

EDUKASI PENINGKATAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH ALIYAH RANTEBELU

Irmayanti¹, Zamli²

irmayantijufri29@gmail.com¹, zamlizam2019@gmail.com²

Universitas Mega Buana Palopo

ABSTRAK

Remaja adalah masa transisi antara anak-anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, mental, dan sosial. Berbagai masalah seringkali muncul sebagai akibat dari banyaknya perubahan yang terjadi pada masa remaja. Edukasi tentang kesehatan reproduksi pada remaja adalah intervensi penting untuk mengurangi masalah kesehatan reproduksi yang masih dihadapi oleh remaja. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja di Indonesia masih menganggap seksualitas sebagai sesuatu yang tidak boleh dibicarakan dan oleh karena itu kurangnya akses informasi tentang kesehatan reproduksi. Peserta edukasi adalah siswi Madrasah Aliyah Rantebelu sejumlah 22 orang. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah ceramah interaktif, dimana dilakukan pre-test dan post-test sebelum dan sesudah edukasi. Media yang digunakan dalam kegiatan ini berupa video edukasi, leaflet dan kuesioner. Setelah itu dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab antara pemateri dan siswi. Hasil dari kegiatan ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi pada remaja sebelum dan setelah edukasi yaitu dari 34.8%% meningkat menjadi 76,2%.

Kata Kunci: Kesehatan Reproduksi, Remaja, Edukasi.

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period between childhood and adulthood, marked by physical, mental, and social changes. Various problems often arise as a result of the many changes that occur during adolescence. Reproductive health education for adolescents is a crucial intervention to reduce the reproductive health issues they still face. This is due to the fact that adolescents in Indonesia still consider sexuality to be something that should not be discussed, resulting in a lack of access to reproductive health information. Twenty-two female students from Madrasah Aliyah Rantebelu participated in the education. The method used in this activity was an interactive lecture, with pre- and post-tests administered before and after the education. The media used in this activity included educational videos, leaflets, and questionnaires. A discussion and question-and-answer session followed between the presenters and the students. The results of this activity showed an increase in adolescent knowledge about reproductive health before and after the education, from 34.8% to 76.2%.

Keywords: Reproductive Health, Adolescents, Edukasi.

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan masalah kesehatan yang penting untuk mendapatkan perhatian terutama di kalangan remaja sebagai penerus bangsa. Masa remaja diwarnai oleh pertumbuhan, munculnya berbagai kesempatan dan perubahan seringkali menghadapi risiko-risiko Kesehatan reproduksi. Undang-undang Kesehatan hadir untuk menjamin pemenuhan hak-hak Kesehatan reproduksi laki-laki atau perempuan berdasarkan siklus hidup, menjaga dan meningkatkan kesehatan sistem reproduksi, sehingga dapat membentuk generasi yang sehat dan berkualitas. (Kemenkes RI, 2023)

Masa remaja merupakan peralihan masa kanak-kanak menjadi dewasa yang melibatkan perubahan berbagai aspek seperti biologis, psikologis, dan sosial-budaya. WHO (World Health Organization) mendefinisikan remaja sebagai perkembangan dari saat

timbulnya tanda seks sekunder hingga tercapainya maturasi seksual dan reproduksi, suatu proses pencapaian mental dan identitas dewasa, serta peralihan dari ketergantungan sosioekonomi menjadi mandiri. (Iceu, 2022)

Secara biologis, saat seorang anak mengalami pubertas dianggap sebagai indikator awal masa remaja. Namun karena tidak adanya petanda biologis yang berarti untuk menandai berakhirnya masa remaja, maka faktor-faktor sosial, seperti pernikahan, biasanya digunakan sebagai petanda untuk memasuki masa dewasa. Rentang usia remaja bervariasi bergantung pada budaya dan tujuan penggunaannya. Di Indonesia berbagai studi pada kesehatan reproduksi remaja mendefinisikan remaja sebagai orang muda berusia 15-24 tahun. Sedangkan menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) remaja berusia 10-24 tahun. Sementara Departemen Kesehatan dalam program kerjanya menjelaskan bahwa remaja adalah usia 10-19 tahun. Di dalam kehidupan sehari-hari masyarakat menganggap remaja adalah mereka yang belum menikah dan berusia antara 13-16 tahun, atau mereka yang bersekolah di sekolah menengah pertama (SMP) dan sekolah menengah atas (SMA). (Siti Maryani 2011)

Seiring dengan perubahan fisik dan psikis, remaja harus beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada dirinya. Khususnya, remaja putri yang akan menjadi ibu dan melahirkan anak generasi berikutnya perlu mengalami masa remaja yang sehat dan gembira. Pada masa remaja, remaja putri mengalami menarche, atau menstruasi pertama. Pada masa menstruasi ini, remaja putri juga mengalami sindrom pramenstruasi (PMS) Masalah saat menstruasi, termasuk dismenore, mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Remaja yang mengalami dismenore saat menstruasi memerlukan waktu istirahat yang lebih banyak dibandingkan beraktivitas dan juga kurang maksimal dalam berprestasi di sekolah dibandingkan dengan remaja yang tidak menderita dismenore. Hal ini menunjukkan bahwa dismenore mempengaruhi kualitas hidup remaja. Dismenore dapat ditangani dengan pencegahan dan pengobatan. Dismenore dapat dicegah dengan menghindari stres, pola makan, istirahat yang cukup, olahraga teratur, dan kompres hangat. Perawatan yang mungkin dilakukan meliputi pengobatan herbal, penggunaan suplemen nutrisi, relaksasi, hipnoterapi, dan akupunktur. Dari semua pilihan pengobatan yang ada, cara terbaik untuk mengobati dismenore adalah pencegahan. (Ariani, 2024).

Kesehatan reproduksi remaja adalah kondisi sehat yang mencakup sistem, fungsi, dan proses reproduksi pada remaja yang sehat secara mental dan sosial kultural. Karena organ seksual remaja telah aktif pada masa ini, menjaga kesehatan reproduksi sangat penting. SDKI 2012 menunjukkan bahwa KRR masih rendah, dengan 73, 46% remaja laki-laki dan 75, 6% remaja perempuan usia 15 hingga 19 tahun di Indonesia tidak mengetahui pengetahuan yang cukup tentang kesehatan reproduksi. (Ni Putu.,A 2022).

METODE PENELITIAN

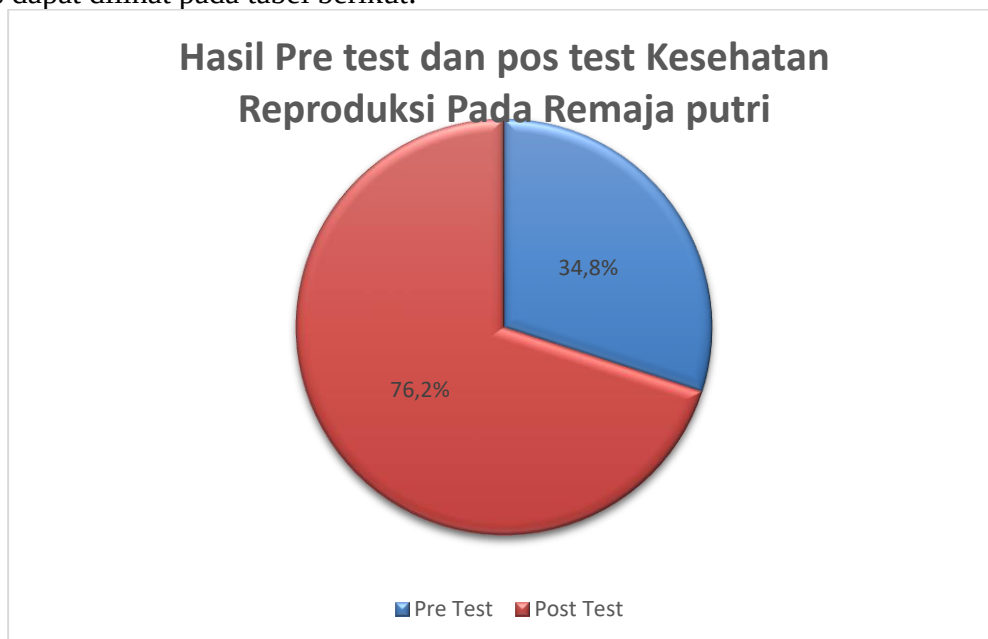
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif partisipatif dengan melibatkan peserta secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, menonton simulasi terjadinya menstruasi dan cara membersihkan area genitalia pada saat menstruasi serta evaluasi pre-test dan post-test terhadap 22 peserta. Pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam menjaga system reproduksi remaja.

Kegiatan dilaksanakan di Madrasah Aliyah Rantebelu, Kecamatan Larompong, Kabupaten Luwu, Sulawesi Selatan, sebanyak 22 Siswi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Madrasah Aliyah Rantebelu terletak di Desa Rantebelu adalah salah satu desa yang

terletak di Kecamatan Larompong. Kegiatan ini diawali dengan menggali pengetahuan siswi dengan pretest tentang kesehatan reproduksi dengan hasil 34,8% setelah dilakukan edukasi kemudian dilakukan post test menunjuk peningkatan pengetahuan siswa/siswi dengan hasil 76,2% dapat dilihat pada tabel berikut:



Gambar 1. Peningkatan Pemahaman Peserta Setelah Edukasi

Hasil pretest pengetahuan siswa/i tentang kesehatan remaja lebih dari setengahnya kategori cukup (34,8%). Setelah dilaksanakan pemberian materi hasil post test mengalami peningkatan dalam hal pengetahuan tentang pentingnya menjaga kebersihan system reproduksi pada remaja putri dan edukasi terjadinya menstruasi, untuk mengurangi angka penyebaran penyakit infeksi banteri dan kuman serta menjaga kesehatan reproduksi jadi bersih dan sehat dan penanganan dismenorhea menjadi lebih dari setengahnya kategori baik (76,2%). Sasaran siswi kelas 1, mereka berada di usia remaja (15-17 tahun) yang butuh perhatian untuk mempersiapkan diri serta kematangan alat reproduksi dengan menjaga kesehatan reproduksi tersebut, supaya nantinya saat berkeluarga tidak ada keluhan atau masalah terkait dengan reproduksi.

Akbar (2018) menyatakan bahwa penting untuk memberikan pendekatan pendidikan seksualitas yang komprehensif kepada remaja berdasarkan kenyataan bahwa remaja mempunyai hak atas pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai. Bagi remaja putri, menstruasi dapat meningkatkan kebutuhan zat besi, sehingga zat besi diperlukan pada masa subur untuk mengimbangi kehilangan zat besi yang terjadi pada saat menstruasi. Kehilangan zat besi saat menstruasi berkisar antara 12,5 hingga 15 mg zat besi dalam darah menstruasi, atau 0,4 hingga 0,5 mg zat besi per hari. Jika generasi muda tidak memperhatikan asupan nutrisi dalam makanannya, maka risiko terjadinya anemia akan meningkat. Kebiasaan makan yang tidak teratur dan rendahnya asupan produk hewani juga dapat menyebabkan anemia.

Salah satu cara untuk mencegah remaja terlibat dalam perilaku seksual berisiko adalah dengan meningkatkan kesadaran remaja tentang kesehatan reproduksi. Sekolah adalah tempat terbaik untuk belajar tentang kesehatan reproduksi. Karena sebagian besar remaja menghabiskan waktunya di sekolah dan membentuk komunitas dan sosialisasi di sana, sekolah harus memiliki peluang yang baik untuk mempengaruhi perilaku kesehatan reproduksi remaja. Sekolah juga adalah tempat yang tepat untuk belajar tentang kesehatan reproduksi remaja. Banyak ahli psikologi perkembangan menyebut masa krisis jenis

konseling atau edukasi ini karena dimaksudkan untuk menangani masalah dan krisis yang muncul selama masa remaja. Semua aspek kehidupan remaja dipengaruhi oleh berbagai masalah yang terjadi pada mereka, termasuk biologis, kognitif, moral, dan psikologis, serta pengaruh dari lingkungan mereka. Kesehatan reproduksi adalah salah satu perhatian utama remaja saat ini (Haley et al., 2019).

upaya untuk meningkatkan kesehatan anak usia sekolah melalui program lintas sektor yang berhubungan dengan Pelayanan Kesehatan Sekolah (UKS). Kampanye ini mencakup pemeriksaan rutin dan pemeriksaan kesehatan, pemberian suplemen darah kepada remaja perempuan, membangun kantin sekolah yang sehat, memberikan imunisasi, dan membantu petugas kesehatan yang bekerja di sekolah. Skrining kesehatan adalah salah satu indikator UKS nasional dan daerah, yang ditunjukkan oleh RPJMN Bidang Kesehatan, Renstra Kementerian Kesehatan, dan Standar Pelayanan Minimal Kabupaten/Kota.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan sosialisasi yang telah dilakukan yaitu terjadi peningkatan pemahaman siswi di Madrasah Aliyah Rantebelu mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Hal ini tergambarkan dari antusiasme siswi mendengarkan materi serta elaborasi pertanyaansiswi yang cukup luas dan menjadi tanda penyampaian materi dan pemberian leaflet dapat dipahami dengan baik.

Dengan terselenggaranya kegiatan Pengabdian Masyarakat merupakan salah satu tugas dari Tridarma Pendidikan dalam bentuk Pengabdian kesehatan yang dilaksanakan melalui ceramah, Hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang kesehatan reproduksi remaja (KRR) ini mampu meningkatkan pengetahuan remaja disbanding sebelum dilakukan.

Saran

- a. Adakan pelatihan khusus bagi guru tentang cara menyampaikan informasi kesehatan reproduksi dengan efektif dan sensitif terhadap kebutuhan siswa
- b. Guru harus dibekali pemahaman yang baik tentang kesehatan reproduksi agar dapat menyampaikan informasi yang benar dan akurat kepada siswa
- c. Ciptakan lingkungan belajar yang aman dan nyaman bagi siswa untuk bertanya dan berdiskusi tentang masalah kesehatan reproduksi tanpa merasa takut atau malu
- d. Tingkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan dampaknya terhadap kesehatan secara keseluruhan
- e. Berikan informasi tentang risiko penyakit menular seksual, kehamilan dini, dan kekerasan seksual, serta cara menghindarinya
- f. Jalin kerjasama dengan pihak sekolah untuk menyelenggarakan program kesehatan reproduksi yang berkelanjutan
- g. Libatkan dokter dan tenaga medis dalam kegiatan edukasi kesehatan reproduksi di sekolah, baik melalui penyuluhan maupun konsultasi langsung
- h. Libatkan berbagai pihak terkait, seperti orang tua, tokoh masyarakat, dan organisasi terkait, untuk mendukung program edukasi kesehatan reproduksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar Asfar and Wa Ode Sri Asnaniar (2018). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Penyakit HIV/AIDS Di SMP Baznas Provinsi Sulawesi Selatan. *Journal Of Islamic Nursing*. 3. pp. 26–31.
- Ariani, A., sutriyswan, A., & Mulyati, I (2024). Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pos Kesehatah Remaja di SMPN 1 Rancaekek. <https://akbidhipekalongan.ac.id/e-journal/index.php/abdimaship/article/view/299>
- Dr. Andi Maryam., Putri Santy., Regina Ona Adesta., DKK (2021). Perempuan Dan

- Permasalahannya Dalam Sistem Reproduksi. Media Sains Indonesia.
https://books.google.co.id/books?id=0t0_EAAAQBAJ
- Eneng Daryanti, S. S. T. M. K., & Lina Marlina, S. S. T. M.K. (2021). Kesehatan Perempuan dan Perencanaan Keluarga. Langgam Pustaka .
<https://books.google.co.id/books?id=fbdVEAAAQBAJ>
- Haley, S. G., Tordoff, D. M., Kantor, A. Z., Crouch, J. M., & Ahrens, K. R. (2019). Sex Education for Transgender and Non-Binary Youth: Previous Experiences and Recommended Content. *Journal of Sexual Medicine*, 16(11), 1834–1848. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2019.08.009>
- Iceu Mulyati, Sri Lestari and Meda Yuliani (2022). Analisis Penatalaksanaan Dismenore Primer pada Remaja Putri dengan Penggunaan Terapi Teh Herbal Chamomile Disalah Satu Sekolah Menengah di Bandung.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023). Kesehatan Menjamin Pemenuhan Hak Kesehatan Reproduksi untuk Membentuk Generasi yang Sehat dan Berkualitas
- Kurnia Indriyanti., P.S., Vera Virgia., DKK, (2022). Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) https://repos.dianhusada.ac.id/657/1/BC%20Kespro%20Remaja_NIA.pdf
- Mareti, S., & Nurasa, I. (2022). Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Kota Pangkalpinang. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 9(2), 25–32. <https://doi.org/10.32539/jks.v9i2.154>
- Ni Putu, A., Susilia I., Anna, L.S. (2022) Kurangnya Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi
- Siti Maryani (2011) Asuhan Kesehatan Produksi dan Keluarga Berencana. Yogyakarta: Get Press Indonesia.
- World Health Organization (WHO) (2015) Adolescent development. World Health Organization (WHO).