

**PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA UNTUK MENCEGAH
MASALAH KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SIDOTOPO WETAN SURABAYA**

Fulatul Anifah¹ Fathiya Luthfil Yumni²

¹Prodi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

²Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

Email: fulatulanifah@umsurabaya.ac.id

Abstrak

Masa pubertas merupakan periode perkembangan remaja dimana terjadi perubahan fisik dan terjadi kematangan seksual. Beberapa remaja mengalami perubahan lebih dini dan hal ini dapat menimbulkan permasalahan karena pengetahuan remaja tentang Kesehatan reproduksi masih kurang. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang Kesehatan Reproduksi Remaja. Kegiatan dilaksanakan dengan menggunakan prosedur perencanaan, persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan kegiatan dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang direncanakan dengan sasaran remaja di wilayah kerja Puskesmas Sidotopo Wetan. Setelah kegiatan ini remaja mampu menjelaskan definisi Kesehatan reproduksi, pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi, perubahan fisik remaja, dan penyakit-penyakit yang berhubungan dengan Kesehatan reproduksi. Hal ini dapat dijadikan bekal dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalah Kesehatan reproduksi remaja.

Abstract

Puberty is a period of adolescent development where physical changes occur and sexual maturity occurs. Some adolescents experience changes earlier and this can cause problems because adolescent knowledge about reproductive health is still lacking. This training aims to increase adolescent understanding of Adolescent Reproductive Health. Activities are carried out using planning, preparation, implementation and evaluation procedures. The results of this activity showed that the activity was carried out according to the planned schedule targeting adolescents in the work area of the Sidotopo Wetan Health Center. After this activity adolescents are able to explain the definition of reproductive health, the importance of maintaining the cleanliness of reproductive organs, adolescent physical changes, and diseases related to reproductive health. This can be used as a provision in meeting the needs and overcoming adolescent reproductive health problems.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual. Remaja

tidak mempunyai tempat yang jelas, yaitu bahwa mereka tidak termasuk golongan anak-anak tetapi tidak juga termasuk golongan dewasa. Perkembangan biologis dan psikologis remaja dipengaruhi oleh

perkembangan lingkungan dan sosial. Oleh karena itu remaja akan berjuang untuk melepaskan ketergantungannya kepada orang tua dan berusaha mencapai kemandirian sehingga mereka dapat diterima dan diakui sebagai orang dewasa.

Menjaga Kesehatan reproduksi adalah hal yang sangat penting terutama bagi para remaja, karena pada masa remaja adalah waktu terbaik untuk membangun kebiasaan baik terutama dalam menjaga kebersihan dan menjadi asset sangat penting dalam jangka panjang khususnya remaja putri.

Factor-faktor yang berhubungan dengan Kesehatan reproduksi yaitu factor sosial ekonomi dan demografi, factor budaya dan lingkungan, factor psikologis, dan factor biologis. Pengaruh informasi global (paparan media audio-visual) yang semakin mudah diakses akan memancing anak dan remaja untuk mengadaptasi kebiasaan-kebiasaan tidak sehat seperti merokok, minum minuman beralkohol, penyalahgunaan obat dan suntikan terlarang, perkelahian antar-remaja atau tawuran.

Hasil penelitian pada tahun 2017 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan Kesehatan reproduksi remaja dengan sikap seksual pranikah (Handhika, 2017). Factor internal yang mempengaruhi pengetahuan adalah usia. Semakin cukup umur, tingkat kematangan

dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Factor eksternal yang mempengaruhi pengetahuan adalah minat remaja untuk mengetahui tentang kesehatan reproduksi.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas penulis ingin meningkatkan pengetahuan remaja tentang Kesehatan reproduksi remaja untuk mencegah masalah Kesehatan reproduksi.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini secara umum menggunakan prosedur perencanaan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

A. Perencanaan

Tahap perencanaan pada kegiatan pengabdian ini diawali dengan membentuk coordinator penanggung jawab untuk membagi tugas setiap tim sesuai dengan *job description* sehingga kegiatan dapat berjalan dengan baik dan lancar.

B. Persiapan

Pada tahap persiapan, tim menyiapkan materi edukasi tentang Pendidikan keterampilan hidup sehat, menyiapkan media pendidikan, berita acara, daftar hadir, dan perlengkapan penunjang lainnya, memberikan undangan dan berkoordinasi dengan pihak Puskesmas Sidotopo Wetan

Surabaya yang bertanggung jawab pada kegiatan remaja.

C. Pelaksanaan

Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja untuk mencegah masalah Kesehatan reproduksi pada bulan Agustus di ruang pertemuan Puskesmas Sidotopo Wetan Surabaya.

D. Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan memberikan umpan balik terhadap kegiatan pelatihan ini. Metode evaluasi juga dilakukan evaluasi persiapan, observasi kegiatan pelaksanaan dan respon tertulis terhadap kepuasan peserta pada kegiatan pengabdian ini.

PEMBAHASAN PELAKSANAAN

Usia remaja adalah 10-19 tahun tetapi berdasarkan penggolongan usia remaja terbagi atas masa remaja awal yaitu 10-13 tahun, masa remaja tengah 14-16 tahun dan masa remaja akhir yaitu 17-19 tahun. Responden pada penelitian ini paling banyak berusia 16 tahun dengan jumlah 20 orang atau 65% untuk 15 tahun 3 orang atau 10% dan usia 17 tahun sebanyak 8 orang atau 25% dan jumlah responden menurut jenis kelamin yaitu jumlah perempuan sebanyak 21 orang atau 68% dan 10 orang laki-laki atau 12%.

Pendidikan Kesehatan reproduksi yang diberikan meliputi pengertian

Kesehatan reproduksi, pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi, menjaga kebersihan organ reproduksi, perubahan fisik remaja, dan penyakit-penyakit yang berhubungan dengan Kesehatan reproduksi.

Masa remaja merupakan salah satu dari periode perkembangan manusia, pada masa ini remaja mengalami perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, psikologis, dan sosial. Usia remaja biasanya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Wirenviona, dkk., 2020)

Menurut WHO remaja merupakan individu yang sedang mengalami masa peralihan yang secara berangsur-angsur mencapai kematangan seksual, mengalami perubahan jiwa dari jiwa anak-anak menjadi dewasa, dan mengalami perubahan keadaan ekonomi dari ketergantungan menjadi relative mandiri. Ada dua aspek pokok dalam perubahan pada remaja, yakni perubahan fisik atau biologis dan perubahan psikologis (Putri, dkk., 2022).

Pada saat haid dinding Rahim bagian dalam mengalami pelepasan sehingga rawan terkena infeksi oleh karena itu penting sekali mengajarkan remaja tentang menjaga Kesehatan reproduksi Wanita yaitu dengan menggunakan pembalut bersih dan mengganti seara teratur 2-3 kali

dalam sehari atau setiap setelah buang air kecil atau apabila pembalut telah penuh darah atau saat mandi (Akbar, dkk. 2021)

Cara membersihkan organ genitalia dengan mengguankan air bersih dari arah depan ke belakang dan dikeringkan dengan handuk kering sebelum menggunakan celana dalam. Hal-hal yang perlu diperhatikan karena daerah genitalia lembab sehingga jamur akan mudah tumbuh dan menyebabkan rasa gatal, adalah: memakai celana dalam yang bersih, tidak ketat, dan mengganti dua kali sehari (Matahari, dan Utami, 2018).

Perilaku Seksual merupakan salah satu bentuk perilaku manusia yang sangat berhubungan dengan Kesehatan reproduksi seseorang. 4 Faktor yang berhubungan dengan Kesehatan reproduksi, yaitu: (1) factor sosial ekonomi dan demografi, factor budaya dan lingkungan, factor psikologis, factor biologis. Pengaruh informasi global seperti paparan media audio-visual yang semakin mudah diakses justru memancing anak dan remaja untuk mengadaptasi kebiasaan-kebiasaan tidak sehat seperti merokok, minum-minuman beralkohol, penyalahgunaan obat dan suntikan terlarang, perkelahian antar remaja atau tawuran (Mutmainnah, dkk., 2021).

KESIMPULAN

Hasil Kegiatan ini adalah Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja untuk

mencegah masalah Kesehatan reproduksi remaja dilaksanakan tepat waktu sesuai dengan kontrak waktu yang direncanakan dengan sasaran remaja SMP di Wilayah Puskesmas Sidotopo Wetan Surabaya.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa seluruh peserta aktif dalam mengikuti kegiatan pelatihan dan antusias. Tindak lanjut dari evaluasi kegiatan ini adalah adanya rencana selanjutnya dari remaja dan pihak puskesmas Sidotopo Wetan Surabaya yaitu memberikan motivasi kepada teman dikelasnya untuk menyiapkan diri sehat jiwa dan raga dan menjadi generasi unggul.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Kesehatan RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017*. Jakarta Kementrian Kesehatan RI
- Mutmainnah, HS., Talindong A., Susianawati, DE., Dafer, F., dan Kolupe, V.M. 2021. *Mengenal Kesehatan Reproduksi*. Rizmedia Pustaka Indonesia
- Akbar, H., Qasim, M., Hidayani, W.R., Ariantini, N.S., Ramli, Gustrini, R., Simamora, J.P., Alang, H., Handayani, Fdan Paulus, A.Y. 2021. *Teori Kesehatan Reproduksi*. Yayasan Penerbit Muhamamd Zaini
- Putri, N.R., Sumartini, E., Yuliyani, Mustary, M., Ruqaiyah, Wardhani, Y., Megasari, A.L., Prabasari, S.N., Lailaturohmah, Darmiati, Amir, F., Wulandari, I.A., Mogan, M., Argaheni, N.B. 2022. *Kesehatan Reproduksi Remaja*. PT. Global Eksekutif Teknologi
- Wirenviona, R. dan Cinthya, A.A.I.D.C. 2020. Airlangga University Press

Matahari, R., Utami, F.P. 2018. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Infeksi Menular Seksual*. Pustaka Ilmu.

Handika, P., Suherni dan Sumarah. 2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan

Kesehatan Reproduksi Remaja dengan Sikap Seksual Pranikah di SMK Naggulan Tahun 2017. *Jurnal Kesehata Ibu dan Anak*. 11 (2).