

PEMBERDAYAAN REMAJA MELALUI KEGIATAN PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI DI SMA NEGERI 2 LANGKE REMBONG

Ursula Fatmawati Panggor¹⁾, Maria Desiratna Sujut¹⁾, Jayanthi Petronela Janggu¹⁾

¹⁾Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng, Manggarai, NTT, Indonesia

Corresponding author: Ursula Fatmawati Panggor

E-mail: atmapanggor21@gmail.com

Diterima 11 Agustus 2023, Direvisi 18 Agustus 2023, Disetujui 18 Agustus 2023

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa. Masa remaja merupakan masa yang penting, dimana remaja sangat rentan terhadap masalah yang kompleks dan sulit untuk diatasi sendiri. Permasalahan yang sering dihadapi remaja adalah terkait dengan seks (kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi dan resiko tertular penyakit menular seksual), kecanduan narkoba dan HIV/AIDS. Permasalahan remaja dapat muncul terkait dengan perbedaan kebutuhan dan kemampuan mengaktualisasikan diri di lingkungan tempat tinggalnya. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi merupakan salah satu faktor predisposisi terjadinya masalah kesehatan reproduksi remaja. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk mencegah masalah kesehatan reproduksi pada remaja. Metode yang digunakan adalah penyuluhan. Pendidikan kesehatan adalah suatu cara yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik pembelajaran atau instruksi langsung dengan tujuan untuk mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia, baik secara individu, kelompok maupun masyarakat agar lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup yang sehat.

Kata kunci : remaja; kesehatan reproduksi; penyuluhan.

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period between childhood and adulthood. Adolescence is an important period, where adolescents are very vulnerable to complex problems that are difficult to overcome alone. Problems that are often faced by adolescents are related to sex (unwanted pregnancies, abortion, and the risk of contracting sexually transmitted diseases), drug addiction, and HIV/AIDS. Adolescent problems can arise related to differences in needs and abilities to actualize themselves in the environment where they live. Lack of knowledge about reproductive health is one of the predisposing factors for adolescent reproductive health problems. The purpose of this service is to prevent reproductive health problems in adolescents. The method used is counseling. Health education is a method used to increase one's knowledge and abilities through learning techniques or direct instruction with the aim of changing or influencing human behavior, both individually, in groups, and in society so that they are more independent in achieving healthy life goals.

Keywords: adolescents; reproductive health; counseling

PENDAHULUAN

Remaja merupakan salah satu subyek kesehatan reproduksi. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dimana pada masa tersebut terjadi banyak perubahan baik secara fisik maupun psikis. Perubahan fisik pada remaja ditandai dengan penanda seks primer dan penanda seks sekunder, sedangkan perubahan psikologis ditandai dengan perubahan emosional dan intelektual (Ayu et al., 2020).

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami sejumlah perubahan yang terjadi baik secara fisik, psikis, maupun sosial. Transisi ini seringkali membuat remaja dihadapkan pada situasi yang membingungkan, tanpa kedudukan yang jelas, baik anak-anak maupun orang dewasa (Dinengsih & Hakim, 2020).

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, diawali dengan kematangan seksual. Remaja tidak memiliki kedudukan yang jelas, yaitu tidak

dalam kelompok anak-anak tetapi juga tidak dalam kelompok orang dewasa. Perkembangan biologis dan psikologis remaja dipengaruhi oleh perubahan lingkungan dan sosial. Akibatnya, remaja akan sulit melepaskan ketergantungannya pada orang tua dan akan berusaha memperoleh kemandirian agar dapat diterima dan diakui sebagai orang dewasa (Suwarsih et al., 2022). Organisasi Kesehatan Dunia mendefinisikan remaja sebagai individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun (WHO, 2016), sedangkan di Indonesia terdapat beberapa batasan usia untuk remaja, antara lain menurut Peraturan Menteri Kesehatan No. 2018. 25 tahun 2014 bahwa remaja berusia antara 10 sampai 18 tahun (Permenkes, n.d.) dan menurut BKKBN, usia remaja adalah antara 10 sampai dengan 24 tahun dan keluarga tunggal (BKKBN, 2019). Selain itu, masa remaja adalah masa untuk mulai mengeksplorasi isu-isu yang berkaitan dengan seksualitas dan asmara (Ayu et al., 2020).

Hasil SDKI KRR 2012 menunjukkan bahwa pengetahuan kesehatan reproduksi remaja masih kurang lengkap, hanya 35,3% remaja putri dan 31,2% remaja pria usia 15-19 tahun yang mengetahui bahwa wanita dapat hamil saat berhubungan seks. laporan. Begitu juga dengan gejala PMS yang kurang diketahui remaja. Informasi tentang HIV relatif lebih banyak diterima oleh remaja, meskipun hanya 9,9% remaja perempuan dan 10,6% remaja laki-laki yang memiliki pengetahuan memadai tentang HIV-AIDS. Layanan untuk remaja juga sedikit diketahui oleh remaja (Sirupa et al., 2016).

Masalah kesehatan reproduksi remaja bersumber dari kurangnya informasi, pemahaman dan kesadaran untuk mencapai kesehatan reproduksi. Pengetahuan atau persepsi merupakan area yang sangat penting dalam tindakannya. Oleh karena itu, sangat diperlukan peningkatan pengetahuan bagi generasi muda. Banyak cara untuk meningkatkan pengetahuan remaja, mulai dari pendidikan dini bagi orang tua dan memberikan kegiatan penyuluhan, agar remaja lebih memahami dan dapat menerapkan teori yang didapat ke dalam praktek yang ada (Atik & Susilowati, 2021).

Pembatasan akses informasi seksualitas dan kesehatan reproduksi bagi remaja di Indonesia "dapat dimaklumi" karena masyarakat masih menganggap seks hal yang tabu dan tidak boleh dibicarakan secara terbuka. Orang tua seringkali enggan untuk menjelaskan masalah seksual dan reproduksi kepada remajanya, dan anak juga cenderung takut untuk bertanya kepada orang tuanya

secara terbuka. Bahkan ketika ada orang tua atau guru di sekolah yang ingin menjelaskan kepada anaknya seringkali tidak tahu bagaimana atau apa yang harus dijelaskan.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi perilaku. Banyak remaja yang menampilkan perilaku positif dan meraih kesuksesan di berbagai bidang, namun banyak juga yang menampilkan perilaku negatif seperti merokok, penggunaan narkoba, berkelahi, aborsi, hubungan seksual Seks bebas dapat menyebabkan kehamilan yang tidak diinginkan dan penyakit menular lainnya. Perilaku kesehatan adalah semua kegiatan atau aktivitas seseorang, baik yang dapat diamati maupun yang tidak dapat diamati, yang berkaitan dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan (Atik & Susilowati, 2021).

Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi seringkali berdampak pada masalah kesehatan reproduksi yang dialami remaja. Metode penyuluhan diyakini dapat meningkatkan pengetahuan remaja dan merubah perilakunya untuk meningkatkan kesehatannya secara mandiri. Pendidikan kesehatan adalah profesi yang mendidik masyarakat tentang kesehatan dengan pemaparan informasi yang diberikan disertai dengan media yang menunjang untuk proses penerimaan pendidikan yang di sampaikan dengan tujuan untuk mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia, baik secara individu, kelompok maupun masyarakat agar lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup yang sehat. Peran fasilitator dalam sesi penyuluhan ini adalah memberikan materi terkait kesehatan reproduksi remaja.

METODE

Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja dilaksanakan pada tanggal 25 Februari 2023, bertempat di SMA Negeri 2 Langke Rembong, Kecamatan Langke Rembong, Kabupaten Manggarai, dengan metode yang digunakan : 1) Ceramah, 2) Diskusi dan 3) Tanya Jawab. Alat penunjang pada kegiatan ini antara lain : LCD, Laptop, Leaflet, Poster dan Spanduk.

Model pengabdian masyarakat ini menggunakan model penyuluhan. Adapun pelaksanaan kegiatan ini diikuti oleh siswa-siswi kelas XII SMA Negeri 2 Langke Rembong.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberdayaan remaja melalui penyuluhan kesehatan reproduksi merupakan suatu program pengabdian kepada masyarakat yang dibuat oleh HMPS Kebidanan untuk

memperluas pengetahuan remaja seputar kesehatan reproduksi dan penanganannya.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan di SMA Negeri 2 Langke Rembong pada hari Sabtu, 25 Februari 2023. Pelaksanaan penyuluhan ini berjalan sesuai rencana. Hal ini tampak dari antusias siswa-siswi dalam memberikan pertanyaan seputar kesehatan reproduksi.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Banyak siswa yang mengikuti kegiatan penyuluhan mengatakan bahwa kesehatan reproduksi hanyalah kesehatan fisik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki pemahaman yang sangat baik tentang kesehatan reproduksi namun belum memiliki

pemahaman yang menyeluruh tentang kesehatan reproduksi mulai dari pemahaman, cara menjaga kesehatan reproduksi dan penyakit menular seksual. Informasi kesehatan reproduksi diperoleh melalui media sosial/internet. Hal ini sangat baik karena siswa berniat untuk mengetahui namun sumber informasi yang diterima kurang karena masih ada siswa yang belum memahami sepenuhnya tentang kesehatan reproduksi.

Pengetahuan kesehatan reproduksi juga dikumpulkan dari orang tua, guru dan petugas kesehatan. Orang tua adalah anggota keluarga yang pertama-tama menjamin pendidikan anak-anaknya. Namun, pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang diwariskan orang tua seringkali tidak selengkap perawatan organ reproduksi, risiko seks bebas, dan sering dikomunikasikan dalam bentuk nasehat. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Amaliyah yang menunjukkan bahwa orang tua memandang pendidikan seks sebagai hal yang tabu, vulgar dan tidak pantas untuk diberikan kepada anaknya sehingga mempengaruhi partisipasi dan bentuk pendidikan yang diberikan orang tua kepada anaknya (Amaliyah & Nuqul, 2017). Sedangkan ilmu yang diperoleh di sekolah berupa ilmu-ilmu alam tetapi hanya ilmu dasar, pembahasannya tidak detail. Sedangkan ilmu yang diperoleh dari tenaga medis sangat diperlukan. Kesehatan reproduksi adalah keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh dan tidak hanya berkaitan dengan sistem reproduksi serta fungsi dan prosesnya. Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional dan psikologis (Noveri Aisyaroh, 2010).

Kesehatan reproduksi remaja adalah keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial remaja, termasuk tidak adanya kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi yang tidak aman, pendidikan penyakit menular seksual, termasuk HIV/AIDS, serta segala bentuk kekerasan seksual. dan paksaan. Perubahan fisik pada masa remaja penting untuk kesehatan reproduksi, karena masa ini melibatkan pertumbuhan fisik yang sangat pesat hingga mencapai usia dewasa, termasuk organ reproduksi untuk dapat melakukan fungsi reproduksi. Perubahan yang terjadi adalah : 1) Munculnya ciri-ciri seksual dasar; Menarche pada remaja putri dan mimpi basah pada remaja putri. 2) Adanya ciri seksual sekunder yaitu: a) Pada remaja laki-laki; Jakun tumbuh, penis dan testis membesar, ereksi dan ejakulasi terjadi, suara meningkat, payudara membesar, tubuh berotot, kumis tumbuh di bibir, cambang dan rambut di sekitar alat kelamin dan ketiak. b) Pada remaja putri;

Pinggul membesar, rahim dan vagina tumbuh, rambut tumbuh di sekitar kemaluan dan ketiak, payudara membesar (Noveri Aisyaroh, 2010).

Banyak sekali masalah-masalah seksualitas dan kesehatan reproduksi masih banyak dihadapi dan dialami oleh remaja. Masalah-masalah tersebut antara lain :

Perkosaan

Kasus seperti ini biasanya banyak sekali modusnya. Korbannya tidak hanya perempuan tetapi juga laki-laki (sodomi).

Free sex

Seks bebas biasanya dilakukan dengan berganti-ganti pasangan. Seks bebas di kalangan remaja dapat meningkatkan risiko penyakit menular seksual dan HIV. Selain itu juga pada remaja perempuan dapat merangsang pertumbuhan sel kanker pada rahim. Seks bebas biasanya juga dibarengi dengan penggunaan obat-obatan terlarang yang dapat memperparah masalah yang dihadapi remaja terkait kesehatan reproduksi.

Kehamilan tidak diinginkan (KTD)

Hubungan seks sebelum menikah dikalangan remaja juga didasari oleh mitos-mitos seputar masalah seksualitas. Misalnya, mitos bahwa berhubungan seksual hanya sekali tidak akan membuat hamil. Padahal pada kenyataannya, hubungan seksual walaupun hanya sekali juga dapat menyebabkan kehamilan selama perempuan dalam masa subur.

Aborsi

Aborsi adalah kegiatan yang dilakukan dengan menggugurkan kandungan, baik secara sengaja maupun tidak sengaja.

Infeksi Menular Seksual (IMS) dan HIV/AIDS

IMS dan HIV/AIDS merupakan penyakit yang ditularkan melalui hubungan seksual, baik melalui vagina, mulut, maupun dubur. Dampak penyakit menular seksual dan HIV/AIDS sangat besar, mulai dari gangguan organ reproduksi, keguguran, kemandulan, kanker serviks, cacat lahir hingga kematian.

Banyak cara yang bisa dilakukan agar terhindar dari masalah terkait kesehatan reproduksi, yaitu menjauhi lingkungan yang bersifat negatif dan dapat mempengaruhi, bersikap tegas, berani mengatakan tidak pada perbuatan maksiat, menghindari konsumsi alkohol dan obat terlarang, membentengi diri dengan pengetahuan agama, serta membekali diri dengan pengetahuan yang luas.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pemberdayaan remaja melalui penyuluhan memberikan dampak yang positif bagi siswa-siswi SMA Negeri 2 Langke Rembong. Kegiatan ini dapat memperoleh gambaran tentang pengetahuan siswa-siswi seputar kesehatan reproduksi.

Diharapkan kegiatan seperti ini dapat terus berlanjut untuk mencegah dan menjauhi remaja dari perilaku seks yang tidak diinginkan dan menghindari problematikan seputar kesehatan reproduksi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak yang terlibat dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat yakni Kepala Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Langke Rembong, guru-guru yang turut andil, serta siswa-siswi kelas XII yang menjadi sasaran dalam kegiatan ini, sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan sebagaimana mestinya.

DAFTAR RUJUKAN

- Amaliyah, S., & Nuqul, F. L. (2017). Eksplorasi Persepsi Ibu tentang Pendidikan Seks untuk Anak. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 157–166. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1758>
- Atik, N. S., & Susilowati, E. (2021). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA PADA SISWA SMK KABUPATEN SEMARANG. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 5, 45–52.
- Ayu, I. M., Situngkir, D., Nitami, M., & Nadiyah. (2020). Program Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di SMK "X" Tangerang Raya. *Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 3(1), 87–95. https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-17336-11_0593.pdf
- BKKBN. (2019). *pusat penelitian dan pengembangan kependudukan*. 2019. <https://cis.bkkbn.go.id/latbang/?p=13>
- Dinengsih, S., & Hakim, N. (2020). Pengaruh Metode Ceramah Dan Metode Aplikasi Berbasis Android Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(4), 515–522. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i4.2975>
- Noveri Aisyaroh. (2010). KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA. *Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung. Universitas Sultan Agung*.
- Permenkes. (n.d.). *permenkes-no-25-tahun-2014 @ peraturan.bpk.go.id*. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/>

117562/permenkes-no-25-tahun-2014

Sirupa, T. A., Wantania, J. J. E., & Suparman, E. (2016). Tentang Kesehatan Reproduksi. *E-Clinical (ECI)*, 4, 90–101.

Suwarsih, S., Windayanti, H., & Aulia, P. L. (2022). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi. *Prosiding Seminar Nasional Dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, 1(1), 191–198.

WHO. (2016). *Adolescent-Health @Www.Who.Int*.
https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1