



## **Pentingnya Kesehatan *Life Skill* Bagi Remaja Di Masa Pandemi Covid-19**

**Yuni Mardiani**

Program Studi Bimbingan Konseling, FIPP, Universitas Pendidikan Mandalika  
Alamat e-mail (yuni\_m@gmail.com)

### **Abstrak**

Tujuan pengabdian adalah edukasi Kesehatan life skill bagi remaja di masa Life Skill, Masa Pandemi, pandemi, metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi dan simulasi dan hasil Covid 19. pengabdian meningkatkan ketrampilan fisik, ketrampilan mental, ketrampilan emosional dan ketrampilan spiritual pada masa pandemi COVID-19 dengan melakukan hal-hal positif yang dapat meningkatkan perilaku positif pada remaja tersebut.

### **Kata Kunci**

### **Pendahuluan**

Secara umum persoalan yang menjadi kendala dalam membantu terlaksananya pemerintahan Desa belum mengalami perubahan secara maksimal setiap tahunnya sehingga kendala tersebut senantiasa tumbuh dan berkembang tanpa perubahan sedikitpun dari masyarakat meskipun berbagai langkah dan strategi sudah dilakukan oleh pemerintah Desa, bahkan menjadi penyakit di tengah-tengah masyarakat, yang skalanya sampai tingkat nasional diantaranya :

1. Lapangan pekerjaan masih kurang sehingga tingkat pengangguran dan kenakalan remaja masih ada
2. Masyarakat kurang memiliki keterampilan (*Skill*) yang siap pakai Sedangkan permasalahan pada tingkat lokal/dalam wilayah Desa Setuta sendiri antara lain :
  - a. Ketergantungan sebagian besar masyarakat terhadap bantuan pemerintah masih tinggi
  - b. Semangat gotong royong yang semakin hari semakin kurang
  - c. Tingkat kedisiplinan sebagian masyarakat tentang pelaksanaan Undang-undang masih rendah termasuk dalam upaya pemungutan PBB
3. Masih kurangnya kemampuan berbahasa inggris.

Berdasarkan beberapa permasalahan diatas namun yang menjadi prioritas saat ini adalah permasalahan yang ke 1 dan ke 3, yakni Anak-anak dan remaja dalam mengasah bahasa inggris. Dengan adanya pelatihan atau edukasi Kesehatan life skill bisa mengurangi angka pengangguran yang ada di Desa Setuta.

### **Metode Pengabdian**

Pelaksanaan kegiatan pembelajaran tentang pentingnya Kesehatan life skill dilaksanakan pada hari kamis tanggal 22 Oktober 2021, yang berlokasi di salah satu dusun yang ada di desa setuta yaitu dusun MONGGOK, Desa Setuta. Dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran atau pelatihan ini saya menggunakan tiga metode yaitu:

1. Metode Ceramah, Metode ceramah dapat diartikan sebagai cara menyajikan pelajaran melalui penuturan secara lisan atau penjelasan langsung kepada sekelompok peserta didik. Metode ini paling sering digunakan oleh setiap guru atau instruktur. Hal ini selain disebabkan oleh beberapa pertimbangan tertentu, juga adanya faktor kebiasaan baik dari guru ataupun peserta didik.



2. Metode diskusi adalah metode pembelajaran yang menghadapkan peserta didik pada suatu permasalahan. Tujuan utama metode ini adalah untuk memecahkan permasalahan, menjawab pertanyaan dan memahami pengetahuan peserta didik, serta untuk membuat suatu keputusan. Oleh karena itu, diskusi bukanlah debat yang mengadu argumentasi. Diskusi lebih bersifat bertukar pengalaman untuk menentukan keputusan tertentu secara bersama-sama.
3. Metode simulasi, Simulasi adalah metode pelatihan yang memperagakan sesuatu dibentuk tiruan yang mirip dengan keadaansesungguhnya. sebagai metode mengajar, simulasi dapat artikan cara penyajian pengalaman belajar dengan menggunakan situasi tiruan untuk memahami tentang konsep, prinsip, atau keterampilan tertentu.

Umpan balik dari peserta dilakukan dengan cara melakukan tanya jawab setelah penyampaian materi. Jumlah peserta yang hadir dalam kegiatan tersebut adalah tidak tentu. Namun sebelum melakukan kegiatan pembelajaran mahasiswa KKN terlebih dahulu menyiapkan segala hal yang dibutuhkan untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran tersebut, mulai dari alat untuk melaksanakan kegiatan tersebut, materi yang nantinya akan disampaikan dan lain sebagainya.

### **Hasil dan Pembahasan**

Berdasarkan hasil observasi dilapangan yang disesuaikan dengan potensi desa maka realisasi rencana program yang akan dilakukan adalah sebagai berikut: “Menedukasi pentingnya kesehatan *life skill* bagi remaja dimasa pandemi Covid-19”.

Kegiatan edukasi ini saya jadikan sebagai program utama karna saya berharap dengan adanya kegiatan edukasi ini dapat membuat remaja untuk lebih memperhatikan lagi kesehatan *life skill*-nya, guna untuk mengembangkan kompetensi psikososial yang mereka miliki untuk mengembangkan perilaku positifnya, guna untuk menghadapi tantangan dan tuntutan kehidupan sehari-hari. Disisi lain, kegiatan edukasi ini juga sebagai motivasi bagi remaja supaya mereka dapat mencapai tugas pertumbuhan dan perkembangan pribadi seperti pertumbuhan fisik, perkembangan mental, perkembangan emosional dan keterampilan spiritual di masa pandemic covid-19.

Edukasi pentingnya kesehatan *life skill* bagi remaja di masa pandemi covid-19 dilaksanakan pada hari kamis tanggal 28 oktober 2021. Dalam pelaksanaannya peserta sangat antusias dalam memperhatikan materi yang sedang disampaikan oleh peserta KKN atau pengabdian. Dengan adanya kegiatan edukasi kesehatan pada kegiatan pengabdian ini, remaja yang ada disana sudah memahami tentang *life skill* yang harus dilakukan terutama dalam masa pandemi covid-19. Remaja disana merasa bertambah pengetahuannya itu dibuktikan ketika dilakukan sesi tanya jawab, mereka mampu menjawab dan mencontohkan kegiatan *life skill* sesuai dengan bakat dan minat mereka masing-masing.

### **Kesimpulan**

Kegiatan kuliah kerja nyata tematik di Desa Setuta berjalan dengan lancar sesuai dengan apa yang sudah direncanakan dalam matriks program kerja KKN. Kegiatan ini dihadiri oleh sebagian siswa yang ada di sekolah MTS NW NURUL HABIBI LIWUNG, DESA SETUTA. Seluruh peserta terlibat aktif dalam pelaksanaan edukasi kesehatan. Pengabdian ini diharapkan mampu meningkatkan ketrampilan fisik, ketrampilan mental,



ketrampilan emosional dan ketrampilan spiritual pada masa pandemi COVID-19 dengan melakukan hal-hal positif yang dapat meningkatkan perilaku positif pada remaja tersebut.

### **Saran**

Berdasarkan hasil pelaksanaan program KKN yang dilaksanakan sejak tanggal 27 september-20 november terdapat beberapa saran yang bersifat membangun bagi semua pihak antara lain.

1. Kepada peserta kegiatan edukasi, agar apa yang telah diberikan oleh mahasiswa KKN dapat diterima dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Lebih memperhatikan potensi-potensi yang dimiliki masyarakat untuk dikembangkan dalam tercapainya kemajuan masyarakat di desa setuta.

### **Daftar Pustaka**

GAGE. (2020). *Life skills for adolescent girls in the COVID-19 pandemic (Gender & Adolescence Global Evidence (ed.)). Universal Education. <https://dfid-gecapi.s3>*

<https://rumahinspirasi.com/apa-itu-life-skills/>

<https://parent.binus.ac.id/2019/04/keterampilan-hidup-untuk-remaja/>

<https://tanjabarkab.go.id/site/model-interaksi-sosial-dalam-pembelajaran-2/>