

**PEMBERDAYAAN REMAJA MELALUI PELATIHAN KONSELOR SEBAYA
PADA SISWA SMK DUA DESEMBER PELAIHARI**

Septi Anggraeni dan Eka Handayani
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan
E-mail: septi_0323@yahoo.co.id

ABSTRAK

Berdasarkan laporan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tanah Laut dan dari beberapa hasil penelitian diketahui bahwa masalah yang terjadi seputar kaum remaja khususnya di Kabupaten Tanah Laut meliputi seks pranikah, Infeksi Menular Seksual (IMS), Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD), abortus, anemia, dan kenakalan remaja lain seperti merokok dan penyalahgunaan NAPZA. Untuk mengatasi permasalahan kesehatan pada remaja, Pemerintah menggalakkan upaya kesehatan remaja melalui program kesehatan untuk remaja yaitu PKPR di Puskesmas. Di Kabupaten Tanah Laut, PKPR berdiri sejak tahun 2007, namun pemanfaatannya oleh remaja masih sangat kurang, karena jam pelayanan yang berbenturan dengan jam sekolah. Di SMK Dua Desember juga terdapat pelayanan untuk mengatasi permasalahan siswa yaitu melalui guru bimbingan dan konseling (BK), namun pelaksanaannya pun belum optimal karena siswa lebih suka bercerita masalah kesehatan reproduksi dan lainnya dengan teman sebaya. Sasaran atau khalayak dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah siswa-siswi SMK Dua Desember Pelaihari Kabupaten Tanah Laut. Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian ini adalah pelatihan konselor sebaya yang bertujuan untuk menghasilkan konselor sebaya yang memiliki pengetahuan yang benar tentang masalah kesehatan remaja dan mampu untuk menginformasikan pemahaman tersebut kepada teman sebayanya. Hasil dari kegiatan ini yaitu terjadi peningkatan pengetahuan tentang tiga risiko yang dihadapi oleh remaja (TRIAD KRR) meliputi Seksualitas, NAPZA, dan HIV/AIDS, Pendidikan Keterampilan Hidup Sehat (PKHS), dan terjadi peningkatan pemahaman informasi tentang panduan pemberian informasi KRR terhadap teman sebaya.

Kata kunci : remaja, konselor, teman sebaya

ABSTRACT

Based on reports from the departement of health in Tanah Laut and from several research results it is known that the problems that occur around adolescents especially in Tanah Laut Regency include premarital sex, sexually transmitted infections, unwanted pregnancies, abortion, anemia, and delinquency other teenagers such as smoking and drug abuse. To overcome health problems in adolescents, the Government promotes adolescent health efforts through health programs for adolescents, namely PKPR at Puskesmas. In Tanah Laut Regency, PKPR was established in 2007, but its utilization by adolescents is still very lacking, due to hours of service that clash with school hours. In the SMK Dua Desember there are also services to overcome student problems, namely through guidance and counseling teachers (BK), but the implementation is not optimal because students prefer to tell reproductive health problems and others with peers. The target in the implementation of this service is Vocational School students in SMK Dua Desember, Tanah Laut Regency. The method used in this service activity is the training of peer counselors which aims to produce peer counselors who have the right knowledge about adolescent health problems and are able

to inform those understanding to their peers. The results of this activity were an increase in knowledge about Adolescent Reproductive Health including Sexuality, Drug, and HIV / AIDS, Healthy Life Skills Education, and increased understanding of information about guidelines for providing Adolescent Reproductive Health information to peers.

Keywords: teenagers, counselors, peers

PENDAHULUAN

Remaja merupakan calon generasi penerus bangsa, remaja sehat menjadi aset bagi kelangsungan pembangunan di masa mendatang, sehingga status kesehatan remaja merupakan hal yang perlu dipelihara dan ditingkatkan agar dapat menghasilkan generasi penerus bangsa yang sehat, tangguh dan produktif serta mampu bersaing.

Salah satu faktor yang dapat menghambat upaya peningkatan kualitas remaja adalah masalah yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja. Dari berbagai laporan dinyatakan bahwa banyak remaja terjebak dalam perilaku reproduksi tidak sehat, diantaranya perilaku seksual pranikah yang berujung pada Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD) hingga kasus aborsi yang tidak aman, penularan Infeksi Menular Seksual (IMS), dan HIV-AIDS, selain itu masalah yang terjadi seputar kaum remaja meliputi penyalahgunaan narkoba dan alkohol serta merokok (Dirjen Bina Gizi dan KIA, 2014).

Untuk mengatasi permasalahan kesehatan pada remaja, Pemerintah menggalakkan upaya kesehatan remaja melalui program kesehatan untuk remaja. Program pelayanan kesehatan remaja di wilayah Kabupaten Tanah Laut yaitu Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) berdiri sejak tahun 2007, namun pemanfaatannya oleh remaja masih sangat kurang. Data laporan program PKPR tahun 2010 di Kabupaten Tanah Laut, menunjukkan bahwa dari 1055 remaja, yang memanfaatkan pelayanan PKPR di Puskesmas hanya sebesar 11,75% dengan kasus remaja yang sering terjadi adalah seks pranikah (47 kasus), infeksi menular seksual (11 kasus), kehamilan tidak diinginkan (16 kasus), abortus (13 kasus) dan anemia (37 kasus). (Dinkes Tanah Laut, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian tentang pemanfaatan PKPR di Kabupaten Tanah Laut, diperoleh hasil yaitu dari 124 remaja yang diteliti, hanya 34 (27,4%) yang memanfaatkan pelayanan tersebut. Kurangnya pemanfaatan pelayanan PKPR tersebut disebabkan karena jam pelayanan yang tidak sesuai dg kebutuhan remaja. Jam pelayanan tersebut berbenturan dengan jam sekolah, sehingga remaja yang memanfaatkan pelayanan tersebut hanya remaja yang memang mengalami masalah kesehatan, padahal sasaran dari PKPR tidak hanya remaja

yang bermasalah saja, namun juga pada remaja yang tidak bermasalah dan beresiko yaitu melalui konseling. (Anggraeni, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian tentang perilaku seksual pranikah pada siswa di SMK Kabupaten Tanah Laut, diperoleh hasil bahwa dari 130 siswa, sebanyak 40 siswa (30,8%) berperilaku seksual beresiko dan sebesar 21,5% memiliki sikap yang mendekati kearah perilaku seksual pranikah dan hanya sebagian kecil yaitu 31,5% siswa yang memiliki pengetahuan yang baik tentang perilaku seksual pranikah. Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan tentang bahaya NAPZA pada siswa di SMK Dua Desember diperoleh hasil bahwa dari 42 siswa yang diteliti, sebesar 35,7% siswa memiliki pengetahuan kurang tentang bahaya NAPZA (Anggraeni, 2016).

Di dalam dunia pendidikan, usaha untuk mengatasi masalah-masalah yang terjadi pada siswa yaitu melalui layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada individu atau kelompok agar menjadi pribadi yang mandiri dan berkembang dengan optimal. Berdasarkan wawancara dengan salah satu pihak sekolah, diketahui bahwa selama ini di SMK Dua Desember memang sudah ada guru bimbingan dan konseling, namun guru tersebut merupakan guru yang bukan dari bidangnya yang ditunjuk sebagai guru BK dan peranan BK di sekolah belum optimal. Di Puskesmas khususnya di Kabupaten Tanah Laut juga menyediakan pelayanan untuk remaja yaitu PKPR, namun pemanfaatannya pun kurang optimal karena jam pelayanan yang berbenturan dengan jam sekolah.

Remaja umur 15-19 tahun lebih suka berdiskusi/curhat mengenai masalah kesehatan reproduksi kepada teman sebayanya. Data SDKI 2012 menunjukkan bahwa 57,1% laki-laki dan 57,6% perempuan berdiskusi/curhat mengenai kesehatan reproduksi dengan temannya. Berdasarkan hasil observasi lapangan yaitu wawancara pada siswa di SMK Dua Desember diketahui bahwa beberapa siswa berpendapat bercerita atau berkonsultasi tentang kesehatan reproduksi dan masalah lainnya dengan teman adalah merupakan hal yang wajar dan benar. Adanya peranan teman sebaya dalam mempengaruhi informasi bagi remaja merupakan hal yang perlu mendapat perhatian, karena teman sebaya yang menjadi tempat curhatan remaja harus memiliki informasi yang benar tentang permasalahan remaja khususnya pencegahan terhadap masalah kesehatan pada remaja. Sehingga perlu adanya pembentukan konselor sebaya yang diharapkan mampu mengajak teman-temannya untuk berperilaku hidup sehat, memahami dan mampu menginformasikan pemahaman yang benar mengenai dampak KTD, bahaya NAPZA, HIV-AIDS dan masalah kesehatan remaja lainnya yang merupakan salah satu upaya untuk membentengi remaja/teman sebayanya dari pengaruh negatif lingkungan

serta dampak negatif pergaulan yang semakin bebas seiring pesatnya perkembangan teknologi.

METODE

Pelatihan konselor sebaya pada siswa/i SMK Dua Desember dilakukan dengan cara memberikan pelatihan kepada siswa/i terpilih sebagai tenaga konselor dengan memberikan beberapa materi pelatihan yang terdapat dalam modul pelatihan. Kegiatan pelatihan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dalam kegiatan pengabdian ini adalah penyusunan *pre planning*. Persiapan modul pelatihan yang berisi 7 materi pelatihan yaitu mengenai tumbuh kembang remaja, kesehatan reproduksi remaja, IMS dan ISR, HIV/AIDS, penyalahgunaan NAPZA dan Perilaku hidup sehat serta teknik konseling bagi konselor sebaya.

2. Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan meliputi tahapan:

1) Perkenalan

Pelaksana memperkenalkan diri pada peserta pengabdian masyarakat. Siswa dikumpulkan di kelas

2) *Pre Test*

Pre test dilakukan untuk mengetahui pengetahuan peserta mengenai masalah-masalah kesehatan pada remaja sebelum dilakukan pelatihan

3) Pelatihan

Penyampaian materi dengan alat bantu modul pelatihan, diskusi interaktif dan *role play*

4) *Post test*

Post test dilakukan untuk mengetahui pengetahuan peserta tentang materi yang telah disampaikan setelah dilakukan pelatihan

KHALAYAK SASARAN

Peserta dari pengabdian masyarakat ini adalah siswa/i SMK Dua Desember yang memenuhi beberapa persyaratan yaitu mampu menjadi pendengar yang baik, tidak berlagak menjadi guru (menggurui), dapat menyimpan rahasia dan mampu memotivasi, dengan jumlah peserta yaitu 8 orang.

HASIL KEGIATAN

Kegiatan ini dilaksanakan selama 3 kali, bertempat di ruang kelas SMK Dua Desember Pelaihari. Dilaksanakan pada hari sabtu, tanggal 9 Februari 2019 dengan kegiatan pendahuluan dan *pre test*, tanggal 16 Februari 2019 dengan rangkaian kegiatan pelatihan berupa penyampaian materi dan diskusi serta tanggal 23 februari 2019 dengan kegiatan *role play*, *post test* dan penutup. Hasil *pre test* dan *post test* peserta pelatihan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Peserta Sebelum Diberikan Pelatihan Konselor Sebaya di SMK Dua Desember Pelaihari

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	2	25,0
Cukup	1	12,5
Kurang	5	62,5
Jumlah	8	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa pengetahuan peserta tentang tiga resiko yang dihadapi oleh remaja (TRIAD KRR) dan PKHS sebelum diberikan pelatihan sebagian besar yaitu sebesar 62,5% berada pada kategori kurang. Berdasarkan hasil jawaban kuesioner diketahui bahwa sebagian besar peserta banyak salah menjawab pada pertanyaan tentang bahasan kesehatan reproduksi remaja. Beberapa peserta menjawab bahwa remaja perempuan tidak akan hamil jika berhubungan seksual hanya sekali saja, tidak akan hamil jika ejakulasi diluar (hanya disentuhkan pada mulut vagina) dan beberapa peserta tidak mengetahui risiko kesehatan akibat dari perilaku seksual pranikah pada remaja.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Peserta Setelah Diberikan Pelatihan Konselor Sebaya di SMK Dua Desember Pelaihari

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	6	75
Cukup	2	25
Kurang	0	0
Jumlah	8	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa setelah diberikan pelatihan, pengetahuan peserta mengalami peningkatan. Sebelum pelatihan, terdapat 5 peserta yang memiliki

pengetahuan kurang tentang TRIAD KRR dan PKHS, namun setelah dilakukan pelatihan, tidak ada lagi peserta dengan pengetahuan kurang, dan sebagian besar berpengetahuan baik.

FOTO KEGIATAN



KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan, di peroleh hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan tentang tiga risiko yang dihadapi oleh remaja (TRIAD KRR) meliputi Seksualitas, NAPZA, dan HIV/AIDS, PKHS (Pendidikan Keterampilan Hidup Sehat), serta peningkatan pemahaman informasi tentang panduan pemberian informasi KRR untuk teman sebaya.

Dengan adanya peningkatan pemahaman yang benar, diharapkan konselor sebaya yang sudah diberi pelatihan, mampu mengajak teman-temanya untuk berperilaku hidup sehat, memahami dan mampu menginformasikan pemahaman yang benar mengenai dampak Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD), bahaya NAPZA, HIV-AIDS dan masalah kesehatan remaja lainnya yang merupakan salah satu upaya untuk membentengi diri dan teman sebayanya dari pengaruh negatif lingkungan serta dampak negatif pergaulan yang semakin bebas seiring pesatnya perkembangan teknologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, Septi. 2012. Analisis Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap pemanfaatan PKPR di Wilayah Puskesmas Kabupaten Tanah Laut Kalimantan Selatan (Tesis). Semarang : UNDIP
- Anggraeni, Septi. 2016. Efektivitas Penyuluhan NAPZA Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa di SMK DD Kabupaten Tanah Laut. *Jurnal Kesehatan Indonesia*; 6(3): 18-22
- Anggraeni, Septi. 2016. Hubungan Pengetahuan, Keterpaparan Sumber Informasi dan Sikap Remaja Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja di SMK “X” Kabupaten Tanah Laut. *Prosiding Hasil Penelitian Dosen-Dosen UNISKA*. 2017. H. 102-108.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Tanah Laut. *Laporan Kegiatan Bulanan PKPR Tahun 2010*.
- Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. 2014. *Modul Pelatihan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. 2014. *Pedoman Standar Nasional Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR)*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI