



## PENYULUHAN KESEHATAN REMAJA SEHAT BEBAS COVID-19 DI SMA N 57 JAKARTA BARAT

Dwi Ratna Prima, Entin Sutrini, Nabila Syifa

Prodi S1 Kebidanan / STIK Budi Kemuliaan

E-mail korespondensi: [penjamustikbk@gmail.com](mailto:penjamustikbk@gmail.com)

---

### Article History:

Received: 2 Juni 2022

Revised: 6 Juni 2022

Accepted: 30 Juni 2022

**Kata Kunci :** Remaja, edukasi kesehatan, pencegahan COVID-19

**Keywords:** Youth, health education, prevention of COVID-19

---

### Abstrak: (Dalam Bahasa Indonesia)

**Latar Belakang:** Bentuk kongkrit perilaku sehat yaitu perilaku proaktif memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit serta berpartisipasi aktif dalam upaya kesehatan. Mengingat dampak dari perilaku terhadap derajat kesehatan cukup besar (30-35% terhadap derajat kesehatan), maka diperlukan berbagai upaya untuk mengubah perilaku yang tidak sehat menjadi sehat, salah satunya melalui program penyuluhan kesehatan remaja di masa pandemi COVID-19.

**Metode:** Kegiatan pengabdian ini melakukan edukasi kesehatan remaja tentang pencegahan COVID-19 kepada siswa/i SMA N 57 Jakarta Barat baik di lingkungan sekolah, rumah dan kehidupan sehari-hari dimasa adaptasi kebiasaan baru, dilakukan penilaian pengetahuan melalui evaluasi *post-tes*.

**Hasil:** Kegiatan pengabdian masyarakat yang dihasilkan berupa pengajaran dan praktik pencegahan COVID-19 dengan benar, dan media sosial berupa booklet dan video animasi yang mudah diserap kalangan remaja.

---

### Abstract:

**Background:** The concrete form of healthy behavior is proactive behavior in maintaining and improving health, preventing the risk of disease, protecting oneself from the threat of disease and actively participating in health efforts. Considering the impact of behavior on health degrees is quite large (30-35% on health degrees), various efforts are needed to change unhealthy behavior into healthy ones, one of which is through youth health education programs during the COVID-19 pandemic.

**Methods:** This community service activity provides youth health education about COVID-19 prevention to students at SMA N 57 West Jakarta both in the school, home and daily life environment during the adaptation period for new habits. Knowledge assessment is carried out through post-test evaluation.

**Results:** Community service activities produced in the form of teaching and practicing COVID-19 prevention correctly, and social media in the form of booklets and animated videos that are easily absorbed by teenagers

---

## Pendahuluan

Remaja menurut UU Perlindungan Anak adalah seseorang yang berusia antara 10-18 tahun, merupakan suatu fase peralihan dari masa kanak-kanak (*dependent*) menuju masa dewasa (*independent*) dan normal terjadi pada kehidupan manusia. Dalam periode tersebut seorang remaja akan banyak sekali mengalami perkembangan dan pertumbuhan guna mencari identitas dan jati dirinya. Berbagai perubahan akan muncul baik dari sisi psikologis, fisik (pubertas) dan sosial lingkungan. Problematika kaum remaja dapat terjadi sehubungan dengan adanya perbedaan kebutuhan (motif) dan aktualisasi dari kemampuan penyesuaian diri (adaptasi) remaja terhadap lingkungan tempat hidupnya dan tumbuh berkembang sebagai seorang pribadi manusia dan makhluk sosial. Masa transisi ini merupakan masa yang kritis bagi remaja, disaat muncul keinginan lepas mandiri dari ketergantungan orang tua, rasa ingin tahu yang berlebihan dan mulai rentan terhadap perilaku beresiko. (Ariyanti et al., 2019)

Perilaku yang dapat menunjang masa penyesuaian diri (adaptasi) remaja adalah perilaku sehat bentuk kongkritnya yaitu perilaku proaktif memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit serta berpartisipasi aktif dalam upaya kesehatan. Mengingat dampak dari perilaku terhadap derajat kesehatan cukup besar (30-35% terhadap derajat kesehatan), maka diperlukan berbagai upaya untuk mengubah perilaku yang tidak sehat menjadi sehat. Salah satunya melalui program penyuluhan kesehatan remaja. Sekolah dijadikan sebagai salah satu sasaran pendidikan kesehatan ditatanan institusi pendidikan karena munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah. (Ariyanti et al., 2019)

Sejak tahun 2020, kita terus berjuang untuk bangkit menghadapi berbagai tantangan baik kesehatan, ekonomi dan sosial-budaya ditengah pandemi COVID-19, namun disisi lain pandemi juga banyak memberikan peluang bagi kita untuk mengembangkan berbagai inovasi pembelajaran, termasuk transfer informasi dalam pembelajaran menggunakan media virtual. (Ariyanti et al., 2019)

Sejak kasus pertama COVID-19 diumumkan pada tanggal 2 Maret 2020, sampai dengan pertengahan Desember 2020 terdapat lebih dari 600 ribu kasus terkonfirmasi dengan angka kematian lebih dari 16 ribu jiwa. Salah satu program pemerintah dalam upaya penanganan pandemi COVID-19 yaitu dengan melakukan vaksinasi, menerapkan Protokol Kesehatan 5M, Melakukan 3T (*Testing, Tracing, dan Treatment*), serta VDJ (*Ventilasi, Durasi, Jarak*). Saat ini, berbagai upaya edukasi penerapan protokol kesehatan terus dilakukan. Hasil studi yang dilakukan Badan Pusat Statistik dan Satuan Tugas Penanganan COVID-19 pada bulan September 2020 menunjukkan 75% masyarakat mencuci tangan pakai sabun, 92% memakai masker dan 73% menjaga jarak. Penerapan protokol kesehatan yang konsisten memerlukan kebijakan yang mendukung, sarana dan prasana yang memadai serta edukasi dan komunikasi perubahan perilaku yang dapat menjangkau seluruh lapisan masyarakat dengan informasi yang mudah dipahami, akurat, menarik, dan dapat mendorong terjadinya adopsi perilaku pencegahan. (Brown, 2020; Meutia, 2020)

Penerapan IPTEK edukasi kesehatan berbasis media pada remaja merupakan sarana pendidikan bagi remaja untuk belajar dengan memanfaatkan alat bantu media pembelajaran yakni kegiatan penyuluhan menggunakan media booklet dan video pembelajaran dengan

melibatkan guru untuk ikut berpartisipasi dalam edukasi kesehatan sebagai upaya pencegahan COVID-19. (Meutia, 2020)

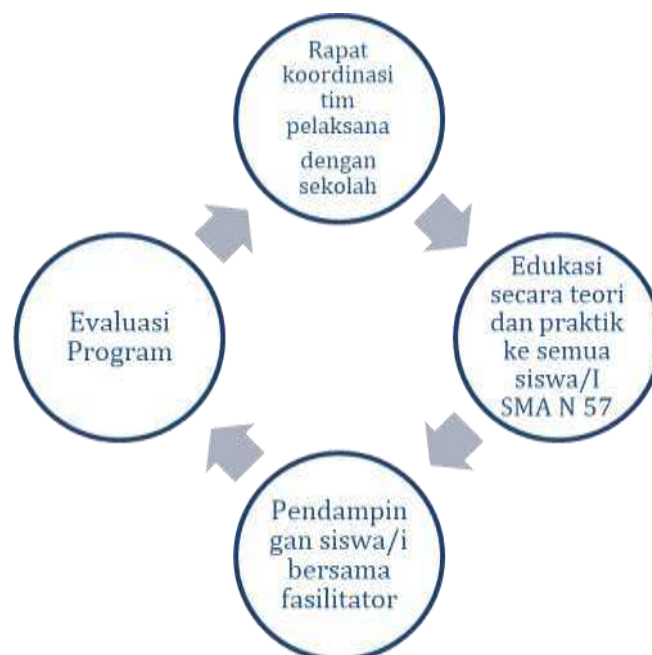
Oleh karena itu, pelaksana selaku Dosen STIK Budi Kemuliaan melakukan inisiasi upaya preventif dengan edukasi kesehatan sebagai upaya pencegahan penularan COVID-19 di SMA N 57 Jakarta Barat. Sekolah tersebut merupakan salah satu sekolah di wilayah perkotaan yang berpotensi menjadi sasaran penularan penyakit *corona* virus di lingkungan sekitar sekolah. Permasalahan yang ada di sekolah adalah (1) Kurangnya pemahaman siswa/i tentang protokol kesehatan 5M, 3T (*Testing, Tracing, dan Treatment*), serta VDJ (*Ventilasi, Durasi, Jarak*); (2) Kurangnya peran orang tua dalam memberikan pemahaman kesehatan terkait pencegahan penularan COVID-19; (3) Belum terdapat program lanjutan untuk memaksimalkan program pencegahan terkait pencegahan penularan COVID-19 pada siswa/i di lingkungan sekolah. (Indonesia, 2021)

## Metode Pelaksanaan

Metode pengabdian ini melakukan edukasi kesehatan remaja tentang pencegahan COVID-19 baik di lingkungan SMA N 57 Jakarta Barat, rumah dan kehidupan sehari-hari dimasa adaptasi kebiasaan baru, selanjutnya dilakukan penilaian pengetahuan melalui evaluasi *post-tes*. Pengabdian ini dilaksanakan pada 13 Agustus 2021. Kegiatan edukasi kesehatan diikuti oleh Guru dan semua siswa/i SMA N 57 Jakarta sejumlah 217 orang. Perencanaan kegiatan ini dilaksanakan sebagai berikut:

- a. Persiapan edukasi kesehatan remaja dalam pencegahan penularan COVID-19
- b. Pengadaan tempat penyuluhan melalui virtual *meeting*
- c. Penerapan pengetahuan remaja dalam pencegahan penularan COVID-19

Langkah-langkah pelaksanaan program pengabdian yang diperlukan untuk mengatasi permasalahan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Langkah pelaksanaan pengabdian

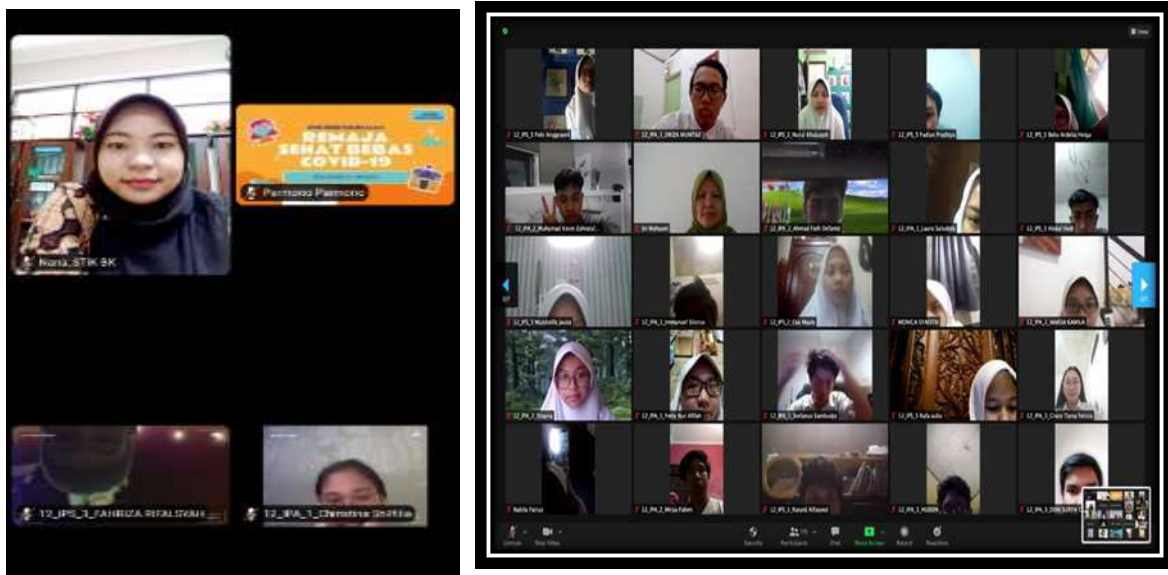
## Hasil

Dalam program pemberdayaan masyarakat ini, luaran yang dihasilkan adalah:

- a. Jasa, yang dihasilkan berupa pengajaran dan praktik pencegahan COVID-19 dengan benar.
- b. Media informasi berupa booklet dan video animasi yang memuat materi pengertian dan pencegahan COVID-19, menjelaskan macam-macam vaksinasi, tujuan vaksinasi dan manfaatnya, menjelaskan pentingnya 3T, 5 M dan VDJ.
- c. Berdasarkan hasil evaluasi, kegiatan ini sangat berhasil karena nilai rata-rata dari pengetahuan mengalami peningkatan dengan signifikan, baik sebelum penyuluhan kesehatan (pengetahuan peserta sebanyak 69%) dan setelah penyuluhan kesehatan (pengetahuan peserta sebanyak 92,6%).

Dosen STIK Budi Kemuliaan selaku pelaksana pengabdian kepada masyarakat melakukan inisiasi upaya preventif dengan edukasi kesehatan sebagai upaya pencegahan penularan COVID-19 di SMA N 57 Jakarta Barat, pada 13 Agustus 2021. Kegiatan edukasi kesehatan di ikuti oleh Guru dan semua siswa/i SMA N 57 Jakarta sejumlah 217 orang. Kegiatan dimulai pukul 07.00-10.00 WIB yang diawali dengan tadarrus bersama sebagai kegiatan rutin dihari Jumat pagi. Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan terdiri dari beberapa tahapan. Pada tahap pertama dilakukan evaluasi awal dengan memberikan pertanyaan pengetahuan tentang rencana materi edukasi kesehatan kepada siswa/i SMA N 57 sebelum kegiatan penyuluhan dimulai. Tujuan tahap ini untuk menilai dan mengetahui pemahaman awal keseluruhan siswa/i SMA N 57 mengenai konsep kesehatan secara umum, yaitu PHBS di Sekolah adalah perilaku yang dilakukan oleh seluruh warga sekolah, baik murid, guru atau staff yang ada di sekolah atas dasar kesadaran diri sendiri. Sehingga mampu secara mandiri mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat. PHBS di sekolah dapat dilakukan dengan hal-hal kecil seperti mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya dan membersihkan lingkungan sekolah.

Pelaksanaan penyuluhan pada edukasi kesehatan dilakukan pada kegiatan tahap ke-2. Pada tahapan ini penyuluhan dilakukan berupa ceramah tanya jawab menggunakan media. Adapun materi yang diberikan berupa pengertian dan pencegahan COVID-19, menjelaskan macam-macam vaksinasi, tujuan vaksinasi dan manfaatnya, menjelaskan pentingnya 3T, 5 M dan VDJ, transfer informasi dengan menggunakan media *booklet* bergambar yang dilanjutkan dengan menonton bersama pemutaran video singkat pencegahan penularan COVID-19.



Gambar 2. Ceramah tanya jawab penyuluhan kesehatan di SMA N 57 Jakarta

Pada akhir penyuluhan pendampingan dan evaluasi kegiatan dengan *post-test* kegiatan dan dilakukan *role play* yang diikuti oleh seluruh murid dan guru bersama tim pelaksana terkait simulasi cuci tangan 6 langkah guna sebagai dasar pencegahan penularan COVID-19. Rerata siswa/i memiliki pengetahuan yang sangat baik terkait pencegahan penularan COVID-19 dengan dengan vaksinasi, menerapkan protokol 5M, 3T, serta VDJ dan mempraktekkan cuci tangan 6 langkah dengan gerakan yang benar.



Gambar 3. Hasil evaluasi nilai pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi kesehatan pencegahan penularan COVID-19

## Diskusi

Saat ini, dampak dari pandemi COVID-19 membuat krisis kesehatan global dan sosial ekonomi yang belum pernah terjadi sebelumnya di dunia. Di Indonesia, kehidupan jutaan anak dan keluarga seakan terhenti. Menurut data UNICEF, April 2020, menyatakan bahwa 99 persen anak-anak dan remaja dibawah 18 tahun di seluruh



dunia (2,34 miliar) tinggal disalah satu dari 186 negara dengan beberapa bentuk pembatasan gerakan yang berlaku karena COVID-19. Enam puluh persen anak tinggal disalah satu dari 82 negara dengan *lockdown* penuh (7 persen) atau sebagian (53 persen) yang jumlahnya mencakup 1,4 miliar jiwa muda. (Fore, 2020)

Ditinjau dari aspek pendidikan, UNESCO menyebutkan, total ada 39 negara yang menerapkan penutupan sekolah dengan total jumlah pelajar yang terpengaruh mencapai 421.388.462 anak. Total jumlah pelajar yang berpotensi berisiko dari pendidikan pra-sekolah dasar hingga menengah atas adalah 577.305.660. Sedangkan, jumlah pelajar yang berpotensi berisiko dari pendidikan tinggi sebanyak 86.034.287 orang. Saat ini di Indonesia, beberapa kampus dan sekolah mulai menerapkan kebijakan kegiatan belajar mengajar dari jarak jauh atau kuliah online. (Purwanto et al., 2020)

Berdasarkan teori yang relevan dengan pengabdian ini, Michie et al (2020) menjelaskan salah satu bentuk intervensi dari ilmuwan sosial dan perilaku yang ditujukan pada otoritas publik untuk menghadapi *pandemic* COVID-19. Langkah yang dilakukan oleh para ilmuwan sosial dan perilaku yaitu a) membaca draft panduan yang sudah dimiliki pemerintah, b) menggunakan pendekatan teori perubahan perilaku berupa kerangka *Behaviour Change Wheel (BCW framework)*, dan c) menggunakan pendekatan APEASE (*applicability, practicability, effectiveness, affordability, spill-over effect, equity*). (Ichsan, 2020)

Penggunaan intervensi pada pengabdian ini yang berdasarkan teori tersebut memiliki dampak yang signifikan, karena adanya perubahan pengetahuan dan perilaku pencegahan penularan COVID-19. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Baehaki dkk, 2022 dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang COVID-19 di Tangerang" terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan masyarakat tentang COVID-19. (Baehaki et al., 2022)

## Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian edukasi kesehatan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Edukasi kesehatan berbasis media pada remaja di SMA N 57 Jakarta Barat sangat bermanfaat dan lebih efektif dari pada penyuluhan konvensional, karena dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta keterampilan dan kesadaran remaja tentang pencegahan penularan COVID-19.
2. Edukasi kesehatan berbasis media pada remaja perlu terus dilakukan secara berkesinambungan dengan melibatkan seluruh warga sekolah dan masyarakat guna menciptakan lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat bebas pandemi COVID-19.

## Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih atau pengakuan kepada pihak-pihak turut terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat, kami sampaikan kepada:

1. Ketua STIK Budi Kemuliaan yang telah memberikan kesempatan kepada tim untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat.
2. Kepala Sekolah dan seluruh warga SMA N 57 Jakarta Barat
3. Ketua LPPM STIK Budi Kemuliaan
4. Dosen Fasilitator STIK Budi Kemuliaan atas dukungan dan bantuannya selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat
5. Mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan STIK Budi Kemuliaan

## Daftar Referensi

- Ariyanti, K., 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)*. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/IJCE/article/viewFile/312/271>
- Baehaki, M. A., Susilowati, Y., & Winarni, L. M. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang COVID-19 Di Tngerang. *Nusantara Hasana Journal*, 1, 29-34.
- Brown, A. D. (2020). Trauma in Children During The COVID-19 Pandemic.
- Fore, H. (2020). *Jangan Biarkan Anak-Anak Menjadi Korban Tersembunyi Pandemi COVID-19*. <https://www.unicef.org>
- Ichsan, B. (2020). Penerapan Teori Perubahan Perilaku Kesehatan Dalam Menghadapi Pandemi COVID-19: Literatur Review. 130-145.
- Indonesia, K. K. R. (2021). *Petunjuk Teknis Pelaksanaan Vaksinasi dalam Rangka Penanggulangan Pandemi Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)* (Indonesia Patent No. HK.01.07/MENKES/4638/2021 <https://covid19.go.id/edukasi/pengantar>
- <https://pusdiklat.kemdikbud.go.id/penyuluhan-pencegahan-covid-19-corona-virus-disease-di-pusat-pendidikan-dan-pelatihan-pusdiklat-kemendikbud/>
- Meutia, A. (2020). Dampak Pandemi COVID-19 pada Psikis dan Ingatan Anak. *ESJ (Elementary School Journal)*, 10.
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Hyun, C., Wijayanti, M. L., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2, 1-12.