



## **PENTINGNYA MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA WANITA**

Rahmi Novita Yusuf<sup>1\*</sup>, Niken<sup>2</sup>, Dewi Fransisca<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>Prodi D III Kebidanan Stikes Syedza Saintika

<sup>2</sup>Prodi DIV Teknologi Laboratorium Medik Stikes Syedza Saintika

\*Email: rahminovitayusufny@yahoo.com

### **ABSTRAK**

Kesehatan reproduksi merupakan masalah yang penting untuk mendapatkan perhatian terutama di kalangan remaja. Masa remaja diwarnai oleh pertumbuhan, perubahan, munculnya berbagai kesempatan, dan seringkali menghadapi risiko-risiko kesehatan. Tujuan kegiatan ini yaitu memberikan pemahaman dan informasi baru terhadap remaja putri khusus kesehatan reproduksi remaja. Metode yang digunakan adalah dengan ceramah dan diskusi. Dengan hasil kegiatan adalah edukasi berjalan sesuai dengan rencana dengan banyaknya remaja yang bertanya. Adapun kesimpulan dari kegiatan ini yaitu edukasi berjalan lancar dan tepat waktu, remaja memahami materi yang disajikan oleh pengaji tentang kesehatan reproduksi remaja.

**Kata kunci :** Kesehatan reproduksi, remaja putri

### **ABSTRACT**

*Reproductive health is an important issue to get attention, especially among adolescents. Adolescence is characterized by growth, change, opportunities, and often health risks. The purpose of this activity is to provide new understanding and information for young women especially adolescent reproductive health. The method used is lectures and discussions. The result of the activity is that education goes according to plan with the number of teenagers asking questions. The conclusion of this activity is that education runs smoothly and on time, adolescents understand the material presented by reviewers on adolescent reproductive health.*

**Keywords:** *Reproductive health, teenage girl*

### **PENDAHULUAN**

Kesehatan reproduksi merupakan masalah yang penting untuk mendapatkan perhatian terutama di kalangan remaja. Masa remaja diwarnai oleh pertumbuhan, perubahan, munculnya berbagai kesempatan, dan seringkali menghadapi risiko-risiko kesehatan reproduksi. Kegiatan-kegiatan seksual menempatkan remaja pada tantangan risiko terhadap berbagai masalah kesehatan reproduksi. Risiko kesehatan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan, misalnya tuntutan untuk menikah muda dan hubungan seksual,

akses terhadap pendidikan dan pekerjaan, kurangnya perhatian terhadap kebersihan organ reproduksi, ketidaksetaraan gender, kekerasan seksual, dan pengaruh media massa maupun gaya hidup.

Pergaulan remaja saat ini semakin memprihatinkan. Gaya hidup yang terlampaui bebas dan kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi menyebabkan sex bebas semakin merajalela. Hubungan seks yang tidak disertai dengan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dapat meningkatkan risiko penularan infeksi menular seksual atau IMS. IMS adalah penyakit-penyakit yang ditularkan melalui



hubungan seksual yang manifestasi umumnya di alat kelamin dan di sekitarnya. Bila tidak obati secara tuntas akan menyebabkan komplikasi antara lain kemandulan, infeksi pada bayi dan kecacatan, kehamilan diluar kandungan dan meningkatnya resiko penularan HIV/AIDS.

Upaya untuk menuju reproduksi sehat sudah harus dimulai paling tidak pada usia remaja. Remaja harus dipersiapkan baik pengetahuan, sikap maupun tindakannya ke arah pencapaian reproduksi yang sehat. Kelompok remaja menjadi perhatian karena jumlah mereka yang besar dan rentan serta mempunyai risiko gangguan terhadap kesehatan reproduksi. Pada masa remaja, mereka mengalami berbagai macam proses perubahan terkait dengan kesehatan reproduksi. Perubahan tersebut sering dikenal dengan istilah masa pubertas yang ditandai dengan datangnya menstruasi.

Manusia perlu menjaga kebersihan diri dan lingkungan agar sehat, tidak bau, tidak menyebarkan kotoran atau menularkan penyakit bagi diri sendiri maupun orang lain. Sepanjang siklus kehidupan manusia, kebersihan diri harus dijaga termasuk saat manusia memasuki masa remaja. Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam rentang kehidupan individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial.

Masa remaja ( adolescence/puberty) dimulai pada usia 11 atau 13 sampai usia 21 tahun. Masa preadolescence pada wanita terjadi pada usia 11–13 tahun. Secara fisik pada masa ini terjadi perubahan organ seksual. Salah satu perubahan fisik yang dialami remaja putri adalah menstruasi pertama, yang menuntut remaja putri mampu merawat organ reproduksi dengan baik terutama dalam hal kebersihan pribadi (personal hygiene). Hal ini disebabkan oleh peristiwa menstruasi yang merupakan

darah kotor, yang jika kurang dijaga kebersihannya akan berpotensi untuk timbul infeksi pada organ reproduksi (Yusuf, 2002).

Untuk menghindari infeksi vagina, remaja putri perlu memiliki perilaku yang baik dalam kebersihan diri, khususnya kebersihan alat reproduksi, untuk itu pendidikan kesehatan manajemen higiene menstruasi perlu diberikan kepada remaja-remaja putri supaya kebersihan diri bisa dijaga dengan baik. Guna menciptakan perilaku tersebut, perlu diberikan pendidikan kesehatan khususnya kesehatan reproduksi. Jika pengetahuan meningkat, diharapkan timbul sikap positif dalam menjaga manajemen higiene menstruasi, yang menjadi dasar terbentuknya perilaku menjaga personal hygiene.

## **METODE**

Adapun waktu dan tempat pelaksanaan edukasi kesehatan reproduksi remaja pada sabtu 17 oktober 2020. Bertempat di kelurahan andalas wilayah kerja puskesmas andalas. Teknik pelaksanaan edukasi dengan melakukan penyuluhan kesehatan kepada remaja wanita pada kelompok wirid remaja.

Metode : ceramah dan diskusi, Langkah-langkah kegiatan

- a. Kegiatan pra penyuluhan
    - Mempersiapkan materi, media, dan tempat
    - Kontrak waktu
  - b. Kegiatan membuka penyuluhan
    - Memberi salam
    - Perkenalan
    - Menyampaikan pokok bahasan
    - Menjelaskan tujuan
  - c. Kegiatan inti
    - Penyuluhan, memberikan materi
3. Saran menyimak materi

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian telah selesai dilaksanakan sesuai dengan rencana yang



telah ditetapkan. Kegiatan ini ada beberapa tahap meliputi : 1) pembukaan dan perkenalan diri oleh tim pengaji berlangsung lebih kurang 15 menit. 2) pemaparan materi edukasi oleh pengaji selama lebih kurang 20 menit, 3) membuka sesi diskusi tanya jawab terkait materi edukasi kesehatan reproduksi remaja, selam lebih kurang 30 menit. Pada sesi diskusi ini peserta sangat antusias hal ini ditunjukkan oleh banyak nya peserta edukasi memberikan respon baik berupa pertanyaan kepada pengaji ataupun berupa saran. 4) evaluasi dan kesimpulan. Pada sesi ini pengaji menarik kesimpulan dari jalannya edukasi yang telah dilakukan dan menyusun rencana untuk pemberian edukasi pada pertemuan berikutnya.

#### **SIMPULAN**

Setelah pemberian edukasi pada remaja maka dapat diambil beberapa kesimpulan :

1. Setelah mengikuti edukasi kepada remaja putri, mereka dapat menjelaskan kembali tentang pengertian kesehatan reproduksi remaja.
2. Setelah mengikuti edukasi remaja dapat menjelaskan tentang

- hak-hak kesehatan reproduksi
3. Setelah mengikuti edukasi remaja dapat menjelaskan tumbuh kembang remaja
4. Setelah mengikuti edukasi remaja dapat menjelaskan tentang fungsi reproduksi wanita dan tanda-tanda kematangan wanita.
5. Setelah mengikuti edukasi remaja dapat menjelaskan tentang SADARI
6. Setelah mengikuti edukais remaja dapat menjelaskan tentang personal hygiene

#### **SARAN**

Kami mengharapkan dengan adanya penyuluhan tentang PKPR ini , remaja putri dapat memahami dan mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Kumalasari, Intan dan Iwan Andhyantoro. 2012 *Kesehatan Reproduksi* Jakarta: Salemba Medika.
- Setiyaningrum,Erna dan Zulfa Binti.2014. *Pelayanan Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*.Jakarta:CV.Trans Info Media.[http.Jurnal.com](http://Jurnal.com)