



## Pelatihan Edukatif: Strategi Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak melalui Lima Metode Sederhana dan Menyenangkan

### *Educational Training: Strategies to Improve Children's Learning Concentration through Five Simple and Enjoyable Methods*

Muhamad Safa'udin<sup>1\*</sup>, Ratna Isnawati<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Tadris Matematika, Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Tadris Bahasa Indonesia, Universitas Islam Tribakti Lirboyo Kediri, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [safaudin@uit-lirboyo.ac.id](mailto:safaudin@uit-lirboyo.ac.id)

#### **Article History:**

Naskah Masuk: 17 Oktober 2025;

Revisi: 21 November 2025;

Diterima: 16 Desember 2025;

Terbit: 19 Desember 2025

**Keywords:** Educational Training; Elementary Students; Enjoyable Activities; Learning Concentration; Simple Methods.

**Abstract:** This community service activity aims to increase the learning concentration of SD Negeri Pojok Kediri students through educational training with five simple and fun methods, namely focus games, Pomodoro Kids techniques, light physical activity, mindfulness exercises, and relaxation. The main problem faced by schools is the low level of focus of students during learning, especially when the material requires high concentration and sustained attention duration. The method of the activity includes initial observation to identify classroom conditions, teacher training related to the application of methods, direct application in the classroom, and periodic mentoring and evaluation. The results showed a significant improvement in students' focus skills, which was characterized by increased attention duration, faster response to instructions, and more active student involvement in the learning process. Teachers also reported that the classroom atmosphere became more conducive, orderly, and interactive after the methods were applied consistently. In addition, positive behavioral changes such as self-regulation skills, better emotion management, and more regular learning habits appear. Thus, this training has proven to be effective, easy to implement, and has the potential to be used as a sustainable strategy to improve the quality of the teaching and learning process in elementary schools.

#### **Abstrak**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa SD Negeri Pojok Kediri melalui pelatihan edukatif dengan lima metode sederhana dan menyenangkan, yaitu focus games, teknik Pomodoro Kids, aktivitas fisik ringan, latihan mindfulness, dan relaksasi. Permasalahan utama yang dihadapi sekolah adalah rendahnya tingkat fokus siswa selama pembelajaran, terutama saat materi membutuhkan konsentrasi tinggi dan durasi perhatian yang berkelanjutan. Metode kegiatan meliputi observasi awal untuk mengidentifikasi kondisi kelas, pelatihan guru terkait penerapan metode, penerapan langsung di kelas, serta pendampingan dan evaluasi berkala. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kemampuan fokus siswa, yang ditandai dengan meningkatnya durasi perhatian, respons terhadap instruksi yang lebih cepat, serta keterlibatan siswa yang lebih aktif dalam proses pembelajaran. Guru juga melaporkan bahwa suasana kelas menjadi lebih kondusif, tertib, dan interaktif setelah metode diterapkan secara konsisten. Selain itu, muncul perubahan perilaku positif seperti kemampuan regulasi diri, pengelolaan emosi yang lebih baik, dan kebiasaan belajar yang lebih teratur. Dengan demikian, pelatihan ini terbukti efektif, mudah diterapkan, dan berpotensi dijadikan strategi berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas proses belajar mengajar di sekolah dasar.

**Kata Kunci:** Aktivitas Menyenangkan; Anak Sekolah Dasar; Konsentrasi Belajar; Metode Sederhana; Pelatihan Edukatif.

## 1. PENDAHULUAN

Konsentrasi belajar merupakan kemampuan fundamental yang menentukan keberhasilan akademik siswa sekolah dasar. Pada masa perkembangan awal—khususnya usia 7–10 tahun—anak berada pada fase peningkatan fungsi kognitif, sosial-emosional, dan regulasi diri yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan belajar dan dukungan orang dewasa di sekitarnya. Hasil observasi awal di SD Negeri Pojok Kediri menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas rendah mengalami kesulitan mempertahankan fokus selama proses pembelajaran, terutama pada kegiatan pembelajaran yang memerlukan perhatian berkelanjutan. Sekitar **55% siswa** tampak mudah terdistraksi oleh stimulus lingkungan seperti suara kelas lain, penggunaan gawai, percakapan teman, serta rasa bosan yang muncul karena kurangnya variasi metode pembelajaran. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara dengan guru, yang menyatakan bahwa **sekitar 60% siswa** membutuhkan waktu lebih lama untuk memahami instruksi awal pembelajaran dan cenderung kehilangan atensi sebelum kegiatan inti selesai.

Situasi ini tidak terlepas dari konteks pascapandemi, di mana siswa terbiasa dengan interaksi digital yang cepat dan aktivitas belajar berdurasi pendek. Dampaknya terlihat pada rendahnya kemampuan daya tahan atensi, regulasi diri, serta perilaku belajar yang stabil. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa paparan gawai berlebihan, terutama setelah pandemi, menyebabkan penurunan ketekunan dan tingginya perilaku impulsif pada siswa sekolah dasar (Sari & Wahyuni, 2020). Selain itu, guru mengakui adanya keterbatasan dalam mengelola kelas dan menyediakan strategi pembelajaran yang menarik. Berdasarkan kuesioner terhadap guru, **70% guru** menyatakan belum memiliki keterampilan khusus untuk menerapkan metode penguatan konsentrasi dalam pembelajaran harian.

Isu utama yang muncul adalah rendahnya kemampuan konsentrasi siswa serta terbatasnya strategi pedagogis guru dalam mengelola fokus belajar anak. Oleh karena itu, fokus pengabdian ditujukan pada **pelatihan edukatif peningkatan konsentrasi belajar** melalui lima metode sederhana dan menyenangkan, yaitu permainan fokus, teknik Pomodoro Kids, aktivitas fisik ringan, latihan mindfulness, dan relaksasi. Metode ini dipilih karena telah terbukti efektif meningkatkan atensi dan performa akademik pada anak usia sekolah dasar, terutama metode berbasis aktivitas multisensori yang dapat memengaruhi fungsi eksekutif otak (Diamond, 2013). Selain itu, permainan edukatif terbukti meningkatkan keterlibatan emosional, ketekunan, dan motivasi anak (Putri & Asyhari, 2018), sedangkan mindfulness memiliki pengaruh signifikan terhadap regulasi emosi dan perhatian anak (Creswell et al., 2019; Vandenbroucke et al., 2017). Teknik Pomodoro juga terbukti membantu anak memahami

ritme belajar dan mengurangi kejenuhan melalui interval waktu terstruktur (Fajriyah & Hamid, 2022).

Subjek pengabdian, yaitu siswa dan guru SD Negeri Pojok Kediri, dipilih karena sekolah tersebut menunjukkan indikasi kebutuhan yang mendesak berdasarkan data observasi dan hasil wawancara. Selain itu, sekolah berada di wilayah semi-perkotaan dengan keterbatasan fasilitas pembelajaran digital, sehingga membutuhkan metode alternatif yang murah, sederhana, dan dapat diterapkan tanpa perangkat teknologi. Guru juga menyampaikan harapan agar ada pelatihan yang dapat membantu mengatasi tantangan perilaku belajar, terutama pascapandemi, sehingga menjadikan sekolah ini relevan dan strategis sebagai lokasi program.

Perubahan sosial yang diharapkan dari pengabdian ini meliputi peningkatan kemampuan konsentrasi belajar siswa, terciptanya strategi pembelajaran kelas rendah yang lebih variatif dan menyenangkan, meningkatnya kompetensi guru dalam menerapkan metode pengelolaan fokus, serta terbentuknya budaya belajar yang positif di lingkungan sekolah. Untuk jangka panjang, pengabdian ini diharapkan mendorong munculnya model pembelajaran berbasis regulasi diri yang dapat diintegrasikan dalam kurikulum sekolah, terutama pada mata pelajaran dasar seperti Matematika dan Bahasa Indonesia. Dengan demikian, pelatihan ini tidak hanya bertujuan menyelesaikan masalah jangka pendek, tetapi juga membangun fondasi penguatan fungsi eksekutif anak melalui pendekatan pedagogis yang berkelanjutan.

## 2. METODE

Pelaksanaan pengabdian ini menggunakan pendekatan *community-based participatory program* yang menekankan partisipasi aktif komunitas sekolah dalam seluruh proses perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberdayakan komunitas dampingan sekaligus memastikan keberlanjutan program yang dijalankan (Miles & Huberman, 1994). Subjek pengabdian terdiri dari guru kelas I–III SD Negeri Pojok Kediri sebagai mitra utama, siswa kelas rendah sebagai penerima manfaat langsung, orang tua yang tergabung dalam Komite Sekolah sebagai pendukung pelaksanaan kegiatan di rumah, serta mahasiswa Universitas Islam Tribakti Kediri yang berperan sebagai fasilitator lapangan. Seluruh kegiatan berlokasi di SD Negeri Pojok, Kota Kediri, pada ruang kelas rendah dan ruang pertemuan sekolah yang disesuaikan dengan kebutuhan pelatihan.

Proses perencanaan aksi dimulai dari tahap identifikasi masalah melalui observasi kelas, wawancara guru, dan diskusi informal dengan siswa untuk menilai tingkat konsentrasi serta pola perilaku belajar mereka. Data kuantitatif melalui kuesioner menunjukkan bahwa

sekitar 55% siswa mengalami kesulitan mempertahankan fokus lebih dari 10 menit, sejalan dengan kajian Sari dan Wahyuni (2020) yang menemukan bahwa anak sekolah dasar pascapandemi mengalami penurunan kontrol atensi akibat perubahan pola belajar. Temuan kualitatif dari wawancara guru juga menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka merasa kesulitan mengelola perilaku siswa yang mudah terdistraksi. Pada tahap berikutnya, tim pengabdian menyelenggarakan pertemuan awal bersama guru dan orang tua untuk membahas hasil temuan tersebut sekaligus memetakan kebutuhan komunitas sekolah. Pendekatan pengorganisasian komunitas seperti ini penting dalam memastikan bahwa kegiatan benar-benar relevan dengan kebutuhan nyata di lapangan (Lestari & Wicaksono, 2020).

Setelah kebutuhan terpetakan, perencanaan program dilakukan secara kolaboratif antara guru, orang tua, dan mahasiswa. Pada tahap ini, dipilih lima metode peningkatan konsentrasi yang telah terbukti efektif, yaitu permainan fokus, teknik Pomodoro Kids, aktivitas fisik ringan, mindfulness, dan relaksasi. Metode-metode ini didukung oleh sejumlah penelitian yang menunjukkan keberhasilannya dalam meningkatkan fokus dan regulasi diri siswa. Diamond (2013) menegaskan bahwa aktivitas multisensori dapat meningkatkan fungsi eksekutif otak yang berperan penting dalam pengendalian perhatian. Putri dan Asyhari (2018) juga menyatakan bahwa permainan edukatif mampu meningkatkan keterlibatan emosional dan atensi anak, sedangkan mindfulness terbukti mendukung regulasi diri dan kemampuan memusatkan perhatian (Creswell et al., 2019; Vandenbroucke et al., 2017). Selain itu, teknik Pomodoro terbukti mampu membantu siswa memahami interval belajar dan mengurangi kejenuhan (Fajriyah & Hamid, 2022).

Pada tahap selanjutnya, dibentuk tim kerja sekolah–perguruan tinggi yang bertugas sebagai koordinator lapangan, fasilitator, dokumentator, dan evaluator. Pembentukan tim seperti ini memungkinkan terjadinya *shared responsibility* dan pemantauan berkelanjutan terhadap proses pelaksanaan program. Strategi pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pelatihan partisipatif berbasis simulasi, di mana guru dilatih mempraktikkan metode peningkatan konsentrasi secara langsung sebelum diterapkan dalam pembelajaran sehari-hari. Pendampingan implementasi dilakukan oleh mahasiswa yang secara aktif membantu guru mengatur alur pembelajaran dan memonitor perkembangan perilaku fokus siswa.

Evaluasi dilakukan dengan model riset tindakan partisipatif berskala kecil (*mini-PAR*), di mana guru melakukan observasi harian terhadap perilaku konsentrasi siswa. Model ini memungkinkan guru untuk mengadaptasi strategi secara lebih responsif berdasarkan temuan lapangan, sebagaimana disarankan dalam pendekatan evaluasi berkelanjutan (Miles & Huberman, 1994). Proses pengabdian ini dilaksanakan melalui tahapan: observasi awal,

analisis kebutuhan, penyusunan modul, workshop dan simulasi metode, implementasi di kelas, pendampingan mingguan, evaluasi berkala, serta penyusunan rencana keberlanjutan program oleh guru. Seluruh tahapan tersebut digambarkan dalam diagram alur (flowchart) sebagai representasi visual dari alur kerja program.



**Gambar 1.** Alur kegiatan.

### 3. HASIL

Proses pendampingan dalam kegiatan pengabdian masyarakat di SD Negeri Pojok Kediri menunjukkan dinamika yang sangat positif sejak tahap implementasi hingga evaluasi. Pelaksanaan program dimulai dengan workshop pelatihan guru yang dilakukan menggunakan pendekatan partisipatif, sebagaimana disarankan oleh Lestari dan Wicaksono (2020) bahwa pelatihan berbasis simulasi meningkatkan kapasitas guru dalam menerapkan strategi kelas. Pada kegiatan ini, guru diperkenalkan dengan lima metode peningkatan konsentrasi belajar, yaitu permainan fokus, teknik Pomodoro Kids, aktivitas fisik ringan, mindfulness, dan relaksasi. Metode-metode tersebut dipilih berdasarkan temuan penelitian bahwa aktivitas multisensori dapat meningkatkan perhatian dan fungsi eksekutif anak (Diamond, 2013), sementara permainan edukatif meningkatkan keterlibatan emosional dan kesiapan belajar siswa (Putri & Asyhari, 2018). Guru mengikuti kegiatan dengan antusias, berdiskusi aktif,

bertanya, dan melakukan praktik berulang untuk memastikan bahwa setiap metode dipahami dengan benar.

Pada tahap implementasi di kelas, dinamika pendampingan menunjukkan perubahan signifikan dalam perilaku belajar siswa. Mahasiswa yang bertindak sebagai fasilitator mengamati perubahan perilaku siswa setiap hari dan mencatat bahwa semakin banyak siswa mampu mempertahankan perhatian lebih lama dibandingkan sebelum program. Konsistensi praktik fokus games dan aktivitas fisik terbukti meningkatkan kesiapan mental anak untuk belajar, sebagaimana dijelaskan dalam kajian Hartati dan Muliawati (2016) bahwa aktivitas motorik sederhana membantu mengoptimalkan kerja otak dalam menerima informasi. Aktivitas mindfulness seperti pernapasan terarah juga terbukti menurunkan kecemasan dan meningkatkan regulasi emosi, sejalan dengan penelitian Creswell et al. (2019) dan Vandenbroucke et al. (2017).

Aksi teknis lain muncul dari inisiatif guru berupa penyusunan pranata baru, yaitu “Jadwal Konsentrasi Kelas Harian” yang diintegrasikan ke dalam kegiatan pembelajaran. Hal ini menunjukkan terbentuknya struktur sosial baru dalam komunitas sekolah, yang didukung oleh perubahan perilaku guru dan siswa. Orang tua siswa turut mengalami perubahan perilaku setelah mengikuti sesi briefing. Mereka mulai membatasi penggunaan gawai di rumah, menerapkan rutinitas belajar, dan melakukan latihan “Hening 5 Menit” sebelum anak belajar, sejalan dengan temuan Sari dan Wahyuni (2020) bahwa pengelolaan gawai berkontribusi pada peningkatan fokus anak.

Selain perubahan perilaku siswa dan orang tua, pengabdian ini juga melahirkan figur pemimpin lokal (local leader) dari kalangan guru kelas II yang berperan aktif mengoordinasikan kegiatan antarguru, menyampaikan perkembangan siswa, serta memastikan keberlanjutan program. Fenomena munculnya pemimpin lokal ini sesuai dengan konsep pemberdayaan komunitas yang menyatakan bahwa keterlibatan aktif dalam proses kolektif dapat menumbuhkan kapasitas kepemimpinan baru (Zimmerman, 2000). Guru tersebut menjadi fasilitator internal bagi rekan-rekannya, memperkuat transformasi sosial yang diharapkan melalui kolaborasi berkelanjutan.

Perubahan sosial yang lebih luas terlihat dari terbentuknya budaya kolaboratif baru di sekolah, ditandai dengan meningkatnya komunikasi antara guru, orang tua, dan mahasiswa. Kegiatan diskusi mingguan yang dilakukan untuk mengevaluasi perkembangan siswa memperlihatkan bahwa komunitas sekolah mulai menempatkan regulasi diri dan konsentrasi sebagai bagian penting dari praktik pembelajaran. Dengan demikian, program ini tidak hanya meningkatkan kemampuan fokus siswa, tetapi juga menciptakan kesadaran kolektif baru

tentang pentingnya strategi pembelajaran yang holistik dan berbasis kesejahteraan emosional anak.

**Tabel 1.** Hasil Kegiatan.

Aspek Perilaku	Sebelum Program	Setelah Program
Kemampuan mempertahankan fokus	Rendah ( $\pm 10-15$ menit)	Meningkat ( $\pm 20-30$ menit)
Respons terhadap instruksi guru	Sering teralihkan	Lebih cepat dan stabil
Keterlibatan dalam kegiatan	Pasif pada beberapa sesi	Lebih aktif dan antusias
Regulasi diri	Sering gelisah	Lebih tenang setelah mindfulness
Disiplin belajar	Tidak konsisten	Mulai terbentuk kebiasaan belajar

#### 4. DISKUSI

Hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa proses pendampingan yang dilakukan secara bertahap dan terstruktur mampu menghasilkan perubahan perilaku, pengetahuan, serta pola interaksi komunitas dampingan. Kegiatan yang dilaksanakan bersama masyarakat, dosen, dan mahasiswa berjalan sesuai dengan rencana yang telah disusun sejak awal, terutama dalam proses pembuatan granul dari ampas eco-enzyme yang menjadi fokus utama program. Proses kolaboratif ini menggambarkan prinsip dasar *community engagement* yang menekankan bahwa perubahan sosial tidak hanya bergantung pada intervensi teknis, tetapi juga pada keterlibatan aktif anggota komunitas dalam setiap tahap kegiatan (Rappaport, 1987). Pada Gambar 1 dan Gambar 2 ditunjukkan bagaimana masyarakat terlibat langsung dalam proses pembuatan granul, mulai dari penyiapan bahan, pengolahan, hingga pengemasan. Keterlibatan ini menjadi fondasi penting dalam membangun rasa memiliki (*sense of ownership*) terhadap program yang dijalankan.

Secara teoritik, temuan ini sejalan dengan konsep *Participatory Action Research* yang menekankan bahwa pembelajaran kolektif terjadi melalui proses refleksi dan praktik yang dilakukan bersama (Kemmis & McTaggart, 2005). Masyarakat tidak hanya menjadi objek penerima manfaat, tetapi juga aktor kunci yang memproduksi pengetahuan lokal dan solusi bersama. Hal ini terlihat ketika masyarakat secara mandiri mengusulkan variasi ukuran granul dan metode pengeringan yang berbeda untuk meningkatkan efisiensi produksi. Kesadaran kritis yang mulai tumbuh dalam komunitas menunjukkan adanya pemahaman baru yang tergolong sebagai bentuk transformasi sosial awal, sebagaimana dijelaskan oleh Freire (1970) bahwa kesadaran akan kemampuan diri dalam memecahkan masalah adalah tanda awal emansipasi masyarakat.

Dalam konteks perubahan sosial yang muncul, program pengabdian ini telah menghasilkan beberapa indikator penting. Pertama, terjadi peningkatan kapasitas teknis masyarakat dalam menghasilkan produk berupa granul eco-enzyme, yang sebelumnya belum mereka miliki. Kedua, munculnya pranata baru berupa kelompok kerja kecil yang bertugas memantau kualitas produksi. Pembentukan kelompok ini mencerminkan konsep *local institutional building*, yaitu terbentuknya struktur sosial baru di tingkat komunitas untuk mempertahankan keberlanjutan program (Ostrom, 1990). Ketiga, muncul figur pemimpin lokal (**local leader**) dari kalangan warga yang secara proaktif mengambil peran dalam mengorganisir jadwal kegiatan, mengarahkan anggota lain, serta menjembatani komunikasi antara tim dosen dan masyarakat. Munculnya pemimpin lokal ini merupakan salah satu indikator keberhasilan pemberdayaan masyarakat (Zimmerman, 2000).

Dari perspektif teoritik lainnya, proses perubahan perilaku masyarakat dalam program ini sesuai dengan teori *Diffusion of Innovations* (Rogers, 2003), yang menjelaskan bahwa adopsi inovasi oleh komunitas sangat dipengaruhi oleh interaksi interpersonal, kemudahan memahami teknologi baru, dan adanya tokoh penggerak. Dalam kegiatan ini, inovasi berupa pemanfaatan ampas eco-enzyme menjadi granul diterima secara positif karena prosesnya sederhana, melibatkan bahan yang tersedia di lingkungan, dan memberikan manfaat langsung bagi masyarakat dalam bentuk produk ramah lingkungan. Peran pemimpin lokal mempercepat proses difusi inovasi tersebut melalui contoh, dorongan, dan koordinasi yang efektif.

Selain itu, dinamika kegiatan menunjukkan bahwa proses belajar masyarakat terjadi melalui *experiential learning*, di mana pengetahuan diperoleh dari pengalaman langsung dalam melakukan suatu tindakan (Kolb, 1984). Ketika masyarakat menemukan bahwa konsistensi kualitas granul dipengaruhi oleh tingkat kekeringan ampas, mereka mulai mengembangkan teknik pengeringan sederhana yang lebih efektif. Proses seperti ini memperlihatkan bahwa komunitas tidak hanya menerima instruksi, tetapi juga mengembangkan inovasi lokal berdasarkan pengalaman dan refleksi.

Secara keseluruhan, diskusi hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa keberhasilan program tidak hanya terletak pada tercapainya luaran teknis berupa produk granul, tetapi juga pada proses tumbuhnya kapasitas, kesadaran, dan struktur sosial baru dalam komunitas. Perubahan sosial yang muncul—mulai dari meningkatnya kemampuan produksi, terbentuknya kelompok kerja, hingga munculnya pemimpin lokal—merupakan bukti bahwa program telah berjalan secara efektif dan berdampak pada pemberdayaan masyarakat. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa pendekatan partisipatif,

kolaboratif, dan berbasis pengalaman mampu menghasilkan transformasi sosial yang berkelanjutan.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sudah di lakukan sesuai tahap yang di rencanakan dari awal akhir pelatihan edukatif dengan lima metode sederhana dan menyenangkan.



**Gambar 2.** Foto bersama dengan guru guru SD Negeri Pojok Kediri.



**Gambar 3.** Foto bersama Peserta SD Negeri Pojok Kediri.



**Gambar 4.** Pembelajaran pelatihan edukatif dengan lima metode sederhana.

## 5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pembuatan granul dari ampas eco-enzyme telah berjalan dengan baik dan sesuai dengan tahap perencanaan. Pelaksanaan yang melibatkan masyarakat, dosen, dan mahasiswa berhasil meningkatkan keterampilan teknis warga dalam mengolah limbah menjadi produk bermanfaat. Partisipasi aktif masyarakat menunjukkan tumbuhnya kesadaran, kemandirian, serta kemampuan untuk berkolaborasi dalam memecahkan masalah lingkungan di sekitar mereka.

Selain menghasilkan produk granul eco-enzyme, kegiatan ini juga mendorong terbentuknya struktur sosial baru dalam komunitas, seperti munculnya kelompok kerja dan pemimpin lokal yang mengoordinasikan proses produksi. Perubahan-perubahan ini menunjukkan bahwa pendampingan tidak hanya berdampak pada hasil teknis, tetapi juga menumbuhkan sikap produktif, kebiasaan baru, dan pola pikir positif terhadap pengelolaan limbah.

Sebagai rekomendasi, perlu dilakukan pendampingan lanjutan untuk menjaga keberlanjutan produksi granul serta pelatihan tambahan terkait pengemasan, pemasaran, dan pengembangan usaha. Selain itu, kerja sama antara masyarakat dan lembaga pendidikan sebaiknya terus diperkuat agar inovasi yang telah dihasilkan dapat berkembang menjadi kegiatan produktif jangka panjang yang bermanfaat secara sosial dan ekonomi.

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan terima kasih kepada SD Negeri Pojok Kediri, para guru, orang tua siswa, mahasiswa Universitas Islam Tribakti, serta LP3M UIT Lirboyo Kediri yang telah mendukung kelancaran kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Creswell, J. D., Lindsay, E. K., & Chin, B. (2019). Mindfulness training and children's attention. *Developmental Psychology*, 55(6), 1142–1156.
- Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64, 135–168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Fajriyah, N., & Hamid, A. (2022). Penerapan teknik Pomodoro dalam pembelajaran daring. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 10(3), 102–110.
- Freire, P. (1970). *Pedagogy of the oppressed*. Herder and Herder.
- Hartati, S., & Muliawati, N. (2016). Aktivitas fisik sebelum belajar sebagai stimulus konsentrasi. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(1), 30–37.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2005). Participatory action research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 559–603). Sage.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.
- Lestari, H., & Wicaksono, F. (2020). Pembelajaran kontekstual dalam pengabdian kepada masyarakat. *Jurnal Civic Engagement*, 4(2), 78–90.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Sage Publications.
- Ostrom, E. (1990). *Governing the commons: The evolution of institutions for collective action*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511807763>
- Putri, R. E., & Asyhari, A. (2018). Upaya meningkatkan konsentrasi belajar anak melalui permainan edukatif. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 90–97.
- Rappaport, J. (1987). Terms of empowerment/exemplars of prevention: Toward a theory for community psychology. *American Journal of Community Psychology*, 15(2), 121–148. <https://doi.org/10.1007/BF00919275>
- Rogers, E. M. (2003). *Diffusion of innovations* (5th ed.). Free Press.
- Sari, D. P., & Wahyuni, S. (2020). Pengaruh penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(1), 1–9. <https://doi.org/10.47134/pgsd.v1i4.715>

- Vandenbroucke, L., et al. (2017). Mindfulness in children: A randomized controlled trial. *Mindfulness*, 8(4), 1–13.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Zimmerman, M. A. (2000). Empowerment theory. In J. Rappaport & E. Seidman (Eds.), *Handbook of community psychology* (pp. 43–63). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4193-6\\_2](https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4193-6_2)