

**LAPORAN KEGIATAN  
PROGRAM PPM**



**SOSIALISASI DALAM PEMROGRAMAN AKTIVITAS FISIK MELALUI  
“*BRAIN GYM FOR KIDS*” PADA DAERAH TERDAMPAK BENCANA  
BANJIR LAHAR DINGIN MERAPI**

**Diusulkan oleh:**

Yudik Prasetyo, M.Kes	NIP 19820815 200501 1 002
Cerika Rismayanthi, M.Or	NIP 19830127 200604 2 001
Panggung Sutapa, MS	NIP 19590728 198601 1 001
Hadwi Prihantanta, M.Sc	NIP 19600908 198601 1 001
Kukuh Wahyudin	NIM 10603141045
Khairun Nasirin	NIM 10603141047
Muhammad Khusnul	NIM 10603141045

**PPM Didiyai dengan Anggaran DIPA UNY Tahun 2012  
SK Dekan No. 204 tahun 2012, tanggal 1 Juni 2012.  
Nomor perjanjian 1160 /UN34.16/PPM/2012, tanggal 1 Juni 2012**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2012**

## Sosialisasi dalam Pemrograman Aktivitas Fisik melalui “Brain Gym For Kids” pada Daerah Terdampak Bencana Lahar Dingin Merapi

### ABSTRAK

Masa kanak-kanak seharusnya memberikan kenangan manis, sebaliknya yang dialami oleh anak-anak korban erupsi merapi, kenangan traumatis yang dialami. Anak-anak kehilangan tempat tinggal, tempat bermain, dan tempat belajar. Jika tak segera tertangani secara tepat, pengalaman bencana dapat berpengaruh pada kondisi mental anak-anak. Anak terancam menjadi pemurung, tertutup, minder, ketakutan berlebihan hingga gangguan kecerdasan. Artinya betapa kejadian itu merupakan pengalaman traumatis bagi anak-anak. Pola bimbingan psikologis bagi mereka pun tak bisa disamakan dengan orang dewasa. Pendekatan terhadap anak-anak harus dilakukan lebih sabar dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak secara fisik maupun psikis. masalah yang dihadapi oleh para guru penjaskes sekolah dasar, maka diperlukan pelatihan *brain gym for kids*. Dengan menerapkan indikator *brain gym for kids* diharapkan terwujud kegiatan akademik yang diharapkan.

Metode yang digunakan dalam kegiatan PPM adalah *active dan participatory learning*, yang meliputi ceramah, praktik lapangan, pelatihan penyusunan program, pelaksanaan program dan pendampingan pelaksanaan program. Sebagai khalayak sasaran antara yang strategis yang dilibatkan dalam kegiatan penelitian pengabdian masyarakat ini adalah Guru-guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang ada di Kabupaten Magelang, dan siswa-siswa yang terkena dampak lahar dingin merapi. Karena Keterbatasan tim pelaksana pengabdian msyarakat, maka peserta kegiatan ini dibatasi 65 orang peserta, yaitu guru-guru yang berjumlah 15 dan siswa sekolah dasar yang berjumlah 50 orang.

Program PPM *Brain Gym* ini di rasa sangat bermanfaat bagi guru-guru dan siswa siswi untuk menambah pengetahuan tentang Olahraga Otak (*Brain Gym*) yang dapat mengurangi trauma terhadap banjir lahar dingin Merapi. Dalam rangka peningkatan kemampuan para guru, materi yang disajikan sangat bermanfaat sekali terutama hal hal yang praktis dapat dilakukan oleh pengajar di lapangan. Diharapkan Guru dapat lebih mengoptimalkan peran sekolah dalam upaya masukan dari pihak sekolah agar kegiatan ini ada tindak lanjutnya sehingga apabila ada siswa yang mempunyai kemampuan baik dalam mempraktekkan Brain Gym agar tujuan dari kegiatan ini dapat dilakukan bukan hanya pada kegiatan atau pelajaran olahraga di sekolah tetapi dapat mengurangi terhadap trauma lahar dingin merapi.

**Kata kunci:** Pemrograman Aktivitas Fisik, Brain Gym, Daerah Terdampak Bencana Lahar Dingin Merapi

## **BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN**

### **1. Kesimpulan**

Program PPM *Brain Gym* ini di rasa sangat bermanfaat bagi guru-guru dan siswa siswi untuk menambah pengetahuan tentang Olahraga Otak (*Brain Gym*) yang dapat mengurangi trauma terhadap banjir lahar dingin Merapi. Dalam rangka peningkatan kemampuan para guru, materi yang disajikan sangat bermanfaat sekali terutama hal-hal yang praktis dapat dilakukan oleh pengajar di lapangan. Diharapkan Guru dapat lebih mengoptimalkan peran sekolah dalam upaya masukan dari pihak sekolah agar kegiatan ini ada tindak lanjutnya sehingga apabila ada siswa yang mempunyai klemampuan baik dalam mempraktekkan *Brain Gym* agar tujuan dari kegiatan ini dapat dilakukan bukan hanya pada kegiatan atau pelajaran olahraga di sekolah tetapi dapat mengurangi terhadap trauma lahar dingin merapi.

### **2. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dari pelaksanaan pelatihan ini, maka sangat perlu untuk diselenggarakan kegiatan pelatihan seperti ini di Sekolah-sekolah atau kabupaten/kota yang lain yang terdampak bencana alam bukan hanya di sekolah biasa. Supaya dapat menghasilkan sumber daya manusia yang terampil, perlu diselenggarakan kegiatan pelatihan lagi untuk guru-guru Penjas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Geake, J. (2005). *Educational neuroscience and neuroscientific education: in search of a mutual middle-way*.
- Hyatt, K. J. (2007). *Brain Gym®*. Remedial and Special Education 28(2): 117.
- Kohl III, H. W. and K. E. Hobbs (1998). *Development of physical activity behaviors among children and adolescents*. Pediatrics 101(3): 549.
- Sallis, J. F. and T. L. McKenzie (1991). *Physical education's role in public health*. Research Quarterly for Exercise and Sport 62(2): 124.
- Siff, J. M. and G. C. Khalsa (1991). *Effect of educational kinesiology upon simple response times and choice response times*. Perceptual and motor skills 73(3 Pt 1): 1011.
- Wolfsont, C. (2002). *Increasing Behavioral Skills and Level of Understanding in Adults: A Brief Method Integrating Dennison's Brain Gym® Balance with Piaget's Reflective Processes*. Journal of Adult Development 9(3): 187-203.