

Pengenalan Gaya Hidup Bebas Sampah melalui Kegiatan Jum'at Mandiri di SMA Negeri 1 Baros sebagai Bentuk Sikap Kepedulian terhadap Lingkungan

Restu Athifah Rahmah¹, Dwi Ratnasari², Dwi Luki Widiyastuti³

¹Jurusan Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Jl. Ciwaru Raya, Cipare, Kec. Serang, Kota Serang, Banten-Indonesia

² SMA Negeri 1 Baros, Jl Raya Serang-Pandeglang No.KM 14, Panyirapan, Kec. Baros, Kab. Serang
Email: 2224190041@untirta.ac.id

ABSTRAK

Permasalahan sampah yang berada di lingkungan saat ini tidak dapat terlepas dari cara pengelolaan sampah dan gaya hidup manusia. Manusia akan terus menghasilkan sampah setiap harinya dan volumenya akan meningkat jika tidak dilakukan pengelolaan sampah yang benar dan pencegahannya. Salah satu solusi untuk mengurangi sampah adalah dengan menerapkan gaya hidup bebas sampah sebagai bentuk sikap kepedulian lingkungan. Oleh karena itu penelitian mengenai pengenalan gaya hidup bebas sampah dilakukan di SMA Negeri 1 Baros untuk mengetahui sikap kepedulian lingkungan siswa di SMA Negeri 1 Baros dan untuk menanamkan gaya hidup bebas sampah melalui kegiatan “Jum’at Mandiri (membawa wadah makanan sendiri)” di sekolah. Penelitian dilakukan dengan cara observasi dan wawancara langsung ke sekolah dan pengisian angket kepada 148 siswa yang kemudian dianalisis secara deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kegiatan Jum’at mandiri dapat memberikan perubahan bagi siswa dalam menjaga lingkungan, meminimalisir sampah plastik yang dihasilkan di sekolah dan menumbuhkan sikap kepedulian lingkungan pada diri siswa. Selain itu, siswa juga menyukai pelaksanaan kegiatan jum’at mandiri dan tidak merasa keberatan dengan kebijakan tersebut. Berdasarkan data hasil penelitian, kegiatan yang dilaksanakan setiap hari jum’at tersebut sangat baik untuk dijadikan sebagai pengenalan untuk membiasakan gaya hidup bebas sampah di sekolah dan dapat menanamkan sikap peduli lingkungan kepada siswa di SMA Negeri 1 Baros.

Kata kunci: Gaya Hidup, Peduli Lingkungan, Sampah.

PENDAHULUAN

Lingkungan merupakan tempat hidup makhluk hidup yang didalamnya terdapat komponen penyusun lingkungan, baik komponen biotik maupun abiotik yang saling berinteraksi dan mempertahankan homeostasis lingkungan (Qodriyanti *et al.*, 2022) Perubahan lingkungan umumnya terjadi karena ada atau masuknya suatu komponen baru di ekosistem yang mempengaruhi kualitas lingkungan tersebut. Sehingga, seiring dengan pertambahan jumlah penduduk dan globalisasi yang sangat pesat perubahan lingkungan saat ini mulai menjadi ancaman yang serius bagi makhluk hidup. Aktivitas yang dilakukan manusia yang menyebabkan perubahan lingkungan seperti pembakaran hutan, penggunaan CFC, pembuangan limbah ke sungai dan produksi yang berlebihan meningkatkan jumlah sampah yang dihasilkan yang tak akan terurai dalam waktu yang singkat sehingga dapat menyebabkan suatu masalah yang mengganggu keseimbangan lingkungan seperti bencana alam banjir atau kepunahan ekosistem (Yunas *et al.*, 2020). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permasalahan utama pada lingkungan dipengaruhi oleh manusia dalam pemanfaatan sumberdaya alam untuk memenuhi kebutuhannya (Khairina *et al.*, 2020). Pemenuhan kebutuhan tersebut berujung pada dihasilkannya limbah dari proses produksi yang sudah tak digunakan kembali yang disebut sampah.

Permasalah sampah juga saat ini telah menjadi isu nasional bahkan global yang menjadi ancaman bagi kelestarian sumber daya alam. Indonesia sebagai negara penyumbang sampah plastik terbesar kedua di dunia setelah Cina yaitu sejumlah 67,8 juta ton di tahun 2020 memunculkan ungkapan darurat sampah plastik di Indonesia. Sampah plastik merupakan jenis sampah yang sulit terurai (non biodegradable) seperti kantong plastik, botol plastik kemasan makanan plastik, sedotan plastik, dan alat makan plastik telah menjadi penyuplai sampah terbesar ke lingkungan (Masruroh., 2018) Selain itu,

jumlah sampah plastik telah mengalami peningkatan drastis mencapai 381 juta ton per tahunnya (Ritchie *et al.*, 2018). Menurut *United Nation* dalam perayaan *International Day Of Zero Waste 2023*, manusia menghasilkan sekitar 2,24 miliar ton sampah padat di kota setiap tahunnya dan hanya 55% sampah yang dikelola di TPA. Setiap tahun, sekitar 931 juta ton makanan hilang atau terbuang percuma dan hingga 14 juta ton sampah plastik masuk ke ekosistem perairan (Porjalali., 2023) Oleh karena itu, salah satu tujuan dari pembangunan berkelanjutan global adalah setiap negara harus mengurangi sampah dengan cara mengurangi, menggunakan kembali dan mendaur ulang untuk mendapatkan pola produksi dan konsumsi yang berkelanjutan (Solekah *et al.*, 2022) Salah satunya adalah dengan menerapkan gaya hidup bebas sampah (*Zero Waste*). *Zero waste* telah menjadi suatu pandangan baru dalam manajemen sampah, mengingat isu sampah telah mencapai level yang mengkhawatirkan. Gaya hidup *zero waste* senantiasa menjunjung tinggi sikap sederhana dan tidak berlebihan dalam membeli dan mengkonsumsi segala kebutuhan serta menghindari penggunaan plastik khususnya plastik sekali pakai (Rustan *et al.*, 2023). Gaya hidup *zero waste* tersebut dapat dilaksanakan jika setiap individu memiliki sikap kepedulian dan kesadaran terhadap lingkungan yang dapat membantu terlaksananya *zero waste*, karena rendahnya kesadaran masyarakat juga dapat menjadi faktor penghambat dalam mewujudkan gaya hidup bebas sampah.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Elamin *et al.*, (2018) baik warga desa maupun kota memiliki tingkat kesadaran yang rendah mengenai kebersihan lingkungan. Hal ini dapat dilihat dari kebiasaan masyarakat yang membuang sampah sembarangan, kurangnya pemahaman terkait pengolahan sampah dan rendahnya kepedulian warga terhadap lingkungannya. Kemudian, berdasarkan penelitian Putra *et al.*, (2022) menjelaskan bahwa kebiasaan membuang sampah sembarangan oleh masyarakat disebabkan oleh kurangnya wawasan mengenai pengelolaan lingkungan dan kebiasaan yang sudah melekat dalam masyarakat itu sendiri. Menurut Kholifaturrohmah *et al.*, (2023) Pengembangan pengetahuan dan kesadaran manusia terhadap masalah lingkungan dapat dilakukan dengan memasukan literasi lingkungan dan sikap sosial dalam proses pembelajaran. Sekolah sebagai lembaga tumpuan utama, diharapkan dapat mengembangkan program yang berwawasan lingkungan sehingga dapat membentuk karakter siswa yang peduli lingkungan (Wulandari *et al.*, 2023). Sebagai generasi muda yang akan terjun ke masyarakat nantinya, siswa dapat menjadi subjek penting untuk mengatasi masalah lingkungan tersebut dan mendorong pendidikan berkelanjutan (Hishan *et al.*, 2020). Oleh karena itu perlu adanya pembelajaran terkait kepedulian lingkungan yang diberikan kepada siswa dalam proses pembelajaran di sekolah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Qodriyanti *et al.*, 2022) Pembelajaran mengenai sikap kepedulian lingkungan siswa memiliki beberapa faktor yang mempengaruhinya, antara lain : faktor kebiasaan sehari-hari saat di rumah, faktor kesadaran diri untuk peduli terhadap lingkungan, faktor pengetahuan yang dimiliki siswa dan faktor melihat organisasi yang bergerak di bidang lingkungan.

Berdasarkan penelitian Dalu *et al.*, (2020) meski sekolah telah memperkenalkan tempat sampah plastik dan menginstruksikan siswa untuk menggunakan tempat sampah sesuai jenisnya untuk mengurangi jumlah plastik dan bahan lainnya tercampur ke lingkungan, kebiasaan siswa untuk membuang sampah secara tercampur pun sulit untuk dilarang, selain itu juga karena sebagian makanan dijual dalam kemasan plastik sehingga sampah plastik yang dihasilkan di sekolah sangat banyak, sehingga perlu adanya program untuk meningkatkan sikap kepedulian lingkungan siswa dan pengelolaan sampah di sekolah. Sikap peduli lingkungan siswa tersebut dapat diterapkan melalui pengenalan gaya hidup bebas sampah yang diadakan oleh pihak sekolah seperti pada kegiatan gerakan membawa bekal makanan dan minum ke sekolah yang dilakukan oleh SD Pesanggrahan 2 Jakarta Selatan (Suryaalamsah *et al.*, 2019) membawa bekal makanan dan minuman sendiri dapat meminimalisir sampah plastik yang digunakan di sekolah dan juga dapat menanamkan sikap kepedulian lingkungan siswa melalui kebiasaan sehari-hari dengan ditambahkan pengajaran mengenai pelestarian lingkungan pada pelajaran biologi di sekolah, kegiatan tersebut dapat membantu mengurangi sampah sekolah dan menanamkan sikap peduli lingkungan oleh siswa. Kegiatan membawa wadah makanan dan minuman sendiri juga telah dilakukan oleh SMA Negeri 1 Baros sebagai salah satu pengenalan gaya hidup bebas sampah yang dilakukan setiap hari Jumat yang diberi nama “Jum’at Mandiri (Membawa bekal makanan sendiri)”. Berdasarkan hal tersebut perlu dilakukannya penelitian mengenai pengenalan gaya hidup bebas sampah pada kegiatan Jum’at Mandiri di SMA Negeri 1 Baros sebagai bentuk kepedulian lingkungan, untuk mengetahui kegiatan yang dapat menanamkan nilai peduli lingkungan

siswa dan membiasakan siswa untuk mengolah, meminimalisir dan mendaur ulang sampah yang dikonsumsinya dan apakah kegiatan Jum'at mandiri tersebut dapat dilaksanakan setiap hari nantinya untuk menciptakan lingkungan sekolah yang bebas sampah di tahun-tahun berikutnya.

METODE

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Baros pada tanggal 12-16 Mei tahun 2023 pada hari Jum'at dengan subjek penelitian adalah peserta didik SMA Negeri 1 Baros. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode analisis deskriptif berdasarkan hasil wawancara, observasi dan pengisian angket kepada siswa SMA Negeri 1 Baros sebagai data pendukung penilaian kepedulian lingkungan siswa. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Baros lalu diambil sebanyak 148 siswa yang dipilih dengan menggunakan teknik *random sampling* sebagai sampel. Angket berupa pernyataan mengenai sikap kepedulian lingkungan peserta didik dan pelaksanaan Jum'at mandiri di sekolah. Hasil angket kemudian dianalisis secara deskriptif berdasarkan rata-rata dari tiap indikator kepedulian lingkungan. Observasi dilakukan secara langsung di SMA Negeri 1 Baros yang kemudian didokumentasikan bertujuan untuk mengamati sikap kepedulian siswa dan pelaksanaan "Jum'at Mandiri" di Sekolah. Kemudian wawancara dilakukan secara semi terstruktur pada siswa dan guru di SMA Negeri 1 Baros, wawancara dilakukan setelah penyebaran angket sebagai informasi tambahan mengenai hal-hal yang tidak dapat diungkapkan melalui angket. Analisis data disajikan dalam bentuk deskriptif, menurut Riduwan dan Sunarto (2023) analisis deskriptif adalah analisis yang menggambarkan suatu data yang dibuat baik sendiri maupun kelompok dengan tujuan untuk membuat gambaran secara sistematis data yang faktual dan akurat mengenai fakta-fakta serta hubungan antara fenomena yang diselidiki atau diteliti.

Analisis hasil penelitian tentang sikap kepedulian lingkungan siswa SMA Negeri 1 Baros dilakukan melalui hasil angket sebanyak 148 responden yang kemudian dianalisis. Hasil analisis dikelompokkan menurut persentase jawaban responden dan menjadi tolak ukur dalam pengambilan keputusan, maka mendapatkan persentasenya disesuaikan dengan kriteria menurut Fitriani (2017) dibawah ini :

$$NP = \frac{R}{SM} \times 100\%$$

Keterangan :

NP (%) = Skor Persentase

SM = Nilai Maksimal Test

R = Nilai Yang Dicapai Siswa

Analisis instrumen yang digunakan yaitu berdasarkan angket pernyataan terkait sikap peduli lingkungan berupa pernyataan dengan hasil skor dan kriteria penilaian sebagai berikut :

Tabel 2. Skor Jawaban Angket Pernyataan Sikap Peduli Lingkungan

Nilai	Interpretasi
4	Sangat Setuju
3	Setuju
2	Kurang setuju
1	Tidak Setuju

Tabel 3. Kriteria Persentase Observasi Angket

Persentase (%)	Interpretasi
81-100	Sangat Baik
61-80	Baik
41-60	Cukup
21-40	Kurang
0-20	Sangat kurang

(Sumber : modifikasi dari Rudiwan, 2016)

DISKUSI

Hasil

Berdasarkan hasil observasi, pengenalan gaya hidup bebas sampah yang dilakukan di SMA Negeri 1 Baros melalui kegiatan Jum'at Mandiri dilaksanakan dengan cara membawa wadah makanan dan minuman sendiri oleh siswa saat hendak membeli makanan atau minuman di sekolah. Kegiatan tersebut bertujuan untuk meningkatkan kepedulian dan kesadaran siswa terhadap sampah plastik yang dihasilkan dari kegiatan konsumsi siswa di sekolah serta membiasakan siswa untuk tidak menggunakan wadah sekali pakai khususnya berbahan plastik yang akan menjadi sampah nantinya. Oleh karena itu sebagai upaya awal untuk menerapkan pembiasaan tersebut maka kegiatan membawa wadah makanan dan minuman sendiri dilaksanakan setiap hari jumat sebahai pengenalan untuk menerapkan kebiasaan membawa wadah makanan dan minuman sendiri ke sekolah yang dapat diamati pada gambar berikut :



Gambar 1. Penyuluhan dan Pelaksanaan Kegiatan “Jumat Mandiri”

Pelaksanaan kegiatan Jum'at mandiri telah dilaksanakan sebanyak 2 kali secara berkala yaitu pada hari Jum'at. Menurut wawancara yang dilakukan pada beberapa siswa kelas X SMA Negeri 1 Baros menyatakan bahwa kegiatan tersebut baru dilaksanakan selama 2 minggu dan tidak hanya siswa saja yang membawa wadah makanan sendiri tetapi seluruh perangkat sekolah (guru, kepala sekolah, kantin, penjaga sekolah dan staf TU) juga membawa wadah makanan sendiri. Seluruh pedagang di kantin juga tidak menyediakan bungkus plastik untuk jenis makanan yang disajikan, akan tetapi masih terdapat produk-produk kemasan plastik seperti permen, wafer dan ciki yang akan menghasilkan sampah plastik juga nantinya bila dibeli oleh siswa. Menurut wawancara yang dilakukan kepada pedagang di SMA Negeri 1 Baros, himbauan untuk tidak menyediakan pembungkus pelastik pada makanan yang disajikan seperti gorengan, bakso, seblak, kue-kue basah merupakan bagian dari aturan kegiatan Jum'at mandiri tersebut, pedagang yang menjual minuman juga tidak diperkenankan untuk menyediakan wadah plastiknya, jika ada siswa yang membeli diharuskan membawa tumbler atau tempat minum sendiri. Selanjutnya, berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada salah satu guru mata pelajaran biologi, menjelaskan bahwa :

“Jumat mandiri juga merupakan kegiatan pendidikan lingkungan yang dilakukan untuk mempelajari sub-materi biologi mengenai perubahan lingkungan dan dapat menambah nilai-nilai kepedulian lingkungan peserta didik melalui pembiasaan mengurangi sampah plastik. Meski hanya dilaksanakan sehari dalam seminggu tetapi dampak dari pembiasaan ini akan dirasakan jika sering dilaksanakan dan nantinya bisa diterapkan setiap harinya saat sekolah sudah menyediakan kurikulum atau kebijakan baru mengenai zero waste atau 3R.”

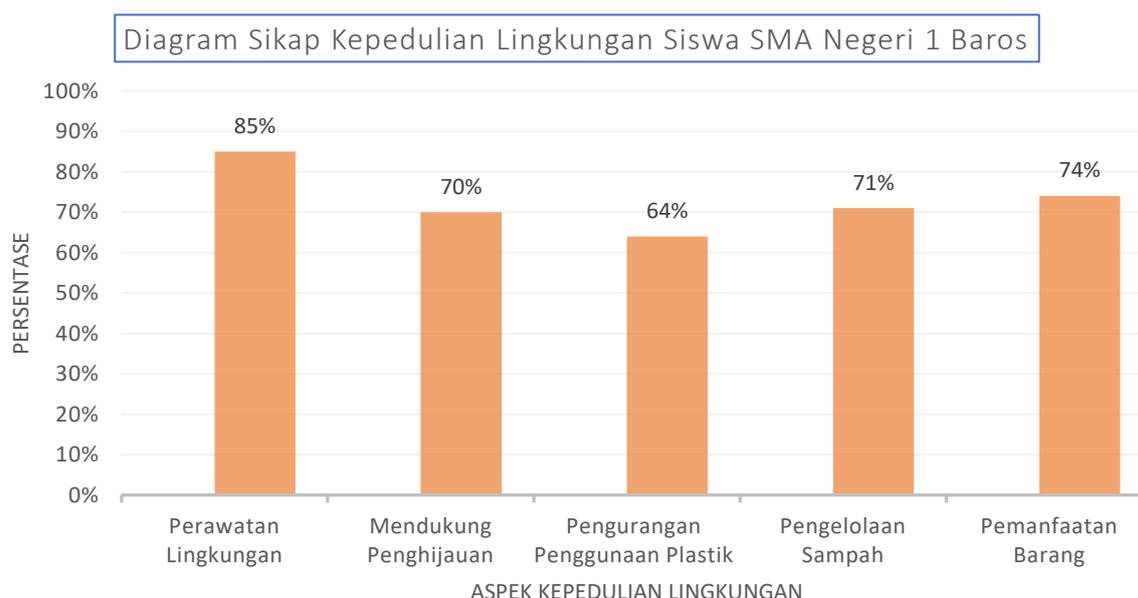
Berdasarkan hal tersebut dapat kita ketahui bahwa tujuan dari kegiatan Jum'at Mandiri adalah tidak hanya untuk mengurangi sampah plastik di sekolah, kegiatan Jum'at Mandiri juga bertujuan untuk mengenalkan sikap kepedulian lingkungan siswa melalui proses pendidikan dan pembelajaran yang berorientasi pada pelestarian lingkungan agar siswa memiliki pengetahuan yang baik tentang lingkungan dan memiliki perilaku peduli lingkungan serta dapat menerapkan gaya hidup bebas sampah sebagai suatu proses terpadu untuk menyiapkan generasi penerus bangsa demi tercapainya *Sustainable Development Goals* (SDGS) yang terfokus pada kelestarian alam.

Selanjutnya, refleksi dan evaluasi dari kegiatan Jum'at Mandiri tersebut disajikan dalam bentuk tabel hasil angket yang telah diisi oleh siswa SMA Negeri 1 Baros sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Angket Kegiatan Jum'at Mandiri (Membawa Wadah Makanan dan Minuman Sendiri) di SMA Negeri 1 Baros

No	Aspek Kegiatan	Persentase Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Konsep kegiatan Jum'at Mandiri	89,9%	10,1%
2.	Keberlanjutan kegiatan Jum'at Mandiri	48%	52%
3.	Pelaksanaan kegiatan Jum'at Mandiri	73,6%	26,4%
4.	Keikutsertaan perangkat sekolah	88,5%	11,5%
5.	Tujuan kegiatan Jum'at mandiri	93,2%	6,8%
6.	Sanksi bagi siswa yang tidak ikut serta	48%	52%
7.	Dampak terhadap kepedulian lingkungan	96,6%	0,4%
8.	Masukan terhadap kegiatan Jum'at Mandiri	89%	10%

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa kegiatan Jumat Mandiri telah diterima dengan antusias oleh seluruh siswa dan perangkat Sekolah SMA Negeri 1 Baros, berdasarkan hasil angket siswa, sebanyak 89,9% siswa menyukai kegiatan Jum'at Mandiri sedangkan sebanyak 23% siswa tidak menyukai kegiatan Jumat Mandiri. Sebanyak 73,6% siswa tidak merasa kerepotan dalam membawa wadah makanan sendiri ke sekolah sedangkan sebanyak 26% siswa merasa kerepotan harus membawa wadah makanan sendiri ke sekolah. Tidak hanya dilaksanakan oleh siswa, kegiatan Jum'at Mandiri juga diikuti oleh seluruh perangkat sekolah (guru, kepala sekolah, staf tau, penjaga hingga pedagang kantin) dengan keikutsertaan sebesar 88,5%. Selain itu sebanyak 93,2% siswa telah mengetahui tujuan dari dilaksanakannya kegiatan Jumat Mandiri dan 96% siswa memahami bahwa kegiatan tersebut dapat meningkatkan kepedulian siswa terhadap lingkungan dan lebih memperhatikan sampah plastik yang dihasilkannya. Sebanyak 52% siswa mengatakan ingin kebijakan membawa makanan sendiri tidak hanya dilaksanakan di hari Jum'at saja dengan pendapat bahwa untuk bisa memberikan manfaat yang lebih terasa kegiatan tersebut sebaiknya dilaksanakan setiap hari. Akan tetapi sebanyak 48% siswa menyatakan tidak ingin pembiasaan tersebut dilaksanakan setiap hari karena merasa bosan dan jika ingin membeli makanan yang berbeda. Dalam pelaksanaannya sebesar 48% siswa mendapat sanksi jika tidak membawa wadah makanan dan minuman sendiri sedangkan 52% siswa tidak mendapatkan sanksi jika tidak ikut serta. Adapun masukan yang didapat dari kegiatan tersebut adalah sebanyak 89% merasa perlu adanya fasilitas wastafel yang layak untuk mencuci wadah makanan setelah digunakan dan diberikannya sanksi yang tegas bagi siswa yang tidak membawa wadah makan dan minum sendiri serta. Sebanyak 10% siswa berpendapat kegiatan membawa makan sendiri sudah cukup baik dan tidak perlu ada masukan lebih lanjut.



Grafik 1. Hasil Angket Kepedulian Lingkungan Siswa

Berdasarkan grafik hasil di atas pada indikator perawatan lingkungan mencakup pertanyaan mengenai sikap siswa dalam merawat lingkungan seperti membuang sampah pada tempatnya, membersihkan kelas, dan saling mengingatkan dalam menjaga kebersihan lingkungan. Berdasarkan hasil penelitian persentase terbesar yang didapat adalah 85% yang berarti sangat baik dalam merawat lingkungan dan menjaga lingkungan di sekitar sekolahnya. Pada indikator mendukung penghijauan meliputi perawatan tanaman di sekolah dan kegiatan penanaman kembali yang dilakukan oleh sekolah pada tempat-tempat tandus, dan dari grafik hasil tersebut diperoleh hasil sebesar 70% yang berarti siswa sudah memahami dan dapat siswa menyetujui kegiatan yang mendukung penghijauan di sekolah dengan baik. Pada indikator pengurangan sampah plastik mencakup aspek mengurangi plastik saat belanja, menggunakan wadah makanan dan tempat minum sendiri saat membeli makanan atau minuman, dan mengenakan tas belanja atau tote bag, didapat persentase sebesar 64% yang berarti siswa sudah baik dalam menerapkan kebiasaan mengurangi sampah plastik setelah dilaksanakannya kegiatan jum'at mandiri di sekolah. Pada indikator pengelolaan sampah meliputi kegiatan Reuse, Reduce, dan recycle tersebut mendapat persentase 71% berarti dalam memahami konsep pengelolaan sampah siswa sudah baik dan dapat melaksanakannya. Pada indikator pemanfaatan barang meliputi kegiatan menggunakan kembali barang yang masih bisa digunakan, tidak mengganti barang yang sudah rusak, tidak banyak membeli barang-barang yang tidak terlalu dibutuhkan didapat persentase sebesar 74% yang berarti siswa sudah dapat memanfaatkan barang yang masih digunakan dengan baik untuk menjaga lingkungan dan meminimalisir sampah.

Pembahasan

Program bebas sampah yang diterapkan di sekolah melalui kegiatan “Jum’at Mandiri (Membawa Wadah Makanan Sendiri)” bertujuan untuk menumbuhkan karakter peduli lingkungan siswa di SMA Negeri 1 Baros, adanya program bebas sampah tersebut siswa diarahkan serta dibina oleh guru untuk menjaga kelestarian lingkungan sekolah (Yudanti, 2021). Karena menjaga sistem lingkungan dengan mengelola sampah dengan baik akan menciptakan peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan (Fazri et al, 2023). Pendidikan mengenai karakter peduli lingkungan pada siswa bertujuan untuk memunculkan sikap menjaga dan mendorong kebiasaan mengelola sampah yang masih bisa dimanfaatkan, menghindari sifat merusak lingkungan, dan memupuk kepekaan terhadap lingkungan. Meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga lingkungan cukup sulit karena dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi yang sangat sulit membuat di sekitar sekolah terbebas dari sampah, mengendalikan jumlah sampah yang dihasilkan oleh tiap siswa, dan meningkatkan pemahaman pedagang terkait sampah yang dihasilkan di sekolah. Kegiatan Jum’at Mandiri yang dilaksanakan di

sekolah telah memberikan perubahan dalam penurunan jumlah sampah plastik yang dihasilkan oleh siswa. Pembiasaan yang dilakukan setiap hari Jum'at tersebut telah mengurangi jumlah sampah yang dihasilkan pada hari Jumat, sehingga memiliki peluang yang besar nantinya jika diterapkan setiap hari. Seperti pada pengenalan undang-undang pembatasan yang telah berhasil meningkatkan kesadaran perlindungan lingkungan penduduk Taipei, China dan mengubah perilaku mereka dengan menggunakan lebih sedikit tas belanja plastik dan lebih sedikit peralatan makan plastik sekali pakai (Chow et al, 2017). Akan tetapi, kegiatan tersebut masih memiliki beberapa tantangan. Berdasarkan hasil observasi ke sekolah, sampah yang dihasilkan setelah hari jumat juga tetap banyak dan tidak terdapat penurunan. Siswa hanya membawa wadah makan setiap hari Ju'mat karena peraturan yang ditetapkan oleh sekolah, bukan berdasarkan kesadaran individu. Oleh karena itu kegiatan Jum'at Mandiri masih perlu dikembangkan dan dijalankan sebagai pembiasaan yang sedikit demi sedikit dapat mengubah pola pikir siswa akan kesadaran menjaga lingkungan. Sekolah sebagai miniatur masyarakat bisa menjadi tempat yang baik dalam pendidikan pengelolaan sampah sejak dini. Sekolah dapat menjadi elemen penting untuk mengubah perilaku siswa dalam menjaga lingkungan, adanya pendidikan lingkungan di sekolah dapat memberikan hasil bahwa mayoritas dari siswa berusaha meningkatkan praktik pengelolaan sampah plastik berkelanjutan di rumah mereka (Sari et al, 2023) Hal ini dapat menjadi tindak lanjut jangka panjang dengan menerapkan kebiasaan peduli lingkungan dimulai dari siswa di sekolah yang nantinya mereka dapat menjadi perpanjangan mulut untuk menyampaikan ke keluarga dan masyarakat sekitarnya sebagai upaya untuk sama-sama menyadarkan semua orang (Zuhri et al, 2023)

Menurut Nabila et al., (2023) Karakter peduli lingkungan bukan suatu talenta yang berasal dari insting bawaan lahir suatu individu, namun merupakan *output* dari suatu proses pendidikan dan prinsip pembelajaran di sekolah. Prinsip yang dimaksud adalah pembelajaran yang melibatkan unsur kepedulian lingkungan alam seperti halnya pengelolaan sampah, pengetahuan dasar tentang makhluk hidup (hewan dan tumbuhan), potensi kerusakan alam, dan lain sebagainya. Prinsip pembelajaran tersebut dapat memberikan hasil yang optimal apabila siswa dapat juga turut menerapkannya di lingkungan keluarga. Menurut Lubis *et al.*, (2020) sikap peduli lingkungan dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, karena pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi sikap dan perilaku. Pendidikan juga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, semakin tinggi pendidikan semakin baik pula pengetahuannya. Sehingga semakin tinggi pengetahuan siswa terhadap kelestarian lingkungan maka semakin baik pula sikap siswa dalam menjaga lingkungan. Sikap peduli lingkungan harus dibangun diatas tiga komponen yaitu, kepekaan perasaan, kesadaran dan perilaku. Siswa harus memiliki kesadaran terhadap pentingnya menjaga lingkungan, kepekaan perasaan terhadap lingkungan. Setelah memiliki kesadaran dan kepekaan maka diaplikasikan melalui tindakan/prilaku (Baroroh & Roshayanti, 2022). Oleh karena itu, pelaksanaan Jum'at Mandiri di SMA Negeri 1 Baros dapat menjadi bagian dari pendidikan dan pembelajaran mengenai kepedulian lingkungan yang muncul atas dasar kesadaran dan perasaan terhadap lingkungan guna meningkatkan pemahaman siswa mengenai pelestarian lingkungan serta dapat menerapkan gaya hidup bebas sampah baik di sekolah maupun di rumah.

Gaya hidup bebas sampah tersebut dikenalkan dalam bentuk kegiatan Jum'at mandiri (Membawa wadah makanan dan minuman sendiri). Pada dasarnya, Gaya hidup bebas sampah (*zero waste*) mengacu pada pengelolaan sampah dan pendekatan perencanaan yang menekankan pencegahan produksi sampah (Yurisa, 2021) Sehingga gaya hidup *zero waste* di sekolah adalah upaya untuk menekan pengurangan sampah yang masuk ke TPA sekolah, bukan pengelolaan sampah hingga tidak ada sampah yang dihasilkan. Alur dari sistem pengelolaan sampah di seluruh dunia menunjukkan bahwa cara umum yang biasa dilakukan untuk mengatasi sampah ialah dengan cara membuang sampah dimana perlakuan tersebut dijadikan sebagai dasar piramida. Sedangkan, tindakan yang paling jarang dilakukan adalah pengurangan sampah yang mana perlakuan ini terletak pada puncak piramida. Piramida yang baik untuk digunakan sebagai sistem pedoman pengelolaan sampah berkelanjutan adalah dengan menempatkan perlakuan pengurangan sampah sebagai dasar yang harus diterapkan dalam *zero waste* (Prajati, 2017) Berdasarkan hasil angket yang telah diisi oleh siswa, melalui kegiatan Jumat Mandiri siswa mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam terkait gaya hidup bebas sampah. Siswa sudah memahami teori dan pelaksanaannya, yang perlu ditingkatkan adalah konsistensi dalam pelaksanaannya.

Agar saat tidak ada kebijakan membawa wadah makan sendiri siswa dapat berinisiatif membawa wadah makan dan minum sendiri sebagai kebiasaan yang sudah dilakukan setiap harinya

Berdasarkan hasil angket yang terdapat pada grafik 1 siswa sudah sangat baik dalam memahami sepenuhnya terkait kepedulian lingkungan. Terdapat perubahan sikap kepedulian siswa yang mengacu pada peningkatan kesadaran mengurangi sampah plastik di sekolah dengan cara membawa wadah makanan dan minuman sendiri. Jika pembiasaan tersebut secara konsisten diterapkan, maka akan memberikan perubahan sikap kepedulian lingkungan siswa dan mengurangi sampah plastik di sekolah yang cukup signifikan. Kegiatan jum'at mandiri dapat dijadikan peluang untuk menerapkan pembiasaan membawa wadah makan sendiri tidak hanya pada hari Jumat saja melainkan setiap hari atas inisiatif siswa untuk meningkatkan kepedulian lingkungan melalui gaya hidup bebas sampah yang dapat mendukung perubahan masyarakat menuju peningkatan kesadaran tentang gaya hidup bebas sampah untuk berkontribusi pada agenda 2030 for *Sustainable Development Goals* (SDGS). Selain itu, meningkatnya sikap kepedulian lingkungan juga dapat memberikan manfaat sosial bagi siswa, mulai dari memperkuat rasa empati, kepedulian, dan mempererat hubungan sesama siswa, karena siswa dapat saling membantu dan bergotong royong dalam menjaga kebersihan lingkungan bersama dan dapat saling mengingatkan untuk berbuat baik untuk lingkungan (Isroyati *et al.*, 2023)

KESIMPULAN

Pengenalan gaya hidup bebas sampah untuk meningkatkan sikap kepedulian lingkungan melalui kegiatan Jumat Mandiri (Membawa makanan sendiri) yang rutin dilaksanakan setiap minggunya memberikan manfaat yang cukup baik untuk mengurangi sampah plastik yang dihasilkan di SMA Negeri 1 Baros. Siswa SMA Negeri 1 Baros sudah memiliki pemahaman yang baik tentang kepedulian lingkungan dan menjaga lingkungan sekolah sehingga terdapat perubahan perilaku yang menunjukkan kesadaran untuk mengurangi sampah plastik yang digunakan demi kelestarian lingkungan sekolah. Sehingga jika kegiatan Jumat Mandiri terus dilaksanakan secara konsisten maka nantinya akan muncul kebiasaan yang merubah gaya hidup siswa dalam mengolah sampah plastik yang dihasilkannya sendiri dan dapat menjadi agen perubahan lingkungan di masa depan untuk tercapainya *2030 for Sustainable Development Goals*.

DAFTAR PUSTAKA

- Baroroh, E., Roshayanti, F. (2022) Profil Sikap Peduli Lingkungan Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Batangan. *UPEJ*, 11(1) : 21-25
- Chow, C. F., Young, S. K., So, W. W. M. (2017) Plastic Probleme and education for plastic waste management. Department of Science and Environmental Studies, The Education University of Hong Kong
- Dalu, M. T. B., Cuthbert, R. N., Muhali, H., Chari, L. D., Manyani, A., Masunungure, C., Dalu, T. (2020) Is awareness on plastic pollution being raised in schol, understanding preceptions of primary and secondary school educator. *MDPI:Sustainability*, 12(6775) : 1-17
- Elamin, M. Z., Ilmi, K. N., Tahirah, T., Zarnuzi, Y. A., Suci, Y. C., Rahmawati, D. R., Dwi P., D. M., Kusumaardhani, R., Rohmawati, R. A., Bhagaskara, P. A., & Nafisa, I. F. (2018). Analysis of Waste Management in The Village of Disanah, District of Sreseh Sampang, Madura. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 10(4), 368. <https://doi.org/10.20473/jkl.v10i4.2018.368-375>
- Faizah Imanina Yunas, A., Marlina, S., Umar, I., Kabupaten Sijunjung, P., & P Rovinsi Sumatera Barat, B. (2020). *Enviromental And Ecosystem Damage [Kerusakan Lingkungan dan Ekosistem*. 1(3), 10–20.
- Fazri, A. Darmawan. Iskandar, A. Zuhri, A. Amri, S. Syam. F. (2023) Sosialisasi Lingkungan Sehat Bebas Sampah dan Vektor Pengakit dengan Konsep Pemberdayaan Masyarakat. *LokSeva:Journal of Contemporary Community service*, 2(1) : 45-53
- Indraaryani Suryaalsah, I., Kushargina, R., & Stefani, M. (2019). “GEREBEK SEKOLAH” (Gerakan Membawa Bekal Makan dan Minum ke Sekolah sebagai Upaya Pemenuhan Gizi Murid SDN Pesanggrahan 02 Jakarta Selatan. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, September 2019, 1–6. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Isroyati., Nurhidayati, R., sari, N. I. (2023) Kegiatan Bakti Sosial Di Lingkungan Masyarakat Sebagai Metode Rasa Cinta Dan Kepedulian Antar Sesama. *Jurnal Pengabdian harapan bangsa*, 1(1);

65-69

- Khairina, E., Purnomo, E. P., Malawani, A. D. (2020) Sustainable Development Goal : Kebijakan Berwawasan Lingkungan Guna Menjaga Ketahanan Lingkungan Di Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal ketahanan nasional*, 26(2): 155-181
- Lubis, S. P. W., Muzanna, S. R., Firdausyah, I. (2020) Profil Sikap Peduli Lingkungan Siswa SMA di Aceh. *Jurnal Dedikasi Pendidikan*, 4(1): 34-42
- Masruroh, M. (2018). Membentuk Karakter Peduli Lingkungan Dengan Pendidikan. *Jurnal Geografi Gea*, 18(2), 130. <https://doi.org/10.17509/gea.v18i2.13461>
- Nabila, S. U., Lestari, D. G., Yulianingsih, W. (2023) Pembiasaan Nilai-Nilai Kepedulian Lingkungan Pada Anak Usia Dini Melalui Prinsip Pembelajaran. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak usia Dini*, 7(1) : 1105-1118
- Putra, E., Nurhasanah, Siregar, N. A., & Siregar, J. A. (2022). Pengenalan Gaya Hidup Zero Waste Terhadap Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*, 1(2), 225–231.
- Porjalali, S. (2023) International Day Of Zero Waste. United Nation : <https://www.un.org/en/observances/zero-waste-day>
- Prajati, G. D. (2017) Prilaku Guru Dan Pegawai Sekolah Terhadap Penerapan Program Zero Waste Di Sekolah : Studi Kasus SMK Maitreyawira Batam. *JTERA : Jurnal Teknologi Rekayasa*, 2(1) : 39-46
- Qodriyanti, A., Yarza, H. N., Irdalisa, I., Elvianasti, M., & Ritonga, R. F. (2022). Analisis Sikap Peduli Lingkungan Siswa di Salah Satu MAN pada Materi Pelestarian Lingkungan. *Jurnal Eksakta Pendidikan (Jep)*, 6(1), 111–116. <https://doi.org/10.24036/jep/vol6-iss1/643>
- Rustan, K. Agustang, A. Idrus, I. I. (2023) Penerapan Gaya Hidup Zero Waste Sebagai Upaya Penyelamatan Lingkungan Di Indonesia. *Sibatik Journal*, 2(6) : 1763-1768
- Riduwan (2016) *Dasar-Dasar Statistika*. Bandung : Alfabeta
- Riduwan & Sunarto. (2010) *Pengantar Statistik*. Bandung : Alfabeta
- Sari, Y., Hidayat, N., Sumandar. (2023) Zero Waste Lifestyle guna mencapai Lingkungan bebas sampah dengan menerapkan prinsip 3R (Reduce, Reuse, Recycle). *Jurnal Kreativitas Pengabdian Masyarakat (PKM)*, 6(5) : 1740-1749
- Solekah, N. A., Handriana, T., & Usman, I. (2022). Millennials' Deals with Plastic: The Effect of Natural Environmental Orientation, Environmental Knowledge, and Environmental Concern on Willingness to Reduce Plastic Waste. *Journal of Consumer Sciences*, 7(2), 115–133. <https://doi.org/10.29244/jcs.7.2.115-133>
- Sudijono, A. (2016) *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta : Rajawali Press
- Wulandari, A., Aprilia, A., Salsabila, A., haqiem, A., Pratiwi, D. A., Dari, D. P., Sofia. (2021) Mewujudkan Lingkungan Sekolah Tanpa Plastik di SMA Negara Palembang. *Jurnal pengabdian West Science*, 2(5): 291-305
- Yudanti, C. (2021) Peran Guru Dalam Membina karakter Siswa Peduli Lingkungan pada Program Bebas Sampah Di Sekolah Dasar Alam Mahira Kota Bengkulu. Skripsi : Institus Agama Islam Negeri Bengkulu.
- Yurisa, R. P. (2021) Penerapan gaya Hisup bebas Sampah Bebas Banjir. Skripsi : Universitas malik Inrahim, Malang
- Zuhri, A., Manurung, L. R., Rahayu, U., Alfikia. (2023) Kampanye "Indonesia bebas Sampah 2025" di SMK Negeri 1 Maulaboh Menggunakan Teknik Komunikasi Persuasif. *Jurnal malikussaleh Mengabdi*, 2(1) : 69-76