

---

## Bimbingan belajar pada anak sekolah dasar dalam meningkatkan kemampuan kognitif serta pelatihan senam bersama dan penyuluhan terhadap bahaya tidak mencuci tangan

---

Adriana Rada Boku<sup>1a</sup>, Ike Dian Puspita Sari<sup>2b\*</sup>, Anita Kurnia Rachman<sup>3c</sup>, Indrawati Pusparini<sup>4d</sup>

Universitas Insan Budi Utomo<sup>1,2,3,4</sup>

adrianaradaboku@gmail.com<sup>a</sup>, ikedianpuspitasari@uibu.ac.id<sup>b</sup>, anitakurniarachman@uibu.ac.id<sup>c</sup>,

indrawatipusparini@uibu.ac.id<sup>d</sup>

**Abstrak:** Penelitian ini memaparkan implementasi dan hasil dari program pengabdian masyarakat berbasis kompetensi (PMBP) di Sekolah Dasar Khatolik Ronda Dikira, fokus pada kelas 1. Melalui program ini, tujuan utama adalah meningkatkan kemampuan kognitif anak-anak melalui bimbingan belajar, memperkenalkan pentingnya senam untuk kesehatan fisik dan mental, serta memberikan penyuluhan tentang kebiasaan mencuci tangan yang baik. Melalui metode gabungan, program ini berhasil meningkatkan nilai akademik, minat belajar, dan pemahaman tentang kebersihan pada anak-anak. Hasilnya menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan anak-anak dalam mata pelajaran tertentu, partisipasi aktif dalam senam, serta pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya mencuci tangan. Implikasi dari program ini menyoroti pentingnya peran aktif mahasiswa dalam pengembangan komunitas sekolah dan pembentukan kebiasaan hidup sehat sejak usia dini. Kesimpulannya, program ini memberikan manfaat yang konkret bagi anak-anak, sekolah, serta mahasiswa, dengan harapan akan membawa dampak positif yang berkelanjutan dalam pendidikan dan kesehatan masyarakat setempat.

**Kata Kunci:** Bimbingan belajar; pelatihan senam; penyuluhan

**Abstract:** *This study describes the implementation and results of a competency-based community service program (PMBP) at Ronda Dikira Catholic Elementary School, focusing on grade 1. Through this program, the main objectives are to improve children's cognitive abilities through tutoring, introducing the importance of gymnastics for physical and mental health, and providing counseling on good handwashing habits. Through a combined method, this program successfully improved academic grades, learning interest, and understanding of hygiene in children. The results showed a significant increase in children's abilities in certain subjects, active participation in gymnastics, and a better understanding of the importance of handwashing. The implications of this program highlight the importance of the active role of students in developing school communities and forming healthy living habits from an early age. In conclusion, this program provides concrete benefits for children, schools, and students, with the hope that it will have a sustainable positive impact on education and the health of the local community.*

**Keywords:** *Tutoring; gymnastics training; counseling*

**Article info:** Submitted | Accepted | Published  
30-06-2024 | 05-09-2024 | 15-09-2024

---

### LATAR BELAKANG

Pendidikan dipahami sebagai suatu proses yang melibatkan tiga dimensi penting: individu, masyarakat, dan seluruh konten realitas. Proses ini memiliki tujuan untuk mencapai keseimbangan dan kesempurnaan dalam perkembangan individu maupun masyarakat. Pendidikan tidak hanya tentang transfer ilmu dan keahlian, tetapi juga pembentukan kesadaran dan kepribadian.

Program Pengabdian Masyarakat Berbasis Potensi (PMBP) diarahkan sebagai respon akademis terhadap kebutuhan dan tantangan masyarakat. Salah satu kegiatan PMBP adalah bimbingan belajar di Sekolah Dasar Khatolik Ronda Dikira, yang menghadapi tantangan terkait kurangnya pemahaman dasar seperti mengenal huruf, membaca, menulis, dan berhitung pada siswa kelas 1. Kendala utama termasuk keterbatasan sumber daya dan keterampilan guru.

Dalam konteks ini, kegiatan PMBP difokuskan pada tiga aspek utama: bimbingan belajar, pelatihan senam, dan penyuluhan kesehatan. Tujuan utamanya adalah meningkatkan keterampilan akademik siswa, kesehatan fisik dan mental mereka, serta kesadaran akan kebersihan, khususnya mencuci tangan.

Melalui kegiatan ini, diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi siswa, sekolah, dan mahasiswa. Hal ini juga akan memperkuat kemitraan antara universitas dan masyarakat serta memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kualitas pendidikan dan kesehatan masyarakat setempat

### METODE PELAKSANAAN

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, kami melakukan beberapa tahap pelaksanaan diantaranya:

1. **Penetapan Tujuan dan Rencana Kegiatan:** Langkah awal adalah menetapkan tujuan spesifik untuk setiap kegiatan dan merencanakan jadwal pelaksanaannya. Ini melibatkan identifikasi kebutuhan siswa dan masyarakat, serta penentuan metode yang sesuai untuk mencapai tujuan tersebut.
2. **Pendekatan Kolaboratif:** Mahasiswa dan staf pengajar bekerja sama dengan guru-guru di Sekolah Dasar Khatolik Ronda Dikira untuk merancang dan melaksanakan kegiatan bimbingan belajar, pelatihan senam, dan penyuluhan kesehatan. Kolaborasi ini memastikan bahwa kegiatan sesuai dengan kebutuhan dan konteks lokal.
3. **Metode Gabungan dalam Bimbingan Belajar:** Dalam bimbingan belajar, metode gabungan digunakan untuk memaksimalkan efektivitas pembelajaran. Ini termasuk penggunaan cerita, permainan edukatif, dan media visual untuk membantu siswa memahami konsep-konsep dasar seperti huruf, angka, membaca, menulis, dan berhitung.
4. **Pelatihan Senam Bersama:** Pelatihan senam dilakukan di luar kelas dengan bantuan instruktur gerakan pancasila. Anak-anak diajak untuk mengikuti gerakan dengan benar dan antusias. Penggunaan audio perangkat seperti speaker membantu meningkatkan partisipasi dan kesenangan dalam kegiatan ini.
5. **Penyuluhan Kesehatan:** Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan pendekatan yang interaktif dan menarik. Anak-anak diberikan informasi tentang pentingnya mencuci tangan dengan benar dan dampak positifnya terhadap kesehatan. Mereka juga diberi kesempatan untuk mempraktikkan cara mencuci tangan yang baik menggunakan sabun dan air mengalir.

- Monitoring dan Evaluasi:** Selama dan setelah pelaksanaan kegiatan, dilakukan pemantauan dan evaluasi untuk mengukur efektivitas program. Ini melibatkan observasi langsung, wawancara, dan penilaian hasil akademik siswa. Hasil evaluasi digunakan untuk menyesuaikan dan meningkatkan pelaksanaan kegiatan di masa mendatang.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Bimbingan Belajar

Terlaksananya bimbingan belajar selama satu bulan dengan materi yang disesuaikan dengan kurikulum yang ada, menggunakan metode gabungan. Terjadi peningkatan nilai akademik anak pada mata pelajaran matematika dan Bahasa Indonesia. Teramati peningkatan minat dan motivasi belajar anak selama periode bimbingan belajar.



**Gambar 1. Bimbingan Belajar**

Bimbingan belajar telah terbukti sebagai pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kemampuan kognitif anak-anak. Melalui penggunaan metode gabungan yang mencakup pembelajaran yang terarah dan berfokus serta memberikan umpan balik langsung kepada anak-anak, hasilnya terlihat pada peningkatan nilai akademik dan peningkatan minat belajar. Peran guru dan orang tua juga terbukti sangat penting dalam mendukung proses belajar anak-anak.

#### B. Pelatihan Senam Bersama

Pelatihan senam bersama berhasil dilaksanakan dengan instruktur gerakan pancasila. Anak-anak mampu mengikuti gerakan senam dengan benar dan antusias. Teramati peningkatan kesadaran anak akan pentingnya berolahraga untuk kesehatan.



**Gambar 2. Pelatihan Senam**

Pelatihan senam bersama memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk bergerak aktif, meningkatkan koordinasi, dan memperbaiki keseimbangan tubuh mereka. Senam juga diakui sebagai kegiatan yang menyenangkan bagi anak-anak, yang memotivasi mereka untuk terlibat dalam aktivitas fisik. Instruktur yang kompeten dan program yang disesuaikan dengan kebutuhan anak-anak memastikan keberhasilan pelatihan.

### **C. Penyuluhan Bahaya Tidak Mencuci Tangan**

Penyuluhan berhasil dilaksanakan dengan siswa/siswi kelas 1 SDK Ronda Dikira. Terjadi peningkatan pemahaman anak tentang pentingnya mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Teramati peningkatan kebiasaan mencuci tangan dengan benar oleh anak-anak.



**Gambar 3. Penyuluhan mencuci tangan**

Penyuluhan tentang bahaya tidak mencuci tangan membantu meningkatkan kesadaran anak-anak akan pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan diri. Edukasi yang diberikan kepada anak-anak secara langsung memberikan pemahaman yang lebih baik tentang praktik mencuci tangan yang benar. Peningkatan kebiasaan mencuci tangan yang diperhatikan setelah penyuluhan adalah indikasi kesuksesan program dalam mempengaruhi perilaku anak-anak.

### SIMPULAN

Program "Bimbingan Belajar pada Anak Sekolah Dasar dalam Meningkatkan Kemampuan Kognitif serta Pelatihan Senam Bersama dan Penyuluhan terhadap Bahaya tidak Mencuci Tangan" telah membawa hasil yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan dan kesadaran anak-anak di SDK Ronda Dikira. Melalui pendekatan yang terarah dan terukur, program ini telah berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pengetahuan, kesehatan, dan kualitas hidup anak-anak di komunitas tersebut. Selain itu, program ini juga menunjukkan pentingnya peran aktif mahasiswa dalam memberikan kontribusi positif kepada masyarakat melalui kegiatan pengabdian.

### REFERENSI

- Nurkholis. (2013). *Pendidikan: Konsepsi, Filosofi, dan Permasalahan*. Pustaka Pelajar.
- Johnson, J., & Smith, A. (2018). *The Importance of Guidance and Counseling for Early Childhood Development*. *Journal of Early Childhood Education*, 25(2), 123-135.
- World Health Organization. (2019). *Hand Hygiene: Why, How & When? WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care*.
- Thompson, L. L., & Smith, R. H. (2017). *Understanding the Role of Motivation in Education*. *Educational Psychology Review*, 29(2), 353-374.