



Panduan Penggunaan
Aplikasi **Kepo Remaja**

Sinopsis

Erlin Kiriwenno, S.ST., M.Kes
Prof. Dr. Sri Sulistyowati, dr., Sp.OG(K)
Haryani Saptaningtyas, S.P., M.Sc., Ph.D
Dr. Ir. Sapja Anantanyu, S.P., M.Si

Panduan Penggunaan Aplikasi **Kepo Remaja**



PANDUAN PENGGUNAAN APLIKASI KEPO REMAJA

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-undang Nomor 28 Tahun 2014

Perubahan atas Undang-undang Nomor 7 Tahun 1987

Perubahan atas Undang-undang Nomor 6 Tahun 1982

Perubahan atas Undang-undang Nomor 19 Tahun 2002

Tentang Hak Cipta

- (1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Erlin Kiriwenno, S.ST., M.Kes
Prof. Dr. Sri Sulistyowati, dr., Sp.OG(K)
Haryani Saptaningtyas, S.P., M.Sc., Ph.D
Dr. Ir. Sapja Anantanyu, S.P., M.Si

PANDUAN PENGGUNAAN APLIKASI KEPO REMAJA

**Penerbitan dan Pencetakan UNS
(UNS PRESS)**

PANDUAN PENGGUNAAN APLIKASI KEPO REMAJA.

Hak Cipta @ Erlin Kiriweno, Sri Sulistyowati, Haryani
Saptaningtyas, & Sapja Anantanyu. 2025

Penulis Erlin Kiriweno, S.ST., M.Kes
Prof. Dr. Sri Sulistyowati, dr., Sp. OG(K)
Haryani Saptaningtyas, S.P., M.Sc., Ph.D
Dr. Ir. Sapja Anantanyu, S.P., M.Si

Ilustrasi Sampul

UNS PRESS

Penerbit dan Percetakan

Penerbitan dan Percetakan UNS (UNS Press)
Jl. Ir. Sutami 36 A Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia 57126
Kontak Person : +62 858-7007-6088
Website : uns-press.online; ebookstore.uns.ac.id
Email : unspress341@gmail.com; uns.press@unit.uns.ac.id

Cetakan 1, Edisi I, Oktober 2025
Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
All Right Reserved

PRAKATA

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkah dan karunianya, panduan Aplikasi Kepo Remaja dapat diselesaikan dengan baik. Panduan ini dibuat untuk membantu remaja dalam memahami dan menggunakan Aplikasi Kepo Remaja secara efektif.

Sebagaimana yang kita ketahui kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam upaya pencegahan terjadinya kehamilan di usia remaja. Masa remaja adalah masa transisi yang rentan terhadap berbagai pengaruh, baik dari lingkungan maupun perkembangan diri, sehingga diperlukan pemahaman yang benar mengenai kesehatan reproduksi. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dapat menimbulkan berbagai masalah, salah satunya adalah meningkatnya angka kehamilan di usia remaja. Oleh karena itu, pemanfaatan teknologi melalui Aplikasi Kepo Remaja diharapkan dapat menjadi solusi dalam memberikan edukasi, informasi, dan layanan yang mudah diakses oleh remaja.

Panduan ini berisi penjelasan mengenai fitur-fitur utama aplikasi, cara penggunaan, serta manfaat yang dapat diperoleh oleh pengguna. Harapannya, buku panduan ini dapat menjadi pegangan yang memudahkan pengguna dalam mengakses informasi dan layanan yang tersedia di Aplikasi Kepo Remaja.

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses pengembangan aplikasi ini, baik berupa dukungan, bimbingan, maupun saran yang sangat berharga. Tanpa bantuan dan kerja sama berbagai pihak, penyelesaian aplikasi ini tidak akan berjalan dengan baik.

Akhir kata, semoga Aplikasi Kepo Remaja dapat memberikan manfaat bagi remaja dan menjadi langkah nyata dalam upaya pencegahan kehamilan diusia remaja.

Surakarta, Oktober 2025

Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA	v
DAFTAR ISI	vi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	4
BAB II. APLIKASI KEPO REMAJA	5
A. Penggunaan Aplikasi Kepo Remaja	5
1. Instal Aplikasi	1
2. Daftar Akun (Register)	6
B. Pengenalan Beranda Aplikasi	7
1. Tampilan Awal Aplikasi	7
2. Tampilan Halaman <i>Login</i>	8
3. Tampilan <i>Survey Pretest</i>	10
4. Tampilan Utama Aplikasi	11
5. Tampilan Layanan Tanya Jawab Kesehatan	12
6. Tampilan Cek Kesehatan	13
7. Tampilan Info Kesehatan	16
8. Tampilan <i>Self Diagnosis</i>	18
BAB III. PENUTUP	29
DAFTAR PUSTAKA	30

Bab

1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah tahap peralihan dari kanak-kanak menuju kedewasaan yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Salah satu perubahan utama yang terjadi pada fase ini adalah pematangan organ reproduksi serta mulai timbulnya ketertarikan terhadap lawan jenis (Rochmania, 2017). Namun minimnya pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi dapat mempengaruhi hubungan pacaran yang dapat memicu terjadinya perilaku seksual sebelum menikah yang berisiko menimbulkan berbagai dampak kesehatan. Di antaranya adalah kehamilan pada usia remaja. Kehamilan diusia remaja dapat menyebabkan putus sekolah, stigma sosial, serta meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan hingga masa nifas (BKKBN, 2018).

Kehamilan remaja tergolong berisiko tinggi dari segi medis, karena sistem reproduksi belum sepenuhnya matang untuk menjalankan fungsi kehamilan secara optimal. Kondisi ini dapat memberikan dampak negatif terhadap kesehatan remaja maupun bayinya. Kehamilan pada remaja umumnya disertai sejumlah risiko, seperti persalinan prematur, kelahiran bayi dengan berat badan di bawah normal, serta terjadinya perdarahan saat proses melahirkan, yang semuanya dapat meningkatkan kemungkinan kematian baik pada ibu maupun bayi (Kemenkes, 2017). Risiko kematian ibu hamil yang berusia di bawah 20 tahun tercatat lima kali lebih besar tinggi dibandingkan dengan ibu hamil pada usia 21 sampai 29 tahun (Meriyani *et al.*, 2016).

Kondisi geografis Kabupaten Maluku Tengah yang sulit dijangkau menjadi tantangan serius dalam pelaksanaan program pencegahan kehamilan pada remaja. Salah satu faktor yang mempengaruhi promosi kesehatan reproduksi bagi remaja diantaranya adalah keterbatasan akses terhadap informasi dan layanan kesehatan reproduksi. Berdasarkan permasalahan kesehatan reproduksi remaja, terhadap rendahnya akses fasilitas pelayanan kesehatan yang berkualitas berdampak pada minimnya kesadaran akan pentingnya pencegahan kehamilan di usia remaja. Peran tenaga kesehatan dalam upaya pencegahan kehamilan remaja masih dirasa belum maksimal. Pendekatan melalui kerja sama lintas sektor menjadi salah satu strategi yang efektif dalam menanggulangi kehamilan remaja. Kolaborasi antara berbagai instansi seperti pemerintah daerah, instansi kesehatan, institusi pendidikan, tokoh agama, tokoh adat, dan organisasi masyarakat, dapat membentuk pola penanganan yang

menyeluruh dan berkesinambungan. Oleh karena itu, pencegahan kehamilan remaja perlu diintegrasikan dalam penguatan promosi kesehatan serta kerjasama lintas sektoral.

Dukungan dari berbagai sektor sangat bereperan penting dalam upaya pencegahan kehamilan remaja. Keterlibatan lintas sektoral dinilai mampu memperkuat efektifitas pencegahan kehamilan remaja. Salah satu bentuk kearifan lokal masyarakat Kabupaten Maluku Tengah, yakni *Tiga Batu Tungku* (pemerintah desa, agama, dan pendidikan), dapat dijadikan dasar untuk membangun kolaborasi atau kerjasama yang efektif antara pemerintah dan pihak non-pemerintah dalam mengatasi masalah ini. Partisipasi aktif masyarakat termasuk tokoh adat, tokoh agama, dan pendidikan perlu dioptimalkan agar nilai-nilai kearifan lokal dapat menjadi bagian penting dari strategi pencegahan. Dengan melibatkan nilai-nilai kearifan lokal *Tiga Batu Tungku*, proses edukasi mengenai pencegahan kehamilan remaja dapat dilakukan dengan lebih mudah dan relevan, sehingga diharapkan mampu mendorong terjadinya perubahan perilaku remaja.

Akses layanan kesehatan sering kali terkendala oleh jarak yang jauh antar pulau, terbatasnya sarana transportasi, serta kurangnya fasilitas kesehatan. Akibatnya, informasi mengenai kesehatan reproduksi, khususnya bagi remaja, belum tersebar secara merata. Kurangnya ketersediaan media atau alat bantu peraga menjadi salah satu kendala dalam promosi kesehatan reproduksi. Tidak semua fasilitas pelayanan kesehatan dilengkapi dengan alat peraga yang memadai, baik karena keterbatasan dana maupun karena belum dianggap sebagai prioritas dalam program edukasi kesehatan reproduksi. Oleh karena itu

dibutuhkan media promosi kesehatan yang dapat menjangkau daerah kepulauan serta menarik perhatian remaja.

Melalui Aplikasi Kepo Remaja (kesehatan reproduksi remaja) yang berbasis kearifan lokal, aplikasi ini dirancang tidak hanya sebagai media edukatif digital tetapi juga sebagai platform yang dapat meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, memotivasi, serta memperkuat efikasi diri remaja dalam mengambil tindakan yang diperlukan untuk mencegah kehamilan.

Selain memberikan edukasi, Aplikasi Kepo Remaja juga mendukung kegiatan pemeriksaan kesehatan. Pemeriksaan ini meliputi pemeriksaan fisik, layanan tanya jawab, dan pemantauan siklus menstruasi. Hal ini sangat penting dalam pemeriksaan kesehatan yang dapat membantu mendeteksi dan mencegah risiko kehamilan diusia remaja. Dengan menggunakan aplikasi kepro remaja yang berbasis kearifan lokal sebagai upaya pencegahan kehamilan remaja dapat dilakukan secara menyeluruh dan berkelanjutan, menciptakan generasi muda yang sehat, berpengetahuan, dan berperilaku bertanggung jawab sesuai nilai budaya dan agama.

B. Tujuan

1. Memberikan edukasi tentang pencegahan kehamilan diusia remaja
2. Mengakses layanan pemeriksaan kesehatan
3. Meningkatkan kesadaran remaja tentang risiko kehamilan diusia remaja

Bab

2

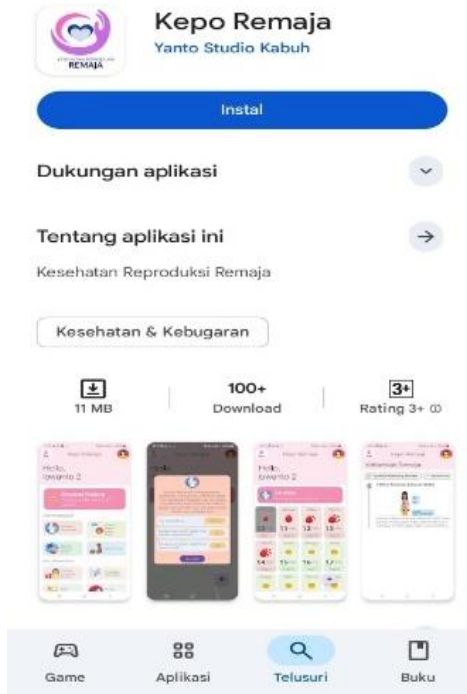
APLIKASI KEPO REMAJA

A. Penggunaan Aplikasi Kepo Remaja

1. Instal Aplikasi

Untuk melakukan instalasi aplikasi, buka aplikasi Google Play Store, kemudian ketikkan pada pencarian aplikasi dengan kata kunci kepo remaja, akan terlihat tampilan berikut, lalu tap install atau pasang untuk memulai instalasi aplikasi di perangkat anda.

Panduan Penggunaan Aplikasi Kepo Remaja

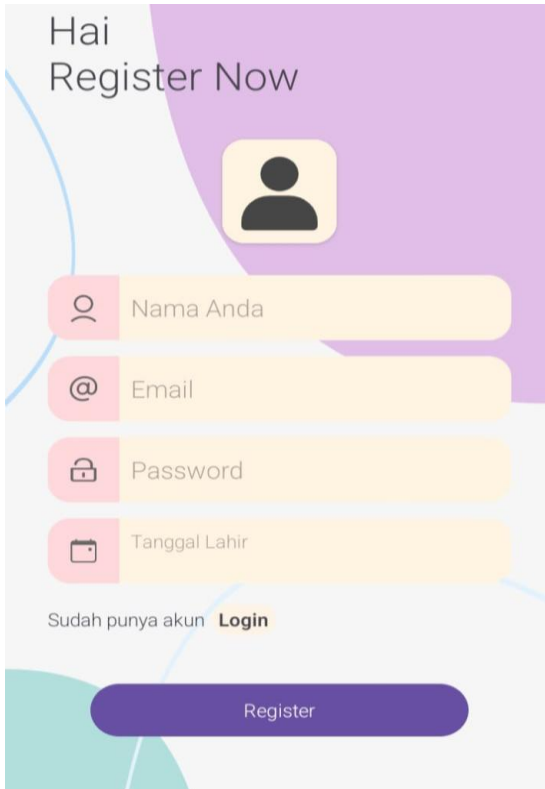


Gambar 1. Tampilan Aplikasi Kepo Remaja di Playstore

2. Daftar Akun (Registrasi)

Setelah aplikasi terinstal pada perangkat handphone, berikut ini langkah-langkah untuk registrasi:

- Pengisian foto anda
- Pengisian nama anda
- Pengisian email
- Pengisian kata sandi (password) yang mudah untuk digunakan
- Pengisian tanggal lahir



Gambar 2. Tampilan Proses Registrasi

B. Pengenalan Beranda Aplikasi

1. Tampilan awal aplikasi

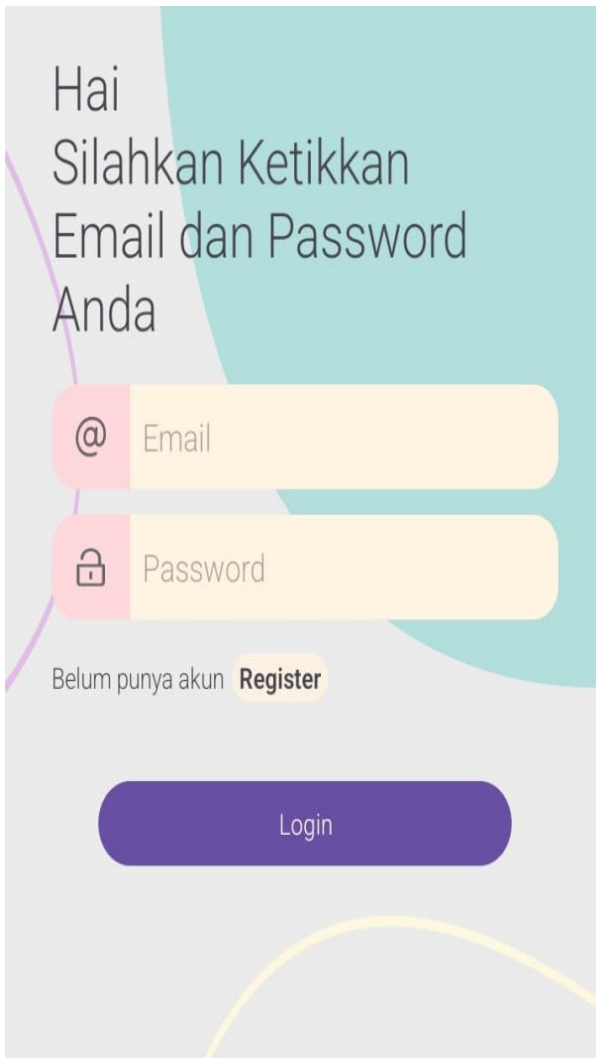
Berikut gambar design tampilan awal aplikasi kepo remaja. Tampilan Awal merupakan tampilan saat pertama aplikasi dijalankan. Disini menampilkan logo aplikasi kemudian klik tombol aplikasi agar dapat melanjutkan ke menu selanjutnya. Tampilannya terdapat pada gambar dibawah ini.



Gambar 3. Tampilan Awal Aplikasi

2. Tampilan Halaman *Login*

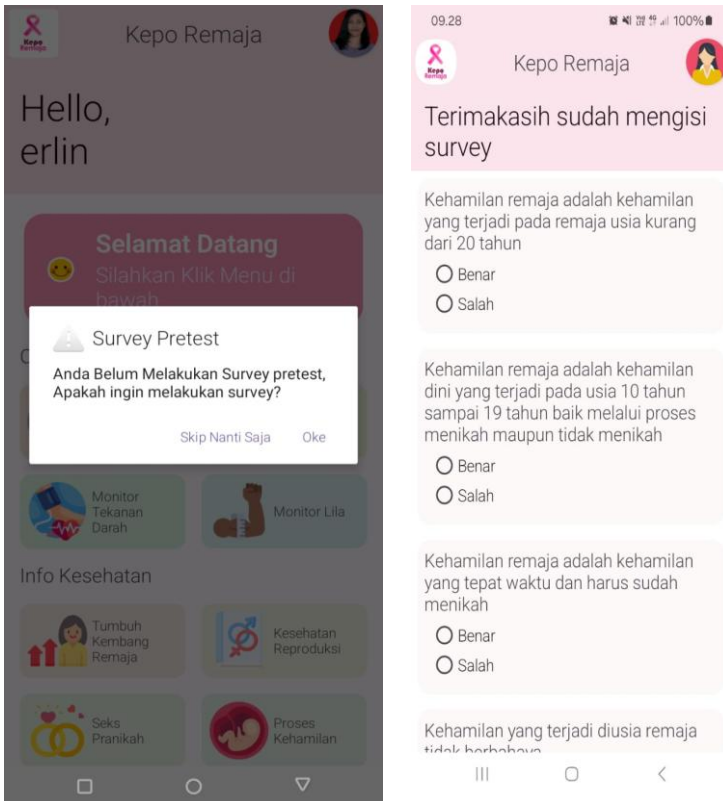
Pada gambar dibawah ini menampilkan halaman *Login* yang bisa diakses dan dipergunakan oleh pengguna yang telah memiliki hak akses masuk ke dalam aplikasi



Gambar 4. Tampilan Halaman *Login*

3. Tampilan *Survey Pretest*

Menu ini menampilkan pertanyaan tentang kehamilan remaja, faktor kehamilan remaja dan dampak kehamilan remaja untuk mengukur pengetahuan dan sikap. *User* di minta untuk mengisi *pretest* dan diakhir pertanyaan akan tampil *submit survey* yang menandakan pertanyaan telah selesai.



Gambar 5. Tampilan *Survey Pretest*

4. Tampilan Utama Aplikasi

Menu utama aplikasi menampilkan 5 menu utama yang dapat dipilih diantaranya *self diagnosis*, cek kesehatan, isi *survey*, layanan tanya jawab kesehatan dan info kesehatan dengan tampilan sebagai berikut:



Gambar 6. Tampilan Utama Aplikasi

5. Tampilan Layanan Tanya Jawab Kesehatan

User dapat memilih layanan dan bertanya tentang kesehatan reproduksi berbasis kearifan lokal *Tiga Batu Tungku* dengan melakukan pilihan kepada layanan kesehatan, keagamaan, pendidikan dan umum



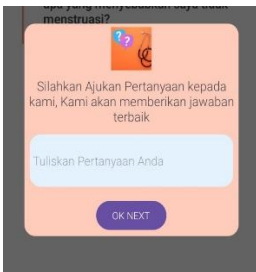
Isi Panduan

Layanan Tanya Jawab Kesehatan

User dapat memilih layanan dan bertanya tentang kesehatan reproduksi berbasis kearifan lokal dengan melakukan pilihan kepada:

1. Topik Kesehatan
2. Topik Agama
3. Topik Pendidikan
4. Topik Umum

User/pengguna dapat memberikan pertanyaan yang berkaitan dengan masalah Kesehatan reproduksi seperti kehamilan remaja pada pilihan layanan Kesehatan, Agama dan Pendidikan

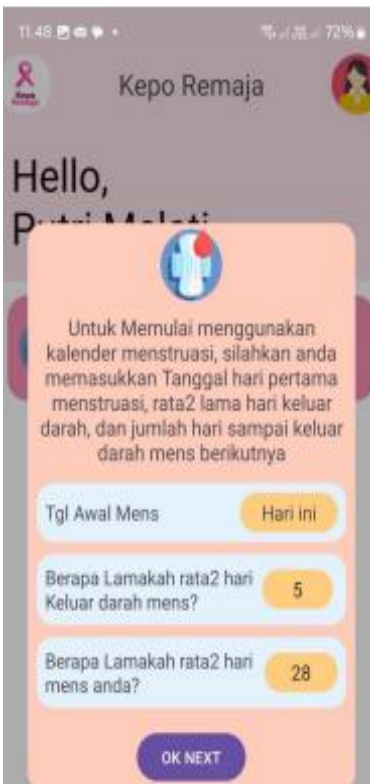


Gambar 7. Tampilan Layanan Tanya Jawab Kesehatan

6. Tampilan Cek Kesehatan

Pada menu tampilan “cek kesehatan” akan tampak tampilan Kalender Menstruasi, Monitor Indeks Masa Tubuh, Monitor Tekanan Darah, dan Monitor Lila. *User* diminta untuk klik cek kesehatan dan mengisi data yang diminta dengan cara mengetik isian atau menekan pilihan yang tersedia. Berikut ini gambaran isi dari setiap menu tampilan cek kesehatan:

a. Kalender Menstruasi



Isi Panduan

Kalender Menstruasi

1. *User* diminta untuk mengisi kalender menstruasi dengan memasukkan tanggal pertama menstruasi. Contoh: 01-03-2025
2. Rata-rata lama hari keluar darah di isi hari pertama menstruasi sampai hari terakhir menstruasi. Contoh: jika darah menstruasi keluar 5 hari maka diisi dengan angka 5
3. Jumlah hari menstruasi sampai keluar darah menstruasi berikutnya. Contoh: rentang siklus menstruasi dihitung dari menstruasi pertama haid hingga hari pertama haid selanjutnya. Jika siklus menstruasi 28 hari maka diisi dengan angka 28

Gambar 8. Tampilan Cek Kesehatan Kalender Menstruasi

b. Monitor Indeks Masa Tubuh (IMT)



Isi Panduan

Monitor Indeks Masa Tubuh (IMT)

1. *User* diminta untuk mengisi tinggi badan diisi dalam satuan centimeter. Contoh: jika tinggi anda 170 cm. Maka diisi dengan angka 170
2. Berat badan diisi dalam satuan kilogram dengan berat badan terakhir pengukuran maksimal 1 minggu yang lalu contoh: jika berat badan anda 60 kg maka diisi dengan angka 60

Gambar 9. Tampilan Cek Kesehatan Indeks Masa Tubuh (IMT)

c. Monitor Tekanan Darah



Isi Panduan

Tekanan Darah:

Tekanan darah adalah hasil pengukuran maksimal 1 minggu yang lalu. Contoh: Hasil pengukuran tekanan darah 120/80 mmHg

Gambar 10. Tampilan Cek Kesehatan Tekanan Darah

d. Monitor Lingkar Lengan Atas (Lila)



Isi Panduan

Lingkar Lengan Atas (Lila):

Lingkar lengan atas adalah ukuran lingkaran $\frac{1}{2}$ dari lengan atas anda sebelah kiri. Anda dapat mengukurnya dengan pita pengukur. Contoh: hasil ukur 28 cm

Gambar 11. Tampilan Cek Kesehatan Lingkar Lengan Atas (Lila)

7. Tampilan Info Kesehatan

Pada menu tampilan “Info Kesehatan” memuat terkait informasi kesehatan reproduksi remaja meliputi pengetahuan tentang organ reproduksi, pubertas, kehamilan remaja, faktor kehamilan remaja, dampak kehamilan remaja, dan infeksi menular seksual.



Gambar 12. Tampilan Info Kesehatan

8. Tampilan *Self Diagnosis*

Pada menu tampilan *self diagnosis* akan tampak tampilan dengan 6 tombol. *User* diminta untuk klik dari setiap tombol dan mengisi data yang diminta dengan cara mengetik isian atau menekan tombol pilihan yang tersedia. Berikut gambaran isi dari setiap menu pemeriksaan kesehatan reproduksi.



Kepo Remaja

Hello,
erlin

Pemeriksaan Kesehatan

Usia	18	Tahun
Berat Badan	50	Kg
Tinggi Badan	165	Cm
Ukuran Lingkar Lengan Atas	28	Cm
Ukuran Lingkar Perut	70	Cm
Kadar HB	13	g/dl

OK NEXT

Isi panduan:

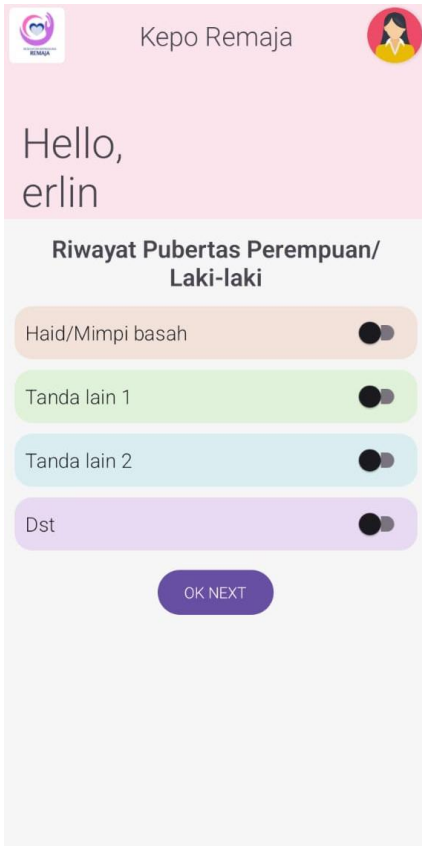
Isilah data dengan menggunakan angka:

1. Usia diisi dalam satuan tahun berdasarkan tanggal dan tahun lahir. Contoh 18
2. Berat badan diisi dalam satuan kilogram dengan berat badan terakhir pengukuran maksimal 1 minggu yang lalu contoh: jika berat badan anda 50 kg maka diisi dengan angka 50
3. tinggi badan diisi dalam satuan centimeter. Contoh: jika tinggi anda 165 cm. Maka diisi dengan angka 165
4. Lingkar lengan atas adalah ukuran lingkaran $\frac{1}{2}$ dari lengan atas anda sebelah kiri. Jika lingkar lengan atas anda 28 cm maka diisi dengan angka 28
5. Lingkar perut diisi dalam satuan centimeter. Contoh jika lingkar perut anda 70 cm. maka diisi dengan angka 70
6. Kadar hemoglobin diisi hasil pengukuran maksimal 1 bulan yang lalu. Contoh 13 gr/dl

Gambar 13. Tampilan *Self Diagnosis*

a. Riwayat Pubertas

User diminta untuk mengisi data tentang Riwayat pubertas. Pilihlah yang pernah anda alami.



Isi Panduan:

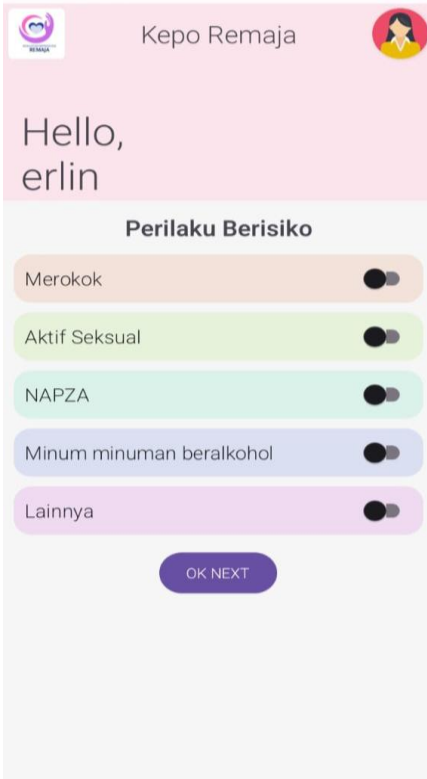
Riwayat Pubertas

User diminta untuk mengisi Riwayat pubertas sesuai dengan kondisi anda. Riwayat pubertas adalah informasi mengenai kapan dan bagaimana perubahan fisik saat masa remaja mulai terjadi. Pilih jawaban yang sesuai dengan kondisi anda saat ini

Gambar 14. Tampilan Riwayat Pubertas

b. Perilaku Berisiko

User diminta untuk mengisi data tentang perilaku berisiko. Pilihlah yang pernah anda alami.



The screenshot displays the 'Kepo Remaja' app interface. At the top, there is a pink header with the app logo, the text 'Kepo Remaja', and a user profile icon. Below the header, it says 'Hello, erlin'. The main section is titled 'Perilaku Berisiko' and contains five items, each with a colored background and a toggle switch:

- Merokok (orange background, toggle off)
- Aktif Seksual (green background, toggle off)
- NAPZA (teal background, toggle off)
- Minum minuman beralkohol (blue background, toggle off)
- Lainnya (purple background, toggle off)

At the bottom of the list is a purple button labeled 'OK NEXT'.

Isi Panduan

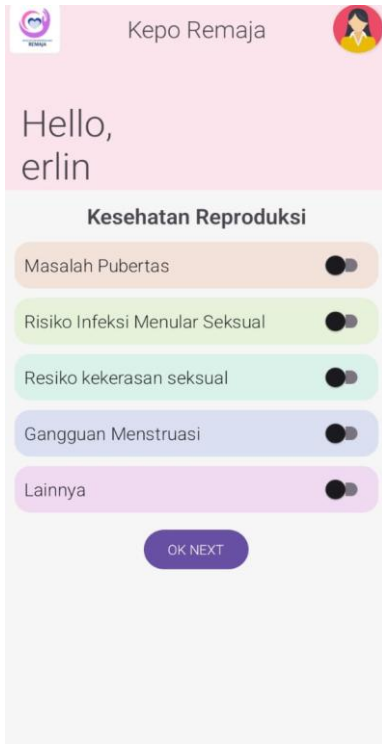
Perilaku Berisiko

User diminta untuk mengisi perilaku berisiko. Silahkan pilih jenis perilaku berisiko jika anda pernah melakukannya. Anda dapat mengisi lebih dari satu perilaku berisiko yang pernah anda lakukan. Jika tidak pernah melakukan perilaku berisiko apapun, anda dapat memilih untuk melewati bagian ini

Gambar 15. Tampilan Perilaku Berisiko

c. Kesehatan Reproduksi

User diminta untuk mengisi data tentang kesehatan reproduksi. Pilihlah yang pernah anda alami.



Isi Panduan

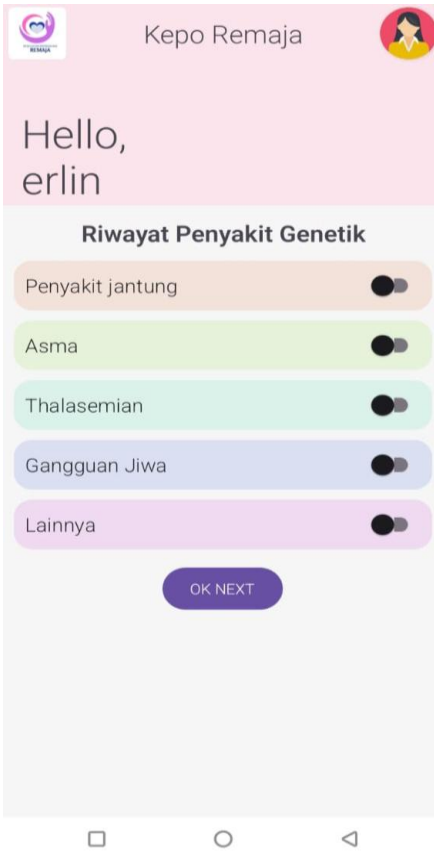
Kesehatan Reproduksi

User diminta untuk mengisi Riwayat kesehatan reproduksi yang pernah atau sedang anda alami. Kesehatan reproduksi berkaitan dengan kondisi organ reproduksi serta masalah yang mungkin mempengaruhi kemampuan reproduksi atau masalah kesehatan seksual. Pilihlah jawaban sseuai dengan pernah atau sedang anda alami. Jika tidak pernah memiliki Riwayat kesehatan reproduksi apapun, anda dapat memilih untuk melewati bagian ini

Gambar 16. Tampilan Kesehatan Reproduksi

d. Riwayat Penyakit Genetik

User diminta untuk mengisi data tentang Riwayat penyakit genetik. Pilihlah yang pernah anda alami



Isi Panduan

Riwayat Penyakit Genetik

User diminta untuk mengisi Riwayat penyakit genetic. Silahkan mengisi jenis penyakit genetic yang pernah atau sedang dimiliki oleh anda. Penyakit genetic adalah penyakit yang diturunkan melalui factor keturunan atau warisan genetic dalam keluarga. Jika tidak memiliki penyakit genetic anda dapat melewati bagian ini

Gambar 17. Tampilan Riwayat Penyakit Genetik

e. Keluhan

User diminta untuk mengisi data tentang jenis keluhan. Pilihlah yang pernah anda alami.



Isi Panduan
Keluhan

Silahkan mengisi jenis keluhan yang sedang atau sering anda rasakan. Keluhan adalah gejala atau rasa tidak nyaman pada tubuh atau pikiran yang mungkin menandakan adanya gangguan kesehatan. Anda dapat mengisi lebih dari satu jenis keluhan yang sedang atau sering anda rasakan. Jika tidak memiliki keluhan apapun anda dapat memilih untuk melewati bagian ini.

Gambar 18. Tampilan Keluhan

f. Pemeriksaan Kesehatan

Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan dapat membantu anda menilai kondisi kesehatan dan mendeteksi dini adanya gangguan kesehatan



Gambar 19. Tampilan Pemeriksaan Kesehatan

CACATAN PEMERIKSAAN KESEHATAN

1. Pemeriksaan Kesehatan

- Berat Badan : kg
- Tinggi Badan : cm
- Tekanan Darah : mmHg
- Ukuran Lingkar Lengan Atas : cm
- Ukuran Lingkar Perut : cm
- Hb : g/dl

2. Riwayat Perkembangan

Riwayat Pubertas Perempuan/Laki-laki

Haid/Mimpi basah : Ya/Tidak

3. Perilaku Berisiko

- Merokok : Ya/Tidak
- Aktif Seksual : Ya/Tidak
- NAPZA : Ya/Tidak
- Minum minuman beralkohol : Ya/Tidak
- Lainnya : Ya/Tidak

4. Kesehatan Reproduksi

- Masalah Pubertas : Ya/Tidak
- Risiko Infeksi Menular Seksual : Ya/Tidak
- Risiko kekerasan seksual : Ya/Tidak
- Gangguan Menstruasi : Ya/Tidak
- Lainnya : Ya/Tidak

5. Riwayat Penyakit Genetik

- Penyakit Bawaan Keturunan

Penyakit jantung : Ya/Tidak

Asma : Ya/Tidak

Thalasemian : Ya/Tidak

Gangguan Jiwa : Ya/Tidak

Lainnya :

6. Keluhan

- Mudah Lelah : Ya/Tidak
- Sering Pusing : Ya/Tidak
- Wajah pucat : Ya/Tidak
- Sakit Kepala : Ya/Tidak
- Gangguan konsentrasi : Ya/Tidak
- Tidak ada : Ya/Tidak

7. Layanan Tanya Jawab Kesehatan Reproduksi Remaja

- Topik Kesehatan :
- Topik Agama :
- Topik Pendidikan :
- Topik Umum :

8. Hasil dan Rekomendasi

.....

.....

.....

.....

.....

.....

9. Catatanku

- Kaleder Menstruasi

.....

.....

.....

.....

.....

- Tablet Tambah Darah

.....

.....

.....

.....

.....

Bab

3

PENUTUP

Permasalahan kehamilan remaja masih menjadi isu yang memerlukan perhatian serius. Faktor penyebabnya antara lain keterbatasan akses terhadap informasi yang benar mengenai kesehatan reproduksi. Akibatnya, banyak remaja yang memiliki pengetahuan rendah, sikap yang kurang positif, serta motivasi dan efikasi diri yang lemah dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka. Kondisi geografis Maluku yang terdiri dari banyak pulau juga menjadi tantangan tersendiri dalam menjangkau seluruh remaja dengan edukasi yang memadai.

Melihat permasalahan tersebut, perlu adanya inovasi dalam bentuk aplikasi kesehatan reproduksi remaja yang mudah diakses dan relevan dengan konteks budaya lokal. Aplikasi ini dikembangkan dengan pendekatan “Tiga Batu Tungku”, sebuah filosofi masyarakat Maluku Tengah yang melambangkan keseimbangan dan kerja sama antara tiga unsur utama: pemerintah desa, agama, dan pendidikan. Aplikasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, motivasi, dan efikasi diri remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi serta mencegah terjadinya kehamilan di usia muda.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN;BPS;Kemenkes. (2018). *Survei Demografi dan Kesehatan: Kesehatan Reproduksi Remaja*.
- Kemenkes. (2017). *Inilah Risiko Hamil di Usia Remaja – Sehat Negeriku*. Sehat Negeriku. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20170930/5823163/inilah-risiko-hamil-usia-remaja/>
- Meriyani, D. A., Kurniati, D. P. Y., & Januraga, P. P. (2016). Faktor Risiko Kehamilan Usia Remaja di Bali: Penelitian Case Control. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 4(2), 160–164. <https://doi.org/10.15562/phpma.v4i2.75>
- Rochmania, B. K. (2017). Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas. *Jurnal PROMKES*, 3(2), 206. <https://doi.org/10.20473/jpk.v3.i2.2015.206-217>