



## Pelatihan Konselor Sebaya Dalam Optimalisasi Pengetahuan Terhadap Ancaman Dasar Kesehatan Reproduksi Remaja

<sup>1)</sup>Intan Yusita\*, <sup>2)</sup>Siti Nuraeni, <sup>3)</sup>Idar, <sup>4)</sup>Dedep Nugraha, <sup>5)</sup>Deni Wahyudi

<sup>1-5)</sup>Universitas Bhakti Kencana, Indonesia

\*Email: intan.yusita@bku.ac.id

### Abstrak

Masa remaja adalah masa perubahan fisik dan mental. Secara psikologis, karena ada transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masalah kesehatan reproduksi remaja dapat mempengaruhi tidak hanya tubuh, tetapi juga kesehatan mental dan emosional jangka panjang. Salah satu dari strategi yang dapat digunakan adalah membentuk kelompok pelatihan sebaya. Konselor sebaya adalah pendidik yang usianya sebaya dengan remaja. Kegiatan dilakukan melalui metode pelatihan dan pendampingan. Tahap I Pemberian informasi. Tahap II dengan *Role Play*/permainan peran. Tahap III dilakukan Focus Group Discussion. Tahap IV dilakukan melalui Simulasi dan Latihan dan terakhir tahap V melakukan refleksi. Data diolah dengan menggunakan SPSS dengan uji Paired Sample Test. Kegiatan ini dilaksanakan sejak tanggal 17 November dan tanggal 23 November 2022 di Sekolah Madrasah Aliyah Al-Istiqomah Kota Bandung dan diikuti oleh 450 orang siswa/i. Hasilnya, terdapat perbedaan secara signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan  $t = -40,882$  dengan signifikansi 0.000 lebih kecil dari  $\alpha 0.05$  dan terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan pada siswa/i secara signifikan dengan rata-rata peningkatannya sebesar  $-32,369$ . Pelatihan konselor sebaya efektif dalam meningkatkan pengetahuan reproduksi remaja serta meningkatkan kemampuan dalam melakukan konselor pada teman sebaya.

**Kata Kunci:** konselor sebaya, remaja, kesehatan reproduksi remaja, pelatihan

### Pendahuluan

Masa remaja adalah masa perubahan fisik dan mental. Secara psikologis, karena ada transisi dari masa kanak-kanak menuju

### Abstract

Adolescence is a period of physical and mental changes. Psychologically, since there is a transition from childhood to adulthood. Adolescent reproductive health problems can affect not only the body, but also long-term mental and emotional health. One of the strategies that can be used is to form a peer training group. Peer counselors are educators whose age is the same age as adolescents. Activities are carried out through training and mentoring methods. Phase I Provision of information. Stage II with *Role Play*/role-playing game. Phase III conducted a Focus Group Discussion. Phase IV is carried out through Simulation and Exercise and finally stage V performs reflection. The data was processed using SPSS with a Paired Sample Test. This activity was carried out since November 17 and November 23, 2022 at the Madrasah Aliyah Al-Istiqomah school in Bandung City and was attended by 450 students. As a result, there was a significant difference between knowledge before and after training  $t = -40,882$  with a significance of 0.000 smaller than  $\alpha 0.05$ . and there was a significant difference in knowledge before and after training in students with an average increase of  $-32,369$ . Peer counselor training is effective in increasing adolescent reproductive knowledge as well as improving the ability to counsel peers.

**Keywords:** peer counselor, adolescent, adolescent reproductive health, training

dewasa. WHO Organisasi mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10-24 tahun.<sup>1</sup> Masalah kesehatan reproduksi remaja dapat mempengaruhi tidak hanya tubuh, tetapi juga kesehatan mental dan

emosional jangka panjang, status ekonomi, dan kesejahteraan sosial.

Efek jangka panjangnya tidak hanya mempengaruhi kaum muda itu sendiri, tetapi pada akhirnya keluarga, masyarakat.<sup>2</sup> Pendekatan dasar untuk mencegah masalah sosial pada remaja adalah diberikan informasi tentang seksualitas, secara terus menerus dan ber-kesinambungan. Hal ini disebabkan karena remaja memiliki potensi seksual secara aktif yang dipengaruhi oleh efek hormon sehingga mengalami peningkatan libido.<sup>3</sup> Seks bebas tersebut dapat menimbulkan tingginya kasus penularan HIV/AIDS pada remaja. Untuk perlindungan dan pencegahan yang berkaitan dengan seks bebas, pencegahan pelecehan, Narkoba, HIV, AIDS ini harus dilakukan bimbingan secara intensif dan komprehensif. Berbagai bentuk Pendidikan perlu Dilakukan baik secara elektronik dan media cetak atau menjalankan langsung melalui Metode konseling dan diskusi.<sup>4</sup>

Pengguna NAPZA dikalangan remaja mencapai 3,6 juta orang dan meningkat menjadi 3,8 juta orang dan akan meningkat menjadi 5 juta orang jika tidak ada langkah dan upaya untuk mencegah dan menanggulangnya.<sup>5</sup>

Terdapat perubahan perilaku pada remaja yang menggunakan narkoba seperti Tidak bersekolah, menyebabkan rendahnya nilai akademik dan pola tidur yang lebih buruk perubahan, kehilangan nafsu makan, menghindari kontak sosial, jauh, terpisah, rentan terhadap emosi, dapat dan dapat merusak persahabatan dll.

Diperlukan strategi manajemen bimbingan dan konseling baru untuk membantu siswa memecahkan masalah yang mereka hadapi. Salah satu dari strategi yang dapat digunakan adalah membentuk kelompok pelatihan sebaya. Konselor sebaya adalah pendidik yang usianya sama/sebaya dengan remaja dimana secara fungsional memiliki motivasi yang tinggi untuk memberikan konseling bagi remaja yang sebaya. konselor sebaya merupakan wadah bagi siswa untuk saling mengadu, curhat, menguatkan dan memotivasi.<sup>6</sup>

Hal ini dikarenakan remaja membutuhkan teman yang dapat menangani tugas perkembangannya dengan baik dan dapat bekerja sama dengan teman sebayanya untuk memecahkan masalah yang dihadapinya.<sup>6</sup>

Tujuan dilakukan pelatihan konselor sebaya adalah meningkatkan pengetahuan siswa terhadap Tiga Ancaman Dasar kesehatan Reproduksi Remaja (TRIAD KRR) yaitu seks bebas, HIV/AIDS dan NAPZA melalui pelatihan konselor sebaya, dimana kegiatan ini memiliki manfaat melalui terbentuknya kelompok remaja yang bisa dijadikan agen pembaharu yang dapat mengajak teman-temannya pada kegiatan positif. Sebagaimana bahwa remaja menghabiskan Sebagian besar waktunya untuk bergaul dengan teman-temannya, sehingga pengaruh besar ada pada temannya.

Pelatihan konselor sebaya pada siswa/i dilakukan dengan cara memberikan pelatihan kepada siswa/i terpilih sebagai tenaga konselor dengan memberikan beberapa materi pelatihan yang terdapat dalam modul pelatihan. Kegiatan pelatihan yang dilakukan adalah melalui tahap persiapan, sosialisasi, pelatihan dasar dan lanjutan, pendampingan dan evaluasi, dengan langkah pertama pemberian informasi, selanjutnya melakukan *role play/* permainan peran, langkah ketiga melakukan *Focus Group Discussion/* diskusi kelompok terarah (FGD), keempat Simulasi dan latihan, terakhir melakukan refleksi.

Dalam studi Hart, Morgan, Roseto, Kelly, Mackinnon, dan Jormi (2018), teman sebaya adalah saluran yang efektif untuk dukungan sosial kaum muda dan mencari bantuan profesional untuk kesehatan mental kaum muda. Hal ini sesuai dengan hasil tindak lanjut dimana jumlah interaksi konselor sebaya meningkat. Konseling sebaya mudah diakses dan relatif informal, memungkinkan konselor untuk bertemu klien di zona nyaman mereka.<sup>7</sup>

Hasil penelitian Sihite dkk (2017) menguatkan teori juga bahwa pemberian edukasi kesehatan reproduksi tentang

TRIAD KRR dapat meningkatkan pengetahuan siswa.<sup>8</sup>

Dikutip dari hasil penelitian Nurhamsyah (2015) yang menjelaskan bahwa keterlibatan indera pendengaran dan adanya tindakan dari dimaksudkan mempermudah untuk menaikkan tingkat pengetahuan sebesar 90% .<sup>9</sup>

## Metode

Kegiatan dilakukan melalui metode pelatihan dan pendampingan, dimana dua metode diterapkan dengan cara sebagai berikut: tahap I adalah Ceramah/Pemberian informasi; Kegiatan ini diawali dengan memberikan informasi terkait materi kegiatan kepada para peserta melalui metode bulanan. Kegiatan ini dilakukan dengan harapan agar siswa memiliki pemahaman yang baik tentang dengan tutor sebayanya, sehingga terjadi pemahaman antara pembicara dan peserta. Hal ini memudahkan penerapan latihan/simulasi nanti.

**Gambar 1.** Kegiatan Pemberian Seminar Bahaya Resproduksi Dasar Remaja



Tahap II dilaksanakan dengan *role play*/permainan peran; sebuah format permainan berdasarkan skenario yang memungkinkan peserta untuk memainkan peran sedemikian rupa sehingga mereka hanya mendapatkan pengalaman non-simbolis. Dalam permainan peran, peserta harus mengambil peran tertentu, mencoba dan merasa bahwa mereka adalah orang tertentu dalam proses, untuk lebih memahami proses dan mendapatkan wawasan tentang implementasinya. Dalam

*role play*, peserta ditempatkan dalam situasi supervisor dan guru pengalaman baru dan nyata dari proses konseling sebaya.

**Gambar 2.** Pengisian Kuesioner *Pre-test*



Tahap III dilakukan *Focus Group Discussion*/ diskusi kelompok terarah (FGD); Teknik diskusi kelompok untuk mendapatkan wawasan tentang . Pendapat atau pandangan yang berbeda tentang, topik. Peserta dibagi menjadi 3 kelompok dan meminta untuk mengungkapkan pendapat mereka tentang masalah tertentu secara terfokus tanpa harus memecahkan masalah. Dalam, dengan interval 30 menit, peserta diminta untuk mendiskusikan masalah yang dirancang oleh pelatih, memberikan peserta pemahaman baru tentang masalah dari perspektif berbeda yang berbeda dari masing-masing peserta.

Tahap IV dilakukan melalui Simulasi dan latihan; Hampir sama dengan RPG, tetapi pemain bermain sendiri. Pada simulasi, proses implementasi pada game adalah situasi nyata yang akan dihadapi oleh peserta di masa mendatang. peserta diminta mengikuti *peer counselling* dimana salah

**Gambar 3.** *Focus Group Discussion, Role Play, Simulasi dan Refleksi Pelatihan Konselor Sebaya*



satu dari peserta bertindak sebagai fasilitator dan peserta lainnya bertindak sebagai fasilitator, mengalami masalah, dan peserta lainnya bertindak sebagai penonton. proses simulasi berlangsung secara bergiliran, sehingga semua peserta diikutsertakan dalam proses simulasi.

**Gambar 4.** Pelatihan Konselor Sebaya Pada Minggu Ke 2



Terakhir tahap V melakukan refleksi; Kegiatan ini merupakan bagian dari penilaian kegiatan, yang dirancang untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta terhadap materi kegiatan tutor pendamping. Dalam kegiatan ini, pemateri mengajukan pertanyaan kepada peserta terkait topik serta kesan dan pesan dari rangkaian

kegiatan tentang pelaksanaan kegiatan tutor sebaya<sup>10</sup>.

**Gambar 7.** Penandatanganan Deklarasi Anti Pelecehan Seksual Dan Anti Narkoba



**Gambar 6.** Pengangkatan Duta Konselor Sebaya



**Gambar 5.** Foto Bersama Setelah Kegiatan Seminar pada Minggu I sebanyak 450 siswa/siswi



## Hasil Dan Pembahasan

Pada kegiatan seminar dan pelatihan ini telah dilaksanakan sejak tanggal 17 November dan tanggal 23 November 2022 di sekolah Madrasah Aliyah Al-Istiqomah Kota Bandung. Kegiatan seminar diikuti oleh 450 siswa/i dan 20 siswa/i yang mengikuti pelatihan konselor sebaya dengan melalui tahap seleksi. Seleksi dilakukan dengan tahap diskusi oleh pakar psikolog yang juga merupakan narasumber dari pelatihan konselor sebaya.

**Tabel 1.** Perbedaan Rata-rata tingkat Pengetahuan Sebelum dan sesudah (n = 450)

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
sebelum	42.74	13.504	.637
sesudah	75.11	9.915	4.67

Berdasarkan tabel hasil uji *paired t-test* rata rata nilai sebelum pelatihan tingkat pengetahuan remaja sebesar 42,72 dan nilai rata-rata sesudah diberikan materi pelatihan adalah 75,11.

Berdasarkan tabel hasil uji sample Paired t-test terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan t -40.882 dengan signifikansi 0.000 lebih kecil dari alpha 0.05. Pelaksanaan pelatihan konselor sebaya bisa meningkatkan pengetahuan siswa/i dengan rata-rata skornya sebesar 32.369.

Hal ini didukung oleh penelitian lain bahwa didukung bahwa persentase peningkatan pengetahuan ramaja dipengaruhi oleh adanya sumber informasi, media massa,

elektronik media dan pendidikan kesehatan.<sup>11</sup>

Sama untuk hasilnya kegiatan pelatihan ini menjadikan siswa/i sebagai pemimpin, tempat dimana kegiatan pendidikan menghasilkan nilai tambah di lapangan untuk pengetahuan dan keterampilan bagi siswa sehingga dapat membantu guru dalam memberikan Informasi.<sup>12</sup>

Peningkatan pengetahuan peserta juga dipengaruhi oleh pengetahuan awal peserta sebelumnya baik didapat dari pengalaman membaca literatur, media maupun pengalaman pribadi dan sharing dengan teman sebaya sehingga mampu mengingat kembali materi pelatihan yang telah dipelajari sebelumnya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Silvy bahwa pengetahuan merupakan hasil stimulasi informasi yang diperhatikan dan diingat.<sup>13</sup>

Kesadaran remaja terhadap diri sendiri dalam perilaku berisiko melalui peran konselor sebaya membentuk siswa menjadi model bagi teman lainnya<sup>14</sup>. Model peran ini membantu siswa berbicara tentang hal-hal yang tidak nyaman dan menciptakan hambatan bagi siswa dalam masalah akademik, psikologis, dan fisiologis mereka. Hubungan yang sehat antara pemikiran dan kesehatan fisik penting bagi siswa dan sekolah untuk berhasil mencapai tujuan akademiknya.<sup>15</sup>

Pengetahuan diri tentang masalah remaja dalam pelatihan ini membuat siswa menyadari kemungkinan dan juga sebagai tempat untuk mereka membuka dan bertindak sesuai dengan kemampuan mereka dalam mengambil keputusan secara terbuka dan bertanggung jawab untuk kehidupan masa depan.<sup>15</sup>

**Tabel 2.** Distribusi tingkat pengetahuan (n = 450)

	mean	t	df	sig
sebelum				
sesudah	-32.369	-40.882	449	.000

Teman dapat mempengaruhi temannya secara positif agar lebih mudah beradaptasi dalam memecahkan masalah Kemampuan beradaptasi itu muncul ketika remaja mengenali penyebab masalah dan mengenali perasaannya sendiri.<sup>16</sup>

Proses interaksi siswa dilatih dalam konseling sebaya dan bekerja sebagai konselor dapat membantu dan memahami teman ketika mereka tidak punya tempat untuk berbicara.<sup>17</sup> Konseling sebaya sebagai proses mendukung yang melibatkan dua orang atau kelompok orang yang memiliki beberapa kesamaan: a. konsultan dan klien. Tujuan konseling sebaya adalah untuk mengeksplorasi perasaan, pikiran, masalah dan kekhawatiran dengan harapan mencapai pemahaman yang jelas untuk membuat keputusan yang tepat.<sup>16</sup>

Sebuah studi oleh Rodriguez, Lopez, Escolano, Garcia-grau, Fort, Lluch, dan Pros (2018) menemukan bahwa konseling teman sebaya meningkatkan kesadaran diri dan pertumbuhan pribadi serta mempromosikan mendengarkan secara profesional lebih dari psikodrama atau permainan peran dianggap bermanfaat untuk dipelajari. dan bersimpati.<sup>18,19</sup>

## Simpulan

Berdasarkan pembahasan, penelitian ini menyimpulkan bahwa pelatihan konselor sebaya efektif dalam meningkatkan pengetahuan reproduksi remaja serta meningkatkan kemampuan dalam melakukan konselor pada teman sebaya. Pemuda adalah strategi pertolongan pertama yang memainkan peran penting dalam membantu orang dewasa sekolah atau guru mengatasi masalah kesehatan mental atau perilaku berisiko di sekolah.

## Daftar Pustaka

1. Horn D, Eldridge J. Planning and. Vol. 44. 2014. 113–126 p.
2. Bancin DR, Sitorus F, Anita S. Edukasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi (KESPRO) Remaja pada Kader Posyandu Remaja Lembaga Pembinaan Khusus

- Kelas 1 Medan. J Abdimas Mutiara. 2022;3(1):103–10.
3. Harefa JK. The Relationship of Adolescent Knowledge About The Three Basic Threats Of Adolescent Reproductive Health ( Triad Krr ) With Adolescent Attitudes To Reproductive Health In Smk Negeri 1 Tuhemberua. 2022;10(4).
4. Hartatik, Subari, Munawwaroh FF, Haroen H, Rahayu SH. Kompetensi Konselor Sebaya Bagi Remaja Berbasis Keagamaan. Asas Wa Tandhim J Hukum, Pendidik Dan Sos Keagamaan. 2022;1(1):1–16.
5. Kumalasari K, Rahmah L, Hastuti YD. Edukasi Bahaya Narkoba pada Remaja. J Inovasi, Pemberdaya dan Pengabdi Masy. 2022;2(1):18–22.
6. Maesaroh A, Afiati E, ... Profil Regulasi Emosi dan Implikasinya bagi Bimbingan dan Konseling. ... Educ ... [Internet]. 2022;2(2):209–16. Available from: <https://www.jurnal.masoemiversity.ac.id/index.php/educationcounseling/article/view/54>
7. Hart LM, Morgan AJ, Rossetto A, Kelly CM, Mackinnon A, Jorm AF. Helping adolescents to better support their peers with a mental health problem: A cluster-randomised crossover trial of teen Mental Health First Aid. Aust N Z J Psychiatry. 2018;52(7):638–51.
8. Sihite P, Nugroho D, Dharmawan Y. Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Triad Krr (Seksualitas, Hiv/Aids, Dan Napza) Di Smk Swadaya Kota Semarang Tri Wulan Ii Tahun 2017. J Kesehat Masy. 2017;5(4):237–46.
9. Donny Nurhmasyah, Mendri NK, Wahyuningsih M. Pengaruh Edukasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Mahasiswa Tentang Triad Kesehatan Reproduksi Remaja (Krr) Di Fakultas Ilmu Sosial Dan Ekonomi Universitas Respati Yogyakarta. J Keperwatan Respati. 2015;2(2):67–83.
10. Salmiati S, Hasbahuddin H, Bakhtiar MI. Pelatihan Konselor Sebaya Sebagai Strategi Pemecahan Masalah Siswa. MATAPPA J Pengabdi Kpd Masy. 2018;1(1):36.
11. Yuliasari H. Pelatihan Konselor Sebaya Untuk Meningkatkan Self Awareness Terhadap Perilaku Berisiko Remaja. J Psikol Insight. 2020;4(1):63–72.
12. Mutmainnah M, Sulaiman F. Pelatihan Konselor Sebaya untuk Merubah Perilaku Anak Maladaftif di Sekolah. Maspul J

- Community Empower. 2022;4(1):84–8.
13. Mareti S, Nurasa I. Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Kota Pangkalpinang. *J Keperawatan Sriwij.* 2022;9(2):25–32.
  14. Siswa P, Dua SMK, Pelaihari D. Pemberdayaan Remaja Melalui Pelatihan Konselor Sebaya Pada Siswa Smk Dua Desember Pelaihari Septi Anggraeni dan Eka Handayani Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan. 2019;658–65.
  15. Mudis PA, Onyango YJM. Role of Peer Counseling on the Relationship between Prefects and the Studentsâ€™ body in public Secondary schools in Migori Sub-county, Migori County, Kenya. *Int J Acad Res Progress Educ Dev.* 2015;4(4):160–72.
  16. Permatasari D, Suprayitno E. Implementasi Kegiatan Pendidik Sebaya dan Konselor Sebaya dalam Upaya Pencegahan Triad KRR di Pusat Informasi dan Konseling Remaja. *J Ners dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery).* 2020;7(1):143–50.
  17. Rosmala De. Membangun Ketahanan Diri Anak Remaja Melalui Program Eduda. Jakarta; 2019. 6 p.
  18. Rodríguez JR, López AB, Escolano AF, García-Grau E, García CS, Fort GB, et al. Peer counselling versus role-playing: Two training methods of therapeutic skills in clinical psychology. *Psicothema.* 2018;30(1):21–6.
  19. Maryam. Perkembangan Remaja dan Problematikannya. Yogyakarta; 2021. p. 9.