

PENERAPAN *LIFE SKILL EDUCATION* BAGI PENGEMBANGAN KARAKTER REMAJA DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0

Linda Setyawati

Psikologi, FIP, Universitas Negeri Surabaya, lindasetyawati16010664017@mhs.unesa.ac.id

Pratiwi Nur Hidayah

Psikologi, FIP, Universitas Negeri Surabaya, pratiwihidayah16010664025@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengkaji dan mengetahui tantangan-tantangan yang harus dihadapi remaja dan bagaimana peran remaja dalam menghadapi era revolusi industri 4.0 (era digital). Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologis analitik dan sosiologis dan termasuk dalam penelitian kepustakaan. Sumber penelitian diambil dari berbagai macam sumber kepustakaan dan literature-literatur yang sesuai dengan topic penelitian. Penelitian ini membahas tentang bagaimana cara penerapan pendidikan kecakapan hidup bagi remaja sebagai upaya pengembangan karakter remaja yang sehat dan kuat dalam menghadapi tantangan-tantangan yang muncul pada era digital. Pendidikan kecakapan hidup terdiri dari kecakapan fisik, kecakapan mental, kecakapan emosional, kecakapan spiritual, kecakapan vokasional, dan kecakapan *adversity*.

Kata Kunci: remaja, *life skill education*, pengembangan karakter.

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa dimana dalam tahap perkembangan manusia berada di antara masa anak-anak dan masa dewasa. Masa remaja sangat rentan dengan adanya perubahan, baik perubahan fisik, psikis, sosio-emosional dan perubahan-perubahan lainnya. Pada sebagian orang, menyebut usia remaja adalah usia yang labil dan memiliki rasa ingin tahu yang cukup tinggi atau kepo. Menurut teori perkembangan Piaget, masa remaja masuk dalam tahap operasional formal. Artinya remaja sudah bisa berfikir abstrak, logis dan idealis. Dalam penyelesaian suatu masalah, remaja berpikir *trial-and-error*. Artinya, remaja akan berpikir bagaimana membuat rencana atau solusi untuk memecahkan suatu masalah yang dihadapi (Santrock, 2012:423).

Pada saat ini semua individu sedang menghadapi era revolusi industri 4.0. Remaja menghadapi tantangan yang sangat besar di era ini. Era revolusi industri 4.0 sendiri merupakan era dimana sumber daya manusia tergantikan oleh mesin atau robot. Pada era ini, segala aktivitas di berbagai bidang kehidupan sudah bisa dilakukan dengan menggunakan mesin, baik itu di bidang kesehatan, pendidikan, pemasaran dan di bidang-bidang lainnya. Hal ini merupakan tantangan yang sangat besar bagi diri seorang remaja. Pada era ini, remaja akan menghadapi berbagai tantangan atau permasalahan yang muncul dari budaya – budaya barat. Melihat perkembangan informasi dan mesin yang semakin pesat, otomatis tanpa disadari masuknya budaya barat juga semakin pesat dan mudah. Budaya-budaya itu yang nantinya dapat mempengaruhi

perkembangan remaja, baik perkembangan kognitif, sosio-emosinya dan yang tidak kalah penting adalah memengaruhi perkembangan karakter atau moralnya.

Tantangan yang paling berat bagi diri remaja di era sekarang adalah bagaimana seorang remaja harus bisa mengontrol dan mengendalikan dirinya agar tidak terjerumus kedalam permasalahan – permasalahan remaja. Banyak fenomena sekarang, remaja terlibat dalam berbagai masalah seperti sex bebas, pernikahan dini dan penggunaan NAPZA. Melihat permasalahan-permasalahan diatas dan bagaimana tantangan besar di era revolusi industri 4.0, remaja dituntut untuk memiliki *life skill education*.

Life skill education sendiri bisa dikatakan sebagai kecakapan hidup. Seorang remaja harus memiliki kecakapan hidup agar dapat digunakan untuk menghadapi tantangan - tantangan yang muncul di era revolusi industri 4.0. Kecakapan hidup ini merupakan sebagai bentuk upaya dan benteng diri individu untuk menghadapi tantangan revolusi industri 4.0 dengan menggunakan segala kemampuan individu. Kemampuan individu yang dimaksud disini adalah kemampuan beradaptasi dengan lingkungan dan berperilaku positif. (Ermayani, 2015).

PEMBAHASAN

Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa perpindahan manusia dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Istilah remaja juga disebut dengan masa puber. Pubertas (*puberty*) merupakan sebuah periode dalam perkembangan manusia yang ditandai dengan berubahnya kondisi-kondisi fisik



tertentu pada manusia yang juga dibarengi dengan perubahan hormon pada masa remaja awal. Pada masa pubertas, remaja akan mengalami banyak perubahan pada dirinya, dimana perubahan tersebut akan menimbulkan rasa ketidakpercayaan individu terhadap dirinya sendiri, takut, dan cemas yang berlangsung terus-menerus (Santrock, 2012). Pada kehidupan remaja, terdapat tahapan penting sebagai penentu masa depannya yang secara bertahap dapat dimulai dari (1) meneruskan sekolah; (2) bekerja; (3) menikah; (4) berkontribusi dalam masyarakatnya; (5) menjalankan hidup sehat (BKKBN, 2010).

Apabila dalam empat tahap perkembangan ini remaja mengalami kegagalan dalam tugas perkembangannya, maka remaja tidak berhasil dalam mempraktekkan hidup sehat. Oleh karena itu, untuk menghindari hal tersebut terjadi, maka remaja harus dibekali dengan pendidikan kecakapan hidup (*life skill education*) sebagai bekal dirinya dalam mewujudkan kehidupan remaja yang sehat dan bahagia.

Pengembangan Karakter bagi Remaja

Negara Indonesia sekarang ini telah memasuki era revolusi industri 4.0 atau biasa dikenal sebagai masa digital. Artinya semuanya sudah serba menggunakan teknologi seperti computer, internet dan lain sebagainya.. Industri 4.0 sebagai masa revolusi teknologi dimana dapat mengubah cara beraktifitas manusia dalam skala yang lebih luas, ruang lingkup, kompleksitas, dan transformasi dari pengalaman hidup yang sebelumnya.

Kemajuan teknologi di era revolusi industri 4.0 dapat mempengaruhi perkembangan nilai moral pada remaja. Oleh karena itu, perlu diberikan yang namanya pembekalan untuk orangtua maupun pendidik mengenai komponen-komponen karakter untuk mewujudkan kepribadian remaja yang baik. Selain itu, masa remaja merupakan masa berkembangnya jati diri. Apabila remaja tidak bisa melewati masa ini, maka dia akan mengalami kebingungan dalam menentukan jati dirinya dan akan mempengaruhi kehidupan di masa depannya.

Dapat disimpulkan bahwa kepribadian remaja yang sehat dan baik merupakan hasil dari tugas – tugas perkembangan remaja itu sendiri. Oleh karena itu untuk mendukung perkembangan remaja yang sehat, maka perlu yang namanya kecakapan hidup. Hal ini agar menumbuhkan keseimbangan anatara aspek-aspek dalam tahapan perkembangannya dengan tujuan hidup remaja itu sendiri.

Pendidikan Kecakapan Hidup (*Life Skill Education*)

Life Skill Education atau pendidikan kecakapan hidup merupakan kecakapan yang diperlukan untuk berinteraksi dengan orang lain atau dengan masyarakat di lingkungan ia berada, antara lain kecakapan dalam mengambil keputusan, pemecahan masalah, berpikir kritis, berpikir kreatif, berkomunikasi yang efektif, menjalin hubungan antar individu, kesadaran diri, berempati, mengatasi emosi, dan mengatasi stress yang

merupakan bagian dari pendidikan (Anwar, 2015). Menurut Muhaimin (2003), pengertian *life skill* adalah suatu kecakapan yang dimiliki seseorang untuk mau hidup dan berani menghadapi problema hidup dan kehidupan secara wajar tanpa merasa tertekan, serta secara proaktif dan kreatif mencari dan menemukan solusi agar mampu mengatasinya.

Menurut Ermayani (2015), penerapan kecakapan hidup mencakup 6 (enam) hal, yaitu kecakapan fisik, kecakapan mental, kecakapan emosional, kecakapan spiritual, kecakapan vokasional, dan kecakapan adversity.

Kecakapan Fisik

Mencakup tentang kekuatan, fleksibilitas, dan ketahanan fisik. Kecakapan fisik terdiri dari :

1. Kecakapan memahami tubuh sendiri, seperti paham bagaimana cara untuk mencegah penyakit.
2. Kecakapan berkomunikasi dengan dirinya sendiri. Kecakapan ini perlu memperhatikan tanda-tanda yang diberikan oleh tubuh.
3. Kecakapan mengatur pola makan dan menyeimbangkan gizi-gizi yang terkandung didalamnya.
4. Olahraga teratur dan rutin.
5. Kecakapan mengelola jam tidur untuk terapi kesehatan.

Melalui kecakapan ini, remaja diharapkan mampu memahami dan berkomunikasi dengan tubuhnya sendiri, mengatur pola makan dan memilih makanan-makanan yang sehat, melakukan olahraga rutin, dan beristirahat cukup.

Kecakapan Mental

Meliputi beberapa hal yaitu:

1. Kecakapan mempercayai dan menghargai diri sendiri, contohnya selalu sabar terhadap diri sendiri, menghindari perilaku yang negatif, berdamai dengan kekurangan pada diri sendiri, dan lain-lain.
2. Kecakapan untuk selalu berpikir yang positif, yaitu dengan menjadikan kelemahan diri sebagai motivasi untuk menjadi kelebihan dan selalu yakin bahwa Tuhan telah menciptakan kelebihan dan kekurangan disertai dengan manfaatnya.
3. Kecakapan dalam menghadapi stress yaitu dengan cara mengalihkan stressor menjadi hal yang positif.
4. Kecakapan dalam mengambil keputusan serta memecahkan masalah.

Melalui keterampilan mental, diharapkan remaja dapat menjaga dan memelihara dirinya sendiri dan orang lain serta dapat memengaruhi lingkungan sosialnya ketika berhadapan dengan berbagai situasi buruk dan tekanan-tekanan yang muncul dari lingkungannya.

Kecakapan Emosional

Yaitu kecakapan untuk dapat bersikap tegas dan kecakapan berkomunikasi dengan orang lain. Kecakapan untuk bersikap tegas (asertif) merupakan sebuah sikap atau perilaku untuk mengekspresikan diri sendiri yang secara tegas kepada orang lain tanpa harus menyakiti atau

merendahkan orang lain tersebut. Sikap asertif sangat diperlukan bagi remaja dalam menghadapi tekanan-tekanan yang muncul dari lingkungan. Kecakapan berkomunikasi yang efektif dengan orang lain dapat terjadi apabila individu mampu menerapkan kemampuan dalam menerima dan memahami, kemampuan dalam mengikuti alur cerita, kemampuan melakukan refleksi perasaan, dan kemampuan dalam melakukan pengulangan makna.

Kecakapan Spiritual

Yaitu kemampuan dalam mengerti dan memahami bahwa semua kegiatan jasmani, pikiran, dan emosi seseorang digerakan atas dasar nurani atau rohani yang diarahkan untuk memperoleh keridhoan Tuhan pencipta-Nya. Melalui kesadaran tersebut, diharapkan akan membawa remaja tanpa henti berusaha untuk menjadi lebih dekat kepada pencipta-Nya dan selalu bertanggung jawab atas segala tindakan dan perilaku yang dilakukannya

Kecakapan Vocational

Yaitu kecakapan khusus yang dimiliki oleh remaja dalam di luar bidang akademik yaitu berupa kemampuan remaja dalam berwirausaha sesuai dengan bakat dan minat masing-masing. Salah satu caranya yaitu dengan mengubah hobi menjadi sebuah bisnis yang dapat menguntungkan bagi remaja.

Adversity Skill

Yaitu sebuah kecakapan untuk mengubah hambatan menjadi sebuah peluang. Melalui kecakapan ini dapat diketahui seberapa jauh individu mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan dan hambatan, meramalkan siapa yang mampu mengatasi kesulitan dan siapa yang akan hancur, meramalkan siapa yang akan melampaui harapan-harapan atas kinerja dan potensi mereka serta siapa yang akan gagal, dan meramalkan siapa yang akan menyerah dan siapa yang akan bertahan.

Dampak positif dalam pendidikan kecakapan hidup yaitu dapat membentuk remaja yang unggul, memiliki karakter yang kuat, dan akan tumbuh sebagai remaja yang dibanggakan karena sehat secara fisik, stabil dalam emosinya, dan intelektual yang berkembang dengan baik.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan pemaparan mengenai penerapan pendidikan kecakapan hidup (*life skill education*), dapat disimpulkan bahwa pendidikan kecakapan hidup sejalan dengan pengembangan karakter pada remaja untuk membentuk karakter remaja yang kuat sehingga mampu mengatasi segala tantangan-tantangan yang muncul di era revolusi industri 4.0 (revolusi digital) dan mampu melakukan pola hidup yang sehat.

Saran

Pendidikan kecakapan hidup tidak hanya dilakukan oleh sekolah tetapi juga harus didukung oleh keluarga dan lingkungan disekitarnya. Orang tua harus mendukung segala kegiatan positif agar bakat dan minat dari anaknya dapat berkembang dengan baik, serta mengawasi segala perilaku anaknya agar tidak terjerumus dan masuk ke dalam dampak negatif dari era digital sekarang ini. Selain itu, orangtua juga sebagai madrasah yang utama dan pertama bagi anak. Orangtua selain mendukung kegiatan positif, orangtua diharapkan juga mampu memberikan contoh yang baik bagi anaknya sebagai bekal menghadapi tantangan di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar. 2015. *Pendidikan Kecakapan Hidup*. Bandung: Alfabeta.
- Ermayani, T. (2015). Pembentukan karakter remaja melalui kecakapan hidup. [versi elektronik]. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 5(2), 127-141. Diunduh dari <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpka/article/view/8618/7110>
- Muhaimin. 2003. *Arah Baru pengembangan Pendidikan Islam*. Bandung: Nuansa.
- Santrock, J.W. (2012). *Life span development* (edisi ketiga belas). Jakarta: Erlangga.