

EDUKASI PENINGKATAN PENGETAHUAN AKAN DAMPAK PSIKOLOGIS PERILAKU MALAS PADA SISWA DI SMA PABAKU STABAT

Sri Ramadhani¹, Dwi Nursiti², Siska Dwi Ningsih³

^{1,2,3}Program Studi Psikologi Universitas Sari Mutiara Indonesia
email : ramadhanisyarifin@gmail.com

ABSTRAK

Malas belajar bukan persoalan sederhana. Masalah ini harus dipahami secara menyeluruh, terutama mencari factor - faktor penyebab sekaligus dicarikan jalan keluar. Malas belajar khususnya pada remaja tidak bisa dibiarkan, karena memiliki dampak yang serius. Dampak yang paling fatal adalah remaja kita tidak memiliki minat sama sekali untuk belajar, dan lebih memilih kehidupan yang tidak sehat. Misalnya menjalani pergaulan bebas, narkoba, dan menganggur. Tulisan ini menyuguhkan beberapa faktasekaligus sumbang pikiran, bahwa persoalan malas belajar harus pula didekati dengan kaca mata psikologis. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan para siswa dalam menyikapi dan memahami tentang edukasi dampak psikologis perilaku malas pada siswa di SMA PABAKU STABAT. Metode pengabdian masyarakat ini dengan edukasi dampak perilaku malas di SMA PABAKU STABAT, dalam bentuk ceramah dan Tanya jawab serta menonton video dampak perilaku malas. Hasil Pengabdian masyarakat ini adalah menambah pengetahuan para siswa/siswi untuk lebih mengerti, memahami bentuk-bentuk perilaku malas, dan faktor yang melatarbelakangi serta melakukan pencegahan untuk menghindari perilaku malas. Diharapkan setelah dilakukan edukasi dampak psikologis perilaku malas di SMA PABAKU STABAT ini para siswa/siswi agar pengetahuannya semakin meningkat.

Kata Kunci : edukasi pengetahuan dampak perilaku malas

ABSTRACT

Lazy to learn is not a simple matter. This problem must be understood thoroughly, especially looking for the factors that cause it as well as looking for a way out. Lazy learning, especially in adolescents, cannot be allowed, because it has a serious impact. The most fatal impact is that our youth have no interest in learning at all, and prefer an unhealthy life. For example undergoing promiscuity, drugs, and unemployed. This paper presents several facts as well as brainstorming, that the problem of lazy learning must also be approached from a psychological perspective. The purpose of this community service is to increase students' knowledge in addressing and understanding education about the psychological impact of lazy behavior on students in high school. This community service method is by educating the impact of lazy behavior in high school, in the form of lectures and questions and answers and watching videos on the impact of lazy behavior. The result of this community service is to increase the knowledge of students to better understand, understand the forms of lazy behavior, and the underlying factors and take precautions to avoid lazy behavior. It is hoped that after conducting education on the psychological impact of lazy behavior in this high school, students will increase their knowledge.

Keywords : *knowledge education about the impact of lazy behavior*

PENDAHULUAN

Belajar adalah suatu proses orang memperoleh berbagai kecakapan, keterampilan, dan sikap. Kemampuan orang untuk belajar ialah ciri penting yang membedakan jenisnya dari jenis-jenis makhluk yang lain. Kemampuan belajar itu memberikan manfaat bagi individu dan juga bagi masyarakat. Orang sebagai individu dan masyarakat mempunyai kepentingan dalam mengelola belajar. Orang-orang yang sudah terampil belajar mandiri mampu menguasai berbagai keterampilan untuk mengisi waktu senggang dan melakukan pekerjaan baru.

Berbicara tentang belajar tidak dapat dipisahkan dengan semua upaya yang harus dilakukan untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas. Dilihat dari segi pendidikan telah terkandung secara jelas dalam tujuan Pendidikan Nasional (Depdikbud, 2003) sebagai berikut:

“Pendidikan Nasional bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan”.

Kemandirian yang dimaksud dalam tujuan pendidikan nasional itu adalah kemandirian dalam segala aspek kehidupan. Namun dalam penelitian ini peneliti membatasi hanya pada kemandirian belajar. Kemandirian belajar adalah proses menggerakkan kekuatan atau dorongan dari dalam diri individu yang belajar untuk menggerakkan potensi dirinya. Pada kenyataannya dalam mencapai kemandirian belajar tidaklah mudah, selalu terjadi masalah baik mengenai proses mengajar yang dilakukan oleh guru bidang studi maupun proses belajar yang dilakukan siswa. Masalah belajar merupakan inti dari kegiatan sekolah. Bimbingan belajar merupakan salah satu bentuk dari layanan bimbingan yang penting dilaksanakan di sekolah, masalah belajar yang dialami siswa tidak selalu disebabkan oleh kebodohan atau rendahnya intelegensi, sering kegagalan terjadi disebabkan mereka tidak mendapatkan layanan bimbingan yang memadai. Pemberian bimbingan belajar oleh guru pembimbing akan banyak membantu siswa dalam mengatasi masalah belajar. Kesadaran belajar yang kurang tersebut juga terlihat pada saat pembelajaran di kelas, siswa tidak mencatat jika gurunya tidak menyuruhnya untuk mencatat. 4 Hal inilah yang menyebabkan siswa tidak termotivasi terhadap belajarnya sehingga aktivitas pembelajaran di kelas kurang aktif.

Kurangnya motivasi belajar siswa juga disebabkan karena dalam diri siswa sendiri, siswa tidak tahu bagaimana menumbuhkan motivasi belajar dan tidak tahu bagaimana cara belajar yang efektif dan efisien, hal ini berpengaruh sangat buruk terhadap kebiasaan belajar siswa. Siswa menjadi kurang terpacu dalam mengembangkan kreatifitas belajarnya. Hal ini bisa dilihat pada saat guru memberikan tugas kepada siswa, banyak siswa yang kurang bertanggung jawab terhadap tugasnya, sebagian siswa terlambat dalam mengumpulkan tugas.

Dalam studi psikologi, fase usia remaja kira-kira berawal dari usia 12 sampai akhir usia belasan, saat pertumbuhan fisik hampir lengkap. Secara objektif kondisi sosial, psikologis, dan pendidikan remaja di tanah air kita sangat memprihatinkan. Mereka tidak saja malas belajar, tetapi tidak memiliki kebiasaan belajar yang teratur, tidak mempunyai catatan pelajaran yang lengkap, tidak mengerjakan tugas dan PR, sering membolos, seringkali lebih mengharapkan bocoran soal ulangan/ujian atau menyontek untuk mendapat nilai yang bagus. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Sekolah SMA PABAKU STABAT. Dari hasil wawancara siswa di SMA dari 25 siswa, 9 dari mereka kebanyakan memakai gadget, 6 dari

mereka yang sulit menerima pelajaran itu sendiri akibat terlalu banyak bermain, dan 10 siswa lainnya mereka kebanyakan bermain game online sehingga mereka malas untuk mengikuti pelajaran disekolah.

Rendahnya tingkat perilaku malas pada siswa di Sekolah menunjukkan pentingnya pengetahuan dan sikap siswa terhadap perilaku malas. Rendahnya dampak yang ditimbulkan serta menimnya pengetahuan tentang perilaku malas, sehingga perlu dilakukan suatu upaya promotif berupa penyuluhan tentang “Edukasi dampak perilaku malas Di Sekolah SMA PABAKU STABAT”.

METODE PELAKSANAAN

Tahap Persiapan

Tahap awal kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan kontrak kepada para siswa/siswi yang telah disiapkan untuk bisa berpartisipasi aktif dalam Penyuluhan “Edukasi dampak perilaku malas di SMA, baik kontrak waktu dan kesediaannya sebagai peserta. Persiapan awal lain adalah alat-alat yang digunakan yaitu seperti laptop, *Liquid crystal display* (LCD), layar proyektor, *sound system*, dan mikrofon. Pembuatan *Power Point* untuk materi Edukasi Pencegahan *Bullying* dibuat dengan menggunakan materi yang mudah dimengerti dan menggunakan gambar-gambar serta pembuatan Video dampak perilaku malas.

Tahap pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini para siswa/siswi Di SMA. Terlebih dahulu mengisi daftar hadir yang diberikan oleh tim pengabdian masyarakat dan setelah itu salah seorang Fasilitator memberikan ucapan salam sambil mengucapkan yel-yelnya kepada siswa/siswi. agar tetap semangat menjalani sesi awal sampai selesai. Setelah itu memberikan pengetahuan tentang edukasi pencegahan perilaku malas dalam bentuk-bentuk perilaku malas faktor penyebab malas dampak terjadinya malas bagi korban dan pelaku serta pencegahannya kemudian dilanjutkan penyajian video perilaku malas Tim pengabdian masyarakat juga memutar video agar siswa/siswi mudah mengerti dan memahami tentang perilaku malas.

Evaluasi

Struktur

Siswa yang disiapkan sebanyak 25 orang dengan perantara usia 14-16 tahun. Tim pengabdian masyarakat berbagi tugas dimana 1 orang penyaji materi, video dan sekaligus yang membawakan acara penyuluhan ini, 1 orang bertugas untuk memberikan *Pre test & post test* sebelum dan setelah materi penyuluhan diberikan dan 1 orang lagi bertugas mendokumentasikan pengabdian Masyarakat ini. Tim juga melibatkan 2 orang mahasiswa untuk membantu tim pengabdian masyarakat sehingga kegiatan pengabdian masyarakat tentang Edukasi Pencegahan perilaku malas di SMA dapat berjalan dengan baik.

a. Proses

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan sesuai jadwal dari pukul 8.30 s/d 10.20 wib dimana saat penyajian materi diselingi dengan tanya jawab.

b. Metode Evaluasi

Metode evaluasi dilakukan pada awal dan akhir penyampaian materi dan para siswa mampu memahami dan mengerti tentang definisi, bentuk-bentuk perilaku malas, faktor penyebab perilaku malas, dampak terjadinya perilaku malas .

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada Mei 2020 dari pukul 8.30 sampai dengan 10.20 yang sasarannya adalah siswa/siswi di SMA Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh 3 orang tim dosen Prodi Psikologi.

Tahap awal pengabdian masyarakat ini tim pelaksana/fasilitator mengarahkan siswa/siswinya untuk bersama-sama mempraktekkan yel-yel salam agar tetap semangat, setelah itu menjelaskan definisi dari perilaku malas, bentuk-bentuk perilaku malas, faktor penyebab perilaku malas, dampak perilaku malas, serta pencegahannya kemudian dilanjutkan penyajian video perilaku malas

Rendahnya tingkat pengetahuan tentang pentingnya edukasi pencegahan perilaku malas di sekolah disebabkan oleh kurangnya informasi dan lingkungan yang tidak mendukung untuk kembang tumbuh anak sehingga kebutuhan anak tidak tercukupi.

Berdasarkan hasil melalui *pre test* yang diberikan oleh tim fasilitator pengabdian masyarakat sebelum materi penyuluhan diberikan didapatkan hasil 80% siswa yang berlebihan dalam penggunaan gadget. Dan pemberian *Post Test* didapatkan hasil bahwa siswa/siswi kurangnya motivasi dalam diri siswa, pola makan yang kurang baik, suasana hati siswa yang buruk, minat terhadap mata pelajaran tertentu, dan bakat yang dimiliki siswa. di SMA secara jelas yaitu 20 %. Hal ini di dukung oleh informasi dari para guru dan wali murid yang ada di SMA.



Gambar (1)

Memaparkan materi tentang “edukasi peningkatan pengetahuan akan dampak psikologis perilaku malas pada siswa di SMA ”.

Ketika fasilitator atau tim pelaksana memberikan materi bentuk-bentuk perilaku malas faktor penyebab terjadinya perilaku malas kepada siswa, mereka menyimak dan fokus kearah depan namun ketika saat sesi tanya jawab hanya beberapa saja yang memberikan jawaban yang benar sehingga terlihat pengetahuan mereka akan informasi tentang edukasi pencegahan

perilaku malas masih kurang akan tetapi mereka tetap semangat mengikuti materi sampai selesai.

1. Akibat Penggunaan Gadget yang berlebihan

Gadget memang salah satu hal yang mampu mempercepat menyelesaikan berbagai macam tugas dan pekerjaan. Sehingga dunia ini penuh dengan peralatan gadget yang menjadi kebutuhan utama dalam dunia internet atau dunia informasi komunikasi dan teknologi terbaru saat ini. Manfaat dan kegunaan dari gadget sendiri sudah banyak diketahui manusia, seperti menelfon, merekam gambar, merekam video, merekam suara, memutar video, memutar musik, mengakses internet, mengolah data, dan lain sebagainya.

Penggunaan gadget dari kalangan anak-anak, remaja hingga dewasa, Ada berbagai tujuan seseorang menggunakan gadget. Menurut Warsita dalam Afif Fatimatuz Zahro, Di antaranya sebagai sarana untuk memudahkan komunikasi jarak jauh dengan orang lain, baik antar kota ataupun mancanegara, dan juga sebagai media informasi. Tetapi sekarang malah kebanyakan manusia yang sudah tidak bisa mengontrol diri mereka untuk menggunakan gadget itu sendiri dan malah mengakibatkan dampak yang tidak baik bagi kehidupan mereka. Terdapat 80% pelajar yang menyatakan bahwa gadget telah memengaruhi prestasi belajar mereka, beberapa pelajar juga menyatakan bahwa penggunaan gadget menyebabkan pemborosan, menjadi pemalas, lupa waktu, mengganggu kesehatan penggunaan gadget yang tidak bijak alias berlebihan bisa berdampak buruk bagi kesehatan psikis dan jasmani.

Selain itu dampak negatif terhadap gadget juga berpengaruh pada sikap siswa yang akan cenderung menjadi pemalas dan menjadi lupa waktu, kesulitan beradaptasi dengan mata pelajaran, lebih mementingkan berkomunikasi dengan media sosial dibandingkan dengan belajar. Remaja yang ketergantungan terhadap gadget menimbulkan perilaku anti sosial. Penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengakibatkan kerugian. Kerugian tidak hanya pada kesehatan saja, melainkan kerugian dalam segi ekonomi.

Perilaku belajar merupakan kebiasaan belajar yang dilakukan oleh individu secara berulang-ulang sehingga menjadi otomatis atau berlangsung secara spontan. Belajar dimulai dengan adanya dorongan, semangat, dan upaya yang timbul dalam diri seseorang sehingga orang itu melakukan kegiatan belajar. Kegiatan belajar yang dilakukan menyesuaikan dengan tingkah lakunya dalam meningkatkan kemauan dirinya.

2. Dampak Prilaku Malas Dalam Diri Siswa

Setiap orang tua ingin anaknya tumbuh pintar dan berprestasi disekolah. Hal ini dapat diwujudkan bila anak senang belajar. Tentunya, tak terlepas dari dukungan dan dorongan motivasi dari orang tua. Bukan hanya berprestasi disekolah, kebiasaan rutin belajar juga bisa melatih kemampuan berpikir anak dan membuat anak mampu menyelesaikan masalah dengan baik.

Dampak – dampak dalam perilaku malas pada siswa di SMA:

1. Kesulitan mengikuti pelajaran di sekolah

Dampak yang paling terlihat dari malas belajar adalah anak akan mengalami kesulitan mengikuti pelajaran di sekolah. Hal ini bisa saja membuat anak merasa kesal hingga stres saat sekolah. Orangtua pun akan mendapatkan peringatan dari sekolah terkait anak yang sulit

menerima pelajaran di sekolah. Kesulitan ini juga akan membuat anak tidak maksimal dalam mendapatkan ilmu pengetahuan dari sekolah

2. Berisiko tinggal kelas

Bila anak malas belajar dalam mengikuti pelajaran di sekolah, hal ini bisa menyebabkan anak tinggal kelas. Tentu hal ini tidak diinginkan orangtua maupun guru. Bukan hanya berdampak negatif bagi masa depan anak, tinggal kelas juga dapat menimbulkan sejumlah kerugian seperti waktu sekolah yang lebih lama dan biaya ekstra yang harus dikeluarkan.

3. Sering menyontek

Anak yang malas belajar cenderung kesulitan saat ujian. Anak sering kali tidak bisa menjawab pertanyaan yang diberikan saat ujian. Sehingga sebagai jalan pintas mereka akan sering menyontek. Padahal menyontek merupakan tindakan yang tak terpuji. Tak hanya dilarang, menyontek juga dapat membuat anak tidak mau berusaha dan memupuk mental mencuri sejak dini.

4. Membuat anak tidak percaya diri

Kesulitan menerima pelajaran, apalagi hingga tinggal kelas bisa membuat anak menjadi tidak percaya diri. Banyak survei yang membuktikan bahwa anak yang tidak percaya diri bisa menjadi korban maupun pelaku bully. Selain itu, rasa tidak percaya diri juga akan membuat anak semakin sulit untuk menerima pelajaran di sekolah. Anak pun akan mengalami kesulitan bergaul yang berdampak pada kemampuannya bersosialisasi.

5. Wawasan yang sempit

Tak hanya berdampak secara akademis, malas belajar juga dapat membuat wawasan anak menjadi sempit. Padahal ada begitu banyak pengetahuan di luar sekolah yang bisa anak pelajari. Wawasan yang luas juga memiliki banyak manfaat bagi kehidupan anak di masa depan, seperti melatih kemampuan berpikir, kemampuan menyelesaikan masalah, mengikuti perkembangan terkini, hingga mudah bergaul karena anak menjadi mudah diajak ngobrol.

Hal-Hal Yang Perlu Diperhatikan Dalam Upaya Pencegahan perilaku malas di Sekolah :

Edukasi mengenai perilaku malas pada siswa

Edukasi mengenai perilaku malas di sekolah merupakan langkah awal dalam memberikan pengetahuan yang jelas mengenai perilaku itu sendiri. Guru harus memberikan arahan dan juga informasi mengenai siswa yang malas faktor-faktor serta dampak yang mungkin ditimbulkan akibat dari perilaku malas. Melalui kegiatan edukasi ini, diharapkan siswa mendapatkan pengetahuan serta meningkatkan awareness atau kesadaran mengenai betapa pentingnya menjauhi perilaku malas di sekolah dan lingkungan sosial.

Langkah-langkah berikut sebagai meningkatkan upaya dalam belajar:

- Meningkatkan kembali tujuan awal anda bersekolah
- Kurangin menggunakan smartphone
- Mengubah cara belajar
- Berlibur (Refresing)
- Tentukan target yang ingin dicapai

- Berteman dengan orang yang rajin belajar
- Menumbuhkan rasa cinta terhadap aktivitas belajar

Oleh karena itu perlu adanya kerja sama antara semua pihak, baik guru, staf, maupun siswa yang ada di lingkungan tersebut atau bahkan dengan orang tua siswa. Guru juga sangat berperan penting dalam menanggulangi atau mencegah terjadinya perilaku malas di sekolah terutama guru bimbingan dan konseling (konselor) dengan memberikan pencerahan atau edukasi dampak perilaku malas terhadap siswa-siswa agar mereka dapat meningkatkan semangat belajar.

Dengan memberikan penyuluhan edukasi dampak perilaku malas pada siswa agar mereka dapat meningkatkan semangat belajar itu sendiri serta menjadikan siswa sadar akan ruginya dampak perilaku malas dalam psikologisnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nur Dafi'q dkk., tahun 2020 yang menunjukkan bahwa dengan pemberian edukasi dampak perilaku malas di Sekolah memberi peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku malas pada siswa yang signifikan.

Kesimpulan

Belajar adalah aktivitas kompleks dan seringkali tidak dapat diamati secara instan. Masalah yang seringkali muncul dalam aktivitas belajar adalah sikap malas. Sifat malas ini, khususnya pada remaja, harus disikapi secara arif dan bijak, sekaligus dicarikan solusinya. Pendekatan psikologis menjelaskan bahwa malas belajar bisa saja dipicu oleh faktor internal, seperti kondisi fisik, kepribadian, motivasi, dan emosi. Bahkan sangat mungkin masalah malas ini perlu pendekatan neurology.

Faktor eksternal tak kalah besar pengaruhnya terhadap malas belajar. dalam hal ini kita dapat melihat dari kaca mata teori teori Brofenbrenner yang berparadigma lingkungan (ekologi). Teori ini menyatakan bahwa perilaku seseorang (termasuk perilaku malas belajar pada anak) tidak berdiri sendiri, melainkan merupakan dampak dari interaksi orang yang bersangkutan dengan lingkungan di luar diri individu.

Merujuk teori Brofenbener faktor terpenting yang berpengaruh langsung adalah pada sistem mikro, utamanya adalah dari keluarga/orang tua, sekolah, guru, teman bermain. Maka dalam hal ini orang tua, guru, dan sekolah seharusnya dapat memahami, mendidik, memotivasi, memengaruhi siswa remaja dengan pendidikan yang utuh. Sekaligus membantu anak dan remaja agar dapat belajar dengan baik.

Daftar pustaka

Jurnal Al Qalam, Volume 19, Nomor 2, Desember 2018 Dampak Psikologis Dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Surakarta Jln. Pandawa Pucangan kartasura Sukoharjo, Jawa Tengah.

Jurnal mahasiswa, Universitas Negeri Surabaya, (2009) FAKTOR PENYEBAB MENURUNNYA HASIL BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN SOSIOLOGI DI SMA, Jl. Lidah wetan , lidah wetan kec. Lakarsantri, kota SBY, Jawa timur

SKRIPSI, PUTRI PRATIWI INDRASWARI, UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR (2019) DAMPAK PENGGUNAAN GADGET TERHADAP
PERILAKU BELAJAR PADA SISWA

Jurnal Rahmah Maulidia, PROBLEM MALAS BELAJAR PADA REMAJA (sebuah
Analisis Psikologis), Dosen Institut Studi Islam Darussalam ISID Gontor dan STAIN
Ponorogo