

EDUKASI KESEHATAN PADA REMAJA TENTANG MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI

Health Education for Adolescents About Maintaining Reproductive Health

Raudhatun Nuzul ZA¹⁾, Rizky Swastika Renjani¹⁾, Rahmayani³⁾

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

Email: raudhatun@uui.ac.id

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Serambi Mekkah, Indonesia

Email: rahmayani@serambimekkah.ac.id

Corresponding Author: raudhatun@uui.ac.id

Abstrak

Masa remaja merupakan salah satu masa terjadinya perkembangan paling pesat dalam perjalanan hidup manusia. Proses pematangan secara biologis umumnya mendahului kematangan psikososial pada remaja. Kesehatan Reproduksi remaja merupakan suatu hal yang sangat perlu mendapat perhatian penuh dan serius oleh semua khalayak. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan edukasi pada para remaja terkait pemahaman tentang menjaga Kesehatan reproduksi yang baik dan benar. Kegiatan pengabdian ini berupa penyuluhan tentang Edukasi Menjaga kesehatan reproduksi pada masa remaja. Sasaran adalah Mahasiswa Prodi Kesehatan yang berjumlah 50 orang. Tempat dilaksanakannya kegiatan ini di Aula Plenary Hall UUI. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 21 Desember 2024. Hasil dari kegiatan ini para peserta berperan aktif dalam memberikan pertanyaan dan mampu menjawab pertanyaan yang diberikan mengenai seputaran materi yang disampaikan. Dengan pemberian edukasi ini sangat diharapkan agar para remaja dapat menerapkan dalam perilaku sehari-hari agar terhindar dari penyakit dan infeksi yang akan terjadi di masa mendatang

Kata Kunci: Edukasi, Remaja, Kesehatan Reproduksi

Abstract

Adolescence is one of the periods of most rapid development in the course of human life. The process of biological maturation generally precedes psychosocial maturity in adolescents. Adolescent reproductive health is something that really needs full and serious attention from all audiences. The aim of this activity is to increase education among teenagers regarding understanding about maintaining good and correct reproductive health. This service activity takes the form of counseling regarding education on maintaining reproductive health during adolescence. The target is 50 Health Study Program students. The place where this activity was carried out was in the UUI Plenary Hall. This activity was carried out on December 21 2024. As a result of this activity, the participants played an active role in asking questions and were able to answer questions given regarding the material presented. By providing this education, it is hoped that teenagers can apply it in their daily behavior to avoid diseases and infections that will occur in the future.

Keywords: Education, Adolescents, Reproductive Health

1. PENDAHULUAN

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 pengantaran tidur. Hal ini menyebabkan remaja cenderung tertarik untuk mengeksplorasi dan bereksperimen tanpa mempertimbangkan konsekuensinya. ((Hutapea et al. 2023)

Kesehatan Reproduksi remaja merupakan suatu hal yang sangat perlu mendapat perhatian penuh dan serius oleh semua khalayak (Ernita, Rayana Iswani, and Hafsa 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 diketahui atau dilihatnya tanpa memperhatikan akibat yang ditimbulkan. (Ernita, Rayana Iswani, and Hafsa Us 2024)

Kesehatan reproduksi remaja merupakan kondisi Kesehatan yang menyangkut masalah Kesehatan organ reproduksi, yang kesiapannya dimulai sejak usia remaja ditandai oleh haid pertama kalipada remaja perempuan atau mimpi basah bagi remaja laki-laki. Kesehatan reproduksi remaja meliputi fungsi, proses dan system reproduksi remaja. Sehat yang dimaksudkan tidak hanya semata-mata bebas dari penyakit atau dari cacat saja, tetapi juga sehat baik fisik, mental maupun social. (Kemenkes RI, 2018).

Masa puber anak dewasa akan mengalami perubahan fisik yang signifikan seperti kemampuan system reproduksi. Akan tetapi fakta menunjukkan sebagian besar remaja tidak paham dan pada kondisi Kesehatan reproduksi seperti siklus menstruasi dan proses terjadinya kehamilan (Ernawati, 2018) serta masa peralihan dari anak ke dewasa baik secara jasmani maupun rohani pada masa remaja ditandai oleh berbagai

perubahan organ fisik, emosi, psikis yang menentukan bagi pribadi remaja dalam proses pertumbuhan fisik, emosi, psikis yang menentukan bagi pribadi remaja dalam proses pertumbuhan fisik, kematangan kognitif dan psikososial dan perubahan tersebut terjadi tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan dan mental emosional. Berbagai masalah Kesehatan seksual dan reproduksi terjadi dikalangan remaja. Masalah yang cukup tinggi pada remaja saat ini adalah kehamilan pada remaja (Boseran, S., Sinrang, A.W., & Jusuf, E. C. (2023). Perubahan perilaku seksual remaja yang menjurus ke arah bebas, menimbulkan resiko yang harus diperhitungkan. Resiko ini meliputi kehamilan remaja yang tidak diinginkan atau penyakit hubungans seksual dengan akibat penyakit radang panggul, infertilitas, tau kehamilan ektopik (Amalia and Azinar, 2017)

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya ditemukan bahwa factor yang mempengaruhi adalah dilihat dari faktor internal dan eksternal. Factor internal meliputi norma negative remaja, pengetahuan, gaya hidup bebas. Dilihat dari factor eksternal adalah teman sebaya, interaksi dengan keluarga yang tidak harmonis serta lingkungan yang beresiko

(Annisa Febriana & Sigit Mulyono, 2022). Selain itu juga peran orang tua menjadi salah satu factor yang dapat memberikan dukungan secara emosional mengenai menjaga Kesehatan reproduksi anaknya. Sehingga informasi Kesehatan dapat secara lengkap diketahui remaja.

Sebuah penelitian di Amerika Serikat menyebutkan bahwa Pendidikan seks harus diajarkan sejak dini baik di keluarga maupun di sekolah disesuaikan dengan usianya. Pendidikan seks ini dilakukan untuk mencegah terjadi kehamilan pranikah remaja, aborsi dan masalah Kesehatan perempuan maupun pada bayinya. Hal; tersebut sesuai dengan penelitian di Italy bahwa Pendidikan Kesehatan reproduksi dapat meningkatkan pengetahuan remaja sehingga mencegah terjadinya kehamilan pada remaja (Stranger-Hall and Hall, 2011).

Berdasarkan hasil wawancara yang dikumpulkan pada sekelompok remaja di Lingkungan Universitas Ubudiyah Indonesia mereka belum mengerti dan memahami bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi yang baik dan benar. Disamping itu mereka juga kurang mendapatkan informasi mengenai pengetahuan tentang Kesehatan reproduksi pada remaja. Tujuan dari

kegiatan ini adalah untuk meningkatkan edukasi pada para remaja terkait pemahaman tentang menjaga Kesehatan reproduksi yang baik dan benar.

2. METODE

Kegiatan pengabdian ini berupa penyuluhan tentang Edukasi Menjaga kesehatan reproduksi pada masa remaja. Sasaran adalah Mahasiswa Prodi Kesehatan yang berjumlah 50 orang. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini berupa penyampaian informasi dan edukasi yang pelaksanaannya berupa ceramah dan tanya jawab. Tempat dialaksanakannya kegiatan ini di Aula Plenary Hall UII. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 21 Desember 2024. Sumber dana kegiatan ini seluruhnya dana mandiri yang melibatkan para Petugas Kesehatan dari Puskesmas Jeulinge sebagai Tim Kolaborasi dalam Kegiatan ini.

Metode yang digunakan oleh tim selama kegiatan pengabdian terdiri dari :

1. Pengembangan materi

Pada tahap awal tim pelaksana pengabdian yang terdiri dari dosen Fakultas Ilmu Kesehatan melakukan analisis materi yang disampaikan pada saat pelaksanaan kegiatan penyuluhan.

2. Pemaparan Materi tentang Menjaga Kesehatan Reproduksi pada Remaja.

Pada materi ini, mahasiswa dan mahasiswi diberikan penjelasan mengenai definisi Kesehatan reproduksi, perkembangan Kesehatan reproduksi pada pria dan Wanita, dan cara menjaga Kesehatan reproduksi.

3. Tanya jawab dan Penutup

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



Gambar 1: Mahasiswa mendengarkan materi yang disampaikan oleh pemateri



Gambar 2. Pemateri menjelaskan Materi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan di Universitas Ubudiyah Indonesia. Para peserta dari Mahasiswa memberikan tanggapan yang positif dan sangat antusias. Kegiatan pengabdian ini dilakukan evaluasi sebagai berikut :

1. Kehadiran pelaksana yang ditetapkan yaitu dari Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan dan Petugas Kesehatan dari Puskesmas Jeulingke seluruhnya hadir
2. Materi yang disampaikan dipahami oleh seluruh peserta kegiatan
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. KESIMPULAN

Kegiatan ini sudah dilakukan di Aula Plenary Hall Universitas Ubudiyah

Indonesia yang berkolaborasi dengan Puskesmas Jeulingke yang bertujuan memberikan edukasi dan pengetahuan kepada tentang Menjaga Kesehatan Reproduksi pada Mahasiswa dan Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan. Dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat telah berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang menjaga kesehatan reproduksi pada pria dan Wanita. Dengan pemberian edukasi ini sangat diharapkan agar para remaja dapat menerapkan dalam perilaku sehari-hari agar terhindar dari penyakit dan infeksi yang akan terjadi di masa mendatang.

5. REFERENSI

A. Artikel Jurnal

- Amalia, E., & Azinar, M. (2017). Kehamilan tidak diinginkan pada remaja. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 1(1), 1-7
- Boseren, S., Sinrang, A. W., & Jusuf, E. C. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reprduksi Menggunakan Media Video terhadap Pengetahuan tentang Dampak KEhamilan pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 15(3), 1339-1346.
- Ernawati, H. (2018). Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja di Daerah Pedesaan. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(1), 58-64.

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/pkmsr.v6i0.1949.

Kementrian Kesehatan RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kemenkes RI. Diakses pada tanggal 24 Januari 2019 dari http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpo_p_2018/Hasil%20Risikesdas%202018.pdf

Stranger-Hall, K.F., & Hall, D.W. (2011). Abstinence-only education and teen pregnancy rates: Why we need comprehensive sex education in the US. *PloS one*, 6(10), e24658.