

Persiapan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada Remaja melalui Posyandu Remaja dengan Pengembangan Teknologi Berbasis Website di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar

Preparation for the First 1000 Days of Life (HPK) for Adolescents through Youth Posyandu with Website-Based Technology Development at SMP Daarul Quran Putri Karanganyar

Wiwik Puspita Dewi*, Nevia Zulfatunnisaz, Nurul Kholisatul Ulya, M.Eng³, Eko Nugroho, S.T., M.Eng⁴

^{1,2}S1 Kebidanan/Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

³S1 Informatika/Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

⁴DIV Teknologi Rekayasa Elektromedis/Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

*Email: wiwikpuspitadewi@itspku.ac.id

Abstrak

Anak usia SMP (Sekolah Menengah Pertama) merupakan anak yang usianya termasuk dalam kategori remaja awal, yaitu usia 13-15 tahun. Masa remaja secara umum dibagi menjadi tiga bagian yaitu masa remaja awal dengan usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan dengan usia 15-18 tahun, dan remaja akhir dengan usia 19-22 tahun. Menjaga kesehatan reproduksi adalah hal yang sangat penting terutama bagi para remaja. Karena pada masa remaja adalah waktu terbaik untuk membangun kebiasaan baik terutama dalam menjaga kebersihan yang menjadi aset sangat penting dalam jangka panjang khususnya remaja putri. Pengetahuan masalah reproduksi tidak hanya wajib bagi remaja putri saja tetapi juga bagi remaja laki-laki juga harus mengetahui dan mengerti cara hidup dengan reproduksi yang sehat agar tidak terjerumus ke pergaulan yang salah yang merugikan bagi remaja. Kurangnya edukasi terhadap hal yang berkaitan dengan reproduksi nyatanya bisa memicu terjadinya hal-hal yang tak diinginkan. Salah satu hal yang sering terjadi karena kurangnya sosialisasi dan edukasi adalah penyakit seksual menular, kehamilan usia muda, hingga aborsi yang berakibat pada hilangnya nyawa remaja. Di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar ini untuk informasi tentang kesehatan reproduksi, gizi remaja masing kurang karena informasi tersebut belum masuk di kurikulum sekolah. Tujuan pengabdian ini adalah (1) meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi; (2) memberdayakan remaja dengan membentuk PIK Remaja di sekolah atau Duta Posyandu Remaja; (3) meningkatkan sarana-prasarana kegiatan kesehatan siswa dengan membuat aplikasi berbasis website layanan posyandu remaja di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan santri putri tentang persiapan 1000 hari pertama kehidupan dengan melalui media website dimana di website tersebut susah banyak informasi-informasi.

Kata Kunci: 1000 HPK, Posyandu Remaja, Pengembangan Teknologi

Abstract

Junior High School age children are children whose age is included in the category of early adolescence, namely the age of 13-15 years. Adolescence is generally divided into three parts, namely early adolescence with the age of 12-15 years, middle adolescence with the age of 15-18 years, and late adolescence with the age of 19-22 years. Maintaining reproductive health is very important, especially for adolescents. Based on community service that has been done, the results that pregnant women who come have good knowledge where pregnant women can answer 15 questions correctly on the pre test and increasing in value after being given education or counseling related to vaccines in pregnant women where when given pre test 117 answered correctly and post test to 143, and pregnant women know how important the covid 19 vaccine is in mothers so that as a follow-up pregnant women want to do the covid 19 vaccine. Because adolescence is the best time to build good habits, especially in maintaining cleanliness which is a very important asset in the long run, especially young women. Knowledge of reproductive problems is not only mandatory for adolescent girls but also for adolescent boys must also know and understand how to live with healthy reproduction so as not to fall into wrong associations that are detrimental to adolescents. Lack of education on things related to reproduction can actually trigger unwanted things. One of the things that often happens due to lack of socialization and education is sexually transmitted diseases, pregnancy at a young age, to abortion which results in the loss of adolescent lives. The purpose of this service is (1) to increase adolescent knowledge about reproductive health; (2) empowering adolescents by forming Youth PIK in schools or Youth Posyandu

Ambassadors;(3)improve the infrastructure of student health activities by creating a website-based application for youth posyandu services at SMP Daarul Quran Putri Karanganyar.

Keyword: 1000 HPK, Youth Posyandu, Technology Development

Pendahuluan

1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan periode kritis yang dimulai dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Periode ini sangat penting karena berdampak signifikan terhadap perkembangan fisik, mental, dan kognitif anak. Oleh karena itu, persiapan sejak dini, khususnya pada remaja putri yang merupakan calon ibu di masa depan, menjadi sangat krusial. Posyandu Remaja hadir sebagai salah satu solusi untuk memberikan edukasi kesehatan dan persiapan HPK kepada remaja. Penggunaan teknologi berbasis website diharapkan dapat memperluas jangkauan informasi dan memudahkan aksesibilitas bagi para remaja di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar.

Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk menguraikan upaya persiapan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada remaja melalui kegiatan Posyandu Remaja dengan pendekatan teknologi berbasis website di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar. Program ini dirancang untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja tentang pentingnya periode HPK dan peran mereka sebagai calon ibu di masa depan. Pengembangan website digunakan sebagai media edukasi dan komunikasi yang efektif. Artikel ini menjelaskan proses implementasi program, hasil yang dicapai, dan tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan.

Tujuan lain sebagai upaya Meningkatkan pengetahuan remaja tentang pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan, Mengembangkan keterampilan remaja dalam memanfaatkan teknologi informasi untuk Kesehatan, Meningkatkan kesadaran remaja akan peran mereka sebagai calon ibu yang bertanggung jawab, Memfasilitasi akses informasi kesehatan yang relevan melalui platform website.

Metode Pelaksanaan

Pelaksana kegiatan ini adalah:

1. Melaksanakan Pemeriksaan Kesehatan pada Siswa SMP Daarul Quran
2. Mensosialisasikan program posyandu remaja melalui pengembangan teknologi berbasis website
3. Menyusun laporan akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Langkah-langkah kerja

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu:

1. Perencanaan
 - a. Identifikasi kebutuhan remaja terkait informasi 1000 HPK.
 - b. Pengembangan konten edukasi kesehatan yang relevan



- c. Desain dan pengembangan website sebagai media edukasi
<https://remajasehat.itspku.ac.id/>
2. Pelaksanaan
 - a. Sosialisasi program kepada siswa dan guru di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar
 - b. Sosialisasi penggunaan website untuk para siswa



- c. Pelaksanaan kegiatan Posyandu Remaja secara berkala yang terintegrasi dengan penggunaan website.



3. Evaluasi
- Penilaian pengetahuan dan pemahaman remaja sebelum dan sesudah program.
 - Feedback dari siswa dan guru mengenai efektivitas program dan website.
 - Perbaikan dan pengembangan lanjutan berdasarkan hasil evaluasi.



Hasil dan Pembahasan

Hasil

- Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Remaja tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Survei sebelum dan sesudah penerapan program menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan

pada siswa dengan signifikansi tinggi. Sebelum program berjalan, kurang lebih 30% dari jumlah siswa belum paham tentang 1000 HPK. Namun setelah program berjalan, persentasenya menjadi 85%. Diantara topik yang sudah dipahami siswa meliputi nutrisi ibu hamil, pentingnya ASI eksklusif, hingga pertumbuhan kognitif serta fisik yang terjadi pada anak dalam 1000 hari pertama kehidupan.



2. Pemanfaatan Teknologi Informasi untuk Kesehatan

Penggunaan website sebagai media edukasi menunjukkan hasil yang positif, di mana 80% siswa mengatakan bahwa mereka lebih mudah mengakses informasi kesehatan dengan mengunjungi website yang disediakan dibandingkan dengan metode konvensional. Website yang dikembangkan tersebut merupakan tempat edukasi yang dilengkapi dengan berbagai fitur di antaranya artikel kesehatan, video edukasi, forum diskusi, serta sesi konsultasi secara online dengan tenaga medis.

3. Feedback dari Siswa dan Guru

Umpan balik dari siswa dan guru sangat positif. Siswa merasa bahwa program ini sangat bermanfaat dan memberikan pengetahuan yang relevan untuk masa depan mereka sebagai dapat mempersiapkan perencanaan kehidupan utamanya bagi siswa putri yang nantinya akan menjadi calon ibu. Guru juga menyatakan bahwa metode pembelajaran yang interaktif melalui website membantu mempertahankan minat dan keterlibatan siswa. Beberapa saran perbaikan yang diajukan meliputi penambahan konten interaktif seperti kuis dan permainan edukatif, serta peningkatan kualitas video edukasi dan penambahan materi tentang penyakit kulit yang lebih sering dialami oleh siswa-siswi di pondok pesantren.



4. Tantangan yang dihadapi

Meskipun program ini berhasil memberikan perubahan, namun masih terdapat beberapa tantangan yang dihadapi selama pelaksanaannya:

- a. Akses Internet: Beberapa siswa mengalami kesulitan mengakses website karena keterbatasan koneksi internet yang dibatasi, dan mereka tidak bisa mengakses secara mandiri sewaktu-waktu. Ini menjadi kendala utama dalam memaksimalkan penggunaan website.
- b. Literasi Digital: Tidak semua siswa memiliki kemampuan literasi digital yang memadai untuk memanfaatkan website secara optimal. Diperlukan pelatihan tambahan untuk mengatasi hal ini.

- c. Motivasi Siswa: Meskipun sebagian besar siswa menunjukkan minat yang tinggi, ada beberapa yang kurang termotivasi untuk aktif mengikuti program ini. Pendekatan yang lebih personal dan motivasi tambahan diperlukan untuk melibatkan semua siswa.

Pembahasan

1. Efektivitas Posyandu Remaja dalam Edukasi HPK

Posyandu Remaja sebagai wadah edukasi kesehatan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang HPK. Program ini tidak hanya berfokus pada teori, tetapi juga praktik langsung dan interaktif yang melibatkan siswa secara aktif. Kegiatan seperti diskusi kelompok, simulasi, dan praktik lapangan membantu siswa memahami konsep-konsep 1000 HPK dengan lebih baik, selain itu juga siswa dapat mengetahui secara langsung bagaimana kesehatan mereka dan mendapatkan pengalaman untuk saling mengerti kesehatan dikarenakan sudah terbentuknya PIK-Remaja di sekolah..

2. Peran Teknologi dalam Edukasi Kesehatan

Penggunaan teknologi berbasis website membawa perubahan signifikan dengan cara edukasi kesehatan disampaikan. Teknologi memungkinkan akses informasi yang lebih luas dan cepat, serta menyediakan berbagai bentuk konten yang dapat disesuaikan dengan preferensi belajar siswa. Website edukasi yang dikembangkan memberikan berbagai fitur yang memfasilitasi pembelajaran mandiri siswa, seperti artikel informatif, video tutorial, dan forum diskusi.

3. Kendala dan Solusi

Tantangan utama seperti akses internet dan literasi digital harus diatasi untuk memastikan kesuksesan program ini secara menyeluruh. Beberapa solusi yang dapat diterapkan meliputi: Penyediaan Akses Internet: Bekerjasama dengan pihak sekolah dan pemerintah setempat untuk menyediakan akses internet gratis atau bersubsidi bagi siswa yang membutuhkan.

Pelatihan Literasi Digital: Menyediakan pelatihan intensif tentang literasi digital bagi siswa dan guru untuk memastikan mereka dapat memanfaatkan website secara optimal.

Motivasi Siswa: Menggunakan pendekatan gamifikasi dalam website untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa. Misalnya, memberikan penghargaan atau sertifikat bagi siswa yang aktif mengikuti program dan menyelesaikan modul edukasi.

4. Manfaat Jangka Panjang

Program ini tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek dalam bentuk peningkatan pengetahuan, tetapi juga berdampak jangka panjang. Dengan memahami pentingnya 1000 HPK, remaja putri diharapkan dapat menerapkan pengetahuan ini ketika mereka menjadi ibu di masa depan, sehingga dapat mempersiapkan generasi yang lebih sehat dan berkualitas. Selain itu, keterampilan dalam menggunakan teknologi untuk mencari informasi kesehatan juga merupakan bekal berharga yang dapat digunakan di berbagai aspek kehidupan mereka, dan Perempuan merupakan madrasah pertama bagi anak-anaknya kelak, sehingga para Perempuan haruslah cerdas dan berkemajuan baik dalam Pendidikan, Kesehatan dan teknologi.

Simpulan

Pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang pentingnya 1000 HPK. Hasil survei menunjukkan peningkatan pemahaman siswa mengenai nutrisi, kesehatan ibu hamil, dan perkembangan anak pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. Selain itu, remaja juga menjadi lebih terbiasa dan mahir dalam menggunakan teknologi informasi untuk mencari dan mengakses informasi kesehatan.

Penggunaan website sebagai media edukasi terbukti efektif dalam menyampaikan materi dan memudahkan akses informasi bagi siswa. Website ini menyediakan berbagai fitur seperti artikel kesehatan, forum diskusi, dan konsultasi online dengan ahli gizi dan kesehatan. Namun, beberapa tantangan seperti keterbatasan akses internet dan kurangnya literasi digital pada sebagian siswa menjadi kendala yang perlu diatasi.

Program Posyandu Remaja dengan pendekatan teknologi berbasis website di SMP DaarulQuran Putri Karanganyar berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan. Penggunaan website sebagai media edukasi sangat efektif meskipun masih menghadapi beberapa tantangan. Diperlukan dukungan berkelanjutan dari berbagai pihak untuk meningkatkan literasi digital dan akses informasi kesehatan bagi remaja. Adapun saran dari pengabdian ini untuk mendukung program secara berkelanjutan:

1. Perlu adanya pelatihan lebih lanjut untuk meningkatkan literasi digital di kalangan remaja.

2. Pengembangan konten website yang lebih interaktif dan menarik untuk menjaga minat bacaremaj.
3. Meningkatkan kolaborasi dengan instansi kesehatan dan pendidikan untuk mendukung program secara berkelanjutan.
4. Mengatasi kendala akses internet dengan menyediakan fasilitas internet gratis atau subsidi bagi siswa yang membutuhkan.
5. Menggunakan pendekatan gamifikasi dan memberikan penghargaan untuk meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa dalam program.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM ITS PKU Muhammadiyah Surakarta atas kesempatan dan kepercayaannya sehingga kami tim dapat melaksanakan pengabdian masyarakat ini dengan baik dan lancar. Terima kasih kepada Kepala Sekolah SMP Daarul Quran Karanganyar yang telah memberikan ijin pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih kepada Guru BK selaku penanggungjawab yang luar biasa sangat aktif dan telah memberikan bantuan dan dukungan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini yang dilaksanakan pada Januari 2024. Terkhusus, ucapan terima kasih juga kepada Ketua Program Studi, tim dosen dan mahasiswa dari DIII dan S1 Kebidanan ITS PKU Muhammadiyah Surakarta atas partisipasinya pada kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- UNICEF. (2017). *1000 Hari Pertama Kehidupan*. UNICEF.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman Pelaksanaan Posyandu Remaja*.
- WHO. (2016). *Maternal, infant and young child nutrition: comprehensive implementation plan*.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Buku Saku Posyandu Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- WHO. (2020). *Improving early childhood development: WHO guideline*. Geneva: World Health Organization.
- UNICEF. (2022). *Early Childhood Development: A Statistical Snapshot*. New York: UNICEF.