

OPTIMALISASI PUSAT KONSELING SEKSUALITAS REMAJA BERBASIS
PSYCHOEDUCATION DAN MIND MAPPING DI KAMPUNG NELAYAN
ELO PUKEK PADANG

Rini Rahmayanti^{1*}, Dwi Puspasari², Fitri Wahyuni³

^{1,3}Prodi S1 Keperawatan STIKes Mercubaktijaya Padang

²Fakultas Psikologi Universitas Andalas

Email Korespondensi: rinie.rahmayanti@gmail.com

Disubmit 02 Oktober 2023 Diterima: 09 Oktober 2023 Diterbitkan: 01 November 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i11.12485>

ABSTRAK

Komunitas remaja Tanah Ombak merupakan kumpulan anak dan remaja yang tinggal di wilayah kampung nelayan Elo Pukek Padang. Di taman baca telah ada pusat konseling seksualitas tetapi belum berfungsi maksimal dan belum ada metode edukasi yang menarik tentang kesehatan reproduksi remaja maka perlu dilakukan kegiatan edukasi dengan inovasi kombinasi *psychoeducation* dan *mind mapping* dengan memanfaatkan pusat konseling yang sudah terbentuk sebelumnya. Tujuan kegiatan adalah mengoptimalkan pusat konseling seksualitas remaja yang sudah dibentuk dan pemberian edukasi kesehatan seksual remaja yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja agar terhindar dari perilaku seksual beresiko pada remaja sehingga dapat melewati fase menuju dewasa dengan sehat dan berkualitas. Kegiatan dilaksanakan dengan metode sosialisasi, pelatihan dan pendampingan remaja pada bulan Juli - September 2023 dengan metode ceramah dan dirangkaikan dengan penayangan video edukasi. Didapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan remaja dan teridentifikasi remaja aktif mendengarkan dan bertanya selama kegiatan. Kesimpulan adalah pelaksanaan kegiatan pelatihan dan pendampingan pada remaja dengan metode *psychoeducation* dan *mind mapping* dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan perilaku seksual.

Kata Kunci: Konseling, Seksualitas, Remaja, *Psychoeducation*, *Mind Mapping*

ABSTRACT

The Tanah Ombak youth community is a group of children and teenagers who live in kampung nelayan Elo Pukek Padang. At the reading park there is a sexuality counseling center but it is not yet functioning optimally and there is no interesting educational method about adolescent reproductive health, so it is necessary to carry out educational activities with innovative combinations of psychoeducation and mind mapping by utilizing the counseling center that has been previously established. The aim of the activity is to optimize the adolescent sexuality counseling center that has been established and provide adolescent sexual health education which aims to increase adolescent knowledge and awareness in order to avoid risky sexual behavior in adolescents so that they can pass the phase towards adulthood in a healthy and quality manner. Activities are carried out using the method of outreach, training and

mentoring teenagers in July - September 2023 using the lecture method and combined with showing educational videos. The results showed that there was an increase in teenagers' knowledge and it was identified that teenagers actively listened and asked questions during the activity. The conclusion is that implementing training and mentoring activities for teenagers using psychoeducation and mind mapping methods can increase teenagers' knowledge about reproductive health and sexual behavior.

Keywords: *Counselling, Sexuality, Teenager, Psychoeducation, Mind Mapping*

1. PENDAHULUAN

Kampung nelayan Elo Pukek merupakan salah satu kampung tematik yang dikembangkan oleh Pemerintahan kota Padang bersama kelompok nelayan Kasiak Angek Purus (KNKAP) sebagai kampung yang masih menjaga tradisi nelayan maelo pukek yakni menangkap jaring dari tepi pantai. Sebagai salah satu pusat wisata di Kota Padang, kampung nelayan Elo Pukek memiliki daya tarik bagi wisatawan dengan ikut langsung mencoba menarik jaring dan dapat menikmati pemandangan indah pesisir Pantai Padang. Data jumlah penduduk di kampung nelayan Elo Pukek terdapat 7.888 orang dengan jumlah remaja sebanyak 1.397 orang. Sebagian besar remaja putus sekolah (60%). Sebagian besar pekerjaan remaja adalah sebagai pengamen (64%) dan tukang parkir (73%)(Badan Pusat Statistik, 2017).

Kampung nelayan Elo Pukek memang merupakan salah satu destinasi wisata utama tetapi di sisi lain daerah ini juga memiliki kekurangan yaitu sebagai salah satu wilayah yang angka kriminalitas dan kenakalan remaja tinggi di kota Padang (Syafriwaldi, 2019). Lingkungan pantai yang memiliki pengaruh negatif yang dominan tentu akan berdampak buruk bagi generasi-generasi muda yang hidup di daerah ini. Hal ini tercermin pada anak-anak dan remaja yang sebagian besar dari mereka pernah melakukan perbuatan tercela seperti mencuri, berkelahi dan berkata kasar kepada orangtua diusia yang cukup dini bahkan perilaku seksual beresiko.

Di kampung ini terdapat perkumpulan remaja yang dikenal dengan komunitas remaja Tanah Ombak. Komunitas ini merupakan kumpulan anak dan remaja yang tinggal di wilayah kampung nelayan Elo Pukek Padang dan aktif dalam kegiatan pembelajaran di rumah baca Tanah Ombak. Masalah perilaku seksual remaja memang menjadi masalah krusial pada saat sekarang ini. Salah satu dampak negatif pandemi Covid-19 adalah ketergantungan dalam penggunaan gadget dan menjadikan gadget sebagai sumber utama informasi. Kesalahan informasi bisa saja terjadi jika tidak adanya pendampingan sehingga menyebabkan munculnya masalah kesehatan reproduksi dan perilaku seksual beresiko (Mahmudah, 2016). Remaja merupakan kelompok usia yang memerlukan perhatian khusus. Peralihan masa kanak-kanak menuju dewasa ini ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis yang pesat. Pada masa ini, individu sering kali terlibat konflik dan memiliki banyak permasalahan baik permasalahan dengan diri sendiri atau dengan lingkungan di luar dirinya. Banyak kaum remaja yang belum siap mengimbangi perubahan yang dialaminya, seperti perubahan fisik, tingkat emosi, moral, interaksi sosial dan cara bertindak dan berpikir (Masnuna, 2020).

Berdasarkan survey awal didapatkan permasalahan kurangnya pengetahuan remaja tentang seksualitas di wilayah ini. Berdasarkan

wawancara 10 orang remaja laki-laki menyatakan hampir seluruhnya (90%) belum memahami kesehatan reproduksi dan pernah melakukan perilaku seksual beresiko. Bentuk perilaku seksual yang telah dilakukan di bangunan cafe tenda yang berbentuk payung di kampung nelayan Elo Pukek antara lain bersentuhan (touching), berciuman (kissing), bercumbu (petting). Hasil wawancara dengan salah seorang remaja komunitas Tanah Ombak bahwa sebelum bergabung bersama Tanah Ombak, kesehariannya jauh dari idealnya aktifitas seorang anak yang hendaknya mendapatkan bimbingan dari keluarga maupun orang-orang terdekat. Sehari-hari waktu hanya dihabiskan untuk berbagai aktifitas yang menurutnya tidak bermanfaat seperti bermain playstation, bermain di warnet, berkelahi, berpacaran dan kadang menjadi juru parkir.

Dari hasil observasi juga didapatkan remaja yang putus sekolah banyak menghabiskan waktu untuk duduk bermain hp di cafe di pinggir pantai bersama pasangan. Hasil pengamatan dari lingkungan didapatkan bahwa rumah baca Tanah ombak belum dimanfaatkan maksimal oleh remaja. Lingkungan kampung nelayan Elo Pukek yang merupakan pusat wisata di kota Padang juga dapat mendukung meningkatnya penyimpangan seksual remaja, seperti tampak di sepanjang pantai terdapat bangunan cafe dengan tenda yang berbentuk payung-payung ceper bagi pasangan remaja.

Komunitas rumah baca Tanah Ombak di kampung nelayan Elo Pukek merupakan tempat yang tepat untuk menjadi sasaran kegiatan ini karena jika ditinjau dari resiko terpaparnya perilaku menyimpang. Tidak dapat dipungkiri bahwa kehidupan di daerah ini memang berbeda dengan tempat lainnya, remaja sebagian besar putus sekolah dan memang mempunyai orangtua namun kurang arahan dari keluarga maupun orang-orang terdekat. Konseling remaja dengan metode psychoeducation dan mind mapping merupakan metode yang sesuai dengan psikologi remaja dan dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Pemberian psychoeducation yang dilakukan akan diikuti dengan metode mind mapping, yang berfungsi sebagai analisa diri serta pemetaan pikiran dari remaja sehingga remaja mampu menggambarkan hal-hal yang akan dilakukan kedepannya.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

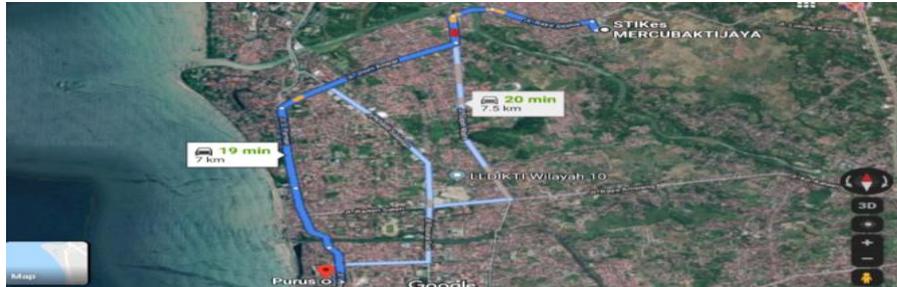
Berdasarkan data yang didapatkan pada survey awal melalui wawancara dengan remaja dan ketua pemuda serta observasi lingkungan. Kondisi dan situasi yang menjadi masalah pada mitra ini adalah

- a. Belum optimalnya kegiatan pusat konseling seksualitas remaja dan belum adanya manajemen waktu serta jadwal kegiatan di rumah baca Tanah Ombak
- b. Rendahnya pengetahuan dan kesadaran remaja berkaitan dengan kesehatan reproduksi dan perilaku seksual beresiko

Rumusan pertanyaan dari kegiatan pemberdayaan kemitraan masyarakat ini adalah :

- a. Apakah pemberian materi berupa pendampingan dan pelatihan remaja melalui metode *psychoeducation* dan *mind mapping* dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan perilaku seksual?

- c. Apakah kegiatan ini dapat mengoptimalkan kegiatan pusat konseling seksual remaja dan manajemen waktu serta jadwal kegiatan di rumah baca Tanah Ombak ?



Gambar 1. Peta lokasi Kegiatan Pemberdayaan Kemitraan Masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

Seksualitas remaja merujuk kepada perasaan seksual, perilaku dan perkembangan pada remaja dan merupakan tahap seksualitas manusia (Sari et al., 2020). Seksualitas sering merupakan aspek yang sangat penting dari kehidupan remaja. Perilaku seksual remaja adalah, pada banyak kasus, dipengaruhi oleh norma-norma budaya dan adat istiadat, orientasi seksual mereka, dan isu-isu kontrol sosial, seperti hukum umur dewasa. Ada manusia, hasrat seksual dewasa biasanya mulai muncul dengan masa pubertas.

Aktivitas seksual secara umum dikaitkan dengan sejumlah risiko, termasuk penyakit menular seksual (termasuk HIV/AIDS) dan kehamilan yang tidak diinginkan. Hal ini dianggap sangat benar untuk remaja muda, karena otak remaja tidak memiliki saraf yang matang (daerah beberapa otak lobes frontal cortex dan di hypothalamus) penting untuk kontrol diri, penundaan kepuasan, dan analisis risiko dan penghargaan yang tidak sepenuhnya matang sampai usia 25-30) (Xiang et al., 2020). Karena sebagian hal ini, kebanyakan remaja dianggap secara emosional kurang matang dan tidak mandiri secara finansial. Perkembangan fisik, kognitif, sosioemosional remaja pastinya berkaitan dengan sikap dan perilaku seksual remaja. Rasa ingin tahu dan fantasi seksual menyebabkan remaja ingin mempraktekan apa yang orang dewasa lakukan. Belum lagi tingkah bermasalah, toleransi terhadap devian, alienasi, konflik keluarga merupakan masalah umum yang berkaitan dengan sikap dan perilaku seksual (Sari et al., 2020). Teman sebaya (peer group) juga memainkan peranan yang sangat kuat terhadap sikap dan perilaku seksual remaja.

Melihat masalah yang ada pada remaja maka diperlukan kegiatan pendampingan khusus. Tujuan kegiatan adalah mengoptimalkan pusat konseling seksual remaja yang sudah dibentuk dan pemberian edukasi kesehatan seksual remaja yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja agar terhindar dari perilaku seksual beresiko pada remaja sehingga dapat melewati fase menuju dewasa dengan sehat dan berkualitas. Apakah pemberian materi berupa pendampingan dan pelatihan remaja melalui metode *psychoeducation* dan *mind mapping* dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan perilaku seksual? dan Apakah kegiatan ini dapat mengoptimalkan kegiatan

pusat konseling seksualitas remaja dan manajemen waktu serta jadwal kegiatan di rumah baca Tanah Ombak ?

Intervensi *psychoeducation* merupakan suatu intervensi yang dapat dilakukan pada individu, keluarga dan kelompok yang fokus pada mendidik partisipasinya mengenai tantangan yang signifikan dalam hidup, membantu partisipan mengembangkan sumber-sumber dukungan, dan dukungan sosial dalam menghadapi tantangan tersebut dan mengembangkan keterampilan coping untuk menghadapi tantangan tersebut. *psychoeducation* tentang kesehatan reproduksi berfungsi sebagai salah satu tindakan preventif untuk mengantisipasi terjadinya masalah kesehatan reproduksi pada remaja dan juga sebagai metode untuk memberikan pengetahuan baru yang terus berkembang seiring berjalannya waktu (Puspasari, 2022). Selain *psychoeducation*, intervensi juga dilakukan dengan metode mind mapping, yaitu peta pikiran. *Mind mapping* dapat diartikan sebagai proses memetakan pikiran untuk menghubungkan permasalahan tertentu. *Mind mapping* merupakan model atau teknik yang dirancang untuk membantu remaja dalam proses belajar, menyimpan informasi berupa materi pelajaran yang diterima oleh siswa pada saat pembelajaran, dan membantu siswa menyusun inti-inti yang penting dari materi pelajaran ke dalam bentuk peta, grafik, maupun penggunaan symbol sehingga siswa lebih mudah mengingat pelajaran tersebut (Muriana, 2020; Anggarawati, 2020).

Hasil penelitian Imanda tahun 2018 dengan judul pengaruh intervensi psikoedukasi dan *mind mapping* terhadap kontrol sosial orang tua dalam penggunaan *gadget* anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat kontrol sosial orang tua dari hasil pretest dan post-test kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yaitu dengan skor signifikansi $p < 0,05$ ($p=0,000$). Kesimpulan dari penelitian tersebut intervensi psikoedukasi dan *mind mapping* memiliki pengaruh terhadap peningkatan kontrol sosial orang tua dalam penggunaan *gadget* anak (Imanda, 2018).

Penelitian lain yang sangat berkaitan dengan pelaksanaan tindakan adalah penelitian Muriana et al tahun 2022 yang berjudul efektivitas *psychoeducation* dan *mind mapping* sebagai upaya preventif pernikahan dini di Semarang. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa Pemberian intervensi kombinasi psikoedukasi dengan teknik *mind mapping* efektif memengaruhi pengetahuan remaja dan intensi pernikahan dini pada remaja di Semarang. Pada kelompok intervensi berhasil meningkatkan pengetahuan pernikahan responden dengan peningkatan sebesar 9,89 (6,78%) dan menurunkan intensi menikah dini sebesar 4,31 (46,29%). Terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi terhadap peningkatan tingkat pengetahuan pernikahan remaja ($p = 0,004$) serta penurunan intensi menikah dini remaja ($p = 0,001$) (Muriana, 2022). Salah satu kondisi yang dapat mendukung diadakannya pelatihan untuk mengembangkan keterampilan berpikir kreatif adalah psikoedukasi dalam bimbingan kelompok dengan menggunakan strategi *mind mapping* (Hidayah, 2019; Bhakti, 2020).

4. METODE

Metode yang digunakan adalah metode ceramah dan dirangkaikan dengan penayangan video edukasi. Kegiatan dilakukan dengan melalui beberapa tahap yaitu tahap persiapan yang dilakukan hingga evaluasi. Dimulai dengan tahap persiapan pada tanggal 14 Juli 2023 yaitu melakukan perizinan kepada Kecamatan Padang Barat, Kelurahan Purus Kampung Elo

Pukek, Puskesmas Padang Pasir dan penanggung jawab rumah baca tanah ombak. Target sasaran adalah remaja berumur 10-16 tahun dengan jumlah 20 orang. Program ini terdiri dari beberapa tahapan kegiatan yaitu :

- a. Sosialisasi kepada penanggung jawab taman baca Tanah Ombak, Puskesmas Pasir Putih serta Kecamatan Padang Barat, Sosialisasi dan Pengenalan serta pendekatan intensif dengan anggota komunitas remaja tanah ombak
- b. Penyegaran kembali pusat konseling yang telah ada dan memilih kembali kader/relawan untuk mendukung kelompok pusat konseling seksualitas dan Penetapan struktur dan tanggung jawab pusat konseling seksualitas remaja di rumah baca tanah ombak kampung Elo Pukek
- c. Melakukan pretest untuk menilai pengetahuan peserta tentang seksualitas kesehatan reproduksi dan perilaku seksual beresiko
- d. Edukasi berupa pelatihan kesehatan reproduksi dan perilaku seksual beresiko pada remaja berbasis *psychoeducation* dan *mind mapping* dengan empat orang pemateri. Pelaksanaan diawali dengan penyajian tayangan video mengenai seksualitas, kesehatan reproduksi dan dampak perilaku seksual beresiko serta dilanjutkan dengan diskusi atau sharing pengalaman remaja yang berkaitan dengan dampak perilaku seksual, pemberian materi mengenai perkembangan fisik dan psikologis remaja, *psychoeducation* dengan pemberian materi mengenai kontrol diri remaja, peran serta strategi remaja dalam pergaulan dan perilaku seksual. pemberian materi mengenai *Mind Mapping*. strategi, pengertian, fungsi serta cara mengaplikasikan teknik *mind map*. Terakhir yaitu praktik pembuatan mind mapping sebagai analisa diri.
- e. Melakukan posttest untuk menilai pengetahuan remaja tentang seksualitas, kesehatan reproduksi dan perilaku seksual beresiko
- f. Dilakukan pendampingan relawan/kader konseling remaja serta Pengenalan pusat konseling seksualitas bersama lima orang organisasi konseling yang telah terbentuk.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Pemberdayaan berbasis masyarakat ini dihadiri oleh pimpinan rumah baca Tanah Baca, relawan dan komunitas remaja Tanah Baca berjumlah 20 orang. Hasil dari kegiatan ini adalah sebagai berikut :

1) Tahap Persiapan

Sebelum pelaksanaan kegiatan, tim melakukan rapat dengan tim untuk menyamakan persepsi terkait pelaksanaan kegiatan. Berdasarkan hasil koordinasi tersebut maka tim pengabdian yang terdiri dari 3 dosen dan 2 mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan melakukan rapat koordinasi dengan pihak mitra pengabdian yaitu penanggung jawab taman baca Tanah Ombak, Puskesmas Pasir Putih serta Kecamatan Padang Barat. Koordinasi ini bertujuan untuk sosialisasi kegiatan dan untuk menentukan masalah kesehatan yang terjadi di wilayah tersebut. Adanya pertemuan tersebut telah disepakati bahwa pihak mitra menyadari adanya masalah dan resiko tinggi perilaku seksual pada reamaj dan menginginkan adanya kegiatan yang dapat memberikan peningkatan pengetahuan dan kemampuan tindakan guna mengantisipasi adanya masalah kesehatan reproduksi remaja. Selain itu pihak mitra juga mengharapkan adanya media

edukasi yang menarik yaitu menggunakan teknik *psychoeducation* dan *mind mapping*. Berdasarkan hasil koordinasi tersebut maka disepakati tim memberikan solusi yaitu dengan memberikan pelatihan dan optimalisasi pusat konseling dengan inovasi teknik *psychoeducation* dan *mind mapping*. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan harapan remaja menyadari akan pentingnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan menghindari perilaku seksual beresiko.

2) Tahap Pelaksanaan

Tim pengabdian melakukan kegiatan pengabdian mulai dari bulan Juli - September 2023. Pelaksanaan kegiatan terbagi menjadi 6 kali pertemuan di Taman Baca Tanah Ombak yang bertempat di Kampung Nelayan Elo Pukek Padang. Pertemuan satu diawali dengan penyegaran kembali pusat konseling yang telah ada dan memilih kembali kader/relawan untuk mendukung kelompok pusat konseling seksualitas serta penetapan struktur dan tanggung jawab pusat konseling seksualitas remaja di rumah baca tanah ombak kampung Elo Pukek. Pertemuan kedua dan ketiga dilanjutkan dengan edukasi penyajian tayangan video mengenai seksualitas, kesehatan reproduksi dan dampak perilaku seksual beresiko serta dilanjutkan dengan diskusi atau sharing pengalaman remaja yang berkaitan dengan dampak perilaku seksual serta edukasi perkembangan fisik dan psikologis remaja. Sebelum pemberian materi, dilakukan pretest untuk menilai pengetahuan peserta tentang seksualitas kesehatan reproduksi dan perilaku seksual beresiko. Pemberian materi oleh dr. Desy Susanty selaku Kepala Puskesmas Padang Pasir. Pertemuan keempat diisi dengan materi kontrol diri remaja, peran serta strategi remaja dalam pergaulan dan perilaku seksual. Materi diberikan oleh Ns. Rini Rahmayanti, M.Kep.Sp.Kep.Mat selaku ketua pengabdian yang merupakan dosen dengan kepakaran di bidang reproduksi. Setelah pemberian materi dilanjutkan dengan pemberian energizer yang berfungsi untuk mencegah rasa bosan dan mencairkan suasana, energizer yang diberikan adalah berupa nyanyian 10 jari, kuis tebak kata. Pertemuan kelima diberikan materi Mind Mapping. strategi, pengertian, fungsi serta cara mengaplikasikan teknik mind map dan praktek pembuatan mind mapping. Selanjutnya pada pertemuan yang sama dilakukan posttest untuk menilai pengetahuan remaja tentang seksualitas, kesehatan reproduksi dan perilaku seksual beresiko. Pertemuan keenam dilakukan pendampingan relawan/kader konseling remaja serta pengenalan pusat konseling seksualitas bersama lima orang organisasi konseling yang telah terbentuk dan pembuatan rancangan kegiatan tahunan pusat konseling remaja berupa jenis kegiatan dan waktu pelaksanaan yang akan didampingi oleh Puskesmas Padang Pasir.

3) Monitoring dan Evaluasi

Pengabdian masyarakat yang dihadiri oleh pihak puskesmas, kader dan ibu hamil berjumlah 20 orang. Hasil dari kegiatan ini adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil sebelum edukasi kesehatan

Test	Nilai Minimum	Nilai Maximum	Mean
Pretest	16	26	19,95
Posttest	24	36	28,35

Berdasarkan Tabel 1. Hasil nilai pretest didapatkan nilai terendah 16 dan tertinggi 24. Nilai posttest didapatkan nilai terendah 26 dan tertinggi 36. Nilai rata-rata pretest yaitu 19,95 dan posttest yaitu 28,35. Hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan, nilai rata-rata sebanyak 8,4. Pretest dilakukan untuk mengetahui sejauh mana peserta memahami terkait kesehatan reproduksi dan perilaku seksual beresiko. Pada kegiatan ini, pretest dilakukan sebelum edukasi kesehatan melalui kuesioner yang di bagikan ke peserta. Kegiatan dihadiri sebanyak 20 peserta. Pada sesi diskusi, peserta sangat antusias yang ditunjukkan banyak pertanyaan dan berbagi pengalaman mengatasi pada masa remaha. Setelah pemberian edukasi pada saat penutupan kegiatan, peserta melakukan posttest untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman peserta tentang materi yang sudah diberikan.

Foto kegiatan penyuluhan dapat dilihat pada Gambar 2,3, dan 4



Gambar 2. Peserta mendengarkan pemaparan materi

Gambar 3. Penjelasan materi *mind mapping* dan praktek



Gambar 4. Foto bersama tim pengabdian dan peserta

b. Pembahasan

Pendampingan remaja dilakukan dengan cara pemberian pendidikan kesehatan dan pembentukan pusat konseling remaja. Pelatihan yang dilakukan oleh tim PKM dengan cara tatap muka dua arah yang memungkinkan adanya umpan balik dari kedua pihak. Kegiatan juga diselingi dengan penayangan video dan perbaikan *energizer*, hal ini memungkinkan transfer pengetahuan secara lebih spesifik dan intens pada remaja. Remaja didefinisikan oleh WHO sebagai seseorang yang berusia antara 10-19 tahun. Terdapat sekitar 1,2 miliar remaja di seluruh dunia dan satu dari setiap orang di dunia adalah seorang remaja. Penggolongan remaja menurut Thornburg (1982, dalam Dariyo, 2004) terbagi 3 tahap, yaitu (a) remaja awal (usia 13-14 tahun), (b) remaja tengah (usia 15-17 tahun), (c) remaja akhir (18-21 tahun).

Secara psikologis usia remaja adalah usia ketika seseorang mengalami masa peralihan antara usia anak-anak dan dewasa. Suatu tahap usia psikologis yang terletak antara masa anak-anak dan masa pra-remaja. Dalam masa ini perkembangan intelektual anak berlangsung sangat cepat. Secara berangsur kemampuan memantau pikirannya sendiri dan berkembang. Sekaligus juga masa ketika anak mulai mempunyai perhatian terhadap lawan jenisnya. Pada masa remaja, mulai terjadi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan organ reproduksi baik perempuan maupun laki-laki yang lebih signifikan. Sangat penting untuk menjaga dan mempersiapkan diri. Salah satu hal yang menjadi penting dan sangat perlu untuk dipahami pada tahap remaja ialah perkembangan seksual (Sabariah, 2017). Marwoko (2019) menyebutkan ciri-ciri masa remaja, salah satunya kondisi emosi yang masih labil. Adanya naik turun emosi atau "kelabilan" berkaitan erat dengan kondisi hormon. Selain itu, perkembangan remaja juga ditandai dengan ketertarikan terhadap lawan jenis (Setiawan dan Nurhidayah, 2008). Ketertarikan untuk mengenal individu satu sama lain secara lebih jauh menjadi salah satu tahap awal individu untuk menjalin hubungan.

Informasi yang tepat ke masyarakat dapat merubah status kesehatan yang lebih baik. Kegiatan pemberian promosi kesehatan berupa edukasi dapat meningkatkan pemahaman dan mempengaruhi perilaku masyarakat. Masyarakat yang memiliki perilaku baik dapat meningkatkan kesehatan dan berdampak positif terhadap masyarakat. Promosi kesehatan penting diberikan untuk meningkatkan

pengetahuan dan perilaku masyarakat dalam upaya peningkatan kesehatan (Oktafia,Indriastuti, 2022). Psychoeducation merupakan salah satu teknik intervensi atau penanganan dengan bentuk pendidikan ataupun pelatihan terhadap seseorang dengan gangguan psikis yang bertujuan untuk treatment dan rehabilitasi (Anwar, 2017;Kusumastuti,2017). Tujuan psychoeducation adalah untuk mengembangkan dan meningkatkan penerimaan seseorang terhadap penyakit atau gangguan yang dialami, meningkatkan partisipasi seseorang dalam proses terapi, dan pengembangan coping mechanism ketika seseorang menghadapi permasalahan yang berkaitan dengan penyakit atau gangguan yang dialami (Bordbar dan Farishosseini, 2012). Mind mapping adalah teknik pemetaan pikiran dengan cara mengembangkan kegiatan berpikir ke segala arah, menangkap berbagai pikiran dalam berbagai sudut. Kedua teknik yang digunakan dalam PKM ini sangat sesuai dan menarik bagi remaja karena dari hasil yang dipaparkan sebelumnya adanya peningkatan pengetahuan remaja, selain itu remaja menjadi lebih fokus dan antusias karena teknik ini merupakan hal baru bagi mereka. Metode mind mapping adalah edukasi yang menggunakan kombinasi warna, gambar, dan cabang-cabang melengkung, sehingga mempermudah otak dalam mengenal dan mengingat informasi (Dewi, 2016). Metode mind mapping dapat mempermudah penerima dalam menerima informasi menjadi lebih ringkas dan efektif, sehingga hubungan informasi satu dengan yang lainya akan terlihat lebih jelas (Lestari, 2020).

6. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pelatihan dan pendampingan pada remaja dengan metode *psychoeducation* dan *mind mapping* dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan perilaku seksual. Melalui pendampingan relawan/kader konseling remaja serta pengenalan pusat konseling seksualitas bersama lima orang organisasi konseling yang telah terbentuk dan pembuatan rancangan kegiatan tahunan pusat konseling remaja berupa jenis kegiatan dan waktu pelaksanaan yang akan didampingi oleh Puskesmas Padang Pasir sehingga dapat mengoptimalkan kegiatan pusat konseling seksualitas remaja dan manajemen waktu serta jadwal kegiatan di rumah baca Tanah Ombak. Disarankan teknik *psychoeducation* dan *mind mapping* dapat digunakan sebagai salah satu teknik untuk pendampingan remaja dan diharapkan kegiatan PKM dapat dilanjutkan oleh pihak taman baca dan puskesmas.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Acesta, A. (2020). Pengaruh penerapan metode mind mapping terhadap kemampuan berpikir kreatif siswa. *Naturalistic: Jurnal Kajian dan Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 4(2b), 581-586.
- Anggarawati S. (2018). Metode Psikoedukasi Dan Mind Mapping Untuk Meningkatkan Control Sosial Orang Tua Pada Penggunaan Gadget Anak (Skripsi). Malang; Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Anwar, Z., & Rahmah, M. (2017). Psikoedukasi tentang risiko perkawinan usia muda untuk menurunkan intensi pernikahan dini pada remaja. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 1(1), 1-14.
- Badan Pusat Statistik. (2017). Profil Kota Padang. *Profil Kota Padang*, 144.
- Bhakti, C. P., & Kurniawan, S. J. (2020, September). Konsep Psikoedukasi Berbasis Blended Learning bagi Remaja di Masa Pandemi Covid-19. In *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling* (pp. 52-60).
- Dewi, N., & Riandi, R. (2016). Analisis kemampuan berpikir kompleks siswa melalui pembelajaran berbasis masalah berbantuan mind mapping. *Edusains UIN Syarif Hidayatullah*, 8(1), 98-107.
- Hidayah N, Ramli M, Fauzan L. (2019). Kemanjuran straktegi mind mapping untuk meningkatkan keterampilan berpikir kreatif dalam pengambilan keputusan karier siswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling*. 3(3): 273-282
- Imanda A. (2018). Pengaruh Intervensi Psikoedukasi dan Mind Mapping Terhadap Kontrol Sosial Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Anak (Skripsi). Malang; Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Mahmudah, Yaunin Y, Lestari Y. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual remaja di kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 5(2): 448-488.
- Imaduddin, M. C., & Utomo, U. H. N. (2012). Efektifitas metode mind mapping untuk meningkatkan prestasi belajar fisika pada siswa kelas VIII. *Humanitas*, 9(1), 62.
- Karim, A. (2018). Efektivitas penggunaan metode mind map pada pelatihan pengembangan penguasaan materi pembelajaran. *IJTIMAIYA: Journal of Social Science Teaching*, 1(1).
- Kusumastuti, W. (2017). Pengaruh metode psikoedukasi terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja putri. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2).
- Lestari, S., Mustikarani, I. K., & Mardiyah, S. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Mind Mapping Terhadap Pengetahuan Mengenai Bahaya Merokok Pada Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta 2020 (Profesi Ners XXII)*.
- Masnuna, M., Kusuma Wardani, N. I., & Kadiasti, R. (2020). Desain Aplikasi SALIM sebagai Media Pembelajaran untuk Menanggulangi Tindakan Kenakalan Remaja. *ANDHARUPA: Jurnal Desain Komunikasi Visual & Multimedia*, 6(1), 100-114. <https://doi.org/10.33633/andharupa.v6i1.3327>
- Muriana EA, Mardiyono, Sunarjo L. (2020). Psychoeducation dan mind mapping sebagai upaya prevenfit pernikahan dini. Magelang: Pustaka Rumah Cinta.

- Muriana EA, Mardiyono, Sunarjo L. (2022) Efektifitas psychoeducation dan mind mapping sebagai upaya preventif pernikahan dini di Semarang (Tesis). Semarang. Kebidanan Magister Terapan Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang.
- Sari, R., Saleh, M. N. I., Rahman, D. N., & Aisah, A. (2020). Pemberdayaan Remaja Masjid di masa pandemi Covid-19 melalui workshop dan simulasi Konseling Sebaya. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 190. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i2.7789>
- Puspasari D, Rahayuningsih, T, Afriyeni A., Hidayat T, Susanti R., Anggreiny N. (2022). Psikoedukasi pencegahan kekerasan seksual dan bullying di sekolah. In *SNPKM*. 4 (1): 12-17.
- Xiang, Y. T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 7(3), 228-229. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)
- Syafriwalid S. (2019). Kerjasama penyuluh agama islam fungsional dengan aparat kelurahan dalam mengatasi penyakit masyarakat di kelurahan Purus kecamatan Padang Barat kota Padang. *Jurnal Sosial Keagamaan*. 2(2):59-71.
- Yuliani, M., Sutriyawan, A., Valiani, C., & Kurniawati, R. D. (2020). *Pemberdayaan Remaja Dalam Optimalisasi Peningkatan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Program Pojok Remaja Dan Peer Group Di Sman I Cileunyi Kabupaten Bandung*. 2(2), 30-43.