



Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat

Unit Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
<https://ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/emass>
E-ISSN: 2656-0364



EDUKASI PERSIAPAN MASA PRA KONSEPSI MELALUI METODE ULAR TANGGA

Nilda Yulita Siregar^{*1}, Sulfa Indah², Arihta Sembiring³, Tri Marini⁴, Eva Mahayani⁵, Sukaisi⁶,
Lusiana Gultom⁷, Alfrianne⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan, Indonesia

*e-mail: nildayulitasiregar@gmail.com

ABSTRACT

Teenage pregnancy under the age of 20 is an adolescent reproductive health problem that is of concern in various circles. Poso district is one of the cities in Central Sulawesi province with a high prevalence rate of 86.1% of adolescents who have had sexual intercourse and some have experienced unwanted pregnancies. The purpose of this activity is to provide education to students about the importance of reproductive health to pre-conception preparation in an effort to improve the quality of future generations. The implementation of this activity was carried out on June 7, 2023 at SMA Negeri 4 Poso. The target of this activity were students in grades 10 and 11. The method of implementation was to conduct a pre-test, then proceed with a game using the snakes and ladders method, after which a post-test was conducted. The results of the evaluation through filling out the pre and post questionnaires showed an increase in knowledge from 34 students before being given pre-conception preparation education, 6 participants had good knowledge (18%), 26 participants had sufficient knowledge (76%), and 2 participants had poor knowledge (6%). After being given pre-conception preparation education, 29 participants had good knowledge (82%), and 5 participants had sufficient knowledge (15%). Before education, many students did not know about preconception preparation, therefore schools need to implement this education.

Keywords: *Reproduction health, Snakes and ladders, Pre-Conception Period.*

ABSTRAK

Kehamilan remaja dibawah usia 20 tahun merupakan masalah kesehatan reproduksi remaja yang menjadi perhatian diberbagai kalangan. Kabupaten Poso merupakan salah satu kota yang berada di provinsi Sulawesi Tengah dengan angka prevalensi yang tinggi sebanyak 86,1% remaja yang sudah pernah melakukan hubungan seksual dan sebagian mengalami kehamilan yang tidak diinginkan. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi kepada siswa mengenai pentingnya kesehatan reproduksi terhadap persiapan masa pra konsepsi dalam upaya peningkatan kualitas generasi yang akan datang. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada tanggal 7 Juni 2023 di SMA Negeri 4 Poso. Sasaran dari kegiatan ini adalah siswa dan siswi kelas 10 dan 11. Metode pelaksanaan adalah melakukan pre-test, kemudian dilanjutkan dengan permainan menggunakan metode ular tangga, setelah itu dilakukan post-test. Hasil evaluasi melalui pengisian kuesioner pre dan post menunjukkan adanya peningkatan

pengetahuan dari 34 siswa/siswi sebelum diberikan edukasi persiapan masa pra konsepsi didapatkan 6 peserta memiliki pengetahuan baik (18%), 26 peserta memiliki pengetahuan cukup (76%), dan 2 peserta memiliki pengetahuan kurang (6%). Setelah diberikan edukasi persiapan masa pra konsepsi didapatkan 29 peserta memiliki pengetahuan baik (82%), dan 5 peserta memiliki pengetahuan cukup (15%). Sebelum dilakukan edukasi banyak siswa/siswi yang belum mengetahui tentang persiapan masa prakonsepsi, maka dari itu pihak sekolah perlu menerapkan edukasi ini.

Kata kunci: Kesehatan Reproduksi, Ular Tangga, Masa Pra Konsepsi

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi remaja adalah keadaan sehatnya sistem, fungsi dan proses reproduksi seorang remaja yang tidak hanya bebas dari penyakit atau cedera tetapi juga sehat secara mental dan sosial budaya (Kurniawaty & Resse, 2021). Menurut Hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2021 menyatakan bahwa kehamilan yang tidak diinginkan mencapai 19,7% yang terjadi di Indonesia (Rahayu, Suciawati, & Indrayani, 2021). Kejadian kehamilan yang tidak diinginkan terdapat di 14 provinsi di Indonesia, provinsi Sulawesi Tengah dengan persentase sebesar 11,9% menduduki urutan pertama dengan tingginya kasus kehamilan yang tidak diinginkan (Syamsuddin, 2023). Kehamilan yang tidak diinginkan (KTD) disebabkan karena adanya perilaku seksual pranikah (Ayuni, Islami, Jannah, Putri, & Nurhasanah, 2022). Kabupaten Poso merupakan salah satu kota yang berada di provinsi Sulawesi Tengah dengan angka prevalensi yang tinggi sebanyak 86.1% remaja yang sudah pernah melakukan hubungan seksual dan sebagian mengalami kehamilan yang tidak diinginkan (Longgupa, Nurfatimah, Kasmawati, Nadia, & Ramadhan, 2021).

Masa prakonsepsi yaitu masa sebelum bertemunya sel sperma dan sel telur atau sebelum terjadinya kehamilan (Yulivantina, Mufdlilah, & Kurniawati, 2021). Masa prakonsepsi merupakan *window opportunity* untuk mempersiapkan periode 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan) sehingga harus memperhatikan kesehatan reproduksinya sejak dini, usia produktif untuk hamil dan status gizi yang merupakan bagian dari persiapan masa pra konsepsi. Perawatan kesehatan reproduksi yang dimulai saat masa remaja merupakan salah satu cara menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) (Kemenkes RI. 2022).

Berdasarkan hal tersebut, remaja membutuhkan pendidikan kesehatan reproduksi untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang persiapan kehamilan. Penyuluhan kesehatan reproduksi dapat dilaksanakan bagi siswa dengan menggunakan metode dan media yang berbeda. Media yang digunakan dalam penelitian ini adalah media permainan ular tangga. Dengan adanya lingkungan permainan ular tangga diharapkan siswa belajar sambil bermain agar tidak bosan, karena tampilan papan ular tangga yang menarik meningkatkan semangat siswa terhadap materi dan dapat memotivasi anak untuk bermain dalam kelompok atau bekerja secara individu (Putri, Yudianti, & Mansur, 2019).

Melakukan promosi Kesehatan melalui kegiatan penyuluhan diharapkan dapat mengatasi persoalan terkait kesehatan reproduksi yang penting untuk persiapan masa pra konsepsi. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk memberi edukasi kepada siswa/siswi bahwa pentingnya untuk mempersiapkan masa pra konsepsi.

METODE

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan di SMA Negeri 4 Poso pada tanggal 07 Juni 2023. Jumlah peserta sebanyak 34 orang. Sasarannya yaitu siswa dan siswi SMA N 4 Poso.



Kegiatan edukasi yang dilaksanakan terdiri dari tiga tahapan yaitu:

1. Tahap pengisian kuesioner *pre-test*

Pada tahap ini, kuesioner pretest yang terdiri dari 15 pernyataan diselesaikan selama 5 menit diberikan waktu untuk menyelesaikan kuesioner. .

2. Tahap Edukasi dan sharing.

Pada tahap ini edukasi dilakukan dengan menggunakan media ular tangga dan dadu. Pionnya adalah siswa/siswa yang menjadi responden. Cara permainan ini adalah setiap siswa/siswi melemparkan dadu, kemudian siswa/siswi yang berhenti dikotak tersebut akan dilakukan sharing sesuai apa yang didapatkan pada kolom ular tangga tersebut.

3. Tahap post-test

Pada tahap ini dilakukan pengisian kuesioner post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa/siswi setelah edukasi dengan jumlah 15 pertanyaan dengan opsi a dan b. Waktu pengisian kuesioner selama 5 menit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan ini kami adakan pada siswa/siswi SMA Negeri 4 Poso dengan jumlah peserta 34 orang. Kegiatan dimulai dengan membagi kuesioner *pre-test* terlihat pada gambar 2, kami memberi waktu 5 menit untuk menjawab. Setelah peserta selesai mengisi *pre-test*, maka kami langsung memulai permainan menggunakan metode ular tangga terlihat pada gambar 2, Ketika dadu berhenti pada petak masa pra konsepsi maka mulai lah penyuluhan mengenai masa pra konsepsi dan kemudian berlanjut ke petak selanjutnya. Ketika permainan ular tangga selesai, kami membagikan kuesioner post-test kepada peserta untuk mengetahui pengaruh peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi terlihat pada gambar 3 dan memberikan waktu 4 menit untuk menjawab.

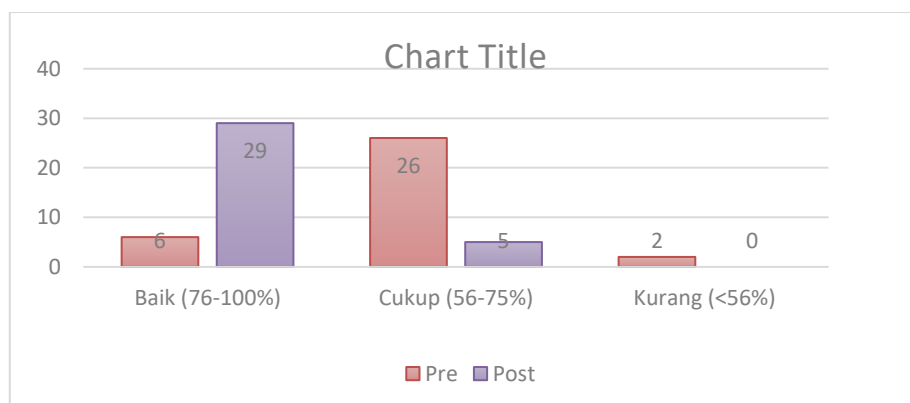


Gambar 2 Peserta Mengisi Kuesioner Pre-Test



Gambar 3 Permainan Telah Dimulai Yang Dilanjutkan Dengan Diskusi Dan Sharing Tentang Persiapan Masa Pra Konsepsi

Hasil dari pengisian kuesioner pre-test dan post-test kami analisa dan membandingkan untuk mengetahui apakah ada peningkatan pengetahuan pada peserta, terlihat perbandingan itu pada Gambar 4. Dari jawaban yang diberikan pada kuesioner pre-test, kita dapat mengetahui, pengetahuan remaja mengenai persiapan masa pra konsepsi sudah tergolong baik, sehingga pada saat melakukan penyuluhan, peserta sudah dapat menguasai materi, pada saat kuesioner post-test jawaban peserta dominan sangat baik itu membuktikan pengetahuan peserta mengenai Persiapan Masa Pra Konsepsi bertambah.



Gambar 4 Grafik Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Persiapan Masa Pra Konsepsi

Gambar 4 menunjukkan bahwa dari 34 siswa/siswi sebelum diberikan edukasi persiapan masa pra konsepsi didapatkan 6 peserta memiliki pengetahuan baik (18%), 26 peserta memiliki

pengetahuan cukup (76%), dan 2 peserta memiliki pengetahuan kurang (6%). Setelah diberikan edukasi persiapan masa pra konsepsi didapatkan 29 peserta memiliki pengetahuan baik (82%), dan 5 peserta memiliki pengetahuan cukup (15%). Kesadaran akan kesehatan reproduksi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku seksual pada remaja pranikah dan persiapan pada masa prakonsepsinya (Ananda & Br, 2023).

Masih sangat rendahnya pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya kesehatan reproduksi termasuk dampak jangka panjang dari perilaku penyimpangan kesehatan reproduksi dan kondisi kesehatan sebelum hamil (Auria, Yusuf, & Ahmad, 2022). Melihat fenomena yang terjadi maka pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja merupakan hal yang sangat penting. Rendahnya pengetahuan remaja jika tidak mendapat pendidikan yang baik serta perhatian dari berbagai pihak maka akan berdampak pada tingginya kasus kesehatan reproduksi yang sangat berpengaruh pada persiapan masa prakonsepsi (Azijah, Sari, & Herlina, 2022).

Permainan ular tangga dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang persiapan masa pra konsepsi serta memberikan edukasi kepada remaja melalui permainan ular tangga yang sangat memudahkan remaja untuk memahami materi yang diberikan.

SIMPULAN

Setelah melakukan kegiatan penyuluhan, kita dapat mengetahui peningkatan pengetahuan terhadap peserta mengenai persiapan masa prakonsepsi dari 17,6% menjadi 85,3% yang memiliki pengetahuan baik. Ternyata masih banyak juga siswa/siswi yang belum tahu mengenai pentingnya persiapan masa pra konsepsi, Maka dari itu kita harus sering melakukan edukasi yang terus berlanjut mengenai persiapan masa prakonsepsi sehingga dapat mencegah hal penyimpangan terhadap Kesehatan reproduksi remaja yang dapat merusak pada persiapan masa prakonsepsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, L., & Br, C. (2023). Pentingnya Edukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Remaja. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 45–48. <https://doi.org/10.32832/pro>
- Auria, K., Yusuf, E. C. J., & Ahmad, M. (2022). Strategi Layanan Kesehatan Reproduksi pada Remaja: Literature Review. *Faletehan Health Journal*, 9(1), 20–36. <https://doi.org/10.33746/fhj.v9i01.325>
- Ayuni, I. D., Islami, D., Jannah, M., Putri, A., & Nurhasanah. (2022). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri terhadap Bahaya Kehamilan pada Usia Remaja. *Journal of Midwifery Sciences*, 2(1), 47–52. <https://doi.org/10.53801/ijms.v1i2.17>
- Azijah, I., Sari, D. N., & Herlina, L. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan Reproduksi terhadap Pengetahuan Remaja di SMA Santika Bambu Apus Jakarta Timur (Vol. 12). <https://doi.org/10.52643/jbik.v12i1.1990>
- Kurniawaty, & Resse, A. (2021). Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi di SMK 'Aisyiyah Palembang. *Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 152–157. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i2.996>
- Longgupa, L. W., Nurfatimah, Kasmawati, Nadia, F., & Ramadhan, K. (2021). Inisiasi Pembentukan Pusat Informasi Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 5(6), 3612–3621. <https://doi.org/10.31764/jmm.v5i6.5838>
- Putri, F. L., Yudianti, I., & Mansur, H. (2019). Efektivitas Penggunaan Media Video dan Ular Tangga terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Siswa Kelas Xi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(1), 23–35.
- Rahayu, S., Suciawati, A., & Indrayani, T. (2021). Pengaruh Edukasi tentang Kesehatan Reproduksi Remaja terhadap Pengetahuan dan Sikap Seksual Pranikah di SMP Yayasan Pendidikan

- Cisarua Bogor. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), 1–6.
<https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.101>
- Syamsuddin, S. D. (2023). Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Pengetahuan pada Remaja Pubertas di SMPN 1 Kapala Pitu Tahun 2022 1. *Jurnal Midwifery*, 5(1), 27–33.
<https://doi.org/10.24252/jmw.v5i1.35187>
- Yulivantina, E. V., Mufdlilah, & Kurniawati, H. F. (2021). Pelaksanaan Skrining Prakonsepsi pada Calon Pengantin Perempuan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 47–53.
<https://doi.org/10.22146/jkr.55481>