



UPAYA MENANAMKAN KEHIDUPAN BERKUALITAS PADA REMAJA FASE AWAL

Oleh

N.R. Purnomowulan¹, Dian Indira²

^{1,2}Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Padjadjaran

Email: [1n.r.purnomowulan@unpad.ac.id](mailto:n.r.purnomowulan@unpad.ac.id), [2dian.indira@unpad.ac.id](mailto:dian.indira@unpad.ac.id)

Article History:

Received: 17-04-2022

Revised: 24-04-2022

Accepted: 19-05-2022

Keywords:

remaja – pengayaan –
kesehatan – media sosial –
finansial

Abstract: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan menitikberatkan pada edukasi masyarakat dengan subyek sasaran para remaja fase awal yang berada pada rentang usia 12 hingga 17 tahun, yang diwakili oleh siswa SD, SMP, dan SMA. Mereka digolongkan pada kondisi psikologis, emosional, dan sosialnya yang belum stabil. Subyek sasaran diberi pengayaan tentang pentingnya kesehatan jasmani dan mental untuk membangun kehidupan berkualitas; memanfaatkan media sosial dan teknologi dengan tepat dan mawas diri terhadap dampak negatifnya, pemberian pengetahuan tentang penatalaksana keuangan dan kewirausahaan. Metode yang dilakukan berupa penyuluhan yang dilakukan secara daring dan luring yang diteruskan dengan tindak lanjut berupa pemantauan dan evaluasi. Lokasi PPM dilaksanakan di daerah Majalaya yang memiliki jumlah remaja putus sekolah yang cukup tinggi. Hasil yang diperoleh subjek sasaran memperoleh pengetahuan pentingnya menjaga kesehatan jasmani dan mental, memahami pentingnya memanfaatkan media sosial dengan tepat, serta termotivasi untuk memenej keuangan sejak dini dan berwirausaha.

PENDAHULUAN

Secara historis pentingnya pendidikan sudah dikenal lama di belahan bumi, meskipun di Indonesia agak terlambat perkembangannya bila dibandingkan dengan kondisi di Eropa. Salah seorang tokoh pendidikan Indonesia Ki Hajar Dewantara yang pada tahun 1922 mendirikan Pendidikan Nasional Tamansiswa menyatakan, "Pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi peranannya di masa yang akan datang." Sementara tokoh reformasi pendidikan John Dewey seorang pakar di bidang psikologi pendidikan uamg pada pertengahan abad ke-19 memiliki pemikiran kontradiksi dengan sistem sekolah saat itu, yaitu menurutnya bahwa murid lah yang harus dijadikan pusat saat dilaksankannya proses belajar-mengajar, dengan uraian sebagai berikut, "*Dewey's approach was truly child-centered. A child-centered approach to education places the emphasis of learning on the needs and interests of the child. In Dewey's view, children should be allowed to explore their environments.*" Menurut pendapat Dewey, "Pendidikan merupakan suatu proses pengalaman. Karena kehidupan merupakan



pertumbuhan, maka pendidikan berarti membantu pertumbuhan batin manusia tanpa dibatasi oleh usia. Proses pertumbuhan adalah proses penyesuaian pada setiap fase dan menambah kecakapan dalam perkembangan seseorang melalui pendidikan." Sementara Ibnu Sina seorang tokoh pendidikan ilmu pengetahuan dari Timur Tengah sebagai filsuf muslim serta perintis ilmu kedokteran dunia menyatakan pendapatnya tentang pendidikan, "Pendidikan tidak hanya memperhatikan aspek moralnya saja namun juga membentuk individu yang menyeluruh termasuk jiwa, karakter dan pikiran.

" (: <https://www.zonareferensi.com/pengertian-pendidikan>, Profil - Ki Hajar Dewantara - merdeka.com <https://www.merdeka.com> > profil Ki Hajar Dewantara; <https://internasional.kompas.com/read/2021/04/23/200728870/biografi-tokoh-dunia-ibnu-sina-filsuf-muslim-perintis-ilmu-kedokteran?page=all>)

Berpijak dari uraian-uraian tersebut, terbukti begitu berharga dan besarnya peranan pendidikan bagi seorang manusia. Pendidikan tidak hanya proses transfer ilmu pengetahuan, pelatihan, dan kecakapan atau keterampilan dari sekelompok orang yang diturunkan dari satu kelompok masyarakat atau generasi ke generasi berikutnya, tetapi juga mencakup segi batin, pikiran, moral, dan karakter yang disesuaikan dengan usia. Hal ini pun saat ini masih relevan, sebagai mana dapat dilihat dalam pernyataan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Nadiem Makarim mengatakan, "kita harus membekali anak-anak kita dengan kemampuan beradaptasi yang mumpuni. Kita memberikan karakter, pengetahuan, dan keterampilan yang paling dibutuhkan di era sekarang dan masa depan," Dengan demikian, pendidikan sejatinya disesuaikan dengan kemutakhiran yang terjadi di masyarakat. Ditambahkan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, menghadapi era yang dinamis, anak-anak perlu dibekali kemampuan beradaptasi dengan perubahan teknologi.

Sejak penemuan jaringan internet sekitar tahun 1972, informasi menjadi sangat mudah dicari dan ditemukan. Dengan penemuan di bidang ilmu pengetahuan dan teknologi, globalisasi telah masuk ke seluruh belahan bumi dan telah membawa masyarakat dunia, termasuk anak-anak, ke kehidupan yang menuntut segala sesuatu serba cepat, efektif, dan efisien. Pesatnya perkembangan teknologi informasi tersebut, peluang terbuka sangat lebar masuknya informasi yang datang dari berbagai tempat di seluruh dunia, yang pengaruhnya pun sangat besar dalam kehidupan masyarakat. Media audio visual berlomba-lomba menyajikan informasi dan menyebarkan pemikiran, sikap dan perilaku baru yang disebut gaya hidup "global". Era globalisasi memunculkan berbagai kemungkinan yang memberikan kemudahan dan kenyamanan bagi banyak warga masyarakat di mana pun berada, dan apa yang diperlukan dapat diperoleh dalam waktu singkat, yang dikenal dengan "Gaya hidup global". Pandangan, norma-norma, dan kebiasaan baru dalam bersikap dan berperilaku diberlakukan dan dikembangkan. Dalam kehidupan sehari-hari, tidak menutup kemungkinan bahwa ukuran yang digunakan untuk menilai bahwa hidup seseorang berkualitas adalah jika orang tersebut dapat mengikuti gaya hidup modern yang mengglobal, dalam artian berorientasi pada kekinian, materi, dan teknologi.

Internet kepanjangan dari *interconnection network* merupakan penemuan di bidang teknologi yang sejak ditemukan pada tahun 1972, saat ini sudah menjadi bagian yang vital dalam kehidupan masyarakat. Menurut Internet World Stats (<https://www.internetworldstats.com/stats.htm>) pengguna internet di seluruh dunia pada tahun 2021 mencapai angka 5,2 miliar jiwa. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada kurun waktu 2019-2020



pengguna internet di Indonesia mencapai 196.71 juta jiwa dari sekitar 266.91 juta jiwa penduduk. Dengan adanya pandemi pada bulan Januari 2021, penggunaan internet di Indonesia meningkat sebanyak 15,5 %. Bila dilihat dari durasi penggunaan internet di Indonesia pada tahun 2021 sendiri yaitu 1-3 jam (43,4%), 4-7 jam (33%), dan lebih dari 7 jam (23,6%). Di balik kemajuan teknologi informasi tersebut ada hal yang perlu dipikirkan dan dicari jalan keluar yang positif untuk mengatasinya karena sebanyak 51,5% penduduk Indonesia (yang tertinggi berusia 13-24 tahun) menggunakan internet hanya untuk bermedia sosial dan 32,9% untuk berkomunikasi melalui pesan singkat. (<https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2021/>).

Dari data tersebut, perlu dicermati bahwa pengguna media sosial di Indonesia yang terbanyak yaitu lebih dari setengah jumlah masyarakat Indonesia, berusia 13 sampai dengan 24 tahun. Bila dikaitkan dengan teori perkembangan di dalam Ali dan Asrori (1912) bahwa tahapan perkembangan manusia dalam rentang usia 12 tahun sampai 17 tahun (untuk wanita) dan 13 tahun sampai 17 tahun (untuk laki-laki) termasuk tahap awal. Sementara masa remaja disebut sebagai masa remaja peralihan yaitu masa persiapan dari masa kanak-kanak ke arah dewasa. Mereka memiliki ciri ingin menonjolkan identitas diri mereka yang kadang-kadang berlebihan sehingga dianggap sebagai bentuk kenakalan. Berkaitan dengan penggunaan media masa di Indonesia didominasi oleh para remaja, sejatinya kita merasa prihatin bila mereka tidak dapat mengelolanya dengan baik, sebagaimana dijelaskan di dalam kutipan berikut,

“remaja ini belum benar-benar bisa untuk memilah mana aktivitas yang bermanfaat maupun tidak. Remaja belum mampu mengontrol efek negatif dari media sosial antara lain kecanduan menggunakan sosial media dan waktunya habis hanya untuk mengaksesnya atau terpengaruh kehidupan sosial yang ada di media sosial. tanggung jawabnya sebagai pelajar dan bisa berdampak media sosial membuat remaja mengalami gangguan kesehatan seperti pola makan yang tidak teratur, kesehatan mental dan seksual, penggunaan narkoba, bahkan hingga terjadinya bunuh diri.” (<https://jurnal.unpad.ac.id/jnc/article/view/26928/13424>)

Semakin pesatnya perkembangan teknologi informasi, berbagai pengaruh dari berbagai tempat di seluruh dunia dan melalui berbagai cara mengalir deras tak terbendung. Dari media cetak tradisional hingga media audio visual tercanggih berlomba-lomba menyajikan informasi dan menyebarkan pemikiran, sikap dan perilaku baru yang disebut gaya hidup “global”. Pasar global dengan harga produk barang maupun jasa dari yang tertinggi hingga yang terjangkau tersedia pula melalui media elektronik. Singkat kata, era globalisasi memunculkan berbagai kemungkinan yang memberikan kemudahan dan kenyamanan bagi banyak warga masyarakat di mana pun berada, membuat segala sesuatunya menjadi mudah dan dapat diperoleh dalam waktu singkat. “Gaya hidup global” kini hadir dan dipraktikkan oleh berbagai kalangan di mana-mana. Pandangan, norma-norma, dan kebiasaan baru dalam bersikap dan berperilaku diberlakukan dan dikembangkan. Dalam hal ini ukuran yang digunakan untuk menilai bahwa hidup seseorang berkualitas adalah jika orang tersebut dapat mengikuti gaya hidup modern yang mengglobal, dalam artian berorientasi pada kekinian, materi, dan teknologi. Piranti elektronik semisal telepon pintar sebagai media komunikasi menjadi tak terhindarkan kepemilikannya, karena padanya dapat dilakukan penginstalan berbagai aplikasi untuk bermacam-macam aktivitas.

Tidak dapat dipungkiri bahwa setiap perubahan sosial yang terjadi di dalam masyarakat akan membawa permasalahan baru pula di masyarakat. Segala sesuatu yang



serba instan ini jika tidak disikapi dengan benar, di kemudian hari berpotensi menimbulkan gangguan pada pembentukan kepribadian individu. Berbicara mengenai remaja, di negara mana pun tema ini selalu penting dan menjadi fokus perbincangan mengingat mereka merupakan generasi penerus untuk keberlangsungan suatu bangsa. Salah satu alternatif untuk mengatasi permasalahan remaja adalah pendidikan sebagai upaya untuk mempersiapkan para remaja agar tumbuh dan berkembang secara semaksimal mungkin sehingga melahirkan generasi penerus yang berkualitas, termasuk di dalamnya pendidikan karakter yang datang dari diri kita sendiri melalui perjuangan, usaha dan berpikir, sejalan dengan pendapat Napolen Hill (dalam Sibarani, 2014), *"Education conies from Within; you get it by struggle and effort and thought"*. Jadi, pendidikan karakter bukan hanya mengajarkan karakter kepada anak melalui bahasa-budayanya termasuk memotivasi anak untuk memiliki karakter dalam dirinya dan bertingkah laku dalam hubungan sosialnya (lihat Djajasudarma, et al.; 1916:6)

Untuk mengantisipasi permasalahan yang dihadapi para remaja, maka dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PPM) berbentuk edukasi masyarakat, subyek sasaran yang dipilih adalah para pelajar fase awal yang berada pada rentang usia 12 hingga 17 tahun. Remaja pada kelompok usia tersebut, dapat dikatakan masih rentan pengaruh karena kondisi psikologis, emosional, dan sosialnya masih berubah-ubah atau belum stabil. Pelaksanaan PPM dilaksanakan di daerah Majalaya yang berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Kabupaten Bandung tahun 2020, memiliki jumlah remaja putus sekolah yang cukup tinggi. Pendidikan sendiri merupakan salah satu indikator dalam indeks perkembangan manusia, yang dilihat dari rata-rata lama sekolah. Menurut laporan tahunan yang disusun oleh pemerintah Badan Pusat statistika Kabupaten Bandung, rata-rata lama sekolah masyarakat Kabupaten Bandung adalah 8,79 tahun, artinya rata-rata pendidikan masyarakat Kabupaten Bandung hanya mencapai SMP. Angka tersebut menunjukkan bahwa tingkat pendidikan di Kabupaten Bandung masih rendah yang bisa menyebabkan mereka mengalami masalah kesehatan karena kurangnya pengetahuan mengenai hal itu. Rendahnya tingkat pendidikan rata-rata terjadi pula pada masyarakat Kecamatan Majalaya Kabupaten Bandung, yang sesungguhnya sejak tahun 1930-an secara historis merupakan cikal bakal industri tekstil modern di Indonesia. Dengan dipelopori oleh beberapa pengusaha tekstil lokal, industri tekstil di Majalaya terus berkembang, bahkan saat pascakemerdekaan, Majalaya menjadi pusat tekstil nasional. Hanya saja kejayaan industri tekstil saat itu tidak dibarengi dengan pembangunan infratraktur berupa sarana pendidikan maupun kesehatan. Masa jaya industri tekstil khususnya kain sarung di Majalaya berlangsung dari tahun 1980-an sampai sebelum terjadinya krisis moneter pada tahun 1997. Adanya kebijakan pemerintah pada tahun 1970-an membuka pintu masuk untuk investor-investor asing dan mulai dibangunnya pabrik-pabrik besar yang dilengkapi mesin-mesin tekstil modern pun. (lihat Rismayanti: 2015). Untuk menggerakkan mesin-mesin modern ini, pabrik-pabrik memerlukan SDM yang memiliki keahlian, sehingga diambil SDM dari luar Majalaya karena tidak adanya SDM penduduk asli yang memiliki kompetensi yang sesuai. Alih-alih dengan adanya pabrik-pabrik tersebut, seharusnya tingkat pencerapan dan produktivitas SDM di wilayah industri ini tinggi, namun angka penganggurannya justru meningkat dan banyak remaja putus sekolah di tingkat pendidikan SMP.

Dengan latar belakang historis dan juga dengan mempertimbangkan pemerataan dan kesempatan bagi semua, maka lokasi sasaran yang dipilih adalah Kecamatan Majalaya



Kabupaten Bandung. Padahal menurut seorang nara sumber Prasanti, dosen di Fakultas Ilmu Komunikasi Unpad, dalam webinar yang terkait dengan kegiatan PKM yang mengusung tema “Kiat-Kiat Berkehidupan Berkualitas pada Remaja Usia 12 – 17 Tahun”, tanggal 2 Februari 2022, yang menyitir ketentuan WHO (2022), “Kesehatan adalah keadaan kesejahteraan fisik, mental dan sosial yang lengkap dan bukan hanya tidak adanya penyakit atau kelemahan.”. Ditambahkan oleh Ditha Prasanti para remaja sebagai komponen utama pembangunan, maka para remaja seharusnya: a. melanjutkan pendidikan, b. bekerja/berkarya, c. menabung, d. membekali diri dengan kecakapan hidup (mental, fisik, dan spiritual), sebagaimana gaung genre Indonesia ‘Saatnya yang Muda yang Berencana.’

Dalam kegiatan webinar tersebut, salah seorang nara sumber Y. Sofiatin, dosen di Fakultas Kedokteran Unpad, memaparkan tentang hidup sehat di masa pandemi, baik sehat secara fisik maupun mental. Hal penting lain yang umumnya kurang disadari oleh remaja dan juga orang tua mereka adalah masalah perencanaan keuangan. Nara sumber lain Meinanda Kurniawan, dosen di Fakultas Ekonomi Unpad, menyatakan bahwa individu atau keluarga perlu melakukan perencanaan keuangan agar tujuan keluarga yang sejahtera tercapai. Dikaitkan dengan era digital saat ini, khususnya dipicu oleh kondisi masa pandemi, komunikasi dan diseminasi informasi dihindarkan dilakukan secara langsung tetapi secara virtual. Hampir semua kegiatan dilakukan di dalam dunia maya demi menekan angka penularan akibat virus Covid-19. Demikian pula halnya kegiatan di ekonomi, khususnya untuk bidang kewirausahaan masyarakat pelaku usaha menilai lebih efisien memulai usaha secara daring. Di samping segi positif dari kemajuan teknologi digital tersebut, ternyata tidak luput dari dampak negative. Dunia maya yang tanpa batas dan diperolehnya kemudahan-kemudahan untuk mengakses apapun, telah dimanfaatkan oleh pihak yang tidak bertanggung jawab untuk melakukan perbuatan yang meresahkan. Dengan pesatnya kemajuan teknologi, masyarakat juga merasa segala aktivitas bisa dilakukan dalam genggamannya sehingga tingkat produktivitas menurun. Remaja juga cenderung lebih boros pada masa pandemi karena munculnya rasa ketidakpastian dan keinginan untuk bertahan hidup (Tashandra, 2018).

Sejatinya sikap boros para remaja perlu dihindarkan. Mereka perlu diberi pemahaman bahwa literasi finansial itu penting agar mereka memiliki pengetahuan yang cukup tentang masalah finansial untuk diaplikasikan dan dimanfaatkan dengan baik dalam pengembangan diri. Literasi finansial sendiri adalah kemampuan untuk memahami dan menerapkan berbagai keterampilan keuangan, seperti manajemen tabungan pribadi, membuat anggaran, dan investasi (Oliver, 2021). Literasi keuangan juga dapat membantu individu agar kondisi finansialnya tetap stabil dan tidak fluktuatif. Para remaja diberi pengetahuan untuk mengelola keuangan yang ada dan menghindari sikap berikut: a. besar pasak daripada tiang, b. uang selalu habis untuk bayar utang, c. tidak punya tabungan, sehingga bila ada kebutuhan akan ‘gali lubang tutup lubang, atau selalu berhutang bila ada kebutuhan mendadak. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya-upaya yang tepat untuk membantu para remaja agar tetap tekun bersekolah atau membekali para remaja agar dapat hidup berkualitas.

Tujuan dari pelaksanaan PPM sebagai berikut : 1. memberikan bekal pengetahuan tentang makna membangun kehidupan berkualitas; 2. memotivasi dan menumbuhkan kesadaran untuk mawas diri pada kesehatan jasmani dan mental, memanfaatkan literasi dengan baik dan benar, untuk menatalaksana keuangan hasil wirausaha, dan untuk



menggunakan medsos dan teknologi secara benar; 3. memberikan pengayaan untuk meningkatkan keterampilan umum dalam aspek-aspek: membangun hidup sehat, membangun budaya literasi, memanfaatkan medsos dan teknologi, dan memenej keuangan.

METODE

Kegiatan PPM dilakukan secara integratif dengan kegiatan Kuliah Kerja Mahasiswa Nyata (KKNM) dan melibatkan 15 orang mahasiswa Unpad dari berbagai fakultas. Pelaksanaan program dilaksanakan dengan dua metode, yaitu luring dan daring yang sudah disesuaikan dengan kebutuhan; untuk kegiatan secara daring dengan *platform* media sosial berupa *whatsapp* dan *instagram*, serta untuk kegiatan yang memerlukan diskusi yang melibatkan tim, dilakukan *zoom meeting* dan *google meet*. Untuk referensi diambil dari internet berupa artikel-artikel, media massa, jurnal artikel, berita, serta beberapa tren yang ada pada media sosial yang sesuai. Kegiatan dilaksanakan di Kecamatan Majalaya Kabupaten Bandung. Kegiatan dilakukan secara *hybrid* dan untuk pelaksanaan yang dilakukan secara daring semua personalia yang terlibat tetap mematuhi protokol kesehatan.

Kegiatan PPM dilakukan selama 1 bulan, dari tanggal 7 Januari hingga 7 Februari 2022, yang diawali dengan kegiatan pralapanan/persiapan yaitu survei, observasi, pengumpulan data, dan analisis situasi. Melalui *brain storming* dan diskusi oleh seluruh tim, maka tema utama dibagi lagi atas 3 subtema dengan masyarakat sasaran siswa SD, SMP, dan SMA. Dalam beraktivitas bersama masyarakat dipilih tiga sekolah yaitu: SDN Sukamaju 02, SMPN 1 Majalaya - di Desa Majasetra; dan SMA Pasundan 1 Majalaya - Desa Sukamaju, dengan pertimbangan berpegang dari batasan usia remaja, maka siswa-siswa dari ketiga jenjang pendidikan tersebut mewakili kriteria remaja. Sesuai dengan kebutuhan perkembangan psikologis, emosional, dan sosial para remaja di usianya tersebut, maka kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan dikelompokkan berdasarkan aspek-aspek yang relevan. Untuk siswa SD tema yang diusung "Hidup Sehat di Masa Remaja" untuk siswa SMP tema yang diusung "Remaja Sehat Berkualitas Melalui Literasi Kesehatan dan Media", untuk siswa SMA tema yang diusung "Remaja Sehat dan Berkualitas Melalui Pengelolaan Keuangan."

Tahap selanjutnya adalah pelaksanaan berupa penyuluhan sesuai dengan subtema yang diusung untuk masing-masing masyarakat sasaran sesuai dengan jenjang pendidikan mereka. Setelah selesai penyuluhan, diadakan tanya-jawab dan *games* seputar materi yang telah disampaikan. Kegiatan penyuluhan ini ditutup dengan pemberian apresiasi berupa hadiah bagi siswa dan siswi yang aktif. Tahap pelaksanaan diteruskan dengan tahap tindak lanjut yang berlangsung satu minggu setelah penyuluhan berupa pemantauan dan evaluasi (*post test*) terhadap masyarakat sasaran setelah memperoleh penyuluhan yang dilaksanakan melalui *zoom meeting*. Kegiatan PPM ini tidak hanya melibatkan masyarakat sasaran secara internal akan tetapi agar bekal pengetahuan dapat dimanfaatkan secara eksternal oleh masyarakat luas, maka pada tanggal 2 Februari 2022 dilaksanakan webinar dengan tema "Kiat-Kiat Berkehidupan Berkualitas pada Remaja Usia 12 - 17 Tahun". Hal yang menggembirakan ternyata tema tersebut diminati oleh masyarakat luas, sehingga yang hadir tidak saja masyarakat sasaran tetapi juga dihadiri oleh para guru dan para orang tua yang memiliki putra-putri usia remaja. Agar masyarakat luas dapat memperoleh informasi seputar remaja, maka dalam tahap tindak lanjut ini dibuat produk digital berupa ide edukasi dan infografis/poster dengan tema yang telah disebutkan sebelumnya serta mengunggahnya melalui *instagram* ([instagram.com/majamaju](https://www.instagram.com/majamaju)).



HASIL

a. Remaja Fase Awal dengan Jenjang Pendidikan Sekolah Dasar

Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, materi penyuluhan yang diberikan disesuaikan dengan jenjang pendidikan subjek sasaran. Hasil survei pada tahapan awal, menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan subjek sasaran masih belum mencukupi, sehingga penyuluhan dan pengimplementasian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam keseharian mereka terhadap subjek sasaran merupakan pilihan yang tepat.

Untuk subjek sasaran diambil siswa kelas 6 yang termasuk pada kriteria remaja. Penyuluhan berupa mini webinar dilakukan secara daring dengan mengambil judul “Penatalaksanaan Kesehatan Fisik dan Nonfisik pada Remaja di SDN Sukamaju 03 Kecamatan Majalaya”. Kepada para siswa diberi penyuluhan tentang kehidupan berkualitas dengan memperhatikan pentingnya menjaga kesehatan yang mencakup PHBS, menerapkan protokol kesehatan, pola makan sehat, aktivitas fisik dan istirahat yang cukup. Selain itu, mereka pun dibekali pengetahuan bahwa di samping hal-hal yang telah disebutkan sebelumnya, diperlukan juga menjaga kesehatan mental seperti: berfikir positif, melakukan hobi, punya teman ngobrol, serta menjaga kesehatan sosial seperti: bekerja sama dengan anggota keluarga untuk menjaga kebersihan dan ketertiban rumah, menjalin hubungan pertemanan. Salah satu kendala penyuluhan secara daring untuk siswa SD tampak mereka kurang kondusif, yang terlihat saat sesi *breaklut room*. Untuk menghidupkan suasana dan mendorong mereka agar tetap aktif, dilakukan tanya jawab dan *games* terkait materi yg telah disampaikan. Para siswa pun diminta mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar dan juga bagi siswa yang aktif diberi apresiasi berupa hadiah.

Pada kegiatan berikutnya yang dilakukan secara luring, situasi terlihat berbeda. Para siswa tampak antusias dan semangat selama mengikuti rangkaian kegiatan. Penyampaian materi selain penjelasan lisan, dilengkapi dengan poster, *games*, dan video edukasi. Kegiatan yang kami lakukan mendapat dukungan yang positif dari Kepala Sekolah dan para guru SDN SUKAMAJU 03, Kecamatan Majalaya.



Figur 1a : Hasil kerja kelompok



Figur 1b : Para siswa dengan para mahasiswa

Guna meningkatkan wawasan dan pemahaman siswa dan siswi secara lebih mendalam, selanjutnya pembuatan produk digital berupa video edukasi dan infografis/poster seputar tema "Penatalaksanaan Kesehatan Fisik dan Nonfisik pada Remaja" serta mengunggahnya melalui Instagram Kelompok PPM ([instagram.com/majamaju_/](https://www.instagram.com/majamaju_/)).

b. Remaja Fase Awal dengan Jenjang Pendidikan Sekolah Menengah Pertama

Materi penyuluhan berupa mini webinar yang diberikan untuk para siswa dengan



jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama dengan sub-tema “Remaja Sehat Berkualitas Melalui Literasi Kesehatan dan Media”, yang diselenggarakan secara daring dan dilakukan menggunakan *platform Zoom*. Dari data yang diperoleh saat survei dan observasi pada tahap awal pelaksanaan, dilakukan pretes terhadap subjek sasaran yaitu siswa SMPN I Kecamatan Majalaya. Dari 32 responden dapat diketahui bahwa subjek sasaran sudah terbiasa memanfaatkan media sosial, selain untuk keperluan tugas sekolah, mereka umumnya memanfaatkan untuk *chatting* atau untuk mengisi waktu dengan aplikasi berupa hiburan



Figur 2a : Kegiatan Mini Webinar



Figur 2b : Diskusi dalam Kegiatan Webinar

Materi yang disampaikan merupakan materi yang berisi pengertian media sosial, bentuk-bentuk media sosial, data statistik penggunaan media sosial oleh remaja khususnya yang bersumber dari hasil survei. Bila melihat manfaat dari media sosial mencakup 3 hal yaitu komunikasi, ekonomi, dan hiburan, jangan sampai mereka lebih mengutamakan segi hiburannya. Kepada para siswa diberikan wawasan bahwa remaja berkualitas sejatinya cerdas menggunakan media sosial, di samping aktif, produktif, dan kreatif. Para siswa diberi bekal agar melek literasi kesehatan dan media, aktif dan selektif dalam bermedia sosial, serta sehat fisik, mental, dan aktivitas sosial.

Pada dasarnya pada siswa mengetahui dan merasakan manfaat dari media sosial yaitu untuk berkomunikasi, dimanfaatkan untuk keperluan ekonomi, dan hiburan dengan berbagai situs, yang justru yang paling diminati oleh para remaja. Sebagaimana terlihat dalam data yang diperoleh dari subjek sasaran bahwa konten yang sering dilihat adalah konten hiburan/humor (68,75%), ilmu pengetahuan (50%), artis/influencer, dan *mukbang* atau konten makanan (40,62%). Aplikasi yang biasa mereka gunakan adalah TikTok, disusul Instagram, dan Youtube). Lebih dari setengah responden (18 orang) merasa menjadi lupa waktu dan malas untuk mengerjakan sesuatu karena mereka lebih tertarik membuka media sosial dari pada belajar. Besarnya dampak penggunaan media sosial oleh remaja yaitu mereka kurang mampu mengelola waktu, mereka telah memiliki keasyikan tersendiri dengan media sosialnya sehingga beranggapan tidak memerlukan teman, yang menyebabkan mereka memiliki kekurangan dalam berkomunikasi di dunia nyata. Dari segi kebahasaan pilihan kata dan struktur kalimat yang dipergunakan di dalam media sosial, tidak memperhatikan kaidah tata bahasa. Dengan demikian, dapat difahami terjadinya kemerosotan moral, kekerasan atau kekejaman, dan juga *cybercrime*.

Agar tercapainya interaksi dua arah dilakukan sesi tanya jawab, yang berlangsung secara komunikatif. Kegiatan mini webinar ditutup dengan postes untuk melihat apakah materi yang diberikan dapat difahami oleh subjek sasaran dan juga sebagai tolok ukur keberhasilan kegiatan mini webinar tersebut. Hasil yang diperoleh dengan membandingkan jawaban pretes dengan postes, cukup menggembirakan yaitu hampir seluruh responden



mampu memahami dampak media sosial terhadap kehidupan remaja, hal-hal yang perlu diperhatikan saat menggunakan media sosial, dampak positif dan negatif media sosial, dan pengelolaan waktu dalam memanfaatkan media sosial. Hal yang sangat menarik, ada 6 responden yang memberi jawaban cukup detail. Kegiatan di SMPN I ini, hanya dilakukan secara daring. Tindakan lanjutan yang dilakukan dengan memberikan rangkuman materi yang telah disampaikan dalam webinar melalui grup Whats App, serta mempublikasikan infografis dan video 34 mengenai dampak negatif dari media sosial jika digunakan dengan cara yang tidak tepat kepada keseluruhan subjek sasaran.

c. Remaja Fase Awal dengan Jenjang Pendidikan Sekolah Menengah Atas

Berkaitan dengan tema berkaitan dengan masalah keuangan subjek sasaran adalah siswa SMA Pasundan I Majalaya, dengan melibatkan perwakilan dari kelas X, XI, XII. Kegiatan PPM dilakukan secara *hybrid*. Tim pelaksana dengan dibantu oleh para mahasiswa peserta KKN terlebih dahulu melakukan observasi lapangan dengan melakukan wawancara terhadap subjek sasaran seputar kewirausahaan, antara lain: a. pengetahuan yang mereka miliki tentang kewirausahaan, b. minat mereka terhadap kewirausahaan, c. mempraktekkan konsep kewirausahaan pada kehidupan, d. apa yang memotivasi mereka untuk berwirausaha. e. pelajaran/program di sekolah terkait kewirausahaan, f. cara mengatur keuangan selama ini, g. apakah mereka menyisihkan uang saku mereka untuk menabung. Dari hasil wawancara tersebut dapat dihimpun data, bahwa di SMA Pasundan 1 Majalaya terdapat mata

pelajaran yang terkait dengan kewirausahaan yaitu Pendidikan Prakarya dan Kewirausahaan

(PKWU). Mereka mengetahui secara umum tentang kewirausahaan. Sebagian kecil pernah berwirausaha dengan berjualan makanan ringan di pasar, namun mayoritasnya belum berwirausaha walaupun memiliki keinginan untuk menghasilkan uang sendiri. Sejauh ini mereka memahami konsep dan manfaat menabung dan sebagian telah mengelola uang dengan cara konvensional seperti menabung di celengan dan ada juga yang mengikuti arisan di antara teman-teman.

Untuk para siswa yang akan dilakukan *mini-workshop* dengan dengan mengusung tema "Peningkatan Kesadaran Finansial Melalui Motivasi Kewirausahaan dan Penatalaksanaan Keuangan pada Remaja di SMA Pasundan 1 Majalaya Kabupaten Bandung". Subjek sasaran diajak untuk membuka wawasan perlunya kesadaran finansial pada diri mereka yang tergorolong remaja yang masih belia. Adanya pandemi yang melanda bangsa kita, memaksa suatu kehidupan untuk menggunakan media sosial. Salah satu akibatnya, banyak remaja bersikap tidak produktif. Segala jenis transaksi cukup dilakukan melalui telepon genggam yang justru akhirnya lebih banyak menghamburkan uang. Dengan membekali subjek sasaran dengan pentingnya pemahaman literasi finansial, diharapkan menjadikan mereka sebagai remaja lebih mawas dan lebih bijak dalam menggunakan uang. Materi yang diberikan mencakup: a. kewirausahaan, b. Analisis SWOT, c. *Social Media Marketing*, d. *E-Commerce Marketing*, dan e. penatalaksanaan finansial.

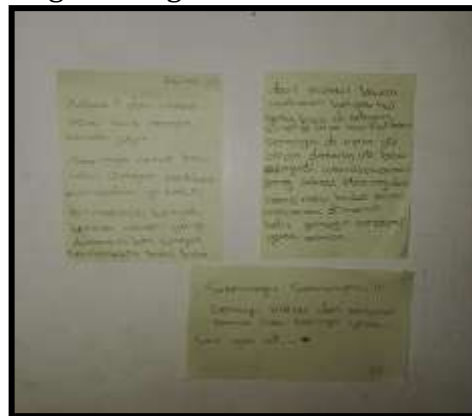
Kegiatan selanjutnya, subjek sasaran dibagi menjadi tiga kelompok kecil yang dimonitori oleh mahasiswa. Setiap kelompok diminta untuk bermain peran bahwa mereka sedang menjalankan satu kegiatan wirausaha. Mereka diminta berdiskusi dengan kelompok mengenai *strength*, *weakness*, *opportunity*, dan *threat* dari usaha tersebut, untuk selanjutnya setiap kelompok menunjuk salah seorang untuk mempresentasikan hasil pekerjaan mereka. Selain itu, subjek sasaran diminta menuliskan pengetahuan apa yang mereka peroleh, kesan



dan pesan, serta harapan kedepannya setelah mengikuti kegiatan hari ini.



Figur 3a : Salah satu kelompok memperlihatkan pekerjaan mereka



Figur 2b: Tulisan berupa pesan dan harapan mereka

Para siswa terlihat bersungguh-sungguh dalam mengikuti rangkaian kegiatan. Mereka dimotivasi agar memiliki minat dan kesenangan untuk melakukan kegiatan kewirausahaan, dan terdorong untuk melakukan kegiatan kewirausahaan sesuai dengan kemampuan dan keterampilan yang mereka miliki. Sebagaimana diketahui motivasi untuk berhasil berperan sangat penting, di dalam segala bidang, yang akan menjadi pendorong (stimulus) tercapainya keberhasilan. Dalam memotivasi diri untuk berwirausaha para siswa diajak untuk mulai mengatur keuangan mereka dengan baik, agar ketika mereka tumbuh dewasa mereka bisa memanfaatkan uang dengan baik. Cara atau saran yang diberikan kepada subjek sasaran yaitu: a, biasakan diri membuat catatan keuangan, b. hindari berbelanja berlebihan, c. sisihkan sebagian uang untuk tabungan, d. lakukan prinsip 50/30/20 yaitu pendapatan dibagi menjadi tiga kategori 50% untuk kebutuhan, 30% untuk keinginan, dan 20% untuk tabungan, e. mencari penghasilan tambahan, seperti berwirausaha, f. melakukan investasi.

Dengan melihat presentasi setiap kelompok dan juga tulisan tentang pemahaman tentang materi, kesan, dan pesan, maka dapat disimpulkan bahwa subjek sasaran umumnya memahami tentang konsep kewirausahaan. Selain itu, mereka tampak sudah mampu menerapkan analisis SWOT secara sederhana dalam menjalankan suatu usaha meskipun secara imajinasi. Di samping itu, hal lain yang cukup penting bahwa mereka mamahami perlunya keamanan finansial. Sebagai tindak lanjut untuk menjalin komunikasi dengan subjek sasaran dilakukan dengan whatsapp, untuk mengundang subjek sasaran hadir pada acara puncak berupa webinar yang diperuntukan bagi masyarakat umum juga, dengan tema "Kiat-Kiat Berkehidupan Berkualitas pada Remaja Usia 12 – 17 Tahun".

KESIMPULAN

Dengan mempertimbangkan kondisi para remaja yang kondisi psikologis, emosional, dan sosialnya masih berubah-ubah atau belum stabil, kegiatan-kegiatan PPM yang disesuaikan dengan jenjang pendidikan sangat tepat. Melalui kegiatan yang diikuti oleh subyek sasaran, banyak pelajaran yang diperlukan untuk menyokong keberhasilan mereka dalam kehidupan di masa depan. Para remaja senantiasa akan berinteraksi dengan lingkungan, dan proses pendidikan akan terus terjadi. Oleh karenanya, para remaja perlu disiapkan menghadapi perubahan sosial dan problema-problemnya yang mungkin terjadi.



Untuk itu, bekal pengetahuan tentang makna membangun kehidupan berkualitas; kesadaran untuk mawas diri pada kesehatan jasmani dan mental, pemanfaatan literasi dengan baik dan benar, penggunaan media sosial dan teknologi dengan benar, serta pembekalan tentang penatalaksanaan keuangan dan pemberian motivasi untuk berwirausaha, merupakan pengayaan untuk meningkatkan keterampilan umum untuk membangun hidup sehat, membangun budaya literasi, memanfaatkan medsos dan teknologi secara, dan berlatih memenej keuangan sejak dini.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

1. Rizky Abdulah, S,Si., Apt., Ph.D., selaku Direktur Riset dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Padjadaran beserta jajarannya,
2. Bapak Ika Nugraha selaku Camat Majalaya,
3. Para kepala Sekolah, guru-guru, dan siswa-siswa SDN Sukamaju 03, SMPN 1 Majalaya, dan SMA Pasundan 1 Majalaya
4. Fihak-fihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Rizki, Aprillia; Sriati, Aat; Hendrawati, Sri . (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. JNC - Volume. 3 Issue 1 (<https://jurnal.unpad.ac.id/jnc/article/view/26928/13424>), 41-53.
- [2] Ali, Muhammad & Asrori, Muhammad. (2012). Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Bumi Aksara.
- [3] Aprilia, Rizki; Sriati, Aat; Hendrawati, Sri . (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Renaja . Jurnal Nursing Care (JNC). vol. 3, 41 -- 53.
- [4] Bandung, B. K. (2020). Kabupaten Bandung dalam Angka. Kabupaten Bandung: Badan Pusat Statistik Kabupaten Bandung.
- [5] Djajasudarma, T. Fatimah, Indira, Dian; Wahya; Muhtadin, Teddi; Citraesmana, Elvi. (2016). Monograf Diksi Kesantunan dalam Ranah Sociolinguistik Pembentuk Karakter: Analisis Bahasa-Budaya Sunda di Jawa Barat. Jatingor: Unpad Press.
- [6] Oliver, A. (2021, Februari 10). Literasi Keuangan: Ketahui Manfaatnya untuk Kestabilan Finansialmu.
- [7] Projo, Wahyu Adityo; Harususilo, Yohanes Enggar Harususilo. (2019, Maret 18). Kompas.com News Edukasi. Retrieved from <https://edukasi.kompas.com/read/2019/11/18/13260101/mendikbud-nadiem-karakter-pengetahuan-dan-keterampilan-jadi-modal-dasar?page=all>: Kompas.com
- [8] Report, I. D. (2021). We Are Social dan Hootsuite. Retrieved from <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2021/>: Indonesian Digital Report 2021
- [9] Rismayanti, R. (2015). Keberadaan Industri Tenun Tradisional pada Era Modern di Wilayah Majalaya Kabupaten Bandung Jawa Barat. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- [10] Stats, I. W. (2021). World Internet Users and 2021 Population Stats. Retrieved from <https://www.internetworldstats.com/stats.htm>: World Internet Stats
- [11] Supriyanto; Iswahyudi, Didik . (2016). Penguatan Pendidikan Sekolah Dasar dalam



Rangka Menghadapi Pasar Terbuka ASEAN. Prosiding Seminar Nasional Tahun 2016 (pp. 226-242). Malang: Universitas Kanjuruhan Malang.

- [12] Tashandra, N. (2018, Maret 22). 80 Persen Konsumen Belanja Online Orang Muda dan Wanita.
- [13] Wahidin, U. (2017). Pendidikan Karakter bagi Remaja. Edukasi Islami Jurnal Pendidikan Islam, 256-269.
- [14] Zakky. (2020, March 26). <https://www.zonareferensi.com/pengertian-pendidikan/>.