

## REBAHAN (REMAJA BERAKTIVITAS HADAPI PANDEMI) PRODUKTIF

*Brivian Florentis Yustanta<sup>1</sup>, Dian Purmitasari<sup>2</sup>*

*<sup>1,2</sup>STIKES Karya Husada Kediri; Jalan Soekarno Hatta No. 7  
Kecamatan Pare Kabupaten Kediri, (0354)392307  
brivianflorentis@gmail.com*

### Abstract

*The government has started to implement new normal during the Covid-19 pandemic. Naturally, adolescents have a tendency to be more interested in interacting with their peers (peer groups). If adolescents often have activities outside the home without implementing health protocols, at home they can infect vulnerable people who are in the house. During this pandemic, adolescents are required to spend more time at home, which makes them less productive and just lazy. This service activity was held online on July 25-26 2020 by involving 3 speakers with the topics: active tips for adolescents in facing a pandemic, reproductive health in adolescents during a pandemic and the role of youth in food security during a pandemic. The population is all participants who take part in this activity via Zoom or Youtube Live. The number of community service participants was 228, of which 43 participants participated via Zoom and 185 participants participated via Youtube Live. The sampling technique used purposive sampling in order to obtain a sample size of 202 participants. The results showed that the majority of participants aged 15-24 years were 141 participants (69.8%), 145 were female (71.8%), 145 senior high school students (71.8%) came from East Java a total of 158 participants (78.2%), joined through Youtube Live media as many as 160 participants (79.2%), and the level of knowledge of the participants after participating in community service activities was a good number of 187 participants (92.6%). With the holding of the REBAHAN (Youth Activities in Facing Pandemic) PRODUKTIF can provide insights to adolescents so that they can remain productive even though activities outside the home are limited, teenagers can discuss active tips during a pandemic, maintain reproductive health during a pandemic, and maintain food security during a pandemic .*

**Keywords:** *Adolescent, Pandemic, Productive*

### Abstrak

*Pemerintah sudah mulai menerapkan adaptasi kebiasaan baru (new normal) di masa pandemi Covid-19. Secara alamiah, remaja memiliki kecenderungan untuk lebih tertarik berinteraksi kepada teman sebaya (peer group). Jika remaja sering beraktivitas di luar rumah tanpa menerapkan protokol kesehatan, saat di rumah bisa menularkan kepada orang yang rentan yang ada didalam rumah tersebut. Di masa pandemi ini remaja diharuskan*



lebih banyak menghabiskan waktu di rumah, hal tersebut membuat remaja menjadi kurang produktif dan hanya bermalas-malasan saja. Kegiatan pengabdian ini diselenggarakan secara daring pada tanggal 25 - 26 Juli 2020 dengan melibatkan 3 narasumber dengan topik: kiat aktif remaja menghadapi pandemi, kesehatan reproduksi pada remaja saat pandemi dan peran pemuda dalam ketahanan pangan saat pandemi. Populasi dalam kegiatan ini adalah semua peserta yang mengikuti kegiatan ini via Zoom atau Youtube Live. Jumlah peserta kegiatan pengabdian sejumlah 228, dimana 43 peserta mengikuti via Zoom dan 185 peserta mengikuti via Youtube Live. Teknik sampling menggunakan purposive sampling sehingga didapatkan besar sampel 202 peserta. Hasil pengabdian didapatkan bahwa mayoritas peserta berusia 15 – 24 tahun sejumlah 141 peserta (69,8%), berjenis kelamin perempuan sejumlah 145 peserta (71,8%), pelajar SMA sejumlah 145 peserta (71,8%), berasal dari Jawa Timur sejumlah 158 peserta (78,2%), mengikuti kegiatan melalui media Youtube Live sejumlah 160 peserta (79,2%), dan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah baik sejumlah 187 peserta (92,6%). Dengan diadakannya kegiatan REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF dapat memberikan wawasan kepada remaja agar tetap bisa produktif meskipun aktivitas diluar rumah dibatasi, remaja dapat berdiskusi tentang kiat aktif pada saat pandemi, menjaga kesehatan reproduksi pada saat pandemi, dan menjaga ketahanan pangan pada saat pandemi.

**Kata kunci:** Remaja, Pandemi, Produktif

## PENDAHULUAN

WHO (*World Health Organization*) telah menetapkan Covid-19 sebagai pandemik global, termasuk di Indonesia sebagai salah satu negara dengan kasus tertinggi, dimana dari hari ke hari angkanya terus bertambah dengan penyebaran dan penularan yang makin cepat dan meluas (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Dalam menangani kasus Covid-19 ini tidak hanya menjadi tugas para tenaga medis, namun dibutuhkan kesadaran dari semua elemen di masyarakat termasuk para remaja. Peran remaja disini sangat besar, sebagai sosok yang muda, dinamis, dan penuh energi untuk bisa ikut membantu pemerintah dan tenaga medis dalam memutus rantai penyebaran Covid-19. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah remaja di Indonesia mencapai 64,19 juta jiwa. Dengan jumlah remaja yang sangat banyak, seharusnya dapat memberikan kontribusi yang lebih dalam memerangi Covid-19.

Indonesia telah menerapkan kebijakan protokol kesehatan dalam upaya pencegahan penularan Covid-19. Meski demikian angka morbiditas maupun mortalitas terus meningkat. Di Indonesia, angka kematian akibat Covid-19 mencapai 4,2% pada akhir bulan Agustus 2020. Sementara, angka kematian global sebesar 3,3% (CDC, 2020). Masih banyaknya masyarakat yang tidak mematuhi protokol kesehatan dinilai sebagai salah satu penyebab mengapa penularan Covid-19 masih sangat masif. Diantara beberapa protokol kesehatan yang harus dipatuhi adalah dengan tetap dirumah (*stay at home*), menjaga jarak dan fisik serta menggunakan masker dan sering cuci tangan dengan sabun dan air mengalir.

Meskipun sekarang sudah mulai menerapkan adaptasi kebiasaan baru (*new normal*), namun pemerintah masih memberikan himbauan kepada masyarakat

untuk belajar, bekerja dan beribadah dari rumah. Beberapa remaja tak bisa lagi membendung keinginan untuk kembali bertemu dan berkumpul dengan teman-teman secara langsung dan memanfaatkan momen *new normal* untuk kembali beraktivitas dengan berkumpul bersama teman-teman setelah melewati masa-masa di rumah saja selama beberapa bulan (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Secara alamiah, remaja memiliki kecenderungan untuk lebih tertarik berinteraksi kepada teman sebaya (*peer group*) dibandingkan dengan keluarga. Didalam kelompok sebaya tersebut biasanya memiliki beberapa kesamaan diantaranya usia, sekolah, hobi, minat, status sosial, ekonomi, dan sebagainya. Banyak kegiatan produktif yang bisa remaja lakukan di dalam rumah misalnya olahraga, melakukan hobi di rumah, membantu orang tua, bahkan menjalin hubungan yang lebih erat lagi dengan keluarga. Dengan melakukan pembatasan fisik (*physical distancing*) bukan hanya sedang menolong nyawa orang lain, namun juga menyelamatkan diri sendiri (Wilis, 2015).

Jika remaja sering beraktivitas di luar rumah tanpa menerapkan protokol kesehatan, saat di rumah bisa menularkan kepada orang yang rentan yang ada didalam rumah tersebut. Penularan Covid-19 dapat terjadi kepada kelompok rentan, seperti pada ibu hamil, bayi, lansia dan orang yang memiliki penyakit penyerta, misalnya diabetes, auto-imun, dan sebagainya. Jadi sebisa mungkin untuk tidak melakukan kegiatan apapun di luar rumah, terutama jika kegiatan tersebut tidak terlalu penting atau masih bisa diwakilkan dan diselesaikan secara tidak langsung atau *online* (HIMPSI, 2020).

Di masa pandemi ini dimana remaja diharuskan lebih banyak menghabiskan waktu di rumah membuat remaja menjadi kurang produktif dan hanya bermalas-malasan saja. Oleh karena itu pentingnya diadakan kegiatan REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF untuk memberikan wawasan kepada remaja agar tetap bisa produktif meskipun aktivitas diluar rumah dibatasi, serta remaja dapat berdiskusi tentang kiat aktif pada saat pandemi, menjaga kesehatan reproduksi pada saat pandemi, dan menjaga ketahanan pangan pada saat pandemi.

## **METODE PELAKSANAAN**

Sasaran utama dalam pengabdian masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF adalah para remaja, siswa SMA, mahasiswa, karang taruna dan organisasi remaja lainnya. Sedangkan sasaran umumnya yaitu orang tua dan dewasa dapat mengikuti kegiatan ini untuk menambah pengetahuan dan wawasan.

Di dalam pelaksanaan pengabdian ini pengabdian melibatkan 2 narasumber lintas sektor yaitu ketua TP-PKK Kabupaten Trenggalek dan Ketua Karang Taruna Bina Bakti Kota Kediri. Alasan pengabdian berkolaborasi dengan narasumber ketua TP-PKK adalah karena terdapat tugas dari Pokja 1 TP-PKK salah satunya adalah mengoptimalkan peran orang tua atau yang mengasuh dalam menerapkan pola asuh anak dan remaja dalam keluarga. Narasumber selanjutnya yaitu ketua Karang Taruna. Sebagai organisasi kepemudaan sosial, Karang Taruna merupakan wadah pembinaan, pengembangan dan pemberdayaan dalam kegiatan

kemasyarakatan dengan mendayagunakan seluruh potensi pemuda dan remaja agar mampu sumber daya lingkungan yang tersedia.

Topik yang dibahas mengenai : 1) Kiat remaja aktif saat pandemi, 2) Kesehatan reproduksi remaja saat pandemi, 3) Peran pemuda dalam ketahanan pangan saat pandemi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF diselenggarakan secara daring (*online*) pada tanggal 25 Juli 2020 dan evaluasi kegiatan pengabdian pada tanggal 26 Juli 2020. Pengabdian membagikan *flyer* kepada sasaran melalui *whatsapp*, *instagram*, *line* dan *facebook*.



Gambar 1. *Flyer* Kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF

Populasi dalam kegiatan ini adalah semua peserta yang mengikuti kegiatan ini via *Zoom* atau *Youtube Live*. Jumlah peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF sejumlah 228, dimana 43 peserta mengikuti via *Zoom* dan 185 peserta mengikuti via *Youtube Live*. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* sehingga pengabdian menetapkan kriteria dalam pemilihan sampel. Kriteria inklusi yang telah ditetapkan adalah : 1) Peserta yang telah mengisi presensi kegiatan secara daring via *google form*, 2) Peserta yang telah mengisi evaluasi kegiatan secara daring via *google form*. Kriteria eksklusi : 1) Peserta yang tidak mengikuti kegiatan secara penuh dari awal hingga akhir materi, 2) Peserta yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan didapatkan besar sampel 202 peserta. Dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF dapat dilihat pada tautan berikut <https://www.youtube.com/watch?v=gRYy4imqzUg&t=4410s>

Kegiatan ini telah diapresiasi oleh TP-PKK Kabupaten Trenggalek dan Karang Taruna Bina Bakti Kota Kediri untuk tetap dilanjutkan kegiatan REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF sampai masa pandemi berakhir.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Data Usia Peserta Kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF

Usia Peserta	Jumlah	Persentase
15 – 24 tahun	141	69,8%
25 – 44 tahun	49	24,3%
> 45 tahun	12	5,9%
Jumlah	202	100%

Dari tabel 1 dapat diketahui bahwa peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF yang berusia 15 – 24 tahun sejumlah 141 peserta (69,8%).

Menurut WHO, yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Jadi di dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah memenuhi sasaran utama yaitu usia remaja (Wilis, 2015).

Tabel 2. Data Jenis Kelamin Peserta Kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	57	28,2%
Perempuan	145	71,8%
Jumlah	202	100%

Dari tabel 2 dapat diketahui bahwa peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF yang berjenis kelamin perempuan sejumlah 145 peserta (71,8%).

Perempuan memiliki rasa ingin tahu lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Perempuan cenderung lebih tertarik terhadap kegiatan yang bersifat informatif (Normadewi, 2012).

Tabel 3. Data Pendidikan / Pekerjaan Peserta Kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF

Pendidikan / Pekerjaan	Jumlah	Persentase
Pelajar SMA	88	43,6%
Mahasiswa	75	37,1%
Bekerja	34	16,8%
Tidak Bekerja	5	2,5%
Jumlah	202	100%

Dari tabel 3 dapat diketahui bahwa peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF adalah pelajar SMA sejumlah 145 peserta (71,8%).

Pelajar SMA merupakan sasaran utama dalam penelitian ini. Pelajar SMA ini merupakan generasi Z (lahir dalam rentang tahun 1995 hingga 2010) di mana pada masa tersebut teknologi internet telah berkembang. Hal ini menjadikan generasi Z telah mengenal internet sejak kecil. Oleh karena itu, pada masa pandemi tidak menjadi masalah ketika pembelajaran pada siswa SMA dilakukan secara daring (Stillman, 2018).

Tabel 4. Data Sebaran Wilayah Peserta Kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF

Sebaran Wilayah	Jumlah	Persentase
Jawa Timur	158	78,2%
Jawa Tengah	11	5,4%
Kalimantan Timur	15	7,4%
Kalimantan Selatan	8	4,0%
NTT	6	3,0%
Lainnya	4	2,0%
Jumlah	202	100%

Dari tabel 4 dapat diketahui bahwa peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF yang berasal dari Jawa Timur sejumlah 158 peserta (78,2%).

Dengan adanya perkembangan teknologi, kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilakukan secara daring, sehingga peserta kegiatan tidak hanya dari satu wilayah saja dan bisa diakses dari tempat yang jauh (HIMPSI, 2020).

Tabel 5. Data Media Yang Digunakan Peserta Kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF

Media	Jumlah	Persentase
<i>Zoom</i>	42	20,8%
<i>Youtube Live</i>	160	79,2%
Jumlah	202	100%

Dari tabel 5 dapat diketahui bahwa peserta mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF melalui media *Youtube Live* sejumlah 160 peserta (79,2%).

Penggunaan aplikasi *Youtube Live* lebih mudah diakses daripada *Zoom* karena di *Youtube* tidak perlu memasukkan password dan tidak ada batasan kuota peserta.

Tabel 6. Data Tingkat Pengetahuan Peserta Setelah Dilakukan Kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	Persentase
Baik	187	92,6%
Cukup	11	5,4%
Kurang	4	2,0%
Jumlah	202	100%

Dari tabel 6 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF adalah baik sejumlah 187 peserta (92,6%).

Pemberian soal evaluasi diberikan melalui *google form* dan dilakukan sehari setelah pemberian materi dari narasumber. Diharapkan dengan memiliki pengetahuan yang baik peserta dapat memiliki perilaku yang baik pula serta dapat

memanfaatkan masa pandemi ini dengan melakukan kegiatan yang produktif dengan menerapkan protokol kesehatan.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **SIMPULAN**

Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF mayoritas berusia 15 – 24 tahun sejumlah 141 peserta (69,8%), berjenis kelamin perempuan sejumlah 145 peserta (71,8%), pelajar SMA sejumlah 145 peserta (71,8%), berasal dari Jawa Timur sejumlah 158 peserta (78,2%), mengikuti kegiatan melalui media *Youtube Live* sejumlah 160 peserta (79,2%), dan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah baik sejumlah 187 peserta (92,6%).

### **SARAN**

Pada masa pandemi Covid-19 dimana terdapat pembatasan aktivitas maka diharapkan kepada remaja untuk tetap dapat produktif selama pandemi dengan tetap menerapkan protokol kesehatan, menjaga kesehatan reproduksi, dan dapat menjaga ketahanan pangan. Sebagai tenaga kesehatan hendaknya dapat memberikan pengetahuan kepada remaja untuk dapat mematuhi protokol kesehatan.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan syukur alhamdulillah kepada Allah SWT. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada LLPM STIKES Karya Husada Kediri, Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan STIKES Karya Husada Kediri yang telah memberikan dukungan dana pengabdian kepada masyarakat ini. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak, baik lintas program maupun lintas sektor (TP-PKK Kabupaten Trenggalek dan Karang Taruna Bina Bakti Kota Kediri) yang turut berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat REBAHAN (Remaja Beraktivitas Hadapi Pandemi) PRODUKTIF sehingga kegiatan tersebut bisa terselenggara dengan baik.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Kementerian Kesehatan RI, 2020, *Info Infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI*, <https://infeksiemerging.kemkes.go.id> Diakses pada tanggal : 19 Agustus 2020.
- [2] CDC, 2020, *Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit : Jenis Human Coronavirus*. <https://www.cdc.gov/coronavirus/types.html> Diakses pada tanggal : 19 Agustus 2020.
- [3] Kementrian Kesehatan RI, *Protokol New Normal untuk Cegah Penularan Corona COVID-19*, <https://tirto.id/protokol-new-normal-kemenkes-untuk-cegah-penularan-corona-covid-19-fCR> Diakses pada tanggal: 20 Agustus 2020.
- [4] Willis, S Sofyan., 2015, *Remaja dan Masalahnya*, Alfabeta, Bandung.
- [5] HIMPSI Asosiasi Psikologi Pendidikan Indonesia, 2020, *Bunda WFH, Anak*

*SFH: Tips bekerjasama dengan anak ketika sama-sama bekerja dan belajar di rumah*, Diakses pada tanggal: 22 Agustus 2020.

- [6] Normadewi, Berliana., 2012, *Analisis Pengaruh Jenis Kelamin Dan Tingkat Pendidikan Terhadap Persepsi Etis Mahasiswa*, Universitas Diponegoro Semarang, <http://eprints.undip.ac.id/35773/1/NORMADEWI.pdf> Diakses pada tanggal: 23 Agustus 2020.
- [7] Stillman, D., John Stillman, 2018, *Generasi Z: Memahami Karakter Generasi Baru yang Akan Mengubah Dunia*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.