

ABDIMAS

Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/abdimas/>

Pemberdayaan Anak Melalui Program Bahasa Inggris, Melukis, PHBS, dan Gizi Bersama Pertukaran Mahasiswa Modul Nusantara Universitas Sumatera Utara

Ameilia Zuliyanti Siregar^{1*}, Titien Indriyanti^{1,2}, Alisa Faith Kurniawan³, Maulana Alfian Rizki Ananda^{3*}, Nathasia Corrina Chandra³

¹Universitas Sumatera Utara, Indonesia

²Modul Nusantara, Indonesia

³Pertukaran Mahasiswa Inbound Universitas Sumatera Utara, Indonesia

E-mail: ameilia@usu.ac.id, alfianrizki1899@gmail.com, alisafaith0608@students.unnes.ac.id, nathasiac@student.usu.ac.id

Abstrak

English learning program, Art Painting Therapy: Painting on a Totebag, Introduction to Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) and a healthy balanced nutrition lifestyle were programs carried out as a social contribution of Archipelago Module Programme (AMP). The objectives of society was to increase awareness of speaking English, channeling positive emotions and children's creativity, freeing children to express themselves and preventing children from illness in the framework of forming the 2030-2040 golden generation. This activity uses demonstration methods and hands-on practice and combines audio-visual media with kinesthetic learning styles. The target of this activity to developed childrens on Pimpinan Street, Medan Tembung. develop children's enthusiasm, self-potential, interests and talents in learning English and the arts. AMP's social contribution activities produce a culture of work ethic, empathy and sympathy for educational issues, especially developing motivation, enthusiasm and focus in learning for children in the city of Medan.

Kata kunci : Program, English, Painting, Balanced Nutrition, Children

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal yang esensial dalam hidup dan kehidupan manusia karena proses pendidikan berada dan berkembang bersama perkembangan hidup manusia. "Life is education and education is life" merupakan gambaran bahwa manusia tidak bisa memisahkan pengalaman hidupnya dari pengaruh pendidikan dan sebaliknya. Hal ini sejalan juga dengan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan atau *Sustainable Development Goals* nomor 4 yaitu mendukung pendidikan berkualitas yang menjamin kualitas pendidikan yang inklusif dan merata serta meningkatkan kesempatan belajar sepanjang hayat untuk semua.

Dewasa ini dikenal bukan hanya kecerdasan intelektual (IQ) yang dapat mengantarkan seseorang pada keberhasilan, melainkan juga kecerdasan lainnya, seperti kecerdasan logis-matematik, verbal-linguistik, spasial, musikal, kinestetik, interpersonal, intrapersonal, dan natural (Sari dan Oktariani, 2019). Secara garis besar, kecerdasan dipilah jadi kecerdasan *intellective* dan *non intellective*. Kecerdasan *intellective* atau intelektual disebut juga dengan kecerdasan kognitif, sedangkan kecerdasan *non intellective* atau non-intelektual meliputi kecerdasan-kecerdasan di luar kecerdasan kognitif. Menurut Tambak & Sukenti (2019), kecerdasan emosional, kecerdasan inteligensi, kemampuan berbahasa, dan pengetahuan kesehatan membentuk kecerdasan anak

madrasah di MTSN 1 Andalan, Pekanbaru. Kecerdasan-kecerdasan di luar kecerdasan kognitif dapat dilakukan dengan adanya pendidikan alternatif. Pendidikan alternatif yang berkelanjutan bertujuan agar anak mampu untuk bertahan hidup, mandiri, dan berkemampuan untuk mengembangkan dirinya.

Banyak anak mengalami hambatan dalam belajar karena faktor-faktor non intelektual. Menurut Goleman (2020), orang yang mengalami gangguan emosional tidak bisa mengingat, memperhatikan, belajar, atau membuat keputusan secara jernih karena gangguan emosional (stres) membuat orang jadi tumpul. Fakta di lapangan menunjukkan anak-anak yang berada di Jalan Pimpinan Gang Terima, Medan Tembung, Kota Medan memiliki pola gangguan emosional yang tidak tersalurkan dengan baik, dimana anak-anak cenderung berperilaku agresif dan tertekan dengan lingkungannya, sehingga menghasilkan hambatan belajar seperti susah mengingat. Hal ini sama dengan yang dikemukakan oleh koordinator Senyum Anak Nusantar, Chapter Medan, Rifqi Muhammad Gemilang, bahwa anak-anak di daerah tersebut susah untuk dikondisikan serta perlu pembelajaran berulang dengan materi yang sama.

Di samping itu, kecerdasan emosi juga menentukan keberhasilan seseorang karena menyangkut terhadap sifat seseorang menjadi manusia yang bertanggung jawab, penuh cinta kasih, produktif, optimis, dan memotivasi seseorang untuk terus maju. Kecerdasan emosi dalam pendidikan alternatif yaitu menggambar dan melukis. Menurut Hendro (2020) mengemukakan bahwa seni merupakan simbol dari perasaan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Shokiyah (2014) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kegiatan melukis dengan kebutuhan psikologis pada remaja.

Upaya lain dalam pemberdayaan anak ini salah satunya yaitu dengan memberikan pengalaman dan pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui bina suasana (*social support*). Anak membutuhkan pengetahuan tentang PHBS agar lebih peduli dengan kesehatannya. Dilansir dalam Dinkes.go.id PHBS termasuk sebagai pilar Indonesia Sehat sebagai salah satu upaya preventif dan promotif kesehatan. Selain itu, pelaksanaan PHBS tersebut dapat melalui pembiasaan-pembiasaan seperti perihal makanan. Makanan yang dikonsumsi seadanya dan tidak teratur akan menyebabkan anak rentan sakit dan terkena penyakit. Terlihat dari fakta di lapangan bahwa anak-anak di daerah tersebut beberapa mengalami *stunting* dan IMT (Indeks Massa Tubuh) yang di bawah normal. Hal ini tentu saja tidak sejalan dengan cita-cita bangsa Indonesia yaitu menciptakan Indonesia yang sehat seperti yang dicetuskan oleh Dinas Kesehatan. Maka dari itu, perlu adanya tindakan preventif dan tindakan promotif mengenai makanan sehat pada anak.

Berdasarkan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Pasal 7, Perkembangan anak sebagaimana dimaksud ayat (1) merupakan integrasi dari perkembangan aspek nilai agama dan moral, fisik motorik, kognitif, bahasa, dan sosial emosional, serta seni. Bahasa Inggris termasuk dalam aspek bahasa yang sangat penting. Hal ini dikarenakan bahasa Inggris merupakan kebutuhan yang harus dimiliki oleh masyarakat di era sekarang. Saat ini sudah banyak ditemukan di sekolah formal anak menerapkan stimulasi untuk memperkenalkan pembelajaran bahasa Inggris mulai dari kosa kata, buah-buahan, maupun abjad serta angka. (Pangastuti et al., 2020).

METODE

Kegiatan pemberdayaan anak ini diadakan bersama komunitas Senyum Anak Nusantara (SAN) Chapter Medan di Jalan Pimpinan Gang Terima, Medan Tembung, Kota Medan. Waktu yang dibutuhkan dalam program pemberdayaan anak adalah 2,5 jam dengan dibagi menjadi 3 program selama 30 menit untuk pembelajaran bahasa Inggris, 60 menit untuk kegiatan melukis di atas tote bag, 30 menit untuk pengenalan PHBS dan 30 menit untuk istirahat. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu guna mematuhi jadwal sekolah anak dan memperhatikan efektivitas waktu belajar anak. Menurut The Liang Gie (2003) pengelompokan waktu yang digunakan untuk belajar di luar sekolah atau di rumah adalah sebanyak 4 jam. Penelitian yang dilakukan oleh Andi Susanto (2012) menyatakan bahwa pemanfaatan waktu belajar anak selama 3-4 jam di luar sekolah bukanlah hal yang berat untuk dijalani.

Metode yang digunakan dalam pengabdian agar anak-anak di Jalan Pimpinan Gang Terima,

Medan Perjuangan, Kota Medan dapat berdaya sesuai dengan tujuan yaitu, sebagai berikut:

1. Melakukan beberapa tahapan yaitu tahapan perencanaan yang terdiri dari persiapan dan penyusunan materi serta tahapan implementasi.
2. Pembelajaran bahasa Inggris menggunakan model pembelajaran interaktif dengan metode demonstrasi, dan praktik langsung.
3. Melukis di atas totebag sebagai sarana penyaluran emosi dan kreativitas anak dengan menggunakan metode demonstrasi.
4. Pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan praktik mencuci makan sesudah melakukan kegiatan melukis dan sebelum makan dengan menggunakan metode demonstrasi.
5. Pemberian materi pola hidup sehat gizi seimbang dengan pembagian makanan 4 sehat 5 sempurna dengan menggunakan metode demonstrasi.

Dalam mengaplikasikan metode di atas, diperlukan juga alat-alat pendukung yang menunjang program pemberdayaan anak, seperti:

1. Video pembelajaran
2. Seperangkat alat lukis yaitu tote bag kanvas, cat akrilik, kuas lukis, dan palet
3. Hand sanitizer

HASIL DAN PEMBAHASAN

Senyum Anak Nusantara Chapter Medan menjadi kolaborator dalam peningkatan kualitas pendidikan masyarakat melalui pendidikan inklusif dengan sumber belajar non-formal. Pendidikan inklusif merupakan pendidikan yang menjangkau semua orang tanpa terkecuali. Selaras dengan visi UNESCO yaitu *Education For All*, pendidikan inklusif membuka kesempatan untuk mendapatkan pendidikan maksimal tanpa dibedakan oleh keragaman karakteristik individu secara fisik, mental, sosial, emosional, bahkan status sosial ekonomi. Sekolah yang menyelenggarakan pendidikan inklusif adalah sekolah menampung semua peserta didik di kelas yang sama. Sekolah ini menyesuaikan program pendidikan dengan kemampuan dan kebutuhan setiap peserta didik serta dukungan dapat diberikan oleh pendidik dengan tujuan peserta didik dapat berhasil. Salah satu sekolah yang mengusung pendidikan inklusif ini adalah Sekolah Nusantara yang dilaksanakan oleh Senyum Anak Nusantara Chapter Medan, melalui Sekolah Nusantara, tim penulis memasukkan beberapa program yang menunjang pendidikan inklusif seperti pembelajaran bahasa Inggris, *Art Painting Therapy: Melukis di Atas Tote Bag*, dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), serta pola hidup sehat gizi seimbang.

Tahap Perencanaan

Tim penulis mengadakan beberapa perencanaan sebelum memulai program pemberdayaan anak. Perencanaan ini berupa persiapan dan penyusunan materi, model, serta metode pembelajaran yang diberikan pada anak agar dapat terealisasi dengan baik dan tepat.

Persiapan

Tim penulis mengadakan persiapan awal dengan melakukan observasi lingkungan bersama komunitas Senyum Anak Nusantara Chapter Medan di Jalan Pimpinan Gang Terima, Medan Tembung, Kota Medan. Hal ditujukan agar tim penulis dapat melihat situasi dan kondisi lingkungan yang akan menjadi tempat belajar anak-anak serta mitra dari program pemberdayaan anak ini. Tim penulis juga berdiskusi dengan komunitas Senyum Anak Nusantara Chapter Medan sebagai penanggung jawab tempat belajar tersebut dan menyampaikan tujuan dan manfaat dari program pemberdayaan anak yang akan dilakukan oleh tim penulis.

Penyusunan Materi

Dalam melaksanakan program pemberdayaan anak ini, tim penulis menyusun metode pembelajaran yang tepat yaitu dengan model pembelajaran interaktif. Model pembelajaran interaktif seringkali disebut sebagai pendekatan pertanyaan anak. Jack Hassard (2004) mengemukakan bahwa

terdapat tiga karakteristik dalam model pembelajaran interaktif, antara lain:

1. Proses pembelajaran melibatkan pola komunikasi secara aktif peserta didik kepada pendidik maupun sebaliknya.
2. Kelas yang interaktif merupakan suatu tempat pendukung di mana peserta didik diberi motivasi untuk belajar dan menemukan maknanya sendiri serta bebas untuk menyelidiki suatu kebenaran.
3. Aktivitas pada pembelajaran interaktif berpusat pada pendidik sama dengan aktivitas yang berpusat pada peserta didik.

Dari pengertian model pembelajaran interaktif, disimpulkan bahwa proses pembelajaran tidak hanya berfokus pada pendidik saja, melainkan juga kepada peserta didik sehingga terjalin komunikasi yang interaktif guna peningkatan pengetahuan dan pembelajaran yang lebih bermakna pada peserta didik.

Metode yang digunakan yaitu tanya jawab. Menurut Hasibuan dan Moedjiono (2010), metode tanya jawab merupakan metode dimana pendidik memberi pertanyaan kemudian peserta didik akan menjawab, ataupun sebaliknya. Metode tanya jawab efektif dalam menggali pengetahuan dan rasa ingin tahu peserta didik terhadap suatu hal. Selain itu, metode ini juga memusatkan perhatian peserta didik terhadap masalah yang sedang dibahas. Menurut Drs. Roestiyah, cara mengajar menggunakan tanya jawab adalah suatu dimana pendidik dan peserta didik aktif bersama.

Metode lainnya yang digunakan adalah metode praktik langsung. Metode praktik langsung atau *drill method* merupakan metode yang langsung menggunakan bahasa secara intensif dalam berkomunikasi. Metode ini berupa latihan langsung atau implementasi langsung dari materi yang sudah dipelajari. Tujuannya yaitu agar anak dapat menggunakannya secara langsung materi yang telah disampaikan sebelumnya sehingga materi tersebut tidak hanya dihafal, melainkan juga diimplementasikan.

Metode demonstrasi (Syah, 2000) merupakan metode yang dilakukan dengan cara memperagakan barang, kejadian, aturan, dan urutan dalam melakukan suatu kegiatan, baik secara langsung maupun dengan menggunakan suatu media pengajaran yang relevan dengan pokok bahasan. Metode ini efektif digunakan pada pembelajaran bahasa Inggris, melukis di atas tote bag, dan pengenalan PHBS serta gizi seimbang. Hal ini dikarenakan seorang anak perlu adanya suatu contoh sebelum melakukan sesuatu dan kemudian merekonstruksikan pembelajaran melalui pemaknaan sendiri secara aktif.

Tahap Implementasi

Kegiatan pemberdayaan anak ini dilakukan dengan berkolaborasi bersama komunitas Senyum Anak Nusantara Chapter Medan di Jalan Pimpinan Gang Terima, Medan Tembung, Kota Medan. Tujuan dari kegiatan ini yaitu untuk meningkatkan kesadaran berbahasa Inggris pada anak, meningkatkan motivasi dan kreativitas anak, penyaluran emosi positif, kebebasan berekspresi, pengenalan pola hidup bersih dan sehat, serta pengetahuan konsumsi makanan yang sehat. Kegiatan ini diselenggarakan pada tanggal 10 Desember 2022. Keseluruhan program pemberdayaan anak diikuti sebanyak 20 anak.

Kegiatan pemberdayaan anak dilaksanakan selama 2.5 jam yang dibagi menjadi 3 program, yaitu pembelajaran bahasa Inggris selama 30 menit, *Art Painting Therapy*: Melukis di atas Tote Bag selama 60 menit, pengenalan PHBS dan gizi seimbang selama 30 menit, serta 30 menit untuk istirahat. Kegiatan dimulai pukul 16.00 WIB sampai dengan 18.30 WIB. Berikut adalah pembahasan program yang dikembangkan oleh tim penulis.

Pembelajaran Bahasa Inggris

Dilansir dari Bappenas, Indonesia diprediksi mengalami bonus demografi pada 2030-2040. Dalam rangka mengoptimalkan *window of opportunity* untuk menghindari dampak negatif dari bonus demografi, kuantitas sumber daya manusia harus diimbangi dengan kualitas. Pembentukan manusia yang berkualitas ini dapat dilakukan dengan pendidikan pada anak. Pendidikan yang berkualitas dan merata merupakan kunci dari membangkitkan generasi emas sebagai sumber daya manusia. Perancangan generasi emas perlu ditindaklanjuti dengan pengenalan bahasa Inggris sejak

dini. Bahasa Inggris merupakan bahasa internasional yang berperan penting dalam kehidupan sehari-hari. Bahasa Inggris saat ini sudah lazim digunakan dalam semua bidang, salah satunya yaitu komunikasi. Sulisty (2009) menyatakan bahwa akhir-akhir pembelajaran bahasa Inggris mulai merambah ke jenjang anak usia dini.

Pengenalan bahasa Inggris pada anak menggunakan pendekatan model interaktif dengan metode demonstrasi dan praktik langsung. Pembelajaran ini pertama menggunakan demonstrasi dimana tutor utama yang bernama Maulana Alfian Rizki melontarkan pertanyaan yang berkaitan dengan kosa kata dasar bahasa Inggris agar mengetahui sejauh mana pengetahuan anak. Metode demonstrasi merupakan metode mengajar dengan peragaan untuk memperjelas suatu pengertian atau memperlihatkan bagaimana berjalannya suatu proses pembentukan tertentu pada peserta didik (Hurrahman, 2009). Metode demonstrasi bersifat konstruktivis yang mana tidak hanya menunjukkan proses dan alatnya, tetapi juga disertai banyak pertanyaan yang mengajak peserta didik untuk berpikir dan menjawab persoalan yang diajukan. Maka dari itu, metode demonstrasi yang baik selalu diawali dengan pertanyaan-pertanyaan dari tutor. Beberapa anak cukup paham dengan kosa kata yang keseharian seperti materi *Introduction* dan *Greetings*. Namun, terdapat pula anak yang kurang percaya diri mengenai kemampuannya. Metode demonstrasi ini menarik perhatian dari anak-anak yang membuat semangat untuk mempraktikkan secara langsung. Pada implementasinya, metode demonstrasi beralih menjadi praktik langsung sebagai bentuk praktik langsung dari pembelajaran. Anak-anak dibagi menjadi beberapa pasang untuk bercakap menggunakan bahasa Inggris dasar. Tutor utama juga memberikan kuis yang berkaitan dengan materi agar semakin menambah semangat anak-anak.



Gambar 1. Kegiatan Pembelajaran

Pembelajaran bahasa Inggris dilanjutkan dengan materi nama-nama hewan. Metode yang digunakan yaitu demonstrasi dengan media audio visual yaitu video pembelajaran yang berisi lagu dan gerakan menari. Tutor utama mendemonstrasikan gerakan tarian yang dikombinasikan dengan kosa kata nama-nama hewan berbentuk lagu. Penelitian yang dilakukan oleh Rismi (2012) menyatakan bahwa musik berpengaruh aktif pada perkembangan mental dan fisiologis anak, sehingga membantu pembentukan jalur-jalur saraf yang berhubungan dengan otak dan mendorong terbentuknya hubungan antarsel otak. Maka dari itu, pembelajaran menggunakan media audio visual dapat membuat anak lebih cepat hafal dengan materi yang diberikan. Di samping itu, penggunaan gaya belajar yang juga mengkombinasikan dengan gaya belajar kinestetik menstimulasi otak anak dengan gerakan. Media audio visual dan gaya belajar kinestetik juga dapat mengubah lingkungan belajar menjadi menyenangkan dan tidak membuat anak merasa bosan. Hasil pembelajaran bahasa Inggris pada kegiatan pemberdayaan anak berjalan lancar.

Art Painting Therapy: Melukis di atas totebag

Penelitian oleh Mahardika (2017) menyatakan bahwa kemajuan zaman yang semakin pesat membuat perilaku anak berubah menjadi agresif dan emosional. Hal ini dikarenakan penggunaan *gadget* yang semakin marak dan membuat paparan negatif bagi kehidupan anak, khususnya dalam pengendalian emosi. Marah adalah suatu frekuensi emosi yang sering dialami oleh seorang anak, ketika emosi marah ini tidak dapat ditangani maka akan timbul perilaku dan sifat agresif yang menyebabkan munculnya penyimpangan-penyimpangan (1991). Perhatian lebih perlu ditingkatkan

agar emosi anak tetap stabil dan tidak terjadi perilaku yang tidak diinginkan. Masalah akan muncul apabila anak kehilangan kontrol emosinya. Mutmainah (2017) mengkategorikan empat gangguan emosi pada anak, yaitu ketidakmampuan anak dalam menunjukkan perilaku yang sesuai dengan situasi yang dihadapinya, ketidakmampuan anak dalam membangun hubungan dengan teman-temannya, merasa depresi atau cemas yang berlebihan terhadap faktor yang sangat kecil, dan sakit perut ketika dipanggil. Anak yang memiliki perkembangan yang baik adalah anak yang mampu mengkomunikasikan apa yang dirasakannya.

Masalah lain yang dapat dialami oleh anak yaitu berkaitan dengan hasil belajarnya. Banyak anak mengalami hambatan dalam belajar karena faktor-faktor non intelektual. Daniel Goleman mengatakan bahwa orang yang mengalami gangguan emosional tidak bisa mengingat, memperhatikan, belajar, atau membuat keputusan secara jernih karena gangguan emosional (stres) membuat orang jadi tumpul. Hurlock (1997) menyatakan bahwa emosi memainkan peran yang penting dalam kehidupan manusia. Selain itu, kecerdasan emosi juga yang menentukan keberhasilan dari seseorang karena menyangkut terhadap sifat seseorang menjadi manusia yang bertanggung jawab, penuh cinta kasih, produktif, optimis, dan memotivasi seseorang untuk terus maju.

Maka dari itu, perlu adanya wadah penyaluran emosi secara positif untuk anak dalam rangka meningkatkan kecerdasan emosi. Metode yang digunakan dalam program "*Art Painting Therapy: Melukis di atas totebag*" yaitu dengan demonstrasi dimana tutor utama yang bernama Alisa Faith Kurniawan mengenalkan peralatan lukis dan cara-cara melukis di atas tote bag kanvas. Kemudian, secara interaktif mengajarkan teori warna dasar seperti pencampuran antara warna primer, sekunder, dan tersier dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh anak.



Gambar 2. Kegiatan Melukis di atas Tote Bag

Kemudian anak-anak diberikan waktu 60 menit untuk melukis sesuai kreativitasnya. Melukis merupakan kegiatan untuk menuangkan emosi atau ekspresi anak untuk mengembangkan kreativitasnya dan potensi yang ia miliki. Ketika kegiatan melukis ini dimulai, anak-anak menyambut dengan antusias. Berbagai respon didapatkan antara lain tersenyum, bersemangat, dan tertawa. Grodner dan Foster dalam Curl (2008) mengemukakan bahwa efek utama dari *Art Therapy* adalah meningkatkan *mood* dan harga diri. Beberapa anak melukis cita-citanya atau impiannya ketika sudah dewasa. Terdapat juga yang melukis pemandangan rumahnya maupun kenangan yang ia dapatkan. Hal ini menunjukkan bahwa melukis merupakan kegiatan yang sangat erat dengan diri dari seorang anak. Disamping itu, tampak beberapa anak yang sangat berhati-hati agar cat tidak keluar dari garis. Artinya, melukis juga melatih daya konsentrasi anak. Indita, dkk (2018) mengemukakan bahwa melukis dapat melatih keterampilan motorik halus, menstimulasi kemampuan logika, melatih kepekaan estetika, dan memunculkan ide-ide kreatif pada anak. Setelah kegiatan melukis selesai, terlihat antusiasme anak ketika menceritakan apa yang ia lukis di atas totebag. Beberapa anak juga meminta untuk diabadikan dalam foto bersama hasil karya yang telah ia buat.



Gambar 3. Kegiatan Melukis di atas Tote Bag

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Serta Pola Hidup Sehat Gizi Seimbang

Peningkatan kualitas generasi muda merupakan prioritas dari suatu bangsa. Kualitas generasi muda didukung dari segi kesehatan jasmani, mental, dan sosial. Kesehatan anak yang optimal akan membentuk generasi yang berdaya tahan tubuh kuat terhadap penyakit dan generasi kecerdasan anak. Perilaku hidup bersih dan sehat adalah salah satu pendukung terbentuknya kualitas jasmani generasi muda. Kemenkes RI mengkategorikan menjadi beberapa, salah satunya yaitu PHBS sekolah. PHBS sekolah terdiri dari 6 indikator, yaitu mencuci tangan dengan air bersih, menggunakan jamban untuk buang air kecil dan buang air besar, membuang sampah pada tempatnya, mengikuti kegiatan olahraga, jajan di kantin sekolah, dan tidak merokok di sekolah. Adapun 8 pesan yang disampaikan PHBS kepada pendidik, yaitu mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, potong kuku tangan dan kaki, sikat gigi sesudah makan dan sebelum tidur, makan sayur dan buah setiap hari, pemilihan jajanan bersih dan sehat, membuang sampah pada tempat sampah, olah raga dengan rutin, dan penggunaan jamban bersih.



Gambar 4. Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Serta Pola Hidup Sehat Gizi Seimbang

Selaras dengan Kemenkes RI, pesan yang diambil dalam kegiatan ini adalah mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, makan sayur dan buah setiap hari, dan pemilihan jajanan bersih dan sehat. Metode yang digunakan adalah demonstrasi dengan memberikan pengetahuan mengenai cuci tangan. Tutor utama yang bernama Nathasia Corrina Chandra mendemonstrasikan secara langsung cara cuci tangan dan mengenalkan makanan 4 sehat 5 sempurna. Kegiatan berjalan dengan lancar meskipun terdapat suatu kendala yaitu tidak terlaksananya makan bersama anak-anak. Kegiatan ditutup dengan pembagian makanan 4 sehat 5 sempurna yang berisi makanan pokok yang mengandung karbohidrat, lauk pauk yang mengandung protein dan lemak, sayur dan buah-buahan sebagai sumber vitamin dan mineral, dan susu UHT (*Ultra High Temperature*) sebagai nutrisi tambahan. Selain itu, tutor utama juga memberikan *hand sanitizer* dan masker.

SIMPULAN

Kegiatan pemberdayaan anak ini ditujukan pada anak-anak di Jalan Pimpinan Gang Terima, Medan Tembung, Kota Medan bersama komunitas Senyum Anak Nusantara Chapter Medan.

Program-program yang diusung dalam kegiatan ini adalah Pembelajaran bahasa Inggris, *Arti Painting Therapy*: Melukis di atas totebag, Pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan pola hidup sehat gizi seimbang. Kegiatan yang berdurasi 2.5 jam ini dibagi menjadi 3 program, yaitu pembelajaran bahasa Inggris selama 30 menit, *Art Painting Therapy*: Melukis di atas Tote Bag selama 60 menit, pengenalan PHBS dan gizi seimbang selama 30 menit, serta 30 menit untuk istirahat yang dimulai pukul 16.00 WIB sampai dengan 18.30 WIB. Kegiatan ini merupakan kontribusi sosial dari Program Modul Nusantara sebagai bagian Pertukaran Mahasiswa Merdeka–Merdeka Belajar Kampus Merdeka. Dalam perealisasiannya, diperlukan beberapa tahapan yaitu tahapan perencanaan dan tahapan implementasi. Dalam implementasinya, anak-anak semakin berdaya dengan adanya program ini karena meningkatkan wawasan dan pengetahuan terhadap bahasa Inggris dengan metode pembelajaran yang tepat, meningkatkan kreativitas dan menemukan cara untuk menyalurkan emosi, serta mengetahui makanan yang sehat. Beberapa hambatan terjadi tetapi tim penulis menjumpai faktor pendukung dan tujuan dari kegiatan ini dapat terealisasikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, M., Chamalah, E., & Wardani, O. P. (2013). *Model dan Metode Pembelajaran di Sekolah* (1st ed.). UNISSULA PRESS.
- Akrim, A. (2022). *Buku Ajar Strategi Pembelajaran*. umsu press.
- Arumsari, A. D., Arifin, B., & Rusnalasari, Z. D. (2017). Pembelajaran Bahasa Inggris Pada Anak Usia Dini di Kec Sukolilo Surabaya. *Jurnal PG- - PAUD Trunojoyo*, 4(2), 82-170.
- C, Y. (2021). *Waktu Belajar Anak yang Efektif dan Caranya*. Edumaster Privat. Retrieved December 24, 2022, from <https://edumasterprivat.com/waktu-belajar-anak-yang-efektif-dan-caranya/amp/>
- Cahyaningtyas, N. T. (2021). Pemberdayaan Anak-Anak Usia Dini Melalui Program Bimbingan Belajar Bahasa Inggris di Rumah Belajar RT 02 di Desa Kambingan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 94-99.
- Darmadi, D. (2017). *Pengembangan Model dan Metode Pembelajaran dalam Dinamika Belajar Siswa*. Deepublish.
- Fauziyyah, S. A., Ifdil, I., & Putri, Y. E. (2020). Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(3), 109-114.
- Goleman, D. (2020). *Emotional intelligence*. Bloomsbury Publishing. 1-321.
- Hendro, E.P. (2020). Simbol: Arti, Fungsi, dan Implikasi Metodologisnya. *Jurnal Ilmiah Kajian Antropolog Endogami* i 3 (2): 158-165, 2020
- Immanuel, D. (2017). Peran Jam Belajar Efektif Siswa di Sekolah Dalam Memoderatori Motivasi Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Scholaria*, 7(1), 10-16.
- Kusumajanti, K., Nashir, A. K., & Widiastuti, N. P. E. (2021). Pemberdayaan Kelompok Pembudidaya Lele di Desa Curug, Gunung Sindur, Bogor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(4), 1025-1032.
- Luthfi, A. I., & Akmal, N. (2022). Melukis Sebagai Media Untuk Berekspresi Pada Anak Penerima Manfaat di UPT Inang Matutu Makassar. *Jurnal Abdimas Patikala*, 1(4), 282-285.
- Martono, M. (2017). Pembelajaran Seni Lukis Anak Untuk Mengembangkan Imajinasi, Ekspresi, dan Apresiasi. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP UNTIRTA 2017*, 437-446.
- Masruhah, U. (2019). Efektivitas Kegiatan Menggambar (Modifikasi Art Therapy) Untuk Mereduksi Stres Akademik Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Pati. *Skripsi*.
- Ngambut, K., & Takesan, I. (2021). Meningkatkan Mutu Layanan Kesehatan Puskesmas melalui Penyediaan Air, Sanitasi, dan Kebersihan yang Berkelanjutan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(4), 995-1004.
- Nur Mufidah, L. L. (2017). Memahami Gaya Belajar Untuk Meningkatkan Potensi Anak. *Jurnal Perempuan dan Anak*, 1(2), 246-260.
- Pratama, R. D., Raji, A., Lubis, H. U., & Suyatna, H. (2021). Pemberdayaan Masyarakat melalui Program Rumah Literasi Kreatif di Kabupaten Kutai Kartanegara. *Journal of Social Development Studies*, 2(2), 30-42. <https://doi.org/10.22146/jsds.1915>
- Roffiq, A., Qiram, I., & Rubiono, G. (2017). Media Musik dan Lagu Pada Proses Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 2(2), 35-40.
- Sari, N. dan Oktariani. (2019). Mengenal dan Mengidentifikasi Kecerdasan Majemuk Pada Anak. Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat 2019. SINDIMAS 2019. STMIK

- Pontianak, 29 Juli 2019. 334-337.
- Shokiyah, N. N. (2014). Analisis Hubungan Antara Kegiatan Melukis Dengan Kebutuhan Psikologis Pada Remaja. *Jurusan Seni Rupa Murni Fakultas Seni Rupa dan Desain*, 12(1), 37-43.
- Suin, & Istanti, W. (2019). Keefektifan Metode Praktik Langsung dan Metode Audio Lingual Dalam Pembelajaran BIPA Aspek Bicara Bagi Pemelajar BIPA 4 UNNES. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 8(2), 120-126.
- Susanto, A. (2012). Hubungan Penggunaan Jam Belajar di Luar Sekolah dan Pendampingan Belajar Orang Tua Siswa Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V SD di Gugus Anggrek Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang Tahun Ajaran 2011/2012. *Skripsi*.
- Tim Dosen. (2015). *Ragam Model Pembelajaran di Sekolah Dasar (Edisi ke-2)*. UPI Sumedang Press.
- Tambak, S & Sukenti, D. (2019). Strengthening Linguistic and Emotional Intelligence of Madrasah Teacher in Developing the Que. *Miqot* 43 (1): 111-129.
- Wulandari, T., Arizona, M. T., Tambun, R., & Wahab, A. (2019). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Ibu Dengan Statuz Gizi Anak Balita di Kelurahan Sei Kera Hilir II Kecamatan Medan Perjuangan. *Jurnal Kebidanan Kestra*, 2(1), 9-17.