

Smartpunktur untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa di Posyandu Desa Pedawang

Agustin Dwiningrum¹, Sri Wigati², Vidya Efriliana³, Asmanah⁴, Ari Andayani⁵

¹Universitas Ngudi Waluyo, agustin.dwiningrum@gmail.com

²Universitas Ngudi Waluyo, sriwigati@gmail.com

³Universitas Ngudi Waluyo, vidyaefriliana@gmail.com

⁴Universitas Ngudi Waluyo, asmanah@gmail.com

⁵Universitas Ngudi Waluyo, arianday83@gmail.com

Korespondensi Email: sri.wigati150776@gmail.com

Article Info	Abstract
<p><i>Article History</i> Submitted, 2024-12-07 Accepted, 2024-12-10 Published, 2024-12-19</p>	<p><i>Smartpuncture is a massage technique that aims to increase brain intelligence through stimulation to facilitate blood flow, nerves and meridians that lead to the head and brain. Smartpuncture is part of acupressure therapy, which is a legally valid form of alternative complementary therapy. The application of complementary midwifery care through smartpuncture aims to improve children's concentration and memory in the learning process. This community service activity is carried out through direct counseling at the Posyandu in Pedawang village by complying with health protocols. A total of 20 children aged 4-5 years from Posyandu in Pedawang village participated in this activity. Smartpuncture is carried out once, with prior explanation to the child and teacher. All children were able to follow the smartpuncture process well. Apart from that, parents and teachers are also given information about the benefits of smart puncture for children. Children involved in this service activity can practice smartpuncture techniques according to the instructions given.</i></p>
<p><i>Keywords: Learning Concentration, Smartpuncture, Students</i></p> <p>Kata Kunci: Konsentrasi Belajar, Smartpunktur, Siswa</p>	

Abstrak

Smartpunktur merupakan teknik pemijatan yang bertujuan meningkatkan kecerdasan otak melalui rangsangan untuk memperlancar aliran darah, saraf, dan meridian yang mengarah ke kepala dan otak. Smartpunktur adalah bagian dari terapi akupresur, yaitu salah satu bentuk terapi komplementer alternatif yang sah secara hukum. Penerapan asuhan kebidanan komplementer melalui smartpunktur bertujuan meningkatkan konsentrasi dan daya ingat anak dalam proses belajar. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan langsung di Posyandu desa Pedawang dengan mematuhi protokol kesehatan. Sebanyak 20 anak berusia 7-9 tahun dari Posyandu desa Pedawang berpartisipasi dalam kegiatan ini. Smartpunktur dilakukan satu kali, dengan penjelasan terlebih dahulu kepada anak dan guru. Semua anak

mampu mengikuti proses smartpunktur dengan baik. Selain itu, orang tua dan pengajar juga diberikan informasi mengenai manfaat smartpunktur bagi anak. Anak-anak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini dapat mempraktikkan teknik smartpunktur sesuai instruksi yang diberikan.

Pendahuluan

Pijat untuk meningkatkan kecerdasan otak (smartpunktur) adalah teknik stimulasi yang berfungsi melancarkan aliran darah, saraf, dan meridian menuju kepala dan otak (Wong, 2010). Pijat telah lama dikenal masyarakat sebagai metode terapi untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan. Teknik ini membantu memperlancar sirkulasi darah dan meridian, memberikan efek relaksasi pada otak dan tubuh, sehingga meningkatkan kinerja otak. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang menerima pijatan menjadi lebih reseptif dan komunikatif setelah sesi pijat (Nasifah and Sari 2022).

Para ahli yang meneliti dampak pijatan pada fungsi otak melaporkan bahwa pijat dapat membantu individu lebih siap berinteraksi secara produktif dengan lingkungan. Relaksasi yang dihasilkan dari pijatan juga mempermudah konsentrasi dan mendukung aktivitas belajar. Ketika otak dalam kondisi rileks, fokus terhadap tugas yang sedang dilakukan meningkat, sehingga proses belajar menjadi lebih efektif.

Pijat juga dikenal sebagai salah satu bentuk terapi yang bermanfaat bagi orang dewasa maupun anak-anak. Pada anak, terapi pijat dapat mendukung perkembangan otak, meningkatkan daya ingat, dan memberikan efek relaksasi, yang membuat mereka lebih siap menerima stimulus belajar. Manfaat lain dari pijatan meliputi tidur yang lebih nyenyak, pengurangan stres, dan peningkatan konsentrasi. Selain itu, pijatan membantu mempercepat pertumbuhan, mendukung perkembangan, serta meningkatkan daya tahan tubuh (Rahmanindar et al. 2024).

Sentuhan pijat tidak hanya mencerdaskan tetapi juga menyehatkan seluruh tubuh. Waktu terbaik untuk melakukan pijatan adalah pagi hari, agar tubuh tetap bugar sepanjang hari, atau malam sebelum tidur, untuk meningkatkan kualitas tidur. Pemijatan dengan teknik smartpunktur dapat dilakukan pada area tertentu yang dirancang untuk mendukung kesehatan dan kecerdasan anak secara optimal.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Posyandu desa Pedawang dengan metode penyuluhan langsung, sambil tetap menerapkan protokol kesehatan, termasuk penggunaan masker, menjaga jarak, dan memastikan kebersihan tangan. Program ini bertujuan memberikan asuhan kebidanan komplementer melalui smartpunktur pada anak untuk meningkatkan konsentrasi dan daya ingat dalam proses belajar. Pelaksanaannya meliputi tahapan berikut:

Tim pelaksana memulai kegiatan dengan memperkenalkan diri kepada peserta dan memberikan penjelasan singkat mengenai program pengabdian masyarakat, khususnya penerapan smartpunktur pada anak untuk mendukung konsentrasi dan daya ingat.

Proses pelaksanaan smartpunktur pada anak dipandu oleh tim pelaksana yang bertugas sebagai pembimbing kegiatan.:

Permasalahan Mitra

Tabel 1. Daftar Pelaksanaan Kegiatan

Pemberi Materi	Kegiatan
Agustin Dwiningrum Sri Wigati	a. Pelatihan Akupresur bagi Tenaga Kesehatan Sekolah dan Guru Kesehatan

Pemberi Materi	Kegiatan
	b. Edukasi dan Pemberdayaan Siswa dalam Pengelolaan Pembelajaran siswa
Vidya Efriliana Asmanah	a. Penyusunan Modul dan Panduan Praktis Akupresur bagi Siswa - siswi sekolah dasar b. Program Pendampingan dan Monitoring Efektivitas

Waktu dan Tempat Kegiatan
Posyandu desa Pedawang pada Jumat, 10 Juni 2022.
Kegiatan berlangsung dari pukul 08.00 hingga 09.00

Tabel 2 Waktu dan Tempat Kegiatan

Jenis Kegiatan	Waktu
a. Pelatihan Akupresur bagi Tenaga Kesehatan Sekolah dan Guru Kesehatan	Jumat, 20/11/2024
b. Edukasi dan Pemberdayaan Siswa dalam Pengelolaan Pembelajaran siswa	
c. Penyusunan Modul dan Panduan Praktis Akupresur bagi Siswa - siswi sekolah dasar	
d. Program Pendampingan dan Monitoring Efektivitas	

Sarana dan Alat yang digunakan
Pelatihan Akupresur bagi Tenaga Kesehatan Sekolah dan Guru Kesehatan: Power Point, LembarBalik
Edukasi dan Pemberdayaan Siswa dalam Pengelolaan Pembelajaran siswa

Pihak - pihak yang terlibat
Guru, Tenaga Kesehatan

Kendala yang dihadapi dan upaya mengatasinya
Keikutsertaan guru yang masih kurang disebabkan banyaknya guru yang sibuk disekolahan. Sebaiknya bekerja sama dengan Sekolah yang ada disekitar dalam penyuluhan maupun edukasi

Tabel 3 Distribusi Kehadiran

Pertemuan	Jumlah
Pertemuan 1	30
Pertemuan 2	30
Pertemuan 3	30

Tabel menunjukkan distribusi kehadiran guru dan siswa dalam kegiatan pengabdian masyarakat di Posyandu Desa Pedwang, dimana pada pertemuan pertama dihadiri 30 responden,

Hasil dan Pembahasan

Smartpunktur merupakan teknik stimulasi titik-titik tertentu pada tubuh anak yang bertujuan untuk meningkatkan daya ingat, mendukung perkembangan kecerdasan otak, merilekskan pikiran, serta meningkatkan kualitas tidur dan konsentrasi. Meskipun memiliki

banyak manfaat, belum banyak masyarakat yang mengenal teknik ini, khususnya di lingkungan Posyandu. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sebagai langkah awal untuk memperkenalkan dan mempraktikkan smartpunktur pada anak-anak (Arthyka Palifiana et al. 2022).

Pelaksanaan Kegiatan Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Desa Pedawang pada Jumat, 10 Juni 2022, pukul 08.00 hingga 09.00. Waktu pelaksanaan dipilih berdasarkan rekomendasi bahwa smartpunktur sebaiknya dilakukan pada pagi atau sore hari untuk memperoleh hasil yang optimal. Peserta kegiatan terdiri dari 20 anak berusia 7-9 tahun yang bersekolah di Posyandu Desa Pedawang, serta melibatkan guru dan orang tua murid. Semua anak yang diundang hadir dalam kegiatan ini.

Rangkaian Kegiatan Kegiatan diawali dengan sambutan oleh tim pelaksana yang terdiri dari dosen dan tenaga kesehatan yang memiliki keahlian dalam smartpunktur. Selanjutnya, dilakukan penjelasan mengenai pentingnya smartpunktur dan manfaatnya bagi tumbuh kembang anak. Setelah itu, sesi edukasi diberikan kepada guru dan orang tua mengenai konsep smartpunktur, titik-titik utama yang distimulasi, serta manfaat dari teknik ini. Dalam sesi ini, tenaga ahli mendemonstrasikan cara yang tepat dalam melakukan smartpunktur.

Pada tahap praktik, anak-anak diberikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik smartpunktur dengan bimbingan dari tim pelaksana. Guru dan orang tua turut serta mengamati serta berlatih agar dapat membantu anak-anak mempraktikkan smartpunktur di rumah. Tim pelaksana juga memberikan koreksi terhadap teknik anak-anak yang masih memerlukan perbaikan. Kegiatan ini diakhiri dengan sesi diskusi dan evaluasi, di mana guru dan orang tua diberikan kesempatan untuk bertanya dan berbagi pengalaman terkait penerapan smartpunktur pada anak. Evaluasi dilakukan dengan mengamati respons anak-anak serta tanggapan dari guru dan orang tua (Mustofa et al. 2023).

Hasil dan Dampak Kegiatan Kegiatan ini mendapatkan respons positif dari peserta, baik dari anak-anak, guru, maupun orang tua. Anak-anak terlihat antusias saat mengikuti praktik smartpunktur, meskipun beberapa masih perlu bimbingan dalam menerapkan teknik yang benar. Guru yang hadir juga menunjukkan minat tinggi dan berharap kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan agar smartpunktur dapat menjadi kebiasaan bagi anak-anak. Beberapa manfaat yang dirasakan langsung oleh peserta antara lain anak-anak merasa lebih rileks setelah menjalani smartpunktur, guru dan orang tua memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai smartpunktur dan cara mengajarkannya kepada anak-anak, serta peningkatan kesadaran akan pentingnya stimulasi non-farmakologis dalam mendukung perkembangan anak (Faidah et al 2022)..



Gambar 1 Pelaksanaan Smartpunktur



Simpulan dan Saran

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini memberikan manfaat berupa peningkatan pemahaman orang tua dan pengajar tentang smartpunktur pada anak. Anak-anak yang terlibat dalam kegiatan ini dapat mempraktikkan smartpunktur dan mengikuti instruksi selama pelaksanaan kegiatan dengan baik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan stimulasi melalui gerakan smartpunktur berpotensi mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Oleh karena itu, metode ini dapat dipertimbangkan dalam pengembangan kurikulum serta praktik kebidanan berbasis bukti, khususnya dalam mata kuliah Praktik Klinik Kebidanan.

Temuan ini dapat menjadi referensi bagi orang tua dan pendidik dalam menerapkan strategi stimulasi yang berbasis gerakan smartpunktur. Penerapan metode ini berpotensi mendukung perkembangan anak secara holistik dan dapat dikaji lebih lanjut dalam konteks pendidikan serta kesehatan anak.

DAFTAR Pustaka

- Arthyka Palifiana, Dheska, Sitti Khadijah, Devillya Puspita Dewi, and Mimi Rianti abcd Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta. 2022. "Pengaruh Yoga Kids Terhadap Peningkatan Konsentrasi Pada Anak." *Berkarya Dan Mengabdikan Untuk Meningkatkan Kemandirian Masyarakat Pasca Pandemic* 1(1):350–58.
- Faidah et al. 2022. "PENDAMPINGAN ANGGOTA UKS DALAM MELAKUKAN AKUPRESUR UNTUK MENINGKATKAN SISTEM KONSENTRASI BELAJAR DAN PEMBUATAN DESAIN FORMULIR STATUS KESEHATAN DI SMA." *Braz Dent J.* 33(1):1–12.
- Mustofa, Zamzam, Imtitsal Lathiful Ulya, Zainul Muqorrobbin, Ria Tri Pangestu, Richa Lutfina Rochim, and Mustofa Aji Prayitno. 2023. "Strategi Peningkatan Konsentrasi Belajar Siswa Dalam Memahami Materi Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam (SKI)." *Damhil Education Journal* 3(1):19–35. doi: 10.37905/dej.v3i1.1755.
- Nasifah, Isri, and Indah Permata Sari. 2022. "Smartpunktur Untuk Meningkatkan Kosentrasi Dan Daya Ingat Anak Dalam Proses Belajar Di TK Negeri Pembina Kaliwungu." (1109):438–42.
- Rahmanindar, Nora, Meyliya Qudriani, Tias Dwi Arti, Intan Cristi Mayasari Riski, Seventina Nurul Hidayah, Evi Zulfiana, Laduniyah Furqoni, and Afidatul Awaliyah. 2024. "Edukasi Dan Keterampilan Tentang Acupressure Massage Untuk Meningkatkan Fokus Dan Konsentrasi Belajar Pada Sisiwa SMAN 1 Kramat Kabupaten Tegal." *Jurnal Surya Masyarakat* 6(2):188. doi: 10.26714/jsm.6.2.2024.188-193.