

PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN REMAJA TEMAN SEBAYA PEDULI KESEHATAN REPRODUKSI DI DESA SINABUN KECAMATAN SAWAN

Adnyana Putra, Made Kurnia Widiastuti Giri,
Ni Putu Dewi Sri Wahyuni, Made Pasek Suadnyani

Dosen Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja Indonesia
e-mail: standingby_awakening@yahoo.co.id

Abstrak

Fase remaja merupakan fase yang sangat rentan dan perlu dijaga dengan baik. Pada fase ini salah satu hal yang penting adalah menjaga kesehatan reproduksi. Tingkat pernikahan usia muda di desa Sinabun cukup tinggi. Fakta lainnya adalah ditemukannya kasus Hal ini bertautan dengan berbagai macam faktor seperti pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi yang kurang, tingkat pendidikan yang rendah, sosial ekonomi yang rendah, dan kurangnya fasilitas yang menunjang aktivitas remaja secara positif di luar sekolah. Masalah yang diintervensi pada program ini adalah kurangnya pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi. Metode yang dipakai adalah pelatihan serta pendampingan remaja teman sebaya yang peduli kesehatan reproduksi. Beberapa media yang diberikan antara lain booklet dan CD berisi materi kesehatan reproduksi. Karya utama program ini adalah pelatihan dan pendampingan. Kekurangan yang dihadapi dalam program ini adalah beberapa peserta kurang aktif terutama dari remaja berusia lebih muda. Pelatihan dan pendampingan yang diberikan terbukti meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi serta kemampuannya dalam konseling mengenai kesehatan reproduksi bagi teman sebayanya. Kegiatan ini memberikan dampak yaitu meningkatnya wawasan dan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi sehingga mereka dapat menjaga kesehatan reproduksinya dengan lebih baik. Kesehatan reproduksi yang dijaga dengan baik ini secara tidak langsung meningkatkan taraf ekonomi dan sosialnya karena dengan kesehatan reproduksi yang baik memungkinkan individu dapat lebih merencanakan masa depannya menjadi lebih baik.

Kata kunci: remaja, teman sebaya, pelatihan, pendampingan, kesehatan reproduksi

Abstract

Adolescent phase is a phase which is very vulnerable and need to be maintained properly. In this phase one important thing is to maintain reproductive health. The rate of marriage at young age in Sinabun village is quite high. Another fact is the discovery of divorce cases involving marriage at young age. It is linked to various factors such as lacking of knowledge about reproductive health, low education levels, low socioeconomic, and the lack of facilities that support activities in a positive teenager outside the school. Problems that intervened in this program is the lack of knowledge about adolescent reproductive health. The method used is the training and mentoring teenage peers of reproductive health care. Some media provided include booklets and CDs containing reproductive health. The main work of the program is the training and mentoring. Disadvantage faced in this program was some participants were less active especially from younger teens. Training and mentoring provided proven to increase knowledge of adolescents about reproductive health and its ability in counseling on reproductive health to their peers. These activities have an impact that increased insight and understanding about health reproduction on adolescents so that they can maintain the health of reproduction better. Well-maintained reproductive health indirectly improves the economic and social due to good reproductive health enables individuals plan the future better.

Key words: adolescence, peers, training, mentoring, reproductive health

PENDAHULUAN

Remaja adalah tahapan kehidupan yang dilalui oleh setiap manusia dalam proses perkembangan sejak lahir sampai pada masa peralihan, dari masa kanak – kanak menuju masa dewasa. Perkembangan emosi pada masa remaja ditandai dengan sifat emosional yang meledak – ledak dan sulit untuk dikendalikan. Hal ini disebabkan adanya konflik peran yang sedang dialami remaja. Jika seseorang remaja tidak berhasil mengatasi situasi ini, maka remaja akan terperangkap masuk dalam hal negatif, salah satu diantaranya perilaku seks bebas atau penyalahgunaan narkoba. Pada umumnya remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (*high curiosity*). Remaja cenderung ingin berpetualang menjelajah segala sesuatu dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya. Selain didorong juga oleh keinginan menjadi seperti orang dewasa menyebabkan remaja ingin mencoba melakukan apa yang sering dilakukan orang dewasa termasuk yang berkaitan dengan masalah seksualitas. Modernisasi, globalisasi teknologi dan informasi dan faktor lainnya turut mempengaruhi perubahan perilaku kehidupan remaja yang kemudian berpengaruh pada kehidupan kesehatan reproduksi mereka. Perubahan perilaku kesehatan reproduksi jika tidak ditangani dengan seksama maka akan berdampak pada penurunan kualitas keluarga di masa mendatang. Saat ini pacaran menjadi suatu kebiasaan di kalangan remaja dan remaja yang tidak memiliki pacar akan dikatakan kuno oleh teman sebayanya. Tidak tersedianya informasi yang akurat dan benar tentang kesehatan reproduksi, me-maksa remaja mencari akses dan melakukan eksplorasi sendiri. Majalah, buku dan film pornografi dan pornoaksi memaparkan kenikmatan hubungan seks tanpa mengajarkan tanggung jawab dan risiko yang harus dihadapi, menjadi acuan utama mereka. Mereka juga mempelajari seks dari internet. Hasilnya, remaja yang beberapa generasi lalu masih malu-malu kini sudah melakukan hubungan seks di usia dini, yakni 13-15 tahun (Depsos RI, 2008).

Fakta menunjukkan bahwa sebagian besar remaja tidak mengetahui tentang seks bebas dan dampak dari perilaku seksual yang mereka lakukan, seperti hamil di luar nikah, kehamilan yang tidak diinginkan hingga aborsi, penyakit menular seksual (PMS) termasuk HIV/AIDS, dan lainnya. Risiko medis aborsi/pengguguran pada remaja cukup tinggi seperti pendarahan, komplikasi aborsi yang tidak aman hingga kematian. Begitu pula dampak penyakit menular seksual yang juga bisa menyebabkan kematian seperti terinfeksi HIV/AIDS, (Depsos RI, 2008). Penderita HIV dan AIDS berdasarkan data Kementerian Kesehatan dari 1 Januari 1987 sampai dengan 31 Desember 2011 sebanyak 76.879 kasus HIV, sedangkan kasus AIDS berjumlah 29.879 dimana 5430 diantaranya mengalami kematian. Proporsi kumulatif kasus AIDS tahun 1987-2011 tertinggi dilaporkan pada kelompok umur 20-29 th (45,9%). Hal ini menunjukkan bahwa kelompok ini menderita penyakit ini pada masa remaja karena masa inkubasi AIDS 5 hingga 10 th. Sedangkan kasus AIDS pada umur 15-19 th sebanyak 3,4%, (Depkes RI, 2011). Hasil penelitian terakhir 2011 yang dilansir Komisi Penanggulangan Daerah (KPAD) Provinsi Bali, Sebanyak 95 remaja (usia 15-19 th) di Bali positif terjangkit virus HIV/AIDS. Sebagian besar tertular melalui hubungan seksual (Bali Post, 18 April 2014).

Berdasarkan pemaparan di atas, terdapat berbagai macam dampak yang dapat ditimbulkan dari kurangnya kemampuan remaja menjaga kesehatan reproduksinya, antara lain: kehamilan di luar nikah, aborsi, putus sekolah, terkena infeksi penyakit menular seksual, dan AIDS. Efek kelanjutannya adalah makin kurangnya akses untuk menikmati pendidikan yang lebih tinggi serta tingkat ekonomi atau kesejahteraan keluarga yang lebih rendah.

SUMBER INSPIRASI

Berdasarkan profil Desa Sinabun (Kecamatan Sawan, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali) tahun 2014, Desa Sinabun memiliki penduduk sebanyak 1.380 Kepala Keluarga (KK) dengan jumlah total

penduduk sebesar 5.423 (50,5% laki-laki, 49,5% perempuan). Dari jumlah tersebut, sebanyak 811 orang (14,95%) tergolong dalam kelompok usia remaja yaitu antara 12 hingga 20 tahun. Dari data perekonomian Desa Sinabun didapatkan bahwa rata-rata tingkat pendapatan masyarakat di Desa Sinabun sebesar 80.000 rupiah perbulan perkapita dengan mayoritas masyarakat bekerja sebagai buruh bangunan, petani, karyawan swasta, buruh tani, dan peternak.

Salah satu dampak dari kurangnya remaja menjaga kesehatan reproduksinya adalah meningkatnya pernikahan usia dini. Data wanita yang menikah pada usia < 16 tahun sebanyak 115 orang. Pernikahan usia dini dapat memicu gangguan hubungan dalam rumah tangga. Data mengenai kasus perceraian belum tercatat dengan baik mengingat kasus perceraian atau pisah ranjang di Desa Sinabun umumnya diselesaikan secara adat dan datanya jarang dilaporkan ke desa. Namun berdasarkan wawancara dengan salah satu staf kantor desa, kasus perceraian yang terjadi di desa Sinabun menimpa baik pada pasangan usia tua maupun muda. Sepengetahuannya, terdapat satu kasus perceraian pada seorang wanita yang menikah pada saat usianya 15 tahun dan perceraian ini terjadi setelah 1 tahun usia pernikahannya. Hal ini menunjukkan bahwa pernikahan usia dini di desa Sinabun masih banyak terjadi. Hal ini dapat menghambat perkembangan dan masa depan terutama pada pihak perempuan.

Data lainnya yang diperoleh berdasarkan pencatatan oleh Puskesmas I Sawan sejak Januari 2015 hingga September 2015, terdapat 4 kasus yang datang dengan keluhan infeksi menular seksual (IMS) dimana pasien berasal dari Desa Sinabun dengan usia antara 12 hingga 20 tahun. Uniknya keseluruhan 4 kasus yang datang ke poliklinik IMS tersebut berjenis kelamin perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya perhatian dari pasangan laki-laki untuk ikut serta memeriksakan diri. Catatan mengenai jumlah kasus infeksi menular seksual berkaitan dengan kurang baiknya

remaja mengelola kesehatan reproduksinya.

Beberapa faktor yang diidentifikasi sebagai penyebab kurangnya remaja di desa Sinabun dalam menjaga kesehatan reproduksinya antara lain:

- a. Kurangnya pengetahuan remaja
Kurangnya pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi teramati berdasarkan hasil penelitian oleh Sri Dewi Lestari, dkk.dari UNDIKSHA (2015, tidak dipublikasikan). Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa remaja di desa tersebut, didapat bahwa pemahaman remaja tentang penyakit menular seksual dan HIV/AIDS masih kurang. Selain itu pula orang tua tabu membicarakan masalah seks dengan anaknya.
- b. Kurangnya perhatian dari orang tua
Selain itu pula, berdasarkan hasil penelitian yang sama, terdapat kurangnya perhatian ataupun pengawasan dari orang tua. Di desa tersebut, pacaran yang dilakukan oleh remaja pada umumnya dilakukan secara sembunyi-sembunyi, tanpa sepengetahuan orang tua. Hal ini menyebabkan kurangnya pengawasan dari orang tua.
- c. Sedikitnya minat bersekolah
Di Desa Sinabun sering terjadi bahwa remaja yang telah menempuh pendidikan SMP atau SMA selanjutnya diminta oleh orang tuanya untuk membantu pekerjaan orang tuanya. Hal ini ditujukan untuk membantu ekonomi keluarga atau sekedar sebagai persiapan untuk nanti bekerja. Remaja tamat SMA di Desa Sinabun umumnya selain mereka menjadi buruh bangunan, banyak pula yang pergi merantau ke Denpasar untuk bekerja. Tentunya mengingat tingkat pendidikan yang rendah, lowongan pekerjaan yang bisa diambil biasanya terbatas dan dengan gaji yang kurang cukup.

- d. Status ekonomi keluarga umumnya menengah ke bawah. Walaupun terlihat bahwa rata-rata pendapatan keluarga di Desa Sinabun sebesar 340.000/hari dengan jumlah anggota keluarga rata-rata 5 (lima) orang, namun sebagian besar penduduk di Desa Sinabun bekerja sebagai buruh bangunan, petani, karyawan swasta, buruh tani, dan peternak.

Berdasarkan berbagai faktor tersebut di atas serta dilihat dari kapasitas intervensi dari tim pelaksana, maka disepakati untuk melakukan intervensi berupa meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi pada remaja di desa Sinabun.

METODE

Metode yang digunakan dalam program P2M ini adalah pelatihan dan pendampingan yang ditujukan kepada remaja teman sebaya peduli kesehatan reproduksi. Metode pelatihan ditujukan untuk meningkatkan pemahaman para remaja teman sebaya. Metode pelatihan dipilih dibandingkan dengan metode seminar oleh karena berdasarkan kerucut Edgar Dale informasi yang diterima oleh otak lebih mudah diserap dan diingat apabila materi diberikan dalam bentuk yang mendekati nyata atau bentuk pengalaman dibandingkan hanya dalam bentuk lisan, tulisan, atau gambar saja. Selain itu ditambahkan pula brosur yang diharapkan dapat mempermudah pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi. Metode pendampingan diberikan untuk memperbaiki berbagai kendala atau kekurangtahuan informasi yang dihadapi oleh remaja teman sebaya.

Evaluasi yang dilakukan berupa 2 tahap. Tahap pertama berupa penilaian skor posttest pengetahuan remaja teman sebaya melalui ujian tulis. Ujian tulis posttest pengetahuan dilakukan sesaat setelah pelaksanaan pelatihan. Peserta dinyatakan lulus apabila skor post test \geq 75% dari skor maksimal. Pelatihan dinyatakan berhasil apabila minimal 75% dari seluruh peserta dinyatakan lulus. Tahap kedua berupa evaluasi terhadap peran remaja teman sebaya. Apabila

peran remaja teman sebaya sebagai sumber informasi kesehatan reproduksi dipergunakan dengan baik oleh para remaja di Desa Sinabun, maka program pelatihan dan pendampingan ini dianggap berjalan dengan baik.

KARYA UTAMA

Karya utama yang diterapkan pada pelaksanaan P2M ini metode pelatihan dan pendampingan pada remaja teman sebaya. Pelaksanaan pelatihan dilaksanakan melalui tahapan-tahapan antara lain: penyampaian materi, diskusi atau tanya jawab, dan latihan bagi peserta untuk berperan sebagai remaja teman sebaya. Pendampingan dilaksanakan dengan cara memberikan kesempatan kepada peserta untuk berkonsultasi mengenai berbagai macam permasalahan terkait kesehatan reproduksi. Pendampingan dilaksanakan 1 bulan setelah pelatihan sebanyak 2 kali dengan jeda antar pendampingan adalah 1 bulan.

ULASAN KARYA

Kegiatan pelatihan dan pendampingan yang telah dilakukan berjalan cukup baik. Sebagian peserta antusias mengikuti kegiatan. Hal lain yang mendukung adalah peningkatan pengetahuan peserta mengenai kesehatan reproduksi. Hal ini dilihat dari perbandingan hasil posttest dibandingkan hasil pretest dimana rata-rata hasil posttest lebih tinggi dibandingkan hasil pretest. Dalam kegiatan pelatihan, peserta juga dilatih menjadi konselor remaja teman sebaya sehingga peserta bertambah wawasannya alam hal konseling. Hasil ini sesuai dengan hasil program P2M oleh Shohib dkk. (2016) yang mendapatkan bahwa kegiatan pelatihan dan pendampingan membuka wawasan baru terhadap fungsi dan peran bimbingan konseling di sekolah.

Namun berdasarkan kendala yang telah disampaikan, terdapat pemilihan remaja sebagai peserta yang kurang tepat. Pemilihan remaja tersebut berpengaruh terhadap kegiatan dimana pada sesi tanya jawab saat pelatihan dan saat pendampingan remaja menjadi kurang aktif. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh factor kepribadian dari

peserta sehingga takut untuk mengutarakan pertanyaan. Remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama dengan teman sebayanya.

Remaja dapat lebih mudah mengutarakan pendapatnya kepada teman sebaya dibandingkan dengan orang lain yang di atas usianya. Menurut Depkes (2012, dalam Christina), sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku teman sebaya lebih besar pengaruhnya daripada keluarga. Di dalam kelompok sebaya, remaja berusaha menemukan konsep dirinya. Disini ia dinilai oleh teman sebayanya tanpa memerdulikan sanksi-sanksi dunia dewasa. Kelompok sebaya memberikan lingkungan, yaitu dunia tempat remaja melakukan sosialisasi di mana nilai yang berlaku bukanlah nilai yang ditetapkan oleh orang dewasa, melainkan oleh teman seusianya.

Faktor lain yang berpengaruh terhadap kurang aktifnya peserta mengikuti kegiatan adalah factor usia para remaja. Para remaja yang berusia lebih tua (usia SMA ke atas) cenderung lebih aktif mengikuti pelatihan dibandingkan dengan para remaja yang berusia lebih muda (usia SMP). Hal ini kemungkinan disebabkan oleh pengetahuan dan pengalaman para remaja usia lebih muda yang lebih terbatas mengenai kesehatan reproduksi dibandingkan dengan para remaja dengan usia lebih tua. Selain itu pula, rasa percaya diri remaja yang kurang pada usia SMP sering ditemui. Studi kasus bimbingan konseling pada siswa SMP Negeri 24 Surabaya mendapatkan bahwa kasus pecaya diri remaja SMP cukup banyak. Gejala kurang percaya diri tersebut terlihat dari mudah mengalami cemas atau salah ucap ketika berbicara dengan orang yang pertama kali dikenal (Yuniarti dan Pratiwi).

Solusi yang dilakukan oleh panitia pelaksana atas permasalahan ini adalah mendorong peserta dengan usia lebih muda agar lebih aktif mengemukakan pemasalahannya baik saat sesi tanya jawab maupun saat pendampingan walaupun hasil yang diharapkan belumlah maksimal.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil adalah kegiatan pelatihan dan pendampingan meningkatkan pengetahuan serta kemampuan peserta memberikan saran/masukan bagi remaja yang memiliki permasalahan tentang kesehatan reproduksi.

DAMPAK DAN MANFAAT KEGIATAN

Kegiatan ini memberikan dampak yaitu meningkatnya wawasan dan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi sehingga mereka dapat menjaga kesehatan reproduksinya dengan lebih baik. Kesehatan reproduksi yang dijaga dengan baik ini secara tidak langsung meningkatkan taraf ekonomi dan sosialnya karena dengan kesehatan reproduksi yang baik memungkinkan individu dapat lebih merencanakan masa depannya menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Christina. Bab 2 Tinjauan Teoretis Teman Sebaya. Tersedia pada: <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/40655/12/Chapter%20II.pdf> Diakses pada tanggal 6 November 2016
- Depsos RI. 2008. *Perilaku Seksual Remaja*. Sabili Nomor 14 Tahun XIV, 24 Januari 2008.
- Shohib, Muhammad, dkk. 2016. Pendampingan Kelompok Konselor Sebaya di Kota Batu. *DEDIKASI* Volume 13, Mei 2016 p.34-38 Tersedia pada: <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/dedikasi/article/download/3135/3773> Diakses pada tanggal 6 November 2016
- Sri Dewi Lestari, dkk. 2015. *Perilaku Seksual Remaja di Desa Sinabun*. Penelitian Dana DIPA (belum dipublikasikan). Universitas Pendidikan Ganesha
- Yuniarti, Yesi dan Titin Indah Pratiwi. Penggunaan Konseling Rasional Emotif Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa. Tersedia pada: <http://ejournal.unesa.ac.id/article/7895/75/article.pdf> Diakses pada tanggal 6 November 2016