

PEMERIKSAAN KESEHATAN DASAR DAN KONSELING KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 08 BANDA ACEH

*Basic Health Examination And Reproductive Health Counseling For
Adolescents At SMA Negeri 08 Banda Aceh*

Raudhatun Nuzul ZA¹⁾, Alfitri Wahyuni²⁾, Rahmat Akbar³⁾, Ulfa Husna Dhirah⁴⁾, Rizky Swastika Renjani⁵⁾

^{1,2,5}Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda Aceh

³Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda Aceh

⁴Program Studi Diploma III Kebidanan, Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda Aceh

Corresponding Author: raudhatun@uui.ac.id

Abstrak

Di Indonesia kasus-kasus yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi di Indonesia masih tinggi. Sebagai contoh, angka remaja wanita usia 15-19 tahun yang melahirkan pada tahun 2002-2007 mencapai 52 per 1000 orang. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada siswa-siswi di SMA negeri 08 Kota Banda Aceh yang dikumpulkan sebanyak 15 orang mereka kurang mengetahui dan memahami cara menjaga kesehatan yang baik dan benar.. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk melakukan pemeriksaan kesehatan dasar pada remaja dan meningkatkan edukasi pada para remaja terkait pemahaman tentang menjaga Kesehatan reproduksi yang baik dan benar. Kegiatan pengabdian ini berupa pemberian tindakan berupa pemeriksaan Kesehatan dasar pada siswa-siswi dan penyampaian informasi mengenai Kesehatan reproduksi dan memberikan solusi dan penanganan pada siswa-siswi yang memioliki keluhan terhadap Kesehatan reproduksinya. Sasaran adalah siswa dan siswi SMA Negeri 08 Kotan Banda Aceh yang berjumlah 78 orang. Tempat dilaksanakannya kegiatan ini di Ruang Lab IPA SMA Negeri 08 Kota Banda Aceh. Kegiatan ini dilaksanakan pada 15 April 2025. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan sebagian besar siswa memiliki kadar HB normal, namun masih ditemukan siswa dengan Hb rendah. Kondisi ini perlu mendapat perhatian karena kekurangan Kadar Hemoglobin pada remaja dapat menyebabkan anemia pada remaja dan kurang fokus dalam konsentrasi belajar serta Edukasi yang diberikan pada remaja tentang menjaga kesehatan dan penanganan pada permasalahan kesehatan reproduksi memberikan informasi yang lengkap pada siswa dan dapat merubah prilaku dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: Pemeriksaan Kesehatan Dasar, Konseling, Kesehatan Reproduksi, Remaja

Abstract

In Indonesia, cases related to reproductive health are still high. For example, the number of teenage girls aged 15-19 who gave birth between 2002 and 2007 reached 52 per 1,000 people. Based on interviews conducted with 15 students at State High School 08 in Banda Aceh, it was found that they lacked knowledge and understanding of how to maintain good and proper health. The objective of this activity is to conduct basic health examinations on adolescents and enhance their education regarding the proper maintenance of reproductive health. This community service activity involves providing basic health examinations for students, disseminating information about reproductive health, and offering solutions and treatment for students who have concerns about their reproductive health. The target audience is the 78 students of State Senior High School 08 in Banda Aceh City. The activity was conducted in the Science Laboratory Room of SMA Negeri 08 Kota Banda Aceh. The activity took place on April 15, 2025. The results of the activity showed that most students had normal hemoglobin levels, but some students were found to have low hemoglobin levels. This condition requires attention because low hemoglobin levels in adolescents can lead to anemia, lack of focus in academic concentration, and the education provided to adolescents about maintaining health and addressing issues related to

Keywords: Basic Health Checkups, Counseling, Reproductive Health, Adolescents

1. PENDAHULUAN

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2020), remaja adalah orang yang berusia 12 hingga 24 tahun. Masa ini merupakan transisi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Artinya, proses pengenalan dan pengetahuan reproduksi seharusnya sudah dimulai pada masa ini. Reproduksi dapat diartikan sebagai proses kehidupan manusia dalam menghasilkan kembali keturunan. Hanya saja definisi ini terlalu umum, sehingga reproduksi dianggap hanya sebatas masalah seksual atau hubungan intim. Akibatnya, banyak orang tua yang merasa tidak nyaman atau canggung ketika membahas topik ini pada anak remajanya. Padahal, pada remaja kesehatan reproduksi meliputi sistem, fungsi, dan proses reproduksi. (Nuzul 2023)

Di Indonesia kasus-kasus yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi di Indonesia masih tinggi. Sebagai contoh, angka remaja wanita usia 15-19 tahun yang melahirkan pada tahun 2002-2007 mencapai 52 per 1000 orang. Data dari Kementerian Kesehatan RI menyatakan bahwa sejak April hingga Juni 2011, jumlah kasus *Acquired Immune deficiency Syndrome* (AIDS) baru yang dilaporkan adalah 2.001 kasus dari 59 kabupaten/kota di 19 provinsi. (Nova and Wardiati 2023)(Rahmadhani 2023)

Remaja yang melakukan literasi kesehatan baik, akan mampu menjaga kesehatannya, begitupun sebaliknya apabila remaja tidak melakukan literasi kesehatan reproduksi dengan baik maka akan berdampak buruk terhadap dirinya dan orang lain. Remaja yang memiliki literasi yang baik (*quality of life*) juga akan jauh lebih baik (Nutbeam, D., 2015).

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menemukan bahwa remaja lebih cenderung terlibat dalam perilaku yang dapat mengarah pada perilaku seksual dibandingkan orang dewasa, seperti berpelukan (17 persen wanita dan 33 persen pria) dan berciuman bibir. dan 55% laki-laki), merasa/tersentuh (5% perempuan dan 22% laki-laki), 8% diantaranya pada remaja perempuan melaporkan yang telah melakukan hubungan seks diluar pernikahan

(Kementerian Kesehatan RI, 2017)(Murfi Hidamansyah 2024)

PIK - Remaja merupakan wadah yang dapat digunakan untuk mengedukasi remaja tentang isu-isu yang menimpa remaja, melatih dan mempersiapkan remaja memasuki fase kehidupan dewasa, serta membantu remaja menjadi pendidik bagi teman dan pembimbingnya, yang sangat penting untuk penyelesaian masalah. PIK-*Youth* adalah cara yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang masalah kesehatan reproduksi, mencegah masalah kesehatan reproduksi, mencegah perilaku seksual berisiko, melatih pendidik sebaya, dan mencegah Triad Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) yang terdiri dari pernikahan dini, seks bebas, dan penggunaan Narkotika, *Psikotropika*, dan Zat Adiktif (NAPZA) yang dapat dibentuk oleh sekolah. (Susanto, 2017)(Siregar et al. 2023)

Masa remaja merupakan salah satu masa terjadinya perkembangan paling pesat dalam perjalanan hidup manusia. Proses pematangan secara biologis umumnya mendahului kematangan psikososial pada remaja. Perkembangan korteks pre-frontal yang bertanggung jawab terhadap fungsi eksekutif, pengambilan keputusan, organisasi, pengendalian impuls dan perencanaan masa depan terjadi lebih lambat dibandingkan dengan perkembangan system limbik yang bertanggung jawab terhadap kenikmatan dan pemrosesan ganjaran, respon emosional dan pengantaraan tidur. Hal ini menyebabkan remaja cenderung tertarik untuk mengeksplorasi dan bereksperimen tanpa mempertimbangkan konsekuensinya. ((Hutapea et al. 2023)(Siregar et al. 2023)

Pemeriksaan kesehatan dasar remaja menjadi penting untuk diperhatikan karena anak-Anak merupakan generasi bangsa yang diharapkan mampu untuk menjadikan Indonesia kelak menjadi lebih baik. Untuk menjadikan mereka sebagai penerus bangsa, bukan hanya mempersiapkan bekal pendidikan yang baik tetapi juga kondisi fisik yang sehat sempurna. Remaja dimengerti sebagai individu yang berada pada masa peralihan dari masa kanak ke masa dewasa. Peralihan ini disebut sebagai fase pematangan

(pubertas), yang ditandai dengan perubahan fisis, psikis, dan pematangan fungsi seksual. Pada masa pubertas, hormon yang berhubungan dengan pertumbuhan aktif diproduksi, dan menjadikan remaja memiliki kemampuan reproduksi. Perkembangan psikologis ditunjukkan dengan kemampuan berpikir secara logis dan abstrak sehingga mampu berpikir secara multi-dimensi. Emosi pada masa remaja cenderung tidak stabil, sering berubah, dan tak menentu. Remaja berupaya melepaskan ketergantungan sosial-ekonomi, menjadi relatif lebih mandiri. Masa remaja merupakan periode krisis dalam upaya mencari identitas dirinya. Ditinjau dari sisi bahwa remaja belum mampu menguasai fungsi fisis dan psikisnya secara optimal, remaja termasuk golongan anak. Untuk hal ini, remaja dikelompokkan menurut rentang usia sesuai dengan sasaran pelayanan kesehatan anak. Disesuaikan dengan konvensi tentang hak-hak anak dan UU RI No. 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak, remaja berusia antara 10-18 tahun (PSG, 2017)(Siregar et al. 2023)

Kesehatan Reproduksi remaja merupakan suatu hal yang sangat perlu mendapat perhatian penuh dan serius oleh semua khalayak (Ernita, Rayana Iswani, and Hafsah Us 2024)

Masa transisi ini akan terjadi berbagai perubahan antara lain: fisik, kepribadian, kognitif, maupun psikososial untuk membentuk identitas diri. Secara fisik, remaja dapat dikatakan sudah matang tetapi secara psikis atau kejiwaan belum matang. Memasuki masa remaja yang diawali dengan terjadinya kematangan seksual, maka remaja akan dihadapkan pada keadaan yang memerlukan penyesuaian untuk dapat menerima perubahan-perubahan yang terjadi. Sifat remaja yang memiliki keingintahuan yang sangat besar tentang apa yang belum diketahuinya membuat remaja tersebut ingin mencoba hal-hal yang baru atau yang belum diketahui atau dilihatnya tanpa memperhatikan akibat yang ditimbulkan. (Ernita, Rayana Iswani, and Hafsah Us 2024)(Murfi Hidamansyah 2024)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada siswa-siswi di SMA negeri 08

Kota Banda Aceh yang dikumpulkan sebanyak 15 orang mereka kurang mengetahui dan memahami cara menjaga kesehatan yang baik dan benar, siswa-siswi sering bergadang sampai Tengah malam dan tidak sarapan saat melakukan aktifitas pagi di sekolah sehingga sering siswa-siswi merasakan pusing dan cepat lelah saat menjelang siang dan pada saat proses belajar terjadi, disamping itu mereka juga belum mengerti dan memahami bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi. Banyak siswi yang mengalami siklus haid tidak teratur dan merasakan nyeri haid yang sangat berat sehingga mengganggu proses aktivitas sehari-hari. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan edukasi pada para remaja terkait menjaga Kesehatan dan mengerti memahami pemeriksaan Kesehatan dasar dan menjaga tentang menjaga Kesehatan reproduksi yang baik dan benar.

2. METODE

Kegiatan pengabdian ini berupa pemeriksaan Kesehatan dasar seperti memeriksa tekanan darah, mengecek Kadar Hemoglobin (Hb) dan memberikan edukasi mengenai kesehatan reproduksi pada remaja. Sasaran adalah siswa-siswi SMA Negeri 08 Kota Banda Aceh berjumlah 78 orang. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini berupa pemberian tindakan berupa pemeriksaan Kesehatan dasar pada siswa-siswi dan penyampaian informasi mengenai Kesehatan reproduksi dan memberikan solusi dan penanganan pada siswa-siswi yang memiliki keluhan terhadap Kesehatan reproduksinya. Tempat dilaksanakannya kegiatan ini di Ruang Lab IPA SMA Negeri 08 Kota Banda Aceh.

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 April 2024. Sumber dana kegiatan ini seluruhnya dana mandiri yang berkolaborasi dengan dosen dari program Studi Kesehatan Masyarakat.

Metode yang digunakan oleh tim selama kegiatan pengabdian terdiri dari :

1. Persiapan

- Koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.
- Penyusunan instrumen pemeriksaan kesehatan dasar dan materi konseling kespro.
- Pembentukan tim pelaksana yang terdiri dari tenaga kesehatan dan mahasiswa.
- Persiapan logistik seperti alat kesehatan (tensimeter, timbangan, pengukur tinggi badan, Hb meter, dll) dan media edukasi.

2. Pelaksanaan Pemeriksaan Kesehatan Dasar

- Pemeriksaan dilakukan secara langsung di sekolah kepada para siswa-siswi.
- Pemeriksaan meliputi:
 - Pengukuran tinggi dan berat badan
 - Pemeriksaan tekanan darah
 - Pemeriksaan hemoglobin (Hb)
 - Pemeriksaan kesehatan umum lainnya sesuai kebutuhan
- Hasil pemeriksaan dicatat dalam format yang telah disiapkan untuk keperluan evaluasi.

3. Kegiatan Konseling Kesehatan Reproduksi

- Dilaksanakan dalam bentuk edukasi personal.
- Konseling diberikan dengan pendekatan yang komunikatif dan ramah remaja, disertai dengan media presentasi.

4. Evaluasi dan Tindak Lanjut

- Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung selama kegiatan serta kuesioner pre-post test pengetahuan kespro.
- Hasil pemeriksaan kesehatan diberikan kepada siswa dan disarankan untuk tindak lanjut jika ditemukan kelainan.
- Laporan akhir kegiatan disusun sebagai dokumentasi dan dasar untuk perencanaan kegiatan serupa di masa mendatang.



Gambar 1: Memberikan edukasi kespro dan pemeriksaan Hb pada siswi



Gambar 2. menjelaskan hasil pemeriksaan pada siswi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan di SMA Negeri 08 Kota Banda Aceh oleh Dosen Program studi S1 Kebidanan dan Kesehatan Masyarakat Universitas Ubudiyah Indonesia. Kegiatan pemeriksaan kesehatan dasar dan konseling kesehatan reproduksi dilaksanakan pada tanggal 15 April 2025 di SMA Negeri 08 Kota Banda Aceh. Peserta kegiatan berjumlah 78 orang siswa dan 5 orang guru. Para peserta dari siswa dan guru memberikan tanggapan yang positif dan sangat antusias. Kegiatan pengabdian ini dilakukan evaluasi sebagai berikut :

1. Kehadiran pelaksana yang ditetapkan yaitu dari Dosen S1 Kebidanan dan Kesehatan Masyarakat Universitas Ubudiyah Indonesia Fakultas Ilmu Kesehatan yang seluruhnya hadir ada 4 orang dan 8 orang mahasiswa.
2. Pemeriksaan yang dilakukan adalah pemeriksaan kesehatan dasar yaitu, cek tekanan darah, timbang berat badan, dan edukasi kesehatan reproduksi.
3. Para peserta berperan aktif dalam memberikan pertanyaan dan mampu menjawab pertanyaan yang diberikan mengenai seputaran materi yang disampaikan.



Gambar 3. Foto bersama setelah melakukan kegiatan

4. PEMBAHASAN

Hasil pemeriksaan menunjukkan sebagian besar siswa memiliki kadar HB normal, namun masih ditemukan siswa dengan Hb rendah. Kondisi ini perlu

mendapat perhatian karena kekurangan Kadar Hemoglobin pada remaja dapat menyebabkan anemia pada remaja dan kurang fokus dalam konsentrasi belajar.

Tekanan darah sebagian besar normal, namun terdapat siswa yang memiliki tekanan darah rendah pada beberapa siswa yang disebabkan oleh pola makan yang kurang teratur dan sering bergadang tengah malam.

Edukasi yang diberikan pada remaja tentang menjaga kesehatan dan penanganan pada permasalahan kesehatan reproduksi memberikan informasi yang lengkap pada siswa dan dapat merubah perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi kesehatan memiliki beberapa tujuan antara lain : tercapainya perbaikan perilaku pada sasaran dalam ememlihara dan membina perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta peran aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.(Siregar et al. 2023).

5. KESIMPULAN

Kegiatan pemeriksaan kesehatan dasar dan pemberian edukasi kesehatan reproduksi di SMA Negeri 08 Kota Banda Aceh berjalan dengan lancar. Dalam kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian banyak siswa memiliki kadar hb yang normal
2. Sebagian banyak siswa memiliki tekanan darah yang normal
3. Edukasi penanganan permasalahan kesehatan reproduksi pada siswa dan siswi memberikan informasi yang positif sehingga siswa dan siswi dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari tentang bagaimana menjaga kebersihan alat reproduksi, menangani nyeri haid saat menstruasi datang, dan mengatur pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, antar lain salah satunya tidak membiasakan diri untuk bergadang dan tidak sarapan.

6. SARAN

Kegiatan Ini Bermanfaat Sebagai Langkah Promotif Fan Preventif Dalam Mendukung Kesehatan Remaja Serta Direkomendasikan Untuk Dilakukan

Secara Rutin Dan Berkesinambungan Di Sekolah.

7. REFERENSI

- Ernita, Rayana Iswani, And Hafsa Us. 2024. "Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Masa Remaja Di SMP 2 Meurah Mulia Kabupaten Aceh Utara." *Jurnal Pengabdian Meambo* 3(1): 42–46. Doi:10.56742/Jpm.V3i1.82.
- Hutapea, Adventina Delima, Riama Marlyn Sihombing, Peggy Sara Tahulending, And Christie Lidya Rumerung. 2023. "Edukasi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja." *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)* 6(2): 1–7. Doi:10.37695/Pkmcsr.V6i0.1949.
- Murfi Hidamansyah. 2024. "Peningkatan Self Efficacy Remaja Pada Prilaku Kesehatan Reproduksi Pada SMK Darussalam Sampang." 6(1): 79–87.
- Nova, Rikha Rama, And Agustina Wardiati. 2023. "SISWI TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI DI SMA NEGERI 9." 4: 396–403.
- Nuzul, Raudhatun ZA. 2023. "Peningkatan Kesehatan Remaja Melalui Penyuluhan Tentang Cara Memelihara Kesehatan Organ Reproduksi Pada Remaja Di Mtsn 04 Banda Aceh." 5(1): 103–7.
- Rahmadhani, Syahri. 2023. "Determinan Literasi Kesehatan Reproduksi Pada Siswi Di Smp N 10 Fajar Harapan Kota Banda Aceh." 4: 820–27.
- Siregar, Maya Ardilla, Ani Rahmadhani Kaban, Afina Muharani Saftriani, And Hizrah Hanim. 2023. "Pemeriksaan Kesehatan Remaja Dan Edukasi Gerakan Remaja Sayang Ginjal Pada Siswa-Siswi Di Perguruan Islam Modern Amanah Sekolah Menengah Pertama Tahfiz Qur ' An." 1(2): 141–48.