DINAS PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
KABUPATEN BANYUWANGI

> Setiap cerita tumbuh dari pengalaman, berkembang dalam kreativitas, dan menginspirasi masa depan.

Cerita di Sekolah Hijau

— kumpulan karya Siswa —

MTsN 8 Banyuwangi



Dari Siswa, Untuk Dunia.

Maghfira Dini Lailiyah, dkk

BANYUWANGI
SATYA BHAKTI PRAJA MUKTI

Cerita di Sekolah Hijau

kumpulan karya Siswa
MTsN 8 Banyuwangi

Maghfira Dini Lailiyah, dkk

Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kabupaten Banyuwangi
Jl. Jaksa Agung Suprapto no. 43, Kelurahan Penganjuran,
Kecamatan Banyuwangi, Kabupaten Banyuwangi, 68416

CERITA DI SEKOLAH HIJAU

kumpulan karya Siswa MTsN 8 Banyuwangi

Penulis : Maghfira Dini Lailiyah, Elysa Qod'runnada SP, Mohammad Daniel Saputra, Felly Letissia Putri, Nayyara Echa Ramadhani, Mikayla Keish, Mafrizka Alexandra Putri Tristanto, Litria Nesya Ayu, Kanva Devi Khalila, Allicia Dhea, Muhammad Praditya, Izza Masruroh, Risma Maudya, Annisa, Retno AR, Kadinda Ariska, Muhammad Azzril, Nelysa Putri, Kafa Rizki Abadan, Rachel Alindra, Muhammad Rifky Aditya Ramadhan, Olah: Muhammad Bagus, Reza Febian, Muhamat Rafif, Syakira Li'an Umihi Prabandari, Aisha Wafa, Nazrin, Eka Noorlita Indah M, Ashifa Aulia R

Penyunting : Nurul Khoiriyah, Yusup Khoiri & Hafid Dotuz Zakia

Desain Sampul dan Layout : Yusup Khoiri (sampul diolah dengan AI dan Canva)

Diterbitkan oleh:
Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kabupaten Banyuwangi
Jalan Jaksa Agung Suprapto No. 43, Penganjuran,
Kec. Banyuwangi, Kab. Banyuwangi, Prov. Jawa Timur
68416

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga buku *Cerita di Sekolah Hijau* kumpulan karya siswa-siswi MTsN 8 Banyuwangi dapat hadir dan menjadi bagian dari perjalanan literasi generasi muda Banyuwangi.

Atas nama Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kabupaten Banyuwangi, saya menyampaikan apresiasi dan penghargaan setinggi-tingginya kepada seluruh siswa, guru pembimbing, serta keluarga besar MTsN 8 Banyuwangi yang telah berhasil mewujudkan buku ini. Terbitnya sebuah buku merupakan bukti nyata bahwa budaya literasi tidak hanya berhenti pada kegiatan membaca, tetapi juga berkembang menjadi kemampuan berpikir, berimajinasi, berkarya, dan berbagi inspirasi melalui tulisan.

Di tengah derasnya arus informasi dan perkembangan teknologi digital, kemampuan menulis menjadi salah satu keterampilan penting yang harus dimiliki oleh generasi muda. Menulis bukan sekadar merangkai kata, melainkan sarana untuk menuangkan gagasan, merekam pengalaman, menyampaikan nilai-nilai kebaikan, serta membangun peradaban. Setiap tulisan yang lahir dari tangan para siswa adalah jejak pemikiran yang kelak dapat menginspirasi banyak orang.

Buku *Cerita di Sekolah Hijau* menjadi bukti bahwa siswa Banyuwangi memiliki potensi, kreativitas, dan keberanian untuk menyampaikan cerita dari lingkungan terdekatnya. Kisah-kisah yang tertuang dalam buku ini tidak hanya menggambarkan kehidupan sekolah, tetapi

juga mengajarkan kepedulian terhadap lingkungan, semangat belajar, persahabatan, serta berbagai nilai karakter yang sangat penting bagi pembentukan generasi masa depan.

Saya berharap kehadiran buku ini dapat menjadi motivasi bagi para pelajar lainnya untuk semakin gemar membaca dan berani menulis. Jangan pernah merasa bahwa usia muda menjadi penghalang untuk berkarya. Justru dari bangku sekolah lahir para penulis, pemimpin, ilmuwan, dan tokoh-tokoh besar yang memulai langkahnya dari sebuah tulisan sederhana.

Mari kita jadikan literasi sebagai gerakan bersama. Membaca membuka jendela dunia, sedangkan menulis adalah cara kita meninggalkan jejak kebaikan untuk dunia. Semoga buku ini menjadi awal dari lahirnya karya-karya hebat berikutnya dari generasi muda Banyuwangi yang cerdas, kreatif, berkarakter, dan berdaya saing.

Selamat atas terbitnya *Cerita di Sekolah Hijau*. Teruslah membaca, teruslah menulis, dan teruslah berkarya.

Salam Literasi…

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Kepala Dinas Perpustakaan dan
Kearsipan Kabupaten Banyuwangi

Dr. ALFIAN, S.Pd., M.Pd.

KATA PENGANTAR

KEPALA KANTOR KEMENTERIAN KEMENAG BANYUWANGI
DR. H. CHAIRONI HIDAYAT, S.Ag., M.M.

Segala Puji syukur dan sanjungan hanya milik Allah, Sang Maha Pemberi dan Maha Segala. Sholawat dan Salam semoga selalu terlimpah keharibaab Nabi Agung Muhammad.

Membaca buku ini, terbersit rasa bangga dan bahagia melihat perkembangan kualitas literasi di lingkup Kemenag Banyuwangi. Sungguh suatu karya yang patut diapresiasi dan didukung penuh.

Bagaimana tidak, di sela-sela padatnya kegiatan sehari-hari yang merupakan kewajiban pokok, masih tersisa waktu dan semangat untuk menulis, menuangkan buah fikiran dalam kata demi kata, kalimat demi kalimat, hingga terciptalah karya yang luar biasa ini.

Saya ingat, ada kalimat bijak berbunyi : Jika ingin melihat tingkat peradaban suatu bangsa, maka lihatlah bagaimana literasinya. Arti dari kalimat bijak ini sangat jelas, yakni bahwa ketinggian peradaban suatu bangsa sangat ditentukan oleh tingkat literasi pada masyarakat bangsa tersebut. Semakin tinggi tingkat literasinya, maka semakin tinggi pula peradabannya, dan semakin berpotensi bangsa tersebut untuk menjadi bangsa yang maju dan makmur.

Disisi lain, konsep Islam tentang literasi juga sangat jelas. Bahkan ayat pertama yang turun kepada Rasulullah diawali dengan kata IQRO', yaitu merupakan simbol betapa Islam sangat mengedepankan literasi dalam kehidupan umatnya. Allah SWT Maha Mengetahui bahwa literasi adalah salah satu penentu kualitas kehidupan manusia.

Karena itu, tidak berlebihan kiranya jika saya selaku Kepala Kantor Kemenag Kabupaten Banyuwangi betul-betul berterimakasih dan memberikan apresiasi yang tinggi terhadap penerbitan buku ini. Dan saya sangat berharap kepada semua pihak untuk mendukung inisiasi semacam ini untuk menumbuhkan semangat literasi di keluarga besar Kemenag Banyuwangi.

Dalam kesempatan ini, saya juga menghaturkan terimaksaih dan apresiasi kepada segenap anggota Komunitas Lentera Sastra yang selalu berperan aktif dalam menyemangati dan membimbing teman-teman untuk berliterasi.

Semoga menjadi ibadah dan bernilai pahala. Kita sangat sadar bahwa tidak ada karya manusia yang sempurna, karena itu segala bentuk kekurangan yang terdapat dalam penulisan buku ini bukanlah sesuatu yang negatif, akan tetapi justru menjadi pemicu semangat untuk terus berkarya dengan kualitas yang semakin lama semakin baik.

Semoga buku ini mempunyai nilai manfaat yang besar untuk seluruh lapisan masyarakat, khususnya untuk para pembaca. Aamiin ...

Salam Literasi .... !!!

KATA PENGANTAR

KEPALA MTsN 8 BANYUWANGI
Drs. ANWARUDDIN, M.Pd.I.

Assalamu'alaikum Warohmatullohi Wabarokatuh

Salam takdzim, semoga Rahmat dan Taufiq Allah SWT senantiasa tercurahkan kepada kita semua. Sholawat beriring salam semoga selalu terhaturkan kepada Nabi Muhammad Shallahu'alaihi Wasalam, semoga kita semua bisa meneladani sifat beliau serta berakhlaqul kharimah. Aamiin ....

InsyaAllah dalam hal ini akan terwujud dengan adanya kerjasama yang baik dari semua pihak. Baik dari wali murid, guru pembimbing dan Siswa-siswi MTs N 8 Banyuwangi demi meningkatkan pelayanan terbaik untuk kemajuan madrasah dan memaksimalkan potensi siswa-siswi.

Kumpulan karya tulis siswa-siswi MTsN 8 Banyuwangi yang terangkum dalam judul cerpen "CERITA DI SEKOLAH HIJAU" menjadi salah satu bukti kesungguhan dan keterampilan mereka dalam bidang tulis menulis, semoga menjadi awal dan kegiatan berkelanjutan bagi mereka. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan Rahmat-Nya dan memudahkan segala urusan kita. Aamiin Yaa Robbal 'Alamin ....

Wassalamu'alikum Warohmatullohi Wabarokatuh

PRAKATA

Assalamualaikum wr wb.

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan selirik makna ini dengan baik.

Penyusunan cerita di sekolah hijau ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu tugas mata pelajaran bahasa Indonesia.

Dalam proses penyusunan, penulis banyak mendapat bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada ibu Nurul Khoiriyah selaku pembimbing yang telah memberikan arahan. Serta, kepada teman-teman kelas 9A atas kelancaran dan kemudahan pengerjaan cerita di sekolah hijau ini.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang.

Akhir kata, penulis berharap semoga karya ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan memberikan tambahan wawasan sesuai dengan topik yang dibahas.

Rabu, 15 Oktober 2025

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR iii
KATA PENGANTAR KEPALA KANTOR KEMENTERIAN KEMENAG BANYUWANGI v
KATA PENGANTAR KEPALA MTsN 8 BANYUWANGI vii
PRAKATA viii
DAFTAR ISI ix

1. KEBIASAAN SEHAT UNTUK MENINGKATKAN IMUNITAS PELAJAR 1
   Oleh: Maghfira Dini Lailiyah 1
2. PERUBAHAN MTsN 8 BANYUWANGI DARI LIMA HARI KERJA MENJADI ENAM HARI KERJA 3
   Oleh: Elysa Qod'runnada S.P 3
3. PERLOMBAAN DI MTsN 8 BANYUWANGI 5
   Oleh: Mohammad Daniel Saputra 5
4. MENJADI PELAJAR DI ERA MODERN 7
   Oleh: Felly Letissia Putri 7
5. PENGARUH MAKANAN BERMINYAK BAGI KESEHATAN 9
   Oleh: Nayyara Echa Ramadhani 9
6. SISWA SISWI DI BAWAH UMUR YANG MELANGGAR PERATURAN LALU LINTAS 10
   Oleh: Mikayla Keish 10
7. PR SETIAP HARI: LATIHAN DISIPLIN ATAU PENYEBAB BURNOUT PELAJAR? 13
   Oleh: Mafrizka Alexandra Putri Tristanto 13
8. POLA PIKIR MASYARAKAT INDONESIA KETIKA BERMEDIA SOSIAL 16
   Oleh: Litria Nesya Ayu 16
9. MASALAH INFORMASI SAAT PULANG SEKOLAH 19
   Oleh: Kanva Devi Khalila 19

10. PLASTIK YANG BERDAMPAK BESAR 20
Oleh: Allicia Dhea 20
11. PENTINGNYA DISIPLIN BAGI REMAJA 22
Oleh: Muhammad Praditya 22
12. KREATIVITAS TANPA BATAS 23
Oleh: Izza Masruroh 23
13. PENTINGNYA MENJAGA LINGKUNGAN SEKOLAH YANG BERSIH 24
Oleh: Risma Maudya 24
14. MENGASAH SKILL GENERASI EMAS 26
Oleh: Annisa 26
15. MADRASAH HIJAU: TEMPAT DI MANA SETIAP DAUN MENYIMPAN CERITA 29
Oleh: Retno AR 29
16. KEBIASAAN SISWA MEMBUANG SAMPAH SEMBARANGAN 31
Oleh: Kadinda Ariska 31
17. HARAPAN DI BALIK MBG DAN ANCAMAN KERACUNAN 33
Oleh: Muhammad Azzril 33
18. DAMPAK MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) BAGI UMKM SEKITAR 35
Oleh: Nelysa Putri 35
19. MENGUATKAN PROFIL PELAJAR PANCASILA MELALUI P5 37
Oleh: Kafa Rizki Abadan 37
20. PENTINGNYA KETERTIBAN DI LINGKUNGAN SEKOLAH 39
Oleh: Rachel Alindra 39
21. PENTINGNYA METODE BELAJAR 41
Oleh: Muhammad Rifky Aditya Ramadhan 41
22. PENGALAMAN PERTAMA MENGIKUTI LOMBA KEBERSIHAN DI KELAS 43
Olah: Muhammad Bagus 43
23. PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS 45
Oleh: Reza Febian 45
24. DAMPAK POSITIF MENJAGA LINGKUNGAN SEKOLAH 47
Oleh: Muhamat Rafif 47

25. MENGELOLA LIMBAH DI ERA MODERN: DARI TUMPUKAN MASALAH MENUJU EKONOMI SIRKULAR.....49
Oleh: Syakira Li'an Umihi Prabandari.....49
26. MENJADI SISWA-SISWI YANG BERMORAL.....52
Oleh: Aisha Wafa.....52
27. PENTINGNYA MENU MAKAN BERGIZI BAGI REMAJA 54
Oleh: Nazrin 54
28. PENTINGKAH MENJAGA POLA HIDUP SEHAT BAGI PELAJAR? ...55
Oleh: Eka Noorlita Indah M.....55
29. PENTINGNYA PENDIDIKAN DALAM KEHIDUPAN 56
Oleh: Ashifa Aulia R.....56

BANYUWANGI
SATYA BHAKTI PRAJA MUKTI

KEBIASAAN SEHAT UNTUK MENINGKATKAN IMUNITAS PELAJAR

Oleh: Maghfira Dini Lailiyah

Daya tahan tubuh adalah kemampuan tubuh dalam melawan berbagai kuman penyebab penyakit sehingga tubuh tetap sehat dan mampu beraktivitas dengan baik. Bagi seorang pelajar, daya tahan tubuh yang kuat sangat dibutuhkan untuk mendukung rutinitas belajar yang padat, seperti mengikuti pelajaran, mengerjakan tugas, dan berkegiatan di sekolah. Jika imunitas lemah, pelajar akan mudah terkena penyakit, yang akhirnya dapat menyebabkan ketidakhadiran di sekolah dan penurunan prestasi belajar. Oleh karena itu, pelajar harus menerapkan kebiasaan hidup sehat untuk menjaga serta meningkatkan daya tahan tubuh agar dapat mengikuti proses pembelajaran dengan optimal setiap hari.

Ada beberapa kebiasaan sehat yang dapat dilakukan pelajar untuk meningkatkan imunitas. Pertama, mengonsumsi makanan bergizi seimbang seperti sayur, buah, protein, dan air putih yang cukup. Nutrisi yang baik akan membantu tubuh memperbaiki sel serta melawan berbagai macam penyakit. Kedua, rutin berolahraga, misalnya berlari, bersepeda, senam, atau mengikuti kegiatan olahraga di sekolah. Olahraga dapat menjaga kebugaran fisik dan memperkuat sistem kekebalan tubuh.

Selain itu, pelajar perlu memiliki waktu istirahat yang cukup, yaitu tidur minimal 8 jam per malam. Istirahat yang cukup membantu tubuh memulihkan energi setelah beraktivitas seharian. Menjaga kebersihan diri dan lingkungan juga penting dilakukan, seperti mencuci tangan sebelum makan dan menjaga kebersihan ruang

kelas. Tidak kalah penting, pelajar harus mampu mengelola stres dengan baik karena stres yang berlebihan dapat menurunkan daya tahan tubuh.

Dapat disimpulkan bahwa kebiasaan sehat memiliki peranan yang sangat penting dalam meningkatkan imunitas pelajar. Dengan tubuh yang sehat, pelajar dapat belajar lebih fokus, aktif mengikuti kegiatan di sekolah, serta meraih prestasi yang terbaik. Oleh karena itu, marilah kita membiasakan pola hidup sehat sejak saat ini demi masa depan yang cerah dan lebih baik.

PERUBAHAN MTsN 8 BANYUWANGI DARI LIMA HARI KERJA MENJADI ENAM HARI KERJA

Oleh: Elysa Qod'runnada S.P

Keputusan MTsN 8 Banyuwangi untuk beralih dari sistem lima hari kerja menuju enam hari kerja bukan sekadar penyesuaian jadwal, tetapi sebuah perubahan struktural yang memengaruhi ritme sekolah secara menyeluruh. Pergeseran ini membawa konsekuensi pada manajemen waktu, pola pembelajaran, serta keseimbangan antara aktivitas sekolah dan kehidupan pribadi para siswa maupun tenaga pendidik.

Motivasi utama perubahan ini kemungkinan besar berkaitan dengan kebutuhan memperluas ruang bagi kegiatan pembelajaran dan non-akademik. Dalam konteks ini, penambahan satu hari kerja digunakan untuk memperkuat muatan keagamaan, kegiatan ekstrakurikuler, dan program pengembangan karakter. Secara teori, ritme enam hari memberi peluang agar aktivitas-aktivitas ini tidak menumpuk di hari tertentu dan bisa dijalankan dengan lebih terstruktur.

Namun, efektivitas perubahan ini sangat bergantung pada bagaimana jadwal baru tersebut dirancang. Jika hari Sabtu hanya menjadi tempat penumpukan kegiatan tambahan tanpa penyederhanaan di hari-hari sebelumnya, hasilnya justru kontraproduktif. Siswa bisa mengalami kelelahan yang mengurangi fokus belajar, sementara guru menghadapi tekanan kerja yang meningkat. Perubahan jadwal harus diikuti dengan penyesuaian beban, metode belajar yang lebih adaptif, serta pengaturan ritme yang realistis.

Selain aspek akademik, ada juga dampak sosial dan psikologis yang perlu dipertimbangkan. Sistem lima hari selama ini memberi ruang dua hari istirahat yang cukup penting, terutama bagi siswa yang membutuhkan waktu untuk keluarga, komunitas, atau sekadar memulihkan energi. Dengan jadwal enam hari, ruang pemulihan itu menyempit. Jika tidak dibarengi dengan strategi menjaga keseimbangan, perubahan ini berpotensi mengurangi motivasi dan kenyamanan.

Meski begitu, transisi ini bisa berjalan positif jika perencanaannya matang. Hari Sabtu dapat difungsikan bukan sebagai kelanjutan dari intensitas belajar hari-hari sebelumnya, tetapi sebagai ruang yang lebih ringan diisi dengan kegiatan penguatan karakter, praktik, pembinaan minat bakat, atau aktivitas kolaboratif yang tidak terlalu membebani. Dengan pendekatan seperti ini, hari Sabtu justru menjadi hari produktif yang tidak menguras energi.

Perubahan jadwal di MTsN 8 Banyuwangi dari lima hari menjadi enam hari kerja membawa konsekuensi yang tidak sederhana. Ada peluang untuk memperluas kegiatan pembelajaran dan pembinaan, tetapi juga muncul tantangan berupa peningkatan beban dan berkurangnya waktu istirahat bagi siswa dan guru. Agar kebijakan ini benar-benar memberi manfaat, penataan kegiatan perlu dilakukan secara proporsional, mulai dari pengaturan ulang beban belajar hingga menjadikan hari Sabtu sebagai ruang aktivitas yang lebih ringan dan terarah. Dengan perencanaan yang sudah matang, perubahan ini dapat berjalan seimbang dan tetap menjaga kenyamanan seluruh warga madrasah.

PERLOMBAAN DI MTsN 8 BANYUWANGI

Oleh: Mohammad Daniel Saputra

Pada hari itu sekitar bulan Februari 2025 terselenggara lomba penyisihan tingkat kecamatan Genteng, Gambiran, Sempu dan sebagainya. Banyak kecamatan yang mengirimkan siswa terbaik mereka untuk mengikuti penyisihan ini. Semangat para siswa yang terpancar dari ekspresi yang senang dan bersemangat membuat suasana menjadi ceria.

Pada pukul 08.00 WIB, kepala sekolah MTsN 8 Banyuwangi dan beberapa kepala sekolah dari madrasah Tsanawiyah lainya membuka acara tersebut, dengan dibukanya perlombaan ini bertujuan untuk mencari kandidat yang paling berbakat dari yang paling berbakat untuk berlomba kembali di jenjang penyisihan kabupaten Banyuwangi. Setelah penyisihan di kabupaten para kandidat yang lolos akan dikirim untuk mewakili kabupaten di jenjang provinsi yang terselenggara di kabupaten Jember.

Perlombaan ini memiliki banyak cabang contohnya kaligrafi, baca puisi, voli, lari, dan lain-lain. Banyak sekali cabang lomba yang tersedia, MTsN 8 Banyuwangi mengirimkan 39 kandidat yang lolos ke babak kabupaten Banyuwangi tergabung dalam tim atau individu, perlombaan tingkat kabupaten yang terselenggara di MAN 3 Banyuwangi yang sangat indah. Suasana perlombaan yang ramai dan menyenangkan membuat para kandidat perlombaan menjadi bersemangat.

Dengan suasana yang meraih mengisi seisi lingkungan perlombaan, Dengan baju yang menyala melambangkan semangat para atlet

yang menunggu hasil keputusan juara, Perpaduan antara warna orange kunung dan pink membuat baju yang dipakai sangatlah indah, Hasil keputusan yang sangat adil membuat para peserta lomba sangatlah puas, MTsN 8 Banyuwangi membawa atlet yang mewakili Banyuwangi untuk mengikuti perlombaan di Jember, Semangat yang terpancar dari wajah wajah peserta yang siap merebutkan juara porseni 2025 .

MENJADI PELAJAR DI ERA MODERN

Oleh: Felly Letissia Putri

Pelajar merupakan generasi yang memegang peranan penting dalam menentukan arah masa depan suatu bangsa. Di era modern seperti sekarang, peran pelajar tidak hanya sebatas datang ke sekolah dan mengerjakan tugas, tetapi juga menjadi individu yang mampu berpikir kritis, kreatif, dan bertanggung jawab dalam menghadapi berbagai tantangan zaman.

Perkembangan teknologi yang begitu pesat membawa banyak kemudahan namun juga tantangan. Pelajar dituntut untuk mampu memanfaatkan teknologi sebagai alat belajar yang bermanfaat, bukan sekadar hiburan. Internet memberikan akses tak terbatas pada informasi, sehingga pelajar harus bisa memilah mana informasi yang benar dan mana yang menyesatkan. Kemampuan literasi digital menjadi salah satu keterampilan penting yang harus dimiliki.

Selain itu, pelajar juga harus mampu membangun karakter yang kuat. Sikap disiplin, jujur, saling menghargai, serta memiliki rasa ingin tahu yang tinggi adalah nilai-nilai yang akan membentuk pribadi berkualitas. Dalam lingkungan sekolah maupun luar sekolah, pelajar perlu belajar bekerja sama, berkomunikasi, dan menghargai keberagaman. Hal ini penting karena dunia saat ini menuntut kemampuan sosial yang baik agar mampu hidup berdampingan dalam masyarakat yang beragam.

Tidak kalah penting, pelajar harus memiliki motivasi dan tujuan yang jelas. Belajar bukan hanya untuk mendapatkan nilai tinggi, tetapi

juga untuk mengembangkan potensi diri. Setiap pelajar memiliki bakat dan minat yang unik, sehingga penting untuk terus mengeksplorasi diri dan menemukan bidang yang benar-benar ingin ditekuni.

Pada akhirnya, menjadi pelajar di era modern adalah sebuah kesempatan sekaligus tanggung jawab. Dengan memanfaatkan teknologi secara bijak, membangun karakter yang kuat, serta memiliki semangat belajar yang tinggi, pelajar masa kini dapat menjadi generasi yang siap bersaing dan berkontribusi bagi kemajuan bangsa.

PENGARUH MAKANAN BERMINYAK BAGI KESEHATAN

Oleh: Nayyara Echa Ramadhani

Makanan berminyak adalah makanan yang mengandung lemak dan minyak yang tinggi. Makanan berminyak telah menjadi bagian kehidupan sehari-hari banyak orang, makanan berminyak salah satu makanan yang digemari oleh banyak kalangan. Makanan berminyak yang terlalu sering membawa kosenkuensi bagi kesehatan kita. Makanan berminyak mengandung kadar yang tinggi terutama lemak. Ketika banyak dikonsumsi dengan berlebihan, lemak meningkatkan kolesterol. Selain itu, proses penggorengan yang menggunakan minyak terus menerus sangat berbahaya bagi kondisi kesehatan kita.

Namun, tidak semua makanan yang berminyak buruk bagi kesehatan manusia. Makanan yang mengandung lemak tak jenuh, seperti ikan dapat menurunkan kadar kolesterol. Untuk mengurangi pengaruh negatif makanan berminyak. Kita harus mengurangi makanan yang mengandung minyak dan menggantikan seperti sayur-sayuran, buah-buahan, protein dan olahraga dengan teratur.

Dari beberapa penjelasan di atas, jelas bahwa makanan mengandung minyak memang memiliki rasa menggoda, tetapi sangat buruk untuk kesehatan. Oleh karna itu, penting sekali untuk kita menjaga asupan makanan kita lebih memilih-milih makanan dalan sehari-hari, dengan kita menjaga pola makan kita.

SISWA SISWI DI BAWAH UMUR YANG MELANGGAR PERATURAN LALU LINTAS

Oleh: Mikayla Keish

Peraturan lalu lintas adalah aturan yang ditetapkan oleh pemerintah untuk mengatur dan mengawasi lalu lintas di jalan raya untuk menciptakan ketertiban dan keselamatan bersama. Dalam hal ini banyak sekali siswa ataupun siswi yang masih dibawah umur tetapi sudah membawa motor sendiri saat bersekolah. Mungkin dikarenakan orang tuanya tidak bisa mengantarnya ke sekolah ataupun mereka sendiri yang menginginkan membawa sepeda sendiri. Akan tetapi, dengan mereka membawa motor sendiri mereka harus mengetahui tentang peraturan lalu lintas di jalan raya dan mereka harus menaati hal tersebut dan tidak melanggarnya. Dengan mentaati peraturan lalu lintas mereka akan selamat dari kejadian-kejadian yang tidak diinginkan. Beberapa hal atau peraturan lalu lintas yang harus mereka taati adalah sebagai berikut.

1. Memiliki dan membawa Surat Izin Mengemudi (SIM)

Setiap pengemudi harus mempunyai SIM. Kepemilikan SIM merupakan landasan penting untuk menciptakan sistem transportasi jalan raya yang aman dan teratur yang berfungsi untuk memastikan bahwa setiap pengemudi telah memenuhi standar kompetensi dan tanggung jawab yang diperlukan. Jika seseorang belum memiliki SIM maka orang tersebut belum boleh untuk menaiki kendaraan di jalan raya.

2. Kondisi Pengemudi

Kondisi pengemudi sangatlah penting untuk keselamatannya saat berkendara. Pengemudi harus dipastikan dalam keadaan sehat dan sadar, tidak sedang mabuk, sakit, ataupun memiliki gangguan jiwa. Dengan kondisi pengemudi yang baik maka akan terjalinlah jalan yang damai tanpa ada kemacetan akibat hal yang tidak diinginkan. Sedangkan jika pengemudi dalam keadaan sedang sakit ataupun mabuk maka pengemudi tersebut bukan hanya menyelakai dirinya tetapi orang lain yang sedang berkendara juga akan kena akibat fatalnya.

3. Mematuhi Rambu Lalu Lintas

Rambu lalu lintas harus dipatuhi agar tidak terjadi kemacetan antara arah satu dengan arah lainnya. Rambu lalu lintas juga sangat penting bagi pengendara, karena dengan adanya rambu lalu lintas tersebut pengendara akan menciptakan sikap disiplin dan tidak akan terjadi kerecohan dengan orang lain. Selain itu, saat berkendara juga harus menggunakan kecepatan yang sedang atau tidak menggunakan kecepatan yang tinggi agar meminimalisir terjadinya kecelakaan yang ada.

4. Menggunakan Helm saat Berkendara

Penggunaan helm sangat penting terutama bagi yang melewati jalan raya ataupun ingin bepergian jauh menggunakan sepeda motor. Penggunaan helm adalah untuk menghindari benturan keras dari aspal atau benda lainnya saat terjadi kecelakaan. Terutama bagi siswa-siswi yang akan berangkat sekolah wajib sekali untuk menggunakan helm saat berkendara.

5. Tidak Melawan Arus

Pelanggaran melawan arus merupakan masalah serius yang mengancam keselamatan dan ketertiban, serta mencerminkan rendahnya kesadaran hukum sebagian masyarakat. Melawan arus sangatlah salah apalagi jika kita melawan arus dan juga tidak menyalakan lampu isyarat saat ingin berbelok. Hal tersebut sangat mengancam keselamatan/nyawa pengendara dan juga orang lain.

Dengan demikian, para pengendara khususnya bagi siswa-siswi yang masih belum memiliki SIM harus mentaati peraturan lalu lintas agar tidak terjadi hal apapun yang tidak diinginkan dan juga untuk menjaga ketertiban dan solidaritas masyarakat di jalan raya. Peraturan lalu lintas bukanlah hal sepele yang harus dihiraukan. Peraturan ini dirancang untuk melindungi nyawa para pengendara yang ada. Mulai dari kecelakaan, penilangan, dan lain-lain. Jadi, harap patuhi peraturan lalu lintas ya.

PR SETIAP HARI: LATIHAN DISIPLIN ATAU PENYEBAB *BURNOUT* PELAJAR?

Oleh: Mafrizka Alexandra Putri Tristanto

PR (Pekerjaan Rumah) adalah tugas yang diberikan guru kepada siswa untuk dikerjakan di luar jam sekolah. PR biasanya bertujuan untuk membantu siswa mengulang pelajaran, melatih kemampuan, dan membentuk kebiasaan belajar yang disiplin. Namun, jika PR diberikan setiap hari tanpa melihat beban siswa, PR bisa menjadi sumber tekanan yang membuat siswa kelelahan, jenuh, dan kehilangan semangat belajar. Ini bisa mengakibatkan kondisi kelelahan yang berlebihan karena tugas inilah yang disebut *burnout* pelajar.

Dengan kata lain, PR yang awalnya dimaksudkan untuk melatih disiplin justru bisa menimbulkan masalah baru apabila diberikan terlalu banyak atau terlalu sering. Maka dari itu, PR setiap hari tidak selalu membuat siswa menjadi lebih disiplin, tetapi bisa menyebabkan siswa menjadi stress. Memang benar bahwa PR bisa membantu kita mengingat pelajaran dan melatih tanggung jawab. Namun, ketika PR diberikan terus-menerus setiap hari, justru banyak siswa yang merasa capek, tertekan, dan akhirnya tidak semangat belajar lagi. Hal ini bisa menyebabkan *burnout*, yaitu kondisi ketika seseorang sangat lelah secara fisik dan mental.

Sebagai pelajar, saya merasa bahwa waktu kita di sekolah saja sudah cukup padat, apalagi jika ada tambahan jam. Karena, setelah pulang, kita masih butuh waktu untuk istirahat, makan, membantu orang tua, serta kegiatan kita di luar sekolah. Contohnya mengaji, dan les. Jika setiap hari masih harus mengerjakan PR, waktu kita

menjadi sangat sedikit dan dampaknya kita akan sering stres, bahkan malas untuk mengerjakan hal sepele. Akhirnya, PR bukan lagi membantu kita paham pelajaran, tetapi hanya menjadi kewajiban yang harus dilakukan supaya tidak dimarahi guru.

Karena itu, menurut saya pemberian PR harus disesuaikan dengan kebutuhan, bukan diberikan setiap hari tanpa pertimbangan. Lebih baik guru memberikan PR yang penting dan benar-benar bermanfaat, bukan yang hanya menambah beban. Dengan cara itu, siswa tetap bisa disiplin tanpa merasa kelelahan atau kehilangan semangat belajar.

Ada beberapa solusi agar PR tidak membuat siswa *burnout* tetapi tetap membantu proses belajar. Pertama, guru sebaiknya memberikan PR secukupnya dan hanya untuk materi yang memang perlu dilatih. PR tidak harus setiap hari, tetapi bisa diberikan pada saat benar-benar dibutuhkan supaya siswa tidak kewalahan. Dan pengumpulan untuk PR yang membutuhkan kerja sama kelompok, mungkin bisa di berikan *deadline* sampai 2 minggu. Karena ada beberapa anak yang sudah untuk bersosialisasi dengan teman sekitarnya meskipun sudah sering berada di kelas, yang pada akhirnya, tugas itu tidak dikerjakan secara baik.

Kedua, guru bisa bekerja sama antar-mata pelajaran agar tidak memberikan PR dalam jumlah besar pada hari yang sama. Dengan begitu, beban siswa lebih seimbang dan waktu istirahat mereka tetap ada. Mungkin para guru bisa memberikan batasan saat membuat PR. Contohnya: 2 kali seminggu dengan *deadline* yang tidak mepet, agar siswa bisa mengerjakan dengan lebih baik, karena bisa saja saat diberi PR, siswa tersebut juga mempunyai PR dari pelajaran lain.

Ketiga, siswa juga perlu mengatur waktu dengan baik. Jika ada PR, sebaiknya langsung dikerjakan ketika masih ingat materinya, bukan ditunda-tunda. Ini membantu PR terasa lebih ringan. Jika tidak, akan membuat mereka ter buru-buru saat mengerjakan, dan membuat mereka tidak mengerti apa topik yang di bahas di dalam PR tersebut.

Terakhir, sekolah bisa membuat kebijakan yang memperhatikan kesehatan mental siswa, karena ada beberapa siswa yang kesehatan mentalnya kurang baik. Bisa disebabkan oleh Trauma, Pergaulan Toxic, bahkan PR itu sendiri. Jadi, siswa harus lebih diperhatikan kesehatan mentalnya juga, agar tidak terjadi hal yang tidak diinginkan, seperti Bunuh Diri, menjadi Gila karena PR yang diberikan itu.

POLA PIKIR MASYARAKAT INDONESIA KETIKA BERMEDIA SOSIAL

Oleh: Litria Nesya Ayu

Media sosial telah menjadi ruang publik baru bagi masyarakat Indonesia, tempat berbagai gagasan, emosi, dan identitas ditampilkan secara bebas. Di satu sisi, platform ini membuka peluang luas untuk berekspresi, berinteraksi, dan memperoleh informasi. Namun di sisi lain, cara masyarakat memanfaatkannya menunjukkan pola pikir yang masih perlu dikritisi. Pola pikir inilah yang menentukan apakah media sosial menjadi sarana pembangunan atau justru sumber perpecahan.

Pertama, masyarakat Indonesia cenderung memiliki pola pikir instan dalam menerima informasi. Budaya membaca yang belum mengakar kuat membuat sebagian besar masyarakat lebih suka konten pendek, visual, atau judul sensasional tanpa memeriksa kebenarannya secara mendalam. Kebiasaan ini memicu penyebaran hoaks, ujaran kebencian, dan berita palsu yang seringkali menimbulkan kepanikan atau kesalahpahaman. Informasi diterima bukan berdasarkan validitas, tetapi seberapa menarik dan cepat konten tersebut menyebar.

Kedua, terdapat kecenderungan emosional dalam merespon isu-isu sosial. Masyarakat sering bereaksi berdasarkan perasaan, bukan analisis. Ketika ada peristiwa yang viral, komentar-komentar muncul cepat, tetapi tidak jarang bernada negatif, saling menyalahkan, atau memojokkan kelompok tertentu. Pola pikir ini memperlihatkan bahwa media sosial sering dijadikan pelampiasan emosi, bukan ruang dialog yang sehat.

Ketiga, masyarakat Indonesia ketika melihat informasi pelestarian tradisi budaya, mereka sering kali membandingkan dengan yang lainnya. Juga, tak jarang mereka merendahkan dengan komentar negatif tanpa perasaan menghargai. Contohnya, saat mereka melihat konten dengan tujuan untuk melestarikan suatu tarian lokal daerah, mereka masih saja membandingkan dengan tarian lokal daerah yang lainnya tanpa ingin mempelajarinya. Perilaku inilah yang menjadikan masyarakat Indonesia masih belum bisa dikatakan menghargai budaya seutuhnya.

Selain itu, muncul pula pola pikir keterikatan pada kelompok. Banyak masyarakat cenderung mengikuti arus opini kelompok atau komunitas yang mereka merasa cocok dengannya, seperti kelompok agama, politik, atau fandom tertentu. Fenomena "echo chamber" terjadi ketika seseorang hanya terpapar pada pendapat yang sejalan dengan pandangannya, sehingga menutup kemungkinan untuk memahami perspektif lain. Hal ini mudah memicu polarisasi dan konflik di dunia maya.

Namun demikian, tidak semua pola pikir yang berkembang bersifat negatif. Ada semakin banyak kelompok masyarakat yang mulai menerapkan pola pikir kritis dan literasi digital. Mereka menggunakan media sosial sebagai sarana edukasi, berbagi informasi bermanfaat, membangun bisnis, serta menyebarkan pesan positif. Munculnya konten kreator edukatif, gerakan sosial digital, hingga kampanye damai menunjukkan bahwa media sosial juga dapat menjadi ruang produktif ketika digunakan dengan kesadaran berpikir yang sehat.

Pada akhirnya, pola pikir masyarakat Indonesia ketika bermedia sosial merupakan cerminan dari dinamika sosial yang sebenarnya. Media sosial hanyalah alat, manusialah yang menentukan arah

penggunaannya. Oleh karena itu, dibutuhkan penumbuhan literasi digital, kemampuan berpikir kritis, dan kesadaran etika dalam berkomunikasi. Dengan pola pikir yang lebih matang dan bertanggung jawab, media sosial dapat menjadi ruang yang tidak hanya menghibur, tetapi juga mencerahkan dan memperkuat persatuan bangsa.

MASALAH INFORMASI SAAT PULANG SEKOLAH

Oleh: Kanva Devi Khalila

Di sekolahku, sering terjadi masalah tentang kesalahpahaman waktu pulang sekolah. Banyak siswa yang pulang lebih awal padahal jam pelajaran masih berlangsung. Hal ini menjadi perhatian karena menyebabkan kegiatan belajar tidak berjalan dengan semestinya dan kedisiplinan siswa pun menurun.

Penyebab utama dari masalah ini adalah adanya kesalahan dalam penyampaian informasi antara guru, siswa, dan wali murid. Kadang-kadang, guru memberi tahu bahwa siswa boleh pulang lebih cepat karena kegiatan tertentu, tetapi informasi itu tidak diteruskan dengan jelas kepada semua pihak. Akibatnya, ada siswa yang pulang sebelum waktunya karena mengira sekolah memang sudah selesai. Selain itu, ada pula wali murid yang datang lebih awal menjemput anaknya karena menerima informasi yang salah.

Dampak dari masalah informasi ini cukup besar bagi sekolah. Proses belajar mengajar menjadi terganggu, suasana kelas tidak kondusif, dan tanggung jawab siswa terhadap waktu belajar berkurang. Oleh sebab itu, penting bagi sekolah untuk memperbaiki sistem komunikasi, misalnya dengan memberikan pengumuman resmi melalui guru piket, papan informasi, atau grup pesan wali murid. Dengan begitu, semua pihak akan menerima informasi yang sama dan tidak ada lagi kesalahpahaman tentang waktu pulang sekolah.

Sebagai siswa, aku berharap agar guru dan pihak sekolah lebih teliti dalam menyampaikan informasi. Selain itu, siswa juga perlu belajar untuk tidak mudah percaya pada kabar yang belum jelas. Jika semua pihak bekerja sama, sekolah akan menjadi tempat yang lebih tertib, nyaman, dan penuh tanggung jawab.

PLASTIK YANG BERDAMPAK BESAR

Oleh: Allicia Dhea

Plastik telah menjadi salah satu benda yang paling sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Mulai dari kantong belanja, bungkus makanan, hingga botol minuman, hampir semuanya menggunakan plastik karena praktis dan murah. Namun di balik kemudahannya, plastik meninggalkan dampak besar yang tidak bisa kita abaikan. Salah satu dampak terbesar dari plastik adalah kemampuannya yang sangat sulit terurai. Sebuah plastik bisa bertahan selama ratusan tahun sebelum benar-benar hancur. Selama proses yang begitu lama itu, sampah plastik akan terus menumpuk di tanah, selokan, sungai, maupun laut. Tumpukan ini menimbulkan pencemaran yang merusak keindahan dan kesehatan lingkungan.

Selain mengotori lingkungan, plastik juga membahayakan kehidupan makhluk hidup. Banyak hewan yang tidak sengaja memakan plastik karena mengira itu makanan. Akibatnya, sistem pencernaan mereka dapat tersumbat dan menyebabkan kematian. Tidak hanya itu, plastik yang terpecah menjadi mikroplastik dapat masuk ke dalam rantai makanan dan berpotensi membahayakan kesehatan manusia. Masalah plastik semakin membesar karena kebiasaan manusia yang masih menggunakan plastik sekali pakai. Barang-barang seperti sedotan, bungkus makanan, dan kantong belanja sering digunakan hanya beberapa menit, tetapi meninggalkan dampak jangka panjang yang merugikan. Kurangnya kesadaran untuk mengurangi penggunaan plastik membuat permasalahan ini terus meningkat.

Untuk mengurangi dampak besar yang ditimbulkan plastik, langkah sederhana dapat dimulai dari diri sendiri. Kita bisa membawa botol minum sendiri, menggunakan tas belanja yang dapat dipakai ulang, serta memilih produk yang tidak memakai banyak kemasan plastik. Selain itu, membuang sampah pada tempatnya dan ikut serta dalam kegiatan kebersihan lingkungan dapat membantu mengurangi pencemaran. Plastik mungkin terlihat kecil dan sepele, tetapi dampak yang ditimbulkannya sangat besar bagi bumi. Jika kita mulai peduli dan melakukan perubahan kecil, lingkungan dapat menjadi lebih bersih, sehat, dan nyaman untuk generasi sekarang dan masa depan.

PENTINGNYA DISIPLIN BAGI REMAJA

Oleh: Muhammad Praditya

Disiplin adalah kebiasaan yang sangat berpengaruh dalam kehidupan remaja karena masa remaja merupakan waktu pembentukan karakter. Dengan memiliki disiplin, seorang remaja dapat mengatur waktunya dengan lebih baik, seperti membagi waktu untuk belajar, bermain, dan beristirahat. Kebiasaan ini membuat kehidupan mereka menjadi lebih teratur dan tidak mudah terbawa hal-hal yang kurang bermanfaat.

Selain itu, disiplin juga membantu remaja membangun rasa tanggung jawab. Ketika mereka terbiasa menyelesaikan tugas tepat waktu dan mematuhi aturan, mereka belajar menghargai komitmen serta memahami konsekuensi dari setiap tindakan. Sikap seperti ini penting ketika nantinya mereka menghadapi lingkungan yang lebih menuntut, seperti dunia kerja atau perguruan tinggi.

Disiplin juga dapat meningkatkan fokus dan motivasi. Remaja yang terbiasa hidup teratur biasanya lebih mudah mencapai tujuan karena mereka tahu apa yang harus diprioritaskan dan bagaimana menjaga konsistensi. Dengan begitu, prestasi baik di sekolah maupun di luar sekolah dapat meningkat. Secara keseluruhan, disiplin bukan hanya membuat hidup remaja lebih terarah, tetapi juga membentuk karakter kuat yang akan berguna hingga dewasa. Karena itu, membiasakan disiplin sejak remaja menjadi langkah penting untuk meraih masa depan yang lebih baik.

KREATIVITAS TANPA BATAS

Oleh: Izza Masruroh

Sejak masa SMP, saya suka mengumpulkan barang-barang bekas, banyak orang yang tidak mengetahui bahwa barang bekas bisa disulap menjadi banyak kegunaan, seperti botol bekas disulap menjadi tempat pensil, kardus disulap menjadi tempat tisue dan lain-lain. Setalah kita tahu dari kegunaan barang bekas kita bisa membuka lapangan kerja, bisa mengurangi sampah, dan menerapkan gaya hidup hemat dengan tidak membeli barang baru. Melalui kerajinan kita dapat melatih kesabaran, kreativitas, dan ketekunan, selain itu kerajinan juga dapat menjadi sarana untuk melestarikan budaya dan tradisi lokal.

Lebih jauh lagi, kegiatan mendaur ulang ini dapat menjadi sebuah gerakan sosial yang membangun kemandirian masyarakat. Dengan mengadakan pelatihan keterampilan bagi lingkungan sekitar, kita secara tidak langsung sedang membangun komunitas yang produktif. Ibu rumah tangga, pemuda yang belum memiliki pekerjaan, hingga anak-anak sekolah dapat diajak untuk berkolaborasi, sehingga kreativitas tidak hanya berhenti pada diri sendiri, melainkan menjadi solusi nyata bagi permasalahan ekonomi di tingkat lokal.

Akhirnya, semangat "Kreativitas Tanpa Batas" ini adalah bentuk nyata kontribusi kita dalam menjaga bumi demi generasi mendatang. Setiap satu benda yang kita olah kembali berarti satu sampah yang batal mencemari tanah atau laut. Dengan konsistensi dan inovasi yang tiada henti, kita membuktikan bahwa kepedulian terhadap lingkungan bisa berjalan beriringan dengan seni dan kesejahteraan, menciptakan harmoni antara kebutuhan manusia dan kelestarian alam.

PENTINGNYA MENJAGA LINGKUNGAN SEKOLAH YANG BERSIH

Oleh: Risma Maudya

Sekolah adalah rumah kedua bagi para siswa, tempat di mana mereka menghabiskan sebagian besar waktu untuk belajar, bermain, dan bersosialisasi. Oleh karena itu, memiliki lingkungan sekolah yang bersih, sehat, dan nyaman sangat penting. Lingkungan yang bersih tidak hanya sedap dipandang, tetapi juga secara langsung memengaruhi kesehatan fisik dan mental seluruh warga sekolah, serta efektivitas proses belajar mengajar.

Lingkungan sekolah yang bersih memberikan berbagai manfaat. Pertama, kebersihan mencegah penyebaran penyakit. Dengan menjaga sanitasi yang baik, risiko penyakit menular dapat diminimalkan, yang pada akhirnya akan mengurangi tingkat absensi siswa akibat sakit. Hal ini memberikan siswa lebih banyak waktu untuk fokus pada pelajaran mereka.

Kedua, lingkungan yang bersih dapat meningkatkan konsentrasi dan motivasi belajar siswa. Sebuah studi menunjukkan bahwa lingkungan belajar yang sehat dan rapi dapat mengurangi stres dan membantu siswa lebih fokus dalam menerima materi pelajaran. Ruang kelas yang terawat dengan baik, toilet yang bersih, dan area umum yang bebas sampah menciptakan suasana yang kondusif untuk pembelajaran yang efektif.

Ketiga, menjaga kebersihan adalah bagian dari pembentukan karakter dan tanggung jawab sosial. Ketika siswa diajarkan untuk membuang sampah pada tempatnya, membersihkan ruang kelas

secara rutin, dan berpartisipasi dalam kegiatan kerja bakti, mereka belajar tentang pentingnya tanggung jawab bersama. Kebiasaan baik ini akan terbawa hingga mereka dewasa dan menjadi bagian dari masyarakat yang peduli lingkungan.

Menjaga kebersihan lingkungan sekolah bukanlah tugas satu orang, melainkan tanggung jawab bersama antara kepala sekolah, guru, staf, dan siswa. Dengan menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, kita tidak hanya meningkatkan kualitas pendidikan, tetapi juga membentuk generasi penerus yang sadar akan kesehatan dan kebersihan. Lingkungan sekolah yang bersih adalah investasi berharga untuk masa depan yang lebih baik.

MENGASAH SKILL GENERASI EMAS

Oleh: Annisa

Indonesia pada saat ini memiliki angka kelahiran yang tinggi,yang artinya anak usia dini lebih mendominasi bangsa ini yang dikenal sebagai Gen Z hingga Gen Alpha. Untuk generasi tahun 1800 mungkin hanya sebagian kecil yang masih ada, mereka pastinya memiliki ilmu yang banyak terkait skill untuk bertahan hidup dan keahlian di segala bidang yang jarang dimiliki anak di zaman kini. Tapi generasi muda tak ketinggalan bahkan Indonesia lebih maju karena generasi emas ini yang berhasil mengharumkan nama negara tercinta ini, tak hanya dalam bidang pendidikan mereka juga berhasil menemukan jawaban dan penyelesaian dalam segala masalah dengan penemuan barunya.

Salah satunya penemuan kecerdasan buatan atau AI (Artificial Intelligence), robot-robot atau mekanisme dengan cip. Namun akankah semua ini terjadi, bila tidak ada pendalaman kemampuan pada anak didik? Apa bisa jika kemampuan diolah di saat dewasa?

Istilah "Generasi Emas" Sendiri sering digaungkan untuk merujuk pada generasi muda yang akan memimpin dan menentukan masa depan suatu bangsa, khususnya dalam konteks Indonesia Emas 2045. Generasi ini diharapkan menjadi sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, berdaya saing, dan mampu membawa perubahan positif di tengah dinamika global yang kian cepat, mengasah skill generasi emas bukan sekadar pilihan, melainkan keharusan untuk memastikan masa depan bangsa yang berkelanjutan dan sejahtera.Menurut saya dan untuk menjawab pertanyaan tadi,jika ingin mencetak generasi yang bisa menjadi pemimpin yang baik dan

dapat menjadi sumber daya manusia harus ada kegiatan yang membantu untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan atau skill yang dimilikinya. Dan untuk mengasah kemampuan harus dimulai sejak dini yang artinya dimulai dari sekolah dengan memperkuat pendidikan yang berkualitas, pemikiran yang kritis, dan komunikatif. Tidak hanya berfokus pada teori,tetapi juga praktik mengenai kehidupan. Seperti sekolah di Jepang dan Cina yang memiliki kurikulum yang sangat bagus dan menciptakan kualitas yang baik untuk negara nya.

Pendidikan di negara Indonesia mungkin bisa mencontoh cara negara tersebut dalam mendidik muridnya dengan mengajarkan moral sederhana agar memiliki rasa torelansi, cinta budaya, cinta tanah air dan cinta damai. Salah satu kegiatan yang bisa digunakan dengan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang mendukung minat bakat anak didik dari akademik, organisasi dan non akademik. Tapi di beberapa sekolah mungkin belum mencukupi fasilitas yang dibutuhkan seperti di bidang musik, dan olahraga panahan, panjat tebing dan lain-lain mungkin karena tidak banyak yang memiliki minat akan kegiatan tersebut karena cukup ekstrim. Tapi bisa saja dengan mengolah pemikiran yang Out Of The Box, pemikiran komputer yang memerlukan konsentrasi dan kekreatifan.

Negara Indonesia adalah negara yang memiliki populasi terbanyak di Asia, negara yang memiliki populasi yang banyak tentunya akan menaikan angka kebutuhan hidup, dari pemenuhan jasa dan barang untuk kehidupan sehari-hari. Pasti membutuhkan banyak kebutuhan. memiliki banyak aspek untuk memenuhi kebutuhan hidup yang beragam dari barang hingga jasa. Untuk memenuhi kebutuhan bangsa Indonesia pasti membutuhkan orang-orang yang

memiliki keahlian dari seluruh bidang, skill yang bisa membuat lowongan pekerjaan untuk mengimbangi permintaan yang ada.

Diharapkan agar masalah ini ditangani dengan serius, sangat disayangkan bila kemampuan siswa siswi tidak dikembangkan di duniaglobal segala sesuatu seolah-olah cepat dan pasti kita tidak ingin negara kita tertinggal dengan negara maju. Para tenaga pendidikan diharapkan juga dapat mengolah cara mengajar, menurut teori Equal Opportunity in Education (Bowles & Gintis, 1976), "sistem pendidikan yang baik adalah sistem yang tidak hanya membuka akses, tetapi juga menjamin kesetaraan kualitas".

Generasi emas adalah aset terbesar bangsa dan harapan untuk mewujudkan Indonesia Emas 2045. Mengasah keterampilan mereka, baik *hardskill* maupun *softskill*, adalah upaya kolektif yang tidak bisa ditawar lagi. Dengan fokus pada pendidikan berkualitas yang seimbang antara pengetahuan akademis, keterampilan praktis, dan karakter yang kuat, kita dapat memastikan bahwa generasi penerus mampu beradaptasi, berinovasi, dan membawa kemajuan bagi bangsa. Investasi dalam pengembangan keterampilan generasi emas hari ini adalah investasi terbaik untuk masa depan Indonesia yang lebih cerah.

MADRASAH HIJAU: TEMPAT DI MANA SETIAP DAUN MENYIMPAN CERITA

Oleh: Retno AR

Lingkungan madrasah adalah tempat berlangsungnya kegiatan belajar mengajar yang sangat penting bagi perkembangan siswa. Suasana madrasah yang bersih, nyaman, dan tertata rapi akan membuat proses pembelajaran berjalan lebih baik dan menyenangkan. Untuk mewujudkan lingkungan seperti itu, diperlukan kepedulian dan kerja sama dari seluruh warga madrasah, mulai dari siswa, guru, hingga petugas kebersihan. Menjaga lingkungan madrasah bukan hanya kewajiban, namun juga bentuk tanggung jawab moral sebagai bagian dari komunitas pendidikan.

Salah satu cara menjaga lingkungan madrasah adalah dengan menjaga kebersihan. Siswa harus membiasakan diri membuang sampah pada tempatnya, membersihkan kelas sebelum dan sesudah pelajaran, serta merawat tanaman yang ada di sekitar madrasah. Kegiatan seperti kerja bakti rutin dapat menjadi sarana untuk menumbuhkan rasa peduli terhadap lingkungan. Dengan begitu, siswa tidak hanya belajar teori di kelas, tetapi juga mempraktikkan nilai-nilai tanggung jawab dan kebersamaan.

Selain kebersihan, menjaga fasilitas juga merupakan bagian penting dalam merawat lingkungan madrasah. Fasilitas seperti meja, kursi, papan tulis, hingga toilet harus digunakan dengan baik agar tetap layak pakai. Sikap merusak fasilitas madrasah menunjukkan kurangnya kepedulian dan dapat merugikan banyak pihak. Dengan menjaga fasilitas, siswa belajar untuk menghargai dan menggunakan sarana pendidikan secara bijak.

Upaya lainnya adalah melakukan penghijauan dan perawatan tanaman di lingkungan madrasah. Keberadaan taman, tanaman hias, serta pohon peneduh dapat menciptakan suasana yang lebih sejuk dan nyaman. Siswa dapat berpartisipasi dalam kegiatan menanam, menyiram, dan merawat tanaman secara berkala. Selain memperindah lingkungan, kegiatan ini juga mengajarkan siswa untuk mencintai alam dan memahami pentingnya ekosistem yang sehat.

Dengan berbagai upaya tersebut, menjaga lingkungan madrasah bukan hanya menjadi aktivitas rutin, tetapi juga bagian dari pembentukan karakter siswa. Lingkungan yang bersih, tertib, dan hijau akan menciptakan suasana belajar yang lebih nyaman dan kondusif bagi seluruh warga madrasah. Oleh karena itu, setiap individu memiliki peran penting dalam merawat madrasah agar tetap menjadi tempat yang aman, sehat, dan menyenangkan untuk menimba ilmu. Dengan bekerja sama dan membiasakan perilaku peduli lingkungan, kita dapat mewujudkan madrasah yang membanggakan dan berkualitas.

KEBIASAAN SISWA MEMBUANG SAMPAH SEMBARANGAN

Oleh: Kadinda Ariska

Belakangan ini masalah kebersihan di sekolah semakin terasa. Salah satu penyebab utamanya adalah kebiasaan siswa membuang sampah sembarangan. Padahal sekolah sudah menyediakan tempat sampah di berbagai sudut, tetapi masih banyak siswa yang tidak memanfaatkannya. Kebiasaan buruk ini tentu menimbulkan berbagai masalah, mulai dari lingkungan sekolah yang kotor sampai berdampak pada kesehatan siswa sendiri.

Ada beberapa alasan mengapa kebiasaan ini terus terjadi.

1. Kurangnya Kesadaran Diri: Sebagian siswa merasa kebersihan sekolah adalah tanggung jawab petugas, bukan milik mereka, sehingga rasa memiliki lingkungan sangat minim.

2. Keterbatasan Fasilitas: Jumlah tempat sampah yang sedikit atau letaknya jauh sering membuat siswa memilih cara pintas, yaitu membuangnya di sembarang tempat terdekat.

3. Lemahnya Pengawasan dan Sanksi: Ketiadaan teguran atau sanksi yang konsisten membuat siswa tidak jera dan menganggap perilaku ini dapat ditoleransi.

Dampaknya sangat serius: lingkungan menjadi kotor, berpotensi menimbulkan penyakit, dan merusak citra sekolah sebagai tempat pendidikan karakter, apalagi kalau Sekolah Adwiyata.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kebiasaan siswa membuang sampah sembarangan sangat merugikan. Oleh karena itu, semua siswa seharusnya mulai membiasakan diri membuang sampah pada tempatnya. Guru dan pihak sekolah juga perlu mengingatkan serta memberi contoh yang baik. Jika seluruh warga sekolah bekerja sama menjaga kebersihan, maka lingkungan sekolah akan menjadi lebih bersih, nyaman, dan sehat untuk kegiatan belajar.

HARAPAN DI BALIK MBG DAN ANCAMAN KERACUNAN

Oleh: Muhammad Azzril

Program MBG (Makan Bergizi Gratis) merupakan inisiatif pemerintah yang bertujuan menyediakan makanan bergizi secara gratis bagi anak sekolah, balita, serta ibu hamil dan menyusui. Program ini dirancang sebagai upaya strategis untuk mengatasi permasalahan stunting dan malnutrisi yang masih menjadi tantangan serius di Indonesia. Dengan terpenuhinya kebutuhan gizi sejak dini, diharapkan kualitas kesehatan generasi muda dapat meningkat secara berkelanjutan.

Manfaat dari program MBG cukup besar, tidak hanya dari sisi kesehatan, tetapi juga pendidikan dan ekonomi. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi seimbang cenderung lebih fokus dalam belajar dan memiliki perkembangan kognitif yang lebih baik. Selain itu, pelibatan dapur lokal dan UMKM dalam penyediaan makanan dapat mendorong pertumbuhan ekonomi daerah serta membuka lapangan kerja baru bagi masyarakat sekitar.

Namun demikian, pelaksanaan program MBG tidak lepas dari berbagai permasalahan. Beberapa insiden keracunan makanan yang terjadi di sejumlah dapur MBG menjadi perhatian serius dan menimbulkan kekhawatiran di masyarakat. Masalah ini menunjukkan masih lemahnya pengawasan kebersihan, pengolahan makanan, serta standar keamanan pangan yang diterapkan di lapangan.

Oleh karena itu, diperlukan langkah perbaikan yang konkret agar program MBG dapat berjalan optimal. Penguatan regulasi, peningkatan pengawasan kualitas makanan, pelatihan bagi pengelola dapur, serta transparansi dalam pelaksanaan program menjadi hal yang sangat penting. Dengan pengelolaan yang lebih baik, program MBG dapat memberikan manfaat maksimal bagi masyarakat sekaligus meminimalkan risiko yang mungkin terjadi.

DAMPAK MAKANAN BERGIZI GRATIS (MBG) BAGI UMKM SEKITAR

Oleh: Nelysa Putri

Program makan bergizi gratis (MBG) ini membawa dampak baik bagi masyarakat teruma pelajar dan kelompok yang rentan. Program ini menyediakan makanan bergizi yang sudah diolah sesuai dengan ketentuan kesehatan yang baik. Di balik tujuan utamanya, MBG juga memiliki dampak yang signifikan terhadap Usaha Mikro, Kecil, Menengah (UMKM) di wilayah sekitar. Dampak tersebut bisa berupa dampak positif tentang ekonomi lokal, lowongan pekerjaan, sampai pada pengembangan usaha. Di balik itu semua ada tantangan tersendiri untuk program ini.

Salah satu dampak dari MBG adalah peningkatan ekonomi lokal yang dimana program ini membutuhkan pasokan bahan pokok dari warga lokal seperti, telur, sayur, buah-buahan, dan makanan lainya yang sekiranya cukup untuk memenuhi program ini. Hal ini membuka kesempatan pagi UMKM seperti petani buah, peternakan, sampai pada pedangan makanan lokal yang menjadi pemasok program ini. Dengan adanya program ini, pendapatan karo UMKM bisa lebih meningkat dari pada sebelumnya.

Yang kedua adalah membuka lowongan pekerjaan. program ini juga membutuhkan tenaga kerja seperti pihak memasak, tim pengemasan, tim pengantar makanan ke sekolah-sekolah yang ditentukan. Dengan adanya program ini membuka lapangan perkerjaan bagi para masyarakat dan bisa mengurangi angka pengangguran di Indonesia.

Namun, program ini juga memiliki tantangan bagi UMKM sekitar. Terutama bagi pedagang asongan yang ada di sekitar sekolah. Mereka mengeluh bahwa banyak anak-anak yang sudah keyang makan makanan bergizi gratis yang dimana para penjual turun drastis untuk pendapatannya. Tidak hanya itu beberapa kantin sekolah juga mengeluh karena anak-anak hanya membeli makanan saat pagi hari tidak dengan siang hari karena telah mendapatkan MBG tersebut. Membuat omset penjualan pada pedagang di sekitar sekolah menurun karena adanya program MBG.

Kesimpulannya adalah di setiap program pasti akan ada tantangan tersendiri terutama pada program makan bergizi gratis ini yang dimana membawa dampak baik bagi para pelajar supaya terkontrol gizi dan nutrisi pada suatu makanan. Tetapi, juga merugikan bagi UMKM sekitar sekolah karena anak-anak sudah terlalu kenyang menikmati MBG yang telah disediakan. Akan tetapi, itu tidak di semua hari adakalanya anak-anak lebih memilih makanan UMKM sekitar sekolah.

MENGUATKAN PROFIL PELAJAR PANCASILA MELALUI P5

Oleh: Kafa Rizki Abadan

Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila P5 merupakan upaya untuk menanamkan karakter dan kompetensi melalui pengalaman belajar yang nyata. Melalui berbagai proyek—seperti kewirausahaan, lingkungan hidup, dan kearifan lokal—siswa diajak untuk menerapkan nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan sehari-hari. Proses ini tidak hanya melatih kemampuan berpikir kritis dan kreativitas, tetapi juga membangun sikap gotong royong, kepedulian sosial, serta kemandirian.

Pelaksanaan P5 memberi ruang bagi sekolah dan guru untuk berinovasi, sekaligus membantu siswa mengenali potensi diri mereka.P5 menjadi sarana penting untuk membentuk generasi yang berkarakter kuat dan mampu berperan aktif dalam menghadapi tantangan masa depan. Lewat penguatan Profil Pelajar Pancasila inilah pendidikan Indonesia diharapkan mampu melahirkan pelajar yang tidak hanya cerdas, tetapi juga berakhlak mulia dan siap berkontribusi bagi bangsa.

Lebih jauh lagi. P5 menjadi sarana efektif untuk mengasah keterampilan yang sangat dibutuhkan di masa depan. Kegiatan yang bersifat kolaboratif menuntut siswa untuk bekerja sama dalam tim, yang secara otomatis membangun sikap gotong royong dan kepedulian sosial. Selain itu, setiap tahapan projek melatih kemandirian, kemampuan berpikir kritis dalam memecahkan masalah, serta keberanian untuk berinovasi

Sebagai penutup, penguatan Profil Pelajar Pancasila melalui P5 adalah investasi jangka panjang untuk masa depan Indonesia. Dengan memberikan ruang bagi sekolah dan guru untuk berinovasi. Melalui sinergi antara kecerdasan akademik dan kematangan karakter, diharapkan lahir generasi emas unggul dan juga memiliki akhlak mulia dan dedikasi tinggi untuk berkontribusi bagi kemajuan bangsa dan negara.

PENTINGNYA KETERTIBAN DI LINGKUNGAN SEKOLAH

Oleh: Rachel Alindra

Ketertiban sekolah merupakan salah satu fondasi utama terciptanya lingkungan belajar yang nyaman, aman, dan kondusif. Dalam sebuah sekolah, berbagai aktivitas terjadi setiap hari, mulai dari proses pembelajaran di kelas, kegiatan ekstrakurikuler, hingga interaksi antarwarga sekolah. Jika tidak diatur dengan baik, semua aktivitas tersebut dapat menimbulkan kekacauan yang menghambat tercapainya tujuan pendidikan. Oleh karena itu, ketertiban bukan hanya sekadar peraturan yang harus ditaati, tetapi sebuah budaya yang perlu dibangun oleh seluruh warga sekolah.

Penerapan ketertiban sekolah dapat terlihat dari berbagai aspek, seperti kedisiplinan waktu, kerapihan pakaian, kebersihan lingkungan, dan sikap hormat kepada guru maupun teman. Ketika siswa datang tepat waktu, mengikuti pelajaran dengan tertib, dan mematuhi aturan yang berlaku, proses belajar mengajar dapat berjalan lebih efektif. Selain itu, lingkungan sekolah yang rapi dan bebas dari sampah membuat siswa merasa lebih nyaman dan termotivasi untuk belajar. Guru pun dapat menyampaikan materi dengan lebih optimal tanpa terganggu oleh masalah-masalah teknis yang seharusnya tidak terjadi.

Lebih dari itu, ketertiban sekolah juga berfungsi sebagai latihan bagi siswa untuk membentuk karakter yang bertanggung jawab di masa depan. Dengan belajar menaati aturan, menjaga sikap, serta menghargai hak dan kewajiban, siswa akan tumbuh menjadi pribadi yang lebih disiplin dan mampu mengatur diri dalam kehidupan

bermasyarakat. Ketertiban bukan hanya aturan sementara selama berada di sekolah, tetapi merupakan bekal berharga yang akan berguna ketika siswa terjun ke dunia kerja maupun kehidupan sehari-hari.

PENTINGNYA METODE BELAJAR

Oleh: Muhammad Rifky Aditya Ramadhan

Belajar yang efektif sangat diperlukan agar materi dapat dipahami dengan baik. Untuk mencapainya, penggunaan metode yang tepat menjadi faktor penting untuk memahami materi yang dipelajari.

Banyak pelajar menghadapi masalah seperti cepat lupa, sulit fokus, dan merasa bosan saat belajar. Untuk mengatasi hal tersebut, metode seperti active learning dapat membantu karena melibatkan siswa secara langsung. Active learning adalah metode pembelajaran yang berpusat pada siswa, di mana siswa secara aktif berpartisipasi dalam proses belajar, bukan hanya sebagai penerima informasi pasif.

Masalah lupa materi dapat diatasi dengan spaced repetition, yaitu mengulang pelajaran secara bertahap. Sementara itu, masalah kurang fokus dapat dikurangi dengan metode pomodoro, yang membagi waktu belajar dan istirahat agar pikiran tetap segar.

Selain metode belajar, lingkungan belajar juga berpengaruh terhadap keberhasilan siswa. Lingkungan yang tenang, rapi, dan bebas dari gangguan dapat membantu meningkatkan konsentrasi serta kenyamanan saat belajar. Dengan lingkungan yang mendukung, siswa dapat lebih mudah memahami materi dan belajar dengan lebih optimal.

Tidak kalah penting, motivasi diri juga menjadi kunci dalam keberhasilan belajar. Siswa yang memiliki tujuan belajar yang jelas cenderung lebih disiplin dan konsisten dalam menerapkan metode belajar yang tepat. Dengan motivasi yang kuat dan metode yang

sesuai, proses belajar akan menjadi lebih efektif dan hasil yang diperoleh pun maksimal.

Peran guru dan orang tua juga sangat penting dalam mendukung proses belajar siswa. Dukungan berupa bimbingan, arahan, serta dorongan positif dapat meningkatkan semangat belajar dan kepercayaan diri siswa dalam menghadapi tantangan akademik.

Mengatasi masalah belajar membutuhkan metode yang tepat dan konsisten. Dengan menggunakan strategi seperti active learning, spaced repetition, dan pomodoro, proses belajar menjadi lebih efektif dan hasilnya lebih baik.

PENGALAMAN PERTAMA MENGIKUTI LOMBA KEBERSIHAN DI KELAS

Olah: Muhammad Bagus

Pada awal semester, sekolahku mengadakan lomba kebersihan kelas. Ini adalah pertama kalinya aku mengikuti lomba tersebut, sehingga aku merasa sangat bersemangat sekaligus gugup. Guru wali kelas menjelaskan bahwa lomba ini bertujuan untuk melatih tanggung jawab dan kerja sama antar siswa. Mendengar penjelasan itu, kami semua bertekad untuk memberikan hasil yang terbaik bagi kelas kami.

Setelah itu, kami mulai membagi tugas secara adil. Ada teman yang bertugas menyapu dan mengepel lantai, membersihkan kaca jendela, serta menghias dinding kelas dengan berbagai hiasan. Aku mendapat tugas merapikan rak buku dan memastikan buku-buku tersusun dengan rapi.Setiap hari sepulang sekolah, kami meluangkan waktu untuk membersihkan kelas bersama-sama dengan penuh semangat.

Seiring berjalannya waktu, kelas kami terlihat semakin bersih dan nyaman. Kami juga membuat pojok baca sederhana dengan menata buku cerita dan majalah agar bisa dibaca saat waktu luang. Selain itu, kami menambahkan tanaman hias di sudut kelas supaya suasana menjadi lebih segar dan menarik. Semua usaha itu membuat kami semakin kompak dan saling membantu satu sama lain.

Pada hari penilaian, kami memastikan seluruh sudut kelas benar-benar bersih dan tertata rapi. Kami menunggu hasil pengumuman

dengan perasaan tegang. Akhirnya, kelas kami dinyatakan sebagai juara pertama lomba kebersihan. Kami sangat senang dan bangga dengan hasil kerja keras kami.

Setelah lomba selesai, kebiasaan menjaga kebersihan kelas tetap kami lakukan. Kami menyadari bahwa kelas yang bersih membuat proses belajar menjadi lebih nyaman dan menyenangkan. Pengalaman mengikuti lomba kebersihan ini menjadi kenangan berharga bagiku dan mengajarkan pentingnya disiplin, tanggung jawab, serta kerja sama dalam kehidupan sehari-hari.

PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS

Oleh: Reza Febian

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) adalah inisiatif strategis pemerintah Indonesia di era Presiden Prabowo Subianto dan Wakil Presiden Gibran Rakabuming yang bertujuan meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui penyediaan makanan bergizi gratis, khususnya kepada kelompok rentan seperti anak-anak, ibu hamil, dan ibu menyusui. Program ini diharapkan bisa mengatasi masalah malnutrisi dan stunting yang masih menjadi permasalahan serius di Indonesia, serta mendukung tumbuh kembang anak dan meningkatkan kualitas kesehatan serta pendidikan nasional.

MBG bertujuan memberikan asupan gizi yang mencukupi sesuai standar Angka Kecukupan Gizi (AKG) agar dapat menekan angka stunting dan memperbaiki status gizi anak-anak dari keluarga kurang mampu. Selain manfaat kesehatan, program ini juga memiliki dampak ekonomi positif karena melibatkan pelaku usaha lokal seperti UMKM, petani, dan nelayan dalam rantai pasokannya sehingga dapat memperkuat ekonomi lokal dan membuka peluang usaha baru.

Program MBG juga diharapkan berkontribusi pada pembangunan Indonesia Emas 2045 dengan membangun generasi yang sehat, cerdas, dan berdaya saing. Pelaksanaan yang baik, pengawasan ketat serta partisipasi aktif seluruh pihak menjadi kunci keberhasilan program ini. Meski dampaknya lebih terlihat dalam jangka panjang, MBG berpotensi menjadi investasi penting bagi kemajuan bangsa melalui peningkatan kualitas sumber daya manusia dan pengentasan kemiskinan serta kelaparan.

Namun, beberapa kritik dan tantangan juga muncul terkait pelaksanaan MBG, seperti risiko pemborosan anggaran dan kebutuhan pengkajian dampak jangka panjang terhadap produktivitas tenaga kerja. Beberapa kasus negatif seperti keracunan makanan juga pernah terjadi, sehingga pengelolaan dan pengawasan mutu makanan yang diberikan sangat penting agar tujuan program tidak terganggu. Secara keseluruhan, Program MBG merupakan kebijakan yang sangat penting bagi Indonesia untuk membangun masa depan yang lebih baik melalui perbaikan gizi nasional dan pemberdayaan ekonomi lokal, dengan catatan pelaksanaan dan pengawasan yang tepat.

DAMPAK POSITIF MENJAGA LINGKUNGAN SEKOLAH

Oleh: Muhamat Rafif

Lingkungan sekolah yang bersih dan tertata bukan hanya mencerminkan kedisiplinan, tetapi juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan kenyamanan belajar. Menjaga lingkungan sekolah merupakan tanggung jawab seluruh warga sekolah, mulai dari siswa, guru, hingga petugas kebersihan. Dengan lingkungan yang sehat, proses pembelajaran dapat berjalan lebih efektif dan menyenangkan.

Salah satu dampak positif menjaga lingkungan sekolah adalah meningkatnya kesehatan siswa. Sekolah yang bersih mengurangi risiko penyebaran penyakit, seperti flu atau diare, karena tidak ada sampah yang menumpuk dan air yang tergenang. Siswa yang sehat tentu dapat mengikuti kegiatan belajar dengan lebih baik dan jarang absen.

Selain itu, lingkungan yang rapi juga dapat menumbuhkan rasa nyaman serta semangat belajar. Ketika ruang kelas terang, taman hijau terawat, dan lingkungan bebas dari vandalisme, siswa akan merasa lebih betah berada di sekolah. Hal ini dapat meningkatkan fokus siswa dalam belajar dan menciptakan suasana belajar yang kondusif.

Menjaga lingkungan sekolah juga dapat menumbuhkan sikap tanggung jawab dan kepedulian terhadap lingkungan. Dengan membiasakan membuang sampah pada tempatnya, melakukan kerja bakti, atau merawat tanaman, siswa akan belajar menghargai lingkungan sejak dini. Kebiasaan positif ini dapat terbawa hingga

mereka dewasa dan berdampak baik bagi lingkungan masyarakat luas.

Dengan demikian, menjaga kebersihan dan kelestarian lingkungan sekolah memberikan banyak manfaat. Tidak hanya untuk kesehatan dan kenyamanan belajar, tetapi juga sebagai upaya membentuk karakter peduli lingkungan. Oleh karena itu, seluruh warga sekolah seharusnya bekerja sama untuk menciptakan lingkungan sekolah yang bersih, asri, dan menyenangkan agar proses pendidikan dapat berjalan secara optimal.

MENGELOLA LIMBAH DI ERA MODERN: DARI TUMPUKAN MASALAH MENUJU EKONOMI SIRKULAR

Oleh: Syakira Li'an Umihi Prabandari

Permasalahan sampah telah menjadi salah satu tantangan lingkungan dan sosial terbesar di era modern. Seiring dengan pertumbuhan populasi dan pola konsumsi yang masif, volume sampah yang dihasilkan terus meningkat, melebihi kapasitas tempat pembuangan akhir (TPA). TPA yang penuh, pencemaran tanah dan air, serta emisi gas metana yang memperburuk perubahan iklim, menuntut adanya pendekatan yang radikal dan inovatif dalam pengelolaan sampah. Di era modern ini, paradigma pengolahan sampah telah bergeser dari sekadar "buang dan timbun" menjadi pendekatan holistik yang dikenal sebagai ekonomi sirkular.

Tantangan dan Hierarki Pengelolaan Sampah. Secara tradisional, pengelolaan sampah berfokus pada pengumpulan, pengangkutan, dan penimbunan. Namun, pendekatan ini tidak berkelanjutan. Inti dari pengelolaan sampah modern terletak pada penerapan hierarki 5R: Refuse (Tolak), Reduce (Kurangi), Reuse (Gunakan Kembali), Recycle (Daur Ulang), dan Rot (Kompos). Tiga R pertama, yaitu menolak barang tidak perlu, mengurangi konsumsi, dan menggunakan kembali, adalah langkah yang paling penting karena mencegah sampah terbentuk di awal.

Solusi Inovatif dalam Pengolahan Sampah. Di tingkat teknologi dan infrastruktur, era modern menawarkan beberapa solusi canggih untuk mengolah sisa limbah yang tidak dapat dihindari:

1. Teknologi Daur Ulang Lanjut (Advanced Recycling)

Daur ulang konvensional (mekanik) seringkali terbatas pada jenis plastik tertentu dan menghasilkan produk berkualitas rendah (downcycling). Teknologi daur ulang lanjut, seperti daur ulang kimiawi (pirolisis atau gasifikasi), dapat memecah plastik hingga menjadi molekul dasar. Hal ini memungkinkan material tersebut digunakan kembali untuk membuat plastik baru yang berkualitas tinggi (closed-loop recycling). Selain itu, sistem pemilahan sampah otomatis berbasis sensor dan kecerdasan buatan (AI) meningkatkan efisiensi proses daur ulang secara drastis.

2. Pengolahan Sampah menjadi Energi (Waste-to-Energy/WtE)

Untuk sampah yang tidak dapat didaur ulang, teknologi WtE, seperti insinerasi dengan pengendalian emisi yang ketat atau gasifikasi, menawarkan alternatif untuk mengurangi volume sampah hingga 90% sekaligus menghasilkan listrik atau panas. Meskipun kontroversial karena isu emisi, fasilitas WtE modern dilengkapi dengan filter canggih untuk meminimalkan dampak polusi, menjadikannya opsi yang lebih baik daripada penimbunan terbuka.

3. Komposting dan Biodigester

Pengelolaan sampah organik adalah kunci, mengingat sampah jenis ini menyumbang mayoritas limbah perkotaan. Di skala rumah tangga, komposting sederhana mengubah sisa makanan dan kebun menjadi pupuk. Di skala industri, biodigester besar mengubah sampah organik menjadi biogas (sumber energi terbarukan) dan pupuk padat. Teknologi ini secara signifikan mengurangi emisi metana dari TPA menuju Ekonomi Sirkular.

Pengelolaan sampah di era modern adalah bagian integral dari transisi menuju ekonomi sirkular. Dalam model ini, sampah dianggap sebagai sumber daya, bukan sebagai akhir dari siklus hidup produk. Hal ini memerlukan kerja sama dari tiga pihak utama:

Produsen: Bertanggung jawab atas desain produk yang mudah didaur ulang (eco-design) dan program tanggung jawab produsen yang diperluas (Extended Producer Responsibility/EPR).

Konsumen: Menerapkan prinsip 5R dan memilah sampah secara disiplin.

Pemerintah: Menerapkan regulasi ketat, berinvestasi dalam infrastruktur pengolahan sampah modern, dan mendukung inovasi teknologi.

Pengolahan sampah di era modern telah berevolusi menjadi sebuah sistem yang kompleks dan terintegrasi, dipandu oleh prinsip keberlanjutan. Dengan memprioritaskan pengurangan dan penggunaan kembali, didukung oleh teknologi canggih seperti daur ulang kimiawi dan WtE, masyarakat dapat secara efektif mengatasi krisis sampah. Perubahan ini bukan hanya tentang membuang limbah dengan lebih baik, tetapi tentang mengubah seluruh cara kita memandang dan menggunakan sumber daya, menjadikan sampah sebagai mata uang baru dalam ekonomi sirkular.

MENJADI SISWA-SISWI YANG BERMORAL

Oleh: Aisha Wafa

Dalam dunia pendidikan, kecerdasan intelektual bukanlah satu-satunya tolok ukur keberhasilan seorang siswa. Moralitas atau akhlak yang baik memegang peranan penting dalam membentuk generasi muda yang berkualitas. Menjadi siswa-siswi yang bermoral berarti memiliki kemampuan untuk membedakan mana yang benar dan salah, serta berani bertindak sesuai dengan nilai-nilai kebaikan tersebut. Dalam konteks sekolah maupun kehidupan sehari-hari, moralitas menjadi fondasi untuk menciptakan lingkungan yang harmonis, disiplin, dan penuh rasa tanggung jawab.

Pertama, siswa-siswi yang bermoral ditandai dengan sikap disiplin. Disiplin bukan hanya tentang menaati peraturan sekolah, tetapi juga mengenai kesadaran diri untuk bertanggung jawab atas tugas dan kewajiban. Dengan datang tepat waktu, mengerjakan tugas, serta mematuhi tata tertib sekolah, siswa menunjukkan bahwa mereka menghargai proses belajar dan orang-orang di sekitarnya. Sikap ini juga melatih karakter agar tetap konsisten dalam menjalani prinsip yang benar, sekalipun tidak sedang diawasi.

Kedua, moralitas terlihat melalui sikap hormat kepada guru dan sesama teman. Menghormati guru berarti mendengarkan penjelasan dengan baik, tidak memotong pembicaraan, dan patuh terhadap arahan. Sementara itu, menghargai teman berarti mampu bekerja sama, tidak merundung, serta menerima perbedaan. Lingkungan sekolah yang penuh rasa hormat akan membuat proses belajar menjadi nyaman, damai, dan produktif.

Selain itu, siswa-siswi yang bermoral memiliki integritas. Mereka jujur dalam mengerjakan ujian, tidak menipu demi nilai, dan berani mengakui kesalahan. Kejujuran adalah nilai penting yang harus dibentuk sejak usia sekolah karena menjadi fondasi kepercayaan dalam hubungan sosial. Orang yang jujur lebih mudah dipercaya dan dihargai, baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

Selanjutnya, kepedulian sosial juga menjadi bagian penting dari moralitas. Siswa yang bermoral tidak hanya memikirkan diri sendiri, tetapi juga peduli terhadap kondisi orang lain. Membantu teman yang kesulitan belajar, menjaga kebersihan kelas, atau mengikuti kegiatan sosial sekolah adalah bentuk nyata dari kepedulian ini. Sikap peduli dapat membangun karakter empati dan membawa pengaruh positif bagi lingkungan sekitar.

Kesimpulannya, menjadi siswa-siswi yang bermoral bukan hanya tentang mengikuti aturan, tetapi tentang membangun karakter yang kuat, bertanggung jawab, penuh integritas, dan peduli sesama. Moralitas adalah bekal penting yang akan menentukan masa depan seseorang dan masyarakat secara keseluruhan. Dengan mempraktikkan nilai-nilai moral dalam kehidupan sehari-hari, siswa dapat tumbuh menjadi pribadi yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga bijak dan berakhlak mulia.

PENTINGNYA MENU MAKAN BERGIZI BAGI REMAJA

Oleh: Nazrin

Menu Makan Bergizi (MBG) sebenarnya sangat menentukan kondisi tubuh remaja, karena tanpa asupan yang seimbang tubuh cepat lelah, sulit berkonsentrasi, dan tidak mampu beraktivitas dengan optimal. Makanan instan memang terasa praktis, tetapi hanya memberi energi singkat sehingga tidak cukup untuk mendukung kegiatan belajar dan aktivitas sehari-hari. Sebaliknya, makanan bergizi—seperti sayur, buah, protein, dan karbohidrat yang tepat—mampu menjaga stamina, menajamkan fokus, serta membantu perkembangan otak yang masih terus tumbuh pada usia remaja. Selain itu, pola makan yang baik sejak dini juga menjadi cara sederhana untuk mencegah berbagai penyakit yang biasanya muncul ketika dewasa, sehingga kebiasaan memilih makanan sehat sebenarnya merupakan investasi jangka panjang. Oleh karena itu, MBG bukan sekadar anjuran, melainkan kebutuhan nyata yang harus mulai dibangun agar remaja dapat tumbuh dengan sehat, kuat, dan siap menghadapi berbagai tuntutan aktivitas.

PENTINGKAH MENJAGA POLA HIDUP SEHAT BAGI PELAJAR?

Oleh: Eka Noorlita Indah M

Menjaga pola hidup sehat sangat penting bagi pelajar karena dapat mencegah risiko penyakit kronis di masa depan meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mental. Bagi remaja pola hidup sehat merupakan kunci untuk mencapai potensi belajar yang optimal. Ketika kita sehat, kita memiliki energi yang cukup, fokus yang lebih baik, dan daya tahan yang meningkat.

Pola hidup tidak sehat dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti obesitas, penyakit jantung, diabetes, serta masalah mental seperti stres, kecemasan dan depresi. Kebiasaan tidak menerapkan pola hidup sehat pada remaja dapat menurunkan masa otot dan tulang gangguan pencernaan, masalah tidur bahkan meningkatkan beberapa risiko penyakit kanker. Penerapan pola hidup sehat bagi pelajar yaitu menjaga keseimbangan pola makan dengan makanan yang sehat dan bergizi aktivitas fisik yang cukup, istirahat yang berkualitas dan menjaga kesehatan mental. Ayo menerapkan pola hidup sehat bagi pelajar agar pembelajaran diterima dengan maksimal.

PENTINGNYA PENDIDIKAN DALAM KEHIDUPAN

Oleh: Ashifa Aulia R

Pendidikan memiliki peran penting dalam kehidupan setiap orang. Melalui pendidikan, seseorang dapat memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman yang berguna untuk menghadapi masa depan. Pendidikan juga membantu seseorang berpikir lebih luas dan bijak dalam mengambil suatu keputusan yang baik dan tidak. Di lingkungan sekolah, kita tidak hanya belajar pelajaran, tetapi juga belajar tentang sikap dan tanggung jawab. Kita diajarkan untuk disiplin, menghargai guru, dan bekerja sama dengan teman.

Selain itu, pendidikan dapat membuka peluang untuk meraih cita-cita. Dengan pendidikan yang baik, seseorang memiliki kesempatan lebih besar untuk mendapatkan pekerjaan dan kehidupan yang lebih baik. Oleh karena itu, pendidikan harus dijaga sebaik mungkin agar bermanfaat di masa depan kelak.

BANYUWANGI
SATYA BHAKTI PRAJA MUKTI

Sekolah Hijau,
Tempat Tumbuhnya
Ide dan Impian

Buku ini adalah kumpulan karya terbaik siswa MTsN 8 Banyuwangi. Beragam cerita, pengalaman, dan imajinasi yang dituliskan dengan hati, sebagai bukti semangat, kreativitas, dan cinta pada sekolah hijau yang kita banggakan.

Kreatif | Inspiratif | Edukatif | Berkarakter



Dari Siswa, Untuk Dunia.

DINAS PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
KABUPATEN BANYUWANGI