

Penerapan Iptek dalam Peningkatan Kesehatan Remaja

Rahmi Pramulia Fitri¹, Kursiah Warti Ningsih², Iyang Maisi Fitriani³

STIKes Payung Negeri Pekanbaru

rahmipramulia86@gmail.com, kursiahwarti@gmail.com, iyang.maisi@payungnegeri.ac.id

Abstrak

Remaja merupakan masa peralihan masa anak-anak ke masa dewasa. Pada remaja rentan terjadi permasalahan gizi dan pembulian. Untuk dapat memantau dan meningkatkan status kesehatan remaja diperlukan program yang mudah untuk di akses oleh remaja salah satunya dengan penggunaan aplikasi berbasis web dalam pemantauan status gizi remaja dan sarana konseling bagi remaja. Untuk meningkatkan partisipasi siswa dalam meningkatkan status kesehatannya maka di butuhkan pendekatan yang dekat dengan kegiatan siswa tersebut, anatara lain dengan mengembangkan website dengan menggunakan teknologi digital yang tepat guna dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah di mulai sejak awal tahun 2022 ini dimulai dengan pengenalan program yang akan dilakukan ke Puskesmas sebagai Mitra dan Sekolah yang akan menjadi tempat pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya di bentuk kader kesehatan remaja yang mengingatkan teman sekolahnya untuk ikut berpartisipasi dalam pengisian di pilih oleh setiap sekolah Dengan metode ini kesehatan remaja dapat dipantau dengan lebih mudah dan efisien. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan sejak bulan Juni 2022 sampai dengan akhir Agustus 2022 dimana kegiatan dilakukan dengan mendatangi langsung pihak mitra yaitu Puskesmas Payung Sekaki dan Sekolah yang ada di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki. Langkah awal kegiatan ini ini dengan membuat web <https://kesehatanremaja.com>. Setelah web selesai dilakukan uji coba di salah satu sekolah di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki. Hasil penggunaan web direkap dan menjadi dasar penilaian kesehatan remaja di sekolah tersebut. Hasil Pengabdian kepada masyarakat tersebut menunjukkan sekolah yang telah di lakukan uji coba setuju untuk menggunakan website kesehatan remaja sebagai salah satu cara untuk mendekteksi status gizi dan perundungan pada remaja. Sekolah juga menyatakan bahwa dengan adanya website ini memudahkan pemantauan kesehatan remaja baik bagi sekolah maupun Puskesmas.

Kata Kunci: remaja, status gizi, perundungan

Abstract

Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood. Adolescents are prone to nutritional and bullying problems. To be able to monitor and improve the health status of adolescents, a program that is easy to access by adolescents is needed, one of which is the use of web-based applications in monitoring the nutritional status of adolescents and means of counseling for adolescents. To increase student participation in improving their health status, an approach that is close to the student's activities is needed, among others, by developing a website using appropriate digital technology in this community service activity. This community service activity has been started since the beginning of 2022 starting with the introduction of the program that will be carried out to the Puskesmas as partners and schools that will be the place for the implementation of the activities. Furthermore, in the form of youth health cadres who remind their schoolmates to participate in filling out, each school is selected. With this method, adolescent health can be monitored more easily and efficiently. This Community Service activity was carried out from June 2022 until the end of August 2022 where the activity was carried out by directly visiting partners, namely the Payung Sekaki Health Center and Schools in the working area of the Payung Sekaki Health Center. The first step of this activity is to create a

website <https://kesehatanremaja.com>. After the web was finished, a trial was carried out in one of the schools in the working area of the Payung Sekaki Health Center. The results of using the web are recapitulated and become the basis for assessing the health of adolescents at the school. The results of this community service show that schools that have been tested agree to use a youth health website as a way to detect nutritional status and bullying in adolescents. The school also stated that the existence of this website makes it easier to monitor the health of adolescents, both for schools and for children also Public health center.

Keywords : adolescents, nutritional status, bullying

PENDAHULUAN

Remaja ialah masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut terdiri atas aspek fisik, psikis dan psikososial (Sefaya et al., 2017). Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Remaja ialah masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial (Emilia, 2009).

Jumlah remaja dengan status gizi obesitas di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun (Masdar et al., 2016). Faktor penyebab terjadinya obesitas pada remaja bersifat multifactorial (Sriwahyuni et al., 2021). Asupan zat gizi makro berlebih, peningkatan konsumsi *fast food*, kurangnya aktivitas fisik, faktor genetik, faktor psikologis, jumlah uang saku, pengaruh iklan, status sosial ekonomi, tidak sarapan pagi, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang menyebabkan perubahan pola makan dan gaya hidup sehingga menyebabkan ketidakseimbangan energi dan berakibat pada risiko obesitas (Iftita & Merryana, 2013). Berdasarkan data KPAI terkait perundungan di sekolah pada tahun 2018, disebutkan sebanyak 107 anak menjadi korban rundung di sekolah dengan pelaku perundungan terdapat 127 anak (Tang & Supraha, 2021). Lalu, kasus perundungan di media sosial menimpa 109 anak yang dilakukan oleh 112 anak (Tang et al., 2020). Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah terkait kegiatan pelayanan kesehatan Remaja agar dapat berkesinambungan, maka pemerintah dalam hal ini kementerian Kesehatan telah menggalakkan adanya kader remaja baik disekolah maupun di wilayah puskesmas yang diharapkan dapat menjadi alat kontrol bagi tumbuh kembang Remaja, buku ini juga diharapkan jadi sarana komunikasi antara keluarga dan petugas kesehatan (Anggraini et al., 2021).

Terkait dengan gizi remaja yang dapat menjadi salah satu faktor penyebab mal nutrisi (obesitas), begitu juga dengan kasus *bulliyng* yang terjadi di sekolah atau pun lingkungan remaja (Ryan et al., 2013). pemerintah sudah melakukan berbagai upaya percepatan penurunan angka dengan melakukan intervensi gizi spesifik dimana terdapat konvergensi multi sektoral di dalamnya dan menjadi poin kelima dari program NAWACITA Presiden. Kemudian dirancang beberapa undang-undang anti perundungan di sekolah. Pekanbaru merupakan salah satu kota dengan jumlah kasus obesitas cukup tinggi, dari Puskemas Payung Sekaki merupakan puskesmas yang mencakup cukup banyak kasus obesitas dan perundungan di Pekanbaru, Puskesmas Payung Sekaki merupakan puskesmas rawat jalan yang masuk dalam wilayah Kecamatan Payung Sekaki dengan wilayah kerja yang terdiri dari 7 kelurahan yaitu kelurahan Labuh Baru Timur, kelurahan Labuh Baru Barat, kelurahan Tampan, kelurahan Air Hitam, kelurahan Bandar Raya, kelurahan Sungai Sibam dan kelurahan Tirta Siak. Luas wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki 51,36 Km² dengan 1093 RT dan 43 RW 83 kelurahan, terdapat 10 kelurahan yang menjadi prioritas fokus pemecahan masalah pada 2021. Jumlah remaja yang mengalami obesitas sebanyak 1130 orang (Bambling et al., 2008). Kelurahan yang menjadi perhatian dalam penanganan obesitas antara lain, Suka Mulya, Melebung, Tanjung Rhu, Bencah Lesung, Pesisir, Payung Sekaki, Rumbai Bukit, Tuah Negeri, Bambu Kuning, Sialang Sakti, Tirta Siak, Tebing Tinggi Okura, Air Dingin, Limbungan Baru, dan Lebah Sari.

Data Puskesmas Payung Sekaki menunjukkan bahwa terjadi peningkatan jumlah Obesitas dan kasus perundungan pada remaja usia sekolah yang teridentifikasi dari hasil pengukuran berkala disekolah sekolah diwilayah puskesmas Payung Sekaki , yaitu 11% remaja dalam kategori obesitas dan pernah mengalami kasus perundungan mengalami stunting pada tahun 2017 yang kemudian meningkat menjadi 25% pada tahun 2018 dan pada bulan Juni 2019 sudah tercatat 28% remaja obesitas dan terdampak perundungan. Berdasarkan survey awal pada bulan Januari 2021 melalui wawancara dengan 65 orang remaja sekolah di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki, diperoleh data bahwa mereka tidak mengetahui jenis makanan seperti apa yang dibutuhkan pada usia mereka dan bagaimana cara memeperolehnya kemudian mereka juga mengalami kasus perundungan baik secara verbal maupun nonverbal dari lingkungan sekolah. Dilain hal orang tua juga tidak memantau secara berkala status gizi remaja atau anak mereka.

METODE

Berdasarkan hasil identifikasi masalah, tim pengusul melakukan langkah – langkah pendekatan untuk menyelesaikan permasalahan pada mitra. Metode pelaksanaannya terdiri dari beberapa tahapan yaitu tahap perancangan, implementasi (pembinaan kader remaja, pelatihan, bimbingan) dan evaluasi. Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini berfokus pada bidang kesehatan dan kesehatan mental serta teknologi informasi. Metode pelaksanaan yang dalam kegiatan PKM ini dapat dilihat pada gambar berikut:

a. Tahap Perancangan, terdiri dari :

1. Perancangan Aplikasi Pengolahan Data remaja dan Orang tua.

Aplikasi Pengolahan Data Anak dan Orang tua akan dibangun berbasis computer dalam jaringan dan non jaringan, sehingga memudahkan Petugas Puskesmas dan kader remaja dalam mengakses data-data anak dan Orang tua dimana dan kapan saja. Data-data tersebut tersimpan di dalam *Database* kemudian melalui proses pengolahan data akan menghasilkan Output berupa informasi Data remaja , Data Orang tua, data sekolah . Berikut adalah model Aplikasi Pengolahan Data Anak dan Orang tua:



Gambar 6. Model alur Aplikasi Pengolahan Data remaja dan Orang tua

2. Perancangan Sistem Informasi Perundungan

Alur sistem pada Gambar 7 dapat dijelaskan sebagai berikut dalam aplikasi terdapat 5 (lima) pilihan menu yaitu 1). Menu Data (untuk menginputkan data-data remaja, Orang tua), 2), Menu Cek Status (Menu ini untuk menginputkan data pemeriksaan dari remaja, dan pemantauan anti perundungan), 3). Menu Informasi, 4). Menu untuk penambahan User dan 5) Menu untuk keluar dari program.



Gambar 7. Model alur Sistem Informasi Perundungan dan kesehatan mental remaja

b. Tahap Implementasi terdiri dari:

1. Implementasi Aplikasi Pengolahan Data Anak dan Orang tua digunakan untuk menyimpan data-data remaja, Orang tua dan kasus perundungan.
2. Implementasi Sistem Informasi Tumbuh Kembang remaja digunakan untuk memeriksa tumbuh kembang remaja, data temuan kasus perundungan dan sekaligus digunakan untuk melakukan sosialisasi dan edukasi tentang obesitas dan pencegahan perundungan.
3. Menyerahkan peralatan pendukung untuk pemeriksaan tumbuh kembang remaja seperti timbangan, alat ukur tinggi badan dan penyediaan ruang konseling.

c. Tahap Pembinaan kader remaja, Pelatihan dan Bimbingan

Pada tahapan penyuluhan, pelatihan dan bimbingan ada 2 tahapan yaitu dari segi Pola asuh yang tepat bagi Remaja dan dari segi teknologinya .

1. Tahap pembinaan kader remaja, pelatihan dan bimbingan Pola asuh yang tepat bagi remaja
2. Pelatihan penggunaan Aplikasi Pengolahan Data Anak dan Orang tua serta Sistem Informasi kasus perundungan disekolah.

d. Evaluasi

Tahapan ini terdiri dari:



HASIL DAN PEMBAHASAN

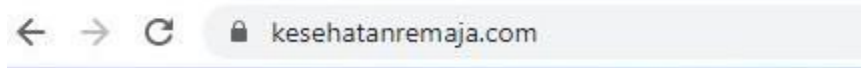
Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan sejak bulan Juni 2022 sampai dengan akhir Agustus 2022 dimana kegiatan dilakukan dengan mendatangi langsung pihak mitra yaitu Puskesmas Payung Sekaki dan Sekolah yang ada di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki. Langkah awal kegiatan ini ini dengan membuat web <https://kesehatanremaja.com>. Di dalamnya terdapat panduan cara pengoperasian modul aplikasi sebagai berikut:

Petunjuk Penggunaan Aplikasi Kesehatan Remaja

Berikut langkah-langkah untuk mengakses aplikasi kesehatan remaja melalui laman website KESEHATAN REMAJA dengan menggunakan browser pada computer atau perangkat mobile lain yang dapat terhubung ke internet.

A. Masuk Ke Aplikasi Kesehatan Remaja

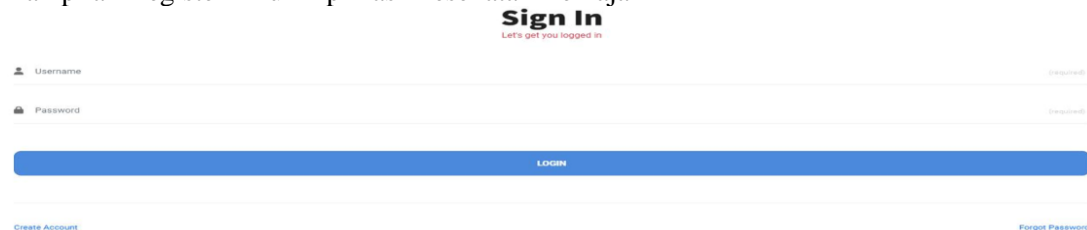
- Untuk mengakses Aplikasi Kesehatan Remaja, silahkan buka Aplikasi browser yang ada pada komputer/handphone anda.
- Ketikkan alamat url <https://kesehatanremaja.com> pada addressbox.



B. Tampilan Login Akun Aplikasi Kesehatan Remaja (Halaman Utama), silahkan diklik Tombol Cek Sekarang

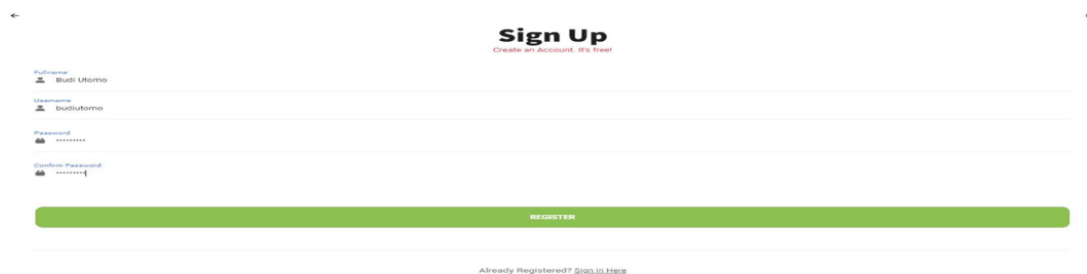


C. Tampilan Register Akun Aplikasi Kesehatan Remaja



Silahkan untuk memasukkan username dan password yang sudah didaftarkan, jika belum ada akun login, silahkan untuk mendaftar akun terlebih dahulu

1. Tampilan Register Akun Kesehatan Remaja



Silahkan untuk memasukkan nama lengkap, username, password dan confirm password untuk membuat akun aplikasi.

2. Tampilan Isi Biodata Akun Kesehatan Remaja

Biodata
Silahkan untuk melengkapi biodata terlebih dahulu sebelum menggunakan Aplikasi ini!

Fullname: Budi Utomo (required)

No. NIK KK: [input] (required) Umur: [input] (required)

Tinggi Badan (CM): [input] (required) Berat Badan (KG): [input] (required)

Nomor HP: [input] (required)

Photo (optional): [UPLOAD FOTO REMAJA]

Alamat: [input] (required)

Asal Sekolah: [input] (required)

Nama Orangtua: [input] (required)

Photo Orangtua (optional): [UPLOAD FOTO ORANGTUA]

Akun Orangtua (Username & Password sama): [input] (required)

[SUBMIT]

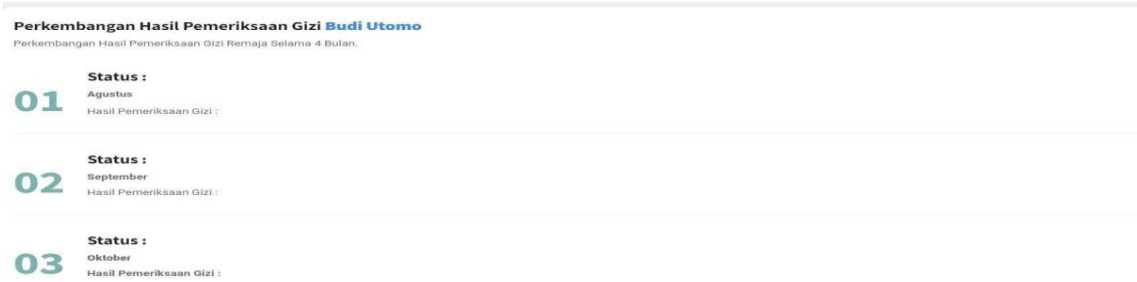
Kemudian silahkan untuk mengisi lengkap biodata akun setelah mendaftarkan akun sebelum menggunakan aplikasi Kesehatan Remaja. Jika sudah selesai mengisi biodata, silahkan untuk mengklik tombol submit.

E. Tampilan Dashboard Kesehatan Remaja

Tampilan dashboard menampilkan informasi

1. Notifikasi untuk melakukan pemeriksaan gizi remaja perbulan
2. Notifikasi untuk melakukan input survei/kueisoner anti perundungan remaja perbulan
3. Link halaman untutk mengedit biodata+akun aplikasi Kesehatan Remaja
4. Link halaman untuk mengakses Edukasi Perundungan dan Edukasi Obesitas
5. Menampilkan informasi hasil pemeriksaan gizi per 4 bulan.
6. Ada 4 menu di aplikasi Kesehatan Remaja, Yaitu Dashboard, IMT, Survei dan Edukasi (Anti Perundungan dan Obesitas).

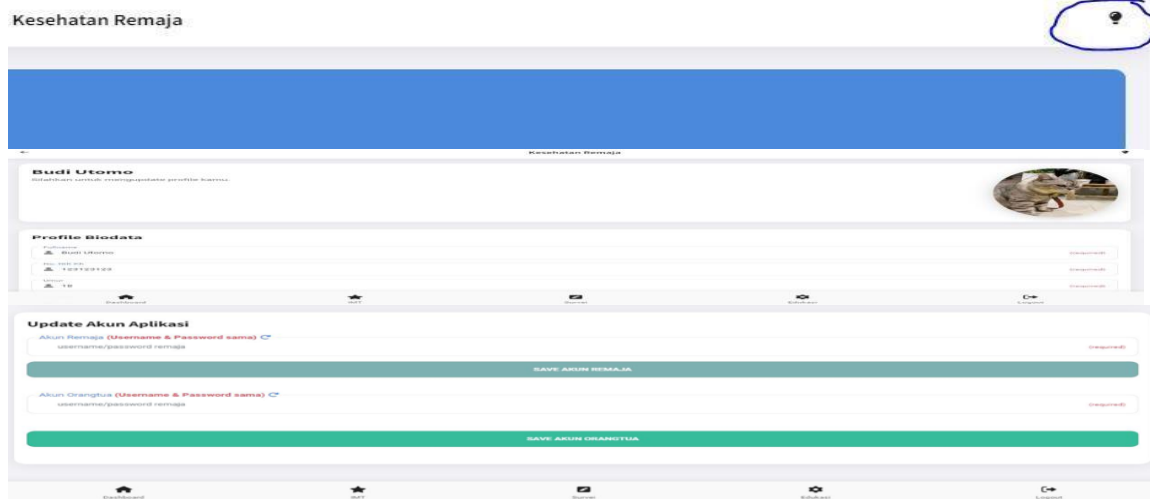




Ada juga fitur darkmode diaplikasi Kesehatan Remaja yang ada dipojok kanan atas aplikasi untuk mengganti tema dari aplikasi

F. Tampilan Edit Akun Kesehatan Remaja

Berikut tampilan edit Biodata Aplikasi Kesehatan Remaja dan Edit Akun Username & Password Remaja dan Orangtua



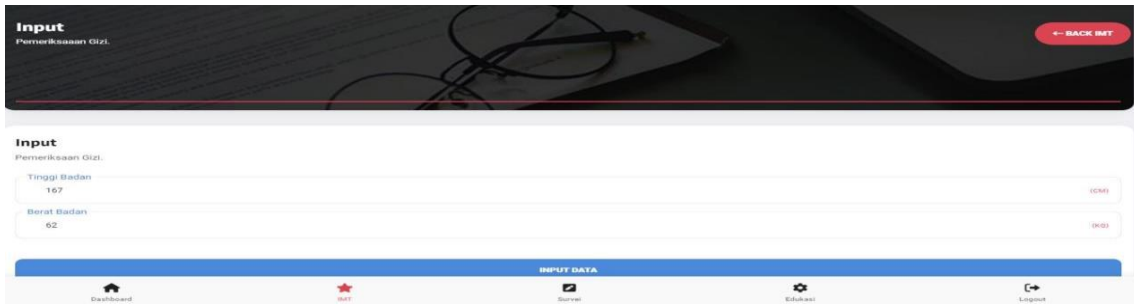
G. Tampilan halaman IMT (indeks Massa Tubuh)

Dihalaman ini untuk menampilkan hasil dan melakukan pemeriksaan IMT (Indeks Massa Tubuh) Remaja per 4 bulan.

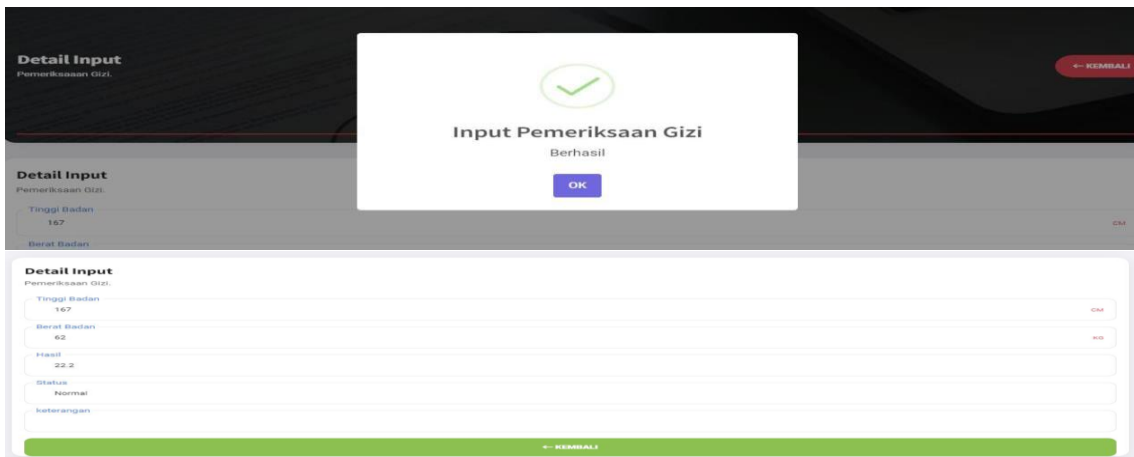


Silahkan untuk mengklik link “Input Pemeriksaan Gizi ->” untuk pemeriksaan IMT remaja, kemudian akan menampilkan form untuk pemeriksaan IMT. Form pemeriksaan IMT membutuhkan tinggi dan berat badan remaja yang akan dilakukan pemeriksaan.

Diform ini sudah otomatis terisi dari data biodata remaja yang sudah terisi lengkap. Namun jika ada perubahan tinggi badan dan berat badan, silahkan untuk mengganti nilai tinggi dan berat badan yang sudah terisi.



Jika sudah ok, silahkan untuk klik tombol “INPUT DATA”. Jika berhasil, maka muncul popup berhasil dan menampilkan hasil dan status dari pemeriksaan IMT remaja.

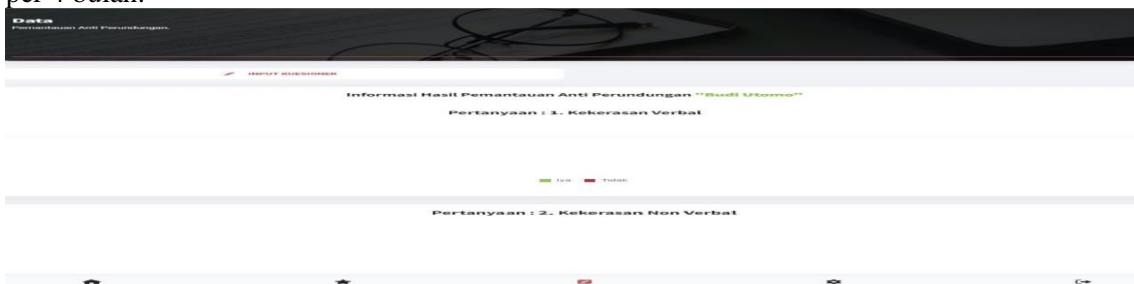


Maka halaman depan IMT akan berubah dan menampilkan chart perkembangan per 4 bulan

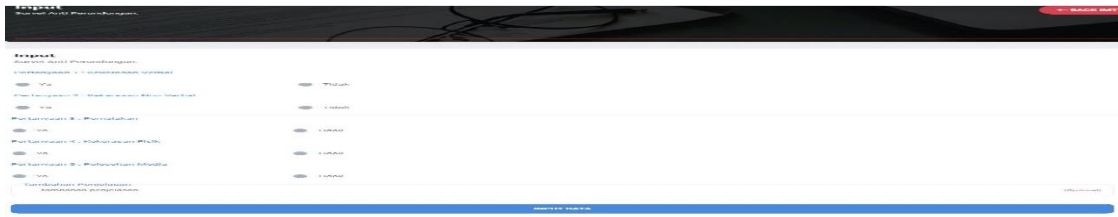


H. Tampilan Survei Anti Perundungan

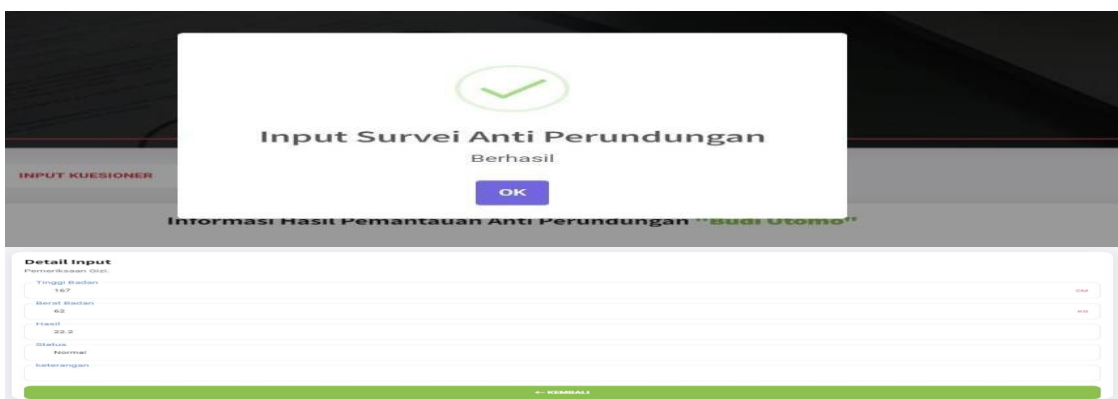
Dihalaman ini untuk menampilkan hasil dan melakukan input survei Anti Perundungan Remaja per 4 bulan.



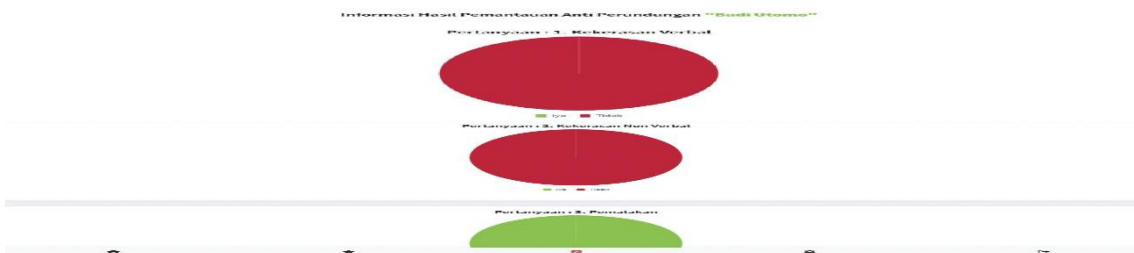
Silahkan untuk mengklik tombol “Input Survei ->” untuk menginput sruvei Anti Perundunagn remaja, kemudian akan menampilkan form untuk input Survei Anti Perundungan. Silahkan untuk menginput sesuai dengan kondisi yang dialami, setelah menginput dan klik tombol “INPUT DATA”



jika berhasil, maka muncul popup berhasil dan halaman depan Survei akan berubah dan menampilkan chart perkembangan per 4 bulan.

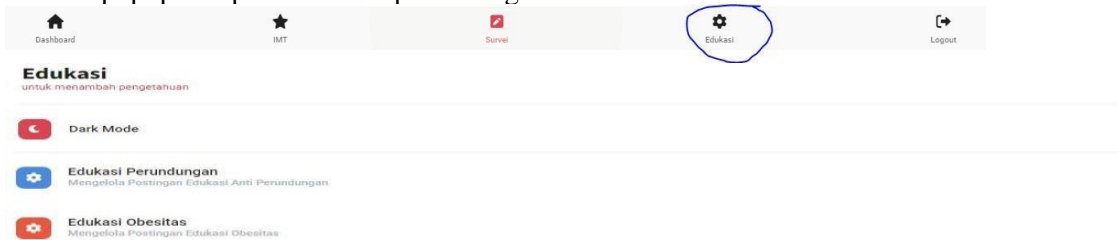


Maka halaman depan IMT akan berubah dan menampilkan chart perkembangan per 4 bulan



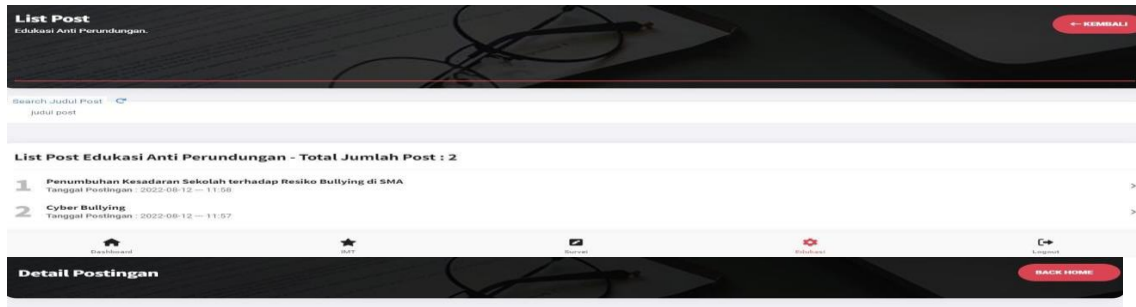
I. Tampilan Edukasi Perundungan

Untuk mengakses tampilan Edukasi Perundungan silahkan klik menu Edukasi, kemudian muncul popup dan pilih Edukasi perundungan



Ada beberapa bagian di Edukasi Perundungan

1. Informasi, Menampilkan list postingan informasi terkait Edukasi Anti Perundungan. Untuk membaca postingan Informasi hanya dengan mengklik postingan



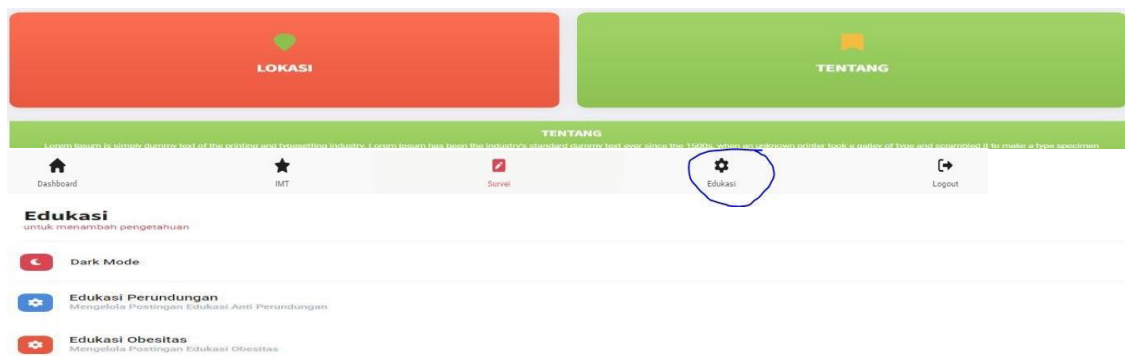
- 2. Jadwal, Saat ditekan bagian jadwal akan menampilkan
- 3. Lokasi, Saat ditekan bagian lokasi akan menampilkan



- 4. Tentang Saat ditekan bagian tentang akan menampilkan

J. Tampilan Edukasi Obesitas

Untuk mengakses tampilan Edukasi Obesitas silahkan klik menu Edukasi, kemudian muncul popup dan pilih Edukasi Obesitas.

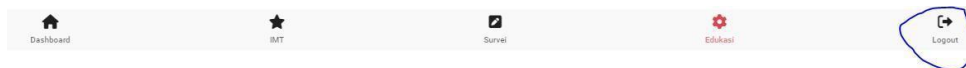


Dihalaman Edukasi Obesitas berisi Video Edukasi



K. Logout/Keluar Aplikasi Kesehatan Remaja

Jika ingin Logout/Keluar dari Aplikasi Kesehatan Remaja, silahkan klik menu Logout



Setelah web selesai dibuat, dilakukan uji coba di salah satu sekolah di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki. Hasil penggunaan web direkap dan menjadi dasar penilaian kesehatan remaja di sekolah tersebut. Hasil Pengabdian kepada masyarakat tersebut menunjukkan sekolah yang telah dilakukan uji coba setuju untuk menggunakan website kesehatan remaja sebagai salah satu cara untuk mendeteksi status gizi dan bully pada remaja. Sekolah juga menyatakan bahwa dengan adanya website ini memudahkan pemantauan kesehatan remaja baik bagi sekolah maupun Puskesmas. Petunjuk penggunaan aplikasi ini dibuat agar user dapat mengoperasikan aplikasi kesehatan remaja.

KESIMPULAN

Penutup berisi kesimpulan dan saran. Kesimpulan menggambarkan jawaban dari hipotesis dan/atau tujuan penelitian atau temuan yang diperoleh. Kesimpulan bukan berisi perulangan dari hasil dan pembahasan, tetapi lebih kepada ringkasan hasil temuan seperti yang diharapkan di tujuan atau hipotesis. Saran menyajikan hal-hal yang akan dilakukan terkait dengan gagasan selanjutnya dari pengabdian Masyarakat tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, N. V., Mulyono, S., & Fitriyani, P. (2021). Peran Kader Kesehatan Remaja Dalam Mengurangi Risiko Kelebihan Berat Badan Di Kalangan Remaja SMP Jakarta. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Health)*, 4(1), 40–49. <https://ojs.unsulbar.ac.id/index.php/j-health/article/view/1019>
- Bambling, M., King, R., Reid, W., & Wegner, K. (2008). Online counselling: The experience of counsellors providing synchronous single-session counselling to young people. *Counselling and Psychotherapy Research*, 8(2), 110–116. <https://doi.org/10.1080/14733140802055011>
- Emilia, E. (2009). Pendidikan Gizi Sebagai Salah Satu Sarana Perubahan Perilaku Gizi Pada Remaja. *Jurnal Tabularasa Pps Unimed*, 6(2), 161–174.
- Iftita, R., & Merryana, A. (2013). Hubungan Gaya Hidup Dengan Status Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Media Gizi Indonesia*, 9(1), 36–41.
- Masdar, H., Ayu Saputri, P., Rosdiana, D., & Chandra, F. (2016). Depresi, ansietas, dan stres serta hubungannya dengan obesitas pada remaja Relationship of depression, anxiety and stress with obesity in adolescent. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(4), 138–143. <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki>
- Ryan, Cooper, & Tauer. (2013). 濟無No Title No Title No Title. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Sefaya, K., Nugraheni, S., & Pangestuti, D. (2017). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan gizi dan tingkat kecukupan gizi terkait pencegahan anemia remaja (studi pada siswa kelas XI SMA Teuku Umar Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(1), 272–282.
- Sriwahyuni, -, J., -, N., .A, A., & Tangkelayuk, V. (2021). Pola Makan Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 6(2), 91–98. <https://doi.org/10.33867/jaia.v6i2.268>
- Tang, I., & Supraha, W. (2021). Program Pembinaan Korban dan Pelaku Perundungan (Bullying) pada Usia Remaja di SMP. *Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2), 170. <https://doi.org/10.32832/tawazun.v14i2.4140>

Tang, I., Supraha, W., & Rahman, I. K. (2020). Upaya mengatasinya perilaku perundungan pada usia remaja. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 14(2), 93. <https://doi.org/10.32832/jpls.v14i2.3804>