



Upaya Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Baik dari Segi Fisik maupun Mental

Efforts to Improve Reproductive Health Both Physically and Mentally

Zakiah Mujahidah¹ Rosa Susanti²

¹Prodi Keperawatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

²Prodi SI Kebidanan STIKES Bhakti Pertiwi Indodesia

Jalan Raya Pondok Gede No. 23-25 Kramajati, Jakarta Timur

Corresponding author: Rosa Susanti

Email: rosasusanti1985@gmail.com

ABSTRAK

Indikator Indeks pembangunan manusia salah satunya tentang kesehatan, dimana IPM adalah salah satu tolak ukur keberhasilan suatu bangsa. Keberhasilan suatu bangsa dapat dilihat dari kualitas masyarakat hidup sehat dan sejahtera, oleh sebab itu maka diperlukannya suatu upaya untuk meningkatkan kesehatan masyarakat yang nantinya akan menentukan derajat keberhasilan pembangunan bangsa Indonesia. Kesehatan bukan hanya sejahtera secara fisik tetapi juga berdaya secara mental serba bebas dari kelemahan ataupun kecacatan. Kesehatan dibangun mulai dari unit terkecil yaitu keluarga dimana kondisi kesehatan keluarga merupakan aspek utama dari tolak ukur kesehatan. Ibu dan anak merupakan komponen keluarga yang tergolong rentan terjadinya gangguan kesehatan. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Desember 2022, menggunakan media online (zoom). Adapun peserta pada kegiatan ini berjumlah 48 orang yang terdiri dari remaja laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 19 sd 22 tahun. Kegiatan ini terdiri dari tiga tahap pertama responden diberikan soal pretest kemudian tahap ke dua responden diberikan intervensi dalam bentuk penyampaian materi dan tahap ketiga adalah responden diberikan soal posttest. Analisis data kuantitatif didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden sebelum dan sesudah pemberian materi. Dimana sebelum diberikan materi rata-rata nilai responden 83.99 dan setelah diberikan materi mengalami peningkatan dengan rata-rata 88.82. Adapun materi yang perlu diperdalam lagi terkait indikator PHBD serta gejala dari gangguan mental pada ibu dan anak. Kegiatan berkelanjutan diharapkan perlunya melakukan edukasi pada peserta dengan target yang lebih luas lagi melalui kegiatan ekstrakurikuler yang ada di kampus).

Kata Kunci: Pengabdian masyarakat, Kesehatan Reproduksi, Kesehatan Mental

ABSTRACT

One of the human development index indicators is about health, where the HDI is one of the benchmarks for the success of a nation. The success of a nation can be seen from the quality of a healthy and prosperous society, therefore an effort is needed to improve the health of the community which will later determine the degree of success in the development of the Indonesian nation. Health is not only physically prosperous but also mentally empowered and free from weakness or disability. Health is built starting from the smallest unit, namely the family where the health condition of the family is the

main aspect of health measurement. Mothers and children are family components that are classified as vulnerable to health problems. This community service activity will be held in December 2022 using online media (zoom). The participants in this activity totaled 48 people consisting of teenage boys and girls with an age range of 19 to 22 years. This activity consisted of three stages, the first stage the respondent was given a pretest question, then the second stage the respondent was given an intervention in the form of delivery of material and the third stage was the respondent was given a post test question. Quantitative data analysis showed that there was an increase in respondents' knowledge before and after giving the material. Where before being given the material the average value of the respondents was 83.99 and after being given the material it increased with an average of 88.82. The material that needs to be deepened is related to PHBD indicators and symptoms of mental disorders in mothers and children. Continuous activities are expected to need to educate participants with a broader target through extracurricular activities on campus.

Keyword : Community service, Reproductive Health, Mental Health

PENDAHULUAN

Salah satu indikator sebagai tolak ukur keberhasilan suatu bangsa adalah Indeks pembangunan manusia . kualitas masyarakat yang sehat dan serta sejahtera hidup yang baik dan munnjukkan keberhasilan suatu bangsa. Berdasarkan hal tersebut maka perlu adanya upaya unuk meningkatkan kesehatan masyarakat yang nantinya akan menentukan derajat keberhasilan pembangunan bangsa Indonesia. (BPS, 2022)

Kesehatan tidak hanya hanya sejahtera secara fisik namun juga berdaya secara mental serta dipastikan terbebas dari kelemahan ataupun kecacatan. Kesehatan merupakan sesuatu yang komperhensif tidak hanya mencakup apa terlihat namun juga mencakup sesuatu yang terlihat, oleh karenanya diperlukan cara pemeliharaan baik fisik maupun mental. (WHO, 2018).

Kesehatan dibangun dari unit yang terkecil yaitu keluarga dimana kondisi kesehatan keluarga merupakan aspek utama dari tolak ukur kesehatan. Komponen yang rentan terjadinya gangguan kesehatan adalah ibu dan anak. Ibu merupakan salah satu pondasi utama dalam keluarga dimana orang yang paling mungkin tergganngu kondisinya baik secara fisik ataupun mental. Tanggung jawab dalam mengurus keluarga dan banyaknya peran yang dilakukan oleh ibu seorang yang dapat berpotensi sakit baik fisik maupun mental. Anak merupakan komponen kedua yang rentan terjadi penyakit dikarenakan sistem imunitasnya masih tergolong paling rendah serta banyaknya aktifitas menjadikan anak banyak terpapar oleh berbagai resiko gangguan

kesehatan. (KEMENKES, 2021)

Data menunjukkan di Indonesia bahwa pada tahun 2021, sebanyak 2.827.177 perempuan rentang usia 30-50 tahun (6,83%) telah melakukan deteksi dini kanker leher rahim dan kanker payudara dengan menggunakan metode IVA serta SADANIS. Laporan dari Provinsi Kep. Bangka Belitung sebesar 30,24%, diikuti oleh Sumatera Selatan sebanyak 25,16%, dan Nusa Tenggara Barat sebanyak 23,22%. Sedangkan, provinsi dengan cakupan deteksi dini terendah yaitu Papua sebesar 0,03%, diikuti Papua Barat sebesar 0,56%, dan Aceh sebesar 0,57%. (KEMENKES, 2021).

Remaja merupakan sekelompok orang dengan tingkat risiko tinggi untuk terjangkit IMS, hal ini dikarenakan kecenderungan terhadap pergaulan bebas yang dapat menjadi potensi remaja tersebut tertular penyakit menular seksual yang sangat membahayakan kesehatan reproduksinya. Kelompok usia remaja 15-24 tahun merupan kelompok usia yang mempunyai risiko tinggi untuk tertular serta terdapat 3 juta kasus baru tiap tahun yang berasal dari kelompok ini (Pidari dalamJois,dkk.,2014).

Data yang didapatkan UNFPA dan WHO menyebutkan bahwa terdapat 1 dari 20 remaja dalam satu tahun telah tertular IMS, dari data tersebut didapatkan bahwa masih cukup tingginya kejadian IMS di kalangan remaja. Di Indonesia didapatkan bahwa prevalensi IMS bervariasi dari masing-masing daerah. Survei periodic presumptive treatment (PPT) periode I bulan Januari 2007 menyebutkan bahwa prevalensi kejadian IMS di Banyuwangi sebanyak 74,5%; Denpasar 36,6%; Surabaya 61,21%; dan Semarang 79,7%. Pada tahun 2016 Niode melaporkan bahwa selama periode 2012-2014 didapatkan sebanyak 404 pasien IMS dan

ISR di Poliklinik Kulit dan Kelamin. (Pandjaitan, dkk, 2017)

Di Indonesia Infeksi menular seksual yang paling banyak ditemukan antara lain sifilis dan gonorea. Berdasarkan peringkat tertinggi ditemukan prevalensi infeksi menular seksual di Indonesia terdapat di kota Bandung dengan prevalensi infeksi gonorea 37,4%, chlamydia 34,5%, dan sifilis 25,2%; selanjutnya kota Surabaya prevalensi infeksi chlamydia 33,7%, sifilis 28,8% dan gonorea 19,8%, di Jakarta prevalensi infeksi gonorea 29,8%, sifilis 25,2% dan chlamydia 22,7%. Kejadian sifilis terus meningkat setiap tahun peningkatan penyakit ini terjadi secara progresif dari tahun ke tahun sejak tahun 2003 meningkat 15,4% pada tahun 2004 meningkat menjadi 18,9%, dan pada tahun 2005 meningkat menjadi 22,1% (Del Amater dalam Joris, dkk, 2014)

Hasil RISKESDAS pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi GME pada penduduk Indonesia sebanyak 9,8%, berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa masih tingginya masalah GME di Indonesia. Prevalensi paling tinggi didapatkan pada kelompok usia > 75 tahun yaitu sebesar 15,8% sedangkan terendah berdasar pada usia 25 – 24 tahun yaitu sebesar 8,5%. sedangkan berdasarkan jenis kelamin prevalensi pada perempuan sebanyak (12,1%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (7,6%).

Gangguan mental lainnya di Indonesia yang berpotensi terjadi pada Ibu ataupun remaja wanita adalah Depresi post partum (DPP) dengan angka kejadian yang cukup tinggi dibandingkan beberapa negara di Asia lainnya. Diketahui bahwa Prevalensi DPP di RSUP DR. Sardjito Yogyakarta sekitar 11,3% dengan varian depresi ringan, DPP sedang 1,9% dan 0,5% untuk DPP berat, RS Hasan Sadikin Bandung sebanyak DPP 33%, RSUP Cipto Mangunkusumo Jakarta angka DPP sebanyak 33%. (Fairus & Widiyanti, 2014)

Riset Kesehatan Dasar mencatat bahwa terdapat lebih dari 19 juta penduduk dengan usia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, serta terdapat lebih dari 12 juta penduduk usia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Data lain menyebutkan berdasarkan Sistem Registrasi Sampel yang dilakukan Badan Litbangkes tahun 2016, didapatkan data bunuh diri sebanyak 1.800 orang pertahun atau dengan kata lain ada ada 5 orang melakukan bunuh diri setiap harinya,

selain itu didapatkan data 47,7% korban bunuh diri berada pada rentang usia 10-39 tahun yang merupakan usia anak remaja dan usia produktif. (RISKESDAS, 2018)

Direktur Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza Dr.Celestinus Eigya Munthe menyatakan bahwasanya masalah kesehatan jiwa di Indonesia berkaitan dengan masalah tingginya prevalensi orang dengan gangguan jiwa. Prevalensi gangguan jiwa di Indonesia sebesar 1 dari 5 penduduk yang dapat diartikan bahwa terdapat sekitar 20% populasi di Indonesia mempunyai potensi masalah gangguan jiwa. (KEMENKES, 2021). Berdasarkan paparan data dan penjelasan di atas dengan adanya rasa kepedulian yang mendalam dan tanggung jawab kami sebagai pendidik sekaligus tenaga kesehatan maka kami berkeinginan memberikan pendidikan kesehatan guna berkontribusi terhadap pencegahan dan penanganan masalah tersebut. Adapun kegiatan yang akan kami lakukan untuk hal tersebut berupa pengabdian kepada masyarakat dengan tema peningkatan kesadaran hidup sehat dan bersih melalui pendidikan kesehatan

METODE

Kegiatan Pengabdian diawali dengan tahap persiapan seperti persiapan materi serta menyiapkan instrumen pre dan postes dalam bentuk *google form*.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan selama satu hari, dengan tiga tahapan kegiatan:

- Tahap pertama, memberikan soal pre tes yaitu 19 soal (10 soal berkaitan dengan kesehatan mental dan 9 soal tentang perilaku hidup bersih dan sehat)
- Tahap kedua dilakukan intervensi dalam bentuk penyampaian penyuluhan dengan dua narasumber adapun materi yang diberikan oleh narasumber pertama berkaitan dengan kesehatan mental dan narasumber ke dua tentang perilaku hidup bersih dan sehat
- Tahap ke Tiga memberikan soal post test dengan menggunakan *google form*

Adapun sasaran kegiatan ini adalah remaja Laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 19 sd 22 tahun usia. Dalam pelaksanaannya peserta mengikuti kegiatan melalui media online

Untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari kegiatan maka dilakukan evaluasi atau disebut dengan posttest. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui pengetahuan remaja tentang kesadaran hidup bersih dan sehat baik dari segi fisik maupun mental.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis dan pengujian hipotesis disajikan dalam bentuk tabel untuk memperjelas secara verbal. Tabel dan gambar dapat menggunakan angka 1,2,3, dan seterusnya.

Tabel 1 Distribusi frekuensi pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi

Nilai	n	%
63	1	2.1
68	5	10.4
74	1	2.1
79	8	16.7
84	11	22.9
89	17	35.4
95	5	10.4
Total	48	100.0

Sumber : Data primer 2023

Tabel 2 Distribusi frekuensi pengetahuan responden setelah diberikan intervensi

Nilai	n	%
63	1	2.1
68	1	2.1
74	1	2.1
79	5	10.4
84	11	22.9
89	16	33.3
95	12	25.0
100	1	2.1
Total	48	100.0

Sumber: Data Primer 2023

3. Uji statistik

	Pre test	Post test
Mean	83.99	87.39
Median	84.21	89.47
Modus	89	89
Std. Deviation	8.048	7.262
Minimum	63	63
Maximum	95	100

Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat merupakan salah satu kegiatan Tridarma Perguruan Tinggi telah terlaksana dengan baik di Universitas Mohammad Husni Thamrin melalui media online diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi nilai rata-rata 83,99 sedangkan setelah dilakukan intervensi nilainya 87,39. median sebelum dilakukan intervensi sebesar 84,21 sedangkan setelah dilakukan intervensi 89,47. nilai minimum sebelum dan sesudah intervensi 63 sedangkan nilai maksimum sebelum intervensi sebesar 95 dan nilai 100 setelah dilakukan intervensi.

Pembahasan

Universitas Mohammad husni Thamrin selaku salah satu penyelenggara pendidikan tinggi di Jakarta yang mempunyai acuan kepada Tri Dharma Perguruan Tinggi untuk setiap dosen pengajar yang diharapkan dosen pengajar bukan hanya melaksanakan kewajiban sebagai dosen tetapi juga melakukan kewajiban lainnya yaitu penelitian dan pengabdian masyarakat. Penyelenggaraan pengabdian masyarakat ini akan dilakukan di fakultas kesehatan dengan melibatkan mahasiswa maupun non-mahasiswa untuk berpartisipasi aktif dalam edukasi yang bertemakan peningkatan kesadaran hidup sehat dan bersih melalui pendidikan kesehatan.

Sebagai dosen yang bertugas di lingkungan fakultas kesehatan kami merasa berkewajiban untuk turut serta melakukan upaya dalam mencegah dan meningkatkan kesadaran hidup sehat dan bersih dalam masyarakat terlebih kampus kami adalah tempat dilahirkannya insan-insan kesehatan yang nantinya akan memberikan pelayanan dan penyuluhan kesehatan bagi masyarakat salah satunya dalam bentuk pendidikan kesehatan.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan bertempat di ruang rapat lantai 2 kampus A Universitas MH Thamrin dengan menggunakan link zoom. Pelaksanaan kegiatan berlangsung selama 2 jam dengan pemberian materi oleh masing-masing narasumber dan dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab oleh para peserta dan nara sumber PKM.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 2 jam dengan alokasi waktu, pemberian materi masing-masing narasumber 30 menit dan dilanjutkan diskusi tanya-jawab. Pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik dan kondusif, jumlah peserta yang hadir selama zoom meeting berlangsung adalah 48 peserta. Peserta berasal dari beberapa kampus yaitu kampus Universitas MH Thamrim, kampus AKPER PINDAD, Kampus AKPER RSUD Pasar Rebo, Selama pelaksanaan proses kegiatan para peserta diwajibkan mengisi daftar hadir dan pre-post test. Dari hasil kegiatan bahwa sebelum diberikan intervensi nilai rata-rata 83,99 sedangkan setelah dilakukan intervensi nilainya 87,39. median sebelum dilakukan intervensi sebesar 84,21 sedangkan setelah dilakukan intervensi 89,47. nilai minimum sebelum dan sesudah intervensi 63 sedangkan nilai maksimum sebelum intervensi sebesar 95 dan nilai 100 setelah dilakukan intervensi. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa terdapat kenaikan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat peningkatan kesadaran hidup bersih dan sehat baik dari segi fisik maupun mental dapat disimpulkan bahwa:

1. Kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi telah terlaksana dengan baik sesuai dengan rencana.
2. Pengetahuan kesadaran hidup bersih dan sehat baik dari segi fisik maupun mental telah meningkat. Hal ini terlihat dari semakin baiknya pengetahuan responden

Saran

Kegiatan berkelanjutan diharapkan perlunya melakukan edukasi pada peserta dengan target yang lebih luas lagi melalui kegiatan ekstrakurikuler yang ada di kampus.

Penutup

Demikianlah laporan pengabdian masyarakat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Gloria, 2022. <https://www.ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental>. diakses pada 4 Januari 2023 pukul 20: 32 WIB
- <http://digilib.unisayogya.ac.id/48/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20ASTRID%20GL-201110201013.pdf> diakses pada 14 Juli 2023 pukul 16: 00 WIB
- <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/eclinic/article/view/18281/17810> diakses pada 3 Agustus 2022 pukul 19: 20 WIB
- <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JKS/article/view/843> diakses pada 3 September 2022 pukul 13: 40 WIB
- <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia/article/view/26024> diakses pada 12 Agustus 2022 pukul 15: 30 WIB
- <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>. diakses pada 25 November 2023 pukul 14: 00 WIB
- <https://theconversation.com/riset-sebanyak-2-45-juta-remaja-di-indonesia-tergolong-sebagai-orang-dengan-gangguan-jiwa-odgj-191960>. diakses pada 4 Oktober 2022 pukul 18: 43 WIB
- <https://www.bps.go.id/subject/26/indeks-pembangunan-manusia.html#subjekViewTab1>. diakses pada 5 Januari 2023 pukul 19: 02 WIB
- <https://www.ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/view/260> diakses pada 2 Januari 2023 pukul 14: 00 WIB
- Rahmawati, 2020. <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>. diakses pada 5 Januari 2023 pukul 17: 20 WIB