tugas ini. Pola pengasuhan tergantung dari bagaimana suatu lingkungan keluarga membentuk aturan (perilaku, norma dan nilai) yang harus dipatuhi oleh anggota keluarganya. Pola pengasuhan ini dibentuk oleh orangtua yang terdiri dari ayah dan ibu untuk memberikan pendidikan pada anaknya sehingga dapat membekas pada diri anak dan menjadikan karakteristik dan pribadi bagi diri anak. Di masing-masing keluarga memiliki pola-pola pengasuhan yang berbeda, tergantung dari bagaimana pandangan orangtua dalam memberikan asuhan pada anak-anaknya.

TUJUAN PARENTING

Pola dari tujuan dapat berdampak berbeda pada perkembangan dan karakter anak yang berbeda. Pola asuh Psikolog Diana Baumrind pada 1960-an mengklasifikasikan pola asuh menjadi tiga jenis. Kemudian, pada tahun-tahun berikutnya, penelitian Maccoby dan Martin menambahkan gaya pengasuhan jenis lain, pola pengasuhannya yaitu:

1. OTORITER

memaksakan kepada anak-anaknya mengikuti semua aturan yang diterapkan sehingga mengabaikan hak dan pendapat anaknya.

2. OTORITATIF

Gaya pengasuhan otoritatif lebih demokratis, lebih jelas walupun keras tapi memberikan kesempatan kepada anak untuk mengungkapkan pendapatnya.

3. PERMISIF

Perilaku anak yang dengan pola asuh permisif cenderung bersikap tidak sopan juga menunjukkan sikap kurang hormat sebab mereka tidak bisa mengikuti aturan dan mengganggu orang sama/sebaya.

4. TIDAK TERLIBAT

Orangtua hanya bertanggung jawab memenuhi kebutuhan anak, orangtua hanya memenuhi kebutuhan papan sebagai tempat tinggal yang layak bagi anak-anaknya.

EDUKASI SEKSUAL

Seks diartikan sebagai karakteristik biologis umum yang terdapat pada manusia, baik pria maupun wanita. namun secara kebahasaan seringkali kata ini dimaknai sebagai aktivitas seksual. Seksualitas merupakan konsep umum yang mengarah pada seksualitas manusia secara alamiah sebagai bagian dari perkembangan yang dilaluinya pada setiap fase kehidupan, mencakup komponen fisik, psikologis maupun sosial. (WHO, 1994). Seksualitas merupakan aspek penting sebagai manusia sepanjang hidupnya, meliputi jenis kelamin, identitas dan peran jenis kelamin, orientasi seksual, erotisme, kesenangan, keintiman dan reproduksi. Seksualitas dialami dan diekspresikan melalui pikiran, fantasi, keinginan, keyakinan, sikap, nilai-nilai, perilaku, praktek, serta melalui peran dan kegiatan relasional.

Pendidikan kesehatan reproduksi pada anak bertujuan untuk melatih dan menanamkan kesadaran bagi anak dalam menjaga kesehatan dan kebersihan pribadi (hygiene) dan kebersihan lingkungan (sanitasi) sejak dini. Memotivasi anak untuk dapat

menjaga kebersihan diri dengan mengajari dan melatih keterampilan anak untuk belajar mencuci tangan dan menyikat gigi yang benar, menjaga kebersihan tubuh seperti mandi dan keramas, rutin menggunting dan membersihkan kuku tangan dan kaki, menggunakan alas kaki saat diluar rumah, menggunakan air bersih untuk MCK dan tidak bermain di air kotor serta tidak buang air besar dan buang air kecil (BAB dan BAK) sembarangan, membuang sampah pada tempatnya, serta pencegahan kekerasan/ kejahatan seksual pada anak sejak dini (Peraturan Pemerintah RI, 2014).

ALASAN PENTING PENDIDIKAN SEKS

Maraknya kasus kekerasan seksual yang terjadi belakangan ini tidak lagi hanya mengancam para remaja yang rentan terhadap informasi yang salah mengenai seks. Eksploitasi seks pada anak dibawah umur nyatanya juga sering terjadi oleh orang-orang terdekat yang bahkan dilakukan oleh keluarga korban sendiri. Meningkatnya kasus kekerasan merupakan bukti nyata kurangnya pengetahuan anak mengenai pendidikan seks yang seharusnya sudah mereka peroleh dari tahun pertama oleh orang tuanya. Tetapi persepsi masyarakat mengenai pendidikan seks yang masih menganggap tabu untuk dibicarakan bersama anak menjadi sebab yang harus dibenahi bersama untuk membekali anak melawan arus globalisasi yang semakin transparan dalam berbagai hal termasuk seksualitas.

EDUKASI SEKSUAL TERHADAP ANAK

Pelecehan seksual terhadap anak merupakan salah satu ancaman bagi bangsa yang dapat merusak anak-anak, baik secara fisik, pola pikir, mental maupun kejiwaan mereka (Fajar dkk : 2019). Kekerasan/ pelecehan seksual anak adalah keterlibatan seseorang anak dalam aktivitas seksual yang tidak sepenuhnya dipahami, tidak ada penjelasan kepada nya yang melanggar norma dan aturan masyarakat. Pelecehan seksual anak merupakan aktivitas antara seorang anak dan orang dewasa atau anak lain yang bertujuan untuk memuaskan kebutuhan orang lain. Kekerasan/ pelecehan

seksual pada anak adalah salah satu dari sekian masalah kesehatan reproduksi yang sedang dihadapi Indonesia.

Pemahaman pendidikan seks diharapkan agar anak dapat memperoleh informasi yang tepat mengenai seks. Pendidikan seks merupakan pemberian suatu informasi kepada anak dan melakukan pembentukan keyakinan tentang seks, seperti identitas seksual, anatomi seksual, kesehatan reproduksi, hubungan emosional (Adhani dan Ayui, 2018). Pendidikan seks bagi anak usia dini merupakan salah satu bagian terpenting pendidikan yang seharusnya disampaikan kepada anak-anak sedini mungkin. Hal ini dikarenakan agar tidak terjadi perilaku-perilaku atau perlakuan menyimpang baik yang berasal dari anak sendiri maupun orang lain (Zubaedah, Siti 2016).

PELAKSANAAN

Pada kegiatan ini, seluruh anggota menuju sekolah AL-Hikmah yang lokasinya tidak jauh dari tempat tinggal yang disewakan di desa Leuwikaret. Sebelumnya, kelompok telah meminta izin terlebih dahulu pada pihak sekolah dari jauh-jauh hari. Selanjutnya kegiatan dimulai dengan memberi penyuluhan pada anak sekolah kelas 5 dan 6. Teknis materi dilakukan menggunakan proyektor sehingga seluruh siswa bisa melihat materi yang dijelaskan sembari mendengarkan pengisi materi memberikan penjelasan lebih lanjut. Acara dibuka dengan ketua kelompok memberikan sambutan yang sangat antusias diterima oleh seluruh siswa.

Kemudian pengisi materi memberikan materi terkait apa itu seksual, bagaimana menjaga area seksual dan juga bagaimana cara melaporkan jika ada pelecehan yang dialami. Di tengah-tengah acara, untuk melepas jenuh yang ada, kelompok Program Pembelajaran Lapangan membuat ice breaking yang terkait dengan kewaspadaan pada pelecehan seksual menggunakan gerakan dan lagu yang sudah disiapkan. Semua siswa dan siswi yang hadir sangat antusias mengikuti gerakan yang dicontohkan.

Selanjutnya, kelompok Program Pembelajaran Lapangan meminta para siswa dan siswi yang berani maju untuk mengulangi gerakan akan diberikan hadiah berupa botol minum untuk membuat mereka lebih bersemangat dalam mengikuti sesi acara. Menuju akhir acara, kelompok memberikan hadiah berupa snack dan susu kotak pada setiap siswa siswi yang hadir.

Di Minggu selanjutnya Pada kegiatan ini, kelompok Program Pembelajaran Lapangan kembali lagi ke desa leuwikaret untuk melakukan penyuluhan seks edukasi pada anak di sekolah yang berbeda, namun konsep acara tetap sama seperti yang sebelumnya dilakukan dengan target anak sekolah kelas 5 dan 6.

Kegiatan terakhir ini diadakan di bulan januari, Pihak LPM menginfokan bahwa Kelompok Program Pembelajaran Lapangan bisa mengadakan acara seminar setelah kegiatan pengajian ibu-ibu. Anggota perempuan kelompok Program Pembelajaran Lapangan turut hadir dalam pengajian yang diadkn sementara anggota laki-laki mempersiapkan acara seminar. Setelah waktu acara seminar tiba, sebelumnya kami mengundang dosen pendamping lapangan sebagai narasumber acara kegiatan seminar. Acara dibuka dengan sambutan ketua kelompok Program Pembelajaran Lapangan dan dosen pendamping. Kegiatan berlangsung dengan antusias ibu-ibu yang turut hadir mengikuti acara. selanjutnya narasumber kami dari dosen pendamping lapangan mengisi materi seminar.

Materi yang dijelaskan berupa pengenala pola asuh, jenis-jenis pola asuh dan kosekuensi dari beberapa pola asuh yang diterapkan dan diakhiri sesi diskusi pertanyaan yang berasal dari permasalahan dari ibu-ibu oleh kondisi keluarganya. selang berapa waktu, akhirnya kegiatan seminar selesai.

Setelah kegiatan seminar selesai, kelompok Program Pembelajaran Lapangan mengucapkan terima kasih kepada warga yang hadir dan memberikan sertifikat penghargaan dari kelompok Program Pembelajaran Lapangan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sebagai kenang-kenangan karena diizinkan untuk melakukan Program Pembelajaran Lapangan selama beberapa waktu di desa Leuwikaret.

PENUTUP

KESIMPULAN

Dari pelaksanaan kegiatan program Program Pembelajaran Lapangan yang berlangsung di Dusun Rawagadamin, Desa Leuwikaret, Kecamatan Kelapa Nunggal selama kurang lebih beberapa hari dalam kurun waktu satu bulan, kami dapat menarik kesimpulan bahwa pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan yang telah terprogramkan secara garis besar bisa berjalan sesuai dengan yang direncanakan. Beberapa hal yang dapat kami simpulkan dari kegiatan Program Pembelajaran Lapangan diantaranya :

Program Pembelajaran Lapangan yang telah direncanakan dapat berjalan dengan baik meskipun tidak sepenuhnya sempurna. Hal ini dikarenakan situasi dan kondisi yang kurang mendukung, seperti sulitnya menyesuaikan waktu untuk melaksanakan kegiatan dikarenakan waktu yang tersedia cukup singkat yaitu satu bulan dan masih berjalannya kegiatan perkuliahan sehingga untuk melaksanakan semua program harus menyesuaikan dengan waktu yang dimiliki oleh kelompok Program Pembelajaran Lapangan dan juga jadwal sekolah yang mendekati libur semester.

Setelah menempuh kegiatan akademis selama beberapa tahun, banyak mahasiswa kurang bahkan belum mengerti bagaimana mengaplikasikan ilmunya di tengah masyarakat. Dengan adanya kegiatan wajib Program Pembelajaran Lapangan, mahasiswa dapat mengetahui apa yang telah berkembang di masyarakat serta permasalahan yang dihadapi dan tuntutan masyarakat.

SARAN

KEPADA MASYARAKAT

Para orang tua harus bisa menanamkan rasa tanggung jawab yang tinggi dalam menerapkan pola asuh kepada anak-anaknya, sehingga tidak menciptakan anak dengan pola pikir yang terganggu dan menjadikan anak yang baik, berbakti dan bisa berhubungan dengan baik pada lingkungan sosialnya. Orang tua juga turut andil dalam mengawasi anak dalam kehidupan seksualnya supaya lebih

bisa menjaga kesehatan vitalnya dan Jangan sampai terjebak dalam pergaulan yang salah dan mengancam martabat sang anak.

KEPADA MAHASISWA

Tanamkan rasa rendah diri dan sikap kekeluargaan dan kebersamaan, berani menghadapi resiko, selalu bekerjasama dalam tim dan selalu berjalan untuk mewakili kelompok. Tanamkan pengertian dan saling memahami maupun menghargai orang lain agar terwujud kekompakan tim (team work yang solid) dan dapat melaksanakan program dengan sebaik-baiknya. Hindari sikap acuh tak acuh terhadap sesama. Mahasiswa merupakan kelompok masyarakat yang berpendidikan, maka hendaknya para mahasiswa menyadari bahwa segala tindakannya akan selalu dipantau oleh masyarakat dan harus menjaga nama baik Almamater.

DAFTAR PUSTAKA

- Umar Munirwan. (2015). Peranan Orang Tua Dalam Peningkatan Prestasi Belajar Anak. *Jurnal Ilmiah Edukasi Anak*, 1(1), 20-28
- Akhyadi, Ade Sadikin., Mulyono, Dino. (2018). Program Parenting Dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan Keluarga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1-8
- Lasmini., Septiani, Bunga., Aisyah,Siti., Eriska, Eriska., Putri, Yecha Febrienitha. (2022). Konsep dan Tahapan Pembentukan Program Parenting. *Jurnal Multidisipliner Kapalamada*, 1(2), 274-280
- Nani N Djamal., Ani Zulaiha, Tintin Supriyatin. Edukasi Seksual Orang Tua Terhadap Anak dan Remaja. (2019). Bandung: Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati
- Sebayang, BR Wellina., Saragih, Griselli. (2020). Pengaruh Edukasi Seksual Terhadap Perilaku Seks Pranikah Pada Generasi Milenial. *Journal Health of Studies*, 2(1), 24-29
- Suhasmi, Nadya Carisa., Ismet, Syahrul. (2021). Materi Pendidikan Seks Bagi Anak Usia Dini. *Journal Golden Age*, Universitas Negeri Padang, 5(2), 164-174
- Pramulya, Tegar (2022, November 22). Manfaat Mempelajari Sex Education. Kumparan. Diakses dari <https://kumparan.com/tegar-pramulya/manfaat-mempelajari-sex-education-1xjrgeSOMvH>

**Strategi Membangun Pola Pengasuhan Positif Bagi
Anak Usia Dini Di Perum. Griya Family Iv Rw 16,
Desa Sarimukti, Kec. Cibitung**

Penulis:

Andreas Corsini Widya Nugraha, S.Fil., MA

Annisa Rahmawati

Sasqia Mingkamanad

Intan Fitriyani

Sahrul Rifai

Tri Octaviani

Chinta Aryuliana Kinanti

Kintan Kinasih

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan adalah suatu kegiatan intra kurikuler yang memadukan pelaksanaan tridharma perguruan tinggi (pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat) dengan cara memberikan mahasiswa pengalaman belajar dan bekerja dalam kegiatan pembangunan masyarakat sebagai wahana penerapan dan pengembangan ilmu yang dilaksanakan diluar kampus dalam waktu mekanisme kerja persyaratan tertentu. Program ini diselenggarakan perguruan tinggi guna mengembangkan kompetensi mahasiswa melalui pengalaman nyata di masyarakat dan menyiapkan mental mahasiswa untuk terjun di masyarakat dan bekerja setelah lulus.

Keluarga adalah bagian terkecil dalam masyarakat. Keluarga juga merupakan pendidikan pertama dan utama untuk anak-anak. Sebagai pendidik utama dalam keluarga, orang tua seringkali menghadapi tantangan dan persoalan. Berdasarkan hasil wawancara dengan para orang tua, beberapa permasalahan yang sering terjadi antara lain: anak tidak mau mendengarkan orangtua, anak sulit untuk diminta belajar, semaunya sendiri, dan sebagainya. Pada dasarnya, permasalahan tersebut muncul disebabkan oleh karena kekeliruan orang tua yang menganggap bahwa pola pengasuhannya sudah tepat namun malah berdampak negatif pada sang anak. Kekeliruan orang tua dalam menerapkan pola asuh dapat mempengaruhi perkembangan anak. Peranan orang tua sebagai pendidik dalam keluarga akan bisa optimal dalam penumbuhkembangan karakter anak manakala di dukung oleh kemampuan mereka menggunakan pola asuh yang tepat.

Pendidikan karakter sebaiknya dimulai sejak anak dalam fase usia dini, khususnya di lingkungan keluarga. Usia dini adalah anak yang berada pada rentan usia 0-6 tahun. Tetapi usia anak-anak ini juga merupakan usia keemasan atau sering disebut ahli psikologi sebagai *golden age*. Masa ini disebut masa keemasan karena pada usia ini terjadi perkembangan yang sangat menakjubkan mencakup perkembangan fisik dan psikis.

Setiap pola asuh yang diterapkan orang tua mempunyai pengaruh bagi anak. Pengaruh tersebut timbul karena

orang tua merupakan model bagi anak. Perlakuan dari orang tua kepada anak menjadi pengalaman dan melekat pada anak dalam perkembangannya menjadi dewasa. Setiap pola asuh mempunyai kekurangan dan kelebihan yang harus diketahui serta dipahami orang tua.

Dengan adanya program Program Pembelajaran Lapangan kita dapat melihat atau belajar bahwa pola pengasuhan setiap orang tua berbeda-beda, maka dari itu kami melakukan penyuluhan ke Perum. Griya Family IV Desa Sarimukti, Kec. Cibitung yang notabenehnya adalah keluarga baru memberikan penyuluhan tentang Pengasuhan Positif. Karena masih banyak atau bahkan di Indonesia menerapkan pola pengasuhan yang keliru. Mengapa keliru? Karena karakteristik anak adalah meniru apa yang dilihat, didengar, dirasa dan dialami, maka karakter mereka akan terbentuk sesuai dengan pola asuh orang tuanya. Dengan kata lain anak akan belajar apa saja termasuk karakter, melalui pola asuh yang dilakukan orang tua. Bentuk pola asuh yang diterapkan oleh orang tua terhadap setiap anak akan menentukan keberhasilan pendidikan karakter anak dalam keluarga.

Maka kami memberikan sedikit materi untuk para orang tua tentang pengasuhan positif agar tidak keliru. Hanya saja kekeliruan orang tua yang menganggap bahwa pola pengasuhannya sudah tepat namun malah berdampak negatif pada sang anak. Kita bisa lihat dampak yang terjadi pada anak, jika anak menjadi susah diatur, manja yang berlebih, maka orang tua harus selektif dalam memilih pola asuh yang dapat menumbuhkan kembangkan karakter anak sehingga memberikan pengaruh positif bagi anak.

KONSEP TENTANG TEMA

Pengertian pola asuh menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah suatu bentuk (struktur), sistem dalam menjaga, merawat, mendidik dan membimbing anak kecil. Pola asuh menurut Sunarti adalah suatu model atau cara mendidik anak yang merupakan suatu kewajiban dari setiap orang tua dalam usaha membentuk pribadi anak yang sesuai dengan harapan masyarakat

pada umumnya. Pola asuh orang tua adalah pola perilaku yang diterapkan pada anak dan bersifat relatif konsisten dari waktu ke waktu. Pola perilaku ini dapat dirasakan anak dari segi negatif maupun segi positif. Sedangkan Pengasuhan menurut Shochib, adalah orang yang melaksanakan tugas membimbing, memimpin, atau mengelola. Pengasuhan yang dimaksud di sini adalah mengasuh anak.

Adapun macam-macam gaya pengasuhan yaitu:

1. Pola asuh *Authoritarian* atau otoriter, ada beberapa ciri orang tua yang memiliki pola asuh otoriter: a) Mengendalikan, membentuk bahkan mengevaluasi sikap anak berdasarkan standar mutlak, b) tidak saling memberi maupun menerima komunikasi, c) menghukum anak yang menolak perintahnya
2. Pola asuh *Permissive*, berikut ciri orang tua yang memiliki pola asuh *permissive* : a) Berusaha menerima dan bersikap positif terhadap impuls (dorongan emosi), keinginan-keinginan, dan perilaku anaknya, b) membiarkan anak mengatur aktifitasnya sendiri, c) jarang mengatur jadwal anak, d) membiarkan anak untuk menentukan sendiri baik itu kala tidur, makan maupun menonton televisi, e) jarang menuntut anak melakukan pekerjaan rumah, f) tidak menerapkan aturan pada anak dalam berperilaku, g) menghindari menggunakan hukuman.
3. Pola asuh *Authoritative*, Berikut ini beberapa ciri orang tua yang memiliki pola asuh autoritatif : a) mengarahkan anak secara rasional, b) berorientasi pada masalah yang dihadapi, c) menghargai komunikasi yang saling memberi dan menerima, d) menjelaskan alasan rasional yang mendasari tiap-tiap permintaan atau disiplin tetapi juga menggunakan kekuasaan bila perlu, e) mengharapkan anak untuk mematuhi orang dewasa tetapi juga mengharapkan anak untuk mandiri dan mengarahkan diri sendiri, f) Saling menghargai antara orang tua dan anak, g) Memperkuat standar-standar perilaku, h) Orang tua tidak mengambil posisi mutlak, tetapi juga tidak mendasarkan pada kebutuhan anak semata.
4. Pola asuh yang melalaikan atau *Neglectful Parenting*, Sesuai dengan artinya bahwa keterlibatan orang tua dalam pola asuh

ini sangat rendah. Orang tua cenderung mengabaikan atau membiarkan anak berkembang dengan sendiri. Tentu hal itu akan membawa dampak negatif bagi anak lantaran akan mendorong terbentuknya perilaku buruk pada diri anak. Anak-anak yang mendapatkan pola asuh ini akan tidak kompeten secara sosial, tidak bisa mengontrol diri, tidak dewasa bahkan akan merasa asing dengan keluarga.

Dampak dari pengasuhan yang keliru :

1. Sering menangis dan mudah tersinggung,
2. Sering berbohong,
3. *Self Esteem* (Harga Diri) Rendah,
4. Sering ketakutan,
5. Merasa iri hati,
6. Tidak bisa bangkit dengan dirinya sendiri,
7. Tidak berempati. Namun Tidak akan pernah ada pola asuh yang sempurna, tapi tentu menuju pola asuh yang baik agar anak cerdas dan beretika merupakan harapan setiap orang tua. Mari sama-sama belajar menjadi orang tua yang bisa diteladani sikapnya oleh anak-anak agar kelak ia bisa tumbuh dan berkembang sesuai dengan harapan.

Strategi pola pengasuhan positif pada anak usia dini, ialah:

1. Membangun Kelekatan pada anak,
2. Memperlakukan anak dengan sopan dan hormat,
3. Menerapkan pengasuhan yang proaktif,
4. Membangun komunikasi yang efektif,
5. Menerapkan sikap disiplin.

PELAKSANAAN

Kelompok melakukan survei kebeberapa tempat di daerah Kabupaten Bekasi, kemudian kelompok menemukan suatu perumahan yang letaknya berada di Desa Sarimukti, Kec. Cibitung. Lalu kelompok mengajukan saran lokasi yang telah di survei kepada dosen pembimbing lapangan yaitu Bapak Andreas Corsini

Widya, S.Fil., MA, kemudian dosen pembimbing lapangan menyetujui saran lokasi yang telah dipilih oleh kelompok.

Lokasi yang akan menjadi tempat pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan yaitu di Perum. Griya Famili IV RW 16, Desa Sarimukti, Kec. Cibitung, Kab. Bekasi. Sebelumnya penulis beserta kelompok tentunya telah meminta izin kepada Bapak Ali dan Ibu Silka selaku Ketua RW 16 dan Ketua Ibu-ibu PKK Perum. Griya Family IV dengan menjelaskan mengenai apa saja yang ingin dilakukan dan kegiatan apa saja yang akan dilaksanakan dalam program Program Pembelajaran Lapangan. Setelah mendapatkan persetujuan bapak ketua RW penulis membuat proposal beserta modul pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan untuk menjadi acuan dalam melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan ini.

Kegiatan yang dilakukan dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan yang pertama tentunya melakukan survei lokasi dan survei data, survei data dilakukan dengan sesi wawancara kepada ketua RW dan juga dengan ibu-ibu PKK yang telah memiliki balita. Penulis juga melakukan sesi wawancara sederhana kepada ibu-ibu PKK yang berjumlah lima orang tersebut, dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan pola asuh yang biasa dilakukan di rumah. Dari hasil wawancara tersebut dapat ditemukan beberapa masalah mengenai pola asuh dan juga kecanduan gadget yang dialami oleh anak-anak mereka.

Berdasarkan hasil dari wawancara tersebut, maka kegiatan selanjutnya adalah melakukan penyuluhan dengan tema "Strategi Membangun Pengasuhan Positif Bagi Anak Usia Dini di Perum. Griya IV RW 16, Desa Sarimukti, Kec. Cibitung, Kab. Bekasi". Kegiatan awal adalah mempersiapkan lokasi yang akan menjadi tempat penyuluhan, penyampaian yang dilakukan kelompok ini dengan secara lisan berhadapan langsung dengan subjek yaitu ibu-ibu PKK yang bertempat di Balai Pertemuan Warga RW 16. Sebelum penyuluhan ini dimulai kelompok membagikan materi tertulis mengenai pola asuh dan kecanduan gadget, pembagian materi ini bertujuan agar para subjek mengerti apa yang akan kelompok sampaikan.

Dihari selanjutnya kelompok mengadakan sesi diskusi mengenai kasus kecanduan gadget yang sebelumnya telah kelompok siapkan materinya. Pada saat sesi diskusi dan tanya jawab terlihat bahwa para ibu-ibu merasa antusias dan juga banyak memberi tanggapan serta berbagi pengalaman yang mereka rasakan.

Adapun kendala yang dialami kelompok sebagai pelaksana Program Pembelajaran Lapangan yaitu terkendala lokasi yang terletak jauh dan rawan kejahatan salah satunya begal, serta kondisi jalanan yang rusak berat dan licin setelah terguyur hujan. Kendala selanjutnya, adalah karena partisipan pada Program Pembelajaran Lapangan ini adalah ibu-ibu yang mayoritas memiliki balita dan anak usia dini dan kegiatan dilakukan disiang hari tentunya banyak dari ibu-ibu yang tidak bisa hadir karena sibuk mengurus anak dan juga sedang memasak, jadi dari puluhan ibu-ibu yang terdaftar sebagai warga RW 16, hanya sebelas orang yang dapat hadir dalam kegiatan Program Pembelajaran Lapangan. Saat pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini, para partisipan membawa anak-anak yang masih berusia dini sehingga menimbulkan kebisingan berupa teriakan dan tangisan sehingga para partisipan terdistraksi dan tidak fokus dengan materi yang disampaikan oleh kelompok. Selain itu, banyak partisipan yang pulang lebih awal sebelum acara selesai.

PENUTUP

Kesimpulan pada laporan Program Pembelajaran Lapangan ini adalah:

1. Membentuk mahasiswa menjadi lebih dewasa dalam menyikapi permasalahan yang ada dan dapat memahami bagaimana hidup bermasyarakat. Selain itu dapat membentuk kepribadian yang mandiri, berani, serta bertanggung jawab terhadap tugas yang didapatkan.
2. Program Program Pembelajaran Lapangan meningkatkan ilmu dan pengetahuan masyarakat
3. Mahasiswa mendapatkan pengalaman dan ilmu kemasyarakatan yang tidak didapatkan dibangku perkuliahan

dan masyarakat dapat menerima dan menyerap ilmu yang dimiliki mahasiswa dalam meningkatkan wawasan mereka untuk kemudian diterapkan di dalam kehidupan sehari-hari

Adapun saran yang dapat kami berikan selama menjalankan Program Pembelajaran Lapangan terkait dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini yang diharapkan dapat berguna untuk peningkatan mutu dan kualitas semua pihak. Bagi mahasiswa hendaknya mampu menyiapkan diri baik dari segi mental/spiritual, fisik, serta kemampuan kognitif untuk dapat bersosialisasi dan menyesuaikan diri dalam hidup bermasyarakat. Selain itu mahasiswa juga harus menanamkan sikap kekeluargaan, sikap saling menghargai dan menghormati, dan selalu bekerjasama dalam kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Sari, P. P., Sumardi, S., & Mulyadi, S. (2020). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Paud Agapedia*, 4(1), 158-161
- Rahmat, S. T. (2018). Pola Asuh Yang Efektif Untuk Mendidik Anak Di Era Digital. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Missio*, 10(2), 155-156
- Windiastri, F., & Nurhaeni, N. (2020). Hubungan Pola Asuh Ibu dan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Prasekolah di Bogor. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 4(2). 75-76
- Israfil. (2015). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perkembangan Anak Usia Prasekolah. *Psychology Forum UMM*, 175-179.

Peningkatan Literasi Digital Dan Pola Asuh Anak Di Desa Setiamekar Rw 004

Penulis:

Dr. Arfian, S.Psi., M.Si
Panji Akbar Darmawan
Veronica Fitria Zasmin
Aning Itsuka Yunita
Marabiyah
Nia Oktaviani
Ahmad Fauzi Hidayatullah
Silvia Pangestika

PENDAHULUAN

Pada dasarnya Program Pembelajaran Lapangan merupakan bentuk pengabdian nyata mahasiswa kepada masyarakat. Setelah mendapatkan materi perkuliahan yang senantiasa dapat berguna di dalam lingkungan masyarakat itu sendiri. Dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat, mahasiswa memberikan pengalaman ilmu pengetahuan, teknologi dan seni untuk memberikan pengarahan agar dapat memecahkan masalah dan menanggulangnya secara tepat. Selain itu, pembenahan sarana dan prasarana merupakan kegiatan yang dilakukan serta menjadi program kerja bagi mahasiswa. Dengan kata lain, melalui KKN ini mahasiswa membantu pembangunan dalam masyarakat atau pemberdayaan masyarakat. Berlokasi di Kabupaten Bekasi, tepatnya di Desa Setiamekar, RW 004 Program Pembelajaran Lapangan ini dilakukan.

Disini kelompok membuat beberapa program, tentunya program ini akan menjadi sebuah jawaban dan solusi untuk masalah yang sedang dialami oleh desa tersebut. Melewati survei langsung ke desa, akhirnya kelompok membuat beberapa program untuk desa ini. Salah satunya adalah sosialisasi tentang pola asuh, mengajar anak-anak usia dini, dan juga sosialisasi pentingnya literasi digital yang dibawakan langsung oleh Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) kelompok.

Pemilihan program yang dijalani untuk Desa Setiamekar telah didiskusikan bersama dengan seluruh anggota kelompok. Alasan kelompok membuat program yang direncanakan adalah masih terdapat banyaknya orang tua di desa yang belum memahami tentang penerapan pola asuh yang baik dan benar untuk perkembangan dan pertumbuhan anak. Kemudian masih banyak juga warga desa yang acuh dengan kebersihan lingkungan sekitar serta masih banyak warga desa yang kurang memahami dan mengelola alat digital serta memanfaatkan digitalisasi seperti penggunaan media sosial dengan baik dan benar. Tidak hanya itu saja, melainkan masih banyak juga warga yang percaya dengan hoax yang beredar di jejaring sosial, yang dapat mengganggu keberlangsungan kehidupan bermasyarakat di desa tersebut. Jadi

kelompok memutuskan untuk membuat program sosialisasi tentang pola asuh yang baik serta sosialisasi Literasi digital.

KONSEP TENTANG TEMA LITERASI DIGITAL

Salah satu indikator masih rendahnya literasi digital di Indonesia adalah masih banyak ditemukan informasi yang tidak tepat. Saat ini ada banyak konten negatif, baik itu hoax, ujaran kebencian, praktik penipuan, cyber bullying, dan konten berbau SARA dan pornografi tersebar meluas di dunia maya. Dan berdasarkan survei yang dilakukan oleh Masyarakat Telematika Indonesia (Mastel) pada tahun 2019, literasi digital merupakan cara efektif untuk menghambat penyebaran hoaks (Fathin, 2019).

Konsep literasi digital, sejalan dengan terminologi yang dikembangkan oleh UNESCO pada tahun 2011, yaitu merujuk pada serta tidak bisa dilepaskan dari kegiatan literasi, seperti membaca dan menulis, serta matematika yang berkaitan dengan pendidikan. Oleh karena itu, literasi digital merupakan kecakapan (life skill) yang tidak hanya melibatkan kemampuan menggunakan perangkat teknologi, informasi dan komunikasi, tetapi juga kemampuan bersosialisasi, kemampuan dalam pembelajaran, dan memiliki sikap, berpikir kritis, kreatif, serta inspiratif sebagai kompetensi digital.

POLA ASUH

Proses interaksi antara orang tua dan anak untuk mendukung perkembangan fisik, emosi, intelektual, dan spiritual berlangsung sejak seorang anak dalam kandungan sampai dewasa (Kemendikbud RI, Juli 2016:3). Itu berarti bahwa pola asuh merupakan pola interaksi antara anak dengan dengan orang tua yang meliputi meliputi pemenuhan kebutuhan fisik (seperti makan, minum dan lain-lain) dan kebutuhan psikologis (seperti rasa aman, kasih sayang dan lain-lain), serta sosialisasi norma-norma yang berlaku di masyarakat agar anak dapat hidup selaras dengan lingkungannya.

Pola asuh juga berkaitan dengan tanggung jawab dan kewajiban orang tua terhadap anak. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014, Pasal 26, orang tua dalam keluarga berkewajiban dan bertanggung jawab untuk:

- (a) mengasuh, memelihara, mendidik, dan melindungi anak;
- (b) menumbuhkembangkan Anak sesuai dengan kemampuan, bakat dan minatnya;
- (c) mencegah terjadinya perkawinan pada usia anak;
- (d) memberikan karakter dan penanaman nilai budi pekerti pada anak.

PELAKSANAAN

Program Pembelajaran Lapangan Tematik ini dilaksanakan selama satu bulan yaitu dimulai pada tanggal 05 Desember 2022 sampai dengan 05 Januari 2023 dan tempat yang menjadi lokasi pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan Tematik ini yaitu di RW 004 Desa Setiamekar, Kecamatan Tambun Selatan, Kabupaten Bekasi, Provinsi Jawa Barat.

Kegiatan awal yang dilakukan tentunya adalah survei lokasi. Semua anggota kelompok bersama-sama berangkat menggunakan sepeda motor dari kampus Bhayangkara Bekasi menuju kantor Desa Setiamekar, setelah sampai di lokasi kemudian oleh aparatur desa setempat diarahkan untuk melakukan Program Pembelajaran Lapangan ini di RW 004. Kemudian pada hari yang sama langsung mendatangi rumah ketua RW 004 untuk meminta izin, serta menanyakan perihal masalah apa saja yang terdapat di lingkungan RW 004.

Program Pembelajaran Lapangan yang pertama kali dilakukan adalah Sosialisasi Pola Asuh di Posyandu RW 004 Desa Setiamekar. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 13 Desember 2022 yang bertempat di Balai Kartini RW 004.



Setelah kegiatan posyandu selesai selanjutnya adalah pelaksanaan sosialisasi pola asuh kepada 10 peserta posyandu. Sosialisasi dilakukan dengan cara memberikan *pretest* yang harus dikerjakan oleh peserta berupa 10 soal mengenai pola asuh, kemudian mahasiswa menjelaskan materi tersebut selama 30 menit kepada para peserta, selanjutnya peserta diberikan *posttest* yaitu mengerjakan soal yang sama, hal ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan pemahaman para peserta tentang pola asuh sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi.

Hasil *posttest* dari para peserta menunjukkan bahwa terjadi kenaikan secara signifikan dibandingkan dengan hasil *pretest*, hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman para peserta mengenai pola asuh sesudah diberikan sosialisasi.



Kegiatan berikutnya yaitu memberikan pengajaran kepada anak usia dini yang dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 21 Desember 2022, di KB Cemara Sakti RT 008 RW 004 Desa Setiamekar.



Kegiatan berikutnya pula dilakukan Penghijauan atau Menanam Bunga di Sekitar Balai Kartini RW 004, penghijauan ini dilakukan oleh mahasiswa dengan tujuan penghijauan di sekitar balai tersebut





Kegiatan terakhir yang dilaksanakan mahasiswa yaitu Sosialisasi Literasi Digital pada tanggal 5 Januari 2023 yang bertempat di Balai Kartini RW 004. Acara ini dipaparkan langsung oleh narasumber sekaligus Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) yang menjelaskan pentingnya literasi digital pada para remaja yang hadir. Dan pada tanggal 5 Januari pula merupakan penarikan mahasiswa dari lokasi Program Pembelajaran Lapangan.

PENUTUP





KESIMPULAN

Selama kurang lebih 5 minggu Program Pembelajaran Lapangan tersebut telah terlaksana dengan cukup baik, begitu juga dengan program-program kerja yang juga telah terlaksana sesuai dengan yang direncanakan. Berdasarkan hal tersebut oleh karenanya dapat disampaikan beberapa kesimpulan yang substantif dari kegiatan dan program kelompok.

1. Dalam kegiatan survei awal di Kantor Desa Setiamekar berjalan cukup baik, karena terjalin komunikasi yang baik sehingga kita direkomendasikan untuk melakukan Program Pembelajaran Lapangan di RW 004
2. Dalam kegiatan survei di lokasi RW 004, terlaksana dengan baik dan juga kami mendapatkan izin untuk melakukan Program Pembelajaran Lapangan dilokasi tersebut serta melakukan musyawara dan wawancara mengenai permasalahan yang terjadi di RW 004

3. Dalam program penyuluhan dengan judul “Meningkatkan Pola Asuh Anak” pada peserta Posyandu telah terlaksana dengan baik.
4. Dalam program pemberian pembelajaran kepada anak usia dini mengenai berfikir cepat dan Kerjasama tim melalui permainan *flash card* dan Menyusun *puzzle* telah terlaksana dengan baik dengan kategori berhasil.
5. Dalam kegiatan penghijauan di balai Kartini RW 004 telah terlaksana dengan baik, hal ini dapat dilihat dari penanaman bunga didalam pot yang diletakan dilingkungan balai Kartini.
6. Dalam kegiatan penyuluhan dengan judul “Peningkatan Literasi Digital” telah berjalan dengan baik, hal ini dapat dilihat dari telah terlaksananya kegiatan tersebut antusiasme, serta *feedback* positif mengenai kegiatan tersebut oleh masyarakat.

SARAN

1. Bagi Mahasiswa peserta Program Pembelajaran Lapangan
 - b. Lebih meningkatkan disiplin diri serta berperan aktif dalam melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan
 - c. Meningkatkan hubungan dan interaksi yang baik dengan warga RW 004
 - d. Menjalin komunikasi dan kerjasama yang baik antar anggota Mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan
2. Bagi Masyarakat
 - a. Masyarakat hendaknya sadar bahwa Program Pembelajaran Lapangan sangat berperan penting dalam membantu permasalahan mengenai psikologi yang dihadapi
 - b. Masyarakat hendaknya bisa bekerjasama serta dapat menciptakan hubungan yang baik dengan Mahasiswa
 - c. Masyarakat diharapkan ikut berpartisipasi dalam setiap Program Pembelajaran Lapangan
3. Bagi kampus Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
 - a. Diharapkan pihak kampus dapat menambahkan jumlah anggota kelompok Program Pembelajaran Lapangan supaya dapat melaksanakan program dengan baik dan maksimal.

- b. Diharapkan pihak kampus dapat menambah waktu pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan
- c. Diharapkan pihak kampus dapat memberikan biaya untuk pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Farida, A., Salsabila, U. H., Hayati, L. L N., Ramadhaani, J., & Saputri, Y. (2021). Optimasi Gadget dan Implikasinya terhadap Pola Asuh Anak. *JIP: Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(8), 1701-1709.
- Fatmawati, N. I., & Solikhin, A. (2019). Literasi Digital, Mendidik Anak di Era Digital Bagi Orang Tua Milenial. *MADANI: Jurnal Politik dan Sosial Kemasyarakatan*, 11(2), 119-138.
- Firdaus, A. (2021). Optimalisasi Potensi Teknologi Generasi Millenial Melalui Investasi Digital di Era Society 5.0. *Jurnal Integrasi dan Harmoni Inovatif Ilmu-Ilmu Sosial (JIHIS)*, 1(10), 1131-1137. <https://doi.org/10.17977/um063v1i10p1131-1137>
- Kurnia, N., & Astuti, S. I. (2017). Peta Gerakan Literasi Digital di Indonesia: Studi Tentang Pelaku, Ragam Kegiatan, Kelompok Sasaran dan Mitra. *INFORMASI: Kajian Ilmu Komunikasi*, 47(2), 149-166. <https://doi.org/10.21831/informasi.v47i2.16079>
- Nasrullah, R., Satya, W.A.T.I., Nento, M.N., Hanifah, N., Miftahussururi, Akbari, Q.S. (2017). Materi Pendukung Literasi Digital. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Rahmat, S. T., (2018). *Pola Asuh yang Efektif untuk Mendidik Anak di Era Digital*. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Missio*, 10 (2). <http://ejournal.stkipsantupaulus.ac.id/index.php/jpkm/article/view/216/147>
- Rochadiani, T. H., Santoso, H., & Dazki, E., (2020). Peningkatan Literasi Digital Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 11-21. <https://jurnal.pradita.ac.id/index.php/jpm/article/view/124>
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup Edisi Ke-13, Jilid 1*. Indonesia: Erlangga.
- Setyaningsih, R., Abdullah, A., Prihantoro, E., & Hustinawaty, H. (2019). Model Penguatan Literasi Digital Melalui

Pemanfaatan E-Learning. *Jurnal ASPIKOM*, 3(6).
<http://repo.unida.gontor.ac.id/id/eprint/194>

Sunariyadi, N. S., & Andari, I. A. M. Y. (2021). Implikasi Pola Asuh Orang Tua dalam Penumbuhkembangan Karakter Anak Usia Dini. *KUMAROTTAMA: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 49-60. <https://doi.org/10.53977/kumarottama.v1i1.26>

***Journaling* Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja**

Penulis:

Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog

Andriani Aulia Subekti

Andhien Azani Anindya

Dhe Amalia Putri

Aulia Febriyanti

Zahra Aqilah

Rizkia Fithriyani

Hanifah Muti Fadhilah

Maghfirlya Dara Sahda

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan ini merupakan salah satu program studi yang ada di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dan menjadi mata kuliah wajib bagi mahasiswa. Program Pembelajaran Lapangan dilaksanakan di Kp. Locomotif RT.07 dengan tujuan meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya kesehatan mental serta meningkatkan kemampuan remaja dalam memahami serta mengeksplorasi dirinya. Berdasarkan hasil *survei Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)*, sebanyak satu dari tiga remaja berusia 10-17 tahun di Indonesia memiliki masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Jumlah itu setara dengan 15,5 juta remaja di dalam negeri. Sebanyak satu dari 20 remaja berusia 10-17 tahun di Indonesia juga mengalami gangguan mental. Angkanya setara dengan 2,45 juta remaja di tanah air. Gangguan cemas menjadi gangguan mental paling banyak diderita oleh remaja, yakni 3,7%. Gangguan mental tersebut merupakan gabungan antara fobia sosial dan gangguan cemas secara menyeluruh. Posisinya diikuti oleh gangguan depresi mayor dengan proporsi 1%. Masalah kesehatan mental terbanyak berikutnya adalah gangguan perilaku sebesar 0,9%. Lalu, ada 0,5% remaja yang mengalami gangguan stres pasca-trauma. Persentase serupa dialami oleh remaja dengan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (Rizaty, 2022).

Hasil survei di atas menggambarkan bahwa masalah kesehatan mental remaja merupakan faktor penting yang jika tidak ditangani dengan baik akan memengaruhi masa depan dirinya sebagai individu, dan berdampak pada keluarga hingga masyarakat (Yuliandari, 2018). Kesehatan mental memiliki hubungan yang bersifat kontinum. Kesehatan mental dan *mental illness* ditentukan oleh berbagai faktor biologis, psikologis serta sosial, seperti kesehatan dan penyakit pada umumnya. Jika dilihat dari kontinumnya, kesehatan mental yang tidak diperhatikan dapat berkembang menjadi *mental illness*. Keadaan ini relatif menetap namun dapat berubah seiring waktu ataupun situasi yang dialami individu (Yuliandari, 2018). Memahami kesehatan mental remaja artinya perlu memahami juga faktor-faktor apa saja yang dapat

membahayakan dan dapat melindungi kesehatan mental (Schoon, 2006). Kesehatan mental pada anak dan remaja juga melibatkan kapasitasnya untuk dapat berkembang dalam berbagai area seperti biologis, kognitif dan sosial-emosional (Renschmidt, et al., 2007). Area sosial-emosional melibatkan perubahan emosi, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sosial. Proses sosial-emosional yang berkembang dengan baik membuat anak mampu menyadari, membedakan, mengelola serta mengekspresikan emosi secara tepat (Santrock, 2014).

Berbicara tentang emosi erat kaitannya dengan kemampuan menilai serta menyadari emosi yang dimiliki, membedakan emosi yang dirasakan, mengelola emosi, serta mengekspresikan emosi (Nolen, 2009). Remaja yang terlihat seringkali sedih, mudah murung, dan kurang bahagia memiliki kemungkinan mengalami permasalahan kesehatan mental. Remaja akan memiliki banyak kekhawatiran dan kecemasan yang mengakibatkan tidak berani eksplorasi diri. Dalam mengekspresikan emosinya cenderung menangis berlebihan atau marah berlebihan. Remaja perlu dibekali kemampuan dalam mengekspresikan dan mengelola emosi secara tepat. *Journaling* membantu individu mengungkapkan emosi dan perasaan yang dimilikinya. Mengungkapkan perasaan sama dengan membebaskan tekanan yang dirasakan. Kecemasan pun ikut berkurang. Riset terdahulu menunjukkan melakukan *journaling* tiga kali seminggu selama 12 pekan dapat meningkatkan rasa bahagia dan mengurangi gejala depresi pada individu dengan kecemasan. *Journaling* juga memberikan kesempatan individu untuk katarsis emosional dan membantu otak mengatur emosi. Kegiatan ini dirasa sangat tepat untuk dilakukan remaja yang memasuki masa penuh gejolak emosi. Berdasarkan uraian di atas, maka kelompok ingin berkontribusi lebih dalam meningkatkan kesehatan mental remaja melalui Program Pembelajaran Lapangan.

KONSEP TENTANG TEMA

Konsep yang diangkat adalah *journaling* dan kesehatan mental bagi remaja. Salah satu ciri remaja yang memiliki kesehatan mental yang baik adalah merasa lebih bahagia dan lebih positif

tentang diri mereka sendiri (Savitrie, 2022). Menurut Paul Ekman, seorang psikolog yang mengemukakan tentang enam emosi dasar dan bahagia merupakan salah satunya. Bahagia adalah keadaan emosional yang nyaman, ditandai dengan rasa puas, merasa senang, dipenuhi rasa syukur, dan bisa mengenali diri sendiri. Beberapa cara mengungkapkan kebahagiaan bisa berupa ekspresi wajah tersenyum, bahasa tubuh yang santai, dan nada bicara yang menyenangkan. Masa remaja ditandai dengan banyak transisi, baik fisik, psikis, kognitif, sosioemosional, dan lingkungan yang seringkali mengarah pada tantangan dan peluang (Steinberg, 2005). Penting bagi remaja untuk meningkatkan kesadaran diri tentang dirinya seperti potensi diri, minat bakat, hambatan diri, dan bagaimana mengekspresikan pikiran, emosi, dan pendapat secara proporsional.

Remaja juga mengalami perkembangan emosi yang tercermin pada perubahan perilaku. Perubahan perilaku yang muncul cenderung negatif, seperti merusak, marah, melukai diri sendiri, dan sebagainya. Mengelola emosi bagi beberapa individu mungkin bukan perkara yang mudah. Tidak sedikit yang membutuhkan penanganan khusus dalam mengelola emosi agar kesehatan mental tetap terjaga dengan baik. Saat masih remaja, beberapa orang memiliki hobi untuk menulis *diary*. Kejadian-kejadian menyenangkan, menyedihkan, membahagiakan semua dituliskan dalam sebuah buku yang sangat rahasia. Kegiatan tersebut membantu remaja untuk mengenal dirinya lebih baik. Kegiatan tersebut juga termasuk salah satu teknik *journaling* yang juga sedang marak dibahas beberapa tahun belakangan ini. Maud Purcell, seorang psikoterapis mengungkapkan bahwa dengan menulis akan meningkatkan aktivitas otak kiri terutama bagian rasional dan analitis. Dengan begitu otak akan tersadar dan dapat mengontrol emosi. Oleh karena itu, kelompok ini mengangkat tema *journaling* untuk meningkatkan kesehatan mental remaja dalam program Program Pembelajaran Lapangan.

PELAKSANAAN

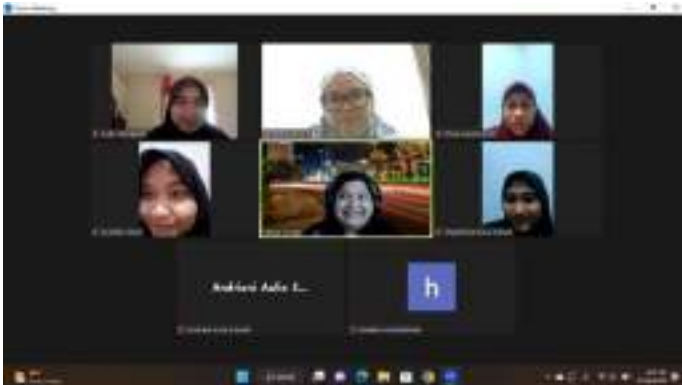
Program Pembelajaran Lapangan diawali dengan sosialisasi dari Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, kemudian Fakultas membagi peserta Program Pembelajaran Lapangan ke dalam beberapa kelompok dan setiap kelompok memiliki satu dosen pembimbing. Setelah kelompok dibagikan, kelompok berdiskusi dengan dosen pembimbing lapangan untuk memutuskan lokasi. Berdasarkan kesepakatan kelompok, maka Kp. Locomotif yang terletak di kecamatan Bekasi Utara dipilih menjadi lokasi pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan. Sasaran Program Pembelajaran Lapangan adalah remaja yang berusia 12-16 tahun. Setelah menentukan tema, lokasi dan sasaran, kelompok melakukan survei ke Kp. Locomotif dan meminta izin ke ketua RT 07 untuk melakukan Program Pembelajaran Lapangan di lokasi tersebut selama satu bulan pada tanggal 7 November 2022. Setelah menemui ketua RT, kelompok melakukan diskusi bersama dosen pembimbing lapangan untuk membahas terkait dengan lokasi di KP. Locomotif Rt 07 pada 29 November 2022 setelah itu kelompok meminta surat izin dari Fakultas yang ditujukan untuk Kp. Locomotif.



Gambar 1 Survei lokasi Program Pembelajaran Lapangan
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)



Gambar 2 Meminta perizinan Pak H. Triyatna selaku ketua RT
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)



Gambar 3 Diskusi kegiatan dengan DPL 19
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)

Setelah kelompok Program Pembelajaran Lapangan mendapatkan surat izin, kelompok memberikan surat tersebut kepada ketua Rt 07 di Kp. Locomotif. Program Pembelajaran Lapangan ini dibuka pada tanggal 11 Desember 2022 - 07 Januari 2023. Kemudian setelah memberikan surat kepada ketua RT 07, kelompok melakukan pembagian *flyer* dan sosialisasi kegiatan dengan remaja pada 07 Desember 2022.



Gambar 4 Penyebaran *flyer* dan sosialisasi kegiatan dengan remaja
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)

Kegiatan hari pertama pada tanggal 11 desember 2022 pukul 10.00 dibuka oleh ibu Hema Dayita Pohan dan disambung oleh bapak Tryatna selaku ketua RT yang memberikan sambutan sebagai simbolis jika Program Pembelajaran Lapangan telah dibuka kemudian dilanjutkan *workshop journaling* sesi 1 oleh ibu Hema Dayita Pohan mengenai materi emosi dan Kesehatan mental. Kemudian, bermain *games* yang dipandu oleh kelompok.



Gambar 5 Pembukaan bersama dengan Ketua RT
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)



Gambar 6 *Workshop Journaling* Sesi 1
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)

Kegiatan hari kedua pada tanggal 17 Desember 2022 pukul 10.00 dimulai dengan pembukaan yang dibuka oleh Maghfirlya selaku MC dan kemudian dilanjutkan dengan *workshop journaling* sesi 2 dan diselingi dengan *games* yang dipandu oleh kelompok. Pada pertemuan kedua ini remaja mulai aktif berdiskusi terkait masalah emosional yang dirasakan pada 1 minggu setelah dilakukan pertemuan pertama. Dapat diketahui banyaknya remaja yang masih belum bisa *sharing* terkait emosinya.



Gambar 7 *Workshop dan Journaling Sesi 2*
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)

Kegiatan hari ketiga pada tanggal 24 Desember 2022 mulai pukul 10.00. Pada *workshop journaling* sesi 3 beberapa remaja ada yang mulai berani untuk bercerita dan berbagi emosi yang dirasakan. Emosi yang dimunculkan remaja berupa sedih, marah dan kecewa. Kelompok memberikan *peer counseling* dan beberapa games untuk meningkatkan fokus remaja kembali.



Gambar 8 *Workshop Journaling Sesi 3*
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)

Kegiatan hari keempat dimulai pada 7 Januari 2023 pukul 10.00- 13.00. Pada *workshop journaling* sesi 4 ini peserta diminta untuk melakukan refleksi diri. Remaja diminta untuk membuat refleksi diri untuk tahun 2023 ini melalui gambar yang dibuat sekreatif mungkin kemudian remaja diminta untuk maju satu persatu membacakan refleksi diri mereka. Berdasarkan hasil refleksi diri yang telah dipresentasikan oleh remaja, kelompok memilih 3 refleksi diri dengan gambar yang menarik dan sekreatif mungkin untuk diberikan hadiah. Kemudian, kelompok meminta remaja untuk memberikan testimoni terkait kegiatan Program Pembelajaran Lapangan ini. Setelah itu, dibagikan souvenir oleh kelompok untuk para remaja dan kemudian dilanjut dengan penutupan dan sesi foto bersama sebagai kenang-kenangan.



Gambar 9 *Workshop Journaling* Sesi 4
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)



Gambar 10 Penutupan Program Pembelajaran Lapangan
(Sumber: Tim Dokumentasi Kegiatan)

PENUTUP

Berdasarkan pemaparan program yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa program Program Pembelajaran Lapangan di Kampung Locomotif RT. 07 berjalan dengan baik. Serangkaian kegiatan yang telah dilakukan meliputi psikoedukasi, *journaling*, sesi berbagi dan refleksi diri. Psikoedukasi diberikan oleh Ibu Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog yang juga sebagai Dosen Pembimbing Lapangan Kelompok. Psikoedukasi memberikan wawasan mengenai pentingnya kesehatan mental remaja, kaitan kesehatan mental dan emosi, serta kegiatan *journaling* yang berkaitan dengan emosi. Peserta psikoedukasi dan workshop *journaling* memperhatikan materi dengan seksama dan menunjukkan antusias saat diminta untuk mengerjakan latihan *journaling*. Peserta juga diberikan tugas rumah untuk mengisi jurnal yang sudah ditentukan selama empat minggu dengan *template* yang berbeda tiap minggunya. Para peserta dibagi ke dalam empat kelompok, dan setiap kelompok didampingi anggota kelompok Program Pembelajaran Lapangan. Anggota kelompok berperan sebagai peer counselor dan fasilitator yang bertugas untuk mendampingi, membantu, serta menyemangati para peserta dalam melakukan *journaling*.

Pada minggu ke-dua dan ke-tiga, kelompok juga mengadakan *peer counseling* yang bertujuan agar para peserta dapat lebih mengenal dirinya dan tidak malu untuk mengekspresikan apa yang dipikirkan dan dirasakan ke orang lain. Para peserta juga menyatakan bahwa merasa lebih lega dan bahagia saat menceritakan masalahnya kepada *peer counselor*. Walaupun ada beberapa peserta yang masih tampak malu dan kurang percaya diri, tapi akhirnya kegiatan *peer counseling* berjalan dengan baik. Pada minggu terakhir pelaksanaan kegiatan, para peserta diminta untuk membuat resolusi awal tahun. Topik ini dirasa tepat dengan awal pergantian tahun. Harapannya para peserta sudah lebih mengenal dirinya dan berani mengeksplorasi banyak hal agar menjadi remaja yang produktif dan sehat mental.

Kualitas kesehatan mental remaja memengaruhi Kesehatan mental mereka di masa dewasa. Psikoedukasi membantu remaja

untuk lebih menyadari pentingnya kesehatan mental dan hal-hal apa saja yang dapat dilakukan untuk menjadi pribadi yang sehat mental. *Journaling* dapat meningkatkan suasana hati dan menghadirkan perasaan lebih nyaman baik secara fisik maupun psikis. *Journaling* juga dapat membantu para remaja mengembangkan pola pikir yang lebih terstruktur, adaptif dan terintegrasi. Komitmen dan konsistensi diperlukan dalam melakukan *journaling*. Harapan kelompok, para peserta tetap menjaga komitmen dan konsistensinya mengerjakan *journaling* setelah Program Pembelajaran Lapangan berakhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Fakhriyani Vidya, D. (2019). Kesehatan Mental. In *Early Childhood Education Journal* (Issue November 2019).
<https://pkk.uma.ac.id>. (2022, 29 April). Jenis Emosi Dasar Manusia. Diakses pada 10 Januari 2023, dari <https://pkk.uma.ac.id/2022/04/29/jenis-emosi-dasar-manusia/>
- <https://www.cnnindonesia.com/> (2021, 20 September). 7 Manfaat Journaling, Kurangi Overthinking dan Redakan Stres. Diakses pada 5 Januari 2023, dari <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20210920134154-260-696779/7-manfaat-journaling-kurangi-overthinking-dan-redakan-stres>.
- Rizaty, Monavia Ayu. (2022). "Survei:1 dari 3 Remaja Indonesia Punya Masalah Kesehatan Mental"
<https://dataindonesia.id/ragam/detail/survei-1-dari-3-remaja-indonesia-punya-masalah-kesehatan-mental>. Diakses pada 9 Januari 2023.
- Remshmidt, H., et al. (2007). *The Mental Health of Children and Adolescents: An Area of Global Neglect*. England: John Wiley & Sons, Ltd.
- Santrock, J.W. (2014). *Adolescence 15th Edition*. New York: McGraw Hill.
- Savitrie, Elsa. (2022). "Mengenal Pentingnya Kesehatan Mental pada Remaja"
https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/362/mengenal-pentingnya-kesehatan-mental-pada-remaja. Diakses pada 10 Januari 2023.
- Schoon, Ingrid. (2006). *Risk and Resilience: Adaptations in Changing Times*. London: Cambridge University Press.
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(2), 69-74.
<https://doi.org/10.1016/j.tics.2004.12.005>
- Yuliandari, Elly. (2018). "Kesehatan Mental Anak dan Remaja"
<http://repository.ubaya.ac.id/35835/1/Kesehatan%20Ment>

al%20Anak%20dan%20Remaja%20-%20Buku%20Ajar-
part.pdf. Diakses pada 9 Januari 2023

**Upaya Peningkatan Kesejahteraan Psikologis
Warga Desa Mustikajaya Melalui Program Program
Pembelajaran Lapangan**

Penulis:

Yulia Fitriani, S.Psi., MA
Alfita Figa Saputri
Muhammad Ibrahim Usamah
Vina Wardha Sariyati
Rina Widiyawati
Nabila Nurika Utada
Ravy Rinaldi
I Nengah Dhimas Febriyandi
Melky Situmorang

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan merupakan salah satu mata kuliah wajib dan juga sebagai wadah pengalaman guna pengaplikasian teori maupun praktik dalam perkuliahan yang akan membentuk kemampuan mahasiswa untuk memahami dan menganalisis fenomena maupun perkembangan terbaru di masyarakat. Kelompok kami melakukan Program Pembelajaran Lapangan di Desa Mustika Jaya, dimana merupakan desa desa tersebut sudah cukup baik mulai dari nama jalan yang sudah ada dan terpasang dengan baik, lampu jalan dan juga kebersihannya namun, ada beberapa tempat yang kami amati masih ditemui dibeberapa titik belum ada tong sampah dan pembuangan atau pengolahan sampah yang kurang tepat bahkan di bakar saja tidak dibuang ke Tempat Pembuangan Akhir (TPA) padahal daerah ini cukup dekat dengan TPA Bantar Gebang namun hal ini belum diperhatikan oleh masyarakat dan pejabat tempat tersebut.

Penduduk desa ini berasal dari berbagai latar belakang suku, ras dan agama yang berbeda-beda karena memang sudah banyak warga perantauan yang tinggal di daerah ini dan dilihat dari keadaan kondisi warganya ialah warga yang tinggal disana rata-rata keluarga dengan perekonomian menengah dan bekerja sebagai karyawan swasta serta beberapa pengusaha UMKM di pasar yang tidak jauh dari daerah tersebut. Serta untuk hal kemasyarakatan mulai dari PKK, Posyandu dan juga Karang Taruna juga sudah cukup aktif dan berjalan. Setiap dua bulan sekali juga terdapat senam minggu pagi di lapangan walaupun masih tersedia untuk ibu-ibu mayoritas tetapi bapak-bapak juga dipersilahkan jika memang ingin mengikuti kegiatan senam minggu pagi. Namun dalam hal ini berdasarkan wawancara dengan ibu ketua PKK RW 03 mereka masih awam mengenai "Kesehatan Mental". Dan juga menurut penuturan kepala dinas sosial terkait juga terdapat permasalahan sosial terkait terdapat bullying pada remaja di daerah tersebut. Serta berdasarkan yang kelompok kami amati anak-anak di desa ini juga anak-anak yang sudah mengikuti perkembangan mereka bermain gadget bersama teman-temannya sehingga kurangnya aktifitas olah fisik dan motorik pada anak-anak tersebut.

Dari uraian tersebut, maka dari itu kelompok kami membuat program untuk mengatasi permasalahan yang terjadi di desa tersebut yaitu dengan memberikan psikoedukasi. Psikoedukasi adalah pendidikan kesehatan baik yang mengalami penyakit fisik maupun gangguan jiwa yang bertujuan untuk mengatasi masalah psikologis yang dialami mereka. psikoedukasi ini ada yang berupa pasif psikoedukasi seperti pemberian informasi dengan pamflet kepada tempat yang sering dituju warga seperti posyandu, kediaman rumah RW sertakantor sekretariat dan juga berupa aktif psikoedukasi berupa pemberian pendidikan secara kelompok. Sebagaimana permasalahan yang terjadi oleh karena itu kelompok Program Pembelajaran Lapangan kami guna memecahkan persoalan yang ada di masyarakat maka diadakan program untuk memecahkan persoalan yang terjadi dengan mengangkat tema “Upaya Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Warga Desa Mustikajaya Melalui Kegiatan Program KKN Tematik” guna mening katkan kesejahteraan psikologis pada warga RW. 03 di Desa/Kel Mustika Jaya Kec Mustika Jaya.

KONSEP TENTANG TEMA

Kelompok Program Pembelajaran Lapangan kami mengangkat tema “Upaya Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Warga Desa Mustikajaya Melalui Kegiatan Program KKN Tematik” guna meningkatkan kesejahteraan psikologis pada warga RW. 03 di Desa/Kel Mustika Jaya Kec Mustika Jaya.

Kesejahteraan psikologis juga didefinisikan sebagai kesejahteraan psikologis individu yang memfokuskan pada upaya realisasi diri (self-realization), pernyataan diri (personal expressiveness) dan aktualisasi diri (self-actualization. Sedangkan Hurlock mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai sebuah kebutuhan untuk terpenuhinya tiga kebahagiaan, yaitu acceptance (penerimaan), affection (kasih sayang), dan achievement (pencapaian) (Terapan & 2016, n.d.).

Kesejahteraan psikologis adalah kondisi seseorang yang bukan hanya bebas dari tekanan atau masalah-masalah mental saja, tetapi kondisi mental yang dianggap sehat dan berfungsi maksimal.

Menurut (Ryff & Keyes, 1995) kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Kesejahteraan psikologis ke dalam enam dimensi utama yaitu, sejauh mana individu memiliki kualitas hubungan positif dengan orang lain, kemampuan individu menerima dirinya sendiri, memiliki tujuan hidup, mampu tumbuh secara personal, mampu mengendalikan lingkungan secara efektif dan menjadi pribadi yang mandiri (autonomy).

PELAKSANAAN

Program Pembelajaran Lapangan hari pertama dilaksanakan pada hari minggu tanggal 18 desember 2022, program kegiatan yang dilakukan yaitu melaksanakan senam Bersama ibu-ibu, pada pagi hari. kegiatan yang pertama yaitu melakukan perkenalan terhadap ibu-ibu dan pembukaan pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan Tematik di Kelurahan Mustika Jaya, RW 004 Rt 003, Setelah selesai pembukaan panitia senam memberikan sambutan sepatah kata dan menyambut dengan baik kehadiran mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan bagi masyarakat setempat. Kemudian Praktek senam dilaksanakan dan berjalan dengan tertib.

Kegiatan kedua yaitu anggota kelompok melaksanakan pembagian poster mengenai pentingnya Kesehatan mental, berdasarkan arahan dari ketua RW poster ditempelkan ditiga tempat, tempat pertama di rumah pak Rw, berhubung lokasi tersebut akan didatangi oleh warga dengan urusan tertentu maka dengan adanya poster itu warga masyarakat dapat membaca seberapa pentingnya menjaga Kesehatan mental. Tempat kedua penempelan poster yaitu di tempat anak- anak serta remaja yang akan melaksanakan kegiatan TPQ, dengan adanya poster tersebut mereka dapat membaca dengan baik pentingnya menjaga Kesehatan mental.

Tempat Program Pembelajaran Lapangan Tematik hari kedua dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 21 desember 2022, program kegiatan pertama yang dilakukan yaitu melaksanakan

kegiatan pelatihan motorik kasar pada anak-anak. anggota kelompok mempersiapkan segala keperluan yang akan dibutuhkan dalam permainan tersebut seperti menggambar pola dilapangan yang akan di lewati anak-anak tersebut serta mempersiapkan perlengkapan pendukung seperti speaker dan music untuk pelatihan motorik kasar anak-anak, pelatihan motorik kasar dilaksanakan dengan baik dan berjalan dan tertib.



Kegiatan kedua yang dilaksanakan yaitu melakukan permainan alat tradisional yaitu grobak sodor yang ditujukan pada anak-anak. Setelah anggota kelompok memberikan contoh permainan kepada mereka, kemudian anak-anak tersebut dibagi menjadi 2 tim, untuk melaksanakan permainan gobak sodor.

Kegiatan ketiga yang dilaksanakan anggota kelompok yaitu mengajari anak-anak untuk membuat kerajinan dari stik es cream, anak-anak tersebut dibagi menjadi beberapa kelompok, kemudian diberikan ,masing-masing stik es cream untuk dibuat menjadi kerajinan yang dipandu oleh anggota kelompok kami.



Kegiatan keempat yang dilakukan anggota kelompok yaitu mengajari anak-anak untuk mewarnai kaligrafi, anak-anak tersebut diberikan arahan dan diberikan masing-masing satu lembar kertas kaligrafi untuk diwarnai.



Kegiatan kelima yang dilakukan anggota kelompok yaitu memberikan psikoedukasi pada remaja mengenai dampak bullying. Sebelum memulai memaparkan materi, anggota kelompok melakukan perkenalan terhadap para remaja tersebut, kemudian perwakilan anggota kelompok mulai memaparkan materi serta pemahaman tentang dampak bullying, untuk memperkuat pemahaman para remaja tersebut, anggota kelompok memberikan video terkait dengan dampak bullying.



Setelah menyelesaikan berbagai program, akhirnya kegiatan KKN Tematik akan resmi ditutup pada tanggal 21 desember 2022. Kegiatan penutupan di hadiri oleh ,seluruh anggota KKN Tematik, anak-anak, remaja, perwakilan kepala Rw, dan pak Ustad yang mendidik anak-anak di lokasi TPQ. Acara penutupan dilaksanakan dengan sepata dua patah kata oleh perwakilan ketua RW dan pak Ustad. Kemudian dilanjut dengan penyerahan beberapa kenangan seperti 3 pcs tempat sampah untuk dipergunakan warga masyarakat di Kelurahan Mustika Jaya. Kegiatan diahkiri dengan sesi foto Bersama.

PENUTUP

Program Pembelajaran Lapangan adalah bagaimana mahasiswa dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkannya di Perguruan Tinggi dengan cara terjun langsung kemasyarakat guna membantu permasalahan yang ada di masyarakat atau mencari solusi dari permasalahan yang sedang dihadapi. Serta bagi mahasiswa ini merupakan suatu wadah atau tempat untuk mendapatkan pengalaman yang nyata dalam masyarakat baik untuk menambah pengetahuan dan mengasah soft skill atau hard skill mahasiswa. Melalui Program Pembelajaran Lapangan Tematik ini sebagaimana yang telah diprogramkan dan memiliki tema yang jelas menjadikan Program Pembelajaran Lapangan ini lebih

126

terprogram dan terarah dalam hal kegiatannya. Sesuai dengan desa Mustika Jaya yang menjadi lokasi Program Pembelajaran Lapangan dan dengan tema yang kami angkat diharapkan seluruh masyarakat khususnya Desa Mustika Jaya RW 03 bisa meningkatkan kesejahteraan psikologis guna mencapai hubungan yang positif, memahami diri pribadi, dan memahami tujuan serta makna dalam kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Terapan, A. P.-J. I. P., & 2016, undefined. (n.d.). Kesejahteraan psikologis remaja di sekolah. 202.52.52.7. Retrieved January 15, 2023, from <https://202.52.52.7/index.php/jipt/article/view/3527>

**Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Penduduk
Lanjut Usia (Lansia) Di Desa Sukamekar
Kabupaten Bekasi**

Penulis:

Prof. Adi Fahrudin, Ph.D

Amelia Dewi Mayang

Leonardo

Muhammad Reza Irawan

Nurul Azizah

Sahara Aurelia Dwikanza

Sisca Ayu Wulandari

Yunita Rahayu

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan bagian dari masyarakat intelektual yang ada di negeri ini, yang diharapkan dapat turut andil dalam pembangunan bangsa dan negara. Untuk itu perlu adanya persiapan atau pendidikan yang melatih calon sarjana untuk bekerja secara disiplin, dan menanggulangi permasalahan sesuai kompetensi *hard skill* dan *soft skill* nya. Ditengah-tengah kompetisi yang semakin kuat maka perlu diadakan satu kegiatan yang terencana dan sistematis untuk melatih dan mendidik mahasiswa agar menjadi intelektual muda yang berkualitas dan tanggap terhadap masalah-masalah yang timbul ditengah-tengah kehidupan masyarakat dan mampu mencari solusinya.

Dalam program yang akan dilakukan mahasiswa saling berkolaborasi dan berkontribusi melaksanakan program-program yang telah disiapkan seperti program edukasi kesejahteraan psikologis pada lanjut usia. Tujuan dari dilakukannya program-program tersebut, kami mengharapkan semua pihak sadar akan fungsi dari program program yang telah kami lakukan, manfaat yang bisa diambil dari edukasi kesejahteraan psikologis lansia untuk pemahaman lansia mengenai kesejahteraan psikologis dan munculnya kesadaran diri akan pentingnya meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lansia di Desa Sukamekar.

Dalam merealisasikan dan mencapai tujuan tersebut maka dengan adanya program Program Pembelajaran Lapangan. Program Pembelajaran Lapangan adalah suatu bentuk pengabdian mahasiswa terhadap masyarakat dan merupakan salah satu bagian dari TRI DHARMA perguruan tinggi. Dalam hal ini yang menjadi sasaran utama Program Pembelajaran Lapangan adalah Desa Sukamekar, Kecamatan Sukawangi, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat.

Berdasarkan hasil observasi serta wawancara yang telah dilakukan penulis ditemukan bahwa masyarakat Desa Sukamekar masih minim pengetahuan akan pentingnya kesehatan mental. Berkaitan dengan hal tersebut penulis menawarkan program Program Pembelajaran Lapangan yang diharapkan dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia, dengan program utama yaitu penyuluhan peningkatan kesejahteraan

psikologis penduduk lanjut usia.

KONSEP TENTANG TEMA

Tema yang diangkat dalam Program Pembelajaran Lapangan kelompok kami di Desa Sukamekar yaitu mengenai kesejahteraan psikologis lanjut usia (lansia). Konsep yang dipilih yaitu mengenai upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lansia di Desa Sukamekar melalui kegiatan penyuluhan materi tentang menjaga kesehatan fisik dan mental/jiwa untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, melaksanakan kegiatan bermain atau *games* lansia dan kegiatan kreativitas melalui pembuatan prakarya seni dari stik es krim.

PELAKSANAAN

Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan kelompok kami berlokasi di Desa Sukamekar, Kec.Sukawangi, Kab.Bekasi. Waktu pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan dari akhir bulan Oktober 2022 - awal bulan Januari 2023 dan kegiatan utama Program Pembelajaran Lapangan dilaksanakan pada tanggal 08-22 Desember Tahun 2022. Program Pembelajaran Lapangan dibuka pada tanggal 08 - 22 Desember 2022. Pembukaan dimulai pada pukul 10.30 wib. Kegiatan dibuka dengan sepeatah dua patah kata oleh Kepala Desa beserta jajarannya. Dilanjut dengan Dosen Pembimbing yang menjadi pembicara sekaligus meminta izin kepada kepala desa serta masyarakat yang hadir untuk melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan di Desa Sukamekar. Setelah pihak desa dan dosen pembimbing memberikan sepeatah dua patah kata, dilanjutkan juga dengan ketua kelompok yang memberikan pemaparan kegiatan yang nantinya akan dilaksanakan. Selepas pemaparan oleh ketua kelompok, pembawa acara lalu menutup kegiatan pembukaan KKN Tematik.

Program Pembelajaran Lapangan dilaksanakan kembali pada tanggal 10 Desember 2022. Kegiatan yang akan dilakukan di hari tersebut yaitu wawancara dan obsevasi secara langsung kepada para lansia desa sukamekar. Wawancara dan Observasi dilakukan dalam waktu 2 hari. Untuk mendekatkan diri kepada

para lansia, kelompok melakukan wawancara dengan bahasa yang santai agar percakapan yang dilakukan tidak terkesan membebani para lansia. Ketika wawancara berlangsung, kelompok mendatangi satu persatu lansia langsung kerumah para lansia tersebut. Hal tersebut dilakukan karena keterbatasan para lansia untuk bergerak bebas atau bahkan berjalan jauh keluar rumah mereka. Kelompok mewawancarai 11 lansia yang ada di RW.009.

Wawancara dilakukan seperti mengobrol santai karena sebagian besar lansia yang kelompok wawancarai tidak bisa membaca atau biasa disebut buta huruf. Sebagian besar lansia hidup dan tinggal bersama anak serta cucu mereka. Namun beberapa lansia terlihat hidup kesepian karena anak serta cucunya memiliki aktifitas mereka masing-masing seperti sekolah dan juga bekerja. Sebagian besar lansia juga memilih untuk bekerja seperti mencuci pakaian tetangga, dan juga berkebun untuk mengurangi rasa kesepian mereka. Para lansia sebagian besar sudah merasa ikhlas dengan apa yang dimilikinya, kesimpulannya para lansia sudah tidak memikirkan hal-hal yang berbau duniawi dan hanya menerima apapun yang sudah diberikan oleh tuhan. Para lansia juga masih berhubungan baik dan lekat dengan keluarga dan juga para tetangga. Para lansia juga rutin mengikuti pengajian antar tetangga. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kelompok Program Pembelajaran Lapangan, sebagian besar lansia yang ada di RW.009 desa Sukamekar sudah mencapai kesejahteraan psikologis mereka. Hal tersebut disimpulkan karena sebagian besar lansia sudah memenuhi enam aspek kesejahteraan psikologis.

Kegiatan selanjutnya dilakukan di minggu ke 4 kegiatan pada tanggal 19 Desember 2022. Program Pembelajaran Lapangan dibagi menjadi dua yang pertama dilakukan dirumah bu RW 009 dan yang kedua adalah anggota kelompok mendatangi rumah beberapa lansia yang sudah tidak bisa berjalan jauh lagi. Program Pembelajaran Lapangan dilakukan di pelataran rumah Ibu RW 009 dan dihadiri oleh 5 orang lansia. Acara dibuka secara santai oleh ketua kelompok dan dilanjutkan penjelasan mengenai kesejahteraan psikologis serta bagaimana cara mencapai kesejahteraan psikologis tersebut pada lansia. Pemaparan tersebut

dilakukan oleh anggota kelompok secara bergantian. Setelah pemaparan materi, anggota kelompok melakukan games ringan dengan para lansia. Kegiatan dilanjut dengan pembuatan karya menggunakan stik es krim oleh para lansia dan anggota kelompok. Setelah merampungkan karya menggunakan stik es krim, anggota kelompok membagikan beberapa bingkisan kepada lansia dan kegiatan ditutup dengan berfoto bersama. Selanjutnya, kelompok Program Pembelajaran Lapangan mendatangi rumah per rumah para lansia yang sudah tidak bisa beraktifitas jauh lagi. Kegiatan yang dilakukan pun sama seperti yang sebelumnya dilakukan dirumah bu RW 009. Yaitu pemaparan materi, games ringan bersama lansia, pembuatan karya seni menggunakan stik es krim, pembagian bingkisan serta ditutup dengan berfoto bersama.

Setelah menyelesaikan berbagai kegiatan yang telah dilaksanakan dari tanggal 08 Desember 2022, akhirnya Program Pembelajaran Lapangan akan resmi di tutup pada tanggal 22 Desember 2022. Penutupan Program Pembelajaran Lapangan dihadiri oleh seluruh Program Pembelajaran Lapangan dan perwakilan kepala desa beserta jajarannya. Acara dibuka dengan penyerahan plakat sebagai tanda telah dilaksanakannya Program Pembelajaran Lapangan Oleh Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara di desa Sukamekar. Lalu dilanjut dengan penyerahan bingkai brosur yang berisikan kiat-kiat mencapai kesejahteraan psikologis bagi masyarakat di desa Sukamekar dan juga pemberian bingkisan sebagai tanda terima kasih dari mahasiswa kepada pihak desa yang sudah membantu melancarkan Program Pembelajaran Lapangan di desa Sukamekar. Setelah penyerahan cinderamata serta bingkisan kepada pihak desa Sukamekar, acara dilanjut dengan berfoto bersama anggota Program Pembelajaran Lapangan.



PENUTUP

Dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini, kelompok memberikan edukasi mengenai pentingnya kesejahteraan psikologis bagi lansia serta aspek-aspek yang menunjang tercapainya kesejahteraan psikologis bagi lansia di desa Sukamekar Kecamatan Sukawangi Babelan Bekasi. Kegiatan dilakukan dengan santai agar para lansia tidak merasa terbebani saat menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh kelompok. Para lansia juga merespon dengan baik kedatangan para anggota kelompok serta mendengarkan dengan baik paparan yang telah diberikan oleh kelompok Program Pembelajaran Lapangan. Adanya respon yang baik dan hangat dari pihak desa serta masyarakat sekitar juga membuat anggota kelompok merasa nyaman melakukan kegiatan di desa Sukamekar. Adapun tersedianya sarana dan prasana yang tersedia cukup membantu terlaksananya Program Pembelajaran Lapangan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara.

Saran yang dapat diberikan kepada para penduduk lansia di Desa Sukamekar yaitu diharapkan para lansia dapat memahami dan menerapkan aspek-aspek yang telah dipaparkan oleh kelompok Program Pembelajaran Lapangan untuk menunjang tercapainya kesejahteraan psikologis bagi para lansia di desa Sukamekar. Saran yang dapat diberikan kepada mahasiswa yaitu diharapkan mahasiswa dapat menyiapkan diri dengan baik. Baik secara mental, fisik, serta kemampuan kognitif untuk dapat menyampaikan materi atau tujuan Program Pembelajaran Lapangan dengan baik dan tepat. Serta diperlukannya sifat afektif dan psikomotorik untuk dapat bersosialisasi dan menyesuaikan diri dalam hidup bermasyarakat, mahasiswa dapat menanamkan sikap tanggung jawab, mandiri, rendah hati, sikap saling menghargai, menghormati, dan dapat bekerja sama dalam kelompok serta mahasiswa dapat merancang Program Pembelajaran Lapangan sesuai dengan latar belakang serta kemampuan kognitif yang telah dimiliki oleh mahasiswa. Program Pembelajaran Lapangan juga harus di selaraskan dengan apa yang dibutuhkan oleh masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, M. (2009). *Applying Positive Psychology To Alcohol-Misusing Adolescents: A Pilot Intervension*. Disertation. United Kingdom: Msc Applied Positive Psychology On University Of East London.
- Dyah, A. S. P., & Fourianalistyawati, E. (2018). *Peran Trait Mindfulness Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia*. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 5(1), 109-122.
- Intansari, F., Harlianty, R. A., Wilantika, R., Karisma, D., & Parase, K. L. (2021). *Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia Di Pringsewu*. *Journal Psikologi Aisyah*, 1(1), 18-23.
- Panduan KKNT (Kuliah Kerja Nyata Tematik) Fakultas Psikologi UBJ. (2022)
- Ryff, C. D. (1994). *Psychological Well-Being In Adult Life*. "Current Directions In Psychological Science".

Sosialisasi Pola Asuh Kesehatan Mental Anak Di Rw 002 Kelurahan Aren Jaya Bekasi

Penulis:

Ferdy Muzzamil, M.Psi., Psikolog

Hamdy Mo'utaz Billah

Nabila Nur Syafitri

Musyari Rasyid

Febiyani

Idris Setiawan

Alya Rizkiani Putri

Wafa Wafiah

PENDAHULUAN

Negara mewajibkan kepada seluruh Perguruan Tinggi untuk melaksanakan Tridharma, yaitu menyelenggarakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat (Undang- Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi, 2012). Salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh para mahasiswa adalah Program Pembelajaran Lapangan. Di sebagian Perguruan Tinggi, Mahasiswa diwajibkan melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Universitas Bhayangkara Jakarta Raya (UBJ) menjadi salah satu dari beberapa Perguruan Tinggi Swasta (PTS) yang menugaskan mahasiswanya untuk melakukan Program Pembelajaran Lapangan. Program Pembelajaran Lapangan Kelompok 27 Program studi psikologi dilaksanakan di wilayah sekitar Bekasi tepatnya di Kelurahan Aren Jaya Bekasi Timur. Kelurahan Aren Jaya adalah salah satu wilayah yang terletak di kecamatan Bekasi timur. Kelurahan Aren Jaya ini terletak sekitar 8,1 km dari pusat kota dan berada di sebelah timur Kota Bekasi. Pembagian wilayah Kelurahan Aren Jaya terbagi menjadi 22 RW serta terdiri dari beberapa Sekolah Menengah Pertama (SMP) yaitu 5 sekolah dan Sekolah Menengah Atas (SMA) yaitu 2 sekolah serta Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yaitu 1 sekolah. Lokasi Program Pembelajaran Lapangan kelompok kami di RW 002 yang terdiri dari 7 RT, masing - masing RT memiliki jumlah jiwa dengan rata - rata 587 jiwa dan total penduduk RW 002 berjumlah 4.113 jiwa. Dalam menentukan program Program Pembelajaran Lapangan di RW 002 Kelurahan Aren Jaya mahasiswa melakukan observasi dengan metode wawancara, serta melakukan pengamatan ke lokasi. Dari hasil observasi, mahasiswa menyeleksi dan merancang program kerja dengan mempertimbangkan prinsip *feasible* (praktis), *acceptable* (dapat diterima), *sustainable* (berkelanjutan), dan partisipatif. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa masa perkembangan anak-anak dan remaja merupakan tahap belajar dan masa dimana mereka masih belum menemukan jati diri. Sehingga hal yang bisa dilakukan di lingkungan RW 002 adalah dengan menyampaikan penyuluhan

ataupun sosialisasi kepada warga RW 02 khususnya orang tua. Melalui program Program Pembelajaran Lapangan ini upaya yang kami lakukan untuk membantu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran diri warga di kelurahan Aren Jaya RW 02 dengan memberikan sosialisasi mengenai Pola Asuh Orang Tua dan Kesehatan Mental.

KONSEP TENTANG TEMA

Pola Asuh Orang Tua

Sebagai orang tua, tentu kita akan menginginkan anak kita untuk berkembang menjadi anak dengan kepribadian yang baik dan berharap yang terbaik untuk kehidupannya kelak. Tak hanya anak yang harus belajar dan memahami dunia yang akan di hadapinya, orang tua pun juga perlu mempelajari cara yang baik dalam mendidik anak. Menurut (Maccoby, 1983)), pengelompokan jenis pola asuh orang tua dinilai dari dua dimensi, yakni kehangatan (*responsivitas*) dan kontrol (*sifat menuntut*). Berdasarkan dua dimensi tersebut, lahirlah 4 jenis pola asuh orang tua kepada anak, diantaranya adalah:

1. Autoritatif (Authoritative)

Pola asuh tipe autoritatif dianggap sebagai jenis pola asuh yang paling baik karena pola ini memiliki nilai kehangatan dan kontrol yang sama-sama tinggi. Sehingga, orang tua dengan pola asuh tipe autoritatif mengatur secara tegas tingkah laku anaknya (kontrol) dan disertai dengan penyesuaian diri untuk memahami pendapat anaknya (kehangatan). Tipe ini menggabungkan kombinasi kehangatan, pengasuhan, demokratis, dan komunikasi terbuka antara orang tua dengan anak. Orang tua dengan tipe ini mendengarkan pendapat anaknya dan juga memberikan hukuman dengan syarat sesuai.

2. Otoriter (Authoritarian)

Pola asuh otoriter memiliki nilai yang kontrol yang tinggi, tetapi tidak diimbangi dengan nilai kehangatan tinggi. Orang tua dengan pola asuh otoriter menggunakan kekuatan untuk memberikan tuntutan yang tinggi pada anak. Hal ini dilakukan tanpa kehangatan, pengasuhan, atau komunikasi dua arah. Pola

asuh jenis ini ditandai dengan orang tua yang selalu mengatur dan mengevaluasi semua sikap dan tingkah laku anaknya dengan berbagai standar yang mereka miliki. Anak yang menerima pola asuh tipe ini tidak memiliki kebahagiaan sesuai seperti autoritatif, banyak diantara mereka yang berujung mengalami kenakalan

3. Penyabar atau Pemanja (Indulgent)

Berlawanan dengan pola asuh otoriter, pola asuh pemanja memiliki nilai kehangatan yang tinggi, tetapi tidak untuk nilai kontrol. Pola asuh ini sangat mengutamakan kebutuhan dan kepuasan dari sang anak. Orang tua cenderung memiliki peran kontrol yang rendah terhadap perkembangan sang anak. Sehingga, orang tua dengan pola asuh ini gagal untuk memberikan pembelajaran mengenai kedisiplinan, mengatur tingkah laku, atau membangun kepribadian dewasa bagi anak. Anak akan cenderung menjadi manja dan harus dipatuhi seluruh keinginannya

4. Tidak Terlibat (Neglectful/Uninvolved)

Pola asuh terakhir adalah orang tua yang tidak terlibat dengan perkembangan anaknya. Jenis pola asuh yang dianggap paling buruk ini tidak memiliki nilai yang tinggi pada dimensi kehangatan dan kontrol. Orang tua dengan tipe ini lalai dan memiliki perhatian yang rendah kepada anaknya, baik dalam sisi pemenuhan kebutuhan anak dan pengembangan kedisiplinannya. Kebanyakan dari anak dengan pola asuh tipe ini berkembang menjadi anak yang nakal, tidak mau mendengar masukan apapun, dan terjerumus pada kenakalan remaja.

KESEHATAN MENTAL

World Health Organization (2009) mengungkapkan Kesehatan Mental merupakan kondisi individu sejahtera yang sudah dapat menyadari sumber daya yang ada di dalam dirinya, mampu mengatasi permasalahan dan tekanan kehidupan, dapat bekerja dengan produktif dan dapat memberikan kontribusi dan upayanya terhadap lingkungan sekitar.

Menurut Ryff (1989) kesehatan mental dapat dilihat dari beberapa

aspek, yaitu;

1. Otonom Diri (*selfautonom*)

merupakan salah satu karakteristik kualitas diri yang berhubungan dengan determinasi diri, kemandirian dan pengaturan perilaku. Otonomi diri tampak dari kemampuan individu untuk terlihat dalam masyarakat tanpa terlalu merasa tertekan terhadap norma, kepercayaan ataupun tuntutan masyarakat.

2. Penguasaan lingkungan (*environment master*)

merupakan kemampuan individu untuk menentukan atau menciptakan suatu lingkungan fisik yang nyaman bagi dirinya dengan memanipulasi, mengontrol ataupun mengubah keadaan lingkungan dengan cara yang kreatif baik melalui aktifitas fisik maupun mental.

3. Perkembangan pribadi (*personal growth*)

yaitu kemampuan individu untuk terus melanjutkan dan mengembangkan potensi dirinya.

4. Hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*)

merupakan suatu hubungan interpersonal yang didalamnya terdapat kepercayaan, saling memahami perasaan, kesehatan, perhatian dan kemanfaatan serta persahabatan maupun keterbukaan yang merupakan aspek penting dalam kesehatan mental.

5. Tujuan hidup (*purpose in live*)

merupakan kondisi seorang individu yang memiliki tujuan hidup, maka ia akan merasa memiliki arah ataupun bimbingan dalam menjalani hidupnya. Serta terus dapat tumbuh maupun berkembang sebagai individu yang sebenarnya. Kemampuan untuk berkembang dalam menghadapi tantangan baru lebih penting artinya daripada berada dalam kondisi tetap dengan semua masalah yang telah dipecahkan.

6. Penerimaan diri (*self acceptance*)

merupakan kemampuan individu untuk dapat menerima diri apa adanya dengan menyadari segala kelebihan dan kekurangannya dengan rasa bahagia dan sikap positif.

Ciri-ciri Kesehatan Mental Yang Baik

Bukhori (2006) mengungkapkan ciri individu yang memiliki kondisi kesehatan mental yang baik sebagai berikut:

1. Individu yang memiliki kondisi kesehatan mental yang baik terbebas dari gangguan atau masalah kejiwaan yang serius
2. Individu yang memiliki kondisi kesehatan mental yang baik mampu beradaptasi dan membangun hubungan baik dengan diri sendiri atau lingkungannya.
3. Individu yang memiliki kondisi kesehatan mental yang baik mampu mengembangkan potensi dan kemampuan dirinya dengan baik dan memberi kontribusi baik ke dalam masyarakat.

Kiat-kiat Menjaga Kesehatan Mental

Florenzia (2021) mengungkapkan beberapa kiat untuk menjaga kesehatan mental:

1. Mengatakan hal positif pada diri sendiri
2. Menulis hal-hal yang patut disyukuri
3. Fokus pada satu hal dalam satu waktu
4. Olahraga
5. Mengonsumsi makanan bergizi
6. Terbuka pada orang terdekat (Florenzia, 2021)


PELAKSANAAN

No	Nama Kegiatan	Rencana Pelaksanaan	Jam Kerja	Dokumentasi
1	Bimbingan bersama DPL	14 November 2022	1 jam	

2	Diskusi kelompok	14 November 2022	1 jam	 A photograph showing a group of four students sitting around a wooden table in what appears to be a library or study area. They are focused on their work, with one student using a laptop. In the background, a banner is visible with the text 'SELISAY' and 'KAWASAN DILARANG MEROKON'. The setting is well-lit with overhead lights.
---	------------------	---------------------	-------	---

3	Survey lokasi kelurahan	24 november 2022	2 jam	
4	Diskusi Kelompok	25 November 2022	1 jam	
5.	Survey Lokasi RW 002	01 Desember	1 jam	

6	Survey Lokasi RT 1-7	03 Desember 2022	5 jam	
7	Menyusun Proposal	04 Desember 2022	7 jam	
8	Bimbingan Bersama DPL	06 Desember 2022	1 Jam	

	Membeli peralatan kebersihan dan mengecat tempat sampah	08 Desember 2022	5 jam	
--	---	------------------	-------	--

10	Mengecat tempat sampah	09 Desember 2022	1 jam	
----	------------------------	------------------	-------	--

11	Pengadaan dan Kerja Bakti di Mushola RT 01, 03, dan 06	10 Desember 2022	6 jam	
----	---	---------------------	-------	--



12	Pengadaan dan Kerja Bakti di Masjid RT 04	11 Desember 2022	4 jam	
13	Penyuluhan Orang tua terhadap kesehatan mental anak	18 Desember 2022	5 jam	



14.	Menyusun Modul	24 Desember 2022	5 jam	
Total			45 jam	

PENUTUP

Setelah kurang lebih 3 minggu program Program Pembelajaran Lapangan berlangsung, dapat disimpulkan bahwa Program Pembelajaran Lapangan yang telah terprogram dapat berjalan sesuai dengan yang telah direncanakan. Berdasarkan pengalaman dan kondisi lapangan yang diperoleh selama Program Pembelajaran Lapangan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Membentuk anggota kelompok menjadi lebih dewasa dalam menyikapi permasalahan, mampu bekerjasama serta memahami lingkungan sekitar. Selain itu dapat membentuk kepribadian yang mandiri, disiplin, berani dan bertanggung jawab.
2. Program Program Pembelajaran Lapangan meningkatkan ilmu dan pengetahuan mengenai Pola Asuh Orang Tua dan Kesehatan Mental.
3. Mahasiswa mendapatkan pengalaman dan ilmu sosial yang tidak didapatkan dibangku perkuliahan dan warga khususnya di RW 002 Kelurahan Aren Jaya dapat menerima dan menyerap ilmu yang telah disampaikan dalam meningkatkan wawasan mereka yang kemudian diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Bukhori, B. (2006). Kesehatan Mental Mahasiswa Ditinjau dari Religiusitas dan Kebermaknaan Hidup. *Psikologika : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 12(22). <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol12.iss22.art2>
- Florescia, G. (2021, October). 9 Cara Sederhana Menjaga Kesehatan Mental. *Halodoc*, 1.
- Maccoby, (1983). *Socialization in the Context of the Family Parent-Child Interaction*.
- 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.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi. (2012). Pemerintahan Indonesia. In *Koperitis 1*.
- World Health Organization. (2009). Improving health systems and services for mental health. *World Health*, 1

**Sosialisasi Kepada Masyarakat Mengenai
Kenakalan Remaja Di Kampung Rawa Bebek
Rw.015 Kota Bekasi**

Penulis:

Erik Saut, H. Hutahaeen

Rhozyania Safitri

Resta Uli Vonika

Meyla Nur Octaviani

Selvi Suci Maharani

Nadine Odelia E.S

Arthur Natanael Tarigan

Azka Zine Zidane

PENDAHULUAN

Pada tahun ini, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya menyelenggarakan Program Kuliah Kerja Nyata yang salah satunya dengan metode Program Pembelajaran Lapangan yang ditujukan untuk menumbuhkan jiwa empati dan kepedulian atas permasalahan yang terjadi di masyarakat dan dapat mewujudkan kesejahteraan di masyarakat. Program Pembelajaran Lapangan ini dilingkungan masyarakat, mahasiswa pun mampu meningkatkan kesejahteraan, serta membangun hubungan yang baik kepada setiap masyarakat.

Program Pembelajaran Lapangan merupakan salah satu program mata kuliah interdisipliner yang wajib ditempuh mahasiswa program S1. Program ini akan dilaksanakan perguruan tinggi untuk mengembangkan pengetahuan mahasiswa dengan melalui pengalaman nyata dilingkungan masyarakat dan menyiapkan mental mahasiswa untuk berpartisipasi terjun langsung dimasyarakat setelah lulus dari perguruan tinggi, sehingga mahasiswa pun mampu dalam melestarikan dilingkungan sekitarnya.

Remaja yang tinggal di RW.015 saat ini sedang menempuh pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) hingga Sekolah Menengah Atas (SMA), masa remaja ini sedang mengalami perkembangan dalam aspek emosional maupun sosial. Pada saat usia ini remaja mulai mencari jati dirinya dan tak jarang untuk menolak atau bahkan memberontak sehingga orang tua harus perhatian, sebab banyak kasus yang terjadi di remaja yaitu tawuran pelajar. Perkelahian massal ini termasuk kedalam kenakalan remaja merupakan suatu bentuk dari kekerasan antar geng sekolah. Orang tua sangat khawatir akan keberadaan anaknya, oleh sebab itu anak-anak remaja dan orang tua dapat diberikan edukasi terkait dengan dampak yang terjadi jika mengikuti tawuran atau kekerasan antar geng ini, karena tawuran termasuk kedalam norma hukum dan ini dapat menjadi pelanggaran yang akan diberikan sanksi berupa denda atau penjara.

Anak remaja tingkat SMP hingga SMA yang memiliki perkembangan berbeda-beda dari berbagai aspek minat, kreativitas,

kematangan emosi, dan kepribadian. Pada usia ini akan terjadi beberapa perubahan selain perkembangan pada fisik. Salah satunya ialah perkembangan remaja dari sisi psikologis. Pada sisi psikologis ada beberapa tahapan yang perlu dicapai salah satunya adalah bisa beradaptasi agar diterima oleh lingkungannya.

Dari beberapa aspek yang telah diuraikan diatas, terlihat beberapa permasalahan yang perlu disosialisasikan dan dipecahkan untuk meningkatkan keamanan serta terbentuknya sisi psikologis yang baik pada remaja di lingkungan RW. 015.

KONSEP TENTANG TEMA

Menurut Kartono (2002), kenakalan remaja adalah perilaku jahat atau kejahatan yang dilakukan oleh anak muda; gejala penyakit sosial (patologi) pada anak-anak dan remaja, akibat suatu bentuk pengabaian sosial, yang mengakibatkan terbentuknya bentuk-bentuk perilaku yang menyimpang di dalamnya.

Kartono (2002: 21-23) menjelaskan macam-macam perilaku kenakalan remaja, diantaranya yaitu:



1. Kebut-kebutan di jalan yang dapat membahayakan diri sendiri serta orang lain
2. Perilaku ugali-ugali yang dapat mengganggu ketentraman lingkungan sekitar
3. Perilaku tawuran antar kelompok, sekolah, atau gang yang dapat membuat korban jiwa.
4. Perilaku membolos sekolah
5. Kriminalitas anak dan remaja seperti perbuatan memeras, merampok, menyerang, mengintimidasi, melakukan pembunuhan, dan tindakan kekerasan lainnya.
6. Minum alkohol hingga mabuk-mabukan.
7. Perkosaan dan pembunuhan dengan motif seksual.
8. Kecanduan obat-obatan terlarang atau narkoba.
9. Tindakan hiperseksual secara terang-terangan tanpa rasa malu dengan cara kasar.
10. Homoseksualitas dan gangguan seksual lain pada anak remaja.
11. Perjudian dan taruhan yang mengakibatkan kriminalitas


12. Komersialisasi seks, dan pengguguran janin oleh ibu yang tidak menikah.
13. Tindakan radikal dan ekstrem dengan cara kekerasan.
14. Perbuatan asosial dan antisosial disebabkan oleh gangguan kejiwaan pada anak dan remaja psikopatik psikotik dan gangguan jiwa lainnya.
15. Penyimpangan tingkah laku yang disebabkan oleh kerusakan pada karakter anak yang menuntut kompensasi disebabkan adanya organ yang inferior
16. Tindak kejahatan disebabkan oleh penyakit tidur dan ledakan meningitis juga luka di kepala dengan kerusakan pada otak pada kaleng membuahakan kerusakan mental sehingga orang yang bersangkutan tidak mampu melakukan kontrol diri.

PELAKSANAAN

No	Nama kegiatan	Rencana Pelaksanaan	Jam Kerja	Target	Manfaat	Dokumentasi
1	Survei Lokasi dan pengenalan dengan pengurus RW	Minggu, 27 November 2022	1 Jam	Pengurus RW 15	Orientasi dan mendapatkan izin pelaksanaan KKN	
2	Tahap wawancara dan kuisisioner	Sabtu, 3 Desember 2022	1 Jam	Ibu-ibu PKK	Mendata informasi mengenai remaja setempat dan pola asuh pada remaja	

3	Tahap wawancara dan kuisisioner	Minggu, Desember 2022	4 1 Jam	Remaja	Mendata kegiatan sehari-hari, minat, arah masa depan, dan lingkungan remaja setempat	
4	Kegiatan Posyandu	Sabtu, 10 Desember 2022	2 Jam	Ibu PKK	Membantu kegiatan warga dalam pelaksanaan Posyandu	

5	Review Materi	Minggu, Desember 2022	11 2 jam	Karang Taruna	Mengulang kembali materi dan memberi pertanyaan mengenai Kenakalan Remaja	
6	Penyuluhan tema "Kenakalan Remaja"	Sabtu, 17 Desember 2022	2 Jam	Ibu-Ibu PKK / Perwakilan warga RW 15	Memberi edukasi tentang kenakalan remaja, penyebab, dan cara mengantisipasi hal tersebut	

7	Games pemberian cinderamata dan	Minggu, Desember 2022	18, 2 Jam	Perwakilan RW 15	Bentuk apresiasi terhadap masyarakat untuk kesediaan berpartisipasi	
---	---------------------------------	-----------------------	-----------	------------------	---	---

PENUTUP

Setelah kurang lebih 3 minggu program Program Pembelajaran Lapangan berlangsung, dapat disimpulkan bahwa Program Pembelajaran Lapangan yang telah terprogram dapat berjalan sesuai dengan yang telah direncanakan. Berdasarkan pengalaman dan kondisi lapangan yang diperoleh selama Program Pembelajaran Lapangan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Membentuk anggota kelompok menjadi lebih dewasa dalam menyikapi permasalahan, menurunkan ego, serta memahami lingkungan sekitar. Selain itu dapat membentuk kepribadian yang mandiri, disiplin, berani dan bertanggung jawab.
2. Program Program Pembelajaran Lapangan meningkatkan ilmu dan pengetahuan mengenai kenakalan remaja.
3. Mahasiswa mendapatkan pengalaman dan ilmu sosial yang tidak didapatkan dibangku perkuliahan dan remaja dapat menerima dan menyerap ilmu yang dimiliki mahasiswa dalam meningkatkan wawasan mereka yang kemudian diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Anindyajati, P. D. (2013). Status identitas remaja akhir: Hubungannya dengan gaya pengasuhan orangtua dan tingkat kenakalan remaja. *Character, 01(02)*, 1-6.
- Daliana, R., & Rasyid, A. (2018). Implementasi Kebijakan Sekolah Dalam Menanggulangi Kenakalan Remaja Di Sma Muhammadiyah 9 Rawabening Oku Timur. *JMKSP (Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, Dan Supervisi Pendidikan)*, 3(1), 90-101. <https://doi.org/10.31851/jmksp.v3i1.1574>
- Elizabeth B. Hurlock. (1999). *Perkembangan Anak*. Jilid 2. Jakarta : Erlangga
- Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 243-256. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Pusnita, I. (2021). Persepsi Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Kenakalan Remaja Di Desa Tanjung Raman Kecamatan Pendopo Kabupaten Empat Lawang. *Jurnal Ilmu Administrasi Dan Studi Kebijakan (JIASK)*, 3(2), 65-78. <https://doi.org/10.48093/jiask.v3i2.34>
- Renanita, T., Hakim, M. A., & W. Yuniarti, K. (2012). Vulnerable Factors of Sadness Among Adolescents InIndonesia: an Exploratory Indigenous Research. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i1.346>
- Santrock, J. W. (2009). *Remaja (Edisi ke-1)*. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development (Edisi Ke-1)*. Penerbit Erlangga.

Psikoedukasi Optimalisasi Tumbuh Kembang Melalui Sensory Integrasi Anak

Penulis:

Rijal Abdillah, S.Psi., MA

Batara Togu Siahaan

Nadya Lestari

Maselo Fajar Utama

Rommy Sulistio

Rudini Elisabet Natalia

Wanda Meiliana Indriyany Mufron

Sopwan Jaohari

PENDAHULUAN

Perkembangan anak usia dini menjadi dasar proses pembelajaran yang akan membentuk pengalaman dan menentukan perkembangan yang akan dibawa anak seumur hidup. Sebagai pondasi awal, masa usia dini menjadi penentu kesiapan dan keberhasilan anak dalam belajar pada pendidikan dimasa yang akan datang. Hal ini sejalan dengan pernyataan bahwa tahun-tahun pertama kehidupan anak, periode sejak janin dalam kandungan sampai anak berusia balita merupakan periode terpenting dan menjadi dasar perkembangan anak selanjutnya (Grantham-Mcgregor & Smith, 2016). Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan bahwa fase usia dini merupakan suatu fase dalam proses tumbuh kembang manusia yang mempengaruhi keberhasilan kehidupan sebagai individu dan memberikan kesempatan yang penting sebagai dasar bagi pembelajaran sepanjang hidup (Gladstone et al., 2018). Keberhasilan pada periode ini akan membantu anak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal yang akan menjadi dasar pembelajaran anak sepanjang hidup.

Sebagai upaya mengoptimalkan tumbuh kembang anak, maka selain nutrisi dan kasih sayang yang cukup, anak juga membutuhkan stimulasi yang tepat. Beberapa upaya stimulasi diberikan orangtua dan pengasuh hanya seputar satu aspek perkembangan tertentu saja. Sementara stimulasi pada perkembangan paling dasar menurut teori kognitif Piaget yaitu perkembangan sensori motor seringkali terabaikan saat anak berusia bayi 0-2 tahun. Padahal masa inilah seorang anak memiliki kepekaan dalam mempelajari sesuatu maka anak saat bayi membutuhkan stimulasi yang memperkaya pengalaman sensori motor, sehingga membantu bayi mengenal dunia dan dapat beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini diperkuat oleh Parham dan Mailloux yang menyatakan bahwa tahun-tahun pertama anak sebelum sekolah merupakan periode dalam perkembangan anak dimana integrasi sensorimotor berkembang pesat ketika anak berinteraksi dengan lingkungan (Zipp & Olson, 2016).

Sebuah tahapan perkembangan dimana anak membutuhkan stimulasi dalam bereksplorasi dengan mengembangkan tugas-tugas sensorik motorik sebagai cara belajar tentang diri mereka sendiri dan lingkungan mereka. Sensori merupakan sarana anak mengenal dan memahami dunia dan lingkungan sekitar anak.

Pemrosesan sensori adalah proses menerima sensasi yang muncul di lingkungan terdekat lalu diorganisir, diolah kemudian ditafsirkan sensasi tersebut ke dalam sistem saraf pusat untuk menghasilkan reaksi yang tepat (Benson, Breisinger, & Roach, 2019; Wan Yunus, Liu, Bissett, & Penkala, 2015; Watts, Stagnitti, & Brown, 2014). Proses ini merupakan proses dasar otak yang merasakan setiap input sensasi dari tubuh dan lingkungan sekitar yang kemudian diolah dan ditampilkan dalam bentuk perilaku-perilaku yang tepat. Setiap informasi sensasi yang ada di sekitar anak diharapkan dapat masuk dan diterima anak dan direspon dengan tepat melalui perilaku anak yang sesuai. Proses ini akan mempengaruhi kesiapan dan kemampuan anak dalam pembelajaran dan peran aktif anak pada aktivitas sehari-hari. Sehingga saat anak sudah memasuki dunia pra sekolah seharusnya semua anak bisa menjalani aktivitas sehari-hari sambil menjelajahi dan berinteraksi dalam lingkungan mereka dengan mudah.

Faktanya, terdapat beberapa anak mengalami kesulitan dalam beraktivitas sehari-hari disaat usia anak sudah melewati dua tahun. Dan tantangan yang saat ini terjadi justru pada anak yang sebetulnya normal dan sehat, namun kurang terstimulasi optimal, entah karena ketidak-tahuan atau keengganan orangtua atau pengasuh memberikan stimulasi sensori saat bayi. Padahal menurut penelitian menyatakan bahwa pengalaman sensoris mempengaruhi aktivitas anak-anak dalam rutinitas harian mereka tergantung dari sejauh mana pengalaman, makna dan perasaan yang diberikan oleh keluarga mereka sendiri (Critz, Blake, & Nogueira, 2015). Seorang anak dapat berinteraksi dan berkomunikasi dengan lingkungan terdekat tergantung bagaimana pengalaman sensori yang diberikan keluarga sebagai pendidik pertama dan utama melalui kegiatan harian anak. Oleh karena itu penting sekali agar sensori anak distimulasi sedini mungkin

sehingga mereka kelak dapat berkembang secara optimal. Minimnya stimulasi akan memunculkan penyimpangan pada tumbuh kembang anak bahkan gangguan yang menetap.

Keterbatasan input sensori pada anak akan menjadi hambatan dan masalah sensoris pada masa tumbuh kembang yang seringkali ditunjukkan dengan gejala-gejala perilaku yang muncul dengan masalah sensori yang dikenal dengan perilaku disfungsi sensori (Chuang, Kuo, Fan, & Hsu, 2017; Thompson & Rains, 2009). Kondisi perilaku anak dengan masalah sensori ini seringkali menjadi hambatan dan gangguan dalam proses belajar anak saat anak memasuki dunia sekolah. Masalah sensori dapat dialami oleh siapa saja, bukan saja pada anak yang tergolong anak berkebutuhan khusus namun dapat dijumpai pada anak yang terlihat normal dikarenakan berkaitan dengan tumbuh kembang anak.

Usia dini sangat identik dengan masa bermain. Bermain masuk ke dalam kategori proses yang memang harus dilakukan dalam pendidikan anak usia dini. Hal tersebut karena sebagaimana fungsi bermain itu sendiri yaitu menjadi salah satu cara menambah pengetahuan dalam berbagai level (Musfiroh, 2004). Seperti yang dinyatakan oleh Wiyani dan Barnawi (2012) bahwa upaya-upaya pengembangan anak usia dini hendaknya dilakukan melalui belajar dan bermain. Hal tersebut perlu diperhatikan tidak hanya oleh para tenaga pendidik namun oleh para orang tua juga, karena orang tua adalah pendidikan pertama anak sebelum mereka memasuki jenjang pendidikan formal. Semakin bervariasi rangsangan yang diterima bayi-balita maka semakin kompleks hubungan antar sel-sel otak. Semakin sering dan teratur rangsangan yang diterima, maka semakin kuat hubungan antar sel-sel otak tersebut. Semakin kompleks dan kuat hubungan antar sel-sel otak, maka semakin tinggi dan bervariasi kecerdasan anak di kemudian hari, bila dikembangkan terus menerus, sehingga anak akan mempunyai banyak variasi kecerdasan.

Sejak lahir, bayi belajar mengenai lingkungan melalui sensorisnya berupa alat indera sentuhan, penciuman, penglihatan, dan pendengaran. Permainan sensoris pada anak menjadi hal yang sangat penting (krusial) bagi perkembangan otak anak. Stimulasi

sensoris pada anak akan mengirimkan sinyal kepada otak untuk membantu memperkuat jaringan sistem saraf yang penting bagi berbagai tipe pembelajaran. Sebagai contoh, ketika anak belajar menyentuh berbagai tekstur dari yang lembut dan kasar, anak akan belajar untuk mengembangkan sesasi sentuhan dan klasifikasi yang nantinya akan membantu anak memiliki kepekaan terhadap berbagai sentuhan. Selain itu, kemampuan untuk mengklasifikasikan sesuatu dapat menjadi dasar proses belajar di kemudian hari.

Sensory play atau permainan inderawi dapat mengaktifkan sensori yang memiliki fungsi dalam meningkatkan pembelajaran, membangun ketrampilan kognitif dan menyelesaikan konflik sosial emosional anak (Welters-Davis & Lawson, 2011). Pengalaman inderawi merupakan kegiatan yang mendorong anak menggunakan indera mereka untuk menjelajah dan menggali objek yang membangun pemahaman dan mendapatkan pengetahuan anak. Aktivitas inderawi merupakan suatu bentuk kegiatan dan bermain yang mendorong anak menggunakan satu atau lebih inderanya untuk menstimulasi sensori anak usia dini (Coulthard, Williamson, Palfreyman, & Lyttle, 2018; Edwards, 2017; Watts, Stagnitti, et al., 2014). Penjelajahan anak dalam aktivitas inderawi itu sendiri akan menjadi landasan anak membangun diri untuk memahami dunianya sendiri. Permainan inderawi merupakan cara belajar anak yang melibatkan dan merangsang indera (Berkhout et al., 2012). Aktivitas inderawi selanjutnya memperluas persepsi anak terhadap dunia dengan pengalaman inderawi. Akhir dari aktivitas inderawi ini adalah mengasah persepsi inderawi dengan memberi kesempatan anak untuk merasakan pengalaman dan berkonsentrasi pada kualitas dan keseimbangan indera tertentu. Oleh karena itu anak-anak membutuhkan wilayah sensorik untuk memuaskan indera dan semua indera dalam mengeksplorasi suara, warna, cahaya, bau dan sentuhan. Sebuah tempat, dimana anak dapat menggunakan indera penglihatan, pendengaran, sentuhan, penciuman dan pengecap untuk belajar sekaligus untuk membangun hubungan dalam proses tumbuh kembangnya.

Melalui permainan indera dapat menstimulasi sensori yang

menumbuhkan ekspresi kreatif dan membangun kepercayaan diri dan harga diri anak. Berbagai penelitian di atas memperlihatkan bahwa penelitian tentang kegiatan bermain sensori atau indera memberikan kontribusi yang cukup signifikan dalam menstimulasi berbagai aspek perkembangan pada setiap tahapan usia anak. Kegiatan bermain indera dalam pemahaman umum hanya seputar panca indera, yang terdiri dari indera penglihatan, indera pendengaran, indera penciuman, indera pendengaran, indera penciuman, indera pengecap dan indera perabaan. Tapi ternyata, indera yang dimiliki manusia itu ada tujuh, lima indera dengan rangsangan eksternal dan dua indera dengan rangsangan internal tubuh yaitu indera vestibular dan indera proprioseptif. Terintegrasi pemrosesan ketujuh indera ini yang tepat akan dapat mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak selanjutnya.

Teori pemrosesan sensori integrasi pertama kali digagas oleh Ayres, 1972 yang menyatakan bahwa setiap anak membutuhkan terintegrasinya stimulasi dari tujuh sensori, antara lain penglihatan, pendengaran, perabaan, penciuman dan perasa, vestibular, serta proprioseptif (Bagby, Dickie, & Baranek, 2012). Keberadaan tujuh indera yang dimiliki akan membantu dan memudahkan anak beraktivitas harian secara mandiri. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian dari 155 anak-anak prasekolah menunjukkan terdapat hubungan pola pemrosesan sensorik dari ketujuh indera dengan pola perilaku anak yang menjadi hambatan pembelajaran (Nesayan, Asadi Gandomani, Movallali, & Dunn, 2018). Anak belajar melalui ketujuh indera yang terintegrasi dan saling bekerja sama, sehingga anak dapat dengan mudah melakukan aktivitas sehari-hari dalam proses pembelajaran. Sebaliknya, anak yang mengalami permasalahan dalam sensori secara umum akan mengalami kesulitan belajar kelak.

Berkaca pada permasalahan di atas, urgensi yang muncul adalah adanya orang tua yang seringkali memberikan gadget kepada anaknya sehingga perhatian orang tua terhadap anak menjadi kurang. Oleh karena itu, tulisan ini akan mengulas bagaimana peran psikoedukasi optimalisasi tumbuh kembang

melalui *sensory* integrasi anak sehingga menarik untuk dikaji.

KONSEP TEMA

Pemilihan tema merujuk pada fenomena yang seringkali terjadi di lingkungan Kampung Rawaroko RW 025 dimana anak-anak kerap kali bermain gadget sehingga interaksi antara anak dengan orang tua menjadi kurang. Selain itu, lingkungan demografi sosio-ekonomi dimana mayoritas warga merupakan urban sehingga tingkat kepedulian diantara warga menjadi berkuang. Untuk itu pemilihan tema mengacu pada bagaimana program ini dilaksanakan sehingga mampu meningkatkan pengetahuan tumbuh kembang anak yang positif di dalam keluarga, memunculkan kesadaran akan pentingnya kebahagiaan dalam keluarga, dan membuat artikel sederhana yang bertemakan optimalisasi tumbuh kembang anak yang positif.

PELAKSANAAN

PROSEDUR PELAKSANAAN

Pada Pelaksanaan kali ini, penulis dan anggota kelompok melakukan survey lokasi, survey data dengan dilakukan sesi wawancara kepada Bapak Sanan selaku RT 003 dan warga setempat terkait permasalahan yang terjadi di lingkungan setempat. Selanjutnya kelompok melakukan rapat untuk membahas terkait permasalahan yang ada di RW 025 Kampung Rawa Roko, kemudian menentukan tema tentang "*Psikoedukasi Optimalisasi tumbuh Kembang Anak Melalui Sensory Integrasi*" yang dimana masih banyak cara asuh anak yang dilakukan oleh orang tua terhadap anaknya dengan memberikan handphone atau gadget pada saat anak yang susah untuk diatur sehingga pada masa perkembangan anak kurang optimal mendapatkan intelegensi lingkungan dan responsif dikehidupan kelak.

Pada kegiatan pertama, anggota kelompok memberikan undangan kepada warga untuk hadir di lokasi yang sudah ditentukan oleh kelompok yaitu "Balai RW 025" pada hari sabtu untuk memperkenalkan nama-nama kelompok, memberikan materi mengenai pola asuh anak dan melakukan sharing terkait

pola asuh anak yang dilakukan oleh orang tua terhadap anaknya sehingga mendapatkan raport baik.

Pada kegiatan kedua, anggota kelompok melakukan praktek pola asuh anak melalui *game* yang di buat oleh kelompok agar sensori pada anak dapat tumbuh dan berkembang ketika beruia 2-5 tahun.

1. HASIL YANG DIDAPATKAN SELAMA KEGIATAN BERLANGSUNG

Anggota kelompok mendapat pengalaman baru ketika berhadapan langsung dengan masyarakat disaat kegiatan sedang berlangsung, seperti menjaga etika yang baik, kekompakan, dan memberikan manfaat bagi masyarakat ketika melakukan kegiatan ini di Kampung Rawa Roko Rawalumbu Kota Bekasi.

2. PEMBELAJARAN YANG DIPEROLEH

Anggota Kelompok mengerti setiap permasalahan individu itu akan ada solusinya jika menggunakan cara berpikir yang positif. Maka kelompok memperoleh cara kerjasama yang baik, saling mengerti satu sama lain, dan mengevaluasi kesalahan yang diperbuat agar di perbaiki di masa yang akan mendatang.

3. HASIL DARI PRETEST DAN POSTEST

Dari hasil Pretest dan Postest yang dilakukan kelompok kepada warga RW 025 mendapatkan hasil yang cukup meningkat setelah diberikan materi mengenai pola asuh anak.

4. FOTO KEGIATAN





PENUTUP

Kegiatan ini bertempat di Balai RW 025 Kampung Rawa Roko, Kecamatan Rawalumbu, Kota Baekasi yang berlangsung di pada tanggal 7 - 8 Januari 2023. Melalui pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Balai RW 025 Kampung Rawa Roko Rawalumbu Kota Bekasi, dapat disimpulkan bahwa kegiatan yang telah terprogram dapat berjalan sesuai dengan harapan kelompok. Berdasarkan pembahasan dan kondisi lapangan yang dibangun selama kegiatan maka dapat disimpulkan bahwa.

Pertama, Kelompok mampu Menjalin kerjasama yang baik ketika pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung dengan cara menurunkan ego, menjaga etika yang baik, berpikir positif, saling membantu, dan menjadi kelompok yang solid. *Kedua*, kelompok semakin memahami cara pola asuh yang baik dan benar ketika sudah berumah tangga dan saling bertanggung jawab ketika menghadapi permasalahan baru. *Ketiga*, mampu mendapatkan

relasi baru terkait wilayah, masyarakat dan pengalaman yang tidak terlupakan oleh kelompok sehingga dapat menjalin silaturahmi terhadap warga RW 025 dengan baik.

Menilik pada hasil kegiatan ini maka saran yang dapat diberikan pada saat pelaksanaan kegiatan yaitu individu yang bertaqwa kepada Tuhannya mampu menjadi individu yang dapat berguna untuk masyarakat banyak, menjadi individu yang ber etika baik, dan berbakti kepada orang tua semasa hidupnya sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik dan tidak merugikan orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Bagby, M. S., Dickie, V. A., & Baranek, G. T. (2012). How Sensory Experiences of Children With and Without Autism Affect Family Occupation. *Journal National InstitutesOf Health*, 66,78-86. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2007.01.076.White>
- Benson, J. D.Breisinger, E., & Roach, M. (2019). Sensory-based intervention in the schools: a survey of occupational therapy practitioners. *Journal of Occupational Therapy, Schools, and Early Intervention*, 12(1), 115-128. <https://doi.org/10.1080/19411243.2018.1496872>
- Chuang, T. Y., Kuo, M. S., Fan, P. L., & Hsu, Y. W. (2017). A kinect-based motion-sensing game therapy to foster the learning of children with sensory integration dysfunction. *Educational Technology Research and Development*, 65(3), 699-717. <https://doi.org/10.1007/s11423-016-9505-y>
- Coulthard, H., Williamson, I., Palfreyman, Z., & Lyttle, S. (2018). Evaluation of a pilot sensory play intervention to increase fruit acceptance in preschool children. *Appetite*, 120, 609-615. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.10.011>
- Critz, C., Blake, K., & Nogueira, E. (2015). Sensory Processing Challenges in Children. *Journal for Nurse Practitioners*, 11(7), 710-716. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2015.04.016>
- Edwards, J. (2017). The importance of sensory play in children and how to encourage it. Retrieved from <https://profilemag.com.au/the-importance-of-sensory-play-inchildren-and-how-to-encourage-it/>
- Gladstone, M., Douglas, G., Chimoyo, J., Jolley, E., Lynch, P., McLinden, M., & Schmidt, E. (2018). 'I have learnt to love the child and give opportunities to play with peers': A feasibility study of the training programme to support parents of young children with visual impairment in Malawi. *Journal of Early Childhood Research*, 16(2),210-225. <https://doi.org/10.1177/1476718x18761219>

- Grantham-Mcgregor, S., & Smith, J. A. (2016). Journal of Applied Research on Children: Informing Policy for Children at Risk Extending The Jamaican Early Childhood Development Intervention. *Journal of Applied Research on Children: Informing Policy for Children at Risk*, 7(2). Retrieved from <http://digitalcommons.library.tmc.edu/childrenatrisk%0Ahttp://digitalcommons.library.tmc.edu/childrenatrisk/vol7/iss2/4>
- Musfiroh, T. (2014). Teori dan Konsep Bermain. Universitas Terbuka.
- Nesayan, A., Asadi Gandomani, R., Movallali, G., & Dunn, W. (2018). The relationship between sensory processing patterns and behavioral patterns in children. *Journal of Occupational Therapy, Schools, and Early Intervention*, 11(2), 124–132. <https://doi.org/10.1080/19411243.2018.1432447>
- Thompson, S. D., & Rains, K. W. (2009). Learning About Sensory Integration Dysfunction: Strategies to Meet Young Children’s Sensory Needs at Home. *Young Exceptional Children*, 12(2), 16–26. <https://doi.org/10.1177/1096250608328242>
- Wan Yunus, F., Liu, K. P. Y., Bissett, M., & Penkala, S. (2015). Sensory-Based Intervention for Children with Behavioral Problems: A Systematic Review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(11), 3565–3579. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2503-9>
- Watts, T., Stagnitti, K., & Brown, T. (2014). Relationship between play and sensory processing: A systematic review. *American Journal of Occupational Therapy*, 68(2), e37–e46. <https://doi.org/10.5014/ajot.2014.009787>
- Welters-Davis, M., & Lawson, L. M. (2011). The relationship between sensory processing and parent-child play preferences. *Journal of Occupational Therapy, Schools, and Early Intervention*, 4(2), 108–120. <https://doi.org/10.1080/19411243.2011.595300>
- Wiyani, N., & Barnawi. (2012). Format PAUD Konsep, Karakteristik,

Implementasi Pendidikan Anak Usia Dini. Ar-Ruzz Media.
Zipp, G. P., & Olson, V. (2016). Use Of Train-The-Trainer
Sensorimotor Group Experience (TTSMGE) To Promote
Functional Motor Skill Development In An Urban US
Preschool Environment. Contemporary Issues in Education
Research (CIER), 3(1), 83.
<https://doi.org/10.19030/cier.v3i1.165>.

Psikoedu Pola Asuh Pada Warga Desa Lambangsari

Penulis:

Dr. Sulistiasih

Rika Rahmawati

Saddam Nabeel

Olivia Shafira Saptarida

Alda hikmah Gustian

Jeressa Amadina Tambunan

Lovenzky Jonathan Prasetyo

Tasya Agustia Hasyim

Annisa Nur Cahya Rahmadani

PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata Tematik (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN) merupakan program kegiatan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang memadukan pelaksanaan Tridharma Perguruan Tinggi (Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat) dengan memberikan bekal belajar dan pengalaman kerja kepada mahasiswa dalam pengembangan masyarakat sebagai aplikasi dan persyaratan tertentu dengan waktu kerja dan mekanisme pengembangan ilmu yang dilakukan di luar sekolah. Kuliah Kerja Nyata Tematik (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN) merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dirancang untuk mengembangkan kepekaan dan keterampilan kognitif sosial pada mahasiswa untuk membantu dalam proses pengembangan. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN) ini melibatkan beberapa mahasiswa dan beberapa staf serta masyarakat.

Dalam pelaksanaan kegiatannya, PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN memiliki banyak manfaat bagi mahasiswa yang mengikuti program tersebut, antara lain pengalaman langsung untuk dapat memberikan informasi tentang psikologi kepada warga desa dengan begitu dapat memelihara dan meningkatkan kesejahteraan secara psikologis, mampu mengatasi berbagai problematika dalam kehidupan masyarakat dan manfaat-manfaat lainnya yang akan didapatkan oleh mahasiswa/i pada saat melakukan kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN). Dalam pelaksanaannya, Kuliah Kerja Nyata Tematik kali ini bertema “Memelihara dan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga di Pedesaan”. Maka berdasarkan tema tersebut mahasiswa/i berencana membuat program tentang “Psiko Edu Pola Asuh Pada Warga Desa Lambangsari”. Orang tua tentu memiliki kewajiban untuk menjaga anak dalam pergaulan baik di lingkungan rumah, sekolah dan sebagainya.

Dalam hal ini tentu berpengaruh dalam pembentukan karakter anak. Dengan adanya penerapan pola asuh yang tepat dan baik akan menumbuhkan karakter yang baik pada anak. Jika anak diasuh dengan pola asuh yang kurang baik maka anak akan tumbuh dengan karakter yang kurang baik. Maka dari itu, penerapan pola asuh merupakan hal yang sangat penting dikuasai oleh para orang tua. Orang tua merupakan orang yang lebih tua atau orang yang dituakan, umumnya di masyarakat pengertian orang tua itu adalah orang yang telah melahirkan dan membesarkan anak-anaknya yaitu ibu dan bapak (Wahib A, 2015). Setiap orang tua memiliki cara masing-masing dalam membesarkan anak-anaknya, termasuk dalam mengasuh anak terkadang sebagian orang tua tidak mengetahui pola asuh seperti apa yang sebenarnya mereka terapkan, apakah itu benar atau salah. Dikarenakan pola asuh merupakan bagian terpenting dalam membentuk perilaku dan kecerdasan anak (Ratna Ningrum, 2018).

Menurut Jannah & Umam (2021) orang tua merupakan orang yang paling pertama yang akan memberikan pengaruh besar terhadap kehidupan anak misalnya dari segi emosional, sifat, karakter dan lain sebagainya. Namun, terkadang masih banyak orang tua yang masih belum menyadari bahwa perlakuan mereka terhadap anak akan mempengaruhi pertumbuhan anak (Nirmalasari et al., 2021). Kemudian menurut Samaragravira (2020) dapat dilihat dari banyaknya kasus tindak kekerasan baik secara non verbal dan verbal pada anak yang dilakukan oleh orang tuanya sendiri dikarenakan orang tua tersebut tidak paham tentang bagaimana pola asuh yang benar dalam membesarkan anaknya. Jika orang tua menyadari bahwa tindakannya terhadap anaknya kurang tepat tentu tindak kekerasan pada anak tidak akan terjadi. Dengan adanya penerapan pola asuh yang baik tentu akan memberikan dampak yang baik untuk anak dan sebaliknya jika pola asuh yang diterapkan kurang baik maka akan berdampak kurang baik juga bagi anak (Utami, 2021).

Kurangnya pemahaman tentang pola asuh yang baik, menyebabkan anak-anak desa lambangsari menjadi anak-anak yang kurang patuh terhadap orang tuanya, sesuai dengan

wawancara yang dilakukan oleh kami kepada ibu-ibu. Untuk mengetahui pola asuh yang diterapkan oleh ibu-ibu Desa Lambangsari RW : 003. Pemberian edukasi mengenai pola asuh tentu harus diberikan kepada semua orang tua dimanapun keberadaannya baik di desa ataupun kota. Masyarakat desa yang sudah menjadi orang tua sebaiknya juga bisa menguasai ilmu tentang pola asuh. Dengan adanya penyuluhan mengenai pola asuh pada masyarakat desa lambangsari akan dapat memelihara dan meningkatkan kesejahteraan psikologis warga desa Lambangsari RW : 003, karena jika masyarakat desa mendapat ilmu tentang pola asuh akan memudahkan warga desa untuk memberikan penerapan pola asuh yang tepat dan baik untuk anak sehingga nanti nya anak bisa menjadi individu yang sangat baik.

KONSEP TENTANG TEMA

Kuliah Kerja Nyata Tematik kali ini bertema “Memelihara dan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga di Pedesaan”. Maka berdasarkan tema tersebut mahasiswa/ membuat program tentang “Psiko Edu Pola Asuh Pada Warga Desa Lambangsari”. Kegiatan ini dipilih berdasarkan kondisi lapangan. Peran kedua orang tua sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak. Pola asuh orang tua menurut Fitriyani (2015) adalah cara orang tua dalam memperlakukan, mendidik, membimbing dan mendisiplinkan serta melindungi anak dalam mencapai proses kedewasaan sampai dengan membentuk perilaku anak sesuai dengan norma serta nilai yang baik dan sesuai dengan kehidupan masyarakat. Kemudian menurut Arjoni (2017) adalah metode yang dilakukan oleh orang tua dalam mengasuh dan mendidik anaknya sebagai perwujudan tanggung jawabnya sebagai orang tua. Menurut Hurlock dalam Sari (2020) setiap orang tua memiliki penerapan pola asuh yang bermacam-macam, yakni Pola asuh *Authoritarian* (otoriter), Pola asuh *Authoritative* (Demokratis), Pola asuh *Permissif*. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pola asuh menurut Hurlock (dalam Adawiah, 2017) yaitu : (1) Kepribadian orang tua; (2) Keyakinan (3) Persamaan dengan pola asuh yang diterima orang tua.

PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama dua hari yaitu pada Sabtu, 17 desember 2022 dan Minggu, 18 desember 2022 pukul 08.00- 18.00 di Desa Lambangsari RW 03. Kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN hari pertama dilakukan di mushola desa dikarenakan ibu-ibu PKK mempunyai kegiatan yang pelaksanaannya tepat pada hari pelaksanaan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN yang sudah ditentukan maka dari itu kegiatan dilakukan bersama di mushola desa. Kemudian kegiatan pada hari kedua dilakukan di Kantor RW Desa Lambangsari. Kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN yang dilakukan adalah dengan melakukan penyuluhan “Psikoedu Pola Asuh” materi yang diberikan meliputi, Pola Asuh. Kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN dilakukan dengan ibu-ibu PKK dan Anak-Anak Desa Lambangsari. Selain kegiatan penyuluhan Psikoedu Pola Asuh, dilakukan juga kegiatan *fun games* bersama anak-anak Desa Lambang Sari.

- Kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN : Sabtu, 17 Desember 2022





- Kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN : Minggu, 18 Desember 2022



PENUTUP

Kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN di Desa Lambangsari RW 03 Kabupaten Bekasi, Kecamatan Tambun Selatan yang berlangsung mulai dari persiapan pada tanggal 1 Desember 2022 sampai dengan penutupan kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN pada 18 Desember 2022. Dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN) yang sudah diprogram dapat berjalan sesuai dengan yang sudah direncanakan.

Berdasarkan pengalaman dan kondisi lapangan yang diperoleh maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Melatih kemampuan bersosialisasi mahasiswa dengan warga desa.
2. Membentuk mahasiswa menjadi pribadi yang lebih dewasa dalam bersikap dan berfikir.
3. Membentuk mahasiswa menjadi pribadi yang bertanggungjawab, mandiri dan berani.
5. Dengan adanya program kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN) dapat meningkatkan ilmu pengetahuan masyarakat.
6. Dengan adanya program kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN) ini juga membuat mahasiswa mendapatkan pengalaman yang berharga, menarik dan mendapatkan ilmu kemasyarakatan yang tidak didapatkan mahasiswa dalam perkuliahan. Warga desa juga mampu menerima dan menyerap ilmu yang dimiliki oleh mahasiswa untuk menambah wawasan warga desa, dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

SARAN ATAU REKOMENDASI KEGIATAN PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN LANJUTAN

Selanjutnya mengenai rekomendasi pelaksanaan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN lanjutan yang relevan dengan kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN yang dilaksanakan saat ini yaitu bisa dilakukan penyuluhan tentang pola asuh juga namun dengan keadaan atau situasi yang berbeda seperti penyuluhan pola asuh anak dan remaja di era digital. Penyuluhan

mengenai pola asuh merupakan suatu hal yang penting dilaksanakan karena anak adalah harapan orang tua, keluarga dan juga bangsa. Terlebih pada era digital, saat ini hampir semua orang paham tentang teknologi termasuk anak-anak. Dengan adanya penyuluhan pola asuh pada anak di era digital dapat membantu anak dalam bersikap ketika ada pengaruh-pengaruh negatif dari era digital.

Dengan adanya penerapan pola asuh dilakukan dengan tepat dan baik maka nanti nya akan berpengaruh terhadap perkembangan serta pertumbuhan anak yang akan membuat anak menjadi seseorang yang memiliki kepribadian baik dan kuat, anak-anak dapat menjadi manusia yang berkualitas, berguna untuk dirinya sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Jannah, N., & Umam, K. (2021). Peran Orang Tua dalam Pendidikan Karakter Berbasis Keluarga di Masa Pandemi Covid-19. *FALASIFA: Jurnal Studi Keislaman*, 12(1), 95–115. <https://doi.org/10.36835/falasifa.v12i1.460>
- Nirmalasari, R., Aldianor, A., Asfari, E. P., Anand, R., Septiani, R., & Nurhalisa, S. (2021). Penguatan Pola Asuh Terhadap Tumbuh Kembang Anak Usia Dini Dalam Keluarga Melalui Pemberdayaan Masyarakat Di Desa Petak Bahandang. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 270. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v5i1.4816>
- Ratna Ningrum, W. (2018). Pengaruh Peranan Dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri (Sdn) Di Kecamatan Bogor Barat. *Jurnal Pendidikan*, 17(2), 129–137. <https://doi.org/10.33830/jp.v17i2.273.2016>
- Samaragravira, A. (2020). *Tentang Kekerasan Anak Selama Pandemi*.
- Utami, F. (2021). Pengasuhan Keluarga terhadap Perkembangan Karakter Disiplin Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1777–1786. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.985>
- Wahib A. (2015). Konsep Orang Tua Dalam Membangun Kepribadian Anak. *Jurnal Paradigma*, 2(1), 2406–9787.

Memelihara dan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga di Pedesaan

Penulis:

Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog

Nabila Frianti

Sekar Aulia Heryansyah

Lita Aulia Hasriyah

Wulan Sari Munthe

Tazqiya Annisa Fitri

Luthfiyah

Dimas Riski Fadhillah

Muhammad Idhar Rizky Darmawan

PENDAHULUAN

Pada program Kuliah Kerja Nyata Tematik (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN) yang bertemakan “*Memelihara dan meningkatkan kesejahteraan psikologis warga di pedesaan*” yang diselenggarakan oleh Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya ini, kami telah mensurvei serta mengobservasi beberapa lokasi dan memilih Kelurahan Kalibaru sebagai tempat untuk pelaksanaan program KKN kami. Kelurahan Kalibaru memiliki beberapa fenomena sosial, yang diantaranya menjadi poin penting adalah lansia yang hidup sendiri serta stunting.

Lanjut usia (Lansia) merupakan individu yang berusia 60 tahun ke atas. Lansia merupakan proses alami yang disertai dengan adanya penurunan kondisi fisik, Psikologis, maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain (Nugroho, 2008). Bila seseorang yang telah beranjak jauh dari periode hidupnya yang terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh penyesalan, dan ingin cenderung hidup pada masa sekarang, mencoba mengabaikan masa depan sedapat mungkin. Dalam permasalahan yang terdapat di Kelurahan Kalibaru ini, lansia tersebut hidup sendiri dikarenakan tidak ingin berpisah atau jauh dengan makam suaminya, yang dimana makam suaminya tersebut berada tepat di depan rumah lansia tersebut. Lansia tersebut merasa bahwa ada kelekatan yang tinggi dengan mendiang suaminya.

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis karena kurangnya asupan gizi dalam waktu yang lama, yang berakibat pada gangguan pertumbuhan pada anak, salah satu cirinya adalah tinggi badan anak lebih rendah atau pendek dari standar anak-anak seusianya (Kemenkes, 2018). Stunting merupakan kondisi tubuh seseorang terutama anak-anak dimana tubuh tidak dapat bertumbuh sesuai dengan umurnya, yaitu lebih pendek bahkan sangat pendek. Seringkali masyarakat memberikan stigma buruk kepada anak penderita stunting, terutama kepada orangtuanya. Stigma-stigma tersebut tentunya dapat berdampak buruk kepada keadaan psikologis orangtua dari anak penderita stunting tersebut.

Pengasuhan merupakan faktor yang sangat erat kaitannya dengan pertumbuhan dan perkembangan anak berusia di bawah

lima tahun. Secara lebih spesifik, kekurangan gizi dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan badan, lebih penting lagi keterlambatan perkembangan otak dan dapat pula terjadinya penurunan atau rendahnya daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi. Pada masa ini juga anak masih benar-benar tergantung pada perawatan dan pengasuhan oleh ibunya (Santoso 2005 dalam Lubis, 2008).

Orang tua dengan latar belakang apapun harus bisa menerima apapun kondisi anaknya, karena anak adalah titipan dan anugerah dari Tuhan apapun kondisi anaknya (Khoiri, 2012). Kemampuan untuk menerima diri sendiri dengan menerima pujian atau kritik dari orang lain, percaya pada kehidupan yang Anda jalani, dan tidak merasa bahwa Anda berbeda dari orang lain. Ketika diterima oleh keluarga, dapat membantu orang tua merawat dan mendukung tumbuh kembang anaknya.

Ketika seorang individu memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi, dia merasa lebih berharga dan setara daripada yang lain. Para ibu merasa memiliki kelemahan dan kelebihan yang sama dengan orang lain. Ibu juga memiliki kemampuan untuk menghadapi kehidupannya sendiri. Hal ini terlihat dari sikap seorang ibu yang percaya diri yang lebih memilih untuk mengembangkan sikap baiknya dan membuang sifat buruknya daripada ingin menjadi orang lain demi kepuasan dirinya. Sehingga jika dapat dukungan social dari lingkungan, penerimaan diri akan lebih baik dan itu akan menjadi perlakuan yang menyenangkan.

Berdasarkan kepada permasalahan-permasalahan yang terdapat di Kelurahan Kalibaru yang telah diuraikan di atas, maka kami membuat program penyuluhan atau psikoedukasi mengenai makna hidup dan resiliensi kepada lansia serta psikoedukasi mengenai dukungan psikologis dan penerimaan diri kepada orangtua anak penderita sunting.

KONSEP TENTANG TEMA

Konsep penyuluhan atau psikoedukasi mengenai makna hidup dan resiliensi kepada lansia serta psikoedukasi mengenai dukungan psikologis dan penerimaan diri kepada orangtua anak penderita sunting.

PELAKSANAAN

Pada kegiatan KKN Tematik ini, dilaksanakan beberapa bagian metode yang dilakukan, antara lain sebagai berikut:

1. Metode Penyuluhan

Metode penyuluhan merupakan suatu edukasi dalam aspek promotif untuk meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki perilaku sasaran serta dapat menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari (Ilyas & Putri, 2012). Pada kegiatan KKN ini, kelompok melakukan penyuluhan dengan metode sharing session dan sharing caring dalam hal psikoedukasi mengenai makna hidup dan psikoedukasi mengenai dukungan sosial.

2. Metode Wawancara

Metode wawancara merupakan suatu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengajukan pertanyaan untuk memperoleh fakta, kepercayaan, perasaan, keinginan dan sebagainya untuk mencapai tujuan penelitian yang diharapkan (Rosaliza, 2015). Wawancara dilakukan dalam waktu 3 hari selama satu jam sampai satu jam setengah pada setiap sesi dengan melakukan tanya jawab secara langsung kepada beberapa pihak seperti kepala seksi sosial, staff desa, ketua posyandu, kepala staff stunting, dan staff disabilitas beserta warga di Kelurahan Kali Baru, dengan tujuan mencari tau terkait permasalahan apa yang sedang terjadi pada lingkungan sekitar serta lokasi mana yang memiliki permasalahan tersebut. Pada kegiatan KKN ini, kelompok melakukan tanya jawab secara langsung.

3. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan angka dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung penelitian (Sugiyono, 2017). Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi atau wawancara akan lebih dapat dipercaya atau mempunyai kredibilitas yang tinggi jika didukung oleh foto-foto atau karya tulis akademik yang sudah ada. Dokumentasi dilakukan selama KKN dimulai hingga acara penutupan, dokumen yang sudah kami ambil disimpan dalam file google drive dan diupload secara rutin melalui platform media sosial instagram.

Waktu dan pelaksanaan kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN

Waktu	Kegiatan	Sesi	Waktu (Menit)	Total (Menit)	Tempat	PIC
Minggu, 4 Desember 2022 Pukul : 06.00	Pawai Hajatan Kota Bekasi mewakili kelurahan kalibaru	1. Pembukaan	30	180	Pemerintahan Kota Bekasi	●
		2. Pentas seni	20			
		3. Pawai	120			
		4. Penutupan	10			
Minggu, 11 Desember 2022 Pukul : 16.00	Persiapan pembukaan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN	Pemasangan banner	30	90	Kelurahan Kalibaru	Mahasiswa
		. Mempersiapkan tempat	60			
Senin, 12 Desember 2022 Pukul : 08.00	Pembukaan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN	1. Sambutan Pak Lurah	10	40	Kelurahan Kalibaru	Tazqiya
		2. Sambutan Pak KeSos	10			
		3. Sambutan DPL	10			
		. Sambutan Ketua PROGRAM	10			

		PEMBELAJARAN LAPANGAN				
Senin, 12 Desember 2022 Pukul : 13.00	Psikoedukasi mengenai makna hidup	1. Pembukaan dan perkenalan	10	220	Kediaman warga	Sekar Aulia
		2. Temu Ramah	120			
		3. <i>Sharing session</i>	90			
Rabu, 14 Desember 2022 Pukul : 13.00	Psikoedukasi mengenai makna hidup	1. Pembukaan	5	200		Tazqiya Annisa
		Pemahaman tentang makna hidup	40			
		3. Penutupan	5			
Rabu, 21 Desember 2022 Pukul : 09.00	Psikoedukasi mengenai dukungan psikologis	1. Pembukaan dan perkenalan	10	200	Posyandu dan Kediaman warga	Sekar Aulia
		2. Wawancara	30			
		3. <i>Sharing session</i>	60			
		Pengukuran tinggi badan anak	65			

		Pemahaman tentang dukungan psikologis	30			
		6. Penutupan	5			
Kamis, 22 Desember 2022 Pukul : 09.00	Penutupan	a. Pembukaan	5	65	Kelurahan Kalibaru	Sekar Aulia
		Ucapan terima kasih dari ketua	10			
		Ucapan terima kasih dari DPL	10			
		Penutupan dari Staff kelurahan	10			
		Penyerahan kenangan untuk kelurahan	15			
		Pelepasan banner	10			
		Penutupan	5			

PENUTUP

KESIMPULAN

Berdasarkan dari pengalaman yang telah kelompok jalankan selama proses kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN), kelompok mendapatkan suatu pengetahuan, pembelajaran, dan pengalaman baru selama melaksanakan kegiatan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN di kelurahan Kalibaru. Kelompok mendapatkan pembelajaran dari masyarakat sekitar tentang pentingnya peran orang tua dan kelekatan pada orang tua lanjut usia pada warga di kalibaru, kelompok belajar mengaplikasikan secara langsung pembelajaran yang telah didapat selama masa kuliah mulai dari mempraktekan langsung bagaimana mengobservasi, menjadi pendengar yang baik saat warga bercerita, serta pengalaman-pengalaman lain yang baru pertama kali kelompok rasakan. Melalui pelaksanaan kegiatan penyuluhan psikoedukasi yang dilakukan oleh kelompok, kelompok pun belajar bahwa psikoedukasi sangatlah penting untuk warga setempat, lewat penyuluhan psikoedukasi ini dapat mengekspresikan perasaan yang dirasakan warga dan bisa menjadi sarana untuk menggali informasi mengenai perasaan dan emosi yang dirasakan oleh warga setempat di Kelurahan kalibaru.

SARAN

Saran yang dapat penulis berikan bagi pembaca setelah penulis melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata :

1. Mahasiswa yang akan melaksanakan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN berikutnya :
 - a. Perlu adanya usaha dalam meningkatkan kesadaran masyarakat untuk aktif dalam kegiatan kemasyarakatan guna menambah pengetahuan dan keterampilan masyarakat.
 - b. Sebelum pelaksanaan KKN, hendaknya mahasiswa mempersiapkan diri semaksimal mungkin baik pengetahuan, keterampilan, serta mental.

- c. Dibutuhkan pengetahuan agama praktis, terutama bagaimana menempatkan diri sesuai dengan kondisi di mana mahasiswa tinggal
- d. Melakukan survei kepada masyarakat sebaik-baiknya dan mendapatkan informasi tentang lingkungan dan masyarakat sebanyak-banyaknya, agar dapat merancang program kerja yang tepat untuk diberikan kepada masyarakat, dalam memajukan masyarakat.
- e. Tujuan dan sasaran program kerja dirancang sebaik-baiknya sesuai dengan permasalahan masyarakat yang sudah ada, agar dapat memberikan saran dan intervensi yang tepat kepada masyarakat atas permasalahan tersebut.

2. Masyarakat

Diharapkan dapat mengembangkan program psikoedukasi tentang pentingnya psikologis peran orang tua dalam menghadapi masalah stunting pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Alizadeh, S., Khanahmadi, S., Vedadhir, A., & Barjasteh, S. (2018). The relationship between resilience with self-compassion, social support and sense of belonging in women with breast cancer. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 19(9), 2469-2474. <https://doi.org/10.22034/APJCP.2018.19.9.2469>
- Apriastuti, D. A. (2013). Analisis tingkat pendidikan dan pola asuh orang tua dengan perkembangan anak usia 48-60 bulan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4(1), 1-14.
- Azhar, R. N. D., Murdiana, S., & Anwar, H. Hubungan Kelekatan Pada Pasangan Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Dewasa Awal di Kota Makassar. *Pinisi Journal of Art, Humanity and Social Studies*, 1(3), 112-120.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal relationships*, 7(2), 147-178.
- Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric Analysis and Refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-Item Measure of Resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20, 1019-1028. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
- Elizabeth B. Hurlock, Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, (Jakarta: Erlangga, 1980), h.385
- Gervai, J. (2009). Environmental And Genetic Influences on Early Attachment. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 25(3), halaman:1-12.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 67(3), 430. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
- Ilyas, M., & Putri, I. N. (2012). Efek penyuluhan metode demonstrasi menyikat gigi terhadap penurunan indeks plak gigi pada murid sekolah dasar Effect of demonstration method counseling on brushing teeth to the decreasing of plaque

- value of elementary school students. *Journal of Dentomaxillofacial Science*, 11(2), 91.
<https://doi.org/10.15562/jdmfs.v11i2.302>
- Jeffrey M. Jenson and Mark W. Fraser, A Risk and Resilience Framework For Child, Youth, And Family Policy, *Jurnal Of Family Process*, 42 (1), 10. (2003), h, 6-8
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). An Investigation of the Relationship between Resilience , Mindfulness , and Academic Self-Efficacy. 1(6), 1-4.
- Oktaviani, R. F. (2018). *Resiliensi pada lansia yang ditinggal mati pasangan hidupnya* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Ramdhani, A., Handayani, H., & Setiawan, A. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Stunting. In *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP* (pp. 28-35).
- Reivich dan Shatte. (2002). Psychosocial Resilience. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316. doi:10.1111/j. 1939-0025.1987.tb03541.x
- Reivich, K & Shatte, (2002) A. The Resilience Factor; 7 Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle. New York, Broadway Books.
- Rosaliza, M. (2015). WAWANCARA, SEBUAH INTERAKSI KOMUNIKASI DALAM PENELITIAN KUALITATIF. *Jurnal Ilmu Budaya*, 11(2), 9.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31849/jib.v11i2.1099>
- 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, 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (1996). Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychother Psychom*, 65, 14-23.
<https://doi.org/10.1159/000289026>

- Santrock, John W. *Life-Span Development. (Perkembangan Masa Hidup) Jilid II. Edisi Ke lima.* Jakarta: Renika Cipta. 2004.
- Smith, P. K., dkk. (2008). Cyberbullying: Its Nature and Impact in Secondary School Pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49, 376-385.
- Suardiman, S. P. *Psikologi Usia Lanjut*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2011), h.1
- Sudawam, S., & Livana, P. H. (2017). Gambaran tingkat stres lansia dengan hipertensi. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 7(1), 32-36.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian dan pengembangan pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan R&D.* Alfabeta.
- Utami, M. S. D. (2016). Hubungan Gaya Kelekatan Dengan Kecenderungan Neurotism Pada Individu Yang Sedang Menjalini Hubungan Romantis. *CALYPTRA*, 5(1), 1-14.

Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Melalui Peningkatan Literasi Kesehatan Mental

Penulis:

Sarita Candra Merida, M.Psi, Psikolog

Naufal Labib Athallah

Putri Zaliha

Oskanita Salsabila

Faizal Ramadani

Wahyu Arianto

Nur Setiawati

Sinta Meilani

Muhammad Nur Zikri

Maria Delciello Romasari Simbolon

PENDAHULUAN

Desa Setiamekar merupakan salah satu desa yang terdapat pada Provinsi Jawa Barat, tepatnya di Kecamatan Tambun Selatan, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Di sebelah utara Desa Setiamekar berbatasan dengan Kecamatan Tambun Utara, sebelah timur berbatasan dengan Desa Mangunjaya, sementara di sebelah selatan dengan Desa Jatimulya dan arah barat berbatasan dengan Kotamadya Bekasi dengan luas keseluruhan wilayah 567,30 ha (BPS Kabupaten Bekasi, 2020). Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) jumlah penduduk di Desa Setiamekar sebanyak 57. 813 jiwa dengan penduduk laki-laki sebanyak 29.762 dan penduduk wanita sebanyak 28. 052 (Badan Pusat Statistik Kab. Bekasi, 2020). Jumlah sarana pendidikan pun memadai dari tingkat pendidikan Sekolah Dasar (SD) sampai dengan Sekolah Lanjut Tingkat Atas (SLTA). Sebagian besararganya pun bersekolah. Aktivitas karangtaruna yang diikuti oleh para pemudanya pun cukup aktif.

Di satu sisi, jumlah penduduk yang begitu besar dengan tingkat pendidikan yang cukup memadai, namun pengetahuan tentang kesehatan mental terbatas membuat kurangnya kesejahteraan (*well being*) masyarakat setempat. Berdasarkan hasil wawancara dengan ketua RW 024 yang dilakukan pada tanggal 25 November 2022, ditemukan bahwa terdapat tiga orang warga yang mengalami gangguan kejiwaan. Sementara berdasarkan hasil observasi yang dilakukan kepada siswa siswi PAUD SPS Anggrek II yang berlokasi di RW 024 ditemukan bahwa masih banyak anak yang sulit untuk memahami perkataan tenaga pendidik, sulit bersosialisasi dengan lingkungan dan teman sebaya, serta kurang mampu berkonsentrasi terhadap kegiatan pembelajaran. Untuk hasil yang lebih lanjut pada tanggal 13 Desember 2022 kembali dilakukan wawancara terkait *well being* warga RW 024 yang dilakukan kepada dua orang ibu, dua orang remaja, serta seorang bapak ditemukan bahwa tingkat kepuasan hidup warga tergolong sedang namun mereka masih cukup menikmati hidup. Selain itu ditemukan pula bahwa masyarakat desa Setiamekar masih minim pengetahuan akan arti dari kesehatan mental secara umum dan

pengetahuan akan pentingnya kesehatan mental.

Terkait dengan hal tersebut, maka penulis menawarkan program untuk meningkatkan literasi kesehatan mental melalui psikoedukasi terkait tentang kesehatan mental. Melalui program ini diharapkan diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman baru tentang kesehatan mental. Setelah pengetahuan dan pemahaman meningkat, kesejahteraan warga pun meningkat. Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan di salah satu kampung wisata di Kota Malang bahwa penyuluhan tentang literasi kesehatan mental mampu memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kesehatan mental warga. (Lestari & Wahyudianto, 2022) Individu dengan literasi kesehatan mental yang tinggi akan memanfaatkan layanan kesehatan jiwa dibandingkan dengan yang memiliki literasi kesehatan mental yang rendah. (Handayani et al., 2020).

Di samping itu berdasarkan pengalaman penulis mengikuti *Online Summer Lecture Series (OSLS) 2022* bahwa sistem kesehatan mental yang komprehensif itu jika ada interaksi antara sistem kesehatan mental dengan komunitas yang menunjang. Komunitas itu diantaranya masyarakat, pemerintah yang membuat kebijakan, organisasi baik sekolah maupun tempat kerja, keluarga. Artinya jika sistem kesehatan mentalnya sudah berjalan dengan baik mulai dari pelayanannya, tenaga kesehatannya, fasilitas, dan pembiayaannya namun tidak ada dukungan dari pemerintah, organisasi juga tidak akan menjadi optimal. Pada kegiatan ini, difokuskan pada kegiatan masyarakat terlebih dahulu untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terkait dengan kesehatan mental melalui peningkatan literasi kesehatan mental.

PSIKOEDUKASI KESEHATAN MENTAL

Metode yang digunakan untuk meningkatkan literasi kesehatan mental dalam kegiatan ini menggunakan metode psikoedukasi. Psikoedukasi disini adalah memberikan informasi dan pemahaman tentang pengetahuan baru. Pengetahuan baru dalam kegiatan ini adalah pengetahuan tentang kesehatan mental. Menurut (Supratiknya, 2011) dalam psikoedukasi terjadi proses

sosialisasi dan pertukaran pendapat bagi pasien dan tenaga profesional sehingga berkontribusi dalam stigmatisasi gangguan psikologis yang beresiko untuk menghambat pengobatan. Psikoedukasi dapat dilaksanakan di berbagai tempat pada berbagai kelompok atau rumah tangga. Tindakan psikoedukasi memiliki media berupa catatan seperti poster, booklet, leaflet, video dan berupa eksplorasi yang diperlukan. Proses pemberian psikoedukasi sangat diperlukan kehadiran keluarga sebagai kunci keberhasilan intervensi. Perawat dapat membangun hubungan saling percaya agar dapat melakukan pengkajian yang tepat dan memberikan pengertian terhadap keluarga bagaimana psikoedukasi memberikan keuntungan pada mereka, dapat mengatasi dan mencegah terjadinya gangguan emosional dengan strategi koping yang efektif (Supratiknya, 2011).

DEFINISI KESEHATAN MENTAL

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa individu dapat dikatakan sehat mental apabila ia sehat secara fisik dan mental serta mampu beradaptasi serta berinteraksi dengan lingkungannya. Suatu keadaan individu yang memiliki ciri kondisi emosional yang baik, kesejahteraan yang baik dan kemampuan adaptasi yang cukup baik. (American Psychological Association, 2022) Kesehatan mental juga bisa diartikan keberhasilan fungsi mental individu yang dapat dilihat dari produktivitasnya dalam beraktivitas, kemampuan dalam menjalin dan memaknai relasi sosial dengan orang lain serta kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan dan kesulitan. (Sperry, 2016)

Kesehatan mental individu sendiri diantaranya dipengaruhi beberapa faktor: (1) Gangguan mental atau psikologis yang dialami individu itu sendiri, (2) Dukungan sosial dari lingkungan individu, serta (3) Perubahan atau situasi yang dihadapi individu itu sendiri. (Littrell, 2015)Maka dari itu untuk meningkatkan kesehatan mental dan suasana hati positif individu, maka perlu meningkatkan dukungan sosial yang ada di lingkungan sekitar individu.

Berdasarkan uraian diatas terkait dengan kesehatan mental, dukungan sosial itu tidak akan terbentuk tanpa pemahaman dan

pengetahuan tentang kesehatan mental itu sendiri. Untuk menumbuhkan dukungan sosial yang ada di masyarakat, penting untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan terkait dengan kesehatan mental. Hal itu sejalan dengan kegiatan meningkatkan literasi digital yang dilakukan di Desa Setiamekar.

PELAKSANAAN

Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan dengan tema “Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Dengan *Multilevel Helping* Melalui Kader Kesehatan Jiwa di Desa Setia Mekar” yang dilaksanakan pada hari selasa, 20 Desember 2022 pada pukul 11.00 WIB sampai dengan selesai yang bertempat di PAUD SPS Anggrek II RW 024 Desa Setia Mekar, Kecamatan Tambun selatan, Kabupaten Bekasi dan diikuti oleh 28 peserta yang merupakan warga 024. Pelaksanaan KKN Tematik ini dilakukan dengan mengajak responden untuk meningkatkan literasi kesehatan mental serta membentuk kader kesehatan jiwa. Pertama-tama penulis mempersiapkan lokasi kegiatan dengan bangku serta meja, kemudian membagikan snack, selanjutnya melakukan perkenalan dengan warga dengan menyebutkan nama.

Setelah selesai memperkenalkan diri, penulis memulai pemaparan materi dimulai dengan menanyakan kepada responden tentang “Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Dengan *Multilevel Helping* Melalui Kader Kesehatan Jiwa di Desa Setia Mekar” dan mendapatkan respon positif dari warga, beberapa warga terlihat berani menyampaikan pendapatnya. Setelahnya kegiatan dilanjutkan dengan memaparkan materi kesehatan mental yang disampaikan dengan media poster, setelah pemaparan materi selesai dilakukan fasilitator yang merupakan Dosen Pembimbingan Lapangan KKN membuka sesi tanya jawab dengan warga. Sesi tanya jawab ini dilakukan dengan baik dan terjadi komunikasi dua arah antara warga dan fasilitator.

Selanjutnya pemaparan materi kembali dilanjutkan oleh kelompok Program Pembelajaran Lapangan sebagai fasilitatornya. Pada sesi ini membahas tentang self awareness yang ditujukan untuk mengenali emosi serta penyampaian materi terkait dengan perkembangan anak. Sama dengan sesi sebelumnya, sesi ini juga

mendapatkan umpan balik yang positif dari warga. Setelah sesi tanya jawab selesai, fasilitator meminta perwakilan warga untuk mau menyampaikan intisari dari pemaparan materi yang dilakukan. Warga yang berani dan mau berbagi pemahaman mereka mendapatkan reward.

Setelah pembagian reward kepada warga yang mau berbagi kegiatan dilanjutkan dengan pengukuhan kader kesehatan jiwa dengan cara menyerahkan poster yang telah disediakan sebagai proses simbolik terbentuknya kader kesehatan jiwa di RW 024 serta penyerahan sertifikat kepada RW dan RT, serta seluruh warga yang merupakan peserta Program Pembelajaran Lapangan Desa Setia Mekar. Program Pembelajaran Lapangan ini cukup menarik perhatian serta antusiasme warga, warga juga berani dan mampu menyampaikan pendapat serta pemahaman mereka sebelum dan sesudah pemaparan materi dilakukan.





PENUTUP

Sebagai pion dalam menjalani kehidupan, kesehatan mental merupakan bagian penting yang harus dimiliki dan dijaga oleh setiap individu. Selaras dengan kualitas mental yang baik maka kesejahteraan psikologis individu tersebut juga akan meningkat yang turut berdampak bagaimana cara mereka menjalani kehidupannya dan kualitas hidupnya.

Hasil dari psikoedukasi untuk meningkatkan literasi terkait kesehatan mental di Desa Setiamekar Kecamatan Tambun Selatan yaitu (1) Warga mendapatkan pengetahuan baru mengenai kesehatan mental, awalnya sebagian warga sudah mengetahui apa itu kesehatan mental namun masih banyak warga juga yang mengatakan bahwa mereka tidak memahami apa itu kesehatan mental. (2) Di samping itu warga juga mengetahui bagaimana cara mengenali serta menjaga kesehatan mental, sebelumnya warga belum mengetahui bagaimana cara mengenali emosi serta apa yang harus dilakukan ketika mereka merasakan emosi negatif. (3) Setelah mengenali emosi, warga mengaku lebih mengetahui bagaimana cara mengontrol emosi mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2022). *Mental Health*.
- Handayani, T., Ayubi, D., & Anshari, D. (2020). Literasi Kesehatan Mental Orang Dewasa dan Penggunaan Pelayanan Kesehatan Mental. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.47034/ppk.v2i1.3905>
- Lestari, S., & Wahyudianto, M. (2022). Psikoedukasi untuk meningkatkan literasi kesehatan mental. *Jurnal PLAKAT. Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 4(2).
- Littrell, J. (2015). *Mental Health Professionals Promoting Well-Being and Treating Mental Illness*. Springer Publishing Company.
- Sperry, L. (2016). *Mental Health and Mental Disorders*. Greenwood.
- Supratiknya, A. (2011). *Psikoedukasi : Merancang Program dan Modul*. Universitas Sanata Darma.

Psikoedukasi Pola Asuh Dan Pentingnya Akan Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Kampung Rawa Lele

Penulis:

Timorora Sandha Perdhana, S.Psi., M.Si

Natasya Abdullah

Zalfa Eka Nurul Fadhillah

Indah Ayu Intan Pratiwi

Surya Firdaus

Tasya Aulia Adzani

Shofura Nur Almalail

Lusia Khoirotunnisa

Nindi Rahmi Kurnia

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan bagian dari masyarakat intelektual yang ada di negeri ini, yang diharapkan dapat turut andil dalam pembangunan bangsa dan negara. Untuk itu perlu adanya persiapan atau pendidikan yang melatih calon sarjana untuk bekerja secara disiplin, dan menanggulangi permasalahan sesuai kompetensi *hard skill* dan *soft skill* nya. Ditengah-tengah kompetisi yang semakin kuat maka perlu diadakan satu kegiatan yang terencana dan sistematis untuk melatih dan mendidik mahasiswa agar menjadi intelektual muda yang berkualitas dan tanggap terhadap masalah-masalah yang timbul ditengah-tengah kehidupan masyarakat dan mampu mencari solusinya.

Dalam program yang akan dilakukan mahasiswa saling berkolaborasi dan berkontribusi melaksanakan program-program yang telah disiapkan seperti program edukasi parenting dan juga tentang edukasi kesehatan mental di masyarakat. Tujuan dari dilakukannya program-program tersebut, kami mengharapkan semua pihak sadar akan fungsi dari program program yang telah kami lakukan, manfaat yang bisa diambil dari edukasi parenting dan pendidikan untuk menjaga kesehatan mental adalah untuk mengajarkan dan menanamkan pentingnya parenting dan kesehatan mental untuk masyarakat di kampung Rawa Lele. Kemudian, program edukasi parenting pada kegiatan ini mempunyai manfaat menambah pengetahuan serta wawasan bagi masyarakat dikhususkan bagi para orang tua mengenai pengetahuan tentang pola asuh agar orang tua dapat menjaga kesehatan mental seluruh anggota keluarga.

Dalam merealisasikan dan mencapai tujuan tersebut maka dengan adanya program Program Pembelajaran Lapangan. Program Pembelajaran Lapangan adalah suatu bentuk pengabdian mahasiswa terhadap masyarakat dan merupakan salah satu bagian dari TRI DHARMA perguruan tinggi. Dalam hal ini yang menjadi sasaran utama Program Pembelajaran Lapangan adalah kampung Rawa Lele, Kecamatan Wanajaya, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat.

Kampung Rawa Lele merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Wanajaya, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Desa ini memiliki kondisi wilayah yang berada di pinggiran perkotaan dekat Cibitung dan merupakan desa yang terkenal akan wisata rekreasi desa dan surganya para pecinta olahraga ekstrim di sekitar Bekasi. Luas desa ini yaitu 447.4 Km². Tercatat samapi dengan tahun 2020 jumlah penduduk di kecamatan Wanajaya ini adalah 110.044 jiwa.

Besarnya jumlah penduduk serta jenis pekerjaan mempengaruhi kesejahteraan psikologis penduduk nya. Berdasarkan hasil observasi serta wawancara yang telah dilakukan penulis ditemukan bahwa masyarakat kampung Rawa Lele masih minim pengetahuan akan pentingnya kesehatan mental. Berkaitan dengan hal tersebut penulis menawarkan program KKN Tematik yang diharapkan dapat membantu kesehatan serta kesejahteraan psikologis warga.

KONSEP TENTANG TEMA POLA ASUH

Menurut Lestari.S (2012), Pola asuh orang tua adalah perilaku pengasuhan dengan muatan tertentu dan memiliki tujuan sosialisasi. Dengan kata lain, praktik pengasuhan (Parenting Practice) dapat di konseptualkan sebagai sistem interaksi yang dinamis yang mencakup pemantauan, pengelolaan perilaku, dan kognisi sosial dengan kualitas relasi orang tua - anak sebagai pondasinya.

JENIS-JENIS POLA ASUH

Menurut Diana Baumrind dalam (Santrock, 2012), terdapat macam-macam Pola asuh orang tua, yaitu:

Pengasuhan Authoritarian atau Otoriter adalah gaya pengasuhan yang membatasi atau menghukum. Dimana orang tua mendesak anak untuk mengikuti arahan mereka dan menghormati pekerjaan dan upaya mereka. Orang tua yang otoriter menerapkan batas dan kendali yang tegas dan meminimalisasi perbedaan verbal. Orang tua otoriter cenderung sering memukul anak, memaksakan aturan secara kaku tanpa menjelaskanya, dan menunjukkan amarah kepada anak. Anak dari orang tua yang otoriter seringkali tidak

bahagia, ketakutan dan minder ketika membandingkan diri dengan orang lain, tidak mampu memulai aktivitas dan memiliki kemampuan komunikasi yang lemah. Anak dari orang tua yang otoriter cenderung berperilaku agresif.

Pengasuhan Authoritatif atau Demokratis mendorong anak untuk mandiri namun masih menerapkan batas kendali pada tindakan mereka. Tindakan verbal memberi dan menerima dimungkinkan, dan orang tua bersikap sangat hangat dan penyayang pada anak. Orang tua Otoritatif menunjukkan kesenangan dan dukungan sebagai respon terhadap perilaku konstruktif anak. Mereka juga mengharapkan perilaku anak yang dewasa, mandiri sesuai dengan usianya. Anak yang memiliki orang tua otoritatif seringkali ceria, bisa mengendalikan diri dan mandiri, dan berorientasi pada prestasi. Mereka cenderung untuk mempertahankan hubungan yang ramah dengan teman sebaya, bekerja sama dengan orang dewasa, dan bisa mengatasi stres dengan baik.

Pengasuhan yang menuruti atau Permisif adalah gaya pengasuhan dimana orang tua sangat terlibat dengan anak, namun terlalu menuntut atau mengontrol mereka. Orang tua semacam ini membiarkan anak melakukan apa yang ia inginkan. Hasilnya, anak tidak pernah belajar mengendalikan keinginannya. Beberapa orang tua sengaja membesarkan anak mereka dengan cara ini karena mereka percaya bahwa kombinasi antara keterlibatan yang hangat dan sedikit batasan akan menghasilkan anak yang kreatif dan percaya diri. Namun anak yang memiliki orang tua yang selalu menurutinya, jarang belajar menghormati orang lain dan mengalami kesulitan untuk mengendalikan perilakunya. Mereka mungkin mendominasi, egosentris, tidak menuruti aturan, dan kesulitan dalam hubungan dengan teman sebaya.

Pengasuhan yang mengabaikan adalah gaya di mana orang tua sangat tidak terlibat dalam kehidupan anak. Anak yang memiliki orang tua yang mengabaikan merasa bahwa aspek lain kehidupan orang tua lebih penting daripada diri mereka. Anak-anak ini cenderung tidak memiliki kemampuan sosial. Banyak diantaranya memiliki pengendalian diri yang buruk dan tidak

mandiri. Mereka sering kali memiliki harga diri yang rendah, tidak dewasa dan cenderung terasing dari keluarga. Dalam masa remaja, mereka mungkin menunjukkan sikap membolos dan nakal.

KESEHATAN MENTAL DAN PENERAPANNYA

Kesehatan mental merujuk pada kesehatan seluruh aspek perkembangan seseorang, baik fisik maupun psikis. Kesehatan mental juga meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana berhubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan pengambilan keputusan (Fakhriyani Vidya, 2019)

Kesehatan mental tiap individu berbeda dan mengalami dinamisasi dalam perkembangannya. Karena pada hakikatnya manusia dihadapkan pada kondisi dimana ia harus menyelesaikannya dengan beragam alternatif pemecahannya. Adakalanya, tidak sedikit orang yang pada waktu tertentu mengalami masalah-masalah kesehatan mental dalam kehidupannya (Fakhriyani Vidya, 2019).

TUJUAN KESEHATAN MENTAL

Manusia diciptakan dengan fitrahnya, yakni menginginkan kehidupan yang bahagia, nyaman, sejahtera dan sesuai keinginannya, baik secara pribadi maupun dalam kelompoknya. Dalam upaya mencapai keinginan-keinginan tersebut, kesehatan mental memegang peranan penting dalam kehidupan individu (Fakhriyani Vidya, 2019)

Berikut merupakan tujuan kesehatan mental bagi kehidupan individu menurut Fakhriyani Vidya (2019), yaitu:

1. Mengusahakan agar manusia memiliki kemampuan yang sehat
2. Mengusahakan pencegahan terhadap timbulnya sebab sebab gangguan mental dan penyakit mental.
3. Mengusahakan pencegahan berkembangnya bermacam-macam gangguan mental dan penyakit mental.
4. Mengurangi atau mengadakan penyembuhan terhadap gangguan dan penyakit mental.

UPAYA PEMELIHARAAN KESEHATAN MENTAL

Menurut Fakhriyani Vidya, (2019) agar tercapai tujuan kesehatan mental, maka diperlukan berbagai upaya yang hendaknya dilakukan oleh masing-masing individu, diantaranya adalah usaha preservative (pemeliharaan); preventif (pencegahan); suportif (development/improvement, yakni pengembangan/peningkatan), dan amelioratif/korektif (perbaikan).

PELAKSANAAN

Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini dilakukan di Kampung Rawa Lele, Wanajaya, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Waktu Program Pembelajaran Lapangan ini selama kurang lebih 1 (satu) bulan. Program Pembelajaran Lapangan ini diawali dengan sosialisasi yang diberikan oleh Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, kemudian kelompok bermusyawarah dengan dosen pembimbing untuk menentukan lokasi. Setelah berbagai pertimbangan akhirnya kelompok memutuskan untuk melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan di kampung Rawa Lele, Desa Wanajaya, Kabupaten Bekasi. Kegiatan yang akan dilakukan di hari berikutnya yaitu wawancara dan observasi kepada ketua RT dan para ibu-ibu. Wawancara pertama dilakukan pada ketua RT setempat. Lalu di hari kedua, dilakukan wawancara serta observasi pada ibu-ibu. Untuk mendekati diri kepada para ibu-ibu, kelompok melakukan wawancara dengan bahasa yang santai agar percakapan yang dilakukan tidak terkesan membebani para ibu-ibu. Kegiatan selanjutnya berupa pemaparan materi. Pemaparan tersebut dilakukan oleh anggota kelompok secara bergantian. Setelah pemaparan materi, anggota kelompok melakukan diskusi dan mengadakan *doorprize* dengan para ibu-ibu dengan diberikan pertanyaan seputar materi yang telah kelompok paparkan guna meningkatkan daya ingat pada ibu-ibu. Kegiatan ditutup dengan berfoto bersama. Pada kegiatan selanjutnya anggota kelompok Program Pembelajaran Lapangan mengadakan *games* pada anak-anak serta ibu-ibu di kampung Rawa Lele. Kegiatan diawali dengan membagikan *snack* sekaligus mendata nama anak-anak di kampung Rawa Lele dan dilanjutkan dengan

games pada ibu-ibu. Setelah menyelesaikan berbagai kegiatan yang telah dilaksanakan dari tanggal 08 Desember 2022, akhirnya Program Pembelajaran Lapangan akan resmi ditutup pada tanggal 04 Januari 2023. Penutupan Program Pembelajaran Lapangan sekaligus memberikan bingkisan yang dihadiri oleh seluruh anggota Program Pembelajaran Lapangan dan Sekretaris Desa





Rabu, 16 November 2022
Survey Pertama ke Kantor
Desa



Senin, 5 Desember 2022
Diskusi dengan Dosen
Pembimbing Ibu Timorora
Sandha Perdhana,
SPsi, M.Si



Kamis, 24 November 2022
Diskusi Kelompok



Sabtu, 24 Desember 2022
Sharing Session Tipe Pola
Asuh Anak



Minggu, 25 Desember 2022
Lomba Memasukkan Esrat
Kedalam Sedotan



Minggu, 25 Desember 2022
Lomba Joget Kursi Ibu-Ibu

PENUTUP

KESIMPULAN

Dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini, kelompok memberikan edukasi mengenai pola asuh dan pentingnya kesehatan mental pada masyarakat di kampung Rawa Lele, Desa Wanajaya, Kabupaten Bekasi. Kegiatan dilakukan dengan mengobrol santai karena sebagian besar ibu-ibu di kampung Rawa Lele mengalami kesulitan membaca. Hal tersebut dikarenakan, kampung Rawa Lele merupakan salah satu wilayah di desa Wanajaya yang paling terbelakan masalah pendidikan dan kesehatan, dan sebagian besar ibu-ibu di kampung Rawa Lele bekerja sebagai petani. Para ibu-ibu juga merespon dengan baik kedatangan para anggota kelompok serta mendengarkan dengan baik paparan yang telah diberikan oleh kelompok Program Pembelajaran Lapangan.

Adanya respon yang baik dan hangat dari pihak desa serta masyarakat sekitar juga membuat anggota kelompok merasa nyaman melakukan kegiatan di kampung Rawa Lele. Adapun tersedianya sarana dan prasarana yang tersedia cukup membantu terlaksananya Program Pembelajaran Lapangan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara.

SARAN

a. Bagi Masyarakat di Kampung Rawa Lele

Diharapkan masyarakat dapat mengembangkan potensi dari sumber daya alam yang tersedia dari hasil panen. Sehingga dapat bermanfaat bagi pemasukan dan hal tersebut akan berdampak pada faktor ekonomi.

Diharapkan masyarakat dapat meningkatkan kesejahteraan hidup bersama dengan keluarga yang terdapat di kampung Rawa Lele, desa Wanajaya. Tentu saja masih diperlukan kerja sama antara masyarakat dengan pihak-pihak terkait untuk dapat mengembangkan dan merawat TPS3R Recycling Center

b. Bagi Mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan di Periode berikutnya

Diharapkan mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan diperiode selanjutnya dapat mengembangkan potensi yang

terdapat di dalam kampung Rawa Lele, desa Wanajaya. Potensi tersebut dapat berupa sumber daya manusia maupun sumber daya alam. Aspek kesadaran terhadap lingkungan pun masih terbilang cukup menurun dan hal tersebut perlu diadakannya sosialisasi ulang.

DAFTAR PUSTAKA

- Fakhriyani Vidya, D. (2019). Kesehatan Mental. In M. Thoha (Ed.), *Early Childhood Education Journal*. Duta Media Publishing. https://www.researchgate.net/profile/Diana_Fakhriyani/publication/348819060_Kesehatan_Mental/links/60591b56458515e834643f66/Kesehatan-Mental.pdf
- Rachmaniah, D. (2012). *Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Kecemasan Dan Koping Orang Tua Dalam Merawat Anak Dengan Thalasemia Mayor*. Universitas Indonesia.
- Suryandari, S. (2020). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kenakalan Remaja. *JIPD (Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar)*, 4(1), 23-29.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development* (13th ed.). Penerbit Erlangga.

Psikoedukasi Remaja: Wiyata Untuk Jiwa Yang Berkualitas

Penulis:

Yuarini Wahyu Pertiwi, S.Psi., S.H., M.Psi., Psikolog

Gifazil Abu Afghani

Alfira Husnia Fajriah

Lisa Dewi Utami

Mhd. Kharisma Fikri Nasution

Maulan Surya

Elin Nurhasanah

Siti Nabila Jansa

Dita Syafebti

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan merupakan suatu bentuk pendidikan dengan cara memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa untuk hidup di tengah masyarakat di luar kampus, yang secara langsung bersama-sama masyarakat mengidentifikasi potensi dan menangani masalah sehingga diharapkan mampu mengembangkan potensi desa/daerah dan meramu solusi untuk masalah yang ada di desa. Program Pembelajaran Lapangan diharapkan dapat mengasah softskill kemitraan, kerjasama tim yang disiplin, dan leadership mahasiswa dalam mengelola program pembangunan di wilayah perdesaan.

Dalam program Program Pembelajaran Lapangan ini kami akan melakukan penjelasan yang berkaitan dengan tugas perkembangan remaja, hubungan yang sehat dalam hubungan, dan pengguna media sosial yang baik. Hal ini kami sampaikan di Desa Setiadarma dengan harapan para remaja yang ada di sana mendapatkan pemahaman tentang 3 hal yang akan kami sampaikan. 3 hal yang telah kami sebutkan adalah sebuah pemahaman yang para remaja harus diketahui, hal-hal yang akan kami sampaikan berguna sebagai bekal mereka demi berpetualang di masa remaja. Mereka yang memiliki banyak pemahaman dan pengetahuan yang luas serta mengetahui apa larangan yang tidak boleh mereka lakukan dapat meningkatkan keberhasilan mereka dalam prestasi akademik, bersosialisasi di masyarakat dan juga membangun hubungan romantis. Remaja merupakan masa paling penting pada fase kehidupan, pada masa remaja di mana penentuan tentang masa depan mereka, apa yang mereka alami, dan apa yang mereka dapatkan di masa remaja adalah penentu apa yang akan terjadi pada mereka di saat remaja. Ada banyak manfaat yang akan di dapat di saat remaja bisa menjalankan tugas perkembangannya dan menjadi remaja yang berkualitas, contoh nya adalah dipercaya banyak orang untuk memimpin suatu kegiatan di lingkungannya atau di sekolah menjadi ketua organisasi yang. Remaja yang berkualitas akan mudah melakukan banyak hal dikarenakan mereka yang memiliki wawasan yang sangat luas dan juga berhasilnya mereka menerima diri mereka dan membangun

rencana di masa yang akan datang. Dan para remaja yang gagal melaksanakan tugas perkembangannya akan berada di posisi itu-itu saja dan bingung akan apa yang mereka lakukan di masa yang akan datang.

KONSEP TENTANG TEMA REMAJA

Remaja adalah masa transisi yang terjadi dalam rentang hidup manusia yang menghubungkan masa antara anak-anak menuju dewasa. Masa transisi ini terjadi pada awal usia 10-13 tahun dan berakhir pada 18-22 tahun, dimana pada usia ini remaja mengalami emosi tidak stabil dan tingkah laku dipengaruhi oleh emosi. (Santrock, 2003). Menurut Ali dan Asrori (2014) Fase remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dari aspek kognitif, emosi, maupun fisik. Beberapa tugas perkembangan remaja diantaranya adalah mencapai kemandirian emosional, mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang penting bagi kecakapan sosial (Hurlock, 2003).

Erikson (Adams & Gullotta, 1983: 36-37; Conger, 1977: 92-93) berpendapat bahwa remaja merupakan masa berkembangnya identity Identity merupakan vocal point dari pengalaman remaja. karena semua krisis normatif yang sebelumnya telah memberikan kontribusi kepada perkembangan identitas ini. Erikson memandang pengalaman hidup remaja berada dalam keadaan moratorium, yaitu suatu periode saat remaja diharapkan mampu mempersiapkan dirinya untuk masa depan, dan mampu menjawab pertanyaan siapa saya? (who am I?) Dia mengingatkan bahwa kegagalan remaja untuk mengisi atau menuntaskan tugas ini akan berdampak tidak baik bagi perkembangan dirinya.

Apabila remaja gagal dalam mengembangkan rasa identitasnya. maka remaja akan kehilangan arah, bagaikan kapal yang kehilangan kompas. Dampaknya, mereka mungkin akan mengembang- kan perilaku yang menyimpang (delinquent), melakukan kriminalitas, atau menutup diri (mengisolasi diri) dari masyarakat. Menurut Havighurst (dalam Yusuf, 2006)

menerangkan tugas-tugas perkembangan remaja, antara lain: Mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya, Mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita, Menerima keadaan fisik dan menggunakannya secara efektif, Mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya, Mencapai jaminan kemandirian ekonomi, dll.

MEDIA SOSIAL

Media sosial adalah media online yang mendukung interaksi sosial. Media sosial menggunakan teknologi berbasis web yang mengubah komunikasi menjadi dialog interaktif. Perkembangan media sosial berdampak pada berkomunikasi kita saat ini. Munculnya web 2.0 memungkinkan orang membangun hubungan sosial serta berbagi informasi (Nasrullah, 2015). Media sosial menurut Paramitha dalam jurnal Andreani (2013:12) media sosial adalah media yang didesain untuk memudahkan interaksi sosial yang bersifat interaktif atau dua arah. Media sosial berbasis pada teknologi internet yang mengubah pola penyebaran informasi dari yang sebelumnya bersifat satu ke banyak audiens, banyak audiens ke banyak audiens.

JENIS-JENIS MEDIA SOSIAL

Andreas M. Kaplan dan Michael Haenlein (2010) membagi berbagai jenis media sosial ke dalam 6 (enam) jenis, yaitu:

a. Blog and Microblog (blog dan microblog)

Blogs ialah singkatan dari web log yang berbentuk aplikasi web yang menyerupai tulisan-tulisan (yang dimuat sebagai posting) pada sebuah halaman web umum. Microblog ialah suatu bentuk kecil dari blog. Perbedaan blog dan microblog ialah pengguna blog bisa memposting tulisan tanpa batas karakter, sedangkan pengguna microblog hanya bisa memposting tulisan dengan 200 karakter. Contohnya facebook dan twitter.

b. Collaborative Projects (Proyek Kolaborasi)

Dalam Collaborative projects, website mengizinkan penggunaannya untuk bisa mengubah, menambahkan ataupun

menghilangkan konten-konten yang ada di website ini, contohnya: Wikipedia.

c. Content Communities (Konten)

Tujuan utama dari content communities ialah berbagi isi media di antara sesama pengguna, contohnya: Youtube dan Tiktok.

d. Social Networking Sites (Situs Jejaring Sosial)

Social networking sites adalah aplikasi yang memungkinkan pengguna untuk terhubung dengan orang lain menggunakan informasi pribadi. Informasi tersebut dapat berupa foto atau video, contohnya: Instagram dan Facebook.

e. Virtual Game World (Dunia Permainan Virtual)

Virtual game world ialah tiruan lingkungan 3D (tiga dimensi), pengguna dapat membuat avatar-avatars yang diinginkan dan bisa berinteraksi dengan pengguna lain seperti di dunia nyata, contohnya online game.

f. Virtual Social World (Dunia Sosial Virtual)

Virtual social world adalah dimana penggunaannya seperti hidup di dunia virtual, sama seperti virtual game world yang berinteraksi dengan pengguna lainnya. Tetapi virtual social world bersifat lebih bebas dan tidak terikat serta lebih kearah kehidupan nyata atau realita, contohnya second life.

PACARAN

Menurut Guerney dan Arthur (Dacey & Kenney, 1997) pacaran adalah aktifitas sosial yang membolehkan dua orang yang berbeda jenis kelaminnya untuk terikat dalam interaksi sosial dengan pasangannya yang tidak ada hubungan keluarga. Menurut DeGenova & Rice (2005) pengertian pacaran adalah menjalankan suatu hubungan dimana dua orang bertemu dan melakukan serangkaian aktivitas bersama agar dapat saling mengenal satu sama lain.

Berpacaran bukan hanya di mana dua orang saling tertarik dan menjalin sebuah hubungan, ada banyak hal yang akan terjadi saat seseorang menjalin hubungan pacaran dengan lawan jenis nya. Agar hubungan berpacaran mengarah ke hal yang negatif para

pasangan harus tau batasan yang tidak boleh di langgar dalam melakukan pacaran, dan membawa hubungan pacaran ke arah yang positif dengan cara pasangan dijadikan motivasi, tempat curhat, dan lain-lain. Hal ini diharuskan agar hubungan tetap ada di jalan yang positif.

Hubungan yang positif adalah di mana kedua belah pihak sama mendapatkan hal yang bermanfaat sehingga sebuah hubungan pacaran tak hanya menjadi membuang waktu untuk memenuhi keinginan saja melainkan membawa kepada hal yang baik.

CYBERBULLYING

Cyberbullying adalah perilaku agresif yang dilakukan berulang dengan niat untuk membahayakan, dan menakuti orang lain dalam konteks komunikasi melalui media komputer (Mülleretal, 2014). Jenis cyberbullying yang paling umum dilakukan adalah flaming, membuat komentar kasar, menyebarkan rumor, membuat komentar yang mengancam akan melukai saat online dan memposting foto memalukan yang dilakukan secara online (Changetal., 2014). Bentuk cyberbullying yang paling sering adalah pesan ofensif dan pengucilan sosial. Korban cyberbullying paling sering melaporkan pesan ofensif dan menyebarkan rumor (Mülleretal, 2014). Terdapat beberapa faktor yang dapat mengindikasikan keterlibatan remaja dalam cyberbullying. Penelitian yang dilakukan oleh Livazović & Ham (2019) terhadap 259 remaja di Kroasia menyatakan bahwa cyberbullying berkorelasi negatif dengan faktor protektif tradisional dalam etiologi perilaku risiko (keluarga, sekolah, dan hubungan teman sebaya). (Livazović& Ham, 2019).

CONTOH CYBERBULLYING

- a. Menyebarkan kebohongan tentang seseorang atau memposting foto Memalukan tentang seseorang di media sosial.
- b. Mengirim pesan atau ancaman yang menyakitkan melalui platform chatting, menuliskan kata-kata menyakitkan pada kolom komentar media sosial, atau memposting sesuatu yang memalukan/menyakitkan.

- c. Meniru atau mengatasnamakan seseorang (misalnya dengan akun palsu atau masuk melalui akun seseorang) dan mengirim pesan jahat kepada orang lain atas nama mereka.
- d. Menyiapkan/membuat situs atau grup (group chat, room chat) yang berisi kebencian tentang seseorang atau dengan tujuan untuk menebar kebencian terhadap seseorang.
- e. Menghasut anak-anak atau remaja lainnya untuk mempermalukan seseorang.

PERILAKU SEKSUAL

Perilaku seksual yang tidak sehat di kalangan remaja khususnya remaja yang belum menikah cenderung meningkat. Perilaku seksual yang tidak sehat pada remaja dapat diwujudkan dalam tingkah laku yang bermacam-macam, mulai dari perasaan tertarik, berkencan, berpegangan tangan, mencium pipi, berpelukan, mencium bibir, memegang buah dada di atas baju, memegang buah dada di balik baju, memegang alat kelamin di atas baju, memegang alat kelamin di bawah baju, dan melakukan hubungan intim (senggama). Yang dimana hal tersebut dapat menyebabkan kehamilan, penyakit kelamin yang menular, putus sekolah, hingga kematian (Fitriawati, C. I., 2022).

PELAKSANAAN

Program Pembelajaran Lapangan ini dilakukan di beberapa Banjar di Desa Setiadarma, Tambun Selatan. Pelaksanaan kegiatan program Program Pembelajaran Lapangan ini merupakan kegiatan wajib mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya II Kota Bekasi. Pelaksanaan program ini wajib dilaksanakan kunjungan minimal 8 kali kunjungan dengan waktu kunjungan minimal 14 jam selama satu bulan selama masa Program Pembelajaran Lapangan - Universitas Bhayangkara Jakarta Raya II Kota Bekasi berlangsung. Disini penulis sudah melakukan kunjungan sebanyak 8 kali kunjungan, guna untuk bisa mengidentifikasi masalah yang dihadapi remaja desa Setiadarma serta bisa memecahkan masalah tersebut dengan memberi solusi untuk Remaja Desa Setiadarma, Tambun Selatan. Kegiatan ini

dilaksanakan selama sebulan, yaitu dimulai dari tanggal 5 Desember 2022 sampai dengan tanggal 5 Januari 2023.





PENUTUP

KESIMPULAN

Dengan adanya kegiatan Pre-Test dan Post-Test. Dapat dilihat hasil Pre-Test, banyak remaja desa Setiadarma yang belum mengetahui dan memahami dalam tugas perkembangan remaja, terampil dalam bermedia sosial, dan membangun hubungan yang positif. Setelah dilakukan penyuluhan mengenai Psikoedukasi Remaja, dilakukan Post-Test, dari hasil ini dapat disimpulkan remaja menjadi tahu, dan mampu memahami pengetahuan mengenai Tugas Perkembangan Remaja, Terampil Dalam Bermedia Sosial, dan Membangun Hubungan yang Positif.

SARAN

a. Bagi Remaja di Desa Setiadarma

Diharapkan remaja desa Setiadarma dapat menjadi individu yang lebih berkualitas dalam meningkatkan pemahaman mengenai tugas perkembangannya, diharapkan remaja desa Setiadarma dapat menjadi individu yang dapat mewujudkan keseimbangan mental atau kondisi psikologisnya, diharapkan remaja desa Setiadarma dapat terampil dalam bermedia sosial yang baik, diharapkan remaja desa Setiadarma dapat menjadi individu yang lebih berkualitas dalam menjalin hubungan yang positif.

b. Bagi Mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan di Periode Berikutnya

Diharapkan mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan di periode berikutnya dapat mengembangkan perihal materi, serta potensi yang terdapat di dalam masyarakat setempat. Serta dapat mengelola pelaksanaan dengan lebih kondusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Andres Kaplan & Michael Haenlein. (2010). *User Of The World, Unite! The Challenges and Opportunities Of Social Media, Business Horizons*.
- Dewi, H. A., Suryani, S., & Sriati, A. (2020). Faktor faktor yang memengaruhi cyberbullying pada remaja: A Systematic review. *Journal of Nursing Care*, 3(2)
- Kasim, F. (2014). *Jurnal Studi Pemuda : dampak perilaku seks berisiko terhadap kesehatan reproduksi dan upaya penanganannya*, 3(1), 39-48.
- Mujab, A. S., Irawati, R. P., & Rahmawati, N. (2018). Pengembangan Modul Bahasa Arab Berbasis Teori Psikologi Perkembangan Remaja Elizabeth B. Hurlock Kelas X MA. *Lisanul Arab: Journal of Arabic Learning and Teaching*, 7(1), 1-7.
- Nasution, S. (2014). *Jurnal Darul Ilmi : perkembangan remaja (suatu tinjauan psikologis)*, 2(1), 74-85.
- Rifauddin, M. (2016). Fenomena cyberbullying pada remaja. *Khizanah al-Hikmah: Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan*, 4(1), 35-44.
- Rinta, L. (2015). *Jurnal Kesehatan Nasional : pendidikan seksual dalam membentuk perilaku seksual positif pada remaja dan implikasinya terhadap ketahanan psikologi remaja*, 21(3), 163-174.
- Utami, A. S. F., & Baiti, N. (2018). Pengaruh media sosial terhadap perilaku cyberbullying pada kalangan remaja. *Cakrawala-Jurnal Humaniora*, 18(2), 257-262.
- Yusuf, S. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja (pp.71-93)*. Remaja Rosda Karya.
- Wijayanti, S. H., & Sihotang, K. Bentuk-Bentuk Etika Bermedia Sosial Generasi Milenial Forms of Millennial Generation Etiquette in Social Media.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.

- Hurlock, E. B. (2003). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Erlangga.
- Fitriwati, C. I. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja di MAN 1 Bungo. *Jurnal Kesmas Jambi*, 6(2), 40-47.

**Psikoedukasi Psychological Well-Being Terhadap
Anak-Anak Penghuni Panti Yatim Indonesia
Asrama Cabang Juanda**

Penulis:

Mic Finanto Ario Bangun

Alvina Damayanti

Aning Rahmatika

Zahra Hapsanti Susilo

Deri Riyanto

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan adalah suatu kegiatan intra kurikuler yang memadukan pelaksanaan tridharma perguruan tinggi (pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat) dengan cara memberikan mahasiswa pengalaman belajar dan bekerja dalam kegiatan pembangunan masyarakat sebagai wahana penerapan dan pengembangan ilmu yang dilaksanakan diluar kampus dalam waktu mekanisme kerja persyaratan tertentu.

Program Pembelajaran Lapangan merupakan salah satu mata kuliah interdisipliner yang wajib ditempuh mahasiswa program S1. Program ini diselenggarakan perguruan tinggi guna mengembangkan kompetensi mahasiswa melalui pengalaman real di masyarakat dan menyiapkan mental mahasiswa untuk terjun di masyarakat kerja setelah lulus.

Masa perkembangan anak-anak dan remaja merupakan tahap belajar dan masa dimana mereka masih belum menemukan jati diri. Hal yang biasa mereka lakukan adalah belajar, bermain dan menghabiskan waktu bersama teman-teman. Lingkungan eksternal perlu memfasilitasi dan mengarahkan mereka agar dapat memikirkan hal kedepannya.

Melalui Program Pembelajaran Lapangan ini kami membantu dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran diri dari anak-anak sampai remaja awal di Panti Yatim Indonesia asrama yatim cabang juanda dalam manajemen waktu dan konsep diri. Kegiatan ini dilakukan guna anak-anak panti asuhan memahami diri sendiri apa yang ingin dicapai di masa depan dan juga agar dapat membagi waktu.

Menurut Lukens, dkk (2014) yang dapat memahami dan membantu dalam bentuk intervensi psikologi yaitu mengubah aspek perilaku, emosional, dan kognitif dalam suatu individu maupun kelompok disebut Psikoedukasi.

Psikoedukasi dapat dilaksanakan diberbagai tempat pada berbagai kelompok atau rumah tangga. Tindakan psikoedukasi memiliki media berupa catatan seperti poster, booklet, leaflet, video dan berupa eksplorasi yang diperlukan. Proses pemberian psikoedukasi sangat diperlukan kehadiran keluarga sebagai kunci

keberhasilan intervensi. Perawat dapat membangun hubungan saling percaya agar dapat melakukan pengkajian yang tepat dan memberikan pengertian terhadap keluarga bagaimana psikoedukasi memberikan keuntungan pada mereka, dapat mengatasi dan mencegah terjadinya gangguan emosional dengan strategi koping yang efektif (Supratiknya, 2011).

Mengenai psikoedukasi, kelompok kami akan memberikan materi pada anak-anak di Panti Yatim Indonesia asrama yatim Juanda dengan rentang usia 8-13 tahun. Usia ini masuk dalam kategori anak-anak sampai remaja awal. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka pada kesempatan Program Pembelajaran Lapangan ini, penulis bermaksud melakukan sosialisasi dan pelatihan Psikoedukasi dan kesejahteraan psikologi pada anak-anak Panti Yatim Indonesia Cabang Juanda, Bekasi Timur untuk meningkatkan kesejahteraan psikologi di sana dengan memberikan materi dan pelatihan agar bisa dapat memahami dan membantu dalam bentuk intervensi psikologi yaitu mengubah aspek perilaku, emosional, dan kognitif dalam suatu individu maupun kelompok.

KONSEP PSIKOEDUKASI *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

Pengertian Psikoedukasi adalah suatu tindakan yang diberikan kepada individu dan keluarga untuk memperkuat strategi koping atau suatu cara khusus dalam menangani kesulitan perubahan mental. Psikoedukasi adalah sebuah tindakan modalitas yang disampaikan oleh professional, yang mengintegrasikan dan mensinergikan antara psikoterapi dan intervensi edukasi (Lukens & McFarlane, 2014). Rachmaniah (2012), menjelaskan bahwa psikoedukasi adalah pengembangan dan pemberian informasi yang berbentuk pendidikan pada masyarakat tentang informasi yang berkaitan dengan psikologi populer atau informasi tertentu yang digunakan untuk memengaruhi kesejahteraan psikososial masyarakat. Metode dalam psikoedukasi adalah pengembangan dan pemberian informasi (Rachmaniah, 2012). Dalam psikoedukasi terjadi proses sosialisasi dan pertukaran pendapat bagi pasien dan tenaga profesional sehingga berkontribusi dalam destigmatisasi

gangguan psikologis yang beresiko untuk menghambat pengobatan (Supratiknya, 2011).

Psikoedukasi dapat dilaksanakan diberbagai tempat pada berbagai kelompok atau rumah tangga. Tindakan psikoedukasi memiliki media berupa catatan seperti poster, booklet, leaflet, video dan berupa eksplorasi yang diperlukan. Proses pemberian psikoedukasi sangat diperlukan kehadiran keluarga sebagai kunci keberhasilan intervensi. Perawat dapat membangun hubungan saling percaya agar dapat melakukan pengkajian yang tepat dan memberikan pengertian terhadap keluarga bagaimana psikoedukasi memberikan keuntungan pada mereka, dapat mengatasi dan mencegah terjadinya gangguan emosional dengan strategi koping yang efektif (Supratiknya, 2011).

Menurut Ryff (2014) Kesejahteraan psikologi atau *Psychological well-being* merupakan sebuah kemampuan individu untuk menerima dirinya dalam keadaan apapun (*Self acceptance*), dapat membantu hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial (*autonomy*), dapat mengontrol lingkungan eksternal (*environmental master*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), serta mampu merealisasikan potensi-potensi yang dimilikinya secara kontinu (*personal growth*) *Psychological well-being* dalam pembahasannya bukan hanya tentang kepuasan dalam hidup seseorang dan keseimbangan antara efek positif individu dan efek negative individu, melainkan dalam *psychological well-being* yang dimiliki seseorang yang terkait tentang tantangan-tantangan sepanjang hidupnya. Mereka yang memiliki *psychological well-being* yang positif akan cenderung memiliki kemampuan untuk dapat memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kemampuan fisik dirinya sehingga mereka dapat merasakan kenyamanan.

Hutchinson (2011) mengungkapkan terkait pentingnya kesejahteraan psikologis anak panti. Bukan hal mudah bagi anak panti kehilangan orang tua sehingga peran panti asuhan hendaknya bertujuan untuk merawat, membekali keterampilan berelasi sosial, dan berfokus pada pemenuhan kebutuhan-kebutuhan anak panti.

Selain memenuhi kebutuhan fisik seperti tempat tinggal dan makan, panti asuhan juga memberikan kegiatan-kegiatan rutin untuk memenuhi kebutuhan sosial dan psikologis anak dan remaja panti. Meski demikian, kesejahteraan psikologis masih belum menjadi perhatian khusus (Yendork & Somhlaba, 2014). Kegiatan-kegiatan yang ada di Panti Asuhan terbatas pada kegiatan keagamaan seperti mengaji, mendengarkan ceramah, dan lain sebagainya. Padahal kesejahteraan psikologis anak panti juga memerlukan perhatian khusus. Apabila aspek-aspek kesejahteraan psikologis seperti kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan yang positif dengan orang lain, kemampuan merancang tujuan hidup, dan penerimaan diri yang baik ini tidak ditangani dengan baik, maka hal ini akan berpeluang menghambat perkembangan anak. Karena itu, diperlukan penanganan yang sesuai agar kesejahteraan psikologis tercapai.

Hutchinson (2011) menjelaskan bahwa hal sederhana pertama yang dapat dilakukan untuk mengalihkan perasaan sedih adalah membangun pemikiran yang penuh harapan. Pengalihan perasaan negatif lain juga dapat dilakukan dengan melakukan berbagai kegiatan yang positif. Konsep membangun harapan merupakan salah satu aspek modal psikologis.

PELAKSANAAN

Salah satu bentuk program dari penelitian ini adalah melakukan sosialisasi dan pelatihan Psikoedukasi, dengan kegiatan pelatihan yang isinya ada empat materi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologi pada anak-anak di Panti Yatim Indonesia Cabang Juanda, Bekasi Timur. Kegiatan sosialisasi dan pelatihan Psikoedukasi ini dilaksanakan pada bulan Desember selama satu bulan dengan 6 peserta.

Sehingga demikian, salah satu bentuk program penelitian ini diharapkan dapat menjadi wadah penyelenggara edukasi untuk membantu anak-anak di Panti Yatim Indonesia Cabang Juanda, Bekasi Timur. Untuk bisa meningkatkan dan memahami kesejahteraan psikologi. Dengan menggunakan metode ceramah, metode bermain sambil belajar dan juga metode praktek.

Kegiatan yang dilakukan dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan yang pertama tentunya melakukan survei lokasi dan survei data, survei data dilakukan dengan sesi wawancara kepada pengurus panti asrama yatim cabang Juanda. Kegiatan selanjutnya adalah melakukan penyuluhan dengan tema “Psikoedukasi *psychological well-being* penghuni asrama yatim Juanda” penyampaian dilakukan secara lisan langsung berhadapan langsung dengan subjek yaitu anak-anak penghuni asrama yatim Juanda. Sub materi yang disampaikan pada pertemuan pertama mengenai motivasi belajar. Selanjutnya penulis dan subjek melakukan sesi diskusi mengenai motivasi belajar. Tujuannya agar subjek termotivasi untuk giat belajar agar cita-cita mereka tercapai. Selain itu juga membantu melatih menulis dan membaca untuk anak-anak tertentu yang belum terampil dalam baca dan tulis. Sub materi yang disampaikan pada pertemuan kedua mengenai kreativitas. Dalam sub materi ini anak-anak penghuni asrama yatim Juanda diberikan sebuah kertas yang sudah ada 3 lingkaran, selanjutnya subjek diminta untuk menggambar sesuai imajinasinya. Sub materi yang disampaikan pada pertemuan ketiga mengenai rasa syukur. Tujuannya agar subjek lebih bisa bersyukur atas apa yang mereka miliki. Kegiatan terakhir kelompok bermain dan membagikan doorprize untuk subjek yang bisa menjawab pertanyaan.

Pelaksanaan penelitian ini terdiri dari tiga orang dalam satu tim, dengan tugasnya masing-masing. Kami memiliki tugas yang sama yaitu membatu koordinasi, menyampaikan materi peserta sosialisasi dan pelatihan serta melakukan dokumentasi.

Berikut hasil dokumentasi:





PENUTUP

Program Pembelajaran Lapangan yang dilakukan di asrama panti yatim Indonesia Cabang Juanda, anak-anak lebih bisa menggunakan barang dengan cara bergantian mengingat fasilitas disana sangat terbatas hal ini dibuktikan pada saat kegiatan menggambar. Contoh ada satu anak yang tidak kebagian meja untuk menggambar dan mereka bisa bergantian, Pada aspek emosional anak-anak lebih menerima dan tetap tersenyum Bahagia hal ini dibuktikan pada saat pembagian hadiah ada beberapa yang tidak mendapatkan namun mereka tetap kompak dan terlihat Bahagia. Pada aspek kognitif anak-anak yang belum bisa menulis kata sambung, bingung soal perhitungan, dan masih belum bisa membaca, saat ini sudah bisa karena mereka semangat dan juga

antusias dalam mengikuti Program Pembelajaran Lapangan yang kami lakukan.

Adapun Saran untuk panti kedepannya dapat meningkatkan sarana prasarana belajar, perlu ditambah tenaga pengajar untuk pelayanan pendidikan dikarenakan kurangnya tenaga pengajar dipanti, pembelajaran sebaiknya di pisah sesuai usia anak agar lebih fokus.

Saran untuk peneliti atau mahasiswa selanjutnya, perlu diperhatikan kedisiplinan waktu agar Program Pembelajaran Lapangan lebih maksimal, jumlah anggota kelompok Program Pembelajaran Lapangan perlu di tambah mengingat jumlah kelompok kami hanya 3 orang

DAFTAR PUSTAKA

- Hutchinson, E. (2011). *The Psychological Well-being of Orphans in Malawi: "Forgetting" as a Means of Recovering from Parental Death. Vulnerable Children and Youth Studies*, 6(1), 18 – 27. doi: 10.1080/17450128.2010.525672
- Lukens, Ellen P. McFarlane, William R. (2007). *Psychoeducation as Evidence-Based Practice: Consideration for Practice, Research, and Policy. Oxford University Press. Journal Brief Treatment and Crisis Intervention Volume 4.*
- Rachmaniah, D. (2012). Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Kecemasan dan Koping Orang Tua dalam Merawat Anak dengan Thalasia Mayor di RSUD Kabupaten Tangerang Banten. Universitas Indonesia: Tesis.
- Ryff, C.D. (2014). *Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well Being. Journal of Personality and Social Psychology* Vol. 57 No. 6 :1069-1081.
- Ryff, C. D. (2014) *Psychological Wellbeing Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. Psychotherapy and Psychosomatics*, 1(83), 10 – 28. doi: 10.1159/000353263
- Supratiknya. 2011. Merancang Program dan Modul Psikoedukasi. Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.
- Yendork, S. J. & Somhlaba, N. Z. (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 Riview*, 1(46), 28 – 37. doi: 10.1016/j.childyouth.2014.07.025

Pentingnya Pengasuhan Dan Kelekatan Anak Di Desa Jejalen

Penulis:

Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog

Salsabila Aziza

Aulya Sholihatul Afiyah

Putri Ade Dena Wijaya

Nurul Tiara

Dandi Pratama

Sarah Shakillah Iriana Rumayomi

Shalbina Febriyanti Amanda

Muhammad Alwi Nur Widiyanto

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan bagian dari masyarakat intelektual yang ada di negeri ini, yang diharapkan dapat turut andil dalam pembangunan bangsa dan negara. Untuk itu perlu adanya persiapan atau pendidikan yang melatih calon sarjana untuk bekerja secara disiplin, dan menanggulangi permasalahan sesuai kompetisi *hard skill* dan *soft skill*. Di tengah kompetisi yang semakin kuat maka perlu diadakan satu kegiatan yang terencana dan sistematis untuk melatih dan mendidik mahasiswa agar menjadi intelektual muda yang berkualitas dan tanggap terhadap masalah-masalah yang timbul dalam kehidupan masyarakat serta mampu mencari solusinya. Dalam program Program Pembelajaran Lapangan yang akan dilakukan mahasiswa, disesuaikan dengan tema besar yaitu "Memelihara dan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga di Pedesaan". Secara khusus mahasiswa saling berkolaborasi dan berkontribusi melaksanakan program yang telah di siapkan berupa Psikoedukasi Pengasuhan bagi warga Desa Jejalen, Tambun Utara, Kabupaten Bekasi.

Tujuan dari dilaksanakannya program tersebut adalah numbuhkan kesadaran warga desa akan pentingnya pola pengasuhan dalam kehidupan sehari-hari guna meningkatkan kelekatan orang tua dengan anak. Menganut pada pernyataan Brooks, parenting adalah proses yang mengacu pada tindakan yang menjalin interaksi antara orang tua yang dilakukan demi perkembangan anak (Brooks, 2012). Selanjutnya pada kegiatan kedua, kami melakukan kegiatan senam. Kegiatan ini ditujukan untuk Ibu-Ibu di desa Jejalen Jaya. Karena kegiatan ini diciptakan secara sistematis dan terencana sehingga mudah diikuti dan jika dilaksanakan secara teratur dapat memperbaiki elastisitas kulit sehingga tidak mudah keriput dan awet muda.

Dalam merealisasikan dan mencapai tujuan tersebut, maka diselenggarakanlah program Program Pembelajaran Lapangan. Program Pembelajaran Lapangan adalah suatu bentuk pengabdian mahasiswa terhadap masyarakat dan merupakan salah satu bagian dari TRI DHARMA perguruan tinggi. Dalam hal ini yang menjadi sasaran utama Program Pembelajaran Lapangan adalah Desa

Jejalen Jaya, Tambun Utara. Desa Jejalen Jaya terletak di wilayah Kecamatan Tambun Utara, Kabupaten Bekasi.

Desa Jejalen Jaya merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Desa ini memiliki kondisi wilayah yang berada didaratan dan merupakan hasil perbatasan desa atau kelurahan lain yakni desa Sumber Jaya di timur, Desa Mangun Jaya di Selatan dan Barat, Desa Satria Jaya di Barat dan Desa Srimahi, Srijaya di Utara. Luas desa ini yaitu 27,6224 Km dengan jumlah penduduk kepadatan 19.735 jiwa.

KONSEP TENTANG TEMA

Pengasuhan adalah keterlibatan keluarga dalam penyelenggaraan pendidikan mendukung dalam penyelenggaraan untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Pengasuhan diartikan sebagai keadaan dimana orang tua yang memberikan dorongan bagi anak dengan merubah tingkah laku, pengetahuan, dan nilai-nilai yang dianggap paling tepat bagi orang tua agar anak bisa mandiri, tumbuh serta berkembang secara sehat dan optimal, memiliki rasa percaya diri, memiliki rasa ingin tau, bersahabat, dan berorientasi untuk sukses (Brooks, 2012). Jadi, pengasuhan ialah perlakuan orangtua terhadap anak dalam bentuk merawat, memelihara, mengajar, mendidik, membimbing, melatih, yang terwujud dalam bentuk pendisiplinan, pemberian tauladan, kasih sayang, hukuman, ganjaran, dan kepemimpinan dalam keluarga melalui ucapan dan tindakan orang tua (Santrock, 2012).

Menurut Robert Brooks (penulis "*The Process of Parenting*") proses pengasuhan mengacu pada serangkaian tindakan serta terjalin interaksi antara orang tua berupa dukungan yang dilakukan bagi perkembangan anak. Pengasuhan sebagai proses hubungan bukan hanya satu arah dimana orang tua dipengaruhi anak, tetapi lebih dari itu, proses pengasuhan merupakan interaksi antara orang tua dan anak yang dipengaruhi oleh budaya dan lingkungan sebagai proses. Secara etimologis, pengasuhan asal kata dari "*care*" yang maksudnya kepemimpinan, mengatur, pembimbing. *Caregiver* adalah menjalankan tugas seorang pemimpin, mengatur atau

pembimbing. Mengasuh anak memelihara pengasuhan terhadap anak dengan memenuhi kebutuhan sandang, papan, dimulai dari sejak lahir hingga dewasa (Brooks, 2012).

Saat ini orang tua tidak hanya dituntut untuk dapat melakukan pengawasan secara fisik kepada anak. Menghadapi generasi digital, orang tua harus mampu menguasai literasi digital guna mengimbangi perkembangan yang terjadi saat ini (Wahyuningrum et al., 2020). Namun tidak semua orang tua memiliki kesadaran ataupun inisiatif untuk membekali diri dengan keterampilan tersebut. Kebanyakan orang tua masih awam terhadap bagaimana cara yang efektif untuk mendidik dan mengasuh anak yang tengah tumbuh kembang di bawah pengasuhan (Fitriyana et al., 2022).

PELAKSANAAN

Pada pelaksanaannya Program Pembelajaran Lapangan menggunakan metode luring yaitu interaksi secara langsung dengan tajuk “Pentingnya Pengasuhan dan Kelekatan Pada Ibu dan Anak” di RT 01/RW 04 di Desa Jejalen Jaya, Kecamatan Tambun Utara, Kabupaten Bekasi Utara. Adapun capaian kegiatan selama Program Pembelajaran Lapangan berlangsung meliputi survey langsung ke tempat Program Pembelajaran Lapangan di RT 01/RW 04, kunjungan ke Kantor Desa Jejalen Jaya, kunjungan ke Rumah Bapak Kepala Desa Jejalen Jaya sekaligus membawa surat izin dari kampus untuk melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan, pembukaan sekaligus pemasangan spanduk kegiatan Program Pembelajaran Lapangan di RT 01/RW 04, pemaparan materi langsung oleh mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan kepada warga mengenai Pentingnya Parenting dan Kelekatan Pada Ibu dan Anak, melakukan kegiatan sharing dengan warga mengenai penerapan pola asuh yang mereka terapkan pada anak, melakukan senam bersama mahasiswa dan ibu-ibu di Desa Jejalen Jaya.

Mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan melakukan diskusi dengan ibu-ibu di RT 01/RW 04 di Desa Jejalen Jaya tentang pola pengasuhan. Dimana sebelumnya telah dilakukan pemaparan materi oleh mahasiswa Program Pembelajaran Lapangan mengenai

pengertian parenting atau pola asuh, jenis-jenis parenting, dan contohnya dalam kehidupan sehari-hari. Pada sesi diskusi ini, ibu-ibu tersebut menceritakan pengalaman mereka tentang pengasuhan yang mereka terapkan pada anak-anak mereka serta pandangan mereka tentang bagaimana pola asuh yang baik menurut ibu-ibu RT 01/RW 04 di Desa Jejalen Jaya tersebut.

PENUTUP

Program Pembelajaran Lapangan pada semester khusus ini sedikit berbeda dengan yang biasanya, karena yang biasanya Program Pembelajaran Lapangan dengan durasi waktu 1 bulan dan berbeda dikarenakan dimasa pandemic Covid-19. Program Pembelajaran Lapangan merupakan tempat bagi mahasiswa untuk belajar hidup dan mengabdikan di masyarakat. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan mahasiswa dapat berperan dan berpartisipasi secara aktif dalam masyarakat, sebab di masyarakat tidak hanya ilmu yang perlu diterapkan tetapi bagaimana cara mahasiswa menyatu dengan lingkungan masyarakat. Pelaksanaan program Program Pembelajaran Lapangan di Desa Jejalen Jaya telah dimulai sejak tanggal 14 November 2022 -10 Januari 2023. Hal ini merupakan serangkaian kegiatan yang saling berhubungan seperti observasi sebelum Program Pembelajaran Lapangan, mengurus administrasi perizinan, persiapan proposal, penyusunan dan uji coba modul, pelaksanaan hingga penyusunan laporan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Brooks. (2011). *The process of parenting*. McGraw-Hill.
- Fitriyana, R., Fahrudin, A., & Ayu, D. (2022). Tantangan Pengasuhan Anak Di Era Digital Pasca Pandemi COVID-19. *Jurnal Sudut Pandang*, 2(12), 114–118.
- Santrock, John. W. (2012). *Life-Span Development* (13th Ed.). McGraw-Hill.
- Wahyuningrum, E., Suryanto, & Suminar, D. R. (2020). Parenting in digital era a systematic literature review. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 9(3).

DOKUMENTASI

Meminta perizinan dengan kepala desa dan sekretaris desa



Hari pertama, Pembagian Snack kepada warga desa jejalen jaya



Hari Kedua, Penyuluhan Pentingnya Parenting



Hari Ketiga, Melakukan kegiatan senam bersama warga desa jejalan jaya



Sosialisasi Harga Diri Dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Pada Anak Yayasan

Penulis:

Ditta Febrieta, S.Psi., MA

Muhammad Fariz Adnan

Evi Talia

Ardo Wijaya Putra

Abdul Azis

Araninda Naraswati

Dinda Arafah

Adnan Kasogi

Rizqi Alifiah Hidayat

PENDAHULUAN

Perguruan tinggi memiliki peran penting dalam kemajuan bangsa baik dari segala aspek khususnya pembangunan manusia atau masyarakat. Peran perguruan tinggi dalam pembangunan tidak saja mendidik dan menyiapkan generasi muda, melainkan membangun sumber daya manusia dengan mengkaji dan mengembangkan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni (IPTEKS) sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Di sisi lain, perguruan tinggi juga turut serta berusaha agar IPTEKS yang dihasilkan bisa relevan dengan kebutuhan pembangunan saat ini dan dapat dimanfaatkan sebagaimana semestinya (Fakultas Psikologi, 2022).

Program Program Pembelajaran Lapangan ini berlandaskan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 20 Ayat 2, yaitu “Perguruan tinggi berkewajiban menyelenggarakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat”. Hal ini juga selaras dengan Pasal 24 Ayat 2 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yakni “Perguruan tinggi memiliki otonomi untuk mengelola sendiri lembaga sebagai pusat penyelenggaraan pendidikan tinggi, penelitian ilmiah, dan pengabdian kepada masyarakat” (Aufa, 2022).

Program Program Pembelajaran Lapangan telah menjadi bagian aktivitas dalam dunia pendidikan. Program Pembelajaran Lapangan merupakan kegiatan intrakurikuler yang memadukan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan metode pemberian pengalaman belajar dan bekerja kepada mahasiswa dalam konteks pemberdayaan masyarakat (Aufa, 2022). Program Pembelajaran Lapangan dilakukan sebagai bentuk pendidikan dengan cara memberikan pengalaman belajar untuk hidup di tengah masyarakat di luar kampus, mengidentifikasi potensi, dan menangani masalah, sehingga diharapkan mampu mengembangkan potensi masyarakat dan meramu solusi dari berbagai masalah yang ada di masyarakat. Program Pembelajaran Lapangan sendiri merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa dengan tema khusus yang bersifat Insidental sesuai dengan kebutuhan

masyarakat atau atas permintaan pihak eksternal (ITS, n.d.)

Sasaran bidang Program Pembelajaran Lapangan disesuaikan merujuk pada Profil Lulusan Sarjana Psikologi yaitu sebagai penyuluh, yaitu membuat suatu rancangan prosedur untuk memberikan suatu penjelasan kepada masyarakat tentang materi terkait bidang ilmu psikologi kepada masyarakat. Adanya Program Pembelajaran Lapangan ini diharapkan dapat memperdalam pengertian dan pemahaman mahasiswa tentang permasalahan di masyarakat, terutama yang berkaitan dengan konteks gejala psikologis, selain itu juga memberikan kesempatan menerapkan ilmu pengetahuan yang telah dimiliki untuk menyelesaikan berbagai macam persoalan teknis dan non teknis di lingkungan masyarakat yang sesungguhnya (Fakultas Psikologi, 2022b).

Dalam Program Pembelajaran Lapangan kali ini, fokus kegiatan adalah pada anak jalanan. Menurut Asmawati (Astri, 2014), fenomena anak jalanan telah dianggap sebagai salah satu masalah terbesar di abad ke-21. Anak jalanan terbagi menjadi dua kelompok yaitu anak-anak yang menghabiskan hari di jalan tetapi pulang pada malam hari dan anak-anak yang benar-benar tunawisma serta menderita karena kurangnya dukungan keluarga sehingga menghabiskan hidup mereka di jalan sepanjang hari. Anak jalanan adalah anak yang berusia 5-18 tahun yang lebih banyak menghabiskan waktu di jalan sehingga memiliki pengawasan dan komunikasi serta perlindungan yang kurang dengan keluarga yang menyebabkan mereka rentan terhadap gangguan kesehatan dan psikologi.

Stigma negatif masyarakat terhadap anak jalanan membuat masalah semakin rumit untuk diselesaikan. Di masyarakat, anak jalanan sering dicap sebagai anak yang menyimpang. Mereka diremehkan, dianggap tidak berharga, nakal, dan tidak memiliki masa depan yang jelas. Sepatutnya, orang tua menjadi sosok yang melindungi mereka. Namun, dalam fenomena ini, orang tua mengizinkan dan mendorong anaknya untuk berpartisipasi secara finansial, seperti berjualan, meminta dipinggir jalan, dan lainnya. Fenomena ini membutuhkan perhatian kita semua, baik dari masyarakat maupun dari pemerintah (Rahmawati, 2022).

Anak jalanan ini justru banyak berada di wilayah kota yang cenderung memiliki pertumbuhan fisik kota yang semakin baik. Namun, dampaknya adalah kualitas sumber daya manusia yang kurang berkembang dengan baik. Hal tersebut memungkinkan banyaknya anak jalanan yang tumbuh semakin banyak, salah satunya di kota Bekasi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gunawan (2009), anak jalanan di Kota Bekasi memiliki pekerjaan seperti: pengamen, pedagang asongan, tukang lap kaca mobil, pemulung, ojeg payung, pak ogah/ polisi cepek, tukang semir sepatu, tukang sapu gerbong kereta api, tukang semprot minyak wangi gerbong kereta api, kernet/kenek mobil, pengemis dan gelandangan. Pemerintah Kota Bekasi, dalam hal ini Dinas Sosial Kota Bekasi kurang memahami bahwa program penanganan yang selama ini dilakukan tidak sesuai dengan karakteristik, jati diri serta bakat dan potensi yang dimiliki oleh anak jalanan di Kota Bekasi. Kebijakan berupa program penanganan yang selama ini dilaksanakan oleh berbagai lembaga yang turut dalam penyelesaian masalah anak jalanan, hanya sebagian kecil yang sudah sesuai dan sebagian besar masih belum/tidak tepat guna. Program penanganan yang dilaksanakan oleh berbagai lembaga pun masih mengalami banyak kendala. Dengan demikian kenyataan yang terjadi masih banyaknya anak-anak jalanan yang berkeliaran di wilayah Kota Bekasi baik yang sudah pernah mengikuti program penanganan yang diberikan maupun yang belum sama sekali tersentuh oleh program penanganan.

Salah satu wadah yang dapat memerhatikan kondisi anak jalanan adalah yayasan. Yayasan adalah suatu badan hukum yang terdiri atas kekayaan yang di pisahkan dan diperuntukkan untuk mencapai tujuan tertentu di bidang sosial, keagamaan, dan kemanusiaan, yang tidak mempunyai anggota. Yayasan Cahaya Anak Negeri sebagai salah satu wadah yang menaungi anak-anak jalanan yang berbentuk sanggar. Yayasan Cahaya Anak Negeri berawal dari nama Sanggar Anak Matahari yang di dirikan oleh Andi Suhandi. Yayasan Cahaya Anak Negeri ini berisikan anak-anak jalanan yang berada di wilayah tersebut. Yayasan ini berfokus pada aspek pendidikan, dengan berbagai fenomena di jalanan yang

banyak kegiatan belajar sehingga memotivasi yayasan cahaya anak negeri menjadi wadah untuk anak-anak jalanan dalam aspek pendidikan. Yayasan ini berada di Kampung Pintu Air, Kelurahan Harapan Mulya, Kota Bekasi berupa sanggar kecil yang terletak di belakang stasiun Bekasi sebagai rumah bagi anak-anak jalanan, yatim dan dhuafa yang ingin belajar dan bermain bersama teman.

Di wilayah ini banyak sekali terdapat anak-anak yang kurang terurus dengan baik dikarenakan lingkungan perumahan berada di gang sempit yang berdekatan dengan lokasi rel kereta api stasiun Bekasi. Selain itu, permasalahan yang dihadapi anak jalanan menjadi salah satu masalah yang patut diselesaikan terutama pada ranah pribadi individu, seperti perasaan rendah diri, terabaikan, ataupun nakal. Adanya Yayasan Cahaya Anak Negeri membantu anak jalanan untuk lebih terarah. Berdasarkan latar tersebut, maka Program Pembelajaran Lapangan pada periode ini berfokus pada kondisi psikologis pada anak jalanan agar mereka dapat memahami kondisi dirinya untuk mencapai kesejahteraan psikologis sebagai pribadi yang sehat.

HARGA DIRI DALAM MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA ANAK JALANAN

Keberadaan anak jalanan dilatarbelakangi oleh kemiskinan, gangguan kepribadian dan faktor eksternal. Faktanya, sebagian besar anak jalanan berasal dari keluarga miskin. Ini adalah alasan utama mengapa anak-anak dapat terlibat dalam kegiatan jalanan. Kondisi ini disebabkan kebutuhan yang tidak terpenuhi dalam hidupnya. Paparan anak jalanan terhadap jalanan dan kurangnya pengawasan orang tua membuat mereka rentan terhadap berbagai bentuk kekerasan yang mempengaruhi kesehatan fisik, mental dan keselamatan diri mereka (Astri, 2014)

Salah satu konsep yang dapat diterapkan adalah membangun harga diri pada anak jalanan. Menurut Santrock (Malik, 2019), harga diri adalah evaluasi global seseorang mengenai dirinya tentang potensi yang dimilikinya. Sejauh mana individu percaya pada dirinya bahwa dia mampu sukses dan layak. Harga diri dapat diartikan sebagai nilai dan kepentingan diri sendiri dan memiliki karakter untuk bertanggung jawab atas diri sendiri dan bertindak

dengan bertanggung jawab terhadap orang lain dan diri sendiri. Mereka yang dinilai tidak memiliki harga diri merupakan tipe orang yang disisihkan dalam pergaulan. Itulah kenapa menghargai diri sendiri menjadi salah satu cara agar individu dapat diterima lingkungan.

Menurut Dariuszky (2004) harga diri terbagi menjadi 2 (dua), yaitu harga diri tinggi dan harga diri rendah yang mempunyai ciri masing-masing. Individu yang memiliki harga diri tinggi pada umumnya tidak terlalu khawatir akan keselamatan hidupnya dan lebih berani menghadapi risiko; bersedia mempertanggungjawabkan kegagalan maupun kesalahannya; mempunyai harapan-harapan yang positif dan realistis atas ikhtiarnya maupun hasil ikhtiarnya; menemukan bukti atau alasan yang kuat untuk menghargai diri mereka atas keberhasilan yang mereka raih; memandang dirinya sama dan sederajat dengan orang lain; cenderung melakukan aktivitas-aktivitas yang bertujuan memperbaiki atau menyempurnakan dirinya; relatif puas serta berbahagia dengan keadaan hidupnya dan kemampuannya cukup bagus dalam hal menyesuaikan diri; dan cenderung memiliki perasaan-perasaan yang positif.

Selain itu, individu dengan harga diri rendah biasanya memiliki ciri seperti sering sulit menemukan hal-hal yang positif dalam tindakan yang mereka lakukan; cenderung cemas mengenai hidupnya dan cenderung kurang berani mengambil risiko; cenderung kurang menghargai keberhasilan yang mereka raih; terlalu peduli akan tanggung jawabnya atas kegagalan yang mereka perbuat dan sering mencari-cari dalih untuk membuktikan bahwa mereka telah bertindak buruk; merasa rendah diri ketika berhadapan dan realistis atas ikhtiarnya maupun hasil ikhtiar dengan orang lain; melindungi diri mereka dari kegagalan atau kekecewaan; kurang puas dan kurang berbahagia dengan hidupnya dan kurang mampu menyesuaikan diri; serta pikiran mereka cenderung mudah terserang perasaan depresi, putus asa, dan niat bunuh diri.

Harga diri yang dicapai oleh anak jalanan yang utama adalah berasal dari keberhasilan mereka dalam menerima pendidikan. Dengan adanya pendidikan tersebut maka diharapkan mampu meningkatkan harga dirinya sehingga mereka mampu berperilaku baik sesuai norma-norma yang ada dalam masyarakat serta dapat memanfaatkan pendidikan salah satunya melalui pelatihan keterampilan. penelitian ini menunjukkan bahwa anak jalanan yang mendapatkan keterampilan mempunyai harga diri yang tinggi (55%) 33 anak, dengan kemandirian dan tanggung jawab 61,67%, prestasi 58,33%, mendekati tantangan baru 53,33%, mentolerir frustrasi 50%, dan mampu mempengaruhi orang lain 56,67%. (Lestari, 2006).

Pentingnya memahami harga diri pada individu tampak menjadi hal yang penting. Dengan memahami harga diri yang dimiliki, maka anak jalanan memiliki pandangan apakah mereka memiliki harga diri yang rendah atau tinggi. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan sosialisasi terkait harga diri serta membirakan self-assessment untuk mengetahui harga diri yang mereka rasakan. Dengan mengetahui harga diri yang mereka rasakan, maka akan membantu anak jalanan untuk memperoleh kesejahteraan psikologis.

PELAKSANAAN

PELAKSANAAN

Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan dilaksanakan di Mara Mulya, Kota Bekasi, khususnya pada Yayasan Cahaya Anak Negeri sebagai lokasi berkumpulnya anak jalanan di wilayah tersebut yang dilaksanakan pada 06 Desember 2022 - 11 Januari 2023. Pada minggu pertama Program Pembelajaran Lapangan, dilakukan observasi lokasi dan wawancara pengurus, dilakukan di Yayasan Cahaya Anak Negeri, Prayoko, untuk membahas serangkaian acara atau kegiatan yang akan dilakukan, serta mendata anak yang akan mengikuti kegiatan selama Program Pembelajaran Lapangan berlangsung. Berdasarkan hasil observasi, maka ditentukan, remaja anak jalanan yang menjadi subjek dalam Program Pembelajaran Lapangan.



Gambar 1. Pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan

Pada minggu kedua hari selasa 13 Desember 2022 dilakukan kegiatan *self-assessment*. *Self-assessment* atau penilaian diri merupakan suatu teknik penilaian dengan cara meminta responden untuk mengisi beberapa pertanyaan terkait kondisi psikis maupun fisik secara personal. Metode ini dilakukan untuk pengenalan diri dan umpan balik. Pada kegiatan *self-assessment*, menggunakan metode *Pre test* dan *Post test*. *Pre-test* dilakukan sebagai kegiatan untuk menguji tingkatan pengetahuan peserta terhadap materi sosialisasi yang akan disampaikan, sedangkan *Post-test* dilakukan untuk mengetahui efektivitas kegiatan yang dilakukan.

Kegiatan pre test diikuti oleh 14 anak-anak yayasan yang pelaksanaannya dilakukan sebelum kegiatan sosialisasi diberikan dengan menjawab beberapa pertanyaan tertulis. Tes yang dilakukan pada Program Pembelajaran Lapangan adalah tes harga diri dan tes psikososial. Test ini diperoleh secara instan melalui media *Denpasar Mental Health Centre*. Tes kepercayaan diri atau *self-esteem* menggunakan *Rosenborg Self-Esteem Scale* (RSES) sebagai instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat rasa percaya diri (*self-esteem*) pada seseorang. Kuisisioner terdiri dari 10 pertanyaan

yang memerlukan waktu sekitar 5-10 menit untuk menjawabnya. Instrument ini mampu mengukur *personality* seseorang kedepannya. Skor yang tinggi mengindikasikan harga diri yang tinggi sehingga cenderung akan memberikan dampak positif pada hidup, sedangkan hasil yang rendah mengindikasikan *self-esteem* yang rendah sehingga cenderung memberikan dampak negatif dalam hidupnya (DMHC, 2023).

Berdasarkan hasil tes harga diri ditemukan bahwa hasil pre-test percaya diri (*self-esteem*) pada 14 remaja mendapatkan hasil rata-rata atau berada dikategori normal. Hal ini mengindikasikan bahwa anak jalanan dalam wadah Yayasan Cahaya Anak Negri dapat menjaga *self-esteem* untuk mampu bersosialisasi dan bersaing dilingkungan sehari-hari. Dengan kata lain, mereka memiliki harga diri yang baik, sehingga cenderung akan menjadi lebih atraktif, dan memiliki hubungan sosial yang lebih baik.

Tes kedua, menggunakan tes psikososial menggunakan *Pediatric Symptom Checklist (PSC) 17* sebagai salah satu alat ukur yang sering digunakan untuk anak usia 15 tahun ke atas. Instrument ini digunakan untuk mengukur secara singkat adanya masalah psikososial yang terjadi pada anak. Diharapkan dengan PSC-17 ini dapat dilakukan skrining secara rutin minimal setahun sekali untuk dapat menyaring adanya masalah mental dan emosional pada anak (DMHC, 2023). Berdasarkan hasil tes psikososial, ditemukan 12 anak mendapatkan skor rata-rata berada dikategori normal, 2 anak berada dikategori kemungkinan anak mengalami gangguan mental emosional. Hal tersebut mengindikasikan bahwa masih ada anak jalanan yang berada dalam naungan Yayasan Cahaya Anak Negri yang memiliki masalah psikososial. Masalah tersebut, jika tidak diberikan tindakan secara intensif akan menimbulkan masalah seperti merasa sedih, putus asa, rendah diri, murung dan cemas; dan juga dapat mengalami masalah seperti gelisah, melamun, sulit konsentrasi, bertindak tanpa berpikir, dan mudah teralihkan.

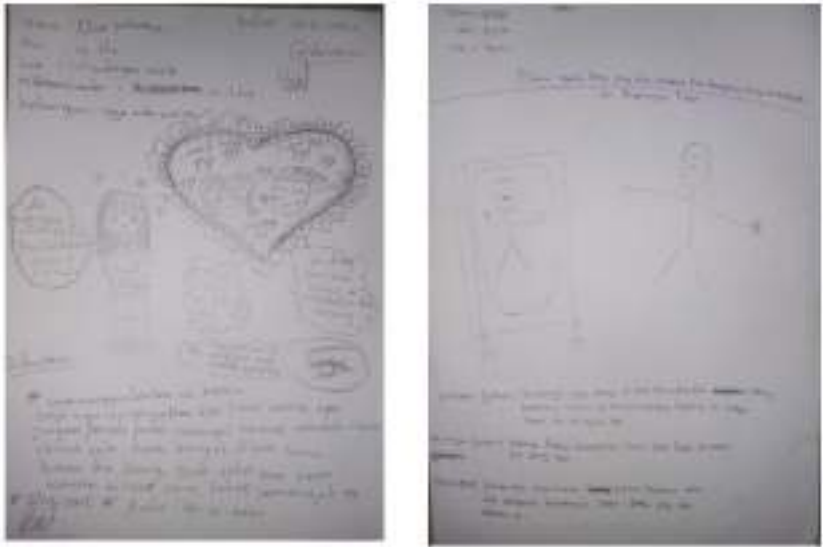
Pada Minggu kedua, Program Pembelajaran Lapangan berfokus pada sosialisai harga diri dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. Kegiatan Sosialisasi dilakukan dengan menggunakan poster materi yang sudah kami dipersiapkan

sebelumnya. Materi sosialisasi berkaitan dengan materi harga diri yang meliputi pengertian, ciri-ciri harga diri tinggi dan harga diri rendah, pentingnya harga diri, dan cara meningkatkan harga diri. Kegiatan sosialisasi penyampaian materi sesi kedua mengenai dampak harga diri rendah, serta kaitan antara harga diri dengan *psychological well-being* dan melakukan sesi tanya jawab.



Gambar 2. Poster Sosialisasi

Pada minggu ini, kegiatan *Post test* juga dilakukan sebagai bahan evaluasi anak-anak Yayasan. Dari pengisian *post test* dapat disimpulkan terdapat 13 anak yang telah mengikuti kegiatan serta mendapatkan hasil skor yang mengalami kenaikan dan penurunan. Artinya, terdapat 6 anak yang mengalami kenaikan skor terdapat pula 6 anak yang mengalami penurunan skor setelah dilakukannya *post test* tersebut. Hal tersebut mengindikasikan bahwa untuk sebagian anak, sosialisasi ini menjadi salah satu hal penting untuk diterapkan karena secara signifikan mampu meningkatkan skor harga diri. Pada sesi ini juga dilakukan *games* menggambar yang memberikan konsep bahwa gambar tersebut mencerminkan diri mereka. Mereka diminta untuk menggambar bebas dalam bentuk apapun yang mencerminkan diri mereka dan diberikan penjelasan atau keterangan pada gambar tersebut.



Gambar 3. Kegiatan Menggambar Bebas

Pada minggu ketiga, adalah minggu terakhir dari rangkaian kegiatan Program Pembelajaran Lapangan. Pada kegiatan di minggu ini dilakukan sesi penutupan Program Pembelajaran Lapangan di Yayasan Cahaya Anak Negeri dengan acara makan bersama dan melakukan sesi dokumentasi.

PENUTUP

Pada Program Pembelajaran Lapangan berfokus dalam memberikan penyuluhan mengenai harga diri yang dapat mensejahterahkan psikologis anak-anak yayasan cahaya anak negeri. Kegiatan ini dilakukan dengan santai agar anak-anak yayasan cahaya anak negeri tidak tertekan pada saat melakukan penyuluhan.

Terdapat respon yang positif dari pihak yayasan cahaya anak negeri dan masyarakat sekitar juga membuat kelompok merasa nyaman melakukan kegiatan di yayasan cahaya anak negeri tersebut. Adapun tersediannya sarana dan prasarana yang tersedia cukup membantu kelompok dalam melaksanakan kegiatan KKN

Tematik ini.

Dengan adanya Program Pembelajaran Lapangan ini diharapkan anak-anak yang memperoleh skor rendah dapat meningkatkan harga diri mereka, sehingga kesejahteraan sosial nya dapat lebih baik dari sebelumnya dan memiliki persesi positif terhadap program pemberdayaan terhadap yayasan di cahaya anak negeri. Di sisi lain, besar harapan kami, semoga yayasan tersebut mempertahankan semangat mereka sehingga dapat memotivasi kita semua untuk selalu berusaha dalam menggapai impian.

Untuk kegiatan berikutnya pada lokasi Yayasan Cahaya Anak Negeri perlu memerhatikan Visi dan Misi Yayasan Cahaya Anak Negeri. Misi Yayasan Cahaya Anak Negeri berkaitan dengan pembinaan karakter (*character building*), pengajaran berjenjang (MLM kebaikan), pengembangan bakat dan minat (*interest & talent development*), pendidikan formal berkelanjutan (*continuous formal education*), pelatihan keahlian (*skill training*), integrasi sosial (*social integration*), keluarga sakinah ma waddah wa rahmah (*peaceful and loving family*), dan peningkatan kesempatan (*enhancement of opportunities*).

DAFTAR PUSTAKA

- Astri, H. (2014). Kehidupan Anak Jalanan Di Indonesia: Faktor Penyebab, Tatanan Hidup Dan Kerentanan Berperilaku Menyimpang. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 5(2), 145-155.
- Aufa, R. (2022, June). Memahami Pengertian KKN beserta Aspek dan 8 Tujuannya. *Detikedu*.
<https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6140918/memahami-pengertian-kkn-beserta-aspek-dan-8-tujuannya>
- Dariuszky, G. (2004). *Membangun Harga Diri*. Pionir Jaya.
- DMHC. (2023). *Skrining Kesehatan Mental Online*.
<https://www.denpasarmentalhealthcentre.my.id/index.php>
- Fakultas Psikologi. (2022a). *Buku Pedoman KKNM*.
- Fakultas Psikologi. (2022b). *Panduan PROGRAM PEMBELAJARAN LAPANGAN Fakultas Psikologi UBJ*.
- Gunawan, P. M. K. (2009). *Anak jalanan (anjak) di Kota Bekasi : Karakteristik dan kebijakan*. Universitas Gadjah Mada.
- ITS. (n.d.). *Kuliah Kerja Nyata*.
<https://www.its.ac.id/drpm/id/program-kegiatan/pengabdian-masyarakat/kuliah-kerja-nyata/>
- Lestari, R. P. D. (2006). *HARGA DIRI ANAK JALANAN YANG MENDAPATKANKETERAMPILAN*. Universitas Muhammadiyah Malang.
chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://eprints.umm.ac.id/12242/1/HARGA_DIRI_ANAK_JALANA_N_YANG_MENDAPATKANKETERAMPILAN.pdf
- Malik, F. U. (2019). *Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri Remaja Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area* (pp. 1-88). Universitas Medan Area.
- Rahmawati, Y. (2022, December 17). Fenomena Anak Jalanan dan Problematika yang Dihadapi. *Kompasiana.Com*.
<https://www.kompasiana.com/yuliarahmawati4557/639de>

8b508a8b543c856b552/fenomena-anak-jalanan-dan-problematika-yang-dihadapi

Pola Asuh Terhadap Anak Kecanduan *Gadget*

Penulis:

Budi Sarasati, S.KM., M.Si
Assalafi Dhiyaal Ul'haq
Vinda Aisyah Shintiarafy
Novita Dwi Yanti
Nadia Nurmaularni
Kevin SulTony Ibrahim
Febriyanti Valentina Sitohang
Irma Nur Basit
Dhiyaana Syamaa' Nahdah

PENDAHULUAN

Program Pembelajaran Lapangan merupakan salah satu matakuliah wajib di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. sebagai wadah pengalaman guna pengaplikasian teori maupun praktik dalam perkuliahan yang akan membentuk kemampuan mahasiswa untuk memahami dan menganalisis fenomena maupun perkembangan terbaru di masyarakat. Kuliah Kerja Nyata Tematik yang bertujuan untuk menumbuhkan kembangkan jiwa empati dan kepeduliannya atas permasalahan-permasalahan yang terjadi di masyarakat, mencerdaskan kehidupan bangsa, dan mewujudkan kesejahteraan masyarakat. Untuk konsepnya sendiri, Kuliah Kerja Nyata Tematik ini berfokus pada Memelihara dan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga.

Pada pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini, kami memilih dan melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan di Vila Mutiara Gading 3 RW 019, Kelurahan Kebalen, Kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kami, warga yang tinggal di daerah tersebut mayoritas mata pencahariannya adalah karyawan dan wiraswasta, di sisi lain terdapat *single parent* yang bekerja sebagai buruh, Sehingga kurangnya waktu kebersamaan para orang tua dengan anak yang akhirnya mengalami permasalahan kurangnya pengetahuan mengenai pola asuh pada anak yang mengalami kecanduan gadget.

Di era pandemi covid-19 anak dituntut untuk menggunakan teknologi lebih intens dari sebelumnya sehingga banyak anak yang menyalahgunakan gadget secara berlebihan sehingga timbul kecanduan gadget akibat kurangnya pola asuh yang baik dari orangtua. Menurut Zulfitria (2017) Pola asuh orang tua dalam menggunakan smartphone sangat penting. Orang tua harus memberikan pengetahuan mengenai penggunaan smartphone terutama mengenai batasan waktu penggunaannya. Pola perilaku ini dirasakan oleh anak, dari segi negatif maupun positif. Pola asuh memiliki dampak besar terhadap perkembangan anak, ketika orang tua menerapkan pola asuh yang salah atau kurang baik maka akan menimbulkan ketidaksejahteraan pada anak.

Sebagai orang tua haruslah berhati-hati dalam mengasuh anaknya, karena kekeliruan dalam pola asuh maka akan berpengaruh buruk terhadap perilaku anak. Pola asuh umumnya sangat mempengaruhi kepribadian anak. Pola asuh orang tua adalah keseluruhan interaksi orang tua dengan anak, di mana orang tua menstimulasi anaknya dengan mengubah sikap, perilaku, memberikan perhatian, peraturan, kedisiplinan, reward dan funismant, pengetahuan dan tanggapan terhadap keinginan anaknya, serta nilai-nilai yang dianggap tepat oleh orang tua, agar anak dapat mandiri, tumbuh dan berkembang secara sehat dan optimal. Ada beberapa pola asuh yang diterapkan orang tua diantaranya pola asuh otoriter, pola asuh permisif, dan pola asuh demokratis Baumrind dalam (S. dan K. A. Widayani, 2020)

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, terlihat permasalahan yang perlu segera dipecahkan dan diselesaikan guna meningkatkan dan memperbaiki hal tersebut. Secara khusus pada daerah tersebut, maka perlu diadakan beberapa program yang mampu untuk memelihara dan meningkatkan kesejahteraan psikologis di daerah Vila Mutiara Gading 3 RW 019, Kelurahan Kebalen, Kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi.

KONSEP UTAMA

POLA ASUH

DEFINISI POLA ASUH

Definisi pola asuh berasal dari dua kata yaitu pertama, kata "pola" dan kedua kata "asuh". Dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia dijelaskan bahwa kata pola memiliki arti sebagai berikut: 1) Sistem; cara kerja; 2) Bentuk atau struktur yang tetap; 3) Kombinasi sifat kecenderungan membentuk karangan yang taat asas dan bersifat khas.2 Sedangkan kata asuh memiliki arti sebagai berikut: 1) Menjaga (merawat dan mendidik) anak kecil; 2) Membimbing (mem-bantu, melatih dan sebagainya) supaya dapat berdiri sendiri. Pola asuh dapat diartikan sebagai sistem, cara kerja atau bentuk dalam upaya menjaga, merawat, mendidik dan membimbing anak kecil supaya dapat berdiri sendiri. Selain itu,

pola asuh orang tua dapat diartikan sebagai interaksi antara anak dan orang tua selama mengadakan kegiatan peng-asuhan.

Menurut (Fitriani, 2015) Pola asuh merupakan aktivitas keseharian yang dilakukan orang tua terhadap anaknya dengan mendampingi anak, memberikan pendidikan awal, memberikan kontrol, mendisiplinkan dan memberikan perlindungan sampai terbentuk perilaku sesuai dengan aturan-aturan dan norma dalam kehidupan bermasyarakat. Sedangkan , Menurut Nasrun (2016), Pola asuh adalah interaksi yang dilakukan antara orangtua dan anak yang meliputi pemenuhan kebutuhan fisik dan kebutuhan psikologis. Lalu menurut Aslan (2019) pola asuh orangtua artinya tidak terlepas dari pengawasan orangtua terhadap anakny dari mulai tingkah laku anak, maka akan diawasi, dibimbing oleh orangtua dan dari anak lahir, sampai sudah menikah, walaupun orangtua sebenarnya sudah selesai tanggung jawabnya, tetapi kasih orangtua tidak akan habis kepada anaknya.

MACAM-MACAM POLA ASUH ORANG TUA

Macam-macam pola asuh menurut teori Baumrind dalam (Yustina & Setyowati, 2021) yaitu :

1. Pola Asuh Otoriter

Pada pola pengasuhan otoriter perilaku orang tua memiliki sikap penerimaan pendapat yang rendah, namun memiliki kontrol tinggi. Orang tua cenderung suka menghukum secara fisik saat anak melakukan kesalahan. Orang tua bersikap memerintahkan anak untuk melakukan sesuatu tanpa adanya kesepakatan bersama anak. Orang tua bersikap keras terhadap aturan. Cenderung emosi dan menolak pendapat anak, hal ini menyebabkan tingkah laku anak menjadi pribadi yang selalu patuh namun menjadikan anak mudah tersinggung, murung dan penakut. Anak juga akan mudah terpengaruh, tidak mempunyai jati diri yang jelas dan mudah bermusuhan.

2. Pola Asuh Demokratif

Pada pola asuh demokratif orang tua dengan memiliki sikap menerima pendapat tinggi dan memiliki sikap mengontrol setiap aktivitas anak. Orang tua dapat menanggapi setiap

keperluan anak serta mendorong anak mengungkapkan pendapat atau pertanyaan. Dalam pola pengasuhan ini orang tua menjelaskan kepada anak perbuatan dan dampaknya bagi anak. Pola asuh ini membuat anak bersikap ramah terhadap sesama, kukuh dalam pendirian, mampu mengendalikan diri, bersikap santun, dapat menolong sesama, memiliki rasa keingintahuan yang tinggi, memiliki jati diri yang jelas dan semangat untuk selalu berprestasi.

3. Pola Asuh Permissif

Pada pola asuh permisif perilaku orang tua memiliki sikap menerima pendapat tinggi, tetapi memiliki kontrol rendah. Memberi kebebasan anak untuk berekspresi jika memiliki keinginan. Menyebabkan anak menjadi impulsif dan agresif, pemberontak, kurang percaya diri, kurang mampu mengendalikan diri dan anak mudah memerintah.

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI POLA ASUH ORANG TUA

Faktor-faktor yang dapat memberikan pengaruh pada pola asuh orang tua ketika mendidik anak yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi lingkungan sosial, masyarakat dan lingkungan tempat bekerja, sedangkan faktor internal adalah pola asuh yang didapatkan dahulu. Menurut Maccoby & Mcloby (dalam Sari, 2018) aspek yang dapat memberikan pengaruh pada pola asuh yaitu :

A. Lingkungan tempat tinggal keluarga.

Saat sebuah keluarga hidup di lingkungan dengan otoritas kependudukan yang rendah dan tingkat kesopanan yang rendah, maka anak juga rentan.

B. Model parenting yang diperoleh.

Model pengasuhan yang didapat dari orang tua biasanya diturunkan kepada anaknya karena melihat keberhasilan dari pola pengasuhan tersebut.

C. Orang tua yang lingkungan kerjanya sibuk

Pekerjaan memiliki kecenderungan memberikan pekerjaan mengasuh anak kepada orang terdekatnya atau memberikan pengasuh anak.

D. Ekonomi

Orang tua dengan perekonomian menengah lebih hangat dibandingkan orang tua yang perekonomian rendah. Karena orang tua dari kelas ekonomi bawah untuk menunjukkan kekuatan mereka, maka sering menghukum anak.

E. Pendidikan

Latar belakang pendidikan orang tua memberikan pengetahuan dalam perkembangan anak. Orang tua yang telah mendapatkan pendidikan yang tinggi, dan mengikuti kursus dalam mengasuh anak lebih menggunakan teknik pengasuhan demokratis dibandingkan dengan orang tua yang tidak mendapatkan pendidikan dan pelatihan dalam mengasuh anak.

F. Nilai agama yang dianut oleh orang tua

Di negara barat kedudukan anak sama dengan kedudukan orang tua, sedangkan di negara timur menghargai anak yang patuh kepada orang tua.

G. Kepribadian

Kepribadian yang dimiliki orang tua pada misalnya kepribadian orang tua yang tertutup cenderung menerapkan otoriter.

RELASI ORANG TUA DENGAN ANAK

Ketika anak-anak menuju masa kanak-kanak pertengahan dan akhir, orang tua semakin sedikit menghabiskan waktu bersama mereka. Dalam sebuah penelitian, orang tua hanya meluangkan kurang dari setengah waktu mereka dibandingkan dengan ketika anak-anak itu berusia 5 hingga 12 tahun. Waktu tersebut termasuk untuk mengasuh, memberi instruksi, membaca, berkomunikasi, dan bermain.

Di masa kanak-kanak pertengahan dan akhir, beberapa kendali dapat ditransfer dari orang tua ke anak. Proses ini berlangsung secara bertahap, dan menghasilkan ko-regulasi, alih-alih kendali hanya dari anak atau orang tua saja. Orang tua masih meneruskan pengawasan umum, sementara anak-anak dibiarkan untuk melakukan regulasi-diri sesaat. Perubahan besar menuju otonomi tidak terjadi sebelum anak inencapai usia 12 tahun atau

sesudahnya. Tugas perkembangan utama ketika anak-anak bergerak menuju otonomi adalah belajar berelasi pada orang dewasa di luar keluarga secara regular - orang dewasa yang berinteraksi dengan anak-anak, dengan cara yang berbeda dari orang tua, misalnya guru (Santrock, 2012).

Selain itu menurut Park & Buriel (dalam Santrock, 2012) orang tua berperan sebagai *manager*, dimana kesempatan-kesempatan yang dimiliki anak-anak, seperti mengawasi perilaku mereka. dan juga sebagai inisiator sosial serta pengarah Ibu cenderung lebih berperan sebagai manajer dalam pengasuhan daripada ayah.

Peneliti telah menemukan bahwa praktik manajemen keluarga secara positif terkait dengan nilai-nilai siswa dan tanggung jawab-diri, dan terkait secara negatif terhadap masalah yang terkait sekolah. Di antara praktik manajemen keluarga yang paling penting dalam hal ini adalah mempertahankan struktur dan organisasi lingkungan keluarga, seperti menciptakan rutinitas mengerjakan pekerjaan rumah, tugas, waktu tidur, dan sebagainya, serta mengawasi perilaku anak secara efektif. Penelitian terbaru terhadap fungsi keluarga dalam prestasi akademis siswa Afrika-Amerika menemukan bahwa ketika orang tua mengawasi prestasi akademis anak-anaknya dengan cara memperhatikan pekerjaan rumah, membatasi waktu untuk kegiatan nonproduktif (seperti bermain games dan menonton TV), serta berdialog secara konsisten dan positif dengan guru sekolah, prestasi akademis anak mereka meningkat (Santrock, 2012).

KECANDUAN GADGET

DEFINISI KECANDUAN GADGET

Mengacu pada DSM IV, Caplan (dalam Widayani, 2020) mengemukakan kriteria kecanduan *gadget* yaitu saliance (ciri khas) yaitu ketidakmampuan pecandu untuk melepaskan diri dari *gadget*, modifikasi *mood* yaitu menggunakan *gadget* sebagai cara untuk lari dari perasaannya yang meresahkan, toleransi yaitu mengembangkan toleransi untuk mencapai kepuasan, mengalami *withdrawal* yaitu perasaan tidak menyenangkan yang terjadi ketika

pemakaian *gadget* dikurangi atau dihentikan, mengalami peningkatan konflik dengan orang lain akibat kegiatan itu dan adanya kecenderungan berulangnya kembali pola penggunaan *gadget* setelah adanya kontrol.

Di sisi lain Kecanduan *gadget* menurut Young & Rodgers (dalam Alrasheed & Melani Aprianti, 2011) dapat diartikan sebagai kelekatan yang kompleks dan berbahaya, yang mana individu tersebut secara terus menerus melakukannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kecanduan *gadget* adalah suatu kelekatan yang kompleks pada penggunaan *gadget*, yang menyebabkan ketegantungan individu tersebut yang dapat merugikan kondisi tubuhnya. Young dan Rodgers mengungkapkan bahwa aspek kecanduan *gadget* terdiri dari:

1. Terlalu memikirkan *gadget*
2. Terobsesi mencapai kepuasan dengan melalui *gadget*
3. Tidak dapat mengontrol diri
4. Cemas apabila tidak menggunakan *gadget*
5. Tidak mengenal waktu dalam menggunakan *gadget*

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan *gadget* pada anak adalah pola asuh orang tua. Pola asuh adalah cara-cara yang khas yang orang tua pikirkan, rasakan, dan lakukan dalam hal membesarkan anak. Pola asuh orang tua akan dipersepsi oleh anak. Orang tua harus berhati-hati dalam mengasuh anaknya, karena kekeliruan dalam pola asuh maka akan berpengaruh buruk terhadap perilaku anak. Pola asuh demokratis mampu menumbuhkan rasa tanggung jawab pada anak termasuk tanggung jawab dalam penggunaan *gadget* (S. Widayani, 2020).

PENGALIHAN KECANDUAN GADGET

Beberapa cara untuk mengalihkan kecanduan *gadget*, menurut Sari (2019) salah satunya dapat dilakukan peningkatan minat baca pada anak. Minat baca merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi kemampuan membaca seseorang. Dengan membaca seseorang dapat menambah informasi dan

memperluas ilmu pengetahuan serta kebudayaan. Tanpa adanya minat, seseorang tidak akan tertarik untuk membaca.

UNESCO tahun 2011 merilis hasil survei budaya membaca terhadap penduduk di negara-negara ASEAN. Budaya membaca di Indonesia berada pada peringkat paling rendah dengan nilai 0,001. Artinya, dari sekitar seribu penduduk Indonesia, hanya satu yang memiliki budaya membaca tinggi. Indonesia mengalami loncatan budaya dari budaya tutur ke budaya menonton, tanpa melalui budaya baca terlebih dulu. Rendahnya minat baca disebabkan oleh beberapa hal diantaranya mahalnya harga buku dan terbatasnya fasilitas perpustakaan yang menyebabkan membaca tidak lagi sebagai sarana pembelajaran dan hiburan bagi masyarakat Indonesia. Rendahnya minat membaca masyarakat, erat hubungannya dengan tingkat pendidikan di negara tersebut (Triatma, 2016).

Di sisi lain menurut British Heart Foundation (BHF) dalam Asian Parent Indonesian menyebutkan adanya cara bijak untuk mengatasi kecanduan gadget pada anak, yaitu:

1. Membatasi Penggunaan yang dimana sesuai dengan rekomendasi kelompok anak, ada 3 kelompok dalam pedoman *screen time* yang di terbitkan oleh *The American Academy of Pediatrics*: (1) Anak pada usia dibawah 3 tahun tidak diperbolehkan bermain gadget, (2) Anak pada usia 3 hingga 4 tahun hanya diberikan izin bermain gadget selama 60 menit dalam sehari, (3) Anak pada usia 5 tahun keatas hanya diberikan izin bermain gadget selama 120 menit dalam sehari.
2. Beri jadwal bermain gadget pada anak dan siapkan alternatif kegiatan supaya anak teralihkannya dari gadget seperti membuat music dari botol, membuat bingkai foto, membuat permainan *puppeting* hewan, dan lainnya.
3. Lakukanlah pengawasan pada anak saat anak menggunakan gadget. Ajarkanlah anak untuk meminta izin terlebih dahulu sebelum menggunakan gadget, dan ambil Kembali sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan.

4. Menetapkan wilayah bebas gadget dimana tidak boleh menggunakan gadget pada meja makan, kamar tidur, mobil, kamar mandi, dan tempat lainnya.
5. Ajarkan anak tentang menahan diri untuk tidak bermain gadget dan juga berikanlah reward kepada mereka ketika mereka telah mengikuti aturan yang telah disepakati.

PELAKSANAAN

METODE PELAKSANAAN

Dalam pelaksanaan Program Pembelajaran Lapangan ini dilaksanakan di Vila Mutiara Gading 3 RW 019, Kelurahan Kebalen, Kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi. Menggunakan 3 metode yaitu dengan melalui metode observasi, wawancara dan penyuluhan.

OBSERVASI

Setelah melakukan survey lokasi, kami mencari permasalahan yang sering dialami dalam lingkungan sekitar. Melalui kegiatan observasi ini kami dapat memahami fenomena yang terjadi dilapangan sehingga mendapatkan informasi-informasi yang dibutuhkan untuk melanjutkan suatu penelitian.

WAWANCARA

Pelaksanaan wawancara yang kami lakukan pertama dengan ketua RW menggunakan wawancara informal, dimana dalam pelaksanaan wawancara penulis akan menanyakan beberapa pertanyaan yang secara acak. Wawancara ini sendiri berlangsung selama \pm 60 menit. Lalu yang kedua wawancara dilakukan kepada peserta yang bertujuan untuk mengetahui pola asuh seperti apa yang digunakan sehari-hari. Dalam metode wawancara ini kami melakukan *pre-test* dan *post-test*.

1. *Pre-test* bertujuan untuk mengetahui kemampuan awal para peserta terkait materi yang disampaikan.
2. *Post-test* bertujuan untuk mengetahui keberhasilan proses akhir penyampaian materi atau kegiatan evaluasi.

PENYULUHAN

Pada Program Pembelajaran Lapangan ini, kelompok melakukan penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan *Powerpoint*. Bertujuan untuk mengedukasi warga Vila Mutiara Gading 3 RW 019 mengenai Pola asuh terhadap anak kecanduan gadget.

JADWAL KEGIATAN

Tabel 3. 1 Program Pembelajaran Lapangan

NO	Kegiatan	Minggu Ke -				
		1	2	3	4	5
1	Psikoedukasi 1 (Pola Asuh)					
2.	Psikoedukasi 1 (Kecanduan Gadget Pada Anak)					
3.	Evaluasi					
4.	Sesi Games					
5.	Evaluasi					
6.	Penyerahan Benner & plakat ke ketua RW					

Program Pembelajaran Lapangan yang dilakukan mulai dari survei hingga pelaksanaan kegiatan di Vila Mutiara Gading 3 RW 019 pada 19 November 2022 sampai dengan 17 Desember 2022. Kegiatan pelaksanaan ini berlangsung selama kurang lebih 7 minggu, sasaran dari program Program Pembelajaran Lapangan ini sendiri merupakan Ibu - Ibu Posyandu dan Ibu - Ibu PKK.

Minggu pertama

Penulis melakukan survei tempat yang pertama dituju terlebih dahulu selama 3 hari yaitu di desa kramat. Penulis juga mengobservasi mulai dari jalanan yang diakses, masyarakat desa setempat, dan tempat atau aula yang akan digunakan untuk memberikan penyuluhan. Setelah itu, penulis juga melihat apakah warga di desa ini setuju untuk dilaksanakannya program Program

Pembelajaran Lapangan ataupun tidak.

Minggu kedua

Penulis melakukan survei lokasi ke desa selanjutnya yaitu di vila Mutiara gading 3. Penulis mengobservasi kembali terkait dengan akses jalanan yang akan di lalui, masyarakat sekitar, dan juga temoat atau aula yang akan digunakan. Berdasarkan hasil observasi tersebut untuk sasaran dan tujuan yang akan kami inginkan bisa terlaksana karna terdapat ibu – ibu posyandu dan juga ibu – ibu pkk yang siap membantu penulis. Untuk tempat atau aula yang ingin digunakanpun cukup memadai yakni menggunakan kesekretariatan RW dan juga Lapangan RW.

Minggu ketiga

Penulis mulai mengerjakan dan memberikan modul pelaksanaan kegiatan dan juga proposal kepada ketua RW setempat. Didalam modul dan proposal ini terdapat susunan acara kegiatan yang akan dilaksanakan oleh penulis. Lalu, terdapat juga struktural yang nantinya sebagai bahan pertimbangan ketua rw jika pada saat pelaksanaan terjadi urgensi yang merugikan, maka ketua rw dapat menghubungi salah satu yang ada pada struktural tersebut.

Minggu keempat

Penulis melaksanakan kegiatan dengan melakukan penyuluhan di kesekretariatan rw 019 dengan audien yakni 25 ibu – ibu PKK dan Posyandu, serta dihadiri oleh ketua RW 019. Dalam penyuluhan ini, penulis memaparkan materi yang bertajuk “Pola Asuh Terhadap anak Kecanduan *Gadget*”. Isi pada materi ini dimana terdapat jenis – jenis pola asuh, alas an anak ketergantungan gadget, cara pengalihan gadget pada anak, dan lainnya. Setelah dilaksanakan penyuluhan, maka diadakannya tanya jawab terhadap audiens dimana salah satu audiens berinisial A.I bertanya mengenai cara untuk membujuk anak yang jika dilarang atau diambil gadgetnya mengakibatkan anak nangis dan tidak bisa diam. Kemudian, audiens berinisial A.R pun bercerita bahwa ia memiliki pola asuh yang membuat anak lupa dengan gadget dan menghabiskan waktu bersama keluarga tanpa gadget. Lalu, audiens yang berinisial W.L berkata bahwa anaknya tidak akan mau makan

jika tidak menggunakan gadget, bahkan lebih banyak pemakaian gadget dari pada mengumpul bersama keluarga.

Setelah itu, dilakukanlah pemberian *post-test* pada orang tua mengenai seberapa paham dalam pola asuh agar anak tidak kecanduan terhadap gadget. Pada hal ini, di dapatkanlah beberapa data melalui tanya jawab dan *post-test* tersebut bahwa ada beberapa keluarga di RW 019 yang menerapkan pola asuh yang baik dan benar sehingga anak lupa akan *gadget*, dan ada pula orang tua yang menggunakan cara pola asuh belum tepat pada anak sehingga anak kecanduan *gadget*.

Minggu kelima

Penulis melaksanakan kegiatan bersama masyarakat setempat dimana diadakannya perlombaan untuk anak - anak dan ibu - ibu setempat. Dengan diadakannya perlombaan ini, maka anak - anak serta orang tua yang ikut andil terbebas dari penggunaan *gadget* karna fokus pada kegiatan perlombaan yang dilaksanakan oleh penulis.

Minggu keenam

Penulis melaksanakan penutupan dengan agenda makan bersama dan penyerahan plakat dan banner untuk posyandu dan PKK sebagai tanda terima kasih. Sekaligus berbagi pengalaman dibidang kepengurusan dan menjaga menjaga lingkungan warga.

Berdasarkan kegiatan yang dilaksanakan pada saat Program Pembelajaran Lapangan didapatkan oleh penulis berbagai macam hal yang baru mengenai alasan anak menggunakan *gadget*, mengenai cara peralihan *gadget* ke hal yang lebih positif yang membuat anak lebih dekat dengan orang tuanya. Kegiatan ini dinilai cukup berhasil mengedukasi warga Vila Mutiara Gading 3 RW 019 mengenai pola asuh terhadap anak kecanduan gadget.

KESIMPULAN

KESIMPULAN

Pola pengasuhan pada orang tua sangatlah penting dan berpengaruh pada kecenderungan anak. Dimasa sekarang banyak orang tua yang acuh terhadap kegiatan anak dan membebaskan anak untuk bermain gadget tanpa mengenal batasan waktu. Anak

menjadi kecanduan akan hal tersebut dan akhirnya setiap tidak diberikan gadget, anak selalu memberontak. Beda hal nya dengan orang tua yang menerapkan pola asuh yang membuat anak tau serta paham tentang batasan bermain gadget.

SARAN

Saran yang dapat penulis berikan bagi pembaca dan bagi tempat Kuliah Program Pembelajaran Lapangan, setelah penulis melaksanakan kegiatan Program Pembelajaran Lapangan:

1. Mahasiswa yang akan melaksanakan kegiatan Program Pembelajaran Lapangan dapat mempersiapkan diri dengan lebih matang, sehingga saat pelaksanaan magang kerja dapat lebih maksimal dalam menjalankan kegiatan.
2. Untuk para orang tua Vila Mutiara Gading 3 RW 019 diharapkan dapat memperhatikan Pola Asuh yang sangat berpengaruh untuk kepribadian anak.
3. Orang tua agar membatasi waktu untuk kegiatan nonproduktif (seperti bermain games dan menonton TV), serta berdialog secara konsisten dengan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Alrasheed, K. B., & Melani Aprianti. (2011). Hubungan Antara Kecanduan Gadget Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja. *Jurnal Sains Psikologi*, 7, 136–142.
- Aslan, A. (2019). Peran Pola Asuh Orangtua di Era Digital. *Jurnal Studia Insania*, 7(1), 20. <https://doi.org/10.18592/jsi.v7i1.2269>
- Fitriani, L. (2015). Peran pola asuh orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosi anak. Lentera. *Jurnal Ilmu Dakwah dan Komunikasi*, 17.
- Nasrun, F. (2016). Pola Asuh Orang Tua dalam Mendidik Anak di Era Digital. *Jurnal An-Nisa*, 9.
- Rohayani, F. (2020). Menjawab Problematika Yang Dihadapi Anak Usia Dini di Masa. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, 14(1), 29–50. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2310>
- Santrock, John W. (2012). *Life-Span* (N. Sallama (ed.); 13th ed.). Erlangga.
- Sari, D. M. M. (2019). Pengembangan Dan Peningkatan Minat Baca Anak Sebagai Upaya Pengalihan Gadget Di Desa Sumokali. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 57–66.
- Widayani, S. (2020). Pembentukan Karakter Remaja Melalui Pola Asuh Demokratis Untuk Mencegah Kecanduan Gadget di Era Revolusi Industri 4.0. *Prosiding Konferensi Pendidikan Nasional*, 276–281.
- Widayani, S. dan K. A. (2020). Pendidikan dan pendampingan remaja melalui pola asuh demokratis untuk mencegah kecanduan. *Prosiding Seminar Nasional 2020 Fakultas Psikologi UMBY Februari 2020*, 93–97.
- Yustina, A., & Setyowati, S. (2021). Kontribusi Pola Asuh Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Di Tk Aisyiyah Bustanul Athfal 2 Jombang Ayunda. *Jurnal PAUD*, 10(1), 1–7.

Zulfitria, Z. (2017). Pola Asuh Orang Tua Dalam Penggunaan Smartphone Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Holistika*, 1(2), 95-102.

LAMPIRAN

Lampiran 1 survei lokasi



Lampiran 3 Pengerjaan Proposal, Modul dan Laporan



Lampiran 4 Penyuluhan







Lampiran 5 Pengalihan anak terhadap *gadget*





Lampiran 6 Lomba





Lampiran 7 Penutupan (penyerahan banner dan plakat)







Learning From the Field : **Membumikan Teori Psikologi** **Dalam Kehidupan Nyata di Masyarakat**

Buku ini berisi berbagai tulisan tentang program pembelajaran lapangan yang dikemas dalam bentuk yang menarik dan mudah dipahami. Buku ini ditulis oleh para akademisi, praktisi, dan mahasiswa yang berpengalaman dalam Program Pembelajaran Lapangan. Setiap tulisan membahas berbagai aspek Program Pembelajaran Lapangan, mulai dari persiapan hingga evaluasi setelah selesai kegiatan Program Pembelajaran Lapangan.

Dalam buku ini, para penulis membahas mengenai manfaat dan tujuan dari program pembelajaran lapangan, serta bagaimana program ini dapat membantu mahasiswa mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan di dunia kerja. Buku ini juga membahas mengenai cara mengoptimalkan potensi mahasiswa dan mengembangkan keterampilan mereka melalui Program Pembelajaran Lapangan. Selain itu, buku ini membahas tentang teori-teori psikologi yang digunakan dalam kehidupan bermasyarakat, seperti: Penanggulangan Kenakalan Remaja Dan Penyuluhan Kepada Orangtua Mengenai Fase Perkembangan Anak, Meningkatkan Psychological Well-Being Melalui Manajemen Stres Dan Positive Mind Pada Ibu Rumah Tangga dan lain lain.

Selain itu, buku ini juga membahas mengenai peran masyarakat setempat dalam program pembelajaran lapangan dan bagaimana mahasiswa dapat berkontribusi positif dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat setempat. buku ini juga membahas tentang evaluasi program pembelajaran lapangan dan bagaimana program ini dapat ditingkatkan agar lebih bermanfaat bagi mahasiswa dan masyarakat.

Dalam keseluruhan, buku ini adalah sumber informasi yang berharga bagi para mahasiswa, akademisi, dan praktisi yang tertarik dengan program pembelajaran lapangan. Dengan informasi dan wawasan yang terkandung dalam buku ini, pembaca dapat memahami betapa pentingnya program pembelajaran lapangan dalam membantu mahasiswa mengembangkan diri dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat setempat.

Q96BN 62 0106 01930 5

