

Pentingnya Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di SMPN 1 Ngadiluwih

¹Yanuar Eka Pujiastutik*, ²Sri Wahyuni, ³Bagus Sholeh Apriyanto, ⁴Ely Isnaeni, ⁵Paramita Ratna Gayatri

#Prodi SI Keperawatan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

yanuar.eka@iik.ac.id

ABSTRAK

Kesehatan reproduksi merupakan kondisi utuh, yang tidak hanya sehat secara fisik, tetapi sehat secara mental dan sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit yang berkaitan dengan alat/organ, fungsi, sistem, atau proses reproduksi. Sebanyak 4,5% remaja laki-laki dan 0,7% remaja perempuan usia 15-19 tahun yang mengaku berpacaran dan pernah melakukan seksual pranikah. Pada usia tersebut dikhawatirkan belum memiliki keterampilan hidup (*life skills*) yang memadai, sehingga mereka beresiko memiliki perilaku pacaran yang tidak sehat antara lain melakukan hubungan seksual pra nikah. Banyaknya pergaulan bebas disebabkan karena faktor kurangnya pengetahuan remaja tentang edukasi kesehatan reproduksi. Edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja merupakan hal yang penting sebagai upaya menghindari seks bebas, kehamilan yang tidak diinginkan, dan penyebaran penyakit menular seksual. Tujuan pengabdian masyarakat untuk memberikan edukasi tentang kesehatan reproduksi remaja. Metode pelaksanaan edukasi kesehatan yang digunakan untuk memberikan edukasi kesehatan reproduksi dan cara mencegah penyakit menular seksual, pengabdian masyarakat ini sejumlah 10 siswi SMPN 1 Ngadiluwih yang sangat antusias saat diskusi. Hasil pengabdian masyarakat didapatkan dari 10 siswi yang diberikan penyuluhan, sejumlah 9 siswi pengetahuannya baik, sehingga mengalami peningkatan pengetahuan meskipun 1 siswa pengetahuan kurang. Diharapkan setelah diberikan edukasi tentang kesehatan reproduksi remaja meningkat sehingga dapat mengurangi angka kejadian PMS.

Kata Kunci: Kesehatan reproduksi, remaja putri, seks bebas

1. PENDAHULUAN

Keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi merupakan definisi dari kesehatan reproduksi menurut peraturan pemerintah Republik Indonesia nomor 61 tahun 2014. Hak pria dan wanita untuk mendapatkan dan memiliki akses ke informasi metode keluarga berencana yang aman, efektif, mampu, dan dapat diterima, serta juga metode lainnya untuk pengaturan kesuburan yang tidak bertentangan dengan hukum, dan hak akses ke layanan perawatan kesehatan yang sesuai dan memungkinkan wanita dapat dengan aman menjalani kehamilan dan persalinan dan memberi pasangan kesempatan terbaik untuk memiliki bayi yang sehat (Kusmiran, 2012 dan PP RI, 2014). Beberapa kriteria remaja menurut WHO didefinisikan sebagai penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, sedangkan Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun yang belum pernah menikah. Masa remaja adalah masa peralihan dari anak menuju dewasa dengan gejala adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Perubahan pada masa ini begitu pesat mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik itu fisik maupun mental. Fase remaja disebut masa

peralihan karena terjadi pematangan organ reproduksi manusia. Pada rentang usia tersebut, umumnya remaja ini sedang menempuh pendidikan formal mereka di SMP, SMA dan kuliah di perguruan tinggi (Johariyati dan Mariyah, 2018).

Pada saat ini akses informasi bagi remaja Indonesia mengenai kesehatan reproduksi masih sangat terbatas karena masih banyaknya masyarakat yang beranggapan bahwa seksualitas adalah hal yang tabu untuk dibicarakan. Kurangnya tingkat pengetahuan, sifat dan perilaku berisiko pada remaja yang berdampak pada status kesehatan reproduksi remaja sehingga menyebabkan keterbatasan akses informasi mengenai kesehatan reproduksi. Keadaan ini memerlukan ketersediaan pelayanan kesehatan peduli remaja yang dapat memenuhi kebutuhan kesehatan remaja khususnya pelayanan untuk kesehatan reproduksi yang ramah dengan remaja (Johariyati dan Mariyah, 2018).

Menjaga kesehatan organ reproduksi berawal dari menjaga kebersihan diri, termasuk kebersihan vagina yang bertujuan agar vagina tetap bersih, normal, sehat dan terhindar dari kemungkinan muncul adanya penyakit termasuk keputihan. Adapun cara yang dapat dilakukan untuk perawatan pribadi terhadap vagina adalah membersihkan vagina dengan cara membasuh bagian antara bibir vagina secara hati – hati dan perlahan, cara membasuh vagina yang benar dari arah depan kebelakang, hindari penggunaan pengharum dan sabun antiseptic secara terus menerus, karena dapat merusak keseimbangan flora normal dalam vagina, gantilah celana dalam 2 sampai 3 kali sehari dan menggunakan celana dalam yang bersih serta terbuat dari bahan katun. Mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, jangan menggunakan handuk milik orang lain yang digunakan untuk mengeringkan vagina, cukurlah rambut vagina setidaknya 7 hari sekali maksimal 40 hari sekali untuk mengurangi kelembapan di dalam vagina, pada saat haid gunakan pembalut yang nyaman, dan berbahan lembut, apabila menggunakan closet umum siramlah terlebih dahulu tempat dudukan closet dan keringkan menggunakan tisu toilet (Wulandari, 2011).

Berdasarkan permasalahan diatas, maka kami berupaya meningkatkan pengetahuan siswi SMP 1 Ngadiluwih mengenai kesehatan reproduksi. Tujuan dilaksanakannya kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan agar sadar akan kesehatan reproduksi. Meningkatnya pengetahuan mereka, diharapkan siswi SMP 1 Ngadiluwih dapat secara aktif dan mandiri dalam menjaga kesehatan reproduksinya.

2. METODE PENGABDIAN

2.1. Waktu dan Tempat Pengabdian

Waktu dan tempat pengabdian masyarakat ini di SMP 1 Ngadiluwih Kediri yang dilakukan pada tanggal 8 Oktober 2022 dengan responden sejumlah 10 remaja putri.

2.2. Metode dan Rancangan Pengabdian

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini adalah program berbasis masyarakat, sehingga kegiatan ini menggunakan pendekatan partisipatif. Tahap-tahap pelaksanaannya sebagai berikut: 1. Koordinasi dengan calon mitra untuk merancang kegiatan Pengusul berkomunikasi dan koordinasi dengan pihak SMP 1 Ngadiluwih untuk menentukan metode yang sesuai dengan kebutuhan mitra dalam masa pandemi covid-19 ini. 2. Penyusunan proposal. Setelah mendapatkan metode yang sesuai, pengusul menulis proposal dengan memperhatikan analisis situasi, tinjauan literatur terbaru dan tujuan dilaksanakannya pengabdian masyarakat. 3. Penyusunan rencana kegiatan. Pengusul bersama narasumber dan mitra menyusun rencana kegiatan sesuai analisis situasi. 4. Penyiapan infrastruktur. Penyuluhan dilaksanakan secara tatap muka. Pengusul menyiapkan media semenarik mungkin agar mitra bisa memperhatikan kegiatan pengabdian masyarakat. 5. Pelaksanaan kegiatan secara bertahap. Kegiatan dimulai dengan penyuluhan kesehatan reproduksi. Setelah itu pengusul menyerahkan leaflet mengenai kesehatan reproduksi 6. Monitor dan

evaluasi. Monitoring dilakukan dengan cara berkomunikasi aktif dengan mitra mengenai implementasi pengetahuan yang sudah didapatkan.

Metode dalam pengabdian masyarakat ini yaitu ceramah menggunakan media power poin dan leaflet yang berisi tentang bagaimana cara menjaga kebersihan organ reproduksi wanita yang benar. Uji statistic yang digunakan untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan menggunakan uji Wilcoxon bantuan software SPSS.

2.3. Pengambilan Sampel

Teknik sampling yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini yaitu menggunakan simple random sampling yaitu mengambil sampel secara acak pada tiap kelas. Sehingga didapatkan sampel yaitu sejumlah 10 remaja putri.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Hasil yang didapatkan sebelum dilakukan penyuluhan yaitu dari 10 siswi terdapat 8 siswi yang berpengetahuan kurang, sedangkan setelah dilakukan penyuluhan didapatkan peningkatan pengetahuan yaitu didapatkan hanya 1 siswi yang berpengetahuan kurang. Berikut ini adalah hasil pengujian wilcoxon menggunakan bantuan software SPSS: Data diketahui bahwa p-value uji Wilcoxon yaitu 0,005 dan lebih kecil α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri antara sebelum (pre test) dan setelah (post test) diberikan penyuluhan cara menjaga kesehatan reproduksi wanita.

3.2. Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa sebelum mengikuti ceramah, sebagian besar siswi SMP 1 Ngadiluwih belum memiliki pengetahuan yang baik dan benar mengenai kesehatan reproduksi. Masih banyak siswi yang masih merasa bingung dan malu dalam membicarakan masalah kesehatan reproduksi. Hal ini disebabkan karena mereka merasakan bahwa topik yang kesehatan reproduksi ini adalah hal yang tabu dan takut untuk membicarakannya. Sebagian siswi mendapat informasi menggunakan internet, bertanya pada teman maupun dari sosial media untuk mendapatkan informasi mengenai seputar kesehatan reproduksi. Keadaan ini sesuai dengan hasil penelitian Nasution (2012) mengenai pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan cara-cara melindungi diri dari berbagai resiko atau masalah kesehatan reproduksi yang masih sangat rendah dan perlu mendapatkan perhatian dari pihak-pihak terkait. Pengetahuan dan pemahaman remaja putri mengenai seputar kesehatan reproduksi yang masih rendah mengakibatkan remaja putri rentan mengalami permasalahan kesehatan reproduksi. Oleh karena itu pemberian informasi yang benar dari pihak-pihak terkait, khususnya orang tua sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan mereka. Orang tua merupakan sumber informasi terbaik bagi remaja putri dalam hal kesehatan reproduksi dan peran orang tua memiliki pengaruh kuat terhadap pengetahuan mereka (Ernawati, 2018).

Pemberian materi kesehatan reproduksi oleh pemateri dilakukan secara interaktif dan menggunakan media audiovisual berupa slide presentasi dengan gambar dan tampilan yang menarik. Diharapkan melalui metode ini para peserta lebih tertarik dan minat untuk mengikuti jalannya webinar dapat meningkat dan tujuan webinar dapat dicapai. Keadaan ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Johariyah & Mariati (2018) yang menunjukkan bahwa media ajar yang menarik dalam penyuluhan kesehatan mampu mempengaruhi perubahan pengetahuan remaja. Beberapa pertanyaan ringan yang

disampaikan oleh pemateri selama pemaparan dapat direspon oleh peserta dengan cepat. Demikian juga sebaliknya, para peserta juga aktif mengajukan pertanyaan-pertanyaan seputar kesehatan reproduksi.

Setelah mengikuti penyuluhan, para peserta diminta mengerjakan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan mereka mengenai kesehatan reproduksi. Berdasarkan hasil posttest, dapat dilihat bahwa mengalami peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi yang signifikan ($p < 0,05$). Hal ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh Yarsa dkk (2019), yakni target pengabdian masyarakat menjadi lebih baik pengetahuannya dan memiliki sikap yang lebih berani untuk membicarakan mengenai kesehatan reproduksi.

4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan reproduksi disertai pembagian leaflet telah meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi siswi SMP 1 Ngadiluwih secara signifikan.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih disampaikan kepada Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri selaku pemberi dana, kepada DPSAR, dan kepada seluruh panitia serta mitra yang telah berperan aktif dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Asda, P. 2019 Informasi Kesehatan Reproduksi dan Penanganan Masalah Menstruasi Remaja Putri DIMAS, Vol. 1 No. 2, Juli 2019: 69-72 <https://jurnal.stikeswirahusada.ac.id/dimas>
- Ernawati, H., 2018. Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja di Daerah Pedesaan. Indonesian Journal for Health Sciences. Vol. 02 No. 01. P. 58-64.
- Johariyah, A., & Mariati, T., (2018). Efektivitas penyuluhan kesehatan reproduksi remaja dengan pemberian modul terhadap perubahan pengetahuan remaja. Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. dr. Soetomo, 4(1), 38-46. doi: 10.29241/jmk. v4i1.100
- Miswanto, 2014. Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas Remaja. Jurnal Studi Pemuda. Vol 3 no. 2. P. 111-121
- Nasution, Sri Lilestina. 2012. Pengaruh Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja terhadap Perilaku Seksual Pranikah Remaja di Indonesia. Widyariset. Vol 15. No. 1 p.75-84
- Notoadmojo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Yarza, H.N., Maesaroh, Kartikawati, E. 2019. Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja dalam Mencegah Penyimpangan Seksual. Sarwahita : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol. 16 No. 1 Tahun 2019 | 75