

PENINGKATKAN PENGETAHUAN KADER TENTANG REMAJA SEHAT DI RW 06 KELURAHAN JATIWARNA KOTA BEKASI

(IMPROVING cadres' KNOWLEDGE ABOUT HEALTHY TEENAGERS IN RW 06 JATIWARNA BEKASI CITY)

Aris Kastori F, Sartika Komalasari, Azis Maemunah, Rea Febrianty
Universitas Pelita Bangsa
Arysskastori@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini didasarkan pada kebutuhan untuk memberikan penyuluhan mengenai remaja sehat di lingkungan RW 06 Jatiwarna. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kader remaja tentang definisi remaja sehat. Sebanyak 20 partisipan (n=20; semua perempuan) terlibat dalam penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner tentang remaja sehat. Hasil kuesioner menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan: kategori kurang sebesar 20%, cukup 63%, dan baik 17%. Setelah penyuluhan, pengetahuan kategori kurang turun menjadi 12%, cukup naik menjadi 66%, dan baik meningkat menjadi 22%. Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan dilakukan.

Kata kunci: Remaja Sehat, kader

Abstract

This research is based on the need to provide education regarding healthy teenagers in the RW 06 Jatiwarna environment. The aim of this research is to increase knowledge of adolescent cadres about the definition of healthy adolescents. A total of 20 participants (n=20; all women) were involved in this research. Data collection was carried out through a questionnaire about healthy teenagers. The results of the questionnaire showed an increase in knowledge: the poor category was 20%, sufficient 63%, and good 17%. After counseling, knowledge in the poor category fell to 12%, sufficient rose to 66%, and good increased to 22%. This research shows an increase in knowledge after the counseling was carried out.

Keywords: Healthy Teenagers, cadre

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase di mana pertumbuhan dan perkembangan terjadi secara dinamis, mencakup aspek fisik, psikologis, intelektual, dan perilaku seksual. Remaja mengalami pubertas, yaitu peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pubertas ditandai dengan mulai berfungsinya sistem reproduksi manusia. Dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis ini, remaja memerlukan dukungan dari lingkungan, terutama keluarga dan lingkungan sekitar tempat mereka tumbuh. Keluarga memainkan peran penting dalam mendampingi remaja melalui masa transisi ini, dan menjadi benteng pertama untuk mencegah terjadinya penyimpangan. Penyimpangan tersebut bisa mencakup berbagai aspek, salah satunya adalah hubungan seksual pranikah yang seringkali mengakibatkan kehamilan tidak

diinginkan pada remaja. Usia pertama kali berhubungan seksual pada remaja cenderung tinggi di kelompok umur 15-19 tahun. Angka kehamilan tidak diinginkan dilaporkan dua kali lebih besar pada remaja perempuan usia 15-19 tahun (16%) dibandingkan dengan kelompok usia 20-24 tahun (8%). Remaja perempuan yang tidak menyelesaikan pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) juga lebih banyak melaporkan kehamilan tidak diinginkan (SDKI, 2017).

Menurut data Anak Indonesia 2018, persentase anak perempuan usia 10-17 tahun yang sudah menikah tertinggi berada pada kelompok usia di bawah 15 tahun, yaitu 39,17%, diikuti usia 16 tahun sebesar 37,91%, dan usia 17 tahun sebesar 22,92%. Perkawinan dini tersebar di seluruh wilayah Indonesia, dengan Jawa Tengah menjadi provinsi ketiga terbesar setelah Jawa Barat dan Jawa Timur dalam hal jumlah anak usia 0-17 tahun. Persentase anak usia 10-17 tahun yang menikah di Jawa Tengah lebih tinggi (5%) dibandingkan di Yogyakarta (2,3%). Salah satu penyebab perkawinan dini adalah kehamilan tidak diinginkan.

Studi menunjukkan bahwa prevalensi kehamilan remaja bervariasi secara global. Bangladesh memiliki prevalensi 43%, sementara Nepal 47,3%. Di Afrika, prevalensinya berkisar dari 2,3% hingga 31%, tergantung pada wilayahnya. Kehamilan tidak diinginkan dapat dicegah dengan dukungan lingkungan yang baik, termasuk lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya, dan organisasi (Fuller dkk, 2018). Salah satu solusi jangka pendek yang sering dilakukan untuk mengatasi kehamilan remaja adalah menikahkan mereka, namun hal ini sering mengabaikan dampak jangka panjang. Indonesia menempati peringkat ke-37 di dunia untuk pernikahan usia muda dan peringkat kedua tertinggi di ASEAN setelah Kamboja. Undang-Undang Perkawinan No 1 Tahun 1974 menetapkan usia minimal pernikahan perempuan adalah 16 tahun, tetapi pernikahan di usia muda memiliki banyak risiko, termasuk risiko terhadap kesehatan mental, pendidikan, kondisi sosial ekonomi, dan reproduksi (BPS, 2016).

Pendidikan mengenai kesehatan reproduksi sangat penting di fase ini. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pengalaman langsung maupun tidak langsung (Notoatmodjo, 2012), dan tanpa pengetahuan, seseorang tidak dapat membuat keputusan yang tepat (Purwoastuti, 2015). Keluarga berperan penting dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi, termasuk perubahan fisik, psikologis, dan batasan hubungan dengan lawan jenis. Dukungan keluarga sangat diperlukan untuk membantu remaja menghadapi lingkungan mereka dan mencegah perilaku menyimpang.

METODOLOGI

Kami melakukan penyuluhan kebidanan kepada 20 ibu kader dengan rentang usia rata-rata antara 30 hingga 50 tahun. Setiap peserta diberikan pre-test sebelum penyuluhan mengenai remaja sehat dimulai. Setelah penyuluhan selesai, dilakukan post-test untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan para kader.

HASIL

Jumlah peserta penyuluhan sebanyak 20 orang. Berdasarkan hasil pre-test, pengetahuan peserta terbagi menjadi 20% dengan pengetahuan kurang, 63% cukup, dan 17% baik. Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan, di mana pengetahuan kurang menurun menjadi 12%, cukup meningkat menjadi 66%, dan baik menjadi 22%. Penyuluhan disertai dengan diskusi terbuka tentang strategi meningkatkan kualitas waktu yang dapat dihabiskan remaja bersama keluarga. Remaja sehat tidak hanya dinilai dari kesehatan fisik, tetapi juga dari kondisi psikologis dan perilaku sosial mereka. Banyak ibu bertanya tentang cara meningkatkan kualitas waktu keluarga. Berdasarkan hasil diskusi, para ibu kader meminta penyuluhan lanjutan mengenai cara membangun hubungan yang kuat dengan remaja masa kini, mengingat perbedaan yang signifikan antara remaja saat ini dan saat orang tua mereka masih remaja.

PEMBAHASAN

Peningkatan pengetahuan kader tentang remaja sehat menjadi salah satu langkah jangka panjang dalam mempersiapkan generasi emas di masa mendatang. Pentingnya peningkatan pengetahuan ini sesuai dengan teori Purwoastuti (2015) yang menyatakan bahwa pengetahuan menjadi dasar seorang individu bersikap dan berperilaku pada lingkungannya. Diharapkan dengan pengetahuan remaja sehat yang baik oleh kader, dapat menjadi panjang tangan kepada orang tua remaja dan remaja dalam meningkatkan bonding dalam keluarga. Diharapkan dengan kesadaran pentingnya interaksi ini dapat menekan penyimpangan yang mungkin terjadi pada remaja. Hal ini sesuai dengan teori Kusmiran (2014) mengenai kesadaran orang tua terhadap pendidikan seks kepada remaja diharapkan dapat menekan penyimpangan yang mungkin terjadi.

Kualitas remaja saat ini mencerminkan masa depan generasi sebuah negara. Upaya pencegahan terhadap penyimpangan remaja merupakan langkah penting yang dapat diambil. Terdapat berbagai bentuk penyimpangan yang mungkin terjadi, salah satunya adalah perilaku seks pranikah. Pada usia yang seharusnya digunakan untuk mempersiapkan masa depan,

sebagian remaja malah dihadapkan pada tanggung jawab menjadi orang tua. Hal ini sesuai dengan teori Fisher et al (2015) yang menyatakan bahwa perlunya ada pendidikan mengenai pencegahan penyimpangan perilaku seksual pada remaja.

Remaja yang mengalami kehamilan yang tidak diinginkan tidak hanya berdampak pada diri mereka sendiri. Salah satu dampak jangka panjang yang sangat mungkin terjadi adalah stunting, yang disebabkan oleh ketidaksiapan fisik dan mental remaja dalam menjalani peran sebagai orang tua. Stunting bukan sekadar masalah gagal tumbuh pada anak, tetapi juga berpengaruh pada perkembangan otak anak akibat kekurangan gizi selama masa pertumbuhannya. Hal ini sesuai dengan ungkapan Azianto et al (2016) yang menyatakan bahwa kehamilan remaja akan memberikan efek kepada remaja, bayi dalam kandungan, serta lingkungan remaja. Persiapan untuk menciptakan Generasi Indonesia Emas yang berkualitas dapat dimulai sejak masa pra-konsepsi. Pendampingan terhadap remaja bisa dilakukan sejak mereka memasuki masa pubertas hingga menjelang masa pra-konsepsi. Dengan demikian, diharapkan remaja memiliki pemenuhan gizi yang optimal sejak masa pubertas.

KESIMPULAN

Penyuluhan ini kami lakukan, dengan hasil pre-test dan post-test yang dapat dijadikan acuan peningkatan pengetahuan kader tentang remaja sehat. Meskipun dilaksanakan dalam waktu singkat, penyuluhan ini berhasil meningkatkan pemahaman kader mengenai kesehatan remaja, baik secara fisik, psikologis, maupun dalam lingkungan yang mendukung. Acara ini berlangsung sesuai dengan harapan kami, dan tujuan penyuluhan tercapai. Ke depannya, diharapkan dapat dilakukan edukasi lanjutan mengenai strategi memperkuat ikatan antara orang tua dan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziato, L., Hindin, M., Maya, E., Manu, A., Amuasi, S., Lawerh, R., Ankomah, A. 2016. Adolescents' responses to an unintended pregnancy in Ghana: A qualitative study. Elsevier Ltd. doi: 10.1016/j.jpap.2016.06.005
- BPS, (2016) Kemajuan yang Tertunda : Analisis Data Perkawinan Usia Anak di Indonesia Berdasarkan Susenas 2008-2012 dan Sensus Penduduk 2010. Jakarta : Badan Pusat Statistik.
- Abeshu M.A, Lelisa A, G. B. (2016). Complementary Feeding : Review of Recommendations , Feeding Practices , and Adequacy of Homemade Complementary

Food Preparations in Developing Countries–Lessons from Ethiopia. *Frontiers in Nutrition*. doi: 10.3389/fnut.2016.00041

Fisher, M., Shlomo, B., Solt, I., Burke, Y. 2015. *Pregnancy Prevention and Termination of Pregnancy in Adolescence: Facts, Ethics, Law and Politics*. Israel Medical Association. PMID: 26757560

Fuller, T., White, C., Chu, J., Dean, D., Clemmons, N., Chaparro, C., Thames, J., Henderson, A., King, P. (2018) *Social Determinants and Teen Pregnancy Prevention: Exploring the Role of Nontraditional Partnerships*. *Health Promotion Practice*. doi:10.1177/1524839916680797

Habitu, Y., Yalew, A., Bisetegn, T. (2018) *Prevalence and Factors Associated with Teenage Pregnancy , Northeast Ethiopia , 2017 : A Cross-Sectional Study*. *Journal of Pregnancy*. doi:10.1155/2018/1714527

Kusmiran, E. (2014) *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo, S. (2014) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Purwoastuti, E. (2015) *Mutu Pelayanan Kesehatan dan Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Pres. SDKI (2017) ‘Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia’.