Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo
Volume 5 No 1 Tahun 2026

Smartpunktur Untuk Meningkatkan Konsentrasi pada Anak dalam Proses Belajar di TK Marsudi Utomo Kabupaten Pekalongan

Ina Yatusofa[1] , Daffani Alkinshi Putri [2], Risma Aliviani Putri [3]
[1]Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, yatusofaina@gmail.com
[2]Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo,putridaffanialkinshi@gmail.com
[3]Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, putririendera@gmail.com

Korespondensi Email: yatusofaina@gmail.com

Article Info
Article History
Submitted, 2026-05-17
Accepted, 2026-05-22
Published, 2026-06-24

Keywords: Primary Dysmenorrhea, Acupressure, Adolescent Girls, Health Education, Leaflet

Kata Kunci:
Smartpunktur, Akupresur, Konsentrasi Belajar, Anak Usia Dini, Pengabdian Masyarakat.

Abstract

Learning concentration is one of the indicators of cognitive health that plays an important role in supporting the growth and development of early childhood. Good concentration skills enable children to receive information optimally, follow instructions correctly, and complete tasks according to their developmental stage. Based on preliminary observations conducted at Marsudi Utomo Kindergarten in Pekalongan Regency, it was found that several children still experienced difficulties in maintaining focus during the learning process. This condition may affect children's learning readiness and cognitive development if appropriate stimulation is not provided. One form of stimulation that can be implemented is through multisensory educational activities such as Smartpunktur, which is designed to enhance focus, visual-motor coordination, and the ability to follow instructions (WHO, 2021). This community service activity aimed to improve children's learning concentration through the implementation of Smartpunktur as a cognitive health stimulation medium. Smartpunktur is a massage-based method intended to optimize brain function through stimulation of specific points to improve blood circulation, nerve function, and meridian pathways connected to the head and brain (Wong, 2010). The activity was conducted with 17 children aged 5–6 years at Marsudi Utomo Kindergarten, Pekalongan Regency, through a one-time community service program consisting of health education, demonstrations, and hands-on practice using Smartpunktur. The results indicated an improvement in children's engagement during learning activities, their ability to follow instructions, and their attention and focus on the activities provided (Dian, Mediani and Minnatillah, 2022).

Abstrak

Konsentrasi belajar merupakan salah satu indikator kesehatan kognitif yang berperan penting dalam

mendukung proses tumbuh kembang anak usia dini. Kemampuan konsentrasi yang baik memungkinkan anak menerima informasi secara optimal, mengikuti instruksi dengan benar, serta menyelesaikan tugas sesuai tahap perkembangannya. Berdasarkan hasil observasi awal di TK Marsudi Utomo Kabupaten Pekalongan, ditemukan bahwa beberapa anak masih mengalami kesulitan mempertahankan fokus selama proses pembelajaran berlangsung. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesiapan belajar dan perkembangan kognitif anak apabila tidak mendapatkan stimulasi yang tepat. Salah satu bentuk stimulasi yang dapat dilakukan adalah melalui permainan edukatif berbasis multisensori seperti Smartpunktur yang dirancang untuk melatih fokus, koordinasi visual,motorik, dan kemampuan mengikuti instruksi (WHO, 2021). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan konsentrasi belajar anak melalui implementasi Smartpunktur sebagai media stimulasi kesehatan kognitif. Smartpunktur adalah metode pijat yang bertujuan mengoptimalkan fungsi otak melalui stimulasi pada titik-titik tertentu untuk membantu melancarkan aliran darah, saraf, dan meridian yang terhubung dengan kepala serta otak (Wong, 2010). Kegiatan dilaksanakan kepada 17 anak usia 5–6 tahun di TK Marsudi Utomo Kabupaten Pekalongan melalui satu kali kegiatan pengabdian yang terdiri atas penyuluhan kesehatan, demonstrasi, dan praktik bermain menggunakan Smartpunktur. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan keterlibatan anak selama pembelajaran, kemampuan mengikuti instruksi, serta fokus perhatian terhadap aktivitas yang diberikan (Dian, Mediani and Minnatillah, 2022).

Pendahuluan

Anak usia dini merupakan kelompok yang berada pada masa emas (*golden age*) perkembangan, yaitu periode ketika pertumbuhan dan perkembangan otak berlangsung sangat pesat. Pada masa ini, lebih dari 80% perkembangan struktur otak terjadi sehingga stimulasi yang tepat menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan kognitif, motorik, bahasa, dan sosial emosional anak. Kesehatan kognitif yang optimal pada anak usia dini berpengaruh terhadap kesiapan belajar dan keberhasilan pendidikan pada tahap berikutnya (WHO, 2021).

Salah satu aspek kesehatan kognitif yang penting adalah kemampuan konsentrasi. Konsentrasi merupakan kemampuan seseorang untuk memusatkan perhatian terhadap suatu objek atau aktivitas dalam periode tertentu tanpa mudah teralihkan oleh rangsangan lain. Pada anak usia dini, kemampuan konsentrasi masih berkembang sehingga membutuhkan stimulasi yang berkelanjutan agar dapat mendukung proses pembelajaran secara optimal (UNICEF, 2021).

Hasil observasi yang dilakukan di TK Marsudi Utomo Kabupaten Pekalongan menunjukkan bahwa sebagian anak masih mudah terdistraksi ketika guru menjelaskan materi pembelajaran. Anak sering berpindah perhatian, kurang mampu mengikuti instruksi secara utuh, dan mengalami kesulitan menyelesaikan tugas hingga selesai. Kondisi tersebut

menunjukkan perlunya intervensi sederhana yang dapat dilakukan melalui kegiatan promotif dan preventif untuk mendukung kesehatan kognitif anak.

Dalam perspektif kebidanan komunitas, upaya promotif dan preventif terhadap kesehatan anak tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga perkembangan kognitif dan psikososial. Bidan memiliki peran dalam memberikan edukasi dan stimulasi perkembangan anak sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, mahasiswa kebidanan perlu terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal (Kemenkes RI, 2022).

Salah satu metode stimulasi yang terbukti efektif adalah penggunaan permainan edukatif. Permainan edukatif dapat merangsang fungsi atensi, koordinasi sensorik, kemampuan memecahkan masalah, serta keterampilan sosial anak. Smartpunktur adalah metode pijat yang bertujuan mengoptimalkan fungsi otak melalui stimulasi pada titik-titik tertentu untuk membantu melancarkan aliran darah, saraf, dan meridian yang terhubung dengan kepala serta otak (Wong, 2010). Smartpunktur merupakan media permainan edukatif yang memadukan unsur visual, motorik, dan instruksi bertahap sehingga dapat membantu meningkatkan kemampuan fokus dan konsentrasi anak selama proses pembelajaran berlangsung (Zulfatin Ni'mah, 2024).

Berdasarkan permasalahan tersebut, tim pengabdian melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa implementasi Smartpunktur sebagai media stimulasi kesehatan kognitif untuk meningkatkan konsentrasi belajar anak di TK Marsudi Utomo Kabupaten Pekalongan.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 5 Juni 2026,Pukul 08.00-09.00WIB di TK Marsudi Utomo Kabupaten Pekalongan. Sasaran kegiatan adalah anak usia 5–6 tahun sebanyak 17 anak dan 3 guru TK Marsudi Utomo. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif yang terdiri atas tiga tahapan, yaitu penyuluhan kesehatan, demonstrasi Smartpunktur, dan praktik langsung bersama anak.

Tahap pertama berupa penyuluhan kesehatan yang diberikan kepada guru mengenai pentingnya stimulasi perkembangan kognitif dan konsentrasi belajar pada anak usia dini. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif dan diskusi tanya jawab dengan bantuan media PowerPoint dan leaflet. Sebelum penyuluhan dilakukan pre-test untuk mengetahui pengetahuan awal guru. Hasil kegiatan menunjukkan guru mampu memahami faktor-faktor yang memengaruhi konsentrasi belajar dan pentingnya stimulasi perkembangan kognitif pada anak usia dini. Materi meliputi faktor yang memengaruhi konsentrasi, dampak rendahnya konsentrasi terhadap proses belajar, serta strategi stimulasi yang dapat dilakukan melalui permainan edukatif,dan pre test. (UNICEF, 2021).

Tahap kedua adalah praktik Smartpunktur bersama anak. Metode yang digunakan berupa demonstrasi dan praktik langsung. Guru dilibatkan untuk mendampingi anak selama kegiatan, membantu memberikan instruksi, serta melakukan pengamatan terhadap kemampuan konsentrasi anak selama kegiatan berlangsung. Demonstrasi meliputi cara pemijatan, dan tujuan stimulasi yang ingin dicapai pada setiap aktivitas (Dian, Mediani and Minnatillah, 2022). Waktu yang paling baik untuk memijat adalah pagi hari sehingga pada malam harinya sikecil dapat tertidur dengan lelap. Atau juga malam sebelum anak tidur. Berikut ini lokasi pemijitan Smartpunktur :



Gambar Demonstrasi Melakukan Smartpunktur

Titik GV 20 (Bai Hui/Ratusan Pertemuan)

Titik GV 20 terletak pada bagian puncak kepala atau ubun-ubun. Stimulasi pada titik ini dapat membantu meningkatkan kelancaran sirkulasi darah menuju otak dan jantung sehingga mendukung fungsi berpikir yang lebih optimal. Selain itu, pemijatan pada titik GV 20 juga dapat membantu meredakan keluhan seperti sakit kepala, pusing, vertigo, dan migrain.

Titik Yin Tang (Ekstra 1)

Titik Yin Tang berada di area antara kedua alis, tepat di atas pangkal hidung. Pijatan pada titik ini bermanfaat untuk memperlancar aliran darah ke otak, mengurangi sakit kepala, mengatasi gangguan pada hidung, serta membantu mengurangi kejang. Stimulasi pada titik ini juga diketahui dapat meningkatkan konsentrasi.

Titik GV 26 (Ren Zhong/Pusat Manusia)

Titik GV 26 terletak di antara hidung dan bibir atas. Pemberian tekanan pada titik ini dapat membantu meningkatkan kesadaran dan konsentrasi, sekaligus meredakan sakit kepala serta menangani kondisi pingsan.

Titik Tai Yang (Ekstra 2)

Titik Tai Yang berada di daerah pelipis, yaitu di samping mata. Pemijatan pada titik ini dapat membantu mengurangi sakit kepala, migrain, pembengkakan dan kemerahan pada mata, serta mendukung kelancaran aliran darah menuju otak.

Titik SI 19 (Ting Gong/Istana Pendengaran)

Titik SI 19 terletak di bagian depan lubang telinga. Stimulasi pada titik ini bermanfaat untuk memperlancar sirkulasi darah ke otak, membantu mengatur nafsu makan dan minum, serta mengatasi sakit kepala, gangguan pendengaran, dan telinga berdenging.

Titik TE 17 (Yi Feng/Tirai Angin)

Titik TE 17 berada di belakang bagian bawah telinga. Pemijatan pada titik ini dapat membantu meningkatkan kelancaran aliran darah menuju otak serta mendukung fungsi pendengaran (Widyaningsih, Isfaizah and Hirawati, 2018).

Tahap ketiga adalah praktik bermain bersama anak menggunakan Smartpunktur. Anak diminta mengikuti instruksi, mengenali warna dan bentuk, mencocokkan objek, serta menyelesaikan tantangan sederhana yang membutuhkan fokus dan perhatian. Selama kegiatan berlangsung dilakukan observasi terhadap kemampuan konsentrasi anak. Penilaian konsentrasi dilakukan menggunakan lembar observasi yang disusun berdasarkan indikator konsentrasi anak usia dini, meliputi kemampuan fokus pada instruksi guru, mengikuti instruksi dengan benar, menyelesaikan tugas, partisipasi aktif, dan kemampuan

mengurangi distraksi. Observasi dilakukan sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) pelaksanaan Smartpunktur oleh tim pengabdi dan guru pendamping.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh 17 anak dan berlangsung dengan lancar. Anak menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Media Smartpunktur menarik perhatian anak karena menggunakan warna yang menarik, aktivitas bermain yang interaktif, dan melibatkan gerakan fisik sederhana yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini (Zulfatin Ni'mah, 2024).

Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan berlangsung, sebagian besar anak mampu mempertahankan fokus lebih lama dibandingkan saat kegiatan pembelajaran biasa. Anak terlihat lebih aktif mengikuti instruksi, lebih terlibat dalam aktivitas kelompok, serta menunjukkan minat yang tinggi untuk menyelesaikan tantangan yang diberikan melalui Smartpunktur (Dian, Mediani and Minnatillah, 2022).

Tabel 1. Hasil Observasi Konsentrasi Anak Selama Kegiatan

Indikator	Sebelum Kegiatan (%)	Sesudah Kegiatan (%)
Fokus pada instruksi guru	58,8% (10 anak)	88,2% (15 anak)
Mengikuti instruksi dengan benar	52,9% (9 anak)	82,4% (14 anak)
Menyelesaikan tugas	47,1% (8 anak)	82,4% (14 anak)
Partisipasi aktif	58,8% (10 anak)	94,1% (16 anak)
Mengurangi distraksi	41,2% (7 anak)	76,5% (13 anak)

Berdasarkan Tabel 1 Berdasarkan hasil observasi terhadap 17 siswa TK Marsudi Utomo, terjadi peningkatan pada seluruh indikator konsentrasi setelah pelaksanaan smartpunktur. Observasi dilakukan menggunakan lembar checklist observasi konsentrasi anak yang berisi lima indikator, yaitu fokus pada instruksi guru, mengikuti instruksi dengan benar, menyelesaikan tugas, partisipasi aktif, dan kemampuan mengurangi distraksi. Peningkatan paling tinggi terlihat pada indikator partisipasi aktif, dari 58,8% menjadi 94,1%, sedangkan indikator fokus pada instruksi guru meningkat dari 58,8% menjadi 88,2%. Hasil ini menunjukkan bahwa penerapan smartpunktur berpotensi membantu meningkatkan konsentrasi dan keterlibatan anak selama proses pembelajaran. Selain hasil observasi, guru menyampaikan bahwa anak terlihat lebih bersemangat dan lebih mudah diarahkan selama kegiatan berlangsung. Anak juga menunjukkan kemampuan bekerja sama yang lebih baik ketika bermain dalam kelompok (UNICEF, 2021).

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa implementasi Smartpunktur dapat meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini. Peningkatan tersebut terlihat dari kemampuan anak untuk memusatkan perhatian, mengikuti instruksi, dan menyelesaikan tugas selama kegiatan berlangsung. Hasil ini menunjukkan bahwa stimulasi multisensori melalui permainan edukatif dapat mendukung fungsi atensi dan kesehatan kognitif anak usia dini (WHO, 2021).

Temuan dalam kegiatan ini sejalan dengan penelitian (Dian, Mediani and Minnatillah, 2022) yang menyatakan bahwa aktivitas *brain games* dan *brain gym* mampu meningkatkan konsentrasi anak melalui stimulasi gerakan dan aktivitas kognitif yang dilakukan secara bersamaan. Persamaan penelitian tersebut dengan kegiatan Smartpunktur terletak pada penggunaan aktivitas bermain sebagai media stimulasi perkembangan kognitif. Namun, Smartpunktur memiliki keunggulan karena mengombinasikan aktivitas visual, motorik, dan pemecahan masalah sederhana dalam satu media pembelajaran (Dian, Mediani and Minnatillah, 2022).

Penelitian (Ayu *et al.*, 2024) menjelaskan bahwa akupresur memiliki potensi meningkatkan kemampuan kognitif dan konsentrasi siswa. Hasil penyuluhan menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa mengenai teknik akupresur sebagai upaya meningkatkan

konsentrasi belajar. Akupresure yang penerapanya dilakukan pada anak anak melalui teknik smartpuntur membantu siswa lebih siap menerima stimulus pembelajaran, mempercepat proses belajar, serta mendukung perkembangan fungsi otak yang berkaitan dengan fokus dan konsentrasi.

Penelitian Putri et al. (2023) juga menemukan bahwa permainan edukatif berbasis sensorik dapat meningkatkan perhatian dan keterlibatan anak selama proses pembelajaran. Kesamaan dengan kegiatan ini terletak pada penggunaan pendekatan bermain sebagai sarana peningkatan konsentrasi. Perbedaannya adalah penelitian tersebut menggunakan permainan sensorik individual, sedangkan Smartpunktur melibatkan aktivitas kelompok yang juga mengembangkan kemampuan sosial anak (Putri et al., 2023).Temuan lain dari penelitian (Zulfatin Ni'mah, 2024) menunjukkan bahwa permainan *building block* dapat meningkatkan fokus dan ketekunan anak dalam menyelesaikan tugas. Persamaan penelitian tersebut dengan kegiatan ini adalah penggunaan media bermain sebagai alat stimulasi kognitif. Namun, Smartpunktur tidak hanya melatih fokus visual tetapi juga kemampuan mengikuti instruksi dan koordinasi visual-motorik sehingga stimulasi yang diberikan lebih luas (Zulfatin Ni'mah, 2024).

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa permainan edukatif memiliki efektivitas yang baik dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini. Perbedaan media yang digunakan menunjukkan bahwa keberhasilan stimulasi tidak hanya dipengaruhi oleh jenis permainan, tetapi juga oleh keterlibatan aktif anak selama proses pembelajaran. Smartpunktur menjadi salah satu alternatif media yang mudah diterapkan dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini (Astuti *et al.*, 2024).

Meskipun hasil kegiatan menunjukkan dampak positif, kegiatan ini memiliki keterbatasan karena hanya dilakukan satu kali sehingga belum dapat menggambarkan efektivitas jangka panjang. Selain itu, jumlah peserta yang terbatas menyebabkan hasil belum dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas. Penelitian dan pengabdian lanjutan dengan durasi yang lebih panjang diperlukan untuk mengetahui dampak berkelanjutan terhadap perkembangan konsentrasi anak

Simpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui implementasi media Smartpunktur di TK Marsudi Utomo Kabupaten Pekalongan menunjukkan bahwa stimulasi kesehatan kognitif berbasis permainan edukatif mampu meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini, yang ditandai dengan meningkatnya kemampuan memusatkan perhatian, mengikuti instruksi, menyelesaikan tugas, serta berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa aktivitas bermain yang melibatkan stimulasi multisensori dapat mendukung perkembangan fungsi atensi, memori kerja, dan pengendalian diri pada anak usia dini sehingga berkontribusi terhadap kesiapan belajar dan perkembangan kognitif yang optimal, karena itu, Smartpunktur direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan oleh guru sebagai media pembelajaran yang inovatif dan menyenangkan, serta didukung oleh keterlibatan orang tua dalam memberikan stimulasi serupa di rumah guna mengoptimalkan perkembangan konsentrasi dan kesehatan kognitif anak. Selain itu, kegiatan pengabdian serupa perlu dikembangkan dengan cakupan peserta yang lebih luas dan durasi pelaksanaan yang lebih panjang untuk memperoleh gambaran efektivitas program secara lebih komprehensif.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Ngudi Waluyo, Dekan Fakultas Kesehatan, Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana, dosen pembimbing, serta berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kerja sama sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan lancar.

Daftar Pustaka

Astuti *et al.* (2024) 'Analisis Permainan Edukatif dalam Mendukung Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini', *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini 4.2* [Preprint].

Ayu, I. *et al.* (2024) 'Efektivitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Tentang Teknik Akupresur untuk Meningkatkan Konsentrasi pada Siswa di SMKN 1 Tembuku', 7, pp. 1–7.

Dian, D., Mediani, H.H. and Minnatillah, M. (2022) 'Brain Games and Gymnastics on Increasing Concentration Power of Early Childhood', *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), pp. 5615–5620. Available at: https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2487.

Kemenkes RI (2022) *Pedoman Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak (SDIDTK).*

UNICEF (2021) *Early Childhood Development Programme Guidance.*

Widyaningsih, A., Isfaizah, I. and Hirawati, H. (2018) 'IbM Sukses Ujian Nasional dengan Reinforcement Minat dan Smart Punture Siswa Kelas XII Authors', *Jurnal Pengabdian Dharma Bakti, 1(2).* [Preprint].

Wong, M. (2010) *Jaripunktur: PengobatanTerdahsyat*. Jakarta.

Zulfatin Ni'mah (2024) 'Building Block Games to Train Concentration in Children Aged 3-4 Years', *ABNA : Journal of Islamic Early Childhood Education*, 4(2), pp. 1–8. Available at: https://doi.org/10.22515/abna.v4i1.7134.