

PENGUATAN PENDIDIKAN KARAKTER DI SD DANA PUNIA SINGARAJA MELALUI PENERAPAN SENAM OTAK BERBASIS FILOSOFI LOKAL BALI

I Gusti Ngurah Agung Suryaputra^{1*}, Ni Wayan Yuningrat¹, I Wayan Mudianta¹,
Retno Indriaswuri²

¹Program Studi Kimia Terapan, Jurusan Kimia, Universitas Pendidikan Ganesha

²Program Studi Ilmu Pendidikan, Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha

*Email:surya@fulbrightmail.org

ABSTRACT

SD Dana Punia Singaraja is a school that focuses on character education for students. So far, character education is carried out through daily and extracurricular ethical practices. In the practice of daily ethics, students are taught and given examples of the application of basic ethics. This character education technique is sufficient for normal students without any problems in their behavior and emotions. However, for students with problems, such method led to tremendous resistance. Students with behavioral problems have a tendency to be difficult to manage thus it takes a much longer time to improve their character. Therefore, a special technique is essential, for example using brain gym based on local Balinese philosophy. This community service activity was carried out through training and assistance with the step of preparation, training, implementation and mentoring, and evaluation. Results of the evaluation during the training as well as the implementation and mentoring show that this community service activity has been carried out well and provides great benefits in strengthening the character of students at the school.

Keywords: *character education, brain gym, Balinese philosophy*

ABSTRAK

SD Dana Punia Singaraja merupakan sekolah yang menitikberatkan kepada pendidikan karakter siswa. Selama ini, pendidikan karakter dilakukan dengan melalui praktek etika keseharian dan ekstrakurikuler. Dalam praktek etika keseharian, para siswa diajarkan dan diberikan contoh penerapan etika-etika mendasar. Teknik pendidikan karakter ini sudah cukup jika diterapkan pada siswa-siswa normal, yang tidak mengalami masalah dengan perilaku dan emosinya. Namun, pada siswa-siswa yang bermasalah, penerapan pendidikan karakter dengan cara ini mengalami resistansi yang luar biasa. Siswa-siswa yang bermasalah secara perilaku memiliki kecenderungan susah untuk diatur sehingga memerlukan waktu yang jauh lebih lama untuk memperbaiki karakternya sehingga diperlukan suatu teknik khusus, salah satunya adalah dengan menggunakan senam otak berbasis filosofi lokal Bali. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui pelatihan dan pendampingan dengan tahapan kegiatan persiapan, pelatihan, penerapan dan pendampingan, dan evaluasi. Dari hasil evaluasi selama pelatihan serta penerapan dan pendampingan dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian pada masyarakat ini sudah terlaksana dengan baik dan memberikan manfaat yang besar dalam penguatan karakter siswa di sekolah tersebut.

Kata kunci: pendidikan karakter, senam otak, filosofi lokal Bali

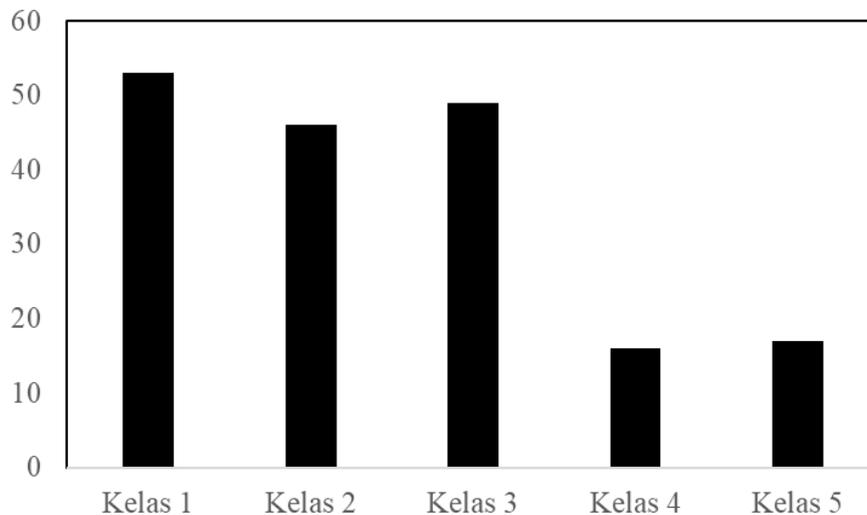
PENDAHULUAN

SD Dana Punia merupakan salah satu sekolah dasar yang berlokasi di Jalan Pulau Timor no 24, Banyuning Barat, Singaraja, yang ijin operasionalnya dimulai pada tanggal 15 Desember 2017. SD ini berada di bawah

Yayasan Dana Punia dan sesuai namanya, pemungutan SPP dilakukan dengan sistem sukarela (dana punia). Semenjak berdiri, sekolah ini dipimpin oleh I Putu Ari Sudiada, S.Pd., M.Pd. sebagai kepala sekolah. Saat ini, SD Dana Punia memiliki 17 orang guru, 3 orang tata usaha/tenaga perpustakaan, dan 7

guru ekstrakurikuler. Sampai saat ini, SD Dana Punia belum memiliki lulusan karena angkatan pertama baru berada di Kelas V. Jumlah siswa di sekolah dasar ini cenderung mengalami peningkatan. Pada tahun ketiga, jumlah peminatnya menjadi dua kali lipat sehingga akhirnya mulai membuka 2 kelas (Gambar 1). Peningkatan ini disebabkan oleh pendidikan

karakter yang menjadi penekanan dalam keseharian siswa. Bahkan, kepala sekolah dengan senang hati akan menerima siswa-siswa yang bermasalah secara karakter, yang tidak diterima di sekolah lain, untuk diperbaiki karakternya.



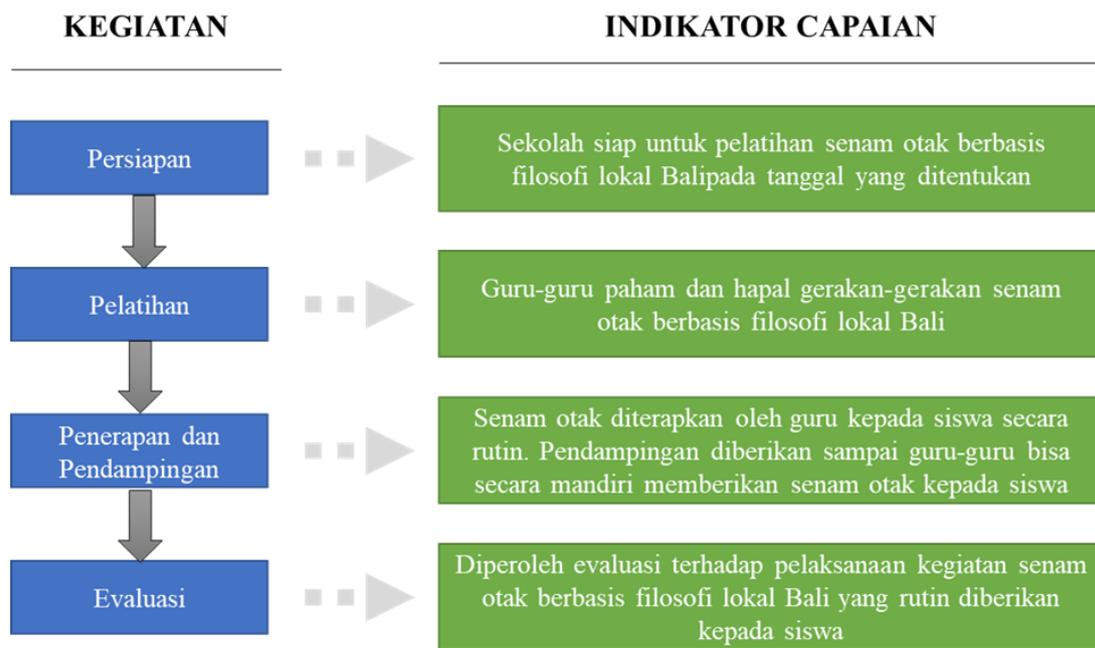
Gambar 1. Jumlah Siswa di SD Dana Punia Per Tahun Ajaran 2021/2022.

SD Dana Punia memiliki visi beriman, berprestasi, berkarakter bangsa, berwawasan budaya dan berwawasan global, sehingga pendidikan karakter secara eksplisit menjadi hal yang penting di SD ini. Di dalam salah satu misinya, sekolah ini membentuk dan menanamkan karakter bangsa dalam diri peserta didik melalui kegiatan pembiasaan dan pengembangan diri yang terencana serta berkesinambungan. Dengan demikian, sangat jelas bahwa pendidikan karakter menjadi hal yang mendasar di SD Dana Punia ini. Untuk itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pelatihan senam otak berbasis filosofi lokal Bali kepada guru-guru di SD Dana Punia dan mendampingi para

guru untuk memberikan senam otak secara rutin setiap hari kepada para siswa.

METODE

Metode yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan dalam hal pendidikan karakter di SD Dana Punia adalah pelatihan dan pendampingan. Pelatihan senam otak diberikan kepada para guru sehingga nantinya bisa memberikan senam otak secara rutin kepada siswa di kelas masing-masing. Setelah para guru paham dan hafal gerakan-gerakan senam otak, maka para guru didampingi untuk memberikan senam otak secara rutin kepada siswa di kelas masing-masing. Tahapan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bisa dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Tahapan Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat

Rencana kegiatan pada masing-masing tahapan adalah:

1. Persiapan

Pada tahapan ini akan dilakukan persiapan tanggal pelaksanaan bersama kepala sekolah SD Dana Punia. Tempat pelaksanaan adalah di SD Dana Punia Singaraja.

2. Pelatihan

Sebelum pelatihan, para guru akan diberikan pemahaman yang lebih baik tentang teori perkembangan ketiga belahan otak serta bagaimana hubungannya dengan pendidikan karakter. Setelah itu barulah diberikan pelatihan senam otak yang berbasis filosofi lokal Bali.

3. Penerapan dan Pendampingan

Setelah pelatihan, para guru akan diminta secara rutin memberikan senam otak kepada siswa setiap harinya. Agar memberikan hasil maksimal, kegiatan ini akan selalu didampingi oleh tim pelaksana pengabdian pada masyarakat.

4. Evaluasi

Kegiatan evaluasi akan dilaksanakan setiap bulannya, untuk mengetahui kemajuan senam otak dan perkembangan karakter siswa. Kegiatan ini dianggap berhasil jika dari pengamatan baik oleh tim pelaksana maupun

para guru, ada peningkatan karakter siswa dalam kesehariannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Persiapan

Pada tahap persiapan, diskusi dilakukan bersama kepala SD Dana Punia terkait tempat dan waktu pelaksanaan agar tidak mengganggu kegiatan pembelajaran di SD Dana Punia. Dari diskusi yang dilakukan secara tatap muka dan melalui WhatsApp, akhirnya disepakati pelaksanaan pelatihan dilakukan setelah libur tahun ajaran baru 2022/2023.

Pelatihan

Pelatihan senam otak dilakukan pada Hari Jumat, 15 Juli 2022 di SD Dana Punia, Jl. Pulau Timor No.24, Banyuning pada pukul 13.00 WITA. Kegiatan ini diikuti oleh seluruh guru di sekolah dasar tersebut yang berjumlah 20 orang. Pelatihan ini dimulai dengan memberikan wawasan terkait kesehatan mental siswa, tanda-tanda siswa yang mentalnya terganggu, dan bagaimana penanganannya secara dini. Setelah para guru memahami materi

ini, barulah dilanjutkan dengan pemberian pelatihan senam otak berbasis filosofi lokal Bali. Filosofi lokal Bali ini didasarkan pada konsep Sapta Loka dan Sapta Patala. Jika kedua konsep filosofi ini diterapkan dalam senam otak, maka gerakan tersebut haruslah menyeimbangkan tubuh kiri dan kanan di bagian tubuh bawah dan atas sehingga keseimbangan otak akan tercapai dengan lebih baik. Senam otak yang menggerakkan keseluruhan tubuh ini akan lebih cocok diterapkan pada anak-anak yang hiperaktif atau sejenisnya. Foto-foto kegiatan dalam pelatihan adalah sebagai berikut.



Gambar 4. Pembukaan Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat



Gambar 5. Pelatihan Senam Otak Berbasis Filosofi Lokal Bali

Penerapan dan Pendampingan

Penerapan dan pendampingan ini dilakukan selama bulan Juli-Agustus 2022. Senam otak ini dilakukan setiap hari sebelum masuk kelas yang dipimpin oleh wali kelas masing-masing dan didampingi oleh tim pelaksana. Pendampingan ini bertujuan untuk memastikan gerakan-gerakan senam otak sudah dilakukan dengan benar. Foto-foto dalam kegiatan penerapan dan pendampingan adalah sebagai berikut.





Gambar 6. Penerapan dan Pendampingan

Evaluasi

Pada kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini, evaluasi dilakukan berkaitan dengan 2 hal, yaitu: evaluasi terhadap pelaksanaan program Pengabdian Pada Masyarakat dan evaluasi terkait efektivitas penerapan senam otak berbasis filosofi lokal Bali terhadap penguatan karakter siswa. Evaluasi terhadap pelaksanaan program dilakukan selama pelatihan serta penerapan dan pendampingan melalui observasi dan wawancara terhadap wali kelas. Pada saat pelatihan, para guru terlihat saat aktif bertanya dan melakukan gerakan dengan semangat. Para guru juga mengungkapkan bahwa senam ini

walaupun durasinya pendek, namun jika dilakukan dengan sungguh-sungguh dengan gerakan yang benar, bisa merubah mood menjadi lebih baik. Selama penerapan dan pendampingan, dari hasil observasi, para siswa terlihat sangat semangat melakukan senam otak ini. Para wali kelas mengatakan bahwa siswa lebih semangat menggunakan senam otak ini dibandingkan senam sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa program ini telah berjalan dengan baik.

Evaluasi yang berkaitan dengan efektivitas senam otak ini terhadap penguatan karakter siswa dilakukan melalui observasi dan wawancara selama penerapan dan pendampingan. Beberapa hal di bawah ini menunjukkan bahwa senam otak berbasis filosofi lokal Bali efektif untuk menguatkan karakter siswa.

1. Semenjak melakukan senam otak ini secara rutin, siswa-siswa yang biasanya sering mengantuk di kelas mulai terlihat bersemangat dan sangat jarang mengantuk.
2. Beberapa siswa yang hiperaktif terlihat semakin tenang di kelas setelah melakukan senam otak ini dengan rutin.
3. Setelah melakukan senam otak ini dengan rutin, secara umum terlihat bahwa konsentrasi siswa di kelas semakin baik dan semakin mudah menangkap pelajaran yang diberikan guru.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat dengan topik “Penguatan Pendidikan Karakter di SD Dana Punia Singaraja Melalui Penerapan Senam Otak Berbasis Filosofi Lokal Bali” ini sudah dilaksanakan dengan baik. Hal ini terlihat dari antusiasme para peserta selama pelatihan serta penerapan dan pendampingan. Selain itu, senam otak berbasis filosofi lokal Bali ini juga efektif untuk menguatkan karakter siswa di SD Dana Punia Singaraja. Senam otak ini menggerakkan sapta patala dan sapta loka di tubuh seseorang sehingga akan tercapai

keseimbangan secara utuh. Melihat dari manfaat yang luar biasa dari penerapan senam otak berbasis filosofi lokal Bali ini maka disarankan untuk menyebarluaskan senam otak berbasis filosofi lokal Bali ini ke semua sekolah dan melakukannya secara rutin sehingga semua komponen sekolah akan mencapai keseimbangan yang menyeluruh setiap harinya.

DAFTAR RUJUKAN

- Dennison, P. E., & Dennison, G. E. (1986). Brain Gym. Simple Activities for Whole Brain Learning.
- Jhon, W., Zubaidah, E., & Mustadi, A. (2021). Challenges in the implementation of character education in elementary school: experience from Indonesia. *Ilkogretim Online*, 20(1).
- MacLean, P. D. (1988). Triune brain. In *Comparative neuroscience and neurobiology* (pp. 126-128). Birkhäuser, Boston, MA.
- Mendrofa, F. A. M., & Hani, D. I. I. U. (2020). Efficacy of Brain Gym on the Cognitive Function Improvement of People with Dementia. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 8(4), 557-564.
- Suhari, S., Astuti, A., Rahmawati, P. M., & Musviro, M. (2019, September). Brain Gym Improves Cognitive Function for Elderly With Dementia. In *International Conference of Kerta Cendekia Nursing Academy* (Vol. 1, No. 1).
- Suparta, I. G. A. (2020). Tinjauan Kosmologi Dalam Lontar Bhuwana Sangkšépa. *Genta Hredaya: Media Informasi Ilmiah Jurusan Brahma Widya STAHN Mpu Kuturan Singaraja*, 3(2).