

PENGARUH HEALTH EDUCATION MELALUI MODUL KOMPETENSI EGO TERHADAP SKALA KECEMASAN PADA REMAJA KELAS IX

Sri Anggriani^{1*}, Sri Ainul Qalbi², Chaeruddin³

^{1*} Politeknik Kesehatan Makassar, Jl. Bendungan Bili-bili No.1, Kota Makassar, Indonesia, 90221

² STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. P. Kemerdekaan VIII No.24 Kota Makassar, Indonesia, 90245

³ UTD Kota Makassar, Jl. Kanda No.8 Kec. Bontoala, Kota Makassar, Indonesia, 90211

*e-mail: penulis-korespondensi: srianulqalbi@gmail.com/0853242118741

(Received: 26-07-2021 ; Reviewed: 04-08-2021 ; Accepted: 06-08-2021)

Abstract

Health education is a dynamic process of behavior change, which includes the dimensions and intellectual, psychological, and social activities needed to improve the ability of individuals to make conscious decisions and affect the welfare of themselves, their families and society. The purpose of this study was to determine the effect of health education through the ego competency module on the anxiety scale in class IX adolescents at SMP Negeri 12 Makassar. The research design used the "cross sectional study" method. The sampling technique used is probability sampling by means of simple random sampling. The number of samples used as many as 68 respondents using a questionnaire. The results showed that from 68 respondents (100%) it was known that before health education was given, 20 respondents were not anxious (29.4%), while 48 respondents were anxious (70.6%). After conducting health education, 22 people (32.4%) were not anxious in the control group and 12 (17.6%) were anxious, while 27 people (39.7%) in the treatment group were not anxious and anxious as many as 7 people (10.3%). So from the results of the study there is the effect of health education through the ego competency module on the anxiety scale in adolescents.

Keywords: Health Education; Ego Competence; Adolescents; Anxiet

Abstrak

Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perubahan perilaku yang dinamis, didalamnya mencakup dimensi dan kegiatan-kegiatan intelektual, psikologi, dan sosial yang diperlukan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan secara sadar dan mempengaruhi kesejahteraan diri, keluarga, dan masyarakat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh health education melalui modul kompetensi ego terhadap skala kecemasan pada remaja kelas IX di SMP Negeri 12 Makassar. Desain penelitian menggunakan metode "cross sectional study". Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah probability sampling dengan cara simpel random sampling. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 68 responden dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan, dari 68 responden (100%) diketahui bahwa sebelum diberikan health education responden tidak cemas sebanyak 20 orang (29,4%), sedangkan responden yang cemas sebanyak 48 orang (70,6%). Setelah melakukan health education pada responden kelompok kontrol yang tidak cemas sebanyak 22 orang (32,4%) dan cemas sebanyak 12 orang (17,6%), sedangkan pada responden kelompok perlakuan yang tidak cemas sebanyak 27 orang (39,7%) dan cemas sebanyak 7 orang (10,3%). Maka dari hasil penelitian terdapat pengaruh health education melalui modul kompetensi ego terhadap skala kecemasan pada remaja.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan; Kompetensi Ego; Remaja, Kecemasan

Pendahuluan

Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perubahan perilaku yang dinamis, didalamnya mencakup dimensi dan kegiatan-kegiatan intelektual, psikologi, dan sosial yang diperlukan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan secara sadar dan mempengaruhi kesejahteraan diri, keluarga, dan masyarakat. Proses ini didasarkan pada prinsip-prinsip ilmu pengetahuan yang memberi kemudahan untuk belajar dan perubahan perilaku, baik bagi tenaga kesehatan maupun bagi pemakai jasa pelayanan, termasuk anan-anak dan remaja (Murwani, A. 2014).

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10 -24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10- 19 tahun di Indonesia menurut sensus Penduduk 2010 Sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk. Di dunia di perkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO,2014).

Menurut data *World Health Organisasi* (WHO), masalah gangguan kesehatan jiwa diseluruh dunia memang sudah menjadi masalah yang sangat serius, didapatkan bahwa 1 dari 5 anak yang berusia kurang dari 16 tahun mengalami masalah mental emosional. Anak yang berusia 4- 15 tahun yang mengalami mental emosional sebanyak 104 dari 1000 anak. Angka kejadian tersebut semakin tinggi pada kelompok usia di atas 15 tahun, yaitu 140 dari 1000 anak.

Hasil survey Kementerian Kesehatan RI menegaskan bahwa masalah kesehatan di Indonesia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang sangat penting dan harus mendapatkan perhatian sungguh-sungguh dari seluruh jajaran lintas sektor pemerintah baik di tingkat pusat maupun daerah serta seluruh perhatian masyarakat. Beban penyakit atau *Burden Of Disease* penyakit jiwa di tanah air masih cukup besar. Pravalensi gangguan mental dan emosional yang ditunjukkan dari depresi dan kecemasan adalah sebesar 6% untuk usia 15 tahun keatas atau sekitar 14 juta orang. Sedangkan, pravalensi gangguan jiwa berat, seperti *schizophrenia* adalah 1,7 per 1000 penduduk atau sekitar 400.000 orang. Berdasarkan jumlah tersebut, ternyata 14,3% diantaranya atau sekitar 57.000 orang pernah atau sedang di pasung. Angka pemasungan di perdesaan adalah sebesar 18,2%. Angka ini lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka di perkotaan, yaitu sebesar 10,7% (Kemenkes RI,2014).

Pravalensi gangguan jiwa berat pada penduduk Indonesia 1,7 per mil. Gangguan jiwa terbanyak di Daerah Istimewa Yogyakarta, Aceh, Sulawesi Selatan, Bali dan Jawa Tengah. Proporsi Rumah Tangga (RT) yang pernah memasung Anggota Rumah Tangga (ART) gangguan jiwa berat 14,3 persen dan terbanyak pada penduduk yang tinggal di perdesaan (18,2%), serta pada kelompok penduduk dengan kepemilikan terbawah (19,5%) kecenderungan gangguan mental dan emosional pada penduduk Indonesia 6,0%. Provinsi dengan kecenderungan gangguan emosional tertinggi, adalah Sulawesi Tengah, Sulawesi Selatan, Jawa Barat, Daerah Istimewa Yogyakarta, dan Nusa Tenggara Timur (Riskasdes,2013).

Berdasarkan data dari Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar tercatat ada 137 jumlah kunjungan pasien jiwa diantaranya jumlah laki-laki 72 dan perempuan berjumlah 65 pasien dengan gangguan jiwa dengan kasus yang berbeda. Maka, Penelitian dilakukan di wilayah kerja Tamalanrea yaitu SMP Negeri 12 Makassar.

Berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan pada tanggal 9 Oktober 2017, dengan melakukan wawancara pada 15 siswa/siswi kelas IX SMP Negeri 12 Makassar, didapatkan 8 siswa mengalami gejala kecemasan. Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui tentang "Pengaruh Health Education Melalui Modul Kompetensi Ego Terhadap Skala Kecemasan Pada Remaja Siswa kelas IX di SMP Negeri 12 Makassar".

Metode

Lokasi, Populasi dan Sampel

Penelitian ini menggunakan *analitik deskriptif* dengan desain atau rancangan *Cross sectional study*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 5desember sampai 9 Desember 2017 dilaksanakan di SMPN 12 Makassar.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX di SMPNegeri 12 Makassar dengan sampel 68 sampel. kemudian dipilihlah berdasarkan karakteristik dan kriteria sampel sebagai berikut :

1. *Kriteria inklusi*
 - a. Peserta yang bersedia diteliti/ menjadi responden
 - b. Peserta siswa kelas IX di SMPN 12 Makassar
 - c. Peserta yang berumur 14-19 tahun
2. *Kriteria ekslusi*
 - a. Peserta yang tidak hadir.
 - b. Peserta yang sudah pulang.

Cara Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh dari wawancara dan kuisioner yang terdiri dari beberapa pertanyaan tentang kecemasan pada anak remaja yang telah diberikan oleh peneliti kepada responden, dengan maksud untuk mengetahui bagaimana hubungan health education melalui modul kompetensi ego terhadap tingkat kecemasan pada anak remaja.

2. Data Sekunder

Dalam penelitian ini data sekunder diperoleh dan dikumpulkan peneliti baik data insiden tingkat kecemasan di SMP Negeri 12 Makassar.

Langkah Pengolahan Data

1. Editing

Editing dilakukan untuk meneliti setiap daftar pertanyaan yang sudah diisi, editing meliputi kelengkapan pengisian, kesalahan pengisian dan konsistensi dari setiap jawaban.

2. Coding

Koding merupakan tahap selanjutnya dengan memberi kode pada jawaban dari responden tersebut. Setelah semua koesioner diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan peng"kodean" atau "coding", yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan. Koding atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (*data entry*).

3. Tabulasi data

Setelah dilakukan kegiatan editing dan koding dilanjutkan dengan mengelompokkan data ke dalam suatu tabel menurut sifat-sifat yang dimiliki sesuai dengan tujuan penelitian.

AnalisisData

1. Analisis univariat

Analisis univariat dilakukan terhadap tiap variabel-variabel penelitian. Pada analisis ini akan menghasilkan distribusi frekuensi dari tiap variabel-variabel yang diteliti (suyanto 2011). Adapun variabel-variabel yang dianalisis yaitu :variabel independen yaitu kompetensi ego dan variabel dependen yaitu skala kecemasan.

2. Analisis bivariat

Analisa bivariate dilakukan untuk melihat pengaruh antara dua variabel yaitu variabel independen dan dependen. Sesuai dengan tujuan penelitian maka analisa bivariat ini meliputi pengaruh health education melalui modul kompetensi ego terhadap skala kecemasan pada remaja. Untukmelihatapakahterdapathubungan yang signifikan antar variabel, maka penelitian menggunakan analisis uji *wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$ atau interval kepercayaan $p<\alpha$ ($0,000<0,05$)

Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Umur Dan Jenis Kelamin Responden

Karakteristik	n	%
Umur		
14 tahun	37	54,4
15 tahun	31	45,6
Jenis kelamin		
Laki-laki	39	42,2
perempuan	29	57,4

Berdasarkan Tabel 1 dari 68 responden, menunjukkan bahwa karakteristik umur responden 14 tahun sebanyak 37 orang (54,4%) dan umur 15 tahun sebanyak 31 orang (45,6%) dan karakteristik jenis kelamin respondenlaki-laki sebanyak 39 orang (57,4%) dan responden jenis kelamin perempuan sebanyak 29 orang (42,6%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 2. Pengaruh Health Education Terhadap Status Kecemasan Pada Responden Kelompok Kontrol

Kecemasan	Pre test		Pos test		p
	n	%	n	%	
Tidak cemas	20	29,4	22	32,4	0,001
Cemas	48	70,6	12	17,6	
Total	68	100	68	100	

Berdasarkan tabel 2 diketahui sebelum melakukan health education responden yang tidak cemas sebanyak 20 orang (29,4%) dan cemas sebanyak 48 orang (70,6%), setelah melakukan health education pada responden kelompok kontrol yang tidak cemas sebanyak 22 orang (32,4%) dan cemas sebanyak 12 orang (17,6%).

Tabel 3. Pengaruh Health Education Terhadap Skala Kecemasan Pada Responden Kelompok Perlakuan

Kecemasan	Pre test		Pos test		p
	n	%	n	%	
Tidak cemas	20	29,4	27	39,7	0,02
Cemas	48	70,6	7	10,3	
Total	68	100	34	100	

Berdasarkan tabel 3. diketahui sebelum melakukan health education responden yang tidak cemas sebanyak 20 orang (29,4%) dan cemas sebanyak 48 orang (70,6%), setelah melakukan health education pada responden kelompok perlakuan yang tidak cemas sebanyak 27 orang (39,7%) dan cemas sebanyak 7 orang (10,3%).

Berdasarkan uji *wilcoxon* dengan menggunakan *2-related sampel rank test* didapatkan nilai *p Value* = 0,01 pada kelompok kontrol dan nilai *Value* = 0,02 pada kelompok perlakuan yang berarti nilai $p > \alpha = 0.05$ maka menunjukkan bahwa pengaruh health education melalui modul kompetensi ego terhadap skala kecemasan pada remaja kelas IX di SMPN 12 Makassar.

Pembahasan

Hasil uji *Wilcoxon test* dengan menggunakan nilai *Asymp* didapatkan nilai *p Value* = 0,000 yang berarti nilai $p > \alpha$ (0,000 < 0,05) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh health education melalui kompetensi ego terhadap skala kecemasan di SMP Negeri 12 Makassar.

Berdasarkan hasil penelitian, dimana dilakukan pembagian modul untuk peserta dan sekolah, serta di berikan penjelasan terkait isi modul tentang kompetensi ego yang perlu dimiliki untuk menjadi manusia sehat mental. Adapun hasil dari pelaksanaan kegiatan tersebut yaitu : terjadi peningkatan pengetahuan tentang kompetensi ego yang harus dimiliki untuk menjadi manusia dewasa yang sehat mental dengan kategori baik dari 25,0% menjadi 75,0%, terjadi penurunan skala kecemasan dengan kategori dari 70,6% menjadi 27,9%.

Hasil penelitian yang diperoleh sesuai dengan yang dilakukan oleh Ana kurniawati pada tahun 2012. Ana kurniawati (2012), yang mengatakan bahwa perkembangan pada remaja menuntut mereka untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya dan penyesuaian diri terhadap mental dalam diri mereka, sehingga apabila ia tidak mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri dapat menimbulkan kecemasan pada dirinya. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada sebanyak 96 siswa (60%) yang mengalami gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan ini biasanya karena perkembangan tidak tepat, serta kekhawatiran yang berlebihan. Jenis kecemasan pada remaja dan anak sekoah secara signifikan dapat mengganggu harian kegiatan dan tugas-tugas perkembangan.

Dinamika kepribadian yang dikaji dengan menggunakan teori psikoanalisis freud, memperlihatkan bahwa tokoh utama Viktor Larenz dipengaruhi energi yang ada dalam dirinya. Energi tersebut dinamakan energi psikis yang berasal dari energi fisik berupa *id*, beserta naluri atau insting dan juga kecemasan. Kecemasan yang muncul berupa kecemasan neurotik tersebut berupa perasaan takut yang berasal dari alam bawah sadar dan tidak disadari. Kecemasan realistik tersebut berupa perasaan takut terhadap objek atau sesuatu yang disadarinya.

Teori menurut Fuhman (1990) mengatakan seseorang telah dikatakan mempunyai identitas ego berarti ia mempunyai suatu konsep diri yang realistis yang meliputi baik penguasaan fisik maupun kognitif terhadap lingkungan serta mempunyai kesadaran sosial di dalam suatu masyarakat.

Berdasarkan hasil penelitian, teori pendukung dan hasil penelitian sebelumnya, maka peneliti berkesimpulan bahwa dengan hasil bahwa Health education melalui modul kompetensi ego remaja mampu

menjalin hubungan dekat yang penuh rasa percaya, mengatasi perpisahan dan membuat keputusan yang mandiri, membuat keputusan dan mengatasi konflik interpersonal secara bersama, mengatasi frustrasi dan kejadian yang tidak menyenangkan, menyatakan perasaan senang dan merasakan kesenangan, mengatasi penundaan kepuasan, bersantai dan bermain, Proses kognitif melalui kata-kata, simbol dan citra (image), dan membina perasaan adaptif tentang arah dan tujuan yang diinginkan.

Kesimpulan

Hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 12 Makassar pada tanggal 5 Desember sampai tanggal 25 Desember 2017 dengan total sampel sebanyak 68 orang menggunakan uji *wilcoxon test*, maka dapat disimpulkan bahwa, ada pengaruh health education melalui modul kompetensi ego terhadap skala kecemasan pada remaja kelas IX di SMP Negeri 12 Makassar.

Saran

1. Diharapkan bagi Siswa dapat dijadikan informasi yang berguna untuk masyarakat dalam mengetahui informasi tentang pengaruh health education melalui modul kompetensi ego terhadap skala kecemasan pada remaja.
2. Diharapkan bagi institusi pendidikan dapat menambah dan memperkaya kualitas ilmu pengetahuan serta dapat di jadikan referensi bagi peneliti selanjutnya.
3. Diharapkan bagi peneliti dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama menempuh pendidikan serta dapat membandingkan teori yang didapatkan dari perkuliahan dan kenyataan yang ada di lapangan terkait hubungan health education melalui modul kompetensi ego terhadap skala kecemasan pada anak remaja

Ucapan Terima Kasih

Mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah mendukung : sekolah tinggi ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin Makassar, dan SMP Negeri 12 Makassar yang secara berkesinambungan memberikan dukungan untuk melakukan Tridarma perguruan tinggi dan semua Responden yang bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi.

Referensi

- Ali, M & Asrori, M. 2016. *Psikologi Remaja*. PT. Bumi Aksara : Jakarta
- Anggriani, S. 2017. *Modul Kompetensi Ego menjadi Manusia Dewasa Yang Sehat Mental*. Makassar
- Aziz, A. A. H, 2014. *Metode Penelitian Keperawatan dan Tehnik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Kementrian Kesehatan RI, 2016. *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. (<http://www.depkes.go.id/article/view/15082800006/situasi-kesehatan-11-reproduksi-remaja.html>, diakses pada tanggal 2 Desember 2017)
- Lestari, T. 2015. *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika : Yogyakarta
- Kurniawati, A. 2012. *Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Remaja dengan Ciri Introvert dan Ekstrovert*. (www.eprints.ums.ac.id , diakses pada tanggal 24 Januari 2018)
- Nuraeni, Baharudin, & Anggriani, S. 2016. *Penyuluhan Mengenal Gangguan Jiwa Secara Dini*. Makassar
- Nursalam, 2013. *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika : Jakarta
- Muhith, A. 2015. *Pendidikan Perawat Jiwa (Teori dan Aplikasinya)*. CV. Andi Offset : Yogyakarta
- Murwani, A. 2014. *Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan*. Fitramaya : Yogyakarta
- Riskesdas, 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. (www.depkes.go.id, diakses pada tanggal 28 november 2017)
- Tribowo, C & Mitha, E.P. 2015. *Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Nuha Medika : Yogyakarta