



PKM PENINGKATAN DAYA JUANG PADA REMAJA BINAAN LEMBAGA RUMAH ZAKAT

Faradillah Firdaus^{1*)} | Nurfitriany Fakhri²⁾ | Tri Sulastr³⁾

^{1,2,3)}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar
faradillah@unm.ac.id

Abstract : *The change in the learning system to online as a response to the COVID-19 pandemic requires adjustments by various parties. Students face a number of problems during this transition period, which can have an impact on academic achievement at school. Success in dealing with the difficulties experienced is closely related to the adversity quotient or individual ability to survive and find the right solution to the problems faced. Therefore, increasing the adversity quotient of students in Rumah Zakat Makassar is carried out so that students can apply it to deal with various learning difficulties faced during this pandemic. This activity was attended by 37 students from SMP and SMA/SMK levels. The form of activity is in the form of psychoeducation regarding the importance of adversity quotient and strategies to improve it. The results of the activity showed a change in students' understanding in responding to the learning difficulties they faced.*

Keywords: *Adversity Quotient, Adolescent*

Abstrak: Perubahan sistem pembelajaran menjadi daring sebagai respon terhadap pandemic covid 19 menuntut penyesuaian oleh berbagai pihak. Siswa menghadapi sejumlah masalah dalam masa transisi tersebut, sehingga dapat berdampak pada prestasi akademik di sekolah. Keberhasilan dalam menghadapi kesulitan yang dialami sangat terkait dengan daya juang atau kemampuan individu untuk bertahan dan mencari solusi yang tepat atas permasalahan yang dihadapi. Oleh karena itu, peningkatan daya juang pada remaja binaan rumah zakat makassar dilakukan agar para remaja yang masih berstatus sebagai siswa dapat menerapkannya untuk menangani berbagai kesulitan belajar yang dihadapi selama masa pandemic ini. Kegiatan ini diikuti oleh 37 siswa dari tingkat SMP dan SMA/SMK. Bentuk kegiatan berupa psikoedukasi terkait pentingnya daya juang dan strategi untuk meningkatkannya. Hasil kegiatan menunjukkan adanya perubahan pemahaman siswa dalam merespon kesulitan belajar yang dihadapi.

Kata Kunci: Daya juang, Remaja

A. PENDAHULUAN

Kasus Covid pada bulan maret 2020 di Indonesia merupakan salah satu pemicu melakukan pembatasan dalam berkegiatan masyarakat. Salah satu yang terkena dampak dalam masa pandemik ini adalah siswa siswi sekolah. Pembatasan ruang gerak karena salah satu penyebaran virus covid ini melalui kontak langsung. Melakukan pembelajaran secara daring adalah salah satu cara, agar siswa dapat tetap melanjutkan kegiatan belajar mengajar.

Pembelajaran daring di masa pandemi ini menimbulkan dampak positif maupun negatif terhadap kondisi siswa. Secara positif, pembelajaran daring ini mampu meningkatkan kemandirian siswa dalam mencari informasi baru mengenai pembelajaran, mengajarkan sebagian siswa disiplin waktu, mengasah pola pikir siswa untuk mengembangkan dirinya, dan menumbuhkan rasa tanggung jawab yang tinggi pada siswa. Selain itu, melalui

pembelajaran daring, siswa dan guru mendapatkan pengalaman baru terkait proses belajar, kemampuan teknologi yang meningkat, dan waktu belajar yang lebih fleksibel (Wegasari, dkk, 2021). Namun, di sisi lain pembelajaran daring mempengaruhi prestasi siswa sebab siswa merasa kesulitan memahami materi dan kecenderungan guru yang hanya memberikan penugasan kepada siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Wegasari dkk (2021) juga menunjukkan bahwa pembelajaran online menyebabkan penambahan biaya kuota internet, gangguan jaringan, dan ketuntasan materi pelajaran yang tidak sesuai capaian kurikulum.

Pelaksanaan pembelajaran daring yang berkaitan erat dengan penggunaan *handphone* memang memberikan kemudahan pada siswa dalam mengakses materi dan tugas yang diberikan oleh guru. Namun, dengan penggunaan *handphone*, siswa pun ikut menggunakan aplikasi lain selain aplikasi pembelajaran. Akibatnya, siswa sulit untuk membagi antara proporsi bermain game dan belajar. Siswa yang kecanduan bermain game sulit memanfaatkan waktunya secara positif, misalnya dengan belajar atau beribadah. Dampak dari kecanduan game pada akhlak siswa sangat terasa, terutama bagi orangtua yang selalu menekankan kedisiplinan dalam melaksanakan ibadah, sehingga seringkali berujung terjadilah pertengkaran antara orang tua dengan anaknya. Hal inilah yang menjadi penyebab menurunnya akhlak siswa dari dampak negatif pembelajaran daring ini. Kecanduan penggunaan internet juga dapat memengaruhi kesehatan seseorang termasuk kualitas tidur sehari-hari (Kasim, Murdiana & Fakhri, 2018).

Satu hal yang tidak dapat dihindari ketika melakukan kegiatan belajar baik di sekolah maupun di rumah yaitu adanya suatu masalah. Salah satu masalah yang terjadi pada pembelajaran daring yaitu kejenuhan belajar atau bisa disebut juga dengan *burnout* belajar. Kejenuhan pada siswa ini terjadi karena siswa yang biasanya dapat belajar di kelas dan berinteraksi bersama teman harus belajar sendiri melalui gadget di rumah (Safitri & Nugraeni, 2020). Secara umum, individu yang mengalami burnout ditunjukkan dengan gejala seperti sakit fisik berupa sakit kepala, demam, sakit punggung, tegang pada otot leher dan bahu, sering flu, susah tidur, rasa letih yang kronis; Kelelahan emosi dicirikan seperti rasa bosan, mudah tersinggung, sinisme, suka marah, gelisah, putus asa, sedih, tertekan, dan tidak berdaya; Kelelahan mental dicirikan seperti acuh tak acuh pada lingkungan, sikap negatif terhadap orang lain, konsep diri yang rendah, putus asa dengan jalan hidup, dan merasa tidak berharga (Pines & Aronson dalam Robiatul, 2013).

Berdasarkan temuan awal pada mitra pengabdian, yaitu remaja binaan pada lembaga Rumah Zakat Makassar, selama masa pandemik ini siswa cenderung mengalami perubahan kondisi psikologis berupa kelelahan fisik, kelelahan emosional dan kelelahan mental. Artinya kejenuhan yang dialami oleh siswa bisa berasal dari perubahan kondisi psikologis, yang diakibatkan pembelajaran daring. Kondisi psikologis yang buruk juga dapat memengaruhi perasaan damai dalam diri yang seharusnya dimiliki oleh remaja, hal ini dapat menghasilkan kesulitan dalam mengembangkan hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya (Fakhri & Buchori, 2022). Untuk mengatasi kejenuhan siswa ini dapat dilakukan dengan meningkatkan motivasi melalui perwujudan kompetensi, seseorang perlu melakukan langkah-langkah yang memungkinkan siswa dalam mengambil jalan yang paling taktis. Salah satunya adalah dengan meningkatkan daya juang siswa.

Dalam salah satu dari kegiatan untuk mengatasi kejenuhan siswa pada saat belajar daring, untuk menambah pengetahuan siswa maka perlu dibekali pengetahuan tentang gaya juang agar mereka dapat lebih mengetahui tentang diri sendiri dan menyelesaikan masalah yang terjadi secara individu khususnya mengatasi kejenuhan dalam melakukan pembelajaran online. Untuk itu, para remaja binaan akan dibekali dengan kemampuan untuk mengembangkan daya juang. Tim PKM akan memberikan kegiatan psikoedukasi daya juang

bagi remaja binaan Lembaga Rumah Zakat di kelurahan Rappokaling Makassar. Tujuan dari pelaksanaan PKM ini ialah untuk menurunkan tingkat kejenuhan siswa pada saat belajar daring. Pada akhir kegiatan akan diberikan kesimpulan dan evaluasi terhadap materi yang diberikan.

B. METODE YANG DIGUNAKAN

Pelaksanaan PKM pada remaja binaan lembaga rumah zakat Makassar dilakukan pada bulan Agustus 2022. Kegiatan tersebut dihadiri oleh 37 remaja binaan yang berasal dari tingkat pendidikan SMP dan SMA/SMK, serta bapak/ibu pendamping dari rumah zakat. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini meliputi metode ceramah, *games* dan *role play*. *Games (ice breaking)* diberikan pada awal kegiatan dengan tujuan membangun rapport dan mencairkan suasana. Penyampaian materi pembelajaran tentang daya juang melalui ceramah, menitik beratkan pada interaksi antara tim pengabdian dan remaja binaan, seorang pengabdian menyampaikan materi pembelajarannya melalui proses penerangan dan penuturan secara lisan kepada remaja binaan. Selain itu, dalam pelaksanaan kegiatan, para peserta juga melakukan *role play*, yaitu bermain peran agar remaja dapat melakukan eksplorasi peran yang diinginkan, yang kemungkinan masih belum terungkap dalam diri remaja. Di akhir kegiatan, para peserta melakukan evaluasi terhadap narasumber, materi, dan keseluruhan proses kegiatan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta PKM menunjukkan sikap yang cukup tertutup di awal kegiatan namun semakin aktif seiring dengan *ice breaking* yang diberikan oleh tim pengabdian. Terdapat berbagai kendala yang dialami oleh siswa selama pembelajaran pandemi, salah satu permasalahan yang paling banyak diungkapkan ialah rendahnya tingkat pemahaman siswa atas materi yang disampaikan oleh guru, terutama untuk mata pelajaran perhitungan. Selain itu, siswa mengeluhkan metode pembelajaran yang digunakan oleh guru cenderung monoton dan lebih menitik beratkan pada pemberian tugas. Akibatnya, siswa yang tidak memahami materi pembelajaran semakin enggan untuk mengerjakan tugas. Permasalahan lainnya yang sering muncul ialah kesulitan siswa dalam mengatur waktu, yakni siswa kurang mampu mengontrol antara waktu belajar dan bermain. Hal ini diperparah dengan penggunaan handphone untuk memfasilitasi belajar daring, namun disalahgunakan oleh siswa dengan lebih banyak menggunakannya untuk bermain game atau media social. Prawanti dan Sumarni (2020) menjelaskan bahwa pembelajaran daring selama masa pandemi berdampak ke berbagai pihak, seperti guru, murid dan orang tua. Siswa cenderung merasa jenuh dengan sistem pembelajaran yang ada karena kebanyakan guru hanya menggunakan whatsapp untuk menyampaikan materi dalam bentuk video, serta untuk mengumpulkan tugas siswa. Selain itu, penggunaan *handphone* untuk pembelajaran daring yang tidak dibarengi dengan pengawasan dari orangtua membuat siswa bebas untuk mengakses game selama jam belajar berlangsung.

Pemberian psikoedukasi untuk meningkatkan daya juang siswa, dalam hal ini remaja binaan rumah zakat, dilakukan dengan memberikan pemahaman terkait konsep daya juang, peran penting daya juang, dan cara meningkatkannya. Dalam meningkatkan daya juang, para siswa diminta untuk mencoba memikirkan orang terdekat yang dapat membantu dan mendukung mereka saat mengalami kesulitan. Dukungan social ini tidak hanya dapat berasal

dari lingkungan keluarga, seperti orangtua atau saudara, namun juga bisa berasal dari teman sebaya siswa. Hal ini dapat menjadi sumber dukungan social bagi anak. Ahyani (2016) mengungkapkan bahwa anak-anak yang mendapatkan penguatan dukungan sosial dari lingkungannya menunjukkan daya juang yang lebih tinggi dan lebih mampu untuk mengatasi permasalahan dalam hidupnya. Hal ini disebabkan karena setiap individu memiliki respon yang berbeda dalam menghadapi kesulitan dihidupnya, dimana respon tersebut terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan sekitar individu, seperti orangtua, teman sebaya, atau guru (Stoltz, 2000).



Gambar 1. Pemaparan konsep dan pentingnya daya juang

Selain melakukan psikoedukasi terkait peranan daya juang dalam menghadapi kesulitan, para peserta juga diajak untuk berbagi kesulitan dan perasaan yang dirasakan baik terkait masalah akademik maupun masalah lainnya. Melalui sesi sharing ini siswa belajar untuk menyadari dan menerima kesulitan yang dihadapi, sehingga memungkinkan untuk berpikir tentang berbagai solusi serta langkah-langkah penyelesaian masalah tersebut. Dari proses diskusi ini, siswa diharapkan dapat menerapkan tahapan ini jika di kemudian hari menemukan kendala atau kesulitan lainnya.

Setelah melaksanakan pembelajaran dengan sistem daring selama kurang lebih satu tahun yang disebabkan oleh pandemic, saat ini sistem pendidikan secara bertahap mulai kembali dilaksanakan secara luring. Sebagian besar siswa menyampaikan telah kembali belajar secara tatap muka di sekolah. Hal ini tentunya menuntut siswa untuk kembali beradaptasi dengan rutinitas yang ada. Dalam periode transisi ini, siswa menyampaikan masalah yang dialami berupa, kurangnya motivasi untuk berangkat pagi ke sekolah dan beban jam belajar yang dirasa lebih panjang dibandingkan saat belajar online. Ningsih dkk. (2022) menemukan bahwa pelaksanaan pembelajaran tatap muka pada era new normal menuntut penyesuaian tidak hanya pada siswa, namun juga pada guru dan orang tua. Tantangan yang dihadapi siswa pada masa ini adalah rasa malas berangkat ke sekolah karena telah terbiasa belajar secara daring, sedih karena tidak sekelas dengan sahabat, tidak menyukai guru tertentu, dan terbebani dengan jam sekolah dan tugas rumah yang semakin banyak, jika dibandingkan dengan pembelajaran daring.

Pada dasarnya, baik sistem pembelajaran daring maupun luring, siswa akan merasakan beberapa kesulitan dalam proses belajar, jika pembelajarannya tidak berjalan dengan efektif.

Terlepas dari masalah atau kesulitan yang dihadapi oleh siswa, peningkatan daya juang siswa sangat penting tidak hanya pada aspek pendidikan saja, namun juga penting dalam kehidupan social siswa. Daya juang merupakan kemampuan individu untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan dan menemukan solusi atas permasalahan atah hambatan yang dihadapinya dengan cara memperbaiki cara berpikir dan sikap terhadap masalah/kesulitan yang dihadapi (Noor, 2020). Siswa yang memiliki kemampuan daya juang yang baik dapat bertahan dalam menghadapi kesulitan dan perubahan yang cenderung konstan (Hartosujono, 2017). Gustadkk (2022) mengemukakan bahwa daya juang yang tinggi memiliki hubungan yang positif dengan motivasi. Artinya, semakin tinggi daya juang yang dimiliki oleh individu maka semakin besar pula motivasi yang mendorongnya dalam melakukan suatu hal. Daya juang yang baik akan membuat siswa semakin termotivasi untuk terlibat dalam proses belajar, terlepas dari metode ataupun sistem pembelajaran yang diterapkan.



Gambar 2. *Sharing session* pengalaman belajar daring siswa



Gambar 3. Evaluasi pelaksanaan kegiatan

Pelaksanaan kegiatan PKM ditutup dengan meminta peserta untuk memberikan evaluasi atas kegiatan yang dijalankan. Evaluasi yang diberikan berupa penilaian terhadap narasumber, materi, dan proses pelaksanaan kegiatan secara keseluruhan. Dari hasil evaluasi tersebut, sebagian besar peserta menilai kegiatan telah berjalan dengan sangat baik, dan materi yang disampaikan oleh narasumber bermanfaat dan mudah dimengerti. Namun, saran dan masukan peserta terkait kegiatan pkm ialah ruang dan tempat pelaksanaan yang tidak kondusif karena sempit.

D. KESIMPULAN

Perubahan sistem pembelajaran yang diakibatkan oleh pandemic covid 19 menuntut siswa, guru, dan orang tua murid untuk menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran daring. Siswa mengeluhkan sejumlah masalah yaitu sulit untuk memahami pembelajaran, merasa bosan dengan metode belajar yang cenderung berupa penugasan, dan mudah terdistraksi saat belajar karena menggunakan handphone. Melalui kegiatan PKM ini, siswa belajar tentang pentingnya dukungan dari lingkungan sekitar dalam meningkatkan daya juang yang berfungsi sebagai pertahanan siswa dalam menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan terkait dengan proses belajar yang dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyani, L. N. (2016). Meningkatkan adversity quotient (daya juang) pada anak-anak panti asuhan melalui penguatan sosial support. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 1(1).
- Fakhri, N., & Buchori, S. (2022, April). Intrapersonal peacefulness in Indonesian adolescents. In *1st World Conference on Social and Humanities Research (W-SHARE 2021)* (pp. 188-192). Atlantis Press.
- Gusta, W., Gistituati, N., & Bentri, A. (2022). Analisis Adversity Quotient (AQ) Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Daring. *PEMBELAJAR: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, dan Pembelajaran*, 6(1), 64-70.
- Hartosujono, H. (2017). Perilaku Adversity Quotient Mahasiswa Ditinjau Dari Locus of Control. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(1). <https://doi.org/10.30738/sosio.v1i1.519>
- Kasim, M. I., Murdiana, S., & Fakhri, N. (2018). Pengaruh Stres Akademik Dan Kecanduan Internet Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Di Kota Makassar. *Proceedings of Psychology" Cyber Effect: Internet Influence on Human Life"*, 83-95.
- Ningsih, W., yani, A. ., & wati, E. (2022). Tantangan Dan Kesulitan Guru, Orang Tua Dan Siswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Tatap Muka pada Era New Normal Pandemi Covid-19: Indonesia. *Al-Mafahim: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 5(1), 1-7. <https://doi.org/10.53398/jm.v5i1.116>
- Noor, T. R. (2020). Mengembangkan Jiwa Keagamaan Anak (Perspektif Pendidikan Islam dan Perkembangan Anak Usia Dini). *Kuttab*, 4(2). <https://doi.org/10.30736/ktb.v4i2.269>
- Prawanti, L. T., & Sumarni, W. (2020). Kendala pembelajaran daring selama pandemic covid-19. In *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)* (Vol. 3, No. 1, pp. 286-291).
- Robiatul Adawiyah, R. A. (2013). Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial dan Kecenderungan Burnout. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 99-107. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.97>

- Safitri, R. A. N., & Nugraheni, N. (2020, December). Dampak covid-19 terhadap proses pembelajaran daring di sekolah dasar. In *Prosiding Seminar Nasional IAHN-TP Palangka Raya* (No. 1, pp. 46-54).
- Stoltz, P. G. (2000). *Mengubah Hambatan Mjd Peluang*. Grasindo.
- Wegasari, K., Utomo, S., & Surachmi, W. (2021). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di SDN Cabean 3 Demak. *Jurnal Penelitian*, 15(1), 27.