Atrianah
Vol 2 No 1
ISSN : 2962-9357
E ISSN : 2962-9942

PSIKOEDUKASI MENINGKATKAN KREATIVITAS DIRI DAN FOKUSPIKIRAN PADA SISWA SD

Atrianah

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang, Karawang, Jawa Barat, Indonesia.

**Penulis Koresponding: ps19.atrianah@mhs.ubpkarawang.ac.id*

ABSTRAK

Psikoedukasi terhadap siswa SD mengenai bagaimana meningkatkan kreatifitas dan fokus pikiran diangkat menjadi hal yang ingin di teliti dikarenakan di SD N Gempolkarya 1 yang berlokasi di Kecamatan Tirtajaya masih minim pengetahuan mengenai psikologi. Dengan adanya psikoedukasi ini tujuannya dapat meningkatkan perhatian baik orangtua, guru maupun siswa itu sendiri mengenai pentingnya memperhatikan bagaimana pikiran kita bekerja selama ini apakah sudah fokus atau seringkali terpecah fokusnya sehingga banyak hal yang tidak terselesaikan dnegan maksimal. Selain mengenai fokus, tujuan dari psikoedukasi ini yaitu meningkatkan kreativitas siswa sehingga dapat membuat sesuatu dengan usaha mereka sendiri yang pasti akan menyebabkan adanya kepuasan diri. Metode yang dilakukan yaitu observasi atau pengamatan langsung di lapangan dengan memberikan presentasi melalui powerpoint. Hasil dari psikoedukasi ini langsung dapat dirasakan oleh siswa-siswa kelas IV SD N Gempolkarya 1 dimana awalnya mereka panik dan khawatir tidak dapat menyelesaikan tugas membuat gelang yang diberikan namun setelah diajarkan fokus dan cara agar dapat konsetrasi, mereka dapat tenang dan menyelesaikan dengan baik.Kesimpulannya hal-hal yang awalnya kita anggap sulit sebenarnya adalah hal mudah yang belum kita pelajari, hal ini dibuktikan dengan adanya salah satu siswa SD N Gempolkarya 1 yang awalnya menangis karena ketika menyusun gelang tertinggal oleh teman-temannya dan sempat terjatuh gelangnya namun karena ia berusaha kembali meningkatkan fokusnya dan tidak menyerah akhirnya ia dpaat menyelesaikan dengan hasil terbaik dan mendapatkan doorprize / hadiah dari peneliti.

Kata Kunci : *Kreativitas, Fokus*

PENDAHULUAN

*Gempolkarya adalah salah satu desa di Kecamatan Tirtajaya, Kabupaten Karawang, Jawa Barat, Indonesia**.** Jumlah penduduk Desa Gempolkarya menurut data prodeskel tahun 2022 sebanyak 4529 jiwa. Pada data kependudukan tingkat pendidikandidominasi oleh lulusan SMP dan SMA. Perhatian dari orang tua terhadap pendidikan anaknya cukup baik. Di Desa Gempolkarya terdapat 2 PAUD/TK, dan 2 SD. Untukmencapai jenjang SMP dan SLTA, masyarakat Desa Gempolkarya perlu menyekolahkan anaknya di luar dari desa, dikarenakan di Desa Gempolkarya belum terdapat SMP danSLTA.*

Tabel 4 Lembaga Pendidikan

Kategori	Jenis Sekolah	Jumlah
Sekolah Formal	*PAUD*	*2*
Sekolah Formal	*TK*	*2*
Sekolah Formal	*SD*	*2*
Sekolah Formal	*SMP*	*0*
Sekolah Formal	*SMK/SMA*	*0*

Dalam hal kesehatan, tingkat kesadaran warga desa Gempolkarya sudah cukup baik, hal ini dibuktikan dengan terdapatnya beberapa fasilitas kesehatan. Namun kesehatan yang di maksud adalah mengenai kesehatan fisik, sedangkan kesehatan mental masih minim perhatiannya terutama terhadap anak-anak. Hal ini menyebabkan penulis tertarik mengambil tema psikoedukasi terhadap siswa SD mengenai kiat-kiat meningkatkan kreatifitas dan fokus pikiran yang dapat dimulai dari hal-hal kecil yang di ajarkan selama penelitian.

Kreativitas adalah kemampuan memecahkan masalah yang membuat individu mampu menciptakan ide-ide asli atau adaptif fungsi kegunaannya secara penuh untuk berkembang. Dalam menuangkan kreativitas diperlukan adanya pikiran yang fokus.

Fokus didefinisikan sebagai pemusatan pikiran dan hati. Bisa juga dipahami sebagai ketotalan dalam melakukan sesuatu pekerjaan. Fokus bisa juga dimengerti sebagai keterarahan seluruh diri pada pekerjaan.

METODE

Penulisan dalam artikel ini menggunakan metode observasi, metode observasi (survey) yaitu suatu metode pengumpulan data dengan cara mengamati secara langsung pada lokasi penelitian untuk mengetahui kondisi yang terjadi serta membuktikan kebenaran dari sebuah penelitian yang sedang dilakukan. pengumpulan data dengan metode ini dapat menggunakan pengamatan secara langsung maupun tidak langsung.

Observasi dilakukan secara langsung kepada siswa kelas IV SDN Gempolkarya I dengan memberikan sosialisasi mengenai psikoedukasi mengenai cara meningkatkan kreativitas dan fokus pikiran.

Teknik dan Analisis Data

Teknik analisis data adalah suatu langkah yang paling menentukan dari suatu penelitian, karena analisa data berfungsi untuk menyimpulkan hasil penelitian. Analisis data dapat dilakukan sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Peneliti melakukan survey ke lokasi SD N Gempolkarya I, Menentukan subjek yang sesuai untuk dilakukan praktek mengenai cara meningkatkan kreativitas dan fokus pikiran dengan media pembuatan Gelang dari manik-manik hingga akhirnya subjek yang sesuai yaitu siswa kelas IV SD N Gempolkarya I

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan dilakukan tanggal 29 Juli 2022 sejak pukul 09.30 s.d 11.30 WIB dengan memberikan sosialisasi melalui powerpoin yang dipresentasikan tentang psikoedukasi kepada siswa mengenai bagaimana cara meningkatkan kreativitas dan fokus yaitu dengan di ajarkan :

- *Fokus ketika melakukan pekerjaan (memasukan manik-manik gelang)*
- *Tidak terburu-buru dalam melakukan pekerjaan*
- *Tetap tenang dan tidak panik walaupun melihat teman lain sudah lebih dahulu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan*
- *Belajar menyusun ke dalam tali hingga menjadi gelang yang siap digunakan*

3. Tahap Evaluasi

Peneliti memberikan evaluasi di akhir acara sosialisasi agar siswa dapat lebih tenang ketika menghadapi tantangan, menenangkan siswa yang menangis dikarenakan gagal ketika menyusun gelang, selain itu peneliti mengapresiasi siswa yang mendapat predikat paling kreatif dan paling fokus dengan memberikan hadiah atau doorprize di akhir acara edukasi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kreatifitas dan fokus pikiran sangat penting untuk di bangun dan di pupuk sejak usia anak-anak. Hal ini akan menjadi bekal kelak ketika sudah dewasa. Dalam keseharian hidup, kita tak jarang menemukan orang yang sukses. Misalnya dalam bidang menulis, musik, oleh raga, seni dan sebagainya. Kalau ditanya tentang rahasia kesuksesan mereka, jawaban yang sering muncul ialah fokus dengan pekerjaan. Mereka biasanya fokus dengam apa yang sedang mereka jalankan.

Psikoedukasi mengenai cara meningkatkan kreativitas dan fokus dilakukan secara langsung kepada siswa kelas IV SD Gempolkarya 1.

Psikoedukasi ini dilakukan dengan tujuan dapat membatu siswa memusatkan fokus dengan membuat gelang dari manik-manik, mulai dari cara memasukan ke dalam benang nya hingga menjadi gelang yang n tentu memerlukan konsentrasi dan fokus yang tinggi dimana hal ini juga mampu mengasah kreatifitas siswa.

Adapun materi yang diberikan dalam psikoedukasi ini yaitu dengan media powerpoint, presentasi dan praktik langsung dengan media manik-manik dan benang untuk membuat gelang. Dengan adanya psikoedukasi ini anak menjadi mengetahui bahwa dengan kreativitas mereka dapat membuat sesuatu yang indah yaitu gelang dari manik-manik dan dengan fokus mereka dapat menyelesaikan tugas tersebut dengan lebih mudah dan cepat.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan anak kelas IV SD N Gempolkarya 1 sudah mengetahui bagaimana cara untuk meningkatkan kreativitas dan fokus dengan cara membuat gelang dari manik-manik. Dengan mengetahui hal ini akan berguna untuk siswa kedepannya bukan hanya tentang fokus dan kreativitas membuat gelang tetapi hal ini juga dapat diterapkan dalam menyelesaikan masalah-masalah kehidupan di masa depan.

Sebaiknya pihak sekolah memberikan edukasi mengenai pentingnya fokus pikiran sejak usia anak-anak, karena di era modern ini siswa banyak dituntut mengenai kecerdasan akademik namun kurang dalam diajarkan meningkatkan kecerdasan emosional sedangkan ketika di masa dewasa khususnya di tempat kerja sangat di perlukan memiliki kecerdasan emosional untuk menunjang karir dan hubungan sosial yang lebih baik.

Gambar 1. *Sosialisasi meningkatkan kreativitas dan focus siswa SD*

Gambar 2. *Pembagian Doorprize Bagi Siswa Paling Kreative dan Fokus*

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, R., & Aziz, T. (2019). Integrasi Pengembangan Kreativitas Anak Kanisius Sorowajan Yogyakarta. Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 3(2), 294.

Fakhriyani, D. V. (2016). Pengembangan kreativitas anak usia dini. Wacana Didaktika, 4(2), 193–200.

Putro, K. Z. (2016). Mengembangkan kreativitas anak melalui bermain. Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama, 16(1), 19–27.