

Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat
26 November 2022, Hal. 602-609
e-ISSN: 2686-2964

Peningkatan Peran Ibu di Keluarga dalam Mewujudkan Remaja dan Lansia Sehat

Desi Nurfiti¹, Nur Syarianingsih Syam², Fitriana Putri Utami³

Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Prof. Dr. Soepomo, S.H Warungboto Yogyakarta 55164¹
email: desi.nurfiti@ikm.uad.ac.id

ABSTRAK

Masalah kesehatan keluarga diantaranya masalah kesehatan remaja dan kesehatan lansia. Masalah kesehatan pada remaja lebih kompleks dibandingkan dengan kelompok umur yang lain. Permasalahan tersebut terkait dengan masa Pubertas. Masalah Kesehatan remaja erat kaitannya dengan perilaku yang berisiko, misalnya masalah seksualitas. Masalah kesehatan lansia diantaranya penyakit degeneratif dan ketidakmampuan sosial. Kedua permasalahan tersebut harus diatasi. Ibu memiliki peran yang besar dalam sebuah keluarga, salah satunya sebagai perawat keluarga yang paling peduli dengan kesehatan fisik maupun mental anggota keluarga, termasuk remaja dan lansia. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan edukasi dan pelatihan kesehatan remaja dan kesehatan lansia pada ibu di Dusun Mertosanan Kulon, Desa Potorono, Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul. Metode yang digunakan adalah metode edukasi, praktik dan metode *role play*. Edukasi dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Materi edukasi antara lain Kesehatan Reproduksi, Permasalahan Gizi, dan Penyakit yang mengancam Remaja dan Lansia. Praktik yang dilakukan adalah praktik terapi curhat. Role play bermain peran juga dilakukan untuk memberikan gambaran kepada ibu dalam menghadapi permasalahan remaja. Hasil dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan ibu terkait dengan kesehatan remaja dan kesehatan lansia, untuk itu dilakukan evaluasi kemampuan dan pengetahuan masyarakat terkait dengan kesehatan remaja dan kesehatan lansia. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa adanya peningkatan kemampuan dan pengetahuan masyarakat dalam menghadapi permasalahan kesehatan remaja dan permasalahan kesehatan lansia.

Kata kunci: Kesehatan Remaja, Kesehatan Lansia, Peran Ibu, Permasalahan Remaja

ABSTRACT

Family health problems include adolescent health problems and elderly health. Health problems in adolescents are more complex than in other age groups. The problem is related to Puberty. Adolescent health problems are closely related to risky behavior, such as sexuality problems. Health problems of the elderly include degenerative diseases and social disabilities. These two problems must be addressed. Mothers have a big role in a family, one of which is as a family nurse who is most concerned with the physical and mental health of family members, including teenagers and the elderly. The purpose of this community service is to provide education and training on adolescent health and elderly health for mothers in Mertosanan

Kulon Hamlet, Potorono Village, Banguntapan District, Bantul Regency. The method used is the method of education, practice and role play method. Education is carried out using lecture, discussion, and question and answer methods. Educational materials include reproductive health, nutrition problems, and diseases that threaten adolescents and the elderly. The practice is the practice of vent therapy. Role play is also carried out to provide an overview to mothers in dealing with adolescent problems. The result of this activity is an increase in maternal knowledge related to adolescent health and elderly health, for this reason an evaluation of the community's abilities and knowledge related to adolescent health and elderly health is carried out. The results of the evaluation show that there is an increase in the ability and knowledge of the community in dealing with adolescent health problems and health problems for the elderly.

Keywords: *adolescent health, elderly health,*

PENDAHULUAN

Keluarga memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan bermasyarakat, karena di dalam sebuah keluarga berlangsung proses sosialisasi yang akan berpengaruh besar terhadap tumbuh dan berkembangnya setiap individu, baik secara fisik, mental, maupun sosial (Witono, 2020). Proses sosial dan dinamika yang dialami sebuah keluarga akan membentuk ketahanan keluarga. Pemerintah sendiri melalui Badan Kependudukan dan keluarga Berencana Nasional memiliki program yang bertujuan memberikan wawasan kepada masyarakat terkait pembinaan keluarga yang mengedepankan peran serta kepedulian anggota keluarga guna mencapai kesejahteraan dan memiliki ketahanan keluarga yang kuat. Program yang dimaksud adalah program tribina keluarga (Thariq, 2017).

Tribina keluarga memiliki tiga program yang berfokus pada siklus hidup manusia yaitu pada bayi/balita, remaja dan lansia. Tribina keluarga memiliki tujuan khusus yaitu meningkatkan ketrampilan dan pengetahuan orangtua maupun anggota keluarga lainnya dalam membina balita maupun remaja serta melayani lansia. Untuk balita berhubungan dengan pola asuh balita, perkembangan fisik atau tumbuh kembang balita, kemampuan motorik. Sedangkan untuk remaja mengenai cara efektif berinteraksi dengan remaja, bimbingan kepada anak remaja, dan lain-lain. Selain itu, tribina keluarga juga mengedepankan kesejahteraan lansia agar tetap memiliki produktifitas yang baik di lingkungan keluarga dan masyarakat (Wijayanti, 2018).

Kelompok remaja dan kelompok lansia merupakan kelompok yang rentang dengan permasalahan kesehatan fisik dan mental. Permasalahan kelompok remaja meliputi kenakalan remaja yang berdampak pada kesehatan reproduksi, seperti perilaku berpacaran, perilaku seks pranikah, sampai dengan kehamilan tidak diinginkan. Berdasarkan data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia dilaporkan 8% pria dan 2% wanita telah melakukan hubungan seksual pranikah. Di antara wanita dan pria yang telah melakukan hubungan seksual pranikah 59% wanita dan 74% pria melaporkan mulai berhubungan seksual pertama kali pada umur 15-19 tahun (Kemenkes, 2018).

Permasalahan tersebut memerlukan penanganan. Pembinaan remaja dalam lingkup keluarga penting karena remaja memiliki karakteristik rasa ingin tahu yang begitu besar, terutama topik seksual dan remaja bisa aktif secara seksual sehingga harus dibekali dengan pengetahuan dan ketrampilan mengenai triad KRR (Seksualitas, HIV/AIDS, dan NAPZA) untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Tidak kalah pentingnya dengan remaja,

peningkatan pengetahuan dan keterampilan keluarga dengan lansia merupakan bagian dalam upaya pengembangan, pengasuhan, perawatan, dan pemberdayaan lansia agar dapat meningkatkan kesejahteraannya. (Wadu'ud A, 2017).

Penguatan peran keluarga lansia juga penting dilakukan karena penambahan penduduk Indonesia berusia 60 tahun ke atas atau lanjut usia (lansia) diperkirakan meningkat dari 18 juta jiwa di tahun 2010 menjadi 80 juta pada 2030, atau naik sekitar 23% sampai 24%. Lonjakan lansia pada 2030, di mana 1 dari 4 penduduk Indonesia adalah orang tua, tidak bisa dengan cara menekan kelahiran (Wadu'ud A, 2017).

Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan wilayah dengan jumlah penduduk lansia yang tinggi, yaitu 14,71% dari total jumlah penduduk lansia di Indonesia (Subdirektorat Statistik, 2020). Pada saat seseorang memasuki usia lansia maka aspek fisik, mental, dan sosial pun mengalami perubahan, sehingga diharapkan keluarga dapat memberikan perasaan dan suasana tenteram, dinamis, agar lansia yang tinggal di dalam rumah bisa menikmati sisa hidupnya secara produktif dan bahagia (Astuti EZL, 2017).

Ibu memiliki peran yang krusial dan merupakan sosok yang tidak bisa dihilangkan dalam keluarga. Salah satu peran ibu dalam keluarga adalah sebagai pelindung baik secara fisik, mental, maupun emosioanal. Disamping itu, ibu juga berperan sebagai perawat keluarga yang paling peduli dengan kesehatan fisik maupun mental anggota keluarganya. Peran ini akan semakin berdampak besar apabila di dalam keluarga tersebut terdapat remaja dan lansia. Oleh karena itu ibu dapat menjadi ujung tombak dalam terwujudnya kesehatan remaja dan kesehatan lansia (Zahrok S, 2018).

Padukuhan Mertosanan Kulon, Desa Potorono, Kapanewon Banguntapan, Kabupaten Bantul dipilih sebagai tempat pengabdian kepada masyarakat dikarenakan proporsi remaja dan lansia cukup banyak. Proporsi remaja awal sebanyak 8,16 % dan proporsi remaja akhir sebanyak 14,22%. Sedangkan proporsi penduduk lansia aal sebanyak 14,51 %, proporsi lansia akhir sebanyak 9,57 %, dan manula sebanyak 6,42 %.

Sementara itu dari hasil observasi awal diketahui potensi pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan yang berkaitan dengan tribina program yang dimiliki Padukuhan ini adalah sudah terdapat posyandu lansia dan balita. Dari hasil wawancara pendahuluan dengan kepala Padukuhan diperoleh informasi bahwa Posyandu Lansia belum berjalan optimal, lansia yang hadir pada saat posyandu berlangsung sebelum pandemi hanya sedikit dan selama pandemi praktis posyandu lansia tidak berjalan. Kegiatan posyandu lansia hanya diarahkan pada kegiatan klinis dan fisik belum memiliki kegiatan yang siftanya pendampingan mental para lansia.

Berdasarkan uraian tersebut pengabdian ini dilaksanakan. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu guna meningkatkan peran ibu dalam mewujudkan remaja dan lansia sehat.

METODE

Metode yang akan dilakukan dengan metode edukasi, praktik dan metode *role play*. Selain ketiga metode tersebut, juga dilakukan pemberian *pretest* dan *posttest* guna mengukur kedalaman materi kelompok sasaran sebelum dan sesudah dilakukan pemberian edukasi. Pre-test diberikan sebelum penyuluhan dan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan

responden tentang materi yang akan diberikan, Fungsi pre-test untuk melihat efektifitas penyuluhan. Sementara posttest diberikan setelah pemberian materi penyuluhan dengan tujuan untuk mengetahui sampai dimana pemahaman responden terhadap materi penyuluhan setelah kegiatan dilaksanakan (Damayanti NA *et al.*, 2017).

Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 5 – 6 November 2022 di Masjid Al Amiin Dukuh Mertosanan Kulon. Pengabdian ini diikuti oleh 25 orang ibu yang memiliki anggota keluarga berusia remaja dan/atau lansia. Pengabdian ini dibantu oleh tiga mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan. Dosen mempunyai peran sebagai fasilitator pelatihan, sedangkan mahasiswa membantu dalam persiapan alat dan bahan, dokumentasi, dan administrasi. Kegiatan pengabdian ini meliputi tiga tahap, antara lain:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi koordinasi dan apresepsi dengan pihak-pihak yang terlibat, antara lain mitra (Kepala Pedukuhan Mertosanan Kulon), pimpinan ranting ‘Aisyiyah (PRA), dan mahasiswa yang terlibat).

2. Tahap Pelaksanaan

Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 5 – 6 November 2022.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi yang dilakukan dengan pretest dan posttest.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Kegiatan pengabdian yang dilakukan dibagi menjadi dua hari. Hari pertama, fasilitator memberikan materi terkait dengan remaja. Hari ke dua, fasilitator memberikan materi terkait dengan lansia. Materi diberikan dengan metode edukasi dan role play. Peserta terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan dalam pengabdian ini. Hal ini terlihat dari 20 peserta yang diundang, semuanya hadir. Berikut adalah gambaran kegiatan pengabdian yang dilakukan:



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, diawali dengan sambutan dilanjutkan pretest terlebih dahulu. Peserta diberikan waktu 20 menit untuk mengerjakan pretest tersebut. Acara dilanjutkan pada pemaparan materi pertama tentang kesehatan reproduksi remaja dan kenakalan remaja. Kegiatan ini ditunjukkan pada gambar 1. Peserta mengikuti kegiatan secara serius. Pemberian materi tentang remaja bertujuan agar ibu memahami pentingnya mendampingi remaja dan diharapkan bisa akrab dengan remaja yang berada di satu rumah. Menurut Subakti, fase remaja adalah masa penuh gairah, semangat, energy, dan pergolakan, saat seorang anak tidak saja mengalami perubahan fisik tapi juga psikis.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju tahap dewasa. Dunia remaja adalah dunia yang penuh mimpi, angan-angan, cita-cita, potensi, energy, gairah, pergolakan dan pemberontakan. Pada saat itu seorang anak tidak saja mengalami perubahan fisik, tetapi juga psikis. Status pun berubah karena adanya perubahan status, dari anak-anak menjadi remaja. Status sebagai remaja memunculkan kebanggaan. Status remaja membuat eksistensi pada diri remaja agar remaja diperhitungkan dalam keluarga dan masyarakat (Wahyuni S, 2021). Masa remaja sangat rentang dengan kenakalan remaja dan perilaku seks bebas, maka dari itu peserta harus memahami terlebih dahulu bahaya yang mengancam remaja pada saat ini.

Acara dilanjutkan dengan role play bermain peran. Peserta dituntut untuk mengambil peran sebagai orang tua, remaja, ayah, atau teman sebaya. Hal ini bertujuan untuk memberikan gambaran kepada para ibu terkait dengan peran masing-masing. Ibu diberikan kasus tertentu dan diminta untuk membagi peran dalam kelompoknya dan sikap seperti apa yang kemungkinan akan terjadi. Berikut gambaran kegiatan bermain peran ibu terkait dengan kesehatan remaja:



Gambar 2. Role Play Bermain Peran Kenakalan Remaja

Gambar 2 merupakan gambaran role play bermain peran kenakalan remaja. Peserta sangat antusias dalam menyelesaikan kasus kenakalan remaja. Peserta juga sangat antusias dalam bermain peran kasus kenakalan remaja tersebut. Acara hari pertama ditutup dengan menyimpulkan semua kegiatan di hari pertama.

Hari kedua kegiatan dibuka dengan pemaparan materi penyakit degenerative dan kesehatan mental lansia. Peserta antusias dalam mengikuti hari ke dua pengabdian. Hal ini terlihat dari keikutsertaan peserta. Semua peserta di hari pertama datang kembali. Berikut gambaran kegiatan hari ke dua pengabdian:



Gambar 3. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Gambar 3 menunjukkan antusiasme peserta untuk mengikuti kegiatan pengabdian pada hari ke dua. Terlihat banyak peserta yang datang. Peserta yang datang adalah peserta yang memiliki lansia.

Menua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan fungsi tubuh, merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh terhadap berbagai macam gangguan kesehatan. Meskipun secara alamiah terjadi penurunan fungsi berbagai organ, tetapi tidak harus menimbulkan penyakit oleh karenanya usia lanjut harus sehat (Nuraisyah F, 2016). Peserta diharapkan mampu memahami keterbatasan lansia tersebut.

Secara biologis, lansia akan mengalami proses penuaan secara terus menerus yang ditandai dengan penurunan daya tahan fisik dan rentan terhadap serangan penyakit. Secara ekonomi, umumnya lansia lebih dipandang sebagai beban daripada sumber daya. Secara sosial, kehidupan lansia sering dipersepsikan secara negatif, atau tidak banyak memberikan manfaat bagi keluarga dan masyarakat (Badan Pusat Statistik, 2014).

Peserta menjadi mempunyai gambaran tentang kemunduran kesehatan lansia secara alami, sehingga ibu lebih mempunyai kesadaran untuk mengalah dan mau merawat lansia yang berada di rumahnya. Acara dilanjutkan dengan praktek terapi bercerita. peserta sangat mendalami praktek ini. Hal ini dilihat dari beberapa peserta yang terlihat menangis di saat bercerita kenangan dengan lansia. Acara hari ke dua ditutup dengan posttest dan kesan pesan peserta kegiatan. Berikut gambaran praktek terapi bercerita:



Gambar 4. Praktek Terapi Bercerita

Gambar 4 menunjukkan kegiatan praktek terapi bercerita. Terapi bercerita ini merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menjaga ingatan lansia. Selain itu, ketika lansia diajak bercerita, lansia akan merasa lebih diperhatikan. Peserta diminta membawakan barang yang berharga dan menceritakannya. Ada peserta yang menangis karena teringat orang tuanya yang sudah lansia.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pelatihan berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan tanggal yang dijadwalkan dan peserta yang diundang semuanya hadir dan aktif mengikuti rangkaian acara yang dilakukan. Peserta menjadi lebih paham bagaimana cara bersikap jika di rumahnya ada lansia dan atau remaja. Peserta juga memahami bagaimana cara menjaga kesehatan remaja dan kesehatan lansia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih diucapkan kepada: 1). Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Ahmad Dahlan, 2). Pedukuhan Mertosanan Kulon yang telah memberikan dukungan dan pendampingan selama pelaksanaan PPM, 3). Pimpinan Ranting Aisyiyah Potorono Barat telah memberikan rekomendasi dalam pelaksanaan PPM ini,

DAFTAR PUSTAKA

Witono. COVID-Partisipasi masyarakat dalam ketahanan keluarga. *J Masy Mandiri*. 2020;4(3):396–406.

Thariq M. Membangun ketahanan keluarga dengan komunikasi interpersonal building family security with interpersonal communications. *Simbolika*. 2017;3(1):34–44.

Wijayanti UT. Kendala-Kendala BKB (Bina Keluarga Balita) Holistik Integratif di Provinsi Sulawesi Utara. *J Komun*. 2018;10(1):65.

National Population and Family Planning Board (BKKBN), Statistics Indonesia (BPS),

- Ministry of Health (Kemenkes), ICF. Indonesia District Health Survey 2017. 2018.
- Wadu'ud A, Bahfiarti T. Pattern Information Dissemination Elderly Family Guidance Program (BKL) for Elderly People Empowerment in Maros Regency. *J Komun KAREBA*. 2016;5(1):130–45.
- Subdirektorat Statistik Pendidikan dan Kesejahteraan Sosial. *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta; 2020.
- Astuti EZL, Winarni T. Mendorong partisipasi Bina keluarga. Vol. 3, *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*. 2018. p. 129–40.
- Zahrok S, Suarmini NW. Peran Perempuan Dalam Keluarga. *IPTEK J Proc Ser*. 2018;0(5):61.
- Damayanti NA, Pusparini M, Djannatun T, Ferlianti R. Metode Pre-Test dan Post-Test sebagai Salah Satu Alat Ukur Keberhasilan Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Tentang Tuberkulosis di Kelurahan Utan Panjang, Jakarta Pusat. *Pros SNaPP2017 Kesehat*. 2017;144–50.
- Wahyuni S. *Psikologi Remaja : Penanggulangan Kenakalan Remaja*. Banggai: Pustaka Star's Lub; 2021.
- Nuraisyah F, Nurfita D, Arianto ME. *Lansia: Untuk Meningkatkan Taraf Hidup Lansia*. Yogyakarta: CV Mine; 2016.
- Badan Pusat Statistik. *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta: Badan Pusat Statistik; 2014.