

PENERAPAN EDUKASI DAN KONSELING BERBASIS M-HEALTH DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN REMAJA PUTRI UNTUK MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI PADA ERA ADAPTASI BARU

Sri Djuwitaningsih¹, Syafdewiyani², Uly Desmarnita³, Puspita Hanggit Lestari⁴
^{1,2,4}Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III
³Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta I
djuwitaningsih.sri@gmail.com

ABSTRACT

Adolescent girls are a vulnerable group that requires special attention, especially for their growth and development. If we ignored them, it can lead to a variety of dangerous behaviours, including promiscuity and drug use, which can result in unwanted marriages, abortions, and even the death of young women. Educational innovations that reach young women are urgently needed. However, the application of health protocols during the COVID-19 pandemic causes physical contact with adolescents to be minimized, while preventive and promotional actions through education must still be carried out. Based on this, in the era of the COVID-19 pandemic, the educational and counselling approach through the Android-based m-Health media is the best choice. Through m-Health media, adolescent can meet health workers without being limited by space or time. This observance program is the result of the knowledge and skills gained by young women in health through education and counselling based on M-Health. Young women are able to conduct consultations about overcoming their reproductive health problems. The Community Service Program for the Implementation of Education and counselling Based on the capacity building of adolescent, it has become a solution to making it easier for teenagers to obtain information on reproductive health and consultation on health problems during the new adaptation period by maximizing consultation in M-Health. E-module of reproductive health counselling education for high school students serving as a tutorial medium for learning how to use HEY NERS Health Counselling. Education as a medium of education and counselling can be used to control risky behaviour in adolescents.

Keywords: education; counselling; M-Health; adolescent girls; reproductive Health

ABSTRAK

Remaja putri merupakan kelompok rentan yang membutuhkan perhatian khusus terutama terhadap pertumbuhan dan perkembangannya. Konsekuensi tumbang pada remaja khususnya remaja putri, jika diabaikan akan menimbulkan berbagai permasalahan perilaku beresiko, seperti pergaulan bebas, dan penggunaan napza yang menyebabkan kehamilan tidak diinginkan, aborsi, bahkan kematian remaja putri. Inovasi edukasi yang menjangkau remaja putri sangat dibutuhkan, Namun, Penerapan protokol kesehatan selama pandemi Covid-19 menyebabkan kontak fisik dengan remaja diminimalkan, sementara tindakan preventif promotif melalui edukasi tetap harus dilakukan. Berdasarkan hal tersebut, di era pandemic Covid-19, pendekatan edukasi dan konseling melalui media m-Health berbasis android menjadi pilihan terbaik. Melalui media m-Health, remaja putri dapat berkonsultasi kepada petugas kesehatan tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. Hasil dari program pengabmasi ini adalah meningkatnya pengetahuan dan keterampilan remaja putri tentang kesehatan reproduksi melalui edukasi dan konseling berbasis M-Health. Remaja putri mampu melakukan konsultasi dalam mengatasi masalah Kesehatan reproduksinya. Program Pengabmas Penerapan Edukasi Dan Konseling Berbasis Dalam Meningkatkan Kemampuan Remaja Putri ini telah menjadi solusi dalam memudahkan remaja mendapatkan informasi Kesehatan reproduksi dan konsultasi masalah Kesehatan reproduksi di masa era adaptasi baru dengan memaksimalkan konsultasi dalam M-Health. E-modul edukasi konseling kesehatan reproduksi bagi siswi SMA sebagai media tutorial untuk dapat memahami penggunaan m-Health Edukasi konseling HEY Ners sebagai media edukasi dan konseling dapat digunakan untuk mengendalikan perilaku berisiko pada remaja.

Kata kunci: edukasi; konseling; kesehatan reproduksi; M-Health; remaja putri

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan reproduksi remaja di Indonesia cukup bervariasi dan sangat memprihatinkan. Kondisi geografis Indonesia yang terdiri dari kepulauan menjadi hambatan bagi pelayanan keperawatan terhadap kondisi ini dikarenakan permasalahan akses. Teknologi informasi berbasis internet seperti mobile health (m-Health) sangat tepat digunakan untuk memecahkan permasalahan ini. Pemanfaatan m-health pada tatanan pelayanan keperawatan seperti edukasi konseling kesehatan reproduksi dapat menghilangkan permasalahan jarak antara perawat dan klien, yang mana dalam era pandemic patuh terhadap protocol Kesehatan menjadi hal yang sangat penting. Pelayanan keperawatan dapat diberikan dalam jarak jauh berupa pelayanan preventif dan promotif melalui edukasi dan konseling

Teknologi informasi semakin berkembang pesat, khususnya teknologi informasi berbasis internet yang memiliki dampak positif terhadap banyak aspek dalam berbagai bidang, sehingga aktivitas kerja menjadi semakin efektif dan efisien (cepat dan tepat) (Nurwahidin, Lestari and Raharjo, 2016). Berdasarkan hasil survey, penggunaan internet masyarakat Indonesia terus mengalami peningkatan yaitu 143,26 juta jiwa atau 54,7% pada tahun 2017 (Buletin APJII, 2018). Hal ini sangat memungkinkan untuk penerapan edukasi kesehatan dengan teknologi informasi berbasis internet di Indonesia seperti mobile health (m-

Health). M-Health adalah pelayanan kesehatan yang menggunakan layanan elektronik untuk mendukung pelayanan yang diberikan kepada klien, seperti perawatan, edukasi kesehatan ataupun pemantauan kesehatan jarak jauh yang memiliki azas untuk ditaati agar menjaga kualitas layanan yaitu aman, efektif, berpusat pada klien, tepat waktu, efisien dan adil (Lestari & Subardiah, 2017). Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa teknologi internet dapat membantu perawat didalam memberikan intervensi keperawatan, salah satunya dilakukan oleh Hyun, et.al (2013) memberi gambaran bahwa perawat sebagai partisipan menyatakan merasakan manfaat e-Health dalam mengelola pasien untuk berhenti merokok.

Remaja putri dengan perkembangannya memiliki karakteristik perilaku rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang. Perilaku tersebut menyebabkan remaja pada posisi rentan untuk jatuh kedalam perilaku berisiko, diantaranya perilaku seksual pranikah, kehamilan yang tidak diinginkan, kelahiran dengan bayi prematur, infeksi menular seksual (IMS) termasuk HIV dan AIDS, dan rentan terhadap bahaya penggunaan tembakau, alkohol dan narkoba yang secara tidak langsung berdampak terhadap kesehatan reproduksinya. Prevalensi perilaku berisiko pada remaja semakin meningkat dan dampak yang ditimbulkannya juga semakin mengkhawatirkan.

Berdasarkan kondisi diatas dirasakan perlu pendekatan pemberdayaan teknologi informasi dalam mengatasi masalah pada remaja putri. Ditambah dengan situasi saat ini di era pandemic, protocol kesehatan harus dikedepankan untuk memutus rantai penularan covid 19. Oleh karena itu pelayanan Kesehatan berupa edukasi konseling dengan menggunakan media m-Health menjadi prioritas pendekatan untuk mendekatkan tenaga Kesehatan remaja putri tan harus berdekatan, kapanpun dan dimanapun remaja putri tetap bisa berkomunikasi dengna petugas Kesehatan.

METODE

Pelaksanaan Program Pengabmas masyarakat Penerapan Edukasi Dan Konseling Berbasis M-Health Dalam Meningkatkan Kemampuan Remaja Putri Untuk Menjaga Kesehatan Reproduksi Pada Era Adaptasi terdiri dari 4 rangkaian kegiatan yaitu Penyusunan modul digital edukasi dan konseling Kesehatan remaja putri, Pelatihan bagi konselor dn siswa penggunaan m-H ealth sebagai media bimbingan konseling, Pelaksanaan edukasi konseling dengan menggunakan app m-Health, Monitoring dan evaluasi pelaksanaan.

Metode pelaksanaan program pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan merupakan sebuah rangkaian yang sistematis, dan mengacu kepada analisis situasi sebagai berikut yaitu tahap pra pelaksanaan kegiatan, dilakukan dengan Penyusunan materi pelatihan edukasi konseling bagi konselor dalam bentuk digital, tutorial penggunaan aplikasi HEY NERS (*Health education for Youth by Ners*), koordinasi dengan Kepala Sekolah mengenai waktu dan strategi dan melibatkan mahasiswa Profesi Keperawatan semester 8 TA. 2021-2022, Poltekkes Kemenkes Jakarta sebanyak 3 orang.

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan secara hybrid, kombinasi antara luring dan daring. Pelaksanaan kegiatan pertama yaitu “Penguatan kader kesehatan

siswi SMK PGRI 16 Cakung dalam pemberian edukasi dan konseling bagi teman sebaya” dilaksanakan pada tanggal 18 Juni 2022. Pelaksanaan kegiatan kedua yaitu sosialisasi penggunaan aplikasi m-health bagi kader Kesehatan siswa SMK PGRI 16 Cipayung dilakukan secara luring pada tanggal 25 Juni 2022. Kader Kesehatan Siswa menggunakan m-Health sebagai media edukasi dan konseling dalam kurun waktu 1 mg (25-29 Juni 2022). Dalam pelaksanaannya Siswa didampingi melalui WA group untuk memudahkan komunikasi. Selama kegiatan, pihak sekolah juga melakukan pendampingan oleh Wakil Kesiswaan, Ketua UKS, Koordinator BK, dan Guru BK. Monitoring dan evaluasi penggunaan m-health terhadap efektifitas edukasi konseling (30 Juni 2022), dilakukan secara daring. Peserta yang dilibatkan yaitu berjumlah 31 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendapat Remaja Putri terhadap penggunaan m-Health Aplikasi Hey Ners, secara garis besar menggambarkan bahwa Aplikasi Hey Ners menarik, dan materinya bisa menambah wawasan; dapat menjadi media untuk curhat, perawatnya bisa membeikan solusi; Ga malu untuk curhat dengan perawat; dan bisa dijadikan pegangan jika menjadi konselor disekolah

Tingkat pengetahuan remaja rata-rata memiliki pengetahuan yang baik tentang masa pubertas dan pengetahuan tentang seputar organ reproduksi, pemahaman terhadap perilaku seksual yang berisiko. Selain itu, sikap terhadap kesiapan di masa depan menunjukkan bahwa remaja putri perlu merencanakan masa depannya untuk menyongsong masa depan yang lebih cerah.

Pada masa pubertas ini akan timbul ciri dari seks sekunder, masa pubertas yang terjadi pada remaja perempuan pertama kali yaitu dengan timbulnya payudara disebut breast bud penonjolan puting dan pembesaran areola. Setelah itu biasanya akan terjadi menarche atau biasa disebut haid pertama, terjadi pada umur yang berbeda-beda dengan rata-rata pada usia 10-15 tahun (Soetjningsih, 2012).

Tujuan kegiatan ini adalah mengotimalkan peran teman sebaya dalam membantu meningkatkan Kesehatan remaja. Hal ini sesuai dengan Permenkes Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak pasal 28 yang mengamanatkan pelayanan kesehatan anak usia sekolah dan remaja melibatkan kader kesehatan sekolah dan konselor sebaya serta pasal 30 yang mengamanatkan partisipasi remaja dalam melakukan pelayanan kesehatan peduli remaja. Luaran dari kegiatan pengabmas ini, diperolehnya Kader Kesehatan Siswi SMK PGRI 16 yang mampu menggunakan m-Health sebagai media edukasi dan konseling dan Adanya modul digital dalam bentuk tutorial penggunaan m-Health yaitu Aplikasi HEY Ners (*Health Education for Youth by Ners*).

Salah satu bentuk partisipasi kader kesehatan remaja dalam pelaksanaan upaya kesehatan bagi anak usia sekolah dan remaja bertujuan untuk memupuk kebiasaan hidup sehat agar memiliki pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk melaksanakan prinsip hidup sehat aktif berpartisipasi dalam program peningkatan kesehatan, baik di sekolah, di rumah maupun dalam lingkungan masyarakat.

Kegiatan ini akan memberikan manfaat selain untuk diri siswa sendiri tetapi juga untuk lingkungan dimana manfaat Kader Kesehatan Remaja membantu agar Anak Usia Sekolah dan Remaja dapat menolong dirinya sendiri dan orang lain untuk hidup sehat; menjadi promotor/ penggerak dan motivator dalam upaya meningkatkan kesehatan diri sendiri, teman-teman dan lingkungan sekitar; dan

membantu teman, guru, keluarga dan masyarakat dalam memecahkan permasalahan kesehatan termasuk melakukan rujukan ke pelayanan kesehatan.

SIMPULAN DAN SARAN

Program pengabmas penerapan edukasi dan konseling berbasis M-health dalam meningkatkan kemampuan remaja putri untuk menjaga kesehatan reproduksi pada era adaptasi baru telah meningkatkan kemampuan kader Kesehatan siswi SMKN PGRI 16 Cipayung dalam menggunakan m-Health sebagai media edukasi dan konseling bagi remaja putri. Pengetahuan remaja putri tentang pubertas dan kesehatan reproduksi meningkat dengan adanya e-modul edukasi konseling kesehatan reproduksi bagi siswi SMA sebagai media tutorial untuk dapat memahami penggunaan m-Health Edukasi konseling HEY Ners sebagai media edukasi dan konseling. Program ini selanjutnya diharapkan dapat dilaksanakan berkelanjutan disekolah untuk meningkatkan kemampuan Kader Kesehatan Siswi SMKN PGRI 16 dan menambah pengetahuan remaja putri tentang pubertas dan Kesehatan reproduksi dibawah pemantauan koordinator UKS Sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, K., Burford, O., & Emmerton, L. 2016. Mobile health apps to facilitate self-care: A qualitative study of user experiences. *PLOS ONE*, 11(5), e0156164. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0156164>
- Badriyah, T., Fadila, E. N., Syarif, I., & Jauari Akhmad, N. 2018. Rapid development of M-health application with the sprint design approach and Scrum process : Application development for E-PrEscribing. *2018 International Conference on Applied Science and Technology (iCAST)*. <https://doi.org/10.1109/icast1.2018.8751603>
- Benítez-Porres, J., Alvero-Cruz, J. R., Carrillo de Albornoz, M., Correas-Gómez, L., Barrera-Expósito, J., Dorado-Guzmán, M., Moore, J. B., & Carnero, E. A. 2016. The influence of 2-Year changes in physical activity, maturation, and nutrition on adiposity in adolescent youth. *PLOS ONE*, 11(9), e0162395. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0162395>
- Brayboy, L. M., Mezoian, T., Sepolen, A., Landgren Mills, B. S., Schultz, L., Spencer, N., Wheeler, C., & Clark, M. A. 2016. Girl talk: A smartphone application to teach sexual health education to adolescent girls. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 29(2), 161. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2016.01.008>
- Chandrakumari, A., Sinha, P., Singaravelu, S., & Jaikumar, S. 2019. Prevalence of anemia among adolescent girls in a rural area of Tamil Nadu, India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(4), 1414. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_140_19
- Child, E. W. 2015. *The global strategy for women's, children's and adolescents' health (2016-2030)*.
- Edelman, C. L., Mandle, C. L., & Kudzma, E. C. 2017. *Health promotion throughout the life span - E-book*. Elsevier Health Sciences.
- Eyles, H., Jull, A., Dobson, R., Firestone, R., Whittaker, R., Te Morenga, L., Goodwin, D., & Mhurchu, C. N. 2016. Co-design of mHealth delivered interventions: A systematic review to assess key methods and processes. *Current Nutrition Reports*, 5(3), 160-167. <https://doi.org/10.1007/s13668->

016-0165-7

- Ippoliti, N. B., & L'Engle, K. 2017. Meet us on the phone: Mobile phone programs for adolescent sexual and reproductive health in low-to-middle income countries. *Reproductive Health*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/s12978-016-0276-z>
- Khani Jeihooni, A., & Moradi, M. 2018. The effect of educational intervention based on precede model on promoting skin cancer preventive behaviors in high school students. *Journal of Cancer Education*, 34(4), 796-802. <https://doi.org/10.1007/s13187-018-1376-y>
- Kim, H., & Suh, E. E. 2018. The effects of an interactive nursing skills mobile application on nursing students' knowledge, self-efficacy, and skills performance: A randomized controlled trial. *Asian Nursing Research*, 12(1), 17-25. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2018.01.001>
- Lestantri, I. D., Putrima, Sabiq, A., & Suherlan, E. 2018. Developing and pilot testing M-health care application for pregnant and toddlers based on user experience. *Journal of Physics: Conference Series*, 978, 012067. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/978/1/012067>
- Maharjan, B., Rishal, P., & Svanemyr, J. 2019. Factors influencing the use of reproductive health care services among married adolescent girls in Dang district, Nepal: A qualitative study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-019-2298-3>
- Moridi, M., Amin Shokravi, F., & Ahmadi, F. 2019. The paradox of acceptance: A content analysis of Iranian married female adolescent in confronting pregnancy. *PLOS ONE*, 14(5), e0216649. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0216649>
- Mummah, S., Robinson, T. N., Mathur, M., Farzinkhou, S., Sutton, S., & Gardner, C. D. 2017. Effect of a mobile app intervention on vegetable consumption in overweight adults: A randomized controlled trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0563-2>
- Pandey, P. L., Seale, H., & Razeem, H. 2019. Exploring the factors impacting on access and acceptance of sexual and reproductive health services provided by adolescent-friendly health services in Nepal. *PLOS ONE*, 14(8), e0220855. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220855>