

LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN KE LEMBAGA
PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



MEMBINA KEBIASAAN ANAK BAHAGIA
(Mewujudkan Sinergi)

Disusun oleh:

Dr. Heryanti Satyadi M.Si., Psikolog
[8860680018/10717002]

Gracia Mayuni Semeru, M.Psi., Psikolog

Anggota:

Sarah Alfiah Hasjim – NIM : 705170223

PRODI SARJANA
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
MARET 2022

**Halaman Pengesahan
Laporan Pengabdian kepada Masyarakat**

- | | |
|------------------------------|--|
| 1. Judul PKM | : MEMBINA KEBIASAAN ANAK BAHAGIA
(Mewujudkan Sinergi) |
| 2. Nama Mitra PKM | : I Love My Psychologist dan Mindskill Mom
Community |
| 3. Ketua Tim Pelaksana | : Dr. Heryanti Satyadi M.Si., Psikolog |
| B. NIDN/NIK | : 8860680018/10717002 |
| C. Jabatan/Gol. | : Dosen Tetap dengan perjanjian |
| D. Program Studi | : Sarjana |
| E. Fakultas | : Psikologi |
| F. Bidang Keahlian | : Psikologi Klinis |
| G. Alamat Kantor | : Komplek GBI Kelapa Gading Kirana Barat
Raya blok i no. 9-10 Jakarta 14240 |
| H. Nomor HP/Tlp | : 08121100212 |
| 3. Anggota Tim PKM | |
| A. Jumlah Anggota (Psikolog) | : 1 orang |
| B. Nama Anggota/Keahlian | : Gracia Mayuni Semeru, M.Psi., Psikolog/
Psikolog Klinis |
| C. Jumlah Mahasiswa | : 1 orang |
| D. Nama & NIM Mahasiswa 1 | : Sarah Alfiyah Hasjim 705170223 |
| 4. Lokasi Kegiatan Mitra | : Kelapa Gading |
| A. Wilayah Mitra | : Kelapa Gading |
| B. Kabupaten/Kota | : Jakarta Utara |
| C. Provinsi | : DKI Jakarta |
| 5. Metode Pelaksanaan | : Luring /Daring |
| 5. Luaran yang dihasilkan | : |
| 6. Jangka Waktu Pelaksanaan | : Januari-Juni/ Juli-Desember * (pilih salah satu) |
| 7. Pendanaan | |
| Biaya yang disetujui | : Rp. 3.000.000,- |

Jakarta, 26 April 2022

Menyetujui,
Ketua LPPM



Ir. Jap Tji Beng, Ph.D.

NIK:10381047

Ketua Pelaksana

Dr. Heryanti Satyadi M.Si., Psikolog

[8860680018/10717002]

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Orangtua saat ini sangat membutuhkan pendampingan psikologis yang memberi edukasi bagaimana mengasuh mental anak-anaknya dengan benar agar sehat. Anak-anak sejak kecil, mulai usia 3 tahun sudah mulai mengakses informasi dari internet. Mereka diasuh oleh teknologi dengan jumlah waktu yang lebih banyak daripada generasi manapun yang ada sebelum mereka (Novitasari & Khotimah, 2016). Namun mereka perlu dipersiapkan untuk menghadapi dunia bersama individu lainnya ketimbang hanya berada di dalam dunia virtual. Oleh sebab itu orangtua perlu membina kebiasaan-kebiasaan yang positif prokehidupan yang berbasis realita. Sebuah keterampilan sebagai perangkat lunak untuk menghadapi kehidupan yang mengandung pikiran, perasaan dan tindakan yang selaras dan waras yang mendatangkan kebahagiaan baik bagi dirinya dan orang lain yang ada bersamanya.

Sebuah kebiasaan akan terbentuk dalam respon-respon ketika menghadapi sebuah keadaan atau stimulus yang datang berulang-ulang (Gardner, 2016). Pembentukan perilaku dan membinanya sampai menjadi sebuah kebiasaan membutuhkan waktu yang panjang dan proses pengulangan. Anak-anak yang dibiarkan berlama-lama dengan gawainya akan mengalami pembentukan perilaku yang penuh dengan frustrasi karena terjadi banyak pengulangan sampai ia berhasil melewati prosesnya untuk kemudian beradaptasi dan menguasai sebuah kebiasaan. Sebuah contoh perilaku bermain *game*, mulai dari *trial and error*, kalah berulang-ulang dan mengalami frustrasi, namun diberi *reward* oleh permainan itu untuk mencoba lagi. Ketika proses belajar terjadi, ia mampu beradaptasi dengan aturan dan tuntutan permainan, anak berhasil membina sebuah keterampilan bermain *game*. Proses menguasai sebuah keterampilan dapat diterapkan pada macam-macam pembentukan sebuah kebiasaan.

Tidak semua kebiasaan yang dihasilkan dari pembentukan dengan internet itu buruk, banyak orangtua mengakui bahkan mengklaim keterampilan yang dipelajari anak dari komputernya sebagai sesuatu yang positif (Novitasari & Khotimah, 2016). Namun sebagai makhluk sosial, anak perlu belajar bagaimana berinteraksi dengan orang lain secara nyata melalui komunikasi dan dengan karakter yang benar.

Sayangnya, dengan gawai saja di masa pandemi, tidak terjadi proses pembelajaran sosial yang sekaligus membentuk karakter yang kuat. Anak cenderung terhambat belajar bersosialisasi karena kurangnya kesempatan untuk berkomunikasi menerima dan mengirim pesan secara verbal melalui percakapan dengan orang lain. Dalam situasi ini, peran orangtua sebagai orang yang menjadi lingkungan yang menstimulasi keterampilan sosial anak dan membentuk kebiasaan-kebiasaan yang membuat anak bahagia akan dirinya. Stimulasi yang dapat dilakukan orang tua dalam mengembangkan keterampilan sosial dan komunikasi anak, salah satunya melalui bercerita dan berdialog (Solihudin, 2016).

Kegiatan bercerita dan berdiskusi tidak hanya melatih kemampuan berbahasa anak tetapi juga aspek intelektual seperti memperluas pengetahuan, kemampuan pengamatan, daya ingat, memperkuat konsentrasi, memahami hubungan, berpikir runut, imajinasi, juga melatih perkembangan kepekaan emosi anak (Sumantri, 2008). Selain itu, kegiatan bercerita juga efektif digunakan untuk penanaman nilai-nilai dari orangtua kepada anak karena secara umum anak-anak senang mendengarkan cerita (Asfandiyar, 2007). Namun tidak hanya melihat atau mendengarkan cerita, proses yang cukup penting dalam penanaman nilai adalah memastikan anak memahami apa yang dilihat atau diceritakan. Tugas orangtua sebagai pengasuh utama anak menjadi penting yakni menstimulasi pemahaman anak dengan memberikan pertanyaan terkait dengan ceritanya. Dengan demikian, anak juga terlatih untuk mengekspresikan diri secara verbal dan menangkap makna dari pembicaraan yang terjadi secara komprehensif (Rosidatun, 2018). Hanya saja, tidak semua orangtua memahami bagaimana caranya berdiskusi dan membuat pertanyaan yang sesuai dengan perkembangan anak dan menstimulasi kemampuannya. Ada orangtua yang berusaha melatih dan mendidik anak namun malah berdampak negatif karena tidak dilakukan dengan cara yang tepat sebagai contoh memburuknya hubungan anak dengan orangtua karena pertengkaran yang tidak perlu.

B. Permasalahan Mitra dan Solusinya

Tim pelaksana menyelenggarakan webinar series bersama pusat layanan psikologis I Love My Psychologist (ILMP) dan komunitas ibu-ibu pembelajar Mindskill Mom Community (MMC) sebagai mitra. Berdasarkan kasus-kasus yang seringkali dikonsultasikan oleh orangtua, banyak sekali orangtua yang mengeluhkan anaknya karena permasalahan di sekolah seperti tidak bisa bergaul, sulit

berkonsentrasi sehingga mempengaruhi nilai, sulit mengikuti instruksi, tidak bisa lepas dari game dan gawai, dan sebagainya. Setelah ditelusuri lebih lanjut, permasalahan-permasalahan yang dikeluhkan orangtua ini sangat terkait dengan pengembangan kemampuan intelektual anak sehari-hari seperti daya tangkap, daya ingat, pemahaman anak mengenai urutan, juga aspek emosional, termasuk kemampuan anak berbahasa. Bisa dibayangkan, kalau anak kurang memiliki kemampuan verbal yang baik, ia cenderung akan kesulitan bila harus berkomunikasi dua arah dengan anak lain, yang akhirnya akan mempengaruhi kemampuannya bersosialisasi. Begitu juga secara akademis, apabila anak tidak terbiasa memahami kata-kata secara verbal, anak juga pasti akan kesulitan memahami pelajaran. Secara emosional, anak-anak perlu dibekali dengan pengetahuan bagaimana mengelola diri dan kondisi emosionalnya dengan efektif, bukan marah-marah atau menangis karena frustrasi, dan kemudian melarikan diri ke game atau gawai.

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh orangtua, terdapat dua hal yang perlu diperhatikan, yakni orangtua perlu mendapatkan bekal berupa pelatihan mengenai cara membina kedekatan emosional dengan anak, termasuk di dalamnya bagaimana cara yang tepat untuk berdiskusi dengan anak, dan hal apa saja yang dapat dijadikan bahan pembicaraan menarik bersama anak. Selain itu, dari sisi anak juga perlu ditanamkan karakter dan kemampuan dasar yang sangat dibutuhkan agar anak dapat berkembang dengan maksimal secara intelektual, emosional dan sosial, sehingga menjadi anak yang bahagia. Karakter dan kemampuan-kemampuan ini perlu dilatih dan diasah terus menerus. Cara paling efektif adalah dengan menjadikannya kebiasaan. Oleh karena itu ILMP dan MMC ingin memberikan edukasi kepada orangtua mengenai bagaimana membina kebiasaan agar anak berkembang menjadi anak yang bahagia.

Acara ini melibatkan anak serta orangtua dengan tema “Membina Kebiasaan Anak Bahagia dengan Bercerita”. Cerita-cerita yang dipilih untuk digunakan dalam membina anak-anak, diambil dari buku pengembangan karakter dengan judul Tujuh Kebiasaan Anak Bahagia (Covey, 2008). Tema-tema yang diangkat untuk membina anak-anak memiliki kebiasaan yang berdampak positif membuat bahagia. Prinsip-prinsip yang dipelajari adalah bertanggung jawab, membuat perencanaan, menghormati orang lain, bekerja sama, dan menjaga keseimbangan.

Berpedoman pada prinsip kebiasaan yang perlu dilakukan berulang-ulang dan terus-menerus, acara ini diadakan dalam bentuk webinar yang membahas mengenai kebiasaan baik yang perlu ditanamkan pada anak. Kebiasaannya yaitu menjadi proaktif, memulai dengan visi, mendahulukan yang utama, berpikir menang menang, berusaha memahami terlebih dulu-baru dipahami, mewujudkan sinergi, dan yang terakhir adalah menjaga keseimbangan fisik, jiwa dan rohani di dalam diri. Topik-topik ini disajikan kepada anak-anak dalam bentuk story telling dengan gambar peraga berupa video untuk meningkatkan fokus anak, setelah itu orangtua akan mengajak berdialog (mengobrol santai) membahas kisah yang sudah disampaikan dengan santai tanpa menggurui. Acara ini juga sekaligus diadakan untuk melatih dan menjadi contoh bagi orangtua bagaimana berdiskusi dan bertanya jawab secara verbal dengan anak secara tepat.

BAB 2

PELAKSANAAN

A. Deskripsi Kegiatan

Kegiatan diawali dengan permintaan dari Mindskill Mom Community kepada I Love My Psychologist (ILMP) untuk mengadakan acara untuk orangtua terkait dengan pengasuhan anak, yang ditindaklanjuti dengan diskusi internal pihak ILMP, yakni mengenai rencana kegiatan PKM yang meliputi tujuan, manfaat, waktu dan media pelaksanaan kegiatan. Pihak ILMP kemudian mengajukan proposal kegiatan ke LPPM UNTAR.

Kegiatan ini merupakan sesi ke-enam dari serangkaian webinar yang diadakan untuk membina kebiasaan positif anak. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 12 Maret 2022 dari pukul 09.30 – 11.30 melalui aplikasi *zoom meeting conference*. Kegiatan ini berupa webinar dengan judul acara “MEMBINA KEBIASAAN ANAK BAHAGIA dengan BERCERITA”. Cerita-cerita diambil dari buku 7 Habits of Happy Kids yang ditulis oleh Sean Covey berisi kebiasaan-kebiasaan positif yang membentuk anak bahagia.

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan pengenalan narasumber yang dimoderatori oleh pihak ILMP. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan pembekalan dari Dr. Heryanti Satyadi, M.Si mengenai apa itu kebiasaan, bagaimana cara membentuk kebiasaan, mengapa menggunakan metode bercerita, dan membahas mengenai kebiasaan ke-enam yang hari ini akan diajarkan kepada anak lewat video cerita yakni mewujudkan sinergi. Kegiatan ini difokuskan untuk orangtua. Setelah itu, anak-anak diundang untuk ikut serta dalam webinar dan menonton video cerita bersama-sama dengan orangtuanya. Agar anak memahami isi video dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, orangtua perlu melakukan diskusi dengan anak setelah menonton video. Ibu Heryanti membantu mencontohkan bagaimana memperdalam pemahaman anak dan penerapannya dengan melakukan tanya jawab kepada beberapa anak dari peserta webinar. Berikutnya, peserta diberikan kesempatan untuk memberikan pertanyaan baik dengan mengetikkan pertanyaan di kolom chat ataupun bertanya secara langsung. Pertanyaan-pertanyaan ini kemudian dijawab oleh Ibu Heryanti Satyadi. Untuk menutup kegiatan, moderator memberikan kesimpulan yang terkait dengan topik yang dipaparkan pada

hari tersebut. Kegiatan kemudian diakhiri dengan foto bersama.

B. Metode Pelaksanaan

Webinar “MEMBINA KEBIASAAN ANAK BAHAGIA dengan BERCERITA” telah dilaksanakan secara online pada:

Hari, tanggal : Sabtu, 12 Maret 2022
Waktu : Pukul 09.30 – 11.30 WIB
Tempat : Daring (*Zoom Meeting Conference*)

Adapun garis besar pembekalan yang diberikan oleh Ibu Heryanti Satyadi adalah sebagai berikut :

1. Definisi kebiasaan
2. Macam kebiasaan dan cara terbentuknya
3. Alasan perlu membina kebiasaan
4. Cara membina kebiasaan
5. Membina kebiasaan anak bahagia
6. Langkah menumbuhkan kebiasaan
7. Penggunaan definisi dan makna bercerita
8. Kebiasaan-kebiasaan yang perlu dibina
9. Arti mewujudkan sinergi
10. Tipe orang saat menghadapi perbedaan
11. Hambatan bersinergi
12. Langkah mewujudkan sinergi
13. Pemutaran video, berdialog, dan pertanyaan terkait mewujudkan sinergi

C. Luaran

Luaran yang dihasilkan melalui program ini adalah pembuatan artikel yang akan diterbitkan pada media massa online.

BAB III

KESIMPULAN

Anak bahagia memiliki kebiasaan yang khusus, yang berbeda dengan anak lainnya yang cenderung lebih penakut, pencemas. Kebiasaan khusus ini perlu dibina. Cara membina kebiasaan ini sebenarnya sederhana dan mampu dilakukan oleh setiap orangtua, yaitu dengan bercerita. Bercerita bisa dilakukan secara lisan maupun menggunakan alat bantu secara visual. Yang penting setelah bercerita, orangtua perlu melakukan diskusi dengan anak tentang isi cerita yang disampaikan supaya kebiasaan yang ingin ditanamkan dapat dipahami anak dan diingat. Dengan kata lain, orangtua bertanya dan mendengarkan jawaban anak, juga memberi kesempatan pada anak untuk bertanya dan orangtua menjawab semua pertanyaannya dengan jujur, termasuk bila orangtua tidak mengetahui jawabannya.

Kebiasaan anak bahagia yang keenam, yang harus diajarkan pada anak adalah kebiasaan mewujudkan sinergi. Anak-anak seringkali berusaha mencapai tujuan dengan kemampuannya sendiri. Ia tidak terbiasa untuk bekerja sama dengan orang lain demi mencapai keberhasilan. Padahal dengan bekerja sama atau mewujudkan sinergi dengan orang lain, tim dapat mencapai keberhasilan yang jauh lebih besar daripada bila berusaha sendiri-sendiri. Hal yang penting dalam sinergi adalah kita memahami keunikan diri kita dan keunikan diri orang lain, kemudian memanfaatkannya demi mencapai tujuan bersama. Hal ini membuat kita, termasuk anak-anak, dapat menghargai perbedaan. Bisa dikatakan sinergi adalah saling mengisi dan melengkapi perbedaan untuk mencapai tujuan yang lebih besar. Hanya saja, sinergi baru bisa tercapai kalau kita telah melatih diri melakukan kebiasaan lainnya yang telah lebih dulu diajarkan. Kita harus bisa mendengarkan untuk memahami orang lain terlebih dulu, kita juga harus terbiasa untuk berpikir menang-menang, dan sebagainya.

Daftar Pustaka

- Asfandiyar, A. Yudha. (2007). Cara Pintar Mendongeng, Jakarta: Mizan.
- Gardner, Benjamin. (2016). Memahami kebiasaan: Menerapkan ilmu pembentukan kebiasaan ke dunia nyata. Psikologi Kesehatan Praktikal.
<https://practicalhealthpsychology.com/id/2016/01/getting-into-the-habit-applying-the-science-of-habit-formation-to-the-real-world/>
- Novitasari, W. & Khotimah, N. (2016). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Usia 5-6 Tahun. Jurnal PAUD Teratai Volume 05(03), 182-186. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/article/view/17261/15693>.
- Rosidatun. (2018). Model Implementasi Pendidikan Karakter. Gresik: Caremedia Communication.
- Solihudin, Ichsan. (2016). Hypnosis For Parents: Melejitkan Potensi Buah Hati, Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Sumantri, Mulyani, dkk.. (2008). Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Universitas Terbuka.

Lampiran

1. Materi PPT

MEMBINA
KEBIASAAN ANAK BAHAGIA
DENGAN BERCERITA

HABIT 6
SYNERGIZE

DIAMBIL DARI BUKU
THE 7 HABITS OF
THE HAPPY KIDS
BY : SEAN COVEY

7 HABITS
OF
THE
HAPPY
KIDS
SEAN COVEY

WEBINAR
SERI 6/7

12 MARET
2022

PK 9.30 WIB

zoom

Kebiasaan (Habit)

- Sebuah kecenderungan melakukan sesuatu dengan cara yang biasa dilakukan sehingga menjadi pola dalam tindakan.
- Semakin sering diulang dan makin lama berlangsungnya, akan semakin sulit diubah.
- Contoh: kebiasaan bicara kasar (perilaku)
- Kebiasaan berpikir negative
- Kebiasaan bersikap pasif menyerah bila ada kesulitan

Macam kebiasaan

- Kebiasaan baik (adaptif)
- Kebiasaan buruk (inadaptif)

Kebiasaan terbentuk

- Secara sengaja dan secara sadar (diusahakan)
- Secara ketebulan dan tidak sadar (terjadi begitu saja)

MENGAPA PERLU MEMBINA KEBIASAAN?

Karena . . .

- Tanpa PEMBINAAN kita hanya memiliki sejumlah kebiasaan buruk yang menetap
- Kebiasaan baik tidak terbentuk dengan sendirinya, harus dibentuk dengan sengaja.
- Seorang anak membentuk kebiasaan dengan cara trial and error
- Membina kebiasaan baik adalah tugas orangtua sampai anak dewasa
- Membina kebiasaan Anak Bahagia berlangsung seumur hidup.

Membina sebuah KEBIASAAN BAIK :

- Harus ada orangtua / dewasa yang menjadi mentor untuk melatih anak dengan terencana.
- Diusahakan dengan konsisten, artinya terus menerus dilakukan dengan cara yang sama).
- Dilakukan berulang-ulang dengan tekun, jangan takut gagal.
- Dibutuhkan waktu untuk proses membentuknya, perlu kesabaran.
- Sebaiknya mulai dilakukan di usia yang lebih dini.
- MARI KITA MELAKUKANNYA DENGAN PERTOLONGAN TUHAN, TIDAK ADA KATA TERLAMBAT.

MEMBINA KEBIASAAN ANAK BAHAGIA

- Seorang anak yang Bahagia memiliki kebiasaan-kebiasaan tertentu yang membuatnya merasa bahagia,
- Demikian juga anak depresi juga ada kebiasaannya, misal cenderung memikirkan kegagalan, tidak mau mencoba, menarik diri dari lingkungan sosial yang dapat menghancurkan kesedihannya, menyendiri mengasingkan diri dan akhirnya melukai diri.
- Tentukan kebiasaan yang ingin dibentuk Bersama anak.
- Untuk anak usia dini » langsung ajarkan bagaimana MELAKUKANNYA
Usia lebih besar » berikan dulu PENGERTIANNYA DAN TELADANI CARANYA.
- MARI KITA LAKUKAN DENGAN BERCERITA...

Langkah menumbuhkan kebiasaan :

1. **Membangun pengertian** anak bahwa dirinya perlu membuat rencana demi kebiasaan tujuannya. **Tanamkan dengan bercerita dan berdialog** (BANYAK BERTANYA SUPAYA ANAK BERPIKIR, JANGAN MENDIKTE SEARAH).
2. **Mengarahkan** anak untuk **memiliki tujuan yang ingin dicapai**.
3. **Mendampingi** anak untuk membuat **langkah-langkah nyata** sesuai tujuan tersebut, jadikan rutinitas yang bertujuan (MEMBENTUK KEBIASAAN).
4. **Menyemangati** anak saat emosinya terganggu, **banakit dari rasa kecewa dan frustrasi** akibat mengalami kegagalan.
5. **Mendorong** anak untuk **menerapkan hal-hal baik** seperti yang ada di dalam cerita dan mengulangi setiap ada kesempatan.
6. **Mengalarkan** anak **bertanggungjawab** pada tujuannya dan dirinya sendiri.
7. **Meneladani** apa yang Orangtua jalankan, TUNJUKKAN KEBIASAAN BAIK YANG ADA PADA ORTU.



2.

BERCERITA

- Cerita **adalah cerita** **alamiah** yang telah dilakukan turun temurun sejak dulu hingga sekarang.
- Dengan bercerita, ortu **membangun hubungan dan komunikasi** dengan anak dalam suasana santai dan menyenangkan.
- Dengan bercerita, ortu **membentuk kebiasaan mendengarkan** untuk mendapatkan pemahaman.
- Dalam cerita, orangtua **menanamkan nilai kepada anak**, contoh cerita legenda, dongeng, dari jaman dulu sudah ada. Cerita itu menarik perhatian berbagai kalangan usia.
- Cerita dapat **mengungkap emosi** anak, untuk memihak dan meniru tokoh-tokoh dalam cerita yang baik, beruntung, dan hebat menurut penilaian mereka.
- Tokoh-tokoh dalam cerita, akan **memotivasi anak untuk melakukan hal-hal baik**, yang mendatangkan keuntungan bagi yang melakukan, sama seperti pada tokoh yang ada di dalam cerita.



7 kebiasaan anak bahagia

1. Jadilah Proactive
2. Kebiasaan Membuat Rencana
3. Menentukan Prioritas
4. Berpikir Menang-menang ("Think Win Win")
5. Memahami Baru Dipahami
6. Bersinergi (bekerja sama)
7. Mencapai Keseimbangan

Apa Arti Mewujudkan Sinergi?

Sinergi adalah **menghargai perbedaan** dan **bekerja bersama** untuk menciptakan solusi yang **lebih baik** dibandingkan kalau dikerjakan seorang diri.



SINERGI ADALAH	SINERGI BUKANLAH
Memanfaatkan perbedaan	Menerima perbedaan
Kerjasama	Bekerja masing-masing secara mandiri
Keterbukaan pikiran	Berpikir kamu selalu benar
Menemukan cara-cara baru yang lebih baik	Kompromi dengan yang sudah ada



Hambatan untuk Bersinergi

1. **Ketidaktahuan** : tidak tahu apa-apa tentang orang lain, **tidak kenal** keunikannya, sehingga tidak tahu memanfaatkannya.
2. **Tidak bersedia menerima perbedaan** : begitu eksklusif dan menolak siapapun yang tidak sama seperti dirinya.
3. **Prasangka** : mempunyai dugaan yang keliru sehingga ada kecurigaan yang menyebabkan sulit bekerja sama.

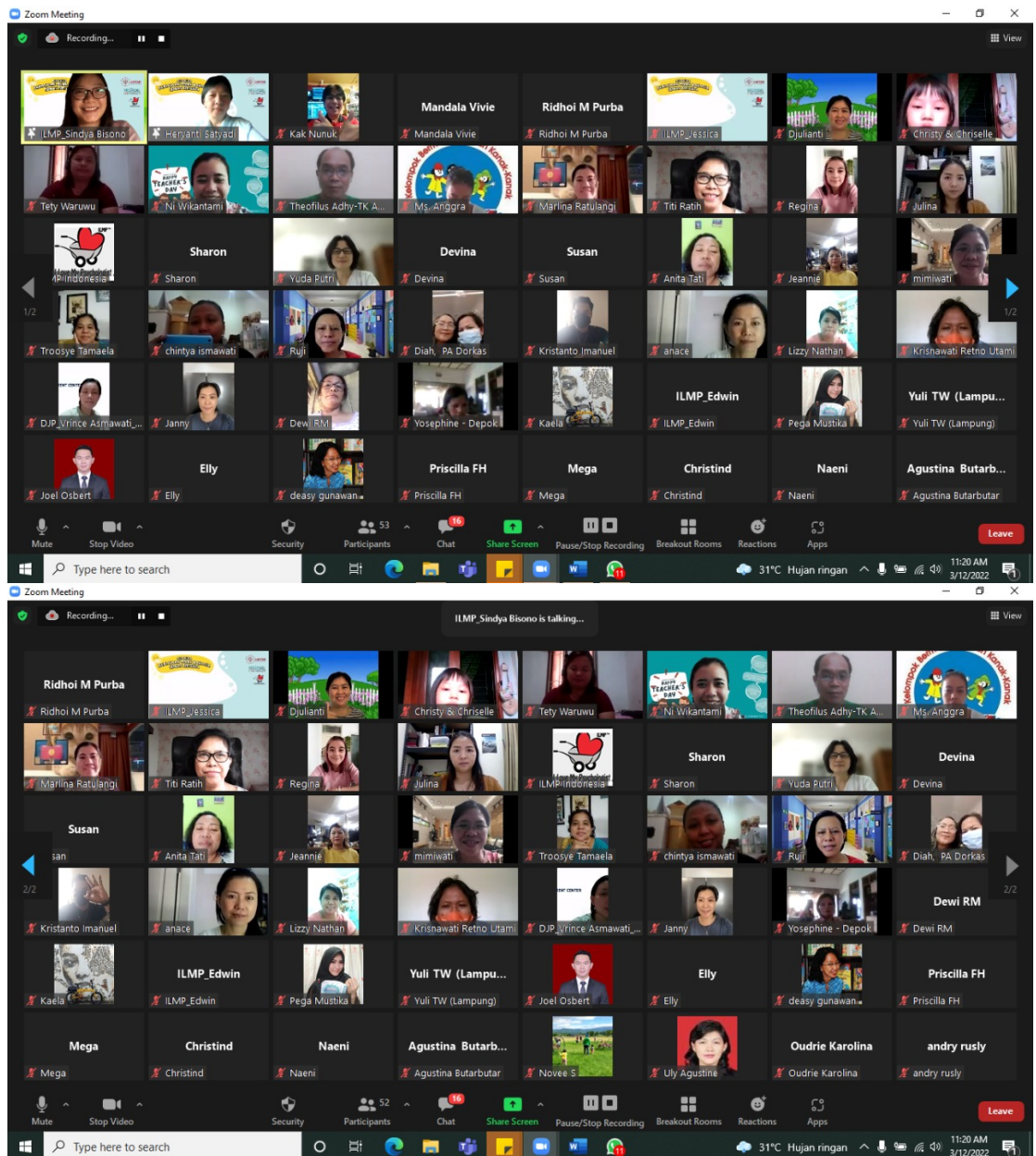


5 Langkah Mewujudkan Sinergi

1. Temukan apa yang menjadi **pokok masalahnya**.
2. **Dengarkan Ide orang lain** (berusaha untuk memahami terlebih dahulu ide-ide orang lain) **Ingat** **kebiasaan kelima** @
3. **Uraikan idemu** (berusaha untuk dipahami dengan menutarakan ide-idemu)
4. **Urin Rembuk/Sumbang saran** (gunakan daya imajinasimu dan ciptakan kemungkinan ide-ide baru bersama, cobalah kreatif dan hindari sikap mengritik)
5. **Temukan solusi terbaik** (setelah mengumpulkan ide-ide baik yang muncul, tentukan mana solusi yang terbaik)



2. Foto Kegiatan



Bukti Submit Luaran PKM Webinar Seri Membina Kebiasaan Anak Bahagia dengan Bercerita – Seri 3, 4, 5, dan 6



I Love My Psychologist <ilmp.indonesia@gmail.com>

Publikasi Artikel PKM

1 message

I Love My Psychologist <ilmp.indonesia@gmail.com>
To: kolompintar@untar.ac.id
Cc: Heryanti Satyadi <heryanti.satyadi@gmail.com>

Mon, Mar 21, 2022 at 3:45 PM

Selamat sore tim kolom pintar,

Berikut saya lampirkan artikel untuk luaran PKM Webinar Seri Membina Kebiasaan Anak Bahagia dengan Bercerita untuk dapat ditampilkan sebagai artikel di kolom pintar. Terdapat sebuah artikel luaran untuk setiap seri webinar yang berbeda. Apabila ada yang ingin ditanyakan, silakan me-reply email ini. Terima kasih

--
Best Regard,
I Love My Psychologist
Komplek Ruko Gading Bukit Indah Blok i no.9
Kelapa Gading, Jakarta Utara
08888901954

4 attachments

-  Luaran PKM Membina Kebiasaan dengan Bercerita sesi 3.docx
30K
 -  Luaran PKM Membina Kebiasaan dengan Bercerita sesi 4 berpikir menang-menang.docx
28K
 -  Luaran PKM Membina Kebiasaan dengan Bercerita sesi 5 memahami dulu baru dipahami.docx
29K
 -  Luaran PKM Membina Kebiasaan dengan Bercerita sesi 6 mewujudkan sinergi.docx
29K
-

KWITANSI PEMBAYARAN

Nomor : 2
Telah Terima dari : LPPM Untar
Terbilang : # Tiga Juta Rupiah #
Untuk Pembayaran : Biaya Pelaksanaan Kegiatan 100 PKM Plus

Tanggal: 26 April 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Heryanti S', written in a cursive style.

Dr. Heryanti Satyadi, M. Si, Psikolog



Kepada Yth.
Dr. Heryanti Satyadi, M.Si., Psikolog
di tempat

Dengan hormat,

Kami dari Mindskill-Mom-Community bermaksud meminta kesediaan Ibu Heryanti untuk mengadakan kegiatan yang bertujuan melatih para ibu mengasuh anaknya dengan cara yang lebih efektif. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kemampuan orangtua terutama para ibu untuk berkomunikasi dengan anak. Selain itu juga agar terjadi kedekatan emosional orangtua-anak dan sekaligus membina ibu-ibu agar dapat membangun kebiasaan-kebiasaan positif pada anaknya,

Berangkat dari banyaknya keluhan ibu-ibu dalam komunitas kami terkait permasalahan anak di sekolah maupun kendala komunikasi dengan anak sehingga dibutuhkan arahan dari ahli mengenai cara-cara yang tepat untuk menjalin relasi dan menanamkan karakter serta kemampuan dasar yang sangat dibutuhkan anak untuk berkembang secara intelektual, emosional dan sosial sehingga menjadi anak yang bahagia.

Harapan kami, Ibu Heryanti dapat menerima permohonan kami dan melaksanakan kegiatan tersebut secepatnya. Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian Ibu, kami ucapkan terima kasih.

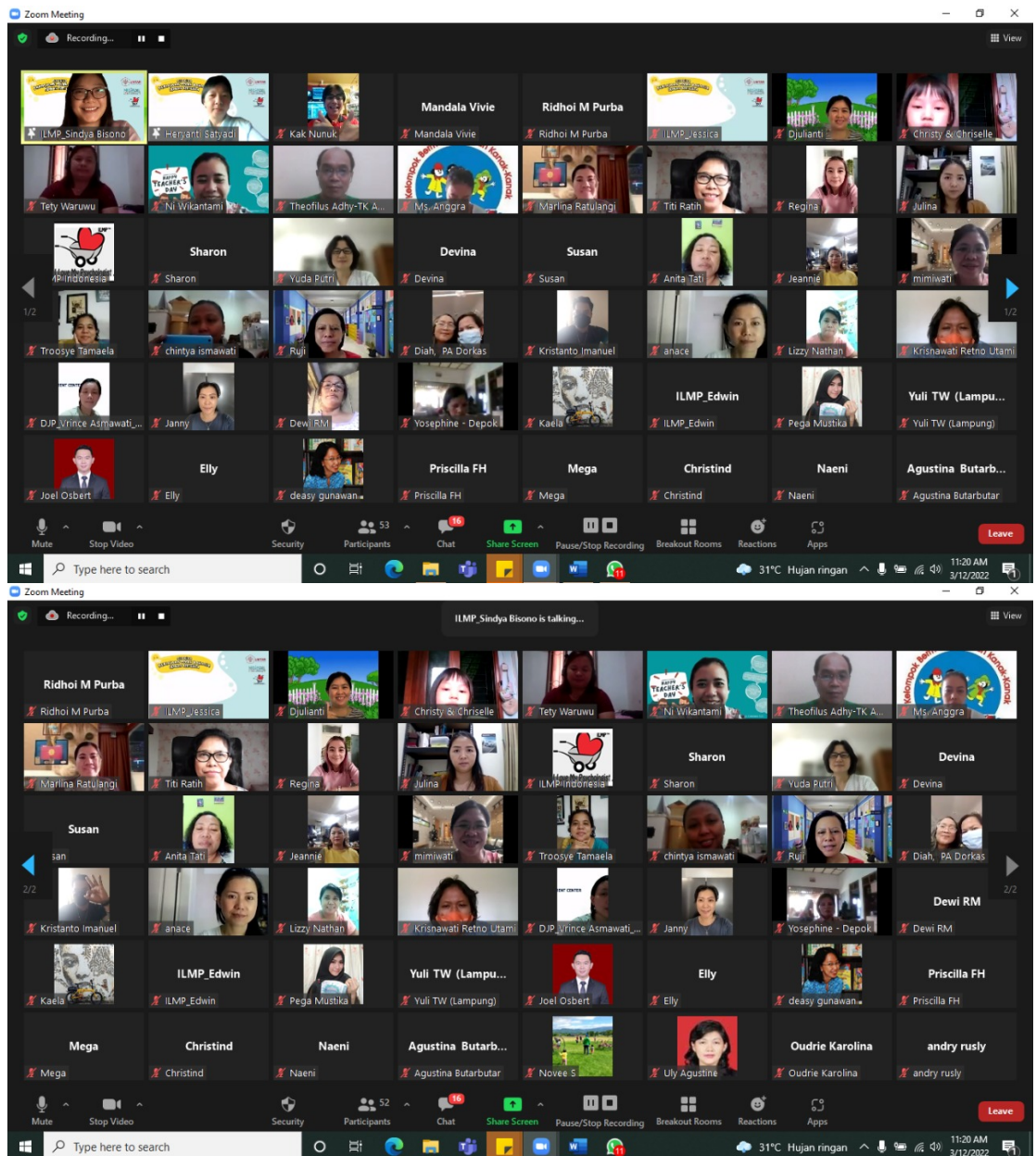
Jakarta, 2 November 2021

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Angelica Phan", written over a light blue horizontal line.

Angelica Phan

Perwakilan Mindskill-Mom-Community

2. Foto Kegiatan





WEBINAR
SERI 6/7

MEMBINA KEBIASAAN ANAK BAHAGIA DENGAN BERCERITA

HABIT

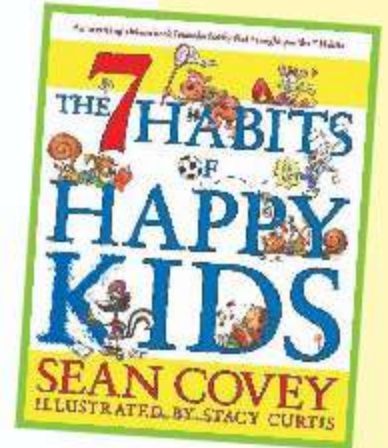
6 SYNERGIZE



DIAMBIL DARI BUKU

THE 7 HABITS OF
HAPPY KIDS

BY : SEAN COVEY



12 MARET
2022

PK 9.30 WIB



PEMBICARA:



Dr. Heryanti Satyadi, M.Si., Psikolog

Psikolog Senior di I Love My Psychologist
Dosen tetap UNTAR, Pembina Komunitas Mindskill Mom Community

MODERATOR:

Sindya Bisono, M.Psi., Psikolog

Psikolog Klinis



SCAN DI SINI

GRATIS!

REGISTRASI:

bit.ly/ILMPanakbahagia

@ilovemypsychologist

0 8888 901 954

**TEMPAT
TERBATAS!**

Diselenggarakan oleh :



Didukung oleh :





UNTAR
Universitas Tarumanagara



UNTAR untuk INDONESIA

SERTIFIKAT

No: 029/D/PKM100Plus/VI/2022

DIBERIKAN KEPADA

Dr. Heryanti Satyadi M.Si., Psikolog

sebagai:

NARASUMBER

Program Pengabdian kepada Masyarakat

KEGIATAN PKM 100 PLUS

dengan tema:

Webinar Membina Kebiasaan Anak Bahagia dengan Bercerita - sesi 6 Mewujudkan Sinergi

yang telah dilaksanakan pada tanggal:

12 Maret 2022

Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat,



Ir. Jap Tji Beng, Ph.D.

MEMBINA KEBIASAAN ANAK BAHAGIA – SERI 6 : MEWUJUDKAN SINERGI

* Heryanti Satyadi

** Sarah Alfiyah Hasjim

Editor: Hetty Tunjungsari

Pada hari Sabtu, 12 Maret 2022 telah diadakan webinar dengan tema “Membina Kebiasaan Anak Bahagia dengan Bercerita” – seri 6. Kegiatan yang diprakarsai oleh Universitas Tarumanagara (Untar) dan Kantor Psikologi *I Love My Psychologist* (ILMP) ini merupakan salah satu bentuk kegiatan pelayanan kepada masyarakat dan bertujuan memberikan edukasi kepada orangtua terkait pembentukan kebiasaan positif pada anak. Webinar ini dimulai pukul 9.30 WIB dan dihadiri oleh kurang lebih 64 peserta, yakni orangtua-orangtua yang memiliki anak usia SD, juga pengajar dan pemerhati anak.

Kegiatan ini merupakan seri keenam dari serangkaian webinar series yang dilakukan untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan positif pada anak sehingga anak menjadi bahagia. Kebiasaan khusus untuk membentuk anak bahagia dapat dibina dengan cara yang sebenarnya sederhana dan mampu dilakukan oleh setiap orangtua, yakni bercerita. Sejak jaman dahulu kala, bercerita sudah menjadi media penanaman nilai yang efektif dan dilakukan turun temurun dari generasi ke generasi sampai sekarang. Hal ini dikarenakan cerita dapat menarik perhatian berbagai kalangan usia. Bercerita bisa dilakukan secara lisan maupun *visual*. Yang penting setelah bercerita, orangtua dapat melakukan diskusi dengan anak tentang isi cerita yang disampaikan agar kebiasaan yang ingin ditanamkan dapat dipahami anak, diingat, dan diterapkan dalam kehidupannya. Hal-hal inilah yang menjadi sasaran dalam kegiatan webinar series ini, yakni menanamkan kebiasaan positif melalui cerita dan melatih orangtua berdialog dengan anak.

Kebiasaan anak bahagia yang keenam, yang harus diajarkan pada anak adalah kebiasaan mewujudkan sinergi. Anak-anak seringkali berusaha mencapai tujuan dengan kemampuannya sendiri. Ia tidak terbiasa untuk bekerja sama dengan orang lain demi mencapai keberhasilan. Padahal dengan bekerja sama atau mewujudkan sinergi dengan orang lain, tim dapat mencapai

keberhasilan yang jauh lebih besar daripada bila berusaha sendiri-sendiri. Hal yang penting dalam sinergi adalah kita memahami keunikan diri kita dan keunikan diri orang lain, kemudian memanfaatkannya demi mencapai tujuan bersama. Hal ini membuat kita, termasuk anak-anak, dapat menghargai perbedaan. Bisa dikatakan sinergi adalah saling mengisi dan melengkapi perbedaan untuk mencapai tujuan yang lebih besar. Hanya saja, sinergi baru bisa tercapai kalau kita telah melatih diri melakukan kebiasaan lainnya yang telah lebih dulu diajarkan. Kita harus bisa mendengarkan untuk memahami orang lain terlebih dulu, kita juga harus terbiasa untuk berpikir menang-menang, dan sebagainya.

Acara ini melibatkan anak serta orangtua dengan tema “Membina Kebiasaan Anak Bahagia dengan Bercerita”. Cerita-cerita yang dipilih untuk digunakan dalam membina anak-anak, diambil dari buku pengembangan karakter dengan judul *7 Habits of Happy Kids* oleh Sean Covey. Tema-tema yang diangkat untuk membina anak-anak memiliki kebiasaan yang berdampak positif membuat bahagia. Webinar seri 6 ini mengangkat tema tentang Mewujudkan Sinergi. Tema ini disajikan kepada anak-anak dalam bentuk *story telling* dengan gambar peraga berupa video untuk meningkatkan fokus anak, setelah itu orangtua akan mengajak berdialog (mengobrol santai) membahas kisah yang sudah disampaikan dengan santai tanpa menggurui. Dr. Heryanti Satyadi, M.Si., psikolog senior ILMP sekaligus dosen pengajar di Untar mencontohkan bagaimana berdialog dengan beberapa anak yang ikut menonton video cerita yang ditayangkan. Dengan demikian diharapkan para peserta mendapatkan gambaran bagaimana berdiskusi dengan anak untuk memperdalam pemahaman dan menanamkan nilai kebiasaan yang diinginkan agar menjadi anak yang bahagia.

* Dosen Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

** Mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara | 705170223