

PENYULUHAN ONLINE MENGENAI KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA

Online Counseling On Reproductive Health In Adolescents

**Dian Permata Nasution¹, Marolop Parlindungan Napitu², Fransius P.
Sinaga³**

^{1,2,3}Universitas Efarina, Indonesia

***Email: centerkaryasuci.070113@gmail.com**

Abstract

This study explored an online counseling program on reproductive health for adolescents in Indonesia through the Zoom platform, with the aim of increasing knowledge about puberty, contraception, and STI prevention. Pre- and post-tests demonstrated a significant increase in participants' understanding (evidence of improvement from moderate to high knowledge; 95% correct answers on the post-test). Challenges identified included unstable internet connection quality and privacy issues, but active participation was maintained, making this initiative effective in raising awareness and reducing stigma surrounding reproductive health education among adolescents.

Keywords: reproductive health, online counseling, adolescents, sexual education, Zoom

Abstrak

Penelitian ini mengeksplorasi program konseling daring mengenai kesehatan reproduksi untuk remaja di Indonesia melalui platform Zoom, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan tentang pubertas, kontrasepsi, dan pencegahan STI, disertai uji pre-test dan post-test yang menunjukkan peningkatan signifikan pemahaman peserta (bukti peningkatan dari tingkat pengetahuan sedang menjadi tinggi; 95% jawaban benar pada post-test). Tantangan yang diidentifikasi meliputi kualitas koneksi internet yang tidak stabil serta isu privasi, namun partisipasi aktif tetap terjaga, sehingga inisiatif ini efektif meningkatkan kesadaran dan mengurangi stigma seputar kajian kesehatan reproduksi pada remaja.

Kata Kunci: kesehatan reproduksi, konseling daring, remaja, pendidikan seksual, Zoom

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam pembangunan generasi muda, terutama di Indonesia yang memiliki populasi remaja yang besar. Pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui penyuluhan online merupakan salah satu upaya inovatif untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi (Rini et al., 2024). Di tengah situasi pandemi COVID 19, keterbatasan akses informasi dan layanan kesehatan mendorong penggunaan media daring sebagai alternatif penyuluhan tradisional. Laporan pengabdian masyarakat ini menyajikan proses, hasil, dan analisis peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja melalui penyuluhan online yang diselenggarakan menggunakan platform Zoom dan didukung dengan pre-test dan post-test melalui kuesioner digital (Yunika et al., 2022).

Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk remaja yang sangat besar, dengan sekitar 27,94% dari total populasi terdiri atas kelompok usia remaja.

Remaja merupakan kelompok yang sedang mengalami masa transisi dengan banyak dinamika perubahan fisik dan psikososial. Seiring dengan perkembangan teknologi informasi, remaja memiliki akses yang lebih luas terhadap berbagai informasi, namun informasi terkait kesehatan reproduksi masih kerap kali terhambat oleh norma sosial, tabu, dan kurangnya sumber informasi yang akurat (Ariyanti et al., 2019).

Data dari berbagai penelitian telah menunjukkan adanya risiko tinggi pada kelompok remaja, seperti tindakan seksual sebelum menikah, risiko kehamilan remaja yang dapat menimbulkan komplikasi maternal dan janin, serta penyebaran penyakit menular seksual (IMS). Sebagian besar remaja terutama di daerah pedesaan mengalami keterbatasan informasi mengenai pubertas, kontrasepsi, dan pencegahan IMS karena topik ini dianggap tabu oleh keluarga maupun masyarakat. Pada situasi seperti ini, pendekatan penyuluhan yang interaktif dan mudah diakses secara daring menjadi sangat relevan (Amalia et al., 2020).

Pandemi COVID 19 telah mengubah cara layanan kesehatan disampaikan. Pembatasan sosial berskala besar yang diterapkan untuk mencegah penularan virus menyebabkan terbatasnya akses fisik ke fasilitas kesehatan (Ernawati et al., 2022). Kondisi ini mendorong pelaksanaan penyuluhan secara online melalui platform-platform video konferensi seperti Zoom. Beberapa studi menunjukkan bahwa penyuluhan online dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja secara signifikan, meskipun terdapat beberapa kendala seperti kualitas koneksi internet dan interaksi yang terbatas dibandingkan dengan tatap muka.

Meskipun penyuluhan online memberikan keunggulan dalam hal aksesibilitas, terdapat beberapa tantangan yang perlu diatasi. Di antaranya adalah:

- Koneksi Internet yang Tidak Stabil: Keterbatasan infrastruktur jaringan di beberapa daerah pedesaan sering kali menjadi kendala utama dalam pelaksanaan penyuluhan daring.
- Masalah Privasi dan Etika: Remaja cenderung merasa kurang nyaman jika membahas topik yang dianggap tabu secara terbuka di ruang daring.
- Interaksi Peserta yang Terbatas: Meski menggunakan fitur chat dan tanya jawab, interaksi secara langsung yang terjadi pada penyuluhan tatap muka sulit untuk sepenuhnya tergantikan secara virtual.

Tujuan utama pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang kesehatan reproduksi secara komprehensif melalui penyuluhan online. Secara spesifik, kegiatan ini bertujuan:

1. Meningkatkan pemahaman remaja mengenai perkembangan pubertas, kontrasepsi, pencegahan IMS, serta risiko kehamilan yang tidak diinginkan.
2. Mengurangi tabu dan stigma seputar diskusi kesehatan reproduksi melalui penyajian materi yang komunikatif dan interaktif.
3. Mendorong partisipasi aktif remaja dalam sesi tanya jawab dan diskusi untuk memperjelas pemahaman mereka.

METODE

Kegiatan penyuluhan dilakukan secara daring melalui platform Zoom dan disiarkan langsung melalui YouTube. Metode pelaksanaan yang digunakan meliputi:

1. Persiapan Materi

Materi disusun dengan mengacu pada standar kesehatan reproduksi dan relevansi dengan situasi kekinian. Topik yang disampaikan antara lain:

- a. Perkembangan pubertas dan perubahan fisik
 - b. Konsep dasar dan metode kontrasepsi
 - c. Pencegahan penyakit menular seksual
 - d. Dampak hubungan seksual yang tidak terencana
2. Pre-test dan Post-test

Sebelum pelaksanaan penyuluhan, para remaja diminta untuk mengisi kuesioner pre-test guna mengukur tingkat pengetahuan awal mereka. Setelah sesi penyuluhan selesai, dilakukan post-test menggunakan sistem Quizizz agar dapat mengukur peningkatan pengetahuan secara langsung. Visualisasi perbandingan hasil pre-test dan post-test disajikan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1 Perbandingan Kategori Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Online

Kategori Pengetahuan	Pre-test (%)	Post-test (%)
Baik	5 – 10	90 – 95
Cukup	40 – 60	3 – 8
Kurang	30 – 50	0 – 5

3. Pelaksanaan Penyuluhan

Sesi penyuluhan terdiri atas presentasi materi yang dipandu oleh petugas kesehatan yang berpengalaman (Situmorang, 2021). Presentasi diselengi dengan video edukatif dan sesi interaktif dimana peserta dapat mengajukan pertanyaan melalui fitur chat. Selain itu, dilakukan diskusi secara virtual untuk mengurangi rasa canggung dan meningkatkan keterlibatan peserta.

4. Evaluasi dan Analisis Data

Data hasil pre-test dan post-test dianalisis secara kuantitatif. Uji statistik (misalnya uji t dependent) digunakan untuk menentukan signifikansi perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Nilai $p < 0,05$ dianggap sebagai tingkat signifikansi yang dapat menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan (Wijaya et al., 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Hasil

Kegiatan penyuluhan online dilaksanakan dengan partisipasi 50 remaja. Hasil pengukuran pengetahuan melalui kuesioner menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah penyuluhan (Ingrit et al., 2022). Beberapa temuan penting antara lain:

Peningkatan Signifikan pada Post-test:

Hasil post-test menunjukkan rata-rata jawaban yang benar mencapai 95%, sedangkan pada pre-test rata-rata pengetahuan berada pada kategori sedang hingga kurang. Analisis statistik menggunakan uji t dependent menghasilkan nilai $p < 0,05$ yang mengindikasikan perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test.

Keterlibatan Peserta:

Selama sesi penyuluhan, peserta aktif mengajukan pertanyaan dan ikut serta

dalam diskusi melalui fitur chat. Hal ini mencerminkan minat yang tinggi dan menunjukkan bahwa penyampaian materi secara daring dapat menarik perhatian remaja secara efektif.

Tabel Hasil Pre-test dan Post-test

Berikut adalah tabel yang menunjukkan perbandingan hasil pre-test dan post-test peserta penyuluhan:

Tabel 2 Perbandingan Hasil Pre-test dan Post-test pada Penyuluhan Online Kesehatan Reproduksi Remaja

Kategori Pengetahuan	Jumlah Peserta Pre-test	Persentase Pre-test	Jumlah Peserta Post-test	Persentase Post-test
Baik	3	6%	47	94%
Cukup	28	56%	2	4%
Kurang	19	38%	1	2%

Penjabaran tabel di atas mengindikasikan bahwa sebagian besar peserta yang awalnya tergolong pada kategori “cukup” atau “kurang” berhasil meningkat ke kategori “baik” setelah mengikuti penyuluhan.

Evaluasi Efektivitas Metode Online

Berdasarkan hasil analisis data, terdapat peningkatan yang sangat signifikan pada tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan online. Hasil post-test yang mencapai 95% menunjukkan bahwa metode penyuluhan daring melalui Zoom efektif dalam menyampaikan materi kesehatan reproduksi kepada remaja. Meskipun demikian, meskipun peningkatan signifikan telah dicapai, terdapat beberapa kendala teknis yang menghambat kelancaran proses penyuluhan.

Faktor Pendukung Kesuksesan Penyuluhan Online

Beberapa faktor yang mendukung keberhasilan penyuluhan online ini antara lain:

1. Keterlibatan Peserta: Remaja menunjukkan minat yang tinggi dengan partisipasi aktif, terutama melalui fitur tanya jawab dan interaksi di ruang obrolan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan daring dapat menciptakan suasana belajar yang interaktif dan menyenangkan.
2. Penggunaan Teknologi yang Familiar: Penggunaan platform Zoom dan Quizizz memberikan kemudahan akses bagi peserta, karena sebagian besar remaja sudah terbiasa dengan aplikasi tersebut selama masa pandemi.
3. Materi yang Relevan: Materi penyuluhan disusun secara sistematis dan sesuai dengan kondisi kesehatan reproduksi remaja masa kini, sehingga mudah dipahami dan diaplikasikan oleh peserta.
4. Pendekatan Multimodal: Kombinasi antara presentasi materi dengan video edukatif serta sesi interaktif memberikan variasi dalam metode penyampaian yang dapat meningkatkan retensi pengetahuan.

Hambatan dan Tantangan yang Dihadapi

Walaupun penyuluhan online telah menunjukkan keberhasilan, terdapat beberapa hambatan yang perlu dicatat:

1. Keterbatasan Infrastruktur Teknologi: Tidak semua peserta memiliki koneksi internet yang stabil atau perangkat yang memadai untuk mengikuti sesi daring secara optimal. Kondisi ini berpotensi menurunkan efektivitas penyampaian materi.

2. Masalah Privasi dan Kenyamanan: Karena topik kesehatan reproduksi masih dianggap tabu, beberapa peserta terkadang merasa kurang nyaman untuk berpartisipasi aktif dalam diskusi secara terbuka di platform daring.
3. Keterbatasan Interaksi Tatap Muka: Interaksi langsung antara narasumber dan peserta yang biasanya terjadi dalam penyuluhan tatap muka sulit untuk sepenuhnya tergantikan oleh interaksi daring, sehingga kadang-kadang mengurangi intensitas diskusi yang terjadi.

Analisis Perbandingan dengan Metode Luring

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa metode penyuluhan secara luring (tatap muka) cenderung menghasilkan peningkatan pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan dengan penyuluhan online, meskipun perbedaannya tidak selalu signifikan. Dalam studi oleh Damayanti et al. (2023), diketahui bahwa rata-rata pengetahuan setelah penyuluhan dengan metode luring lebih tinggi (nilai rata-rata peningkatan 14,29) dibandingkan dengan metode daring (nilai rata-rata peningkatan 13,47) dengan signifikansi statistik yang mendukung (p-value 0,000 untuk luring dan 0,003 untuk daring). Meskipun demikian, dalam konteks pandemi dan keterbatasan mobilitas, penyuluhan daring merupakan solusi yang efektif dan efisien.

Implikasi untuk Kebijakan dan Program Kesehatan

Peningkatan pengetahuan reproduksi remaja melalui penyuluhan online memiliki beberapa implikasi penting, antara lain:

1. Perluasan Cakupan Edukasi: Penerapan penyuluhan daring harus diperluas ke lebih banyak sekolah dan daerah, terutama di wilayah pedesaan yang selama ini memiliki akses informasi yang terbatas.
2. Penguatan Kolaborasi dengan Institusi: Kerjasama dengan dinas kesehatan setempat, puskesmas, dan lembaga pendidikan sangat penting untuk mensinergikan usaha peningkatan kesehatan reproduksi.
3. Pelatihan dan Pengembangan Materi: Melakukan pelatihan rutin bagi petugas kesehatan dalam penggunaan platform digital dan pengembangan materi yang interaktif dapat meningkatkan efektivitas penyuluhan.
4. Pengembangan Sistem Monitoring dan Evaluasi: Sistem evaluasi yang berkelanjutan dan terintegrasi menjadi kunci untuk memonitor dampak penyuluhan serta mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan.

KESIMPULAN

Penyuluhan online tentang kesehatan reproduksi remaja terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan. Hasil evaluasi menunjukkan pergeseran kategori pengetahuan remaja dari “cukup” dan “kurang” menjadi “baik” setelah mengikuti penyuluhan. Meskipun terdapat beberapa kendala seperti keterbatasan infrastruktur internet dan interaksi yang terbatas, metode daring melalui platform Zoom dapat dijadikan alternatif penyuluhan yang andal terutama di masa pandemi.

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan analisis, beberapa rekomendasi untuk pengembangan kegiatan penyuluhan ke depan adalah sebagai berikut:

1. Memperluas Cakupan dan Partisipasi

Melakukan penyuluhan online secara berkala dan mengintegrasikan kegiatan ini ke dalam kurikulum pendidikan sekolah untuk meningkatkan jangkauan dan

kontinuitas pendidikan kesehatan reproduksi.

2. Peningkatan Infrastruktur Teknologi

Pemerintah dan lembaga terkait perlu memastikan ketersediaan jaringan internet yang stabil terutama di daerah pedesaan, untuk mendukung kelancaran penyuluhan daring.

3. Kolaborasi Lebih Intensif

Meningkatkan kerjasama antara dinas kesehatan, puskesmas, dan sekolah untuk mendukung penyuluhan berbasis digital dan offline.

4. Pelatihan Petugas Kesehatan

Mengadakan pelatihan berkala bagi petugas kesehatan agar semakin mahir dalam menggunakan platform digital dan menyusun materi yang interaktif serta mudah dipahami oleh remaja.

5. Evaluasi Terus-Menerus

Mengimplementasikan sistem monitoring yang terintegrasi untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan penyuluhan secara kontinu dan mendapatkan masukan dari peserta guna perbaikan di masa mendatang

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A., Sari, A., Nur, D., Sari, R., Fadillah, R., & Pratiwi, S. T. (2020). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja dalam Menyikapi Bonus Demografi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(3), 2–6.
- Ariyanti, K. S., Sariyani, M. D., & Utami, L. N. (2019). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Meningkatkan Pengetahuan Siswa di SMP Negeri 3 Selemadeg Timur. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 1(2), 7–11.
- Ernawati, Yulianti, N., & Marinem. (2022). Pada Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Masa Covid – 19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad*, 4(1), 1–12.
- Ingrit, B. L., Rumerung, C. L., Nugroho, D. Y., A, M. M. Y., & Manik, M. J. (2022). PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA DI INDONESIA. *Prosiding PKM-CSR*, 5, 1–7.
- Rini, A. S., Tri, M., & Apriyani, P. (2024). Edukasi Kesehatan Secara Daring Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi. *Journal of Human And Education*, 4(3), 58–63.
- Situmorang, D. M. (2021). Bimbingan Teknis (Bimtek) Pengawasan Koperasi Se-Kabupaten Bengkayang Kalimantan Barat “Pengembangan Koperasi dari Aspek Akuntansi.” *Abdimas Universal*, 3(1), 14–18.
- Wijaya, L. F., Chandra, A. G., Nainggolan, T., & Berlien, R. (2024). Pengaruh Kualitas Produk , Kualitas Pelayanan , Dan Personal Selling Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen Pada PT . Indako. *Jurnal Minfo Polgan*, 13(September), 1434–1444.
- Yunika, R. P., Umboro, R. O., Apriliany, F., & Fariqi, M. Z. Al. (2022). Konseling , Informasi , dan Edukasi Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *LENTERA (Jurnal Pengabdian)*, 2(2), 205–212.