



Penguatan Keluarga dalam Pendidikan Anak di Masa Pandemi Covid-19

Nuraeni*, I Made Sonny Gunawan, Suharyani

FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

*Corresponding Author: nuraenifip@gmail.com

Abstract: The purpose of this community service activity is to increase the knowledge and understanding of parents on the importance of understanding emotions in order to care for and teach children to learn at home to be more fun. This community service activity is carried out by providing counseling in the form of socialization and technical guidance for school principals and elementary school teachers throughout Mataram. There were 60 participants in this community service activity. The results of this community service show the active participation of school principals and elementary school teachers, which can be seen from the many questions asked by community service activity participants. In addition, from what has been said, many teachers are interested in wanting to learn again about ways to manage emotions, so the community service team plans to provide training for teachers as a form of follow-up activities.

Abstrak: Tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua terhadap pentingnya memahami emosi agar dapat merawat serta mengajarkan anak untuk belajar di rumah menjadi lebih menyenangkan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan dalam bentuk sosialisasi dan bimbingan teknis bagi kepala sekolah dan guru sekolah dasar se-kota Mataram. Melalui Adapun peserta di dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berjumlah 60 orang. Hasil dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan partisipasi aktif dari kepala sekolah dan guru-guru sekolah dasar, di mana dapat terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu, dari apa yang sudah disampaikan banyak guru yang tertarik untuk mau belajar kembali terkait cara-cara mengelola emosi, sehingga tim pengabdian masyarakat merencanakan memberikan pelatihan bagi guru sebagai bentuk dari tindak lanjut kegiatan.

Article History:

Received: 09-03-2021
Reviewed: 12-04-2021
Accepted: 24-04-2021
Published: 05-05-2021

Key Words:

Parenting, Covid 19, Emotions, Learning Methods.

Sejarah Artikel:

Diterima: 09-03-2021
Direview: 12-04-2021
Disetujui: 24-04-2021
Diterbitkan: 05-05-2021

Kata Kunci:

Pendidikan Keluarga, Covid 19, Emosi, Metode Pembelajaran.

How to Cite: Nuraeni, N., Gunawan, I., & Suharyani, S. (2021). Penguatan Keluarga dalam Pendidikan Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 2(1), 110-114. doi:<https://doi.org/10.33394/jpu.v2i1.3723>



doi:<https://doi.org/10.33394/jpu.v2i1.3723>

This is an open-access article under the [CC-BY-SA License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



Pendahuluan

Pandemi Covid-19 atau *Corona Virus diseases-19* merupakan virus yang sangat berbahaya. Virus ini sudah tersebar diberbagai belahan dunia sehingga diharapkan seluruh warga masyarakat untuk lebih menjaga kesehatan dan berhati-hati di dalam melakukan intraksi dengan orang lain. Hal ini lah yang menyebabkan pemerintah mengambil keputusan untuk memindahkan proses pembelajaran dari sekolah menjadi di rumah. Melakukan proses pendidikan atau pembelajaran dengan metode *Work from Home* bagi sebagian guru yang tidak biasa menggunakan perangkat teknologi akan menjadi sangat sulit (Gunawan, Bulantika & Sari, 2020). Hal tersebut menyebabkan banyak guru-guru yang belum siap baik secara akademik maupun pedagogik merasa terbebani sehingga secara tidak langsung dapat



mempengaruhi keadaan emosional dari seorang pendidik dimana intensitas emosi bisa menjadi lebih tinggi.

Selain itu, permasalahan juga muncul dari sudut pandang orang tua yang merasa bingung harus mendampingi belajar anak selama di rumah. Dalam keadaan yang sudah tertekan oleh situasi pandemik ini banyak orang tua kadang kala menjadi cepat emosional ketika harus menemani anak belajar di rumah. Hal-hal inilah yang sekiranya tidak boleh terjadi. Adapun dalam hal ini, orang tua merupakan *role model* yang harus bisa menjadi contoh teladan bagi anak-anak mereka dalam segala situasi sehingga anak dapat mengembangkan potensinya sesuai dengan tugas-tugas perkembangan secara sehat (Nuraeni, & Gunawan, 2020). Adapun dalam hal ini, orang tua sebagai *life model* bagi anak harus dapat mengelola emosinya dengan baik. Emosi merupakan warna warni kehidupan yang tidak terpisahkan dalam diri individu. Lebih lanjut, emosi dianggap penting sebagai bagian dari pengembangan diri yang positif jika dapat dikelola dengan baik. Selain itu, untuk memiliki emosi yang stabil maka keseimbangan emosi harus dimiliki oleh setiap individu, karena disetiap emosi memiliki nilai dan makna tersendiri. Menurut Goleman, (1995) emosi berlebihan yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kesetabilan. Hal ini lah yang perlu diantisipasi oleh orang tua di rumah sebagai model bagi anak-anak mereka agar dapat menjadi contoh yang baik dan terlebih bagi diri sendiri agar tetap terjaga kesehatannya.

Masalah yang banyak terjadi dan dialami oleh para orang tua di rumah adalah ketika sedang mendampingi anak belajar, seringkali melihat tingkah laku anak yang tidak sesuai dengan harapannya menjadi lebih emosional dan seketika meluapkan emosinya tanpa terkontrol yang dapat menyebabkan anak mengalami rasa takut, tidak nyaman, merasa tidak dilindungi, merasa tidak dihargai dan permasalahan tersebut bisa berdampak jangka panjang yang berpengaruh terhadap kepribadian anak ketika dewasa. Masalah terkait dengan mengelola emosi ini sangat penting untuk mendapatkan perhatian lebih agar para orang tua dapat memahami kondisi anak sehingga di dalam memperlakukan anak lebih bijak dan penuh dengan kasih sayang. Hal ini senada dengan pernyataan dari Utami, Garnika, Najwa, Rayani dan Irawan (2020) yang mengungkapkan jika para guru dan orang tua penting untuk mampu mengelola emosi di dalam mengajar dan mendidik anak.

Masalah yang berhubungan dengan emosi tidak bisa dianggap biasa, selain itu juga perlu ada solusi jika emosi yang muncul secara berlebihan. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, Tim pengabdian Dosen Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi UNDIKMA mengajak peserta pengabdian masyarakat dalam hal ini kepala sekolah dan guru sekolah dasar untuk sama-sama belajar bagaimana cara mengelola emosi diri dengan metode *experiential learning*. Mengelola emosi dapat dilakukan tergantung pada kemampuan: (1) mengenali emosi diri dan 2) mengekspresikan emosi secara wajar. Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Hal ini menyebabkan individu menyadari emosi yang sedang dialami serta mengetahui penyebab emosi tersebut terjadi serta memahami kuantitas, intensitas, dan durasi emosi yang sedang berlangsung. Seseorang akan lebih mudah memahami dan mengelola emosinya apabila telah mampu mengenali emosinya sendiri (Stephan, 2012). Mengenali emosi sama dengan kesadaran diri di dalam mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi (Gunawan, 2014).

Alasan pemilihan model ini karena di dalam penerapannya memperhatikan aspek-aspek yang dipandang penting yaitu afektif, kognitif dan emosi. *Experiential learning* mendefinisikan belajar sebagai proses bagaimana pengetahuan diciptakan melalui perubahan



bentuk pengalaman (Kolb, 1984). *Experiential learning* adalah pembelajaran yang dilakukan melalui refleksi dan juga melalui suatu proses pembuatan makna dari pengalaman langsung. Siklus empat langkah dalam *experiential learning* yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini yaitu: 1) *concrete experience (emotions)*, 2) *reflective observation (watching)*, 3) *abstract conceptualization (thinking)* dan 4) *active experimentation (doing)*. Adapun *concrete experience (emotions)*, adalah belajar dari pengalaman-pengalaman yang spesifik dan peka terhadap situasi. *Reflective observation (watching)*, adalah mengamati sebelum membuat suatu keputusan dengan mengamati lingkungan dari persepektif-persepektif yang berbeda dan memandang berbagai hal untuk memperoleh suatu makna. *Abstract conceptualization (thinking)*, adalah analisa logis dari gagasan-gagasan dan bertindak sesuai pemahaman pada suatu situasi. *Active experimentation (doing)*, adalah kemampuan untuk melaksanakan berbagai hal dengan orang-orang dan melakukan tindakan berdasarkan peristiwa, termasuk pengambilan resiko.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, para peserta diajarkan untuk memahami konsep emosi dan cara-cara yang dapat digunakan untuk mengelola emosi. Setelah itu, sebagai bentuk tindak lanjutnya maka peserta diberikan pelatihan terkait cara mengelola emosi dengan model *experiential learning*. Lebih lanjut, dalam kegiatan pelatihan para peserta diajak untuk mengalami emosi melalui pengalaman konkret. Pengalaman tersebut kemudian direfleksikan secara individu. Melalui proses refleksi, di mana seseorang berusaha memahami apa yang terjadi atau yang dialaminya. Refleksi ini menjadi dasar proses konseptualisasi atau proses pemahaman yang mendasari pengalaman yang dialami serta perkiraan kemungkinan pengaplikasiannya dalam situasi atau konteks yang lain (baru). Maksudnya adalah kemungkinan belajar melalui pengalaman-pengalaman nyata dan kemudian direfleksikan dengan mengkaji pengalaman tersebut. Pengalaman yang telah direfleksikan kemudian diatur kembali sehingga membentuk pengertian-pengertian baru atau konsep-konsep abstrak. Pengertian dan konsep abstrak itu menjadi petunjuk bagi terciptanya pengalaman atau perilaku-prilaku baru. Proses pengalaman dan refleksi dikategorikan sebagai proses penemuan (*finding out*), sedangkan proses konseptualisasi dan implementasi dikategorikan dalam proses penerapan (*taking action*).

Tujuan dari dilakukannya pengabdian masyarakat ini adalah untuk membantu para guru yang dalam hal ini juga berperan sebagai orang tua untuk mampu mengelola emosinya sehingga di dalam melakukan pendampingan belajar maupun mendidik dan membimbing di rumah tidak mudah emosional serta mampu memposisikan dirinya dengan baik. Selain itu yang diharapkan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah dapat meningkatkan keterampilan interpersonal dari para guru di dalam membangun hubungan yang sehat dengan orang lain dan lingkungannya.

Metode Pengabdian

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan memberikan penyuluhan berupa layanan informasi bagi para kepala sekolah dan guru sekolah dasar se-kota Mataram. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan sebagai wujud kepedulian akan pentingnya pendidikan bagi peserta didik walaupun harus dilakukan di rumah bersama orang tua tanpa pendampingan langsung oleh guru-guru mereka. Metode yang digunakan untuk menyampaikan informasi ini kepada kepala sekolah dan guru adalah dengan pemberian layanan informasi dan diskusi langsung yang dilanjutkan dengan pelatihan mengelola emosi. Adapun tempat dilaksanakannya kegiatan ini adalah di SMP Negeri 2 Mataram. Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh Tim Dosen Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi



Universitas Pendidikan Mandalika yang diketuai oleh Ibu Nuraeni, M.Si yang berperan sebagai Narasumber dan Bapak Dr. I Made Sonny Gunawan, M.Pd., serta Ibu Suharyani, M.Pd sebagai anggota. Kegiatan ini berlangsung selama kurang lebih 3 jam yang terdiri dari sesi penyampaian materi dan tanya jawab. Adapun untuk kegiatan pelatihan mengelola emosi dilakukan setelah satu minggu dari kegiatan awal. Hal ini dimaksudkan untuk mengetahui antusias dari para peserta dan sebagai bentuk evaluasi proses dari kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Hasil Pengabdian dan Pembahasan

Sasaran utama dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kepala sekolah dan guru sekola dasar yang berada di Kota Mataram. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan dengan memberikan layanan informasi terkait cara mengelola emosi yang dilanjutkan dengan pendampingan pelatihan mengelola emosi. Adapun kegiatan awal yang dilakukan oleh Tim Dosen Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi UNDIKMA adalah memberikan pemahaman terkait pentingnya mengelola emosi diri dan memahami emosi peserta didik, serta konsep-konsep dari emosi. Selain itu tim pengabdian juga mengajarkan kepada para peserta dalam bentuk pelatihan mengelola emosi yang bertujuan agar tidak mudah marah ketika melakukan pedampingan terhadap anak. Penyuluhan yang dilakukan oleh Tim Dosen Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi UNDIKMA dilakukan selama satu kali kegiatan dan dilanjutkan dengan pendampingan berupa pelatihan mengelola emosi. Agar memberikan gambaran yang jelas terkait dengan kegiatan ini maka ditunjukkan melalui dokumentasi berupa foto-foto kegiatan selama kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Foto Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kebermanfaatan dari pengabdian ini dapat di lihat melalui hasil tanya jawab atau diskusi serta observasi selama kegiatan pengabdian berlangsung. Adapun hasil yang diperoleh selama kegiatan ini berlangsung yaitu sebagai berikut: (1) dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman para peserta kegiatan pengabdian terkait cara mengelola emosi agar tidak mudah marah, yang dibuktikan dengan hasil angket di mana sebanyak 80 % peserta kegiatan merasakan lebih mudah untuk mengelola emosi setelah mengikuti kegiatan pelatihan; dan (2) para peserta pengabdian juga dapat belajar menjadi orang tua yang peka terhadap emosi anak. Adapun dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini faktor pendukung yang utama di dalam kemampuan mengelola emosi adalah ditekankan pada bagaimana seseorang dapat mengetahui, memahami dan mengontrol emosinya. Lebih lanjut, peran guru dalam hal ini, sangat dibutuhkan untuk membantu merangsang peserta didik mengembangkan



kemampuannya secara optimal sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya dengan cara memahami keadaan emosional peserta didiknya. Sedangkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini keterbatasan waktu menjadikan kegiatan ini belum teraplikasikan dengan baik sehingga tim pengabdian merasa perlu untuk melakukan pendampingan berupa pelatihan mengelola emosi yang sesuai dengan karakter peserta. Tujuan melakukan pendampingan adalah untuk melihat apakah hasil dari pengabdian masyarakat ini memberikan hasil yang optimal bagi peserta pengabdian di dalam menghasilkan cara-cara yang mudah dilakukan dalam mengelola emosi diri sendiri. Bentuk tindak lanjut yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian ini adalah dengan melakukan pendampingan pelatihan mengelola emosi selama empat kali pertemuan dalam sebulan. Adapun kegiatan yang dilakukan oleh peserta pelatihan dengan model *experiential learning* ini adalah sebagai berikut: (1) belajar melakukan penilaian reflektif, yang bertujuan agar penilaian yang sifatnya otomatis tidak berperan di dalam mengelola emosi; (2) mengingat kembali suatu peristiwa yang berkaitan dengan emosi, tujuannya untuk memberi kesempatan belajar bagaimana merekonstruksi apa yang terjadi dalam kehidupan kita sehingga dapat kesempatan untuk merubah apa yang membuat kita emosional; dan (3) imajinasi, tujuannya melatih kembali dalam pikiran kita dan mencoba cara-cara lain untuk mengembalikan apa yang tengah terjadi, sehingga hal itu sesuai dengan yang kita harapkan.

Kesimpulan

Berdasarkan uraian pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di atas, maka ada beberapa hal yang dapat disimpulkan adalah sebagai berikut: (1) kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan pemahaman kepala sekolah dan guru dalam hal memilih metode yang sesuai untuk mengelola emosi; dan (2) secara tidak langsung kepala sekolah dan guru telah belajar cara mengelola emosi melalui pengalaman sendiri atau *experiential learning*.

Saran

Berdasarkan hasil pengabdian yang sudah diperoleh, maka diharapkan untuk para kepala sekolah dan guru agar dapat menyampaikan informasi yang diperoleh setelah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini kepada para orang tua siswa sehingga mereka juga dapat belajar untuk mengontrol emosinya dalam proses pendampingan belajar anak di rumah.

Daftar Pustaka

- Gunawan, IMS. (2014). Pengembangan Panduan Pelatihan Mengelola Emosi Dengan Model Experiential Learning Untuk Siswa. *Jurnal Kependidikan*, 13, (2), 143-151.
- Gunawan, IMS., Bulantika, SZ., & Sari, P. (2020). Layanan Bimbingan dan Konseling Berbasis Cyber Untuk Meningkatkan Keterampilan Berfikir Kritis Siswa. *Edu Consilium Jurnal BK Pendidikan Islam*, 1, (2), 1-8.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelegensi*. London: Bloomsbury Publishing Plc.
- Nuraeni, & Gunawan, IMS. (2020). Pola Asuh Orang Tua Berpengaruh Di Dalam Menumbuhkan Perilaku Positif Anak. *Intan Cendikia, Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1 (1), 42-49.
- Stephan, A. (2012). .Emotions, Existential Feelings, and their Regulation. Institute of Cognitive Science, University of Osnabrück, Germany. *Sage Journals*, 4, (2), 157-162.
- Utami, W., Garnika, E., Najwa, L., Rayani, D., & Irawan, L. (2020). Penyuluhan Pengasuhan Efektif di Masa Bencana Melalui Parenting Education Berbasis Online. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 1(2), 133-138. doi:<https://doi.org/10.33394/jpu.v1i2.2954>