
Original Article

Penyebab Rasa Malas Remaja di SMP Bani Abdillah Desa Cilebut, Kabupaten Bogor Tahun 2021

Syavira Anastakim^{1*}, Giovaldo Gabe Sitorus², Salsa Putri Irayani³

^{1,2,3}Program Sarjana Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia Maju
Jl. Harapan No.50, Lenteng Agung-Jakarta Selatan

*Email: syaviraanastakim123@gmail.com

ABSTRACT

Editor: Lenny

Diterima: 10/05/2022

Direview: 11/07/2022

Publish: 15/07/2022

Hak Cipta:

©2022 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

Introduction: Since the COVID-19 pandemic entered Indonesia, all schools have implemented distance learning. Namely, the learning process that is reached using the internet. During this period of adjustment to the new learning process, many students have not been able to adapt. Some of them are lazy to study due to difficulty accessing learning, poor signal, lack of understanding of the material, lack of rest hours, and less conducive home environmental conditions.

Objective: We conducted this research to find out what the main factors are for lazy students during the COVID-19 pandemic.

Methods: This research method uses descriptive qualitative by filling out a questionnaire.

Results: The results of this research show that students feel lazy due to lack of motivation, namely 89.3%. Therefore, we are holding a webinar to motivate students and provide solutions so that they don't feel lazy during the COVID-19 pandemic. Laziness is a habit that is learned and formed by environmental conditions and the people around it.

Conclusion: Based on the results of the questionnaire, it was found that Bani Abdillah Middle School students felt lazy due to a lack of motivation or support from the surrounding environment. This motivation is very important to help the continuity of students' teaching and learning activities and to create a pleasant environment. Motivating students can be done by making a study agenda, determining a learning style, avoiding learning distractions, finding the right atmosphere, and studying with friends.

Keywords: causes, covid-19 pandemic, laziness

Pendahuluan

Dengan adanya kebijakan pemerintah dalam melakukan system pembelajaran berbasis Daring memiliki banyak persoalan yang ditimbulkan khususnya pada anak remaja diantaranya adalah tidak sedikit anak remaja menjadi malas untuk melakukan aktivitasnya di rumah seperti berolahraga, mandi rutin 2x sehari, makan makanan yang mengandung Pola Gizi Seimbang (PGS), berproduktif, membersihkan rumah dan masih banyak lagi.¹ Serta banyak remaja yang malas dan sulit berkonsentrasi dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar.²

Malas adalah “tidak mau bekerja atau mengerjakan sesuatu. Malas juga berarti segan, tidak suka, tidak bernafsu”.³ Faktor yang menyebabkan malas saat pandemic Covid-19 adalah sulitnya mengakses pembelajaran melalui internet dikarenakan sinyal yang kurang baik, siswa kurang memahami materi yang disampaikan oleh guru, jam istirahat yang kurang efektif dan juga kondisi lingkungan rumah yang kurang kondusif.⁴ Banyak remaja yang kekurangan waktu istirahatnya akibat bermalas-malasan dirumah atau dikamarnya sendiri dengan cara menghabiskan waktunya untuk menonton film, bermain handphone, dan mengerjakan tugas tugas dari guru.⁵

Tidak sedikit dampak yang disebabkan oleh kurangnya istirahat seperti rasa kantuk berlebih, depresi, penurunan daya ingat, penuaan dini, berat badan bertambah, dan masih banyak lagi.⁶ Dan dapat menyebabkan penyakit serius seperti seperti: Penyakit jantung, Serangan jantung, Gagal jantung, Detak jantung tidak teratur, Tekanan darah tinggi, Stroke Diabetes, system imun tubuh melemah bahkan dapat menyebabkan kematian.⁷ Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas dan agar dapat terlaksana penelitian ini. Adapun kami mengangkat judul “Penyebab Rasa Malas Remaja di SMP Bani Abdillah Cilebut Barat Tahun 2021”

Metode

Metode Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pengisian kuesioner.⁸ Untuk menilai tingkat pengetahuan mengenai factor penyebab rasa malas maka para peserta diberikan kuesioner berupa *pre-test* dan *post-test* sebelum dan sesudah penyuluhan, kuesioner diberikan dengan menggunakan *Google Form*. Setelah pengisian *pre-test* selesai, dilanjutkan dengan pemberian materi penyuluhan oleh anggota kelompok Promosi kesehatan Pada pemberian materi tersebut kami memberikan motivasi siswa dan juga solusi untuk mengatasi rasa malas pada siswa. Dan juga kami tampilkan poster untuk membantu siswa memahami solusi yang telah kami berikan. Dan dilanjutkan dengan pemberian quiz, Setelah quiz dilanjutkan dengan pengisian *post-test*.

Hasil

Tabel 1 Faktor – Faktor Penyebab Malas

Kategori	Jumlah	Persentase
Penyebab Malas		
1. Kurangnya Motivasi	159	89,3%
2. Sulit Mengakses Pembelajaran	139	78,1%
3. Tinggal di Pemukiman Bising	135	75,8%
4. Mengerjakan Tugas >30 Menit	133	74,7%
5. Menunda pekerjaan Karena Bosan	113	63,5%

6. Sering Malas Saat Daring	46	25,3%
-----------------------------	----	-------

Tabel 2 Platform Belajar

Platform Belajar		
1.	Google Classroom	164 92,1%
2.	Zoom	3 1,67%
3.	Google Meet	3 1,67%
4.	WhatsApp Group	3 1,67%
5.	WPS	3 1,67%
6.	Hanya Absen	2 1,22%

Tabel 3 Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Saat penyuluhan

Tingkat Pengetahuan	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	F	%	F	%
Baik	7	43,75	14	87,5
Cukup	5	31,25	2	12,5
Kurang	4	25	0	0

Pembahasan

Dari hasil pengisian kuesioner di dapatkan faktor penyebab siswa/i SMP Bani Abdillah malas dikarenakan kurangnya motivasi, disusul dengan faktor sulitnya mengakses pembelajaran dan mengerjakan tugas yang lebih dari 30 menit. Dari hasil pengisian kuesioner juga di dapatkan proses belajar jarak jauh di SMP Bani Abdillah hanya melalui Aplikasi *Google Classroom*, yang sebenarnya kurang efektif dikarenakan biasanya guru hanya memberikan tugas dan materi melalui aplikasi tersebut. Guru jarang membantu pemahaman siswanya melalui tatap muka yang biasa dilakukan melalui aplikasi *Zoom*, *Google meet* atau sejenisnya.

Dari hasil kuesioner didapatkan penyebab utama rasa malas pada siswa/i SMP Bani Abdillah dikarenakan kurangnya motivasi belajar pada siswa. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Nur Etika dan Wilda Fasim Hasibuan tentang “Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi”, dimana terdapat mahasiswa yang motivasinya rendah dan kurang perhatiannya terhadap skripsi yang mereka kerjakan. Seperti menunda-nunda mengerjakan revisi yang diberikan oleh dosen pembimbing serta ada juga yang belum melakukan penelitian. Hal itu disebabkan oleh permasalahan yang dihadapi mahasiswa itu sendiri, seperti kurang mengertinya mahasiswa dengan revisian yang diberikan oleh dosen pembimbing dan kurangnya pengetahuan mahasiswa terhadap referensi-referensi yang diperlukan untuk kelengkapan skripsinya.⁹

Dari hasil kuesioner didapatkan siswa/i melakukan pembelajaran jarak jauh hanya melalui *Google Classroom*, yang hanya diperuntukan untuk membagikan materi dan menyerahkan tugas. Dari asumsi peneliti menyatakan bahwa kurang efektif jika PJJ hanya dilakukan melalui *Google Classroom* dikarenakan tidak semua siswa/i bisa memahami materi hanya dengan cara membaca. Bahkan belum tentu semua siswa/i membaca materi yang diberikan oleh guru melalui *Google Classroom*. Media yang digunakan untuk belajar juga sangat penting untuk membangkitkan semangat dan juga motivasi siwa.^{10,11} Jika belajar

melalui tatap muka maka lebih besar harapan siswa/i mengerti materi yang disampaikan dan siswa/i memiliki motivasi untuk menyimak dan memahami materi yang disampaikan melalui tatap muka.^{12,13}

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa adanya perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan di SMP Bani Abdillah Tahun 2021, terdapat 7 responden (43,75%) dengan tingkat pengetahuan baik sebelum diberikan penyuluhan meningkat menjadi 14 responden (87,5%), terdapat 5 responden (31,25%) dengan tingkat pengetahuan cukup sebelum diberikan penyuluhan menurun menjadi 2 responden (12,5%), terdapat 4 responden (25%) dengan tingkat pengetahuan kurang sebelum diberikan penyuluhan menurun menjadi 0 responden (0%), Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan Dari Hasil *Pre-Test* dan *Post-test* ada perbedaan yang bisa meningkatkan pengetahuan siswa – siswi SMP Bani Abdillah dari pemberian materi yang sudah di paparkan maka hasil *post-test* dengan hasil yang baik sebelum dilakukanya pemberian materi *pre-test* dan dikatakan berhasil dalam pemberian materi di webinar terhadap peningkatan pengetahuan siswa siswi dalam pembelajaran yang efektif dalam daring.

Dalam kegiatan penyuluhan ini terdapat beberapa kendala, diantaranya jumlah siswa yang bergabung di acara webinar tidak memenuhi target yang diberikan oleh pihak SMP Bani Abdillah, tidak ada dampingan dari pihak Institusi dan dampingan dari pihak SMP hadir terlambat, waktu kegiatan webinar diundur, dan kurang aktifnya siswa saat kegiatan webinar berlangsung. Siswa mengisi absensi dengan baik, siswa mengisi *pre-test* dan *post-test* dengan baik. Dan tidak semua siswa menyimak materi dengan baik, dikarenakan saat sesi Quiz siswa kesulitan untuk menjawab pertanyaan yang diberikan. Dan saat sesi dokumentasi siswa juga kesulitan mengaktifkan video dikarenakan jaringan yang tidak baik. Diluar dari itu menyampaian materi, pengisian absensi, pengisian pre test dan post test berjalan dengan lancar.

Kesimpulan

Malas adalah kebiasaan yang dipelajari dan dibentuk oleh kondisi lingkungan dan orang-orang sekitarnya. Sifat malas adalah akibat ketidakmampuan mengelola waktu dan tiadanya disiplin diri, bukan sifat bawaan.¹⁴ Oleh sebab itu, agar sifat malas ini tidak terbentuk, perlu dibiasakan untuk menghargai waktu dan disiplin.¹⁵ Berdasarkan hasil kuesioner didapatkan bahwa siswa/i SMP Bani Abdillah merasa malas dikarenakan kurangnya motivasi atau dukungan dari lingkungan sekitar. Motivasi ini sangat penting untuk membantu keberlangsungan kegiatan belajar mengajar siswa/i, agar terciptanya lingkungan yang menyenangkan. Motivasi kepada siswa/i bisa dengan cara membuat agenda belajar, menentukan gaya belajar, hindari gangguan belajar, cari suasana yang tepat, dan belajar bersama teman.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Ibu Agustina Sari S.ST, M,Kes selaku dosen mata kuliah Promosi Kesehatan STIKES Indonesia Maju, Bapak Fajar Saputra S.KM, M,Kes sebagai dosen

pembimbing, Bapak Jamal dan Bapak Jaenal Arifin selaku perwakilan dari SMP Bani Abdillah, seluruh Siswa/Siswi SMP Bani Abdillah, Pedro Hauliando Joverly Panjaitan selaku donatur dan pengurus perizinan dan kepada seluruh anggota Kelompok 10 Promosi Kesehatan.

Pendanaan

Sumber pendanaan diperoleh dari peneliti.

Daftar Pustaka

1. Wahyuni SD, Rumpiati, Lesta Riningsih REM. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. *Glob Heal Sci.* 2017;2(2):149–54.
2. Santika IWE. Pendidikan Karakter pada Pembelajaran Daring. *Indones Values Character Educ J.* 2020;3(1):8–19.
3. Kbbi K. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Kementerian Pendidik Dan Budaya. 2016;
4. Darmalaksana W, Hambali RYA, Masrur A, Muhlas. Analisis Pembelajaran Online Masa WFH Pandemic Covid-19 sebagai Tantangan Pemimpin Digital Abad 21. Karya Tulis Ilm Masa Work From Home Covid-19 UIN Sunan Gunung Djati Bandung Tahun 2020. 2020;1(1):1–12.
5. Sri Wahyu Hidayati S. Pembelajaran Berbasis Daring pada Masa Pandemi Covid-19 di Iisbud Sarea: Problematika, Pemecahan Masalah, dan Harapan. *EDUKATIF J ILMU Pendidik.* 2021;3(6):4407–14.
6. Asmuni A. Problematika pembelajaran daring di masa pandemi covid-19 dan solusi pemecahannya. *J paedagogy.* 2020;7(4):281–8.
7. Tafano,T & Saputra S. Teknologi Dan Covid: Tantangan Dan Peluang Dalam Melaksanakan Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi. *J Teknol Inf.* 2021;
8. Notoatmodjo S. Metodologi penelitian kesehatan. 2012;
9. Etika N, Hasibuan WF. Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *KOPASTA J Progr Stud Bimbing Konseling.* 2016;3(1):40–5.
10. Sudibya AB. Pengembangan Media Pembelajaran Buzzer Quiz sebagai Alat Bantu pada Teknik Cerdas Cermat. 2016;
11. Pustikayasa IM. Grup whatsapp sebagai media pembelajaran. *Widya Genitri J Ilm Pendidikan, Agama Dan Kebud Hindu.* 2019;10(2):53–62.
12. Fitriasari A, Septianingrum Y, Budury S. Stres Pembelajaran Online Berhubungan Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *J Keperawatan.* 2020;12(4):985–92.
13. Siap Belajar Jakarta Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Tahun Pelajaran 2021/2022. jakarta a city of collaboration.
14. Budiarti IS. Hubungan Pembelajaran Sistem Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Dengan Tingkat Stress Mahasiswa STIKes YPAK Padang Tahun 2021 PandemiCovid-19 menjadi salah individu dari semua bangsa , ras , dan menjadi enam kelompok yaitu orang sehat , orang dan pertama k. Vol. 3. 2021.
15. Putri AP, Rahhayu RS, Suswandari M, Ningsih PAR. Strategi Pembelajaran Melalui Daring Dan Luring Selama Pandemi Covid-19 Di Sd Negeri Sugihan 03 Bendosari. *Prima Magistra J Ilm Kependidikan.* 2021;2(1):1–8.