

## **UPAYA PENINGKATAN PERILAKU KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA PUTRI DI STIKes RESPATI**

**OLEH :**

**Hariyani Sulistyoningsih, S.KM., M.KM**  
([yanstia\\_77@yahoo.co.id](mailto:yanstia_77@yahoo.co.id))

**Sinta Fitriani, S.KM., M.KM**  
([taniesal571@gmail.com](mailto:taniesal571@gmail.com))

**STIKes Respati**

### **A. DASAR PEMIKIRAN**

Kesehatan reproduksi remaja merupakan kondisi kesehatan yang menyangkut masalah kesehatan organ reproduksi, yang kesiapannya dimulai sejak usia remaja ditandai oleh haid pertama kali pada remaja perempuan atau mimpi basah bagi remaja laki-laki. Kesehatan reproduksi remaja meliputi fungsi, proses, dan sistem reproduksi remaja. Sehat yang dimaksudkan tidak hanya semata-mata bebas dari penyakit atau dari cacat saja, tetapi juga sehat baik fisik, mental maupun sosial (Harnani et al., 2015).

Masalah kesehatan diusia remaja merupakan salah satu masalah penting dalam siklus kehidupan. Masalah kesehatan diusia dewasa sebagian berkaitan dengan perilaku kesehatan ataupun gaya hidup di usia muda termasuk di usia remaja. Perilaku hidup

sehat sejak usia dini merupakan salah satu upaya yang cukup penting dalam menciptakan sumber daya manusia yang produktif dan berkualitas di masa yang akan datang. Beberapa perilaku berisiko pada usia remaja diantaranya adalah kebiasaan merokok, gizi tidak seimbang, kurang aktifitas fisik, hygiene dan sanitasi individu, depresi/stress, konsumsi obat-obatan terlarang dan konsumsi minuman beralkohol.

Masa remaja sebagai titik awal proses reproduksi menunjukkan persiapan strategi intervensi perlu dimulai jauh sebelum masa usia subur. Nilai anak perempuan dan anak laki-laki dalam keluarga dan masyarakat, dan bagaimana perlakuan yang mereka terima merupakan faktor penting yang turut menentukan kesehatan reproduksi mereka dimasa mendatang. Perubahan fisik, psikis, dan emosi remaja pada

masa pubertas dapat membuat remaja lebih ekspresif dalam mengeksplorasi organ kelamin dan perilaku seksualnya. Sementara itu, pengetahuan dan persepsi yang salah tentang seksualitas dan kesehatan reproduksi dapat menyebabkan remaja berperilaku berisiko terhadap kesehatan reproduksinya dan juga memiliki masalah kesehatan reproduksi yang tentunya akan berpengaruh pada status kesehatan pada fase kehidupan berikutnya. Oleh karena itu, peran orang tua dan guru menjadi penting dalam mendampingi remaja mencari dan menemukan informasi kesehatan reproduksi yang tepat.

Kesehatan reproduksi juga masih merupakan salah satu masalah kesehatan di usia remaja. Survei yang dilakukan oleh World Health Organisation menunjukkan bahwa remaja putri usia 10-14 tahun memiliki permasalahan kesehatan reproduksi berupa iritasi. Sebanyak 43,3 juta remaja putri Indonesia mengalami dan gatal pada daerah genitalia. Penelitian yang dilakukan oleh Suwandono, dkk di Jawa Tengah, Jawa Timur, dan Bali, menunjukkan bahwa 65% orang tua remaja, 83.3% guru sekolah, dan 77.3% remaja mempunyai pengetahuan yang kurang, dalam hal perkembangan

reproduksi remaja, perubahan psikologis dan emosional remaja, penyakit menular seksual dan abortus.

Remaja putri menjadi hal yang difokuskan karena organ reproduksi perempuan lebih kompleks daripada laki-laki dan risiko kesehatan yang ditimbulkannya juga lebih banyak (Juliana et al., 2018).

Upaya promosi dan pencegahan masalah kesehatan reproduksi juga perlu diarahkan pada masa remaja atau peralihan dari masa anak menjadi dewasa, dimana perubahan-perubahan dari bentuk dan fungsi tubuh terjadi dalam waktu relatif cepat. Remaja perlu dibekali informasi seputar kesehatan reproduksi dan berbagai faktor yang mungkin memengaruhi sistem reproduksi agar remaja tidak melakukan hal-hal yang berisiko memberikan efek negative terhadap kesehatan organ reproduksinya. Sehingga pengenalan tentang cara menjaga organ reproduksi sudah harus dilakukan sejak usia remaja.

## **B. TUJUAN**

### **1. Tujuan Umum**

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa STIKes Respati tentang

kesehatan reproduksi, khususnya mengenai personal hygiene organ reproduksi perempuan.

## 2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari kegiatan ini adalah: melakukan penyebarluasan informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan mahasiswi tentang organ reproduksi, menjaganya sehingga timbul kesadaran untuk menerapkan perilaku sehat dalam menjaga kesehatan organ reproduksi.

keterampilan kader dalam melaksanakan konseling dapat meningkat.

## C. BENTUK KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian penyuluhan dengan metode ceramah secara online (dalam jaringan) *menggunakan google meet*. Pemaparan dilakukan dengan

media power point, adapun materi yang disampaikan meliputi organ reproduksi perempuan, fungsi, dan cara menjaganya,serta permasalahan kesehatan pada organ reproduksi perempuan. Selain pemaparan materi, kegiatan juga diselingi dengan tanya jawab.

## D. SASARAN

Sasaran kegiatan adalah mahasiswi STIKes Respati Tasikmalaya tingkat 1 sejumlah 20 orang.

## E. TEMPAT DAN WAKTU

Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 24 Oktober 2020 Pada Pukul 09.00-12.00 WIB.

## F. PELAKSANA

Tim pelaksana kegiatan PkM ini terdiri dari dosen tetap Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, dengan rincian sebagai berikut:

| No         | Pelaksana  |
|------------|--|
| 1.         | Hariyani Sulistyoningsih, M.K.M<br>(Ketua Tim Pelaksana PkM) |
| 2.         | Sinta Fitriani, M.K.M<br>(Tim Pelaksana PkM)                 |
| Mahasiswa: |  |
| 1.         | Risa Sintia Putri  |

## G. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Rata-rata Skor Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Mengikuti Sosialisasi**

|                | Rata-rata skor Pengetahuan | Minimal | Maksimal | Standar Deviasi |
|----------------|----------------------------|---------|----------|-----------------|
| <b>Sebelum</b> | 63,5                       | 35      | 60       | 12,0            |
| <b>Sesudah</b> | 87,8                       | 55      | 90       | 18,3            |

Data pada tabel 1. menunjukkan bahwa terjadi kenaikan rata-rata skor pengetahuan peserta setelah mengikuti sosialisasi, dari 63,5 menjadi 87,8. Selain itu skor terendah dan tertinggi juga mengalami peningkatan. Sebelum mengikuti sosialisasi, skor paling kecil adalah 35, sedangkan setelah mengikuti sosialisasi skor paling kecil menjadi 55. Angka tertinggi juga mengalami peningkatan, yang sebelumnya 60 menjadi 90.

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan informasi-informasi, pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan mampu melakukan anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan sehingga terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Notoadmojo, 2012). Tujuan penyuluhan kesehatan adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan, berperan aktif mewujudkan kesehatan yang optimal sesuai hidup sehat baik fisik,

mental dan sosial. Salah satu metode yang digunakan dalam memberikan penyuluhan adalah ceramah, yaitu menerangkan dan menjelaskan suatu ide, pengertian atau pesan secara lisan kepada kelompok sasaran. Metode ceramah dapat diselengi dengan pertanyaan, dan dibantu menggunakan alat peraga, baik langsung maupun tiruan serta melakukan demonstrasi untuk menerangkan konsep yang dijelaskan dan melakukan gaya ceramah yang bervariasi.

Hal yang harus diperhatikan dalam memberikan penyuluhan agar tujuan yang diharapkan bisa tercapai diantaranya adalah persiapan, penguasaan materi, serta penyampaian penyuluhan yang menarik dengan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti dan dipahami. Selain itu dalam memberikan penyuluhan juga harus memperhatikan waktu, tempat, serta jumlah sasaran yang disesuaikan dengan lokasi kegiatan penyuluhan agar proses dalam penyuluhan berjalan dengan baik (Effendy, 2007).

Pemberian penyuluhan tentang kesehatan organ reproduksi perempuan

diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan menumbuhkan kesadaran untuk mempraktikkan pemeliharaan kesehatan reproduksi organ reproduksi, khususnya bagi remaja. Pengetahuan remaja tentang personal hygiene organ reproduksi juga masih terbatas. Penelitian terhadap 42 santri putri di Pesantren Modern Babun Najah Ulee Kareng kota Banda Aceh Tahun 2019 menunjukkan bahwa santri yang memiliki pengetahuan baik tentang personal hygiene organ reproduksi hanya 57,1% dan sisanya masih memiliki pengetahuan kurang (Kurnian sih Putri, n.d.). Demikian juga penelitian di SMA Advent Bitung Provinsi Sulawesi Utara menunjukkan bahwa masih terdapat 20,7% siswi memiliki pengetahuan yang kurang terkait personal hygiene organ reproduksi (Gamis, 2018)

Remaja putri perlu menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik yang dimulai dari memperhatikan kebersihan diri, terlebih Indonesia merupakan daerah yang beriklim tropis. Udara panas dan cenderung lembab sering membuat banyak berkeringat dibagian tubuh yang tertutup dan lipatan-lipatan kulit, seperti didaerah alat kelamin. Kondisi ini menyebabkan mikroorganisme jahat mudah berkembang biak yang akhirnya bisa menimbulkan infeksi (Pudiastuti, 2012). Informasi yang perlu diketahui remaja putri terkait organ

reproduksi diantaranya adalah bagaimana menjaga organ kewanitaan pada saat menstruasi, cara membersihkan organ kewanitaan setelah buang air, serta memilih pakaian dalam yang tepat yang dapat menjaga kelembaban daerah kewanitaan (Eny, 2012).

Hasil kegiatan yang dilakukan sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi, Siti Utami (2018) yang menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi efektif merubah pengetahuan dan sikap remaja. Hal yang harus diperhatikan dalam memberikan pendidikan kesehatan agar tujuan yang diharapkan bisa tercapai diantaranya adalah persiapan, penguasaan materi, serta penyampaian penyuluhan yang menarik dengan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti dan dipahami. Selain itu dalam memberikan informasi juga harus memperhatikan waktu, tempat, serta jumlah sasaran yang disesuaikan dengan lokasi kegiatan penyuluhan agar proses dalam penyuluhan berjalan dengan baik (Effendy, 2017).

Penyebarluasan informasi kesehatan dapat lebih efektif apabila disertai dengan media sebagai pendukung informasi yang disampaikan. Salah satu media yang dapat digunakan adalah booklet. Hasil Penelitian Prabandari, Agustin, dkk (2018)

menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian penyuluhan dengan media video dan booklet terhadap tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi remaja di SMK 2 Muhammadiyah Bantul.

## H. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan mendapatkan respon positif dari sasaran sehingga tujuan kegiatan ini diharapkan dapat tercapai. Sebanyak 20 orang mahasiswi mendapatkan informasi yang tepat tentang personal hygiene organ reproduksi perempuan. Perlu memperluas kegiatan promotif sebagai sarana penyebaran informasi dengan memanfaatkan berbagai media dan sarana yang disesuaikan dengan kondisi peserta, baik secara *online* maupun *offline* (tatap muka langsung).

## I. DAFTAR PUSTAKA

Agustin Wahyu Prabandari, Sari Hastuti, dan Yani Widyastuti, (2018). *Pengaruh Pemberian Penyuluhan Dengan Media Video Dan Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Smk 2 Muhammadiyah Bantul.*

<http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1675/>

- Ali, I. (2017). *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja*. Ar-ruzz Media.
- BKKBN. (2012). *Survei Demografi Dan Kesehatan : Kesehatan Reproduksi Remaja 2012.*
- BKKBN. (2017). *Survei Demografi Dan Kesehatan : Kesehatan Reproduksi Remaja 2017.* Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, 1–606. <http://www.dhsprogram.com>.
- Dewi, Siti Utami. (2018). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja. <http://ejournal.akperfatmawati.ac.id/index.php/JIKO/article/view/19#>
- Effendy, O. U. (2007). *Ilmu Komunikasi: Teori dan Praktek Remaja Rosdakarya.*
- Eny, K. (2012). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Salemba Medika.
- Gamis, D. G. A. L. (2018). *Determinan Personal Hygiene Organ Reproduksi Eksterna Wanita Di SMS Advent Bitung Provinsi Sulawesi Utara Tahun 2018.* Universitas Hasanudin.
- Harnani, Y., Marlina, H., & Elmia, K. (2015). *Kesehatan Reproduksi*

(Untuk Mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat). Deepublish.

Juliana, M. I., Rahmayanti, M. D., & Astika, M. E. (2018). Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Siswa Smp Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Berdasarkan Keikutsertaan Pada Program Pusat Informasi Dan Konseling-Remaja (Pik-R). *Dunia Keperawatan*, 6(2). <https://doi.org/10.20527/Dk.V6i2.5556>

Kurniansih Putri, M. (N.D.). Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Personal Hygieneorgan Reproduksi | Sih | Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan. Retrieved September 30, 2020, From <http://www.jim.unsyiah.ac.id/fkep/article/view/12213>

Notoadmojo, S. (2012). Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta.

Pudiastuti, R. D. (2012). 3 Fase Penting Pada Wanita (Menarche, Menstruasi, Dan Menopause). Elex Media Komputindo.

## J. DOKUMENTASI

