

## PERAN REMAJA DALAM SITUASI NEW NORMAL

### THE ROLE OF YOUTH IN NEW NORMAL SITUATIONS

Yasmin Nizmadilla\*, Amanda Rischa Ramadhina, Wulandari Rettob, Savira Magituf

STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jl.Pajajaran No.1, Tangerang Selatan dan 15417, Indonesia

#### ABSTRACT

*The COVID-19 virus entered Indonesia in early March 2020 and remained for approximately 5 months. This certainly affects aspects of life in every circle, one of which is teenagers who are forced to do all activities in the house. New Normal was created to support economic conditions in the pandemic era so that it remains conducive so that activities are allowed outside the home for those who cannot work at home. According to WHO, adolescents are residents in the age range of 10-19 years, according to the Regulation of the Minister of Health of the Republic of Indonesia number 5 of 2014. The era of the pandemic forces teenagers to stay at home to prevent transmission of the COVID-19 virus, so that sometimes it has a positive to negative impact on adolescents for example many cases of early marriage occur during a pandemic. The purpose of this community service is to share some information about the role of teenagers in the pandemic era, one of which is to assess physical health, including BSE and mental health. This method of community service is done online using zoom with a link via zoom with the link*

*"<https://us02web.zoom.us/j/82489212948?pwd=ZHJPNnp6REdkZGVBNERpM0tMcEl0Zz09> or meeting ID: 824 8921 2948 and password: bidanwdh ". The implementation consists of lectures, discussions and questions and answers. After the resource person has finished delivering the material, the question and answer session and group photo are continued. One hour before the event starts, the moderator asks the participants to decorate attendance with a link: <https://bit.ly/daftarhadirremaja> and one hour before the event ends, participants can fill out the webinar evaluation form with the link: <https://bit.ly/daftarhadirdanevaluasiremaja>. The moderator also said that the e-certificates will be sent via email each 1-2 weeks after the webinar. When finished, the moderator closes the webinar event.*

**Keywords :** *The Role of Youth, New Normal, SADARI, COVID-19, Early-age Marriage*

#### ABSTRAK

Virus COVID-19 memasuki Indonesia pada awal Maret tahun 2020 dan menetap hingga kurang lebih 5 bulan. Hal ini tentu mempengaruhi aspek kehidupan di setiap kalangan salah satunya ialah remaja yang terpaksa melakukan segala aktivitas didalam rumah. New Normal diciptakan untuk menunjang kondisi ekonomi di era pandemic agar tetap kondusif maka diperbolehkan beraktivitas diluar rumah bagi yang memang tidak bisa bekerja dirumah. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 5 tahun 2014. Era pandemic memaksa remaja untuk tetap dirumah demi mencegah penularan virus COVID-19, sehingga terkadang memberikan dampak positif hingga negative pada remaja contohnya banyak kasus pernikahan dini terjadi selama pandemic. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk membagikan beberapa informasi tentang peran remaja di era pandemi salah satunya menilai kesehatan fisik termasuk SADARI maupun mental. Metode pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan online menggunakan zoom dengan link via zoom dengan link "<https://us02web.zoom.us/j/82489212948?pwd=ZHJPNnp6REdkZGVBNERpM0tMcEl0Zz09> atau atau meeting ID: 824 8921 2948 dan password: bidanwdh". Pelaksanaan terdiri dari ceramah, diskusi dan tanya jawab. Setelah narasumber selesai menyampaikan materi

Yasmin Nizmadilla, *et al*

JAM: Jurnal Abdi Masyarakat Vol. 1, No.1, November 2020, Hal. 119-126

dilanjutkan sesi tanya jawab dan foto Bersama. Satu jam sebelum acara dimulai moderator meminta para peserta mengisi absensi dengan link : <https://bit.ly/daftarhadirremaja> dan satu jam sebelum acara berakhir peserta dapat mengisi form evaluasi webinar dengan link : <https://bit.ly/daftarhadirdanevaluasiremaja>. Moderator juga mengatakan e-sertifikat akan dikirimkan via email masing-masing paling lama 1-2 minggu setelah pelaksanaan webinar. Setelah selesai, moderator menutup acara webinar.

**Kata Kunci : Peran Remaja, New Normal, SADARI, COVID-19 , Pernikahan Dini**

## PENDAHULUAN

*Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) pertama kali dilaporkan pada 31 Desember 2019 yaitu penyakit yang sedang mewabah hamper di seluruh dunia. Virus ini dinamakan *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-COV2). Wabah ini dimulai di daerah Wuhan, Tiongkok provinsi Hubei dengan laporan kasus Pneumonia yang tidak diketahui penyebabnya.

Di Indonesia sendiri per tanggal 7 Juli 2020 terdapat 66.226 kasus positif COVID-19 dengan kematian 3.309 orang. Tingkat mortalitas dari COVID-19 ini masih lebih kecil dibandingkan dengan kejadian SARS-Cov dan MERS-Cov.

Gejala dari infeksi virus COVID-19 ini bisa saja ringan, sedang atau berat. Gejala utama yang dapat muncul ialah demam (suhu > 38°C), kesulitan bernapas dan batuk kering. Pada kasus tertentu dapat disertai sesak, *fatigue*, *myalgia*, diare dan gangguan napas lainnya. Setengah pasien mengalami sesak dalam satu minggu. Pada gejala berat dapat timbul ARDS, syok septik, asidosis metabolik, perdarahan atau disfungsi sistem koagulasi dalam beberapa hari. Pada beberapa kasus pasien hanya mengalami gejala ringan bahkan tidak disertai demam. Kebanyakan pasien mendapatkan prognosis

baik dengan sebagian kecil dalam kondisi kritis bahkan meninggal.

Pada era pandemi ini, kehidupan remaja tentu perlu menjadi perhatian karena terpaksa melakukan semua aktivitas didalam rumah termasuk sekolah, proses perkuliahan, dan ujian. Tak jarang banyak remaja merasa Lelah bahkan frustrasi karena proses pembelajaran online yang begitu rumit. Beberapa kasus pernikahan dini dilaporkan terjadi selama pandemic akibat remaja yang stress dengan tekanan belajar online.

Meskipun tujuan dari diberlakukannya new normal ialah untuk memberi akses bagi para pekerja, namun hal ini menjadi kesalahpahaman seolah-olah new normal diberlakukan untuk semua kalangan masyarakat sehingga ada remaja yang melakukan aktivitas diluar rumah semata-mata menghilangkan rasa bosan dengan alasan sudah memasuki era *New Normal*. Pada dasarnya *New Normal* ini diberlakukan demi menjaga keseimbangan ekonomi negara ini, singkatnya *New Normal* ini diberlakukan untuk para pekerja yang memang mata pencahariannya terpaksa dilakukan diluar rumah. Namun tak dapat dipungkiri bahwa hal ini bisa dimanfaatkan remaja untuk keluar rumah.

## **TUJUAN**

Tujuan dari pelaksanaan webinar ini ialah memberikan informasi mengenai beberapa kegiatan yang dapat dilakukan remaja pada era new normal salah satunya menjaga kesehatan mental dan fisik serta informasi mengenai SADARI dan dampak pernikahan dini pada remaja.

## **RUMUSAN MASALAH**

Mengenai era pandemic dan ditetapkannya *New Normal* ini maka para remaja tetap perlu diberikan informasi mengenai pencegahan infeksi virus COVID-19 ini. Maka dari itu didapatkan rumusan masalah dari pelaksanaan webinar ini ialah “Apa Peran Remaja Dalam Situasi New Normal?”

## **METODE PELAKSANAAN**

### **Media Pelaksanaan Webinar**

Media yang digunakan dalam pelaksanaan webinar ini yaitu *via zoom* dengan link : “<https://us02web.zoom.us/j/82489212948?pwd=ZHJPNnp6REdkZGVBNERpM0tMcEl0Zz09> atau *meeting ID*: 824 8921 2948 dan *password*: bidanwdh”

### **Waktu Pelaksanaan**

Webinar ini dilaksanakan pada hari Rabu, 08 Juli 2020 jam 13.00 – 16.00 WIB.

## **Sasaran**

Sasaran dalam pelaksanaan Webinar ini ialah remaja, mahasiswa dan masyarakat umum dari berbagai daerah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan webinar ini diawali dengan adanya pembukaan oleh moderator. Kemudian, dilanjutkan oleh sambutan dari ibu ketua Pelaksana Junaida Rahmi, SST, M.Keb sekaligus membuka acara webinar ilmiah kebidanan ini, dilanjutkan dengan doa bersama yang dipimpin oleh Saudari Fadia Nur Zahrah.

Selanjutnya pemberian materi dipandu oleh moderator dengan 2 topik yaitu Peran Remaja dalam Situasi New Normal dan SADARI dan SADANIS pada Remaja. Setiap pembicara diberikan waktu penyajian materi 15-20 menit. Berikut adalah rincian materi dan narasumber :

1. Peran Remaja dalam Situasi New Normal oleh Yasmin Nizmadilla
2. SADARI dan SADANIS pada Remaja oleh Wulandari Rettob
3. Dampak Pernikahan Dini Bagi Remaja oleh Amanda Rishca Ramadhina.

Segala kegiatan dalam webinar ilmiah kebidana ini juga didokumentasikan dan kelancaran acara berada dalam arahan seksi acara dan dipantau oleh ketua pelaksana.

Yasmin Nizmadilla, *et al*

JAM: Jurnal Abdi Masyarakat Vol. 1, No.1, November 2020, Hal. 119-126

Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan webinar ini sebanyak 2545 peserta yang berasal dari Sabang sampai Merauke yang terdiri atas mahasiswa dan masyarakat umum.

Metode dalam pelaksanaan webinar ini ialah ceramah, diskusi dan tanya jawab. Setelah pembicara selesai memberikan materi, moderator memberikan kesempatan sekaligus membuka sesi diskusi atau tanya jawab berkaitan dengan materi yang telah disampaikan oleh para narasumber kepada para peserta webinar dan dilanjutkan dengan foto bersama. Satu jam sebelum acara dimulai, moderator juga meminta para peserta untuk mengisi absensi dengan link : <https://bit.ly/daftarhadirremaja> dan satu moderator juga menyampaikan bahwa e-sertifikat akan dikirimkan via email masing-masing peserta paling lambat 1-2 minggu setelah pelaksanaan jam sebelum acara berakhir para peserta diminta untuk mengisi form evaluasi oleh moderator dengan link : <https://bit.ly/daftarhadirremaja>. Setelah webinar selesai, maka acara diakhiri dengan penutupan oleh moderator.

## PEMBAHASAN

Dalam kegiatan webinar ini peserta sangat antusias untuk mengikuti webinar dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana peran remaja dalam situasi New Normal ini.

Masa remaja merupakan masa yang dianggap rawan dalam kehidupan karena merupakan masa peralihan dari kehidupan anak menjadi kehidupan dewasa yang penuh gejolak. Menurut



Gambar 1 Poster Webinar Ilmiah Kebidanan

WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 5 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Menjadi remaja berarti menjalani proses berat yang membutuhkan banyak penyesuaian, lonjakan pertumbuhan badan dan pematangan organ-organ reproduksi adalah salah satu masalah besar yang mereka hadapi, tidak terkecuali organ reproduksi yang rentan terhadap infeksi saluran reproduksi, kehamilan, penyakit menular seksual, dan penggunaan obat-obatan terlarang.

Peran remaja selama situasi new normal ini tentunya diperlukan dengan tujuan tetap mencegah infeksi virus COVID-19, maka dari itu pada webinar ini dibahas mengenai protocol kesehatan yang harus diterapkan sehari-hari ketika ingin beraktifitas diluar rumah seperti sering mencuci tangan 7 langkah atau menggunakan *handsanitizer* ketika tidak memungkinkan membasuh dengan air, kurangi menyentuh bagian wajah seperti mata, hidung dan mulut, mengenakan masker minimal non medis untuk mencegah penularan melalui *droplet* serta menjaga jarak minimal 2 meter dari lawan bicara. Pada webinar ini juga disampaikan salah satu peran remaja untuk melawan COVID-19 in ialah dengan menjaga kesehatan tubuh secara fisik maupun mental dengan makan makanan bergizi, menjaga pola tidur, hindari *junk food*, berolahraga dan menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Untuk kesehatan mental dapat dijaga dengan tetap berpikir positif, hindari membaca berita mengenai COVID-19 secara berlebihan, menyibukan diri dengan hobi dan mengelola stress dengan baik. Kegiatan yang dapat dilakukan oleh remaja selama pandemic ini disebutkan dalam webinar yaitu belajar memasak, mencoba membuka usaha kecil, *quality time* Bersama keluarga, membaca buku pengetahuan atau novel kesukaan masing-masing, dan lain-lain.

Memeriksa kesehatan pada era pandemic ini sangatlah penting, namun akses untuk kita memasuki fasilitas pelayanan kesehatan menjadi terbatas akibat rasa takut tertular virus COVID-19 ini. Pemerintah sudah menghimbau agar kita berusaha tetap dirumah bila tidak ada kepentingan diluar rumah maka dari itu kita dapat melakukan pemeriksaan dasar pada tubuh kita sendiri salah satunya ialah SADARI. Pada webinar ini diberikan penjelasan mengenai tata cara pelaksanaan SADARI atau pemeriksaan payudara sendiri dirumah setidaknya remaja pasti punya banyak waktu luang untuk memeriksakan kesehatan payudaranya. Tujuan dari pemeriksaan SADARI ini ialah mendeteksi dini apakah terdapat gejala kanker payudara atau kelainan lain. Tanda kanker payudara berupa teraba benjolan yang tidak dapat digerakan, rasa nyeri pada payudara, pembengkakan, kulit payudara berkerut, cairan keluar dari putting susu, dll. Langkah melakukan SADARI cukup mudah dilakukan, hanya memerlukan cermin, *Baby oil* atau *lotion* dan handuk yang dilipat sebagai sanggahan. Caranya cukup berdiri didepan cermin dengan posisi Pundak tegap dan posisikan tangan lurus disamping badan, perhatikan bentuk, ukuran dan perubahan warna kulit pada payudara. Kemudian angkat kedua tangan ke atas, cermati putting payudara, periksa apakah ada cairan yang

keluar dari puting dan perhatikan apakah terdapat luka. Letakan tangan dipinggang dan kencangkan otot payudara kemudian perhatikan perubahannya. Berikan sedikit *lotion* pada payudara kemudian angkat lengan kiri keatas, gunakan 3 jari (telunjuk, tengah, manis) raba payudara dari tepi luar (bawah ketiak) dengan Gerakan memutar sambal sedikit ditekan dan rasakan apakah ada nyeri, benjolan atau cairan yang keluar. Lakukan hal yang sama pada payudara setelahnya. Bila ditemukant tanda kelainan pada payudara disarankan untuk segera menemui petugas kesehatan untuk memastikan kondisi tubuh. Pemeriksaan payudara yang akan dilakukan oleh petugas medis dinamakan **SADANIS** atau Pemeriksaan Payudara oleh Tenaga Medis.

Pandemi Covid-19 membawa masalah baru dengan meningkatnya jumlah pernikahan dini di Indonesia. Pada Januari-Juni 2020, 34.000 permohonan dispensasi pernikahan dini (di bawah 19 tahun) diajukan, 97% di antaranya dikabulkan, seperti dikutip dari BBC Indonesia. Padahal sepanjang 2019, hanya terdapat 23.700 permohonan.

Seperti yang sudah kita ketahui tantangan yang mungkin harus dihadapi para remaja akibat pernikahan dini ialah kegagalan melanjutkan Pendidikan, peningkatan kekerasan dalam rumah tangga,

peningkatan perceraian, kematian bayi dan kerugian ekonomi. Berdasarkan kedua hal tersebut, pada webinar ini disampaikan materi mengenai dampak pernikahan dini pada remaja yaitu akan mempengaruhi Pendidikan dan kesehatan. Remaja usia dini memiliki hak penuh untuk menempuh Pendidikan hingga jenjang tinggi dan diharapkan menjadi generasi penerus bangsa yang berkualitas, namun hal tersebut akan terhambat dengan adanya pernikahan usia dini. Tidak hanya Pendidikan, aspek kesehatan juga akan dikorbankan dalam hal ini. Pada prinsipnya, puncak kesuburan reproduksi perempuan berada pada rentang usia 20 sampai 35 tahun, hal tersebut merupakan salah satu komponen penting dalam merencanakan kehamilan dan persalinan sehat juga menjamin kualitas generasi penerus. Remaja berusia dibawah 18 tahun secara fisik dan mental belum siap untuk menghadapi kehamilan dan mempunyai anak. Secara mental juga mereka belum siap untuk menghadapi konflik rumah tangga dan perceraian.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Peserta webinar sudah mengetahui mengenai kasus pandemic COVID-19 yang sedang terjadi saat ini. Peserta webinar juga sudah mengerti mengenai apa saja peran remaja

Yasmin Nizmadilla, *et al*

JAM: Jurnal Abdi Masyarakat Vol. 1, No.1, November 2020, Hal. 119-126

dalam situasi New Normal yaitu dengan tetap menjaga kesehatan dan mengikuti alur protocol kesehatan yang sudah diperintahkan. Penyampaian mengenai SADARI dapat dapat dimengerti dengan baik oleh peserta webinar begitupun materi tentang dampak pernikahan dini pada remaja.

### Saran

Diharapkan tenaga kesehatan mauapun masyarakat umum dapat Bersama-sama melawan virus COVID-19 ini dengan memutus rantai penularan sesuai dengan yang dianjurkan oleh pemerintah yaitu diam dirumah dan mengikuti protocol kesehatan ketika berada diluar rumah. Dari pelaksanaan webinar ini juga diharapkan para peserta lebih sadar akan kesehatan diri sendiri. Dalam situasi apapun diharapkan tetap mempertimbangkan segala dampak dari keputusan yang ditetapkan dengan contoh pernikahan dini.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Ketua Pelaksana ibu Junaida Rahmi, SST., M.Keb yang sudah memfasilitasi kegiatan webinar ilmiah kebidanan ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.

### DAFTAR PUSTAKA

Arni Anjuita Sinaga. "pengaruh pembelajaran sadari terhadap pelaksanaan SADARI pada remaja di

SMA N 1 parbuluan kabupaten dairi".Skripsi.prodi D-IV kebidanan,Politeknik kesehatan kemenkes RI medan.

Andi Devi Mulyasari, Hartati Bahar, Cece Suriani Ismail. *Analisis faktor resiko kanker payudara pada RSU.Bahteramas kota Kendari:jurnal ilmiah mahasiswa kesehatan masyarakat.* 2017.

BBC Indonesia, Covid-19: 'Ratusan kasus pernikahan anak terjadi selama pandemi', orang tua 'menyesal sekali' dan berharap 'anak kembali sekolah' <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-53719619>

Data Global Cancer Observatory 2018 dari World Health Organization (WHO)

Tia Arsittasari. " Faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian kanker payudara di RSUD kota Yogyakarta ".Skripsi.Prodi D-IV kebidanan,Politeknik kesehatan kementerian kesehatan yogyakarta.