

Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja

Destri Maya Rani^{1*}, Yuli Arinta Dewi², Rina Puspita³, Bajeng Nurul Widyaningrum⁴

^{1,4}Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Politeknik Bina Trada Semarang, Indonesia

^{2,3}Teknologi Bank Darah, Politeknik Bina Trada Semarang, Indonesia

Email: *destrimr@polbitrada.ac.id

Abstrak– Masa transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa sering disebut dengan sebutan masa remaja. Dalam masa tersebut memasuki masa pubertas dimana mengalami perubahan fisik yang cepat, salah satunya kemampuan untuk melakukan proses reproduksi. Proses perkembangan remaja sangat rawan dan penuh risiko sehingga dibutuhkan kesehatan diri yang baik. Maka dari itu perlu dilakukan penyuluhan dalam upaya promosi dan pencegahan masalah kesehatan reproduksi pada masa remaja. Karena dalam masa ini terjadi perubahan-perubahan dan fungsi tubuh terjadi dalam waktu relatif cepat. Diharapkan dari penyuluhan ditujukan kepada remaja siswa/siswi perwakilan SMP dan SMA sekota Semarang. Tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan terhindar dari perilaku seks pranikah serta mengetahui cara penanganan dengan benar. Diharapkan kegiatan pengabdian penyuluhan kesehatan reproduksi sesuai dengan target.

Kata Kunci: Kesehatan Mental; Penyuluhan; Pubertas; Remaja; Reproduksi; Seks

Abstract– The period of transition from childhood to adulthood is often referred to as adolescence. During this period, they enter puberty where they experience rapid physical changes, one of which is the ability to carry out the reproductive process. The process of adolescent development is very vulnerable and full of risks, so good personal health is needed. Therefore it is necessary to conduct counseling in an effort to promote and prevent reproductive health problems in adolescence. Because in this period changes and body functions occur in a relatively fast time. It is hoped that the counseling will be aimed at adolescent students representing junior and senior high schools in the city of Semarang. The aim is to increase knowledge about reproductive health and avoid premarital sexual behavior and to know how to handle it properly. It is expected that reproductive health counseling service activities are in accordance with the target.

Keywords: Mental Health; Counseling; Puberty; Teenager; Reproduction; Sex

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dengan dewasa. Remaja akan mengalami perubahan fisik yang cepat ketika memasuki masa pubertas, salah satunya kemampuan untuk melakukan proses reproduksi. Remaja mulai tertarik untuk mencari informasi yang berkaitan dengan masalah seksual. Minimnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi karena akses remaja untuk mendapatkan informasi sangat terbatas. Selain itu, orang tua enggan membicarakan hal yang berkaitan dengan seksualitas dan kesehatan reproduksi secara transparan. Belum banyak pihak yang mengerti pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja.

Padahal, remaja memiliki peran yang sangat penting untuk keberlangsungan masa depan suatu bangsa. Remaja merupakan individu-individu calon penduduk usia produktif yang pada saatnya kelak akan menjadi pelaku pembangunan sehingga harus disiapkan agar menjadi Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas. Perubahan kompleks akan terjadi pada periode ini sehingga membutuhkan pengenalan yang baik terutama dari remaja itu sendiri. Proses perkembangan remaja sangat rawan dan penuh risiko sehingga dibutuhkan kesehatan diri yang baik (Wirenviona 2020). Secara khusus di situasi pandemi Covid-19, remaja rentan mengalami berbagai permasalahan baik kesehatan fisik maupun psikologis (World Health Organization 2020). Permasalahan psikologis yang dialami seperti stres, depresi yang berdampak pada resiliensi di masa pandemi (Afifah 2016; House et al. 2019; Roberto et al. 2020; Taylor 2019). Beberapa permasalahan justru yang akan berdampak pada kualitasnya sebagai aktor pembangunan dan kesiapannya dalam membangun keluarga. Pubertas atau kematangan seksual semakin dini (aspek internal) dan aksebilitas terhadap berbagai media (aspek eksternal) serta pengaruh negatif teman sebaya menjadikan remaja rentan terhadap perilaku seksuan berisiko. Untuk itu beberapa upaya perlu dilakukan untuk mendukung pencapaian kesehatan remaja (Galante et al. 2021; Wirenviona 2020).

Kondisi remaja saat ini tidak terlepas dari banyak tantangan untuk menggapai kesehatan reproduksi yang bermutu, aman dan dapat dipertanggung jawabkan Hal ini sejalan dengan Peraturan Pemerintah Nomor 71 Tahun 2014 tentang Kesehatan Reproduksi, dimana peraturan ini juga menjamin kesehatan perempuan dalam usia reproduksi sehingga mampu melahirkan generasi yang sehat, berkualitas yang nantinya berdampak pada penurunan Angka Kematian Ibu. Didalam memberikan pelayanan Kesehatan Reproduksi ada dua tujuan yang akan dicapai, yaitu memberikan pelayanan kesehatan reproduksi yang

komprehensif kepada perempuan termasuk kehidupan seksual dan hak-hak reproduksi perempuan sehingga dapat meningkatkan kemandirian perempuan dalam mengatur fungsi dan proses reproduksinya yang pada akhirnya dapat membawa pada peningkatan kualitas kehidupannya. Tujuan khusus pelayanan kesehatan reproduksi yaitu: (1) Meningkatnya kemandirian wanita dalam memutuskan peran dan fungsi reproduksinya; (2) Meningkatnya hak dan tanggung jawab sosial wanita dalam menentukan kapan hamil, jumlah dan jarak kehamilan dan (3) Meningkatnya peran dan tanggung jawab sosial pria terhadap akibat dari perilaku seksual dan fertilitasnya kepada kesehatan dan kesejahteraan pasangan dan anak-anaknya.

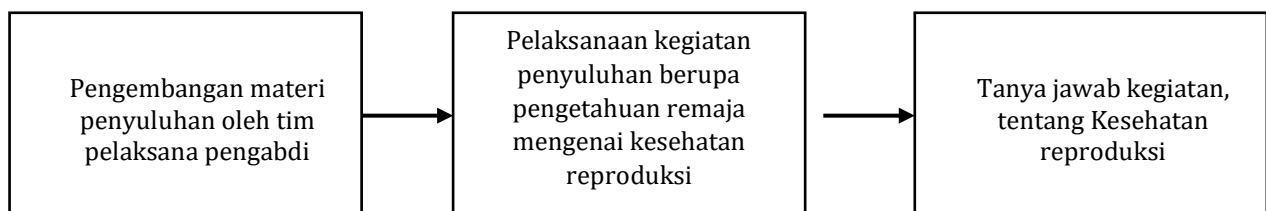
Dukungan yang menunjang wanita untuk membuat keputusan yang berkaitan dengan proses reproduksi, berupa pengadaan informasi dan pelayanan yang dapat memenuhi kebutuhan untuk mencapai kesehatan reproduksi secara optimal. Tujuan diatas ditunjang oleh bab II Pasal 3 undang-undang Nomor 23 Tahun 1992 tentang Kesehatan menyatakan bahwa "Penyelenggaraan upaya kesehatan bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan yang optimal bagi masyarakat", dalam Bab III Pasal 4 "Setiap orang mempunyai hak yang sama dalam memperoleh derajat kesehatan yang optimal.

Sehingga upaya promosi dan pencegahan masalah kesehatan reproduksi perlu diarahkan pada masa remaja, dimana terjadi peralihan dari masa anak menjadi dewasa, dan perubahan-perubahan dari bentuk dan fungsi tubuh terjadi dalam waktu relatif cepat. Hal ini ditandai dengan berkembangnya tanda seks sekunder dan berkembangnya jasmani secara pesat, menyebabkan remaja secara fisik mampu melakukan fungsi proses reproduksi tetapi belum dapat mempertanggung jawabkan akibat dari proses reproduksi tersebut. Informasi dan penyuluhan, konseling dan pelayanan klinis perlu ditingkatkan untuk mengatasi masalah kesehatan reproduksi remaja ini. Selain itu lingkungan keluarga dan masyarakat harus ikut peduli dengan kondisi remaja ini sehingga dapat membantu memberikan jalan keluar bila remaja mengalami masalah tidak malah di salahkan, tetapi perlu diarahkan dan dicarikan jalan keluar yang baik dengan mengenalkan tempat-tempat pelayanan kesehatan reproduksi remaja untuk mendapatkan konseling ataupun pelayanan klinis sehingga remaja masih dapat melanjutkan kehidupannya. (Ida Prijatni 2016)

Setelah dilakukan penyuluhan diharapkan kepada remaja siswa/siswi perwakilan SMP dan SMA sekota Semarang agar bisa meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan terhindar dari perilaku seks pranikah serta mengetahui cara penanganan dengan benar.

2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Aula Politeknik Bina Trada Semarang, pendidikan kesehatan yang dilakukan berupa edukasi atau penyuluhan tentang kesehatan reproduksi remaja yang dilaksanakan pada pada 12 Juni 2022. Pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh perwakilan siswa/siswi SMP dan SMA sekota Semarang. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan secara luring di Aula Politeknik Bina Trada Semarang dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan covid 19, adapun tahap pengabdian seperti gambar 1.



Gambar 1: Tahap Pengabdian Masyarakat

Metode yang digunakan oleh tim selama kegiatan pengabdian terdiri dari :

1. Pengembangan materi
Pada tahap awal tim pelaksana pengabdian yang terdiri dari dosen Politeknik Bina Trada Semarang melakukan analisis materi dan alat peraga yang akan disampaikan pada saat pelaksanaan kegiatan penyuluhan.
2. Pemaparan materi tentang kesehatan reproduksi remaja.
Pada materi ini, siswa/siswi dijelaskan tentang pengetahuan kesehatan reproduksi, tujuan kesehatan reproduksi, komponen kesehatan reproduksi, masalah kesehatan reproduksi baik pada remaja perempuan maupun laki-laki.
3. Tanya jawab dan penutup

Setelah mengikuti serangkaian materi, siswa/siswi diberi kesempatan untuk bertanya atau sharing mengenai pengalaman dan hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi untuk didiskusikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat berupa Penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja telah dilaksanakan pada hari minggu, 12 Juni 2022, Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan secara luring di Aula Politeknik Bina Trada Semarang dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan covid 19. Pelaksanaan penyuluhan berjalan sesuai dengan rencana. Hal ini tampak dari partisipan remaja perwakilan dari siswa/siswi SMP dan SMA yang hadir sejumlah 73 peserta sesuai dengan rencana yang diharapkan dan berperan aktif dalam pelaksanaan penyuluhan, terbukti dengan antusiasnya yang bertanya kesehatan reproduksi.

Hasil yang dicapai dari kegiatan penyuluhan ini antara lain sebagai berikut :

1. Siswa/siswi mengetahui pengetahuan kesehatan reproduksi remaja seperti pengertian tujuan dan komponen kesehatan reproduksi, masalah kesehatan reproduksi baik pada remaja wanita dan pria.
2. Siswa/siswi mengetahui perubahan fisik yang terjadi pada pertumbuhan dan perkembangan reproduksi remaja wanita dan pria.
3. Terciptanya kesadaran siswa/siswi tentang pentingnya pengetahuan reproduksi dan terhindar dari perilaku seks pranikah serta mengetahui cara penanganan dengan benar.

Kegiatan ini dibuka dengan materi mengenai hal-hal apa saja yang akan terjadi dalam proses perubahan fisik pada masa remaja. Pada materi ini, siswa/siswi dijelaskan tentang pengetahuan seputar kesehatan reproduksi remaja

Secara umum, hasil dari kegiatan pengabdian pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi telah sesuai target. Peningkatan pemahaman siswa/siswi dapat dilihat dengan antusiasme dalam memperhatikan setiap materi yang disampaikan serta banyaknya pertanyaan yang diajukan siswa/siswi baik mengenai hal-hal dalam proses perubahan fisik yang terjadi maupun dalam kesehatan reproduksi remaja dan bagaimana cara penanganannya dengan benar. Disetiap akhir sesi pemateri mengajukan pertanyaan-pertanyaan kepada siswa/siswi secara lisan tentang materi yang telah diberikan dan mayoritas siswa/siswi dapat menjawab pertanyaan tersebut. Evaluasi kegiatan juga dilakukan dengan memperhatikan berbagai tanggapan dan masukan dari peserta selama kegiatan berlangsung. Selain itu, evaluasi juga dimaksudkan untuk perbaikan pelaksanaan kegiatan sosialisasi di masa mendatang sehingga output kegiatan akan lebih baik.



Gambar 2. Pemaparan Materi

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi telah sesuai target, yaitu siswa/siswi remaja sekota Semarang. Dilihat dari antusiasme siswa/siswi dalam memperhatikan setiap materi yang disampaikan menjadi patokan dalam melihat pemahaman mengenai materi yang disampaikan. Tidak hanya memperhatikan saja tetapi banyak pertanyaan yang diajukan oleh siswa/siswi baik mengenai hal-hal dalam proses perubahan fisik yang terjadi maupun dalam kesehatan reproduksi remaja dan bagaimana cara penanganannya dengan benar. Selain itu dari pameri juga mengajukan pertanyaan-pertanyaan kepada siswa/siswi secara lisan tentang materi yang telah diberikan di setiap akhir sesi dan siswa/siswi dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Tidak hanya itu saja, dalam kegiatan tersebut juga dilakukan evaluasi mengenai bagaimana tanggapan dan masukan dari peserta mengenai kegiatan ini sehingga dalam pelaksanaan kegiatan selanjutnya dapat memperbaiki kekurangan agar menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, Dian Ratnaningtyas. 2016. "Membangun Resiliensi : Sebuah Upaya Promosi Kesehatan Mental Dengan Kerentanan Depresi." *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 1(2).
- Galante, Julieta et al. 2021. "Effectiveness of Providing University Students with a Mindfulness-Based Intervention to Increase Resilience to Stress: 1-Year Follow-up of a Pragmatic Randomised Controlled Trial." *Journal of Epidemiology and Community Health* 75(2): 151–60.
- House, Ashp et al. 2019. "Building Resilience to Combat Stress , Burnout , and Suicidal Ideation among Pharmacists." 76(18): 2017–19.
- https://www.google.co.id/books/edition/Edukasi_Kesehatan_Reproduksi_Remaja/Ssf0DwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=reproduksi+remaja&printsec=frontcover.
- Ida Prijatni, Sri raharu. 2016. *Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana*. 1st ed. Pusdik SDM Kesehatan.
- Kusrini (2007) *Konsep Dan Aplikasi Pendukung Keputusan*. Yogyakarta: Andi.
- Roberto, A, A Sellon, S T Cherry, and ... 2020. "Impact of Spirituality on Resilience and Coping during the COVID-19 Crisis: A Mixed-Method Approach Investigating the Impact on Women." *Health care for* <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07399332.2020.1832097>.
- Taylor, Steven. 2019. *The Psychology of Pandemics: Preparing for The Next Global Outbreak of Infectious Disease*.
- Wirenviona, Rima. 2020. *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. ed. Rr. Iswari Hariastuti. Surabaya: Airlangga University Press.
- World Health Organization. 2020. "Mental Health and Psychosocial Considerations during The." *Mental health and psychosocial considerations during tje COVID- 19 outbreak* (2020).