

PERJANJIAN

**PELAKSANAAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
PROGRAM PKM100 PLUS 2022 – Periode 1
Nomor: PKM100Plus-2022-1-033-SPK-KLPPM/UNTAR/IV/2022**

1. Pada hari Selasa tanggal 05 bulan April Tahun 2022, yang bertanda tangan di bawah ini:

I Nama : Ir. Jap Tji Beng, Ph.D.
Jabatan : Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Universitas Tarumanagara

Selanjutnya disebut sebagai **Pihak Pertama**.

II Nama : Dr. Heryanti Satyadi M.Si., Psikolog
NIDN/NIDK : 8860680018
Fakultas : Fakultas Psikologi

Bertindak untuk diri sendiri dan Anggota Tim Pengusul:

1. Nama : Andrea Prasasti
NIM : 705180228
2. Nama : -
NIM : -
3. Nama : -
NIM : -

Selanjutnya disebut sebagai **Pihak Kedua**.

2. Pihak Pertama menugaskan Pihak Kedua untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat atas nama Universitas Tarumanagara dengan:

Judul kegiatan : Webinar Membina Kebiasaan Anak Bahagia dengan Bercerita - Habit 7

Nama mitra : i Love My Psychologist

Tanggal kegiatan : 4/2/2022

dengan biaya **Rp3,000,000 (Tiga Juta Rupiah)** dibebankan kepada anggaran Universitas Tarumanagara.

3. Lingkup pekerjaan dalam tugas ini adalah kegiatan sesuai dengan yang tertera dalam usulan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang diajukan oleh Pihak Kedua, dan telah disetujui oleh Pihak Pertama yang merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam surat tugas ini.
4. Pihak Kedua wajib menyerahkan laporan kegiatan dan luaran kegiatan selambat-lambatnya tanggal 31 Juli 2022, sesuai prosedur dan peraturan yang berlaku dengan format sesuai ketentuan.

Pihak Pertama



Ir. Jap Tji Beng, MMSI., Ph.D.

Pihak Kedua



Dr. Heryanti Satyadi M.Si., Psikolog

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana



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.

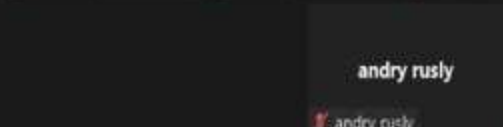
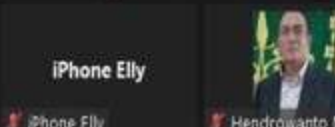
Harapan kami, Ibu Heryanti dapat menerima permohonan kami dan melaksanakan kegiatan tersebut secepatnya. Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian Ibu, kami ucapkan terima kasih.

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

 Titi Ratih	 Sindy Bisno	 Harjanti Satyo	 Susan	 rene	 Tety Waruwu - Amal...	 Lenny Riana	 rosalia
 Nace	 Liliana Lidya	 Aurora	 Dessy Karangan	 Ingi	 Brigitte Siregar	 denik lestari	 Jeannie
 Debby Novianty	 ILMP Office	 Lisa Meiliana	 Evi Setjowati	 Veronica	 Wenny	 Jessica Lim	 Subaryanti
 Janny	 Felix EFRAIM TJ...	 ILMP Indonesia	 Sharon	 Haeli Hia	 Henri	 Fenny Kumalasari	 Minie Wongso
 Anita Tati	 Yohana	 Lina Hardi	 Krisnawati Retn...	 Nining	 HARIADI CENGI	 Andre Christian	 98/29 Patricia S.S
 andry rusly		 iPhone Elly		 Yuli TW (Lampu...		 Pega Mustika	



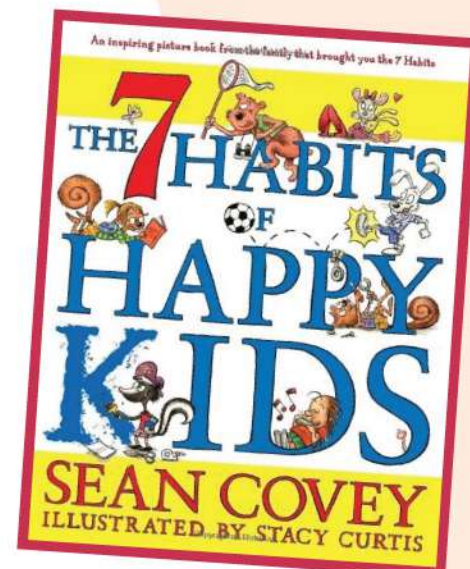
WEBINAR
SERI 7/7

MEMBINA KEBIASAAN ANAK BAHAGIA DENGAN BERCERITA



DIAMBIL DARI BUKU

THE **7** HABITS OF
HAPPY KIDS
BY : SEAN COVEY



2 APRIL
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: 033/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 - Habit 7 Hidup seimbang

yang telah dilaksanakan pada tanggal:

2 April 2022

Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat,



Ir. Jap Tji Beng, Ph.D.

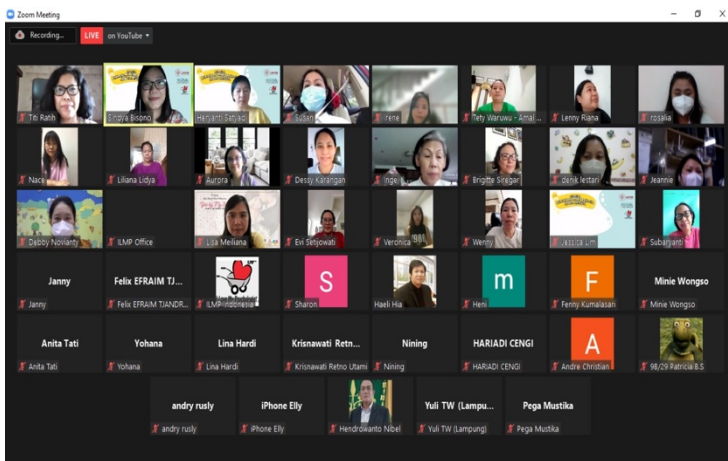
MEMBINA KEBIASAAN ANAK BAHAGIA (SERI 7): HIDUP SEIMBANG

* Heryanti Satyadi

**** Andrea Prasasti**

Editor: Arlends Chris

Pada hari Sabtu, 2 April 2022 telah diadakan webinar dengan tema “Membina Kebiasaan Anak Bahagia dengan Bercerita” – seri 7. 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 merupakan permintaan dari komunitas Mindskill Mom Community kepada Kantor Psikologi I Love My Psychologist untuk mengadakan acara untuk orangtua terkait pengasuhan anak, yang ditindaklanjuti secara internal kemudian diajukan ke Untar sebagai PKM. Materi disampaikan oleh Dr. Heryanti Satyadi, M.Si., Psikolog selaku dosen Fakultas Psikologi Untar, kegiatan berlangsung pukul 9.30 WIB hingga 11.30 WIB dan dihadiri oleh 58 peserta, yakni orangtua yang memiliki anak usia SD, anak-anak mereka, juga pengajar dan pemerhati anak.



Kegiatan ini merupakan seri ke-tujuh 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 moral dan budi pekerti 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 ketujuh, yang harus diajarkan pada anak adalah kebiasaan hidup seimbang. Seringkali, manusia terlalu fokus pada suatu hal sehingga melupakan hal lainnya. Kita lupa bahwa kehidupan tidak hanya terdiri dari 1 dimensi, namun ada 4 dimensi yang perlu berjalan dengan seimbang. Ada dimensi tubuh, pikiran, hati, dan jiwa. Dimensi tubuh mencakup segala hal yang terkait dengan fisik dan perlu terus diasah dengan makanan bernutrisi, tidur cukup, berolahraga, beristirahat, dsb. Dimensi pikiran terkait dengan cara kita berpikir dan menggunakan kemampuan intelektual, bisa diasah dengan membaca buku, menulis, mempelajari keterampilan baru, dsb. Dimensi hati melibatkan hubungan dengan orang lain, dapat diasah dengan membina relasi yang bermakna, melayani orang lain, memberi dan menerima kasih dari orang lain, dsb. Dimensi jiwa merupakan aspek psikis dalam diri sendiri dan perlu diasah dengan bermeditasi, mengungkapkan perasaan, berdoa, terkoneksi dengan alam, dsb. Untuk dapat menjadi pribadi yang bahagia, keempat dimensi tersebut membutuhkan waktu dan perhatian kita. Anak-anak pun demikian. Sejak kecil mereka perlu dilatih untuk hidup seimbang, yaitu melatih keseimbangan 4 dimensi tersebut: makan yang bergizi, olahraga, tidur cukup, membaca buku, bermain dengan teman, dsb. Bukan hanya fokus pada salah satunya. Namun sebelum bisa mengajarkannya pada anak, orang tua perlu terlebih dahulu memberi teladan untuk hidup seimbang. Oleh karena itu kebiasaan ini juga berguna bagi orangtua. Kebiasaan ini perlu dilatih terus menerus setiap hari, barulah hasilnya akan terlihat.

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 7 ini mengangkat tema tentang Hidup Seimbang. 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 | 705180228