Jurnal Dedikasi Madani
Jurnal Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jdm/index

Juli. 2024. Vol. 3. No 1
E-ISSN: 2964-1519
pp. 46 - 51

Dukungan Psikologis Awal Bagi Anak dan Remaja

Nuraeni[1], Ani Endriani[2]
[1-2] Bimbingan dan Konseling, FIPP, Universitas Pendidikan Mandalika
Email: nuraeni@undikma.ac.id

Abstract
This community service activity aims to increase teachers' knowledge and understanding of how to provide initial psychological support (DPA) to children and adolescents. Knowledge and understanding of DPA allows teachers to help and detect students' initial psychological problems, overcome and provide support for the psychological difficulties they experience, so that students can develop optimally, both cognitively, psychologically and socially. The targets of this service are kindergarten, elementary, middle and high school teachers, totaling 158 teachers. The hope of this service activity is that with the knowledge and understanding gained so that teachers can apply it to recognize students' problems at school early and support their development, be able to understand children's rights and optimize students' development and potential as the nation's next generation..

Article History
Received: 20-06-2024
Reviewed: 29-06-2024
Published: 10-07-2024

Key Words
Early psychology; child; teenager.

Abstrak
Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman kepada guru tentang bagaimana memberikan dukungan psikologis awal (DPA) pada anak dan remaja. Pengetahuan dan pemahaman tentang DPA memungkinkan Guru dapat membantu dan mendeteksi permasalah psikologis awal siswa, mengatasi dan memberikan dukungan kesulitan psikologis yang dialami, sehingga siswa dapat berkembang dengan optimal, baik secara kognitif, psikologi maupun sosial. Sasaran dari pengabdian ini adalah guru-guru TK, SD, SMP, dan SMA, sebanyak 158 orang guru. Harapan dari kegiatan pengabdian ini adalah dengan pengetahuan dan pemahaman yang diperoleh supaya guru dapat menerapkan dalam mengenal lebih awal permasalahan siswa disekolah dan mendukung bagi perkembangannya, mampu memahami hak-hak anak serta mengoptimlkan perkembangan serta pontensi diri siswa sebagai generasi penerus bangsa.

Sejarah Artikel
Diterima: 20-06-2024
Direview: 29-06-2024
Disetujui: 10-07-2024

Kata Kunci
Psikologi Awal, Anak, Rremaja

Pendahuluan

Masa anak-anak dan remaja adalah masa yang penuh tantangan. Masa ini merupakan masa transisi dan masa di mana mereka sedang dalam proses pencarian jati diri. Berbagai hal yang terjadi dalam masa ini akan menentukan arah perjalanan mereka selanjutnya serta membentuk karakter diri anak dan remaja tersebut. Masa remaja sering dianggap sebagai masa yang paling rawan dalam proses kehidupan ini. Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan pada masa anak dan masa dewasa yang terjadi pada usia 12 tahun sampai 21 tahun. (Marliani, 2016). Periode ini dianggap sebagai masa-masa yang amat penting dalam kehidupan seseorang khususnya dalam pembentukan kepribadian.

Masa anak dan remaja merupakan periode di mana mereka tumbuh dan berkembang sangat pesat, baik secara fisik, kognitif, psikologis dan kompetensi sosial. Masa remaja merupakan masa yang rentan terhadap perbuatan-perbuatan yang kurang baik diakibatkan sikap mereka yang suka mencoba-coba pada hal yang baru. Perkembangan pesat baik secara fisik, kognitif, psikologis dan kompetensi sosial. Perkembangan pesat remaja ini dimulai ketika mereka mengalami pubertas yang akan terlihat mempengaruhi perkembangan fisik dan kognitif

Juli. 2024. Vol. 3. No 1
E-ISSN: 2964-1519
pp. 46 - 51

anak, dan secara tidak langsung mempengaruhi kondisi psikologis dan pola interaksi sosial mereka. Pada periode usia ini, anak yang memiliki hubungan yang baik dengan anggota di lingkungan keluarga, lingkungan satuan pendidikan, dan lingkungan masyarakat cenderung berkembang menjadi anak yang sehat secara fisik, psikologis, dan sosial saat masa dewasa nanti.

Kualitas pendidikan di satuan pendidikan sangat mempengaruhi prestasi akademik anak. Satuan pendidikan yang ideal dapat dilihat melalui kondisi lingkungan satuan pendidikan yang tertib dan aman, sumber belajar dan staf pengajar yang memadai, serta masyarakat di sekitar lokasi yang mendukung kegiatan belajar mengajar. Selain itu, budaya di lingkungan satuan pendidikan yang menekankan bahwa setiap anak memiliki kapasitas untuk belajar dan meraih prestasi yang baik merupakan aspek penting bagi anak agar dapat tumbuh dengan kondisi psikologis yang baik.

Pada konteks anak dan remaja lingkungan satuan pendidikan menjadi salah tema sentral. Sebagian besar waktu mereka akan dihabiskan di lingkungan pendidikan. Interaksi anak dan remaja dengan lingkungannya memberikan kesempatan mereka untuk memperoleh pengetahuan, sikap dan keterampilan baru. Pengalaman positif maupun negatif yang di dapatakan diserap dan menjadi bekal untuk tahap perkembangan selanjutnya. Semakin banyak pengalaman positif dan dukungan yang didapat oleh anak dan remaja, maka akan semakin meningkatkan kapasitas mereka untuk mengembangkan potensi diri sekaligus bertahan terhadap kerentanan yang ada.

Berbagai masalah yang dikeluhkan anak di sekolah seperti masalah kedisiplinan, membolos, melanggar peraturan sekolah, motivasi belajar yang rendah, perkelahian, kehamilan tidak diinginkan, atau bahkan penyalahgunaan narkoba, sesungguhnya bukan sesuatu yang berdiri sendiri. Upaya peningkatan kualitas pendidikan harus dilakukan bersamaan dengan meningkatkan kapasitas pihak satuan pendidikan serta berbagai pihak yang terkait dengan satuan pendidikan tersebut. Pada lingkungan satuan pendidikan; kepala sekolah, guru, anak atau remaja yang menjadi peserta didik memiliki peran penting. Peran ini tidak hanya menitikberatkan pada aspek penanganan melainkan juga menekankan pada tindakan preventif dan promotif dalam mencegah masalah psikologis dan sosial yang ada.

Seluruh komponen yang berada dalam lingkungan satuan pendidikan memiliki peran penting untuk membantu anak supaya dapat berkembang dengan optimal, baik secara kognitif, psikologis maupun sosial. Salah satu sumber kesuksesan anak dalam mengenyam pendidikan adalah peran guru dan sesama anak yang belajar di lingkungan satuan pendidikan yang sama. Mereka dapat saling mendukung dan memberi kepercayaan bahwa setiap anak mampu untuk berhasil menempuh pendidikan, terutama dukungan dari guru. Dukungan dan kepercayaan yang diberikan ini akan membuat anak merasa dihargai dan diperhatikan oleh guru dan teman-teman yang juga belajar di satuan pendidikan tersebut. Jika anak merasa memperoleh dukungan yang optimal dan tanpa pamrih dari lingkungan satuan pendidikan tempat ia belajar, maka mereka cenderung memberikan usaha lebih saat proses belajar mengajar. Karena diyakini bahawa keberhasilan dalam proses belajar mengajar adalah siswa sebagai pelaku dalam kegiatan belajar. Tanpa kesadaran, kemauan, dan keterlibatan siswa, maka proses belajar mengajar tidak akan berhasil (Retno & Mujiburrahaman, 2017).

Pendidikan untuk anak dan remaja mempunyai tantangan tersendiri, masa anak dan remaja merupakan masa-masa dimana mereka tumbuh dan berkembang dengan sangat pesat baik secara fisik, kognitif, maupun sosial. Selain itu di masa ini berbagai permasalahan timbul baik di lingkungan keluarga, satuan pendidikan maupun di masyarakat. Permasalahan-permasalahan seperti kedisiplinan, motivasi belajar rendah, membolos, melanggar aturan

Juli. 2024. Vol. 3. No 1
E-ISSN: 2964-1519
pp. 46 - 51

satuan pendidikan, penyalahgunaan narkoba dan lainnya yang dialami anak dan remaja tidak terlepas dari lingkungan yang ada di sekitarnya

Penting untuk mengenali bentuk dan sumber masalah psikologis atau sosial yang berpotensi terjadi pada anak dan remaja sehingga dapat memberikan dukungan sedini mungkin baik untuk dirinya sendiri maupun teman sebaya, agar tidak terjadi dampak yang lebih buruk. Bisa dikatakan interaksi siswa dengan guru dapat dikatakan sebagai sesuatu yang paling dekat dan secara potensial dapat memengaruhi motivasi intrinsik siswa. Vansteenkiste & Ryan (dalam Rohinsa, 2023).

Dalam konteks pendidikan, salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah dukungan psikologis awal (DPA) atau psychological first aid (PFA) siswa di satuan pendidikan. DPA seperti halnya P3K (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan), namun untuk luka psikologis. DPA sekaligus merupakan upaya untuk memperkuat proses pemulihan dan menghubungkan dengan pihak lain yang dibutuhkan. (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI, 2017). Dukungan Psikologis Awal (DPA) adalah serangkaian keterampilan sederhana yang dilakukan secara sistematis untuk mencegah dan mengurangi dampak negatif dari suatu masalah sekaligus menunjang proses pemulihan psikologis. Dukungan Psikologis Awal (DPA) adalah suatu cara untuk membantu orang yang mengalami kesulitan, sehingga mereka merasa lebih tenang, aman, dan didukung untuk mengatasi situasi, masalah, atau tantangan yang sulit.

Prinsip dasar dukungan psikologi awal adalah berikan dukungan sesegera mungkin, berikan perhatian pada individu yang membutuhkan, bantu mencari informasi yang terkait dengan masalah anak, selalu bersikap jujur, tunjukkan dukungan emosional, dan dorong anak untuk mencari solusi atas masalah yang dihadapi. (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2019). Dukungan psikologis awal bertujuan untuk mencegah memburuknya kondisi psikologis seseorang, yang terutama adalah menjadikan individu merasa lebih baik, merasa aman dan nyaman, bisa terhubung/ berkomunikasi dengan orang lain, menjadi tenang dan berpengharapan, memperoleh kesempatan untuk mendapatkan dukungan sosial, fisik, dan emosional, serta memperoleh kembali rasa untuk mengendalikan dengan dimampukan untuk menolong dirinya sendiri (Asih dkk., 2018). DPA sangat penting untuk dikembangkan di satuan pendidikan sebagai salah satu lingkungan yang berpengaruh besar terhadap pendidikan karakter anak. Keterampilan dasar DPA bisa dilakukan oleh semua orang baik guru maupun peserta didik. Jika keterampilan DPA ini dimiliki dan dilaksanakan, tentunya akan bermanfaat untuk meningkatkan kompetensi sosial ataupun menumbuhkan kepedulian sosial dan ketangguhan serta mendukung terciptanya iklim sekolah yang ramah anak. Melalui DPA, anak dan remaja dapat mengekspresikan masalah psikologis maupun sosial yang sedang hadapi dan memperoleh bantuan untuk menyusun rencana selanjutnya. Siswa menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah, terutama di kelas

Terdapat sejumlah alasan penting para pihak di satuan pendidikan perlu memiliki keterampilan memberikan DPA, yaitu Anak dan remaja menghabiskan sebagian besar waktu dalam sehari untuk melakukan kegiatan di sekolah, guru dan anak berinteraksi dalam lingkus sekolah dan satuan pendidikan merupakan bagian dari ekosistem perkembangan anak dan remaja sangat memungkinkan untuk membangun sistem bantuan bertingkat.

Dukungan Psikologi Awal memungkinkan Guru dapat membantu dan mendeteksi permasalah psikologis siswa untuk melakukan pertolongan pertama psikologis anak. Guru dapat mengetahui gejala awal anak mengalami permasalahan psikologis seperti kecemasan, serangan panik, depresi yang disebabkan permasalahan dirumah, atau dari lingkungan sekitanya yang mengganggu pelajarannya.

Jurnal Dedikasi Madani
Jurnal Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jdm/index

Juli. 2024. Vol. 3. No 1
E-ISSN: 2964-1519
pp. 46 - 51

Metode Pengabdian

Kegiatan pengabdian "Dukungan Psikologi Awal (DPA) anak dan remaja yang diselenggarakan oleh Guru Cendekia,yang menjadi peserta adalah guru-guru TK, SD, SMP dan SMA dari berbagai daerah di Indonesia, yang berjumlah 687 orang. Sedangkan untuk metode pelaksanaan dalam pengabdian ini adalah sebagai berikut: a. Pembukaan, b. Penyampaian materi, c.Tanya jawab dengan peserta dan d.Penutup.

Berikut dijelaskan secara rinci terkait dengan alur pelaksanaan pengabdian

a. Pembukaan

Pada sesi ini kegiatan dimulai dengan pembukaan kegiatan oleh MC, pengantar oleh MC, dan dilanjutkan oleh MC untuk mengenalkan nara sumber yang hadir tentang "Dukungan Psikologi Awal (DPA) anak dan remaja"

b. Penyampaian materi

Sesi penyampaian materi oleh narasumber terkait dengan penjelasan tentang dukungan psikologi awal (DPA) pada anak dan remaja, prinsip-prinsip DPA, langkah-langkah DPA, ketrampilan dasardalam memberikan DPA dan penyelenggaraan DPA di satuan pendidikan serta hal-hal yang sebaiknya dilakukan dan tidak dialkukan dalam mendampingi Anak.

c. Tanya Jawab

Setelah proses penyampaian materi oleh nara sumber, kemudian peserta pengabdian secara umum diberikan kesempatan untuk bertanya terkait dukungan psikologis awal (DPA), sekaligus diberikan kesempatan sharing pengalaman pribadi mereka seputar tema pengabdian, kemudian nara sumber akan menjawab pertanyaan dari peserta.

d. Penutup

Kesimpulan yang diberikan oleh Mc terkait dengan "dukungan psikologis awal (DPA) anak dan remaja dan sekaligus menutup kegiatan pengabdian.

Hasil Pengabdian dan Pembahasan

Kegiatan Pengabdian tentang dukungan psikologis awal (DPA) anak dan remaja, yang diselenggarakan oleh Guru Cendekia dilaksanakan melalui pembelajaran jarak jauh (Daring) dengan menggunakan Aplikasi Zoom. Kegiatan ini berorientasi pada peningkatan pengetahuan dan pemahaman guru-guru mengenai dukungan psikologis awal (DPA) anak dan remaja. Tujuan inti dari pengabdian yang ditujukan untuk guru-guru TK, SD, SMP dan SMA ini, supaya nanti nya dapat membantu dan mendeteksi permasalah psikologis awal siswa, dapat mengatasi dan memberikan dukungan kesulitan psikologis yang dialami, sehingga siswa dapat berkembang dengan optimal, baik secara kognitif, psikologi maupun sosial.

Gambar 1: Penyajian Materi

Gambar 2: penjelasan langkah Dukungan Psikologi Awal (DPA)

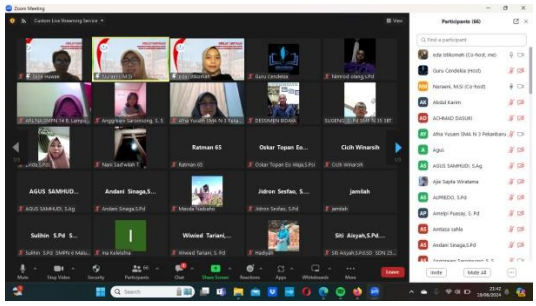
Jurnal Dedikasi Madani
Jurnal Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jdm/index

Juli. 2024. Vol. 3. No 1
E-ISSN: 2964-1519
pp. 46 - 51

DPA merupakan keterampilan sederhana yang perlu dimiliki semua pihak, termasuk guru, anak dan remaja di lingkungan satuan pendidikan. Dukungan Psikologis Awal (DPA) adalah sebuah metode untuk membantu seseorang dalam kondisi untuk membantu seseorang dalam kondisi distress agar mereka tenang dan didukung, guna mengatasi tantangan atau permasalahan mereka dengan baik. Dukungan Psikologis Awal adalah serangakaian keterampilan sederhana yang dilakukan secara sistematis untuk mencegah dan mengurangi dampak negatif dari suatu masalah sekaligus menjunjung proses pemulihan kesejahteraan psikologis.

DPA merupakan pengetahuan yang dapat dipelajari dan dibagi oleh seluruh kalangan, khususnya dalam rangka pencegahan maupun penanganan masalah psikologis yang dialami oleh peserta didik di sekolah. DPA dilakukan dengan tujuan untuk membuat individu merasa lebih baik, salah satu cara mencegah bertambah parahnya kondisi psikologis seseorang melalui pemberian dukungan sosial, fisik dan emosional dengan cara terhubung/berkomunikasi dengan orang lain hingga merasa tenang.

Gambar 3: Ketrampilan Dasar Memberikan DPA


Gambar 4 : Antusiasme dalam menjawab pertanyaan peserta

Satuan pendidikan merupakan salah satu lingkungan tempat tumbuh kembang anak dan remaja. satuan pendidikan memiliki peran sentral dalam membangun dan memperkuat jaring pengaman bagi peserta didik yang membutuhkan bantuan psikologis maupun sosial, sehingga peserta didik dapat berkembang dengan optimal, baik secara kognitif, psikologis maupun sosial. Kondisi ini membuat satuan pendidikan harus bisa meningkatkan, mengelola, dan mengintegrasikan sumber daya yang dimilikinya.

Kualitas pendidikan di satuan pendidikan sangat mempengaruhi prestasi akademik anak. Satuan pendidikan yang ideal dapat dilihat melalui kondisi lingkungan satuan pendidikan yang tertib dan aman, sumber belajar dan staf pengajar yang memadai, serta masyarakat di sekitar lokasi yang mendukung kegiatan belajar mengajar. Selain itu, budaya di lingkungan satuan pendidikan yang menekankan bahwa setiap anak memiliki kapasitas untuk belajar dan meraih prestasi yang baik merupakan aspek penting bagi anak agar dapat tumbuh dengan kondisi psikologis yang baik.

Sejatinya pada konteks pendidikan memiliki peranan yang besar dalam proses mempersiapkan diri bagi anak dan remaja. Tidak semata mempersiapkan diri dalam hal pengembangan kapasitas akademik, intelektual dan kognisi, tetapi juga pengembangan kapasitas psikologis dan sosial mereka. Menguatkan kapasitas psikososial anak dan remaja sejak dini akan menjadi bekal berharga bagi kehidupan mereka.

Juli. 2024. Vol. 3. No 1
E-ISSN: 2964-1519
pp. 46 - 51

Kesimpulan

Pengabdian pada masyarakat tentang dukungan psikologis awal (DPA) anak dan remaja membantu para guru-guru untuk mendeteksi permasalahan psikologis siswa untuk melakukan pertolongan pertama. Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman Guru mengenai gejala awal anak mengalami permasalahan psikologis, mengatasi, memberikan solusi serta memberikan dukungan kesulitan psikologis yang dialami, sehingga siswa dapat berkembang dengan optimal, baik secara kognitif, psikologi maupun sosial. Kegiatan ini diinisiasi oleh Guru Cendekia guru-guru memiliki pemahaman dan ketrampilan dalam menerapkan dukungan psikologis awal (DPA), mendukung bagi perkembangannya, mampu memahami hak-hak anak serta mengoptimlkan perkembangan serta pontensi diri siswa sebagai generasi penerus bangsa.

Saran

Berdasarkan pembahasan di atas, disarankan agar program pengabdian dukungan psikologi awal dilaksanakan secara berkelanjutan agar mampu memberikan hasil yang sesuai dengan harapan yakni meningkatkan pengetahuan dan pemahaman guru mengenai gejala awal anak mengalami permasalahan psikolgis, mengatasi, memberikan solusi serta dukungan kesulitan psikologis yang dialami anak.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Guru Cendikia yang telah memberikan kesempatan untuk membersamai guru-guru se Indonesia Raya dalam kegiatan ini, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika yang telah memberikan mandat untuk mengisi kegiatan yang sangat luar biasa ini.

Daftar Pustaka

Asih, M. K., Utami, R. R., & Kurniawan, Y. (2018). Psychological First Aid (PFA) untuk Pendamping Balai Pemasyarakatan (Bapas) Kelas I Semarang. Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2017). Pengembangan Model Dukungan Psikologis Awal Bagi Pendidikan Anak dan Remaja. Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2019. Pedoman Pelaksanaan Dukungan Psikologis Awal di Satuan Pendidikan. Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Mariani, R. 2016. Psikologi Anak dan Remaja. Bandung: Pustaka Setia.

R, & Mujiburrahman. (2017). Efektivitas Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan Kemandirian Dalam Menyelesaikan Tugas-Tugas Belajar Pada Siswa, 2 (2), 398–405

R Astrini - ejournal. undikma. ac. id/index. php/realita/issue/view

Rohinsa, M. Peran dukungan guru Terhadap Pemenuhan kebutuhan psikologis dasar siswa dalam kurikulum merdeka, Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah Lembaga Penelitian Universitas Trisakti Prodi Sarjana Psikologi, Fakultas Psikologi.266-273. https://www.researchgate.net/publication.