

EDUKASI KESEHATAN BAHAYA SEKS BEBAS, ROKOK DAN NARKOBA DALAM MENINGKATKAN PERKEMBANGAN IDENTITAS DIRI YANG POSITIF PADA REMAJA

Susanti Niman¹, Lukisa Wijayayanti², Rudiana Suhendang², Feti Syaptiah², Rinda Novita W²

¹Dosen Keperawatan Jiwa STIKes Santo Borromeus

²Mahasiswa Profesi Ners STIKes Santo Borromeus

Kavling 8 Blok B no 1 Kota Baru Parahyangan, Padalarang

Bandung Barat 40558 Telp 0226803961

Email: susantiniman@gmail.com

ABSTRAK

Perawat berperan meningkatkan kualitas hidup masyarakat yang baik melalui upaya kesehatan jiwa. Upaya kesehatan jiwa pada kelompok sehat diberikan melalui promosi kesehatan jiwa. Sekolah menjadi tempat kegiatan promosi kesehatan jiwa dari perawat. Siswa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas termasuk dalam kelompok remaja. Remaja berada pada tahap perkembangan identitas diri. Remaja kelompok sasaran dari promosi kesehatan jiwa karena masa perkembangan identitas diri membuatnya mudah mencoba hal yang negatif. Melakukan seks bebas, merokok dan menggunakan narkoba merupakan perilaku beresiko yang sering dilakukan oleh remaja. Pemahaman tentang bahaya seks bebas, rokok dan narkoba penting bagi remaja sebagai kelompok rentan perilaku beresiko. Pemahaman yang tepat tentang perilaku beresiko dapat meningkatkan perkembangan identitas diri yang positif pada remaja. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa dalam memahami bahaya seks bebas, rokok dan narkoba sehingga dapat berperan aktif mencegah perilaku beresiko. Kegiatan dilakukan dalam bentuk edukasi kesehatan. Metode yang digunakan berupa pemberian edukasi kesehatan melalui ceramah, memberikan leaflet, diskusi serta tanya jawab diakhir kegiatan. Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan melalui *pretest* dan *posttest*. Jumlah peserta 140 Siswa (43 laki-laki dan 97 perempuan) dari dua sekolah di Kabupaten Bandung Barat. Hasil dari kegiatan terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan berdasarkan hasil evaluasi. Sebelum diberikan edukasi mean pengetahuan siswa 60.47 dan setelah edukasi mean pengetahuan siswa 81.23. Siswa harus memahami bahaya seks bebas, rokok dan narkoba, berperan aktif dalam mencegah perilaku beresiko dan mencapai perkembangan identitas diri yang positif.

Kata kunci : perawat, perilaku beresiko promosi kesehatan jiwa, remaja

ABSTRACT

Nurses play a role in improving the community's quality of life through mental health efforts. Mental health efforts in the healthy group are provided through mental health promotion. Schools have become places for mental health promotion activities from nurses. Middle school and high school students belong to the youth group. Adolescents are at the stage of self-identity development. Teenagers are the target group of mental health promotion because the period of self-identity development makes it easy to try negative things. Having free sex, smoking and using drugs are risky behaviours that are often done by teenagers. Understanding the dangers of free sex, tobacco and drugs are essential for adolescents as a vulnerable group to risky behavior. A proper understanding of risky behavior can promote the development of a positive self-identity in adolescents. This community service activity aims to increase students' understanding of the dangers of free sex, smoking and drugs to play an active role in preventing risky behavior. Activities carried out in the form of health education. The method is in the form of providing health education through lectures, leaflets, discussions, questions, and answers at the end of the activity. Evaluation of participants' knowledge was carried out through a pretest and posttest. The number of participants is 140 students (43 boys and 97 girls) from two schools in West Bandung Regency. The results of the activity there was a significant increase in knowledge based on the results of the evaluation. Before giving education, the mean ability of students was 60.47, and after health education, the mean of knowledge of students was 81.23. Students must understand the dangers of free sex, smoking and drugs, play an active role in preventing risky behavior and achieve positive self-identity development.

Keywords: adolescents, mental health promotion risk behavior, nurses

PENDAHULUAN

Penduduk yang berusia di bawah 25 tahun berjumlah lebih dari setengah total penduduk dunia. Empat dari lima orang muda tinggal di negara berkembang (Fikre, Tenkolu dan Mamo, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa kelompok usia penduduk terbanyak adalah anak dan remaja.

Masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Teman sebaya menjadi lebih penting pada usia remaja. Diterima atau ditolak oleh teman sebaya sangat penting bagi remaja. Remaja mempunyai kebutuhan yang kuat untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya dan mereka sangat dipengaruhi oleh teman sebayanya (Crone, & Konijn, 2018). Masa remaja merupakan periode kritis perubahan fisik, emosional, dan mental. Periode kritis yang dialami oleh remaja akan mempengaruhi perkembangan identitas dirinya. Remaja dapat kehilangan arah dalam mendapatkan identitas dirinya. Kondisi ini sering membuat remaja mengalami perilaku berisiko. Perilaku berisiko akan mengakibatkan dampak seumur hidup serta peningkatan morbiditas dan mortalitas (Smith, & McGuinness, 2017).

Penggunaan narkoba, agresif, menyakiti diri sendiri, perjudian dan seks bebas merupakan perilaku berisiko. Perilaku berisiko meningkatkan resiko kematian, cacat jangka panjang, dan kondisi kesehatan mental yang buruk (Sadeh, & Baskin-Sommers, 2017). Perilaku berisiko seperti pelanggaran aturan seperti mengemudi ilegal - ilegal dan penggunaan narkoba sering menjadi ciri khas perkembangan remaja. Perilaku berisiko remaja sering dilakukan untuk meredakan stres yang dialami. Padahal perilaku berisiko yang dilakukan dapat memicu konsekuensi yang membahayakan (Arbel, Perrone, & Margolin, 2018).

Merokok menjadi masalah kesehatan masyarakat karena sebagian besar perokok mulai merokok sejak usia muda. Bahaya merokok tergantung faktor seperti usia mulai merokok, jumlah rokok yang dihisap per hari, kadar nikotin, dan jenis rokok. Menurut World Health Organization (WHO) atau Organisasi Kesehatan Dunia, sebagian besar kematian terkait rokok terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (Papagiannis, *et al.* 2021). Merokok, konsumsi alkohol dan narkoba memicu gangguan kesehatan, kesulitan untuk berhenti menggunakan, dan meningkatkan beban ekonomi. Data epidemiologis menunjukkan bahwa merokok menjadi *trend* pada remaja. Masa remaja merupakan periode sensitif dari pematangan neurobiologis daerah otak yang penting untuk pemrosesan, pembelajaran dan memori serta fungsi eksekutif. Paparan rokok, alkohol dan narkoba akan menghasilkan kerentanan yang unik dan tahan lama terhadap pemakaian berikutnya akibat terpicunya sistem kolinergik, dopaminergik, dan serotonergik (Cross, Lotfipour, & Leslie, 2017).

Perilaku seksual berisiko adalah perilaku yang merugikan bagi kesehatan seksual dan reproduksi. Perilaku seksual berisiko adalah perilaku yang berkaitan dengan seksualitas yang memicu masalah penyakit menular seksual, *human immunodeficiency virus* (HIV), kehamilan yang tidak diinginkan dan tidak direncanakan, aborsi, dan tekanan psikologis. Perilaku seksual berisiko termasuk memiliki lebih dari satu pasangan seksual, inisiasi seksual dini, penggunaan kondom yang tidak konsisten, dan berhubungan seks dengan pekerja seks komersial (Fikre, Tenkolu, & Mamo, 2021).

Hasil studi yang dilakukan di Turki menyatakan bahwa 23.5% usia remaja merupakan perokok aktif. Rokok dapat menyebabkan adiksi. Semakin banyak orang muda merokok pada usia

dini secara tidak langsung akan mentransfer masalah kecanduan rokok ke tahun-tahun terakhir kehidupan (İçmeli, *et al.* 2016). Hasil studi yang dilakukan di Denmark menyatakan bahwa remaja putri lebih tinggi beresiko untuk hidup bersama pasangan tanpa menikah, menggunakan kontrasepsi, melakukan aborsi, memiliki anak dan menggunakan alkohol (Johansen., 2021). Hasil studi tentang perilaku seksual beresiko yang dilakukan di Dilla Town, South Ethiopia pada tahun 2018 menyatakan bahwa 79.5% responden telah melakukan hubungan seksual sebelum usia 18 tahun dan 54.3% melakukan seks bebas (Fikre, Tenkolu, & Mamo, 2021).

Data di Indonesia berdasarkan survei nasional penyalahgunaan narkoba tahun 2021 menyatakan bahwa terjadi peningkatan keterpaparan narkoba pada kelompok umur 15-24 tahun dibandingkan data tahun 2019 (*Indonesian Drugs Report*, 2022). Prevalensi merokok pada usia 10 – 18 tahun meningkat menjadi 9.1% berdasarkan hasil Riskesda 2018. Prevalensi usia 15 – 19 tahun yang melakukan hubungan seksual pranikah 0.7% pada perempuan dan 4.5% pada remaja laki – laki (<https://www.kemkes.go.id>).

Promosi kesehatan jiwa dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kepedulian masyarakat terhadap kesehatan jiwa (Undang-Undang Kesehatan Jiwa No.18 tahun 2014). Upaya pencegahan perilaku beresiko pada remaja harus dilakukan secara berkesinambungan. Upaya pencegahan yang dapat dilakukan oleh perawat melalui promosi kesehatan jiwa dengan melakukan pendidikan kesehatan mengenai perilaku beresiko. Pendidikan kesehatan yang dilakukan dapat meningkatkan kesadaran remaja untuk memahami bahaya rokok, seks bebas dan narkoba dan mencegah perilaku beresiko. Pengetahuan tentang perilaku

beresiko yang diperoleh dari pendidikan kesehatan membantu remaja mencapai derajat kesehatan jiwa yang optimal, berperan aktif dalam mencegah perilaku beresiko dan mencapai perkembangan identitas diri yang positif.

METODE

Alat dan bahan yang digunakan saat kegiatan pendidikan kesehatan adalah materi dalam bentuk powerpoint, LCD proyektor, laptop dan layar. Kegiatan diawali dengan *pretest* dan diakhiri dengan *posttest* terkait pengetahuan tentang bahaya seks bebas, rokok dan narkoba yang terdiri 15 soal pilihan ganda. Jumlah peserta pada kegiatan ini 140 remaja yang berasal dari sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas.

Metode pelaksanaan melalui metode ceramah dan tanya jawab serta membagikan materi dalam bentuk leaflet. Pemaparan materi melalui ceramah dilakukan selama 45 menit selanjutnya diskusi dan tanya jawab diakhir kegiatan selama 30 menit. Kegiatan dilakukan pada tanggal 3 September 2022 dan dilaksanakan di aula sekolah. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah Siswa sekolah menengah pertama kelas 7 – 9 dan sekolah menengah atas kelas 10–12.

HASIL dan PEMBAHASAN

Kegiatan promosi kesehatan jiwa pada remaja dilakukan dalam bentuk edukasi kesehatan tentang bahaya seks bebas, rokok dan narkoba. Remaja sasaran edukasi kesehatan adalah siswa sekolah menengah pertama kelas 7 – 9 dan sekolah menengah atas kelas 10 -12 di salah satu kecamatan yang ada di kabupaten Bandung Barat provinsi Jawa Barat.

Kegiatan edukasi kesehatan diikuti dengan antusias oleh remaja yang ditandai dengan banyaknya pertanyaan

yang diajukan baik oleh peserta dari siswa maupun dari guru pendamping siswa. Kegiatan yang dilakukan berdampak terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai bahaya seks bebas, rokok dan narkoba. Peningkatan pengetahuan remaja terlihat dari perbedaan rata – rata nilai pretest dan post test yang dilakukan.



Gambar 1. Kegiatan promosi kesehatan jiwa Tentang bahaya seks bebas, rokok dan narkoba



Gambar 2. Pemberian materi

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden (n= 140)

Karakteristik	n	%
Jenis kelamin		
Laki – laki	43	30.71
Perempuan	97	69.29
Tingkat pendidikan		
SLTP	20	14.29
SLTA	120	85.71
Kelas		
Tujuh	0	0
Delapan	6	4.29
Sembilan	14	10.00
Sepuluh	51	36.43
Sebelas	59	42.14
Dua belas	10	7.14

Tabel 2. Perbedaan mean pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan (n=140)

Pengetahuan	Mean	SD
Pretest	60.47	1.95
Posttest	81.23	0.79

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa nilai rata – rata *pretest* 60.47 dengan standar deviasi 1.95. Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan nilai rata – rata *posttest* meningkat menjadi 81.23 dengan standar deviasi 0.79.

Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan peserta terlebih dahulu dilakukan *pretest* dengan hasil rata-rata adalah 60.47 dengan nilai minimal 20 dan nilai maksimal 100. Bila dilihat dari pendidikan responden 85.71% siswa SMA. Pengetahuan dipengaruhi oleh pendidikan, usia, informasi dan pengalaman. Informasi tentang bahaya seks bebas, rokok dan narkoba banyak dilakukan melalui media massa maupun papan reklame di jalan raya. Hal ini membuat peserta pendidikan kesehatan secara tidak langsung pernah melihat dan mendengar informasi tentang bahaya seks, rokok dan narkoba. Hal ini yang membuat rata – rata nilai *pretest* 60.47 dan ada 1 orang peserta yang memperoleh nilai 100.

Pendidikan kesehatan mengenai bahaya seks bebas, rokok dan narkoba memberikan manfaat bagi remaja. Seks bebas, rokok dan narkoba termasuk perilaku beresiko yang sering terjadi pada remaja. Remaja melakukan perilaku beresiko akibat kurangnya dukungan positif lingkungan dalam perkembangan identitas dirinya. Remaja yang gagal mendapatkan identitas diri yang positif akan kehilangan arah, mudah menghindari masalah dan cenderung melakukan hal yang tidak diterima atau tidak disukai oleh keluarga atau masyarakat (Hidayah, & Huriati, 2016). Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan (Ulya, Iskandar, & Triasih, 2018; Niman, & Siahaan, 2022). Nilai rata-rata posttest peserta meningkat menjadi 81.23 setelah mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan. Pengetahuan bermanfaat bagi kesejahteraan hidup (Baiti, & Razzaq, 2018). Remaja akan lebih siap dalam bersikap dan berperilaku untuk menghindari perilaku beresiko. Pendidikan kesehatan yang diperoleh oleh remaja dapat mendukung remaja dalam proses perkembangan identitas diri yang positif.

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pendidikan kesehatan bahaya seks bebas, rokok dan narkoba pada peserta menunjukkan kesesuaian dengan hasil-hasil penelitian sebelumnya. Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku (Nurlila, La Fua, & Meliana, 2016; Angraini et al., 2019; Niman, Parulian, & Sibarani, 2022). Pendidikan kesehatan yang dilakukan melalui metode ceramah, meskipun bukan metode yang baru tetap dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang bahaya seks bebas, rokok dan narkoba. Hal ini didukung oleh beberapa hasil penelitian yang menyatakan tentang penggunaan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan peserta (Yunita, 2016; Nu'im Haiya, 2018).

Pendidikan kesehatan bahaya seks bebas, rokok dan narkoba menjadi metode yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan peserta dan memberi dasar bagaimana peserta mengambil sikap dan berperilaku yang tepat dalam mencapai perkembangan identitas diri yang positif. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan berdasarkan hasil *pretest* responden belum semua peserta memiliki pemahaman yang baik tentang topik yang disampaikan. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan berdasarkan hasil evaluasi secara lisan dan *posttest* peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang perilaku beresiko.

Peserta juga dijelaskan bahwa pengetahuan yang telah didapatkan dari kegiatan dapat disebar luaskan pada *peer group* yang ada di sekolah dan dilingkungannya. Peserta juga dihimbau untuk berperan aktif menjadi duta kesehatan dalam mencegah perilaku beresiko.

KESIMPULAN DAN SARAN

Adanya perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan bahaya seks bebas, rokok dan narkoba pada peserta. Remaja harus memiliki pemahaman secara baik tentang perilaku beresiko sehingga dapat secara aktif mencegah perilaku beresiko.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh peserta pengabdian masyarakat dan panitia mahasiswa profesi *ners* kelas Cililin yang telah membantu dalam proses pelaksanaan penyuluhan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

Angraini, W., Betrianita, B., Pratiwi, B. A., Yanuarti, R., & Fermana, P. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan,

- Sikap, dan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(1), 1-13.
- Arbel, R., Perrone, L., & Margolin, G. (2018). Adolescents' Daily Worries and Risky Behaviors: The Buffering Role of Support Seeking. *Journal of clinical child and adolescent psychology : the official journal for the Society of Clinical Child and Adolescent Psychology*, American Psychological Association, Division 53, 47(6), 900–911. <https://doi.org/10.1080/15374416.2016.1169536>
- Baiti, R., & Razzaq, A. (2018). Esensi Wahyu Dan Ilmu Pengetahuan. *Wardah*, 18(2), 163-180. <https://doi.org/https://doi.org/10.19109/wardah.v18i2.1776>
- Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat (20 Maret tahun 2019). Kementerian Kesehatan RI. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/article/print/19032200001/pemuda-rumuskan-keterlibatan-bermakna-dalam-pembangunan-kesehatan.html>
- Crone, E. A., & Konijn, E. A. (2018). Media use and brain development during adolescence. *Nature communications*, 9(1), 588. <https://doi.org/10.1038/s41467-018-03126-x>
- Cross, S. J., Lotfipour, S., & Leslie, F. M. (2017). Mechanisms and genetic factors underlying co-use of nicotine and alcohol or other drugs of abuse. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 43(2), 171–185. <https://doi.org/10.1080/00952990.2016.1209512>
- Fikre, S., Tenkolu, G., & Mamo, Z. B. (2021). Risky Sexual Behavior and Associated Factors among Street Youth in Dilla Town, Gedeo Zone, South Ethiopia, 2018. *Ethiopian journal of health sciences*, 31(5), 947–954. <https://doi.org/10.4314/ejhs.v31i5.5>
- Indonesian Drugs Report tahun 2022. Pusat penelitian, data dan informasi Badan Narkotika Nasional (PUSLITDATIN BNN) <https://puslitdatin.bnn.go.id/konten/unggahan/2022/07/IDR-2022.pdf>
- İçmeli, Ö. S., Türker, H., Gündoğuş, B., Çiftci, M., & Aka Aktürk, Ü. (2016). Behaviours and opinions of adolescent students on smoking. Adolesan öğrencilerin sigara içme ile ilgili davranışları ve görüşleri. *Tuberkuloz ve toraks*, 64(3), 217–222. <https://doi.org/10.5578/tt.20925>
- Johansen E. R. (2021). Relative age for grade and adolescent risky health behavior. *Journal of health economics*, 76, 102438. <https://doi.org/10.1016/j.jhealeco.2021.102438>
- Hidayah, N., & Huriati, H. (2016). Krisis identitas diri pada remaja “identity crisis of adolescences”. *Sulesana: Jurnal Wawasan Keislaman*, 10(1), 49-62.
- Niman, susanti, & Siahaan, T. S. P. (2022). Manajemen emosi sebagai bentuk upaya promosi kesehatan jiwa pada remaja. *Jurnal Pengabdiaan Masyarakat Kasih (JPMK)*, 3(2), 1-6. <https://doi.org/10.52841/jpmk.v3i2.208>

- Niman, S., Parulian, T. S., & Sibarani, D. (2022). PROMOSI KESEHATAN JIWA ONLINE TOXIC RELATIONSHIP PADA REMAJA. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 5(2).
- Nu'im Haiya, N. (2018). Promosi Kesehatan: Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah mempengaruhi Pengetahuan Kader Posyandu tentang Status Gizi Balita. In *Unissula Nursing Conference Call for Paper & National Conference* (Vol. 1, No. 1, pp. 96-102).
- Nurlila, R. U., La Fua, J., & Meliana, M. (2016). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Tentang Kesehatan Gigi pada Siswa di SD Kartika Xx-10 Kota Kendari Tahun 2015. *Al-TA'DIB: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, 9(1), 94-119.
- Papagiannis, D., Malli, F., Papathanasiou, I. V., Routis, P., Fradelos, E., Kontopoulou, L., Rachiotis, G., & Gourgoulialis, K. I. (2021). Attitudes and Smoking Prevalence Among Undergraduate Students in Central Greece. *Advances in experimental medicine and biology*, 1339, 1–7. https://doi.org/10.1007/978-3-030-78787-5_1
- Sadeh, N., & Baskin-Sommers, A. (2017). Risky, Impulsive, and Self-Destructive Behavior Questionnaire (RISQ): A Validation Study. *Assessment*, 24(8), 1080–1094. <https://doi.org/10.1177/1073191116640356>
- Smith, G. L., & McGuinness, T. M. (2017). Adolescent Psychosocial Assessment: The HEEADSSS. *Journal of psychosocial nursing and mental health services*, 55(5), 24–27. <https://doi.org/10.3928/02793695-20170420-03>.
- Ulya, Z., Iskandar, A., & Triasih, F. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media poster terhadap pengetahuan manajemen hipertensi pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(1), 38-46.
- Yunita, L. (2016). Efektifitas Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu dalam Penanganan Diare Balita di Sekitar UPT TPA Cipayung, Depok.