

Pemberdayaan *Influencer* Sebaya untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Remaja

Misrawati*, Al Aminuddin, Siti Maesaroh, Masrina Munawarah Tampubolon, Nurhannifah Rizky Tampubolon

Universitas Riau

* misrawati@lecturer.unri.ac.id

Abstrak. *Peer education* telah banyak digunakan sebagai metode edukasi kesehatan pada remaja. Namun, permasalahan kesehatan remaja masih menjadi perhatian yang menuntut remaja harus meningkatkan literasi dan menerapkan gaya hidup sehat. Pemberdayaan remaja yang dilakukan pada kegiatan ini berupa *peer education* dengan menggunakan istilah *influencer* untuk menyebut *peer educators*. Sebanyak 20 siswa dan siswi yang berhasil lolos seleksi mengikuti kegiatan pelatihan meliputi aktifitas fisik dan kebugaran, kesehatan reproduksi dan nutrisi pada remaja serta penggunaan website uksku.id sebagai media para *influencer* untuk bekerja. Hasil analisis data menggunakan uji T test menunjukkan $p < 0,05$ artinya terdapat perbedaan pengetahuan sebelum diberikan pelatihan dengan setelah diberikan pelatihan. Pelatihan yang dilakukan sebagai bentuk pembekalan pada para *influencer* dapat meningkatkan pengetahuan *influencer* untuk memberikan edukasi pada teman sebayanya. Para *influencer* kemudian akan membagikan pengalaman belajar dan wawasan dalam bentuk tulisan ataupun poster yang kemudian diposting melalui *website* uksku.id. Kegiatan pemberdayaan ini diharapkan dapat menjadi tren baru dalam meningkatkan literasi kesehatan di kalangan siswa sekolah.

kata kunci: *peer education*; literasi kesehatan; kesehatan remaja

Abstract. *Peer education* has been widely used as a method of health education for adolescents. However, adolescent health problems are still a concern that requires adolescents to increase literacy and adopt a healthy lifestyle. Youth empowerment carried out in this activity is in the form of *peer education* using the term *influencer* to refer to *peer educators*. A total of 20 students who successfully passed the selection took part in training activities covering physical activity and fitness, reproductive health and nutrition in adolescents as well as using the uksku.id website as a medium for *influencers* to work. The results of data analysis using the T test showed $p < 0.05$, meaning there was a difference in knowledge before being given training and after being given training. Training carried out as a form of training for *influencers* can increase the *influencer's* knowledge to provide education to their peers. The *influencers* will then share their learning experiences and insights in the form of writing or posters which are then posted via the uksku.id website. It is hoped that this empowerment activity can become a new trend in increasing health literacy among students.

Keywords *peer education*; health literacy; adolescents health

To cite this article: Misrawati, M., Aminuddin, A., Maesaroh, S., Tampubolon, M.M., & Tampubolon, N.R. 2024 Pemberdayaan *Influencer* Sebaya untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Remaja. *Unri Conference Series: Community Engagement* 6: 799-804. <https://doi.org/10.31258/unricsce.6.799-804>

© 2024 Authors

Peer-review under responsibility of the organizing committee of Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat 2024

PENDAHULUAN

Pekanbaru sebagai ibu kota Provinsi Riau memiliki jumlah penduduk 1.007.540 orang dengan jumlah remaja berusia 10-19 tahun sebanyak 16% dari jumlah penduduk (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Berdasarkan hasil penelitian pada 1000 remaja Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri di seluruh Kota Pekanbaru kelas X dan XI didapatkan hasil sebanyak 28% remaja memiliki perilaku seksual beresiko yaitu perilaku seksual pranikah yang dilakukan dari tingkatan kurang intim sampai dengan yang paling intim (hubungan seksual) (Asyia et al., 2022). Selain itu 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Kondisi ini memberikan dampak terhadap kualitas kemampuan menerima siswa pelajaran akibat kurangnya oksigen ke otak, sering sakit akibat menurunnya daya tahan tubuh serta menurunnya kebugaran (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan secara tegas telah menyampaikan bahwa anemia pada remaja putri berisiko meningkatkan stunting (Kemkominfo, 2020). Salah satu Sekolah Menengah Atas Negeri (SMA N) favorit di Kota Pekanbaru yang berjarak berjarak sekitar 1,2 Km dari kampus Fakultas Keperawatan (FKp) Universitas Riau merupakan mitra yang menjadi sasaran. Hasil observasi dan wawancara tim Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) pada tanggal 18 Maret 2024 kepada Kepala Sekolah dan Penanggung Jawab UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) didapatkan bahwa terdapat berbagai masalah kesehatan reproduksi yang dikeluhkan siswi berupa keputihan mulai dari keluhan ringan sampai keputihan yang berbau, nyeri menstruasi yang ringan sampai berat bahkan sampai pingsan. Selain itu beberapa siswi menderita anemia yang memberikan dampak keluhan sering lemah, lesu dan sering pingsan saat upacara. Setelah ditelusuri 30% remaja memiliki kadar haemoglobin (Hb) yang rendah (di bawah 12 mg%). Kondisi ini memprihatinkan karena berdampak pada masalah gizi dan masalah kesehatan organ reproduksi dalam jangka waktu panjang (Data Puskesmas Pembina, 2024).

Menurut petugas UKS ditemukan banyak dari siswi tersebut tidak mau meminum tablet tambah darah yang telah disediakan karena kekhawatiran terhadap berbagai efek samping obat serta larangan dari orangtua untuk meminumnya akibat mitos yang salah yaitu memberikan resiko sulit punya anak setelah menikah. Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan remaja putri dan orangtua terhadap dampak lanjut anemia bagi kesehatan reproduksi dan keturunan yang akan dihasilkannya (Spadafora et al., 2019). Selain itu terlihat beberapa remaja ini cenderung memiliki gaya hidup sedentary life yaitu pola hidup tidak sehat dan malas melakukan aktifitas fisik. Selain masalah kesehatan reproduksi, masalah kesehatan seksual juga dialami oleh para pelajar ini. Beberapa siswa yang berpacaran menunjukkan perilaku seksual beresiko pada remaja.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Koordinator Program Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) Puskesmas Pembina didapatkan informasi bahwa puskesmas telah bekerjasama dengan sekolah melalui kegiatan pemantauan kesehatan secara berkala, edukasi dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) setiap minggu untuk siswa Perempuan. Dari evaluasi disadari oleh pihak puskesmas bahwa program ini belum terlaksana optimal dan belum di evaluasi secara berkala karena keterbatasan waktu, sumber daya tenaga kesehatan serta dana dalam menjalankan program secara offline mengunjungi sekolah. Sekolah telah memiliki tim kesehatan remaja yang dinamakan Palang Merah Remaja (PMR) yang dibina oleh petugas UKS dan puskesmas pembina. Namun sejauh ini kegiatan PMR hanya membantu siswa-siswi di sekolah yang mengalami masalah kesehatan untuk dibawa ke UKS, dan selanjutnya ditangani langsung oleh perawat UKS. Belum terlaksana kegiatan mandiri yang dapat dilakukan tim PMR dalam meningkatkan membantu kesehatan temannya. Pemerintah telah mempunyai program pembentukan konselor sebaya yang dipersiapkan untuk meningkatkan kesehatan teman-temannya di sekolah karena memiliki kedekatan sosial dan gaya komunikasi yang sama dengan siswa-siswi di sekolahnya (Asyia et al., 2022; Spadafora et al., 2019). Puskesmas Pembina juga telah memulai kegiatan konselor sebaya ini namun baru sebatas persiapan dengan memberikan pelatihan sehari secara offline kepada seluruh perwakilan siswa setiap sekolah sekota Pekanbaru. Tidak ada tindak lanjut dan penilaian perkembangan lanjut dari program ini sehubungan dengan keterbatasan pendanaan dan waktu yang dimiliki utusan siswa untuk melanjutkan pelatihan di luar sekolah.

Menurut survey Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) tahun 2020 disampaikan bahwa penggunaan media digital termasuk penggunaan literasi digital didominasi oleh generasi milenial yaitu generasi remaja saat ini (Kemkominfo, 2020). Penggunaan media digital bagi remaja dapat meningkatkan literasi remaja dalam mengubah perilaku positif terhadap kesehatan termasuk dalam pengembangan UKS digital yang telah terbukti meningkatkan kreatifitas kelompok sebaya remaja dalam membantu teman sebaya untuk memahami perilaku kesehatan yang tepat dan benar (Meilinda et al., 2020; Tyas et al., 2023). Sejalan ini UKS pada sekolah mitra hanya terfokus kepada tempat penatalaksanaan kasus kesehatan di sekolah, edukasi belum dilaksanakan terjadwal dan berkelanjutan padahal sekolah telah memiliki fasilitas pendukung yaitu Sekolah telah memiliki jaringan internet yang kondusif, telah memiliki kelompok teman sebaya yaitu Palang Merah Remaja namun

belum diberdayakan secara optimal. Penggunaan media digital dalam memberikan intervensi kesehatan dapat memberikan keuntungan bukan hanya secara fisik namun juga bermanfaat bagi kondisi psikologis dan hubungan keharmonisan keluarga (Besral et al., 2023; Misrawati et al., 2022)

METODE PENERAPAN

Metode yang digunakan dalam pemecahan permasalahan yang digunakan dalam penyelesaian pengabdian Masyarakat dilakukan dalam beberapa tahapan, yaitu:

a. Tahap pertama: Penjaringan konselor sebaya berbasis digital yang dinamakan influencer sebaya UKSKU.

Penjaringan dilakukan dengan menentukan kriteria *influencer* sebaya UKSKU. Informasi disampaikan melalui Penanggung Jawab UKS. Tim pengabdian menyediakan link yang berisi beberapa pertanyaan untuk mengidentifikasi siswa sesuai kriteria yang ditetapkan.

b. Tahap kedua: Pelatihan bagi influencer sebaya UKSKU dengan materi yang diberikan oleh anggota tim pengabdian sesuai kompetensi bidangnya. *influencer* sebaya UKSKU harus memenuhi kompetensi yang ditetapkan oleh tim pengabdian sehingga sebelum dan setelah kegiatan pelatihan dilakukan penilaian kompetensi yang ditetapkan.

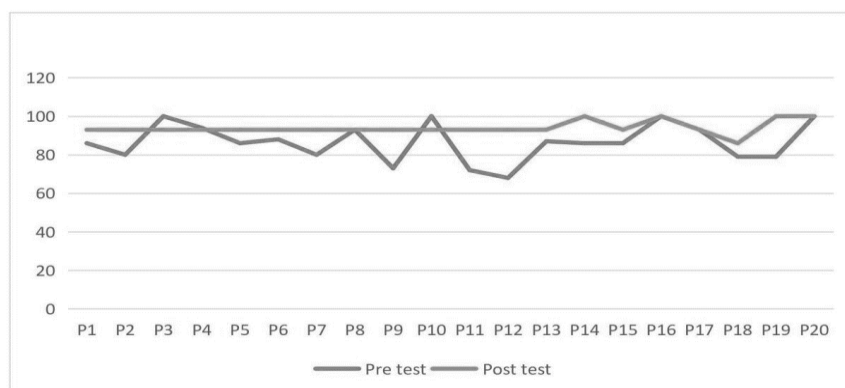
c. Tahap ketiga: Pelantikan tim *influencer* sebaya UKSKU.

Influencer sebaya UKSKU yang telah lulus standar kompetensi sesuai ketentuan dilanjutkan untuk pengukuhan oleh Kepala Sekolah dan disaksikan oleh civitas akademika sekolah dan tim pengabdian. Pengukuhan diawali dengan pembacaan ikrar kesungguhan bersedia menjalankan tugas dengan pengucapan dipandu oleh kepala sekolah.

d. Tahap keempat: Pendampingan inovasi *influencer* sebaya dalam program UKSKU tim pengabdian mendampingi tim *influencer* sebaya dalam inovasi program UKSKU. Memediasi tim *influencer* sebaya dalam membentuk kepengurusan agar terkoordinir. Pendampingan dilakukan secara *offline* dan *online* sesuai kesepakatan dengan tim *influencer* sebaya.

HASIL DAN KETERCAPAIAN SASARAN

Kegiatan dilakukan berdasarkan tahapan yang telah direncanakan. Pada saat awal sosialisasi dan tahapan penjaringan, terdapat 39 siswa PMR yang mendaftar menjadi influencer. Proses seleksi dilakukan dengan penghitungan nilai skor tingkat keberminatan dan kemampuan siswa untuk menjadi influencer. Sebanyak 20 siswa dengan skor tertinggi terpilih menjadi influencer yang kemudian diundang untuk mengikuti kegiatan pelatihan. Karakteristik *influencer* merupakan siswa kelas X (55%) dan kelas XI (45%). Usia remaja berada pada rentang (15 – 17 tahun). Sebelum influencer mendapatkan pelatihan, mereka terlebih dulu diberikan pre test pengetahuan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi, pemenuhan nutrisi dan aktifitas fisik pada remaja. Setelah pelatihan, para influencer kemudian mengikuti post test kembali. Hasil perbandingan pre test dan post test dapat dilihat pada tabel berikut:



Gambar 1. Grafik perbandingan nilai pre dan post pengetahuan influencer remaja.

Berdasarkan tabel di atas, nilai pre test terendah pada nilai 68 dengan total 3 siswa (15%) mendapat nilai di bawah 75 dan 3 siswa (15%) dengan nilai tertinggi 100. Sedangkan pada post test nilai terendah adalah 86 dan tertinggi 100 (20%). Rata-rata nilai pada pre test adalah 87, sedangkan rata-rata nilai pada post test adalah 94. Terdapat kenaikan rata-rata nilai sebesar 7 poin. Hasil analisis data menggunakan uji T test ditemukan perbedaan rata-rata skor pengetahuan sebelum dengan setelah pelatihan *influencer* dilaksanakan. Uji bivariate menunjukkan $p < 0,05$ artinya terdapat perbedaan pengetahuan sebelum diberikan pelatihan dengan setelah diberikan pelatihan.

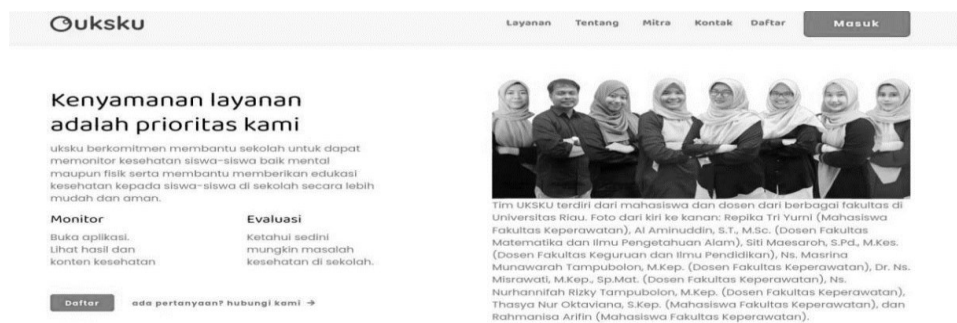


Gambar 2. Siswa dan siswi yang lolos seleksi menjadi influencer sebaya



Gambar 3. Pelatihan influencer sebaya saat materi pengenalan web uksku.id

Tahapan pelatihan berlangsung sekitar 5 jam dengan materi aktifitas dan kebugaran fisik, kesehatan reproduksi dan nutrisi pada remaja dan pengenalan serta pengoperasian website uksku.id. Selama proses pelatihan berlangsung, siswa tampak antusias mengikuti berbagai kegiatan, terutama saat diberitahukan bahwa mereka akan diberikan kesempatan untuk merancang materi edukasi yang nantinya akan diposting di website uksku.id.



Gambar 4. Website uksku.id

Berdasarkan grafik hasil di atas, maka pelatihan influencer sebaya ini berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang kesehatan. Pelatihan influencer ini merupakan bentuk pemberdayaan remaja. Pemberdayaan remaja bertujuan untuk membekali mereka dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan agar dapat membuat keputusan mandiri dan bertindak atas dasar kepercayaan diri. Hal ini melibatkan pengurangan rintangan yang mereka hadapi, baik secara pribadi maupun sosial, dalam mengambil langkah-langkah penting (Nurmala et al., 2020). Dengan pendidikan kesehatan yang berkelanjutan dan metode komunikasi yang efektif, remaja akan mampu melakukan analisis dan evaluasi terhadap berbagai situasi, sehingga dapat bertindak secara rasional dan memperkuat keyakinan dalam kemampuan diri sendiri.



Gambar 5. Kegiatan Pemberdayaan Influencer Sebaya

Remaja *influencer* yang telah dilatih diharapkan bisa menjadi kader kesehatan atau *peer educators* melalui UKS sekolah. Metode edukasi melalui peer education merupakan salah satu strategi yang efektif dalam upaya promotif dan preventif dalam permasalahan kesehatan remaja. Pendidikan sebaya telah terbukti sebagai teknik yang efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan seksual dan reproduksi serta komunikasi tentang risiko, yang secara

signifikan mempengaruhi pengetahuan, pandangan, dan kepercayaan diri remaja dalam mengelola perilaku seksual mereka (Harianti et al., 2021). Literatur review mengenai efektifitas pendidikan melalui teman sebaya atau peer educators juga menemukan bahwa terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan reproduksi oleh teman sebaya (Indriawan & Kusumaningrum, 2021).

Tantangan proses pemberdayaan melalui influencer sebaya ini adalah proses regenerasi yang cukup cepat sekitar 1 – 2 tahun mengikuti kenaikan kelas para siswa sebagai *influencer*. Hal ini juga banyak dihadapi oleh pemberdayaan dengan metode pendidikan sebaya lainnya (Jannah, 2014; Yudanagara, 2020). Namun, upaya meningkatkan minat siswa menjadi influencer melalui media website uksku.id diharapkan dapat meminimalisir adanya penolakan dan meningkatkan tren untuk mejadi influencer kesehatan di kalangan teman sebayanya di sekolah.

KESIMPULAN

Edukasi melalui *peer education* telah menjadi metode yang efektif dan banyak dilakukan di berbagai aspek edukasi pada remaja. Metode peer education yang diimplementasikan pada kegiatan pemberdayaan ini dilakukan dengan menyebutkan istilah influencer pada *peer educators*. Kegiatan pelatihan telah dilakukan sebagai upaya pembekalan para *influencer* untuk melakukan edukasi pada teman sebayanya. Hasil pelatihan influencer menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada *influencer* dan mereka telah mampu mengelola media edukasi menggunakan *website* uksku.id. Pembentukan influencer remaja ini diharapkan dapat menciptakan trend sehingga meningkatkan literasi kesehatan di kalangan remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi yang telah memberikan dukungan sumber dana Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (DRTPM) tahun anggaran 2024 dengan nomor kontrak 20789/UN19.5.1.3/AL.04/2024. Terimakasih juga kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Riau yang telah memfasilitasi kelancaran kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Asyia, A. D. N., Sinurat, G. D. N., Dianto, N. I. S. A., & Apsari, N. C. (2022). Pengaruh Peer-Group terhadap perkembangan self esteem remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 3(3), 147–159.
- Besral, B., Misrawati, M., Afyanti, Y., Ismail, R. I., & Arifin, H. (2023). MIESRA mHealth: Marital satisfaction during pregnancy. *PLOS ONE*, 18(8), e0289061. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0289061>
- Harianti, R., Nurjanah, T., & Hasrianto, N. (2021). Peer education as a method in sexual , reproductive health promotion and risk communication for adolescent Peer education sebagai metode promosi kesehatan seksual , reproduksi dan komunikasi resiko pada remaja. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 9(2), 213–223.
- Indriawan, T., & Kusumaningrum, T. A. I. (2021). Efektifkah Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja oleh Teman Sebaya ?: Sebuah Kajian Literatur. *Journal of Sexual and Reproductive Health*, 1(1), 14–26. <https://doi.org/10.53088/griyawidya.v1i1.247>
- Jannah, R. (2014). Strategi pendidikan sebaya meningkatkan kesehatan reproduksi remaja di pesantren. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 2(1), 79–90.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil dan Remaja Putri*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemkominfo. (2020). *Survei Literasi Digital Indonesia 2020*. Katadata Insight Center, November, 1–58.
- Meilinda, N., Malinda, F., & Aisyah, S. M. (2020). Literasi Digital Pada Remaja Digital (Sosialisasi Pemanfaatan Media Sosial Bagi Pelajar Sekolah Menengah Atas). *Jurnal Abdimas Mandiri*, 4(1). <https://doi.org/10.36982/jam.v4i1.1047>
- Misrawati, Afyanti, Y., Ismail, R. I., & Besral. (2022). The effect of nursing intervention to increase the emotional bond between parents and babies (MIESRA) using mobile health application on psychological health, the harmonious relationship of husbands and wives and the love relationship between parent. Universitas Indonesia.
- Nurmala, I., Muthmainnah, Rachmayanti, R. D., Siswantara, P., Salim, L. A., Devi, Y. P., Ruwandasari, N., Putri, T. A., & Pratiwi, A. N. I. (2020). *Mewujudkan remaja sehat fisik, mental dan sosial* (1st ed.). Airlangga University Press.
- Spadafora, N., Schiralli, K., & Al-Jbouri, E. (2019). Peer Groups. In *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science* (pp. 1–9). Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319->

16999-6_155-1

- Tyas, Z. A., Mahfida, S. L., Handayani, D. S., Septiana, K. A., & Prasetya, J. D. (2023). Revitalisasi Trias UKS di SMP Muhammadiyah 2 Godean. *Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 4(2), 185–194.
- Yudanagara, B. B. H. (2020). Pendidik sebaya kesehatan reproduksi di Kecamatan Tosari, Pasuruan: Pemberdayaan pemuda untuk keberlanjutan. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 3(1).