

# Penyuluhan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja pada Siswa SMA Swasta Yapim Taruna Dolok

Sri Rahma Friani<sup>1)</sup> | Hamela Sari Sitompul<sup>2)</sup>

<sup>1,2)</sup>Universitas Efarina

rahma.friani@gmail.com | hamelasari@gmail.com

**Abstrak:** Ruang lingkup pelayanan kesehatan reproduksi menurut International Conference Population and Development (ICPD) tahun 1994 di Kairo terdiri dari kesehatan ibu dan anak, keluarga berencana, pencegahan dan penanganan infeksi menular seksual termasuk HIV/AIDS, kesehatan reproduksi remaja, pencegahan dan penanganan komplikasi aborsi, pencegahan dan penanganan infertilitas, kesehatan reproduksi usia lanjut, deteksi dini kanker saluran reproduksi serta kesehatan reproduksi lainnya seperti kekerasan seksual, sunat perempuan dan sebagainya. Uraian ruang lingkup kesehatan reproduksi remaja berdasarkan pada pendekatan siklus kehidupan, yakni memperhatikan kekhususan kebutuhan penanganan sistem reproduksi pada setiap fase kehidupan, serta kesinambungan antar fase kehidupan tersebut. Ini dikarenakan masalah kesehatan reproduksi pada setiap fase kehidupan dapat diperkirakan, maka apabila tidak ditangani dengan baik maka akan berakibat buruk bagi masa kehidupan selanjutnya. Salah satu ruang lingkup kesehatan reproduksi dalam siklus kehidupan adalah kesehatan reproduksi remaja. Tujuan dari penyuluhan kesehatan reproduksi remaja adalah untuk membantu remaja tingkat SMA/SMK agar memahami kesehatan reproduksi, sehingga remaja memiliki sikap dan perilaku sehat serta bertanggung jawab kaitannya dengan masalah kehidupan reproduksi. Diharapkan kegiatan pengabdian penyuluhan kesehatan reproduksi ditargetkan kepada siswa SMA/SMK Swata Yapim Dolok Masihul.

**Kata Kunci:** Reproduksi, Remaja, Edukasi Kesehatan

## Pendahuluan

Kesehatan reproduksi menurut Depkes RI adalah suatu keadaan sehat, secara menyeluruh mencakup fisik, mental dan kedudukan sosial yang berkaitan dengan alat, fungsi serta proses reproduksi, dan pemikiran kesehatan reproduksi bukan hanya kondisi yang bebas dari penyakit, melainkan juga bagaimana seseorang dapat memiliki seksual yang aman dan memuaskan sebelum dan sudah menikah (Nugroho, 2010). Kesehatan reproduksi remaja adalah suatu kondisi sehat yang menyangkut sistem, fungsi, komponen, dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Pengertian sehat disini tidak hanya bebas dari penyakit atau bebas dari kecacatan, namun juga sehat secara mental dan sosial budaya (Irianto, 2015).

Secara garis besar dapat dikelompokkan empat golongan faktor yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan reproduksi, menurut Mubarak (2012) yaitu: (1) Faktor sosial-ekonomi dan demografi (terutama kemiskinan, tingkat pendidikan yang rendah dan kurangnya pengetahuan tentang perkembangan seksual dan proses reproduksi, serta lokasi tempat tinggal yang terpencil); (2) Faktor budaya dan lingkungan (misalnya, praktek tradisional yang berdampak buruk pada kesehatan reproduksi, kepercayaan banyak anak banyak rejeki, informasi tentang fungsi reproduksi yang

membingungkan anak dan remaja karena saling berlawanan satu dengan yang lain, kurangnya peran orang tua dalam mendidik dan menawasi anak, dsb); (3) Faktor psikologis (dampak pada keretakan orang tua dan remaja, depresi karena ketidak seimbangan hormonal, rasa tidak berharga wanita terhadap pria yang memberi kebebasan secara materi); (4) Faktor biologis (cacat sejak lahir, cacat pada saluran reproduksi pasca penyakit menular seksual) .

Remaja merupakan fase kehidupan manusia yang spesifik, pada saat usia remaja terjadi peningkatan hormon-hormon seksual. Peristiwa ini berdampak macam-macam pada fisik dan jiwa remaja. Secara fisik akan muncul apa yang disebut sebagai tanda-tanda seks sekunder seperti payudara membesar, bulu-bulu kemaluan tumbuh, haid pada perempuan, dan mimpi basah pada laki-laki. Secara psikologis muncul dorongan birahi yang besar tetapi juga secara psikologis mereka masih dalam peralihan dari anak-anak kedewasa. Secara biologis aktivitas organ dan fungsi reproduksi mereka meningkat pesat tetapi secara psikologis aktivitas organ dan fungsi reproduksi mereka meningkat pesat tetapi secara psikologis dan sosiologis mereka dianggap belum siap menjadi dewasa. Konflik yang terjadi antara berbagai perkembangan tersebut membuat mereka juga beresiko mengalami masalah kesehatan seksual dan kesehatan reproduksi tersendiri (Wismaningsih et al., 2014).

Oleh karena itu kesehatan seksual dan kesehatan reproduksi remaja perlu ditangani secara khusus dengan cara-cara yang ditunjukkan untuk menyiapkan mereka menjadi remaja (yang kelak menjadi orang tua) yang bertanggung jawab. Mereka bukan saja memerlukan informasi dan pendidikan, tetapi juga pelayanan kesehatan seksual dan reproduksi mereka. Pemberian informasi dan pendidikan tersebut harus dilakukan dengan menghormati kerahasiaan dan hak-hak privasi lain mereka. Masalah kesehatan seksual dan reproduksi adalah isu-isu seksual remaja, termasuk kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi tidak aman, penyakit menular melalui seks, dan HIV/AIDS, dilakukan pendekatan melalui promosi perilaku seksual yang bertanggung jawab dan reproduksi yang sehat, termasuk disiplin pribadi yang mandiri serta dukungan pelayanan yang layak dan konseling yang sesuai secara spesifik untuk umur mereka (Notoatmodjo, 2007).

### **Realisasi Kegiatan**

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SMA/SMK Swasta Yapim Taruna Dolok Masihul. Pendidikan kesehatan yang dilakukan berupa edukasi atau penyuluhan tentang kesehatan reproduksi remaja yang dilaksanakan pada pada 26 Oktober 2020. Pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh perwakilan siswa/siswi SMA/SMK Swasta Yapim Taruna Dolok Masihul. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan secara luring di Aula Sekolah.

Langkah-langkah kegiatan yang digunakan oleh tim selama kegiatan pengabdian terdiri dari:

#### **1. Pengembangan materi**

Pada tahap awal tim pelaksana pengabdian yang terdiri dari dosen Politeknik Bina Trada Semarang melakukan analisis materi dan alat peraga yang akan disampaikan pada saat pelaksanaan kegiatan penyuluhan. Materi yang sampaikan adalah :

- a. Pengertian Kesehatan Reproduksi
- b. Pengertian Kesehatan Reproduksi Remaja
- c. Ruang Lingkup Kesehatan Reproduksi
- d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Reproduksi

- e. Organ Reproduksi
- f. Unsur-Unsur Kesehatan Reproduksi Remaja
- g. Perubahan dan Perkembangan Fisik Alat Reproduksi Remaja
- h. Dasar Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja

## 2. Pemaparan materi tentang kesehatan reproduksi remaja.

Pada materi ini, siswa/siswi dijelaskan tentang pengetahuan kesehatan reproduksi, tujuan kesehatan reproduksi, komponen kesehatan reproduksi, masalah kesehatan reproduksi baik pada remaja perempuan maupun laki-laki.

## 3. Tanya jawab dan penutup

Setelah mengikuti serangkaian materi, siswa/siswi diberi kesempatan untuk bertanya atau sharing mengenai pengalaman dan hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi untuk didiskusikan.

## Hasil

Pengetahuan kesehatan reproduksi yang perlu diketahui remaja yaitu: (1) Pengetahuan tentang perubahan fisik, kejiwaan, dan kematangan seksual. Misalnya informasi tentang haid dan mimpi basah, tentang alat reproduksi remaja laki-laki dan perempuan; (2) Proses reproduksi yang bertanggung jawab sebagai bekal pemahaman seks bagi kebutuhan manusia secara biologis, menyalurkan dan mengendalikan naluri seksual yang menjadi kegiatan positif seperti olahraga atau hobi yang bermanfaat. Sementara penyaluran berupa hubungan seksual hanya untuk melanjutkan keturunan yaitu dengan cara menikah terlebih dahulu; (3) Pergaulan yang sehat antara remaja laki-laki dan perempuan, serta kewaspadaan terhadap masalah remaja yang banyak ditemukan. 11 Remaja juga memerlukan pembekalan tentang kiat untuk mempertahankan diri secara fisik maupun psikis dan mental dalam menghadapi berbagai godaan, seperti ajakan untuk melakukan hubungan seksual diluar nikah dan penggunaan NAPZA; (4) Persiapan pranikah. Informasi ini diperlukan agar calon pengantin lebih siap secara mental dan emosional dalam memasuki kehidupan berkeluarga; (5) Kehamilan dan persalinan, serta cara pencegahannya (Rani et al., 2022). Remaja perlu mengetahui tentang hal ini, sebagai persiapan remaja laki-laki dan perempuan dalam memasuki kehidupan berkeluarga masa depan. Hasil yang dicapai dari kegiatan penyuluhan ini antara lain sebagai berikut:

1. Siswa/siswi mengetahui pengetahuan kesehatan reproduksi remaja seperti pengertian tujuan dan komponen kesehatan reproduksi, masalah kesehatan reproduksi baik pada remaja wanita dan pria.
2. Siswa/siswi mengetahui perubahan fisik yang terjadi pada pertumbuhan dan perkembangan reproduksi remaja wanita dan pria.
3. Terciptanya kesadaran siswa/siswi tentang pentingnya pengetahuan reproduksi dan terhindar dari perilaku seks pranikah serta mengetahui cara penanganan dengan benar.

Kegiatan ini dibuka dengan materi mengenai hal-hal apa saja yang akan terjadi dalam proses perubahan fisik pada masa remaja. Pada materi ini, siswa/siswi dijelaskan tentang pengetahuan seputar kesehatan reproduksi remaja. Secara umum, hasil dari kegiatan pengabdian pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi telah sesuai target. Peningkatan pemahaman siswa/siswi

dapat dilihat dengan antusias mendalam memperhatikan setiap materi yang disampaikan serta banyaknya pertanyaan yang diajukan siswa/siswi baik mengenai hal-hal dalam proses perubahan fisik yang terjadi maupun dalam kesehatan reproduksi remaja dan bagaimana cara penanganannya dengan benar. Di setiap akhir sesi pemateri mengajukan pertanyaan-pertanyaan kepada siswa/siswi secara lisan tentang materi yang telah diberikan dan mayoritas siswa/siswi dapat menjawab pertanyaan tersebut. Evaluasi kegiatan juga dilakukan dengan memperhatikan berbagai tanggapan dan masukan dari peserta selama kegiatan berlangsung. Selain itu, evaluasi juga dimaksudkan untuk perbaikan pelaksanaan kegiatan sosialisasi di masa mendatang sehingga output kegiatan akan lebih baik.



Gambar 1. Pemaparan Materi

### **Kesimpulan**

Kesehatan Alat-Alat Reproduksi Masalah-masalah yang berkaitan dengan kondisi kesehatan alat-alat reproduksi ini menyentuh remaja perempuan juga remaja laki-laki. Masalah-masalah yang dihadapi remaja perempuan antara lain adalah payudara mengeluarkan cairan, benjolan pada payudara, masalah seputar haid (nyeri haid yang tidak teratur), keputihan, dan infeksi saluran reproduksi. Selain itu juga diajukan pertanyaan-pertanyaan, seputar siklus haid, waktu terjadinya masa subur, masalah keperawanan dan masalah jerawat (Wirenviona & Riris, 2020). Kegiatan pengabdian dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi telah sesuai target, yaitu siswa/siswi SMA/SMk Swasta Yapim Taruna Dolok Masihul. Dilihat dari antusias mesiswa/siswi dalam memperhatikan setiap materi yang disampaikan menjadi patokan dalam melihat pemahaman mengenai materi yang disampaikan.

---

### **Daftar Pustaka**

- Irianto, K. (2015). *Memahami Berbagai Macam Penyakit*. Alfabeta.
- Mubarak, W. I. (2012). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.
- Nugroho. (2010). *Catatan Kuliah Ginekologi dan Obstetri (Obsgyn) untuk Keperawatan dan Kebidanan*. Nuha Medika.
- Rani, D. M., Dewi, Y. A., Puspita, R., & Widyaningrum, B. N. (2022). *Jurnal Mitra Pengabdian Farmasi Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja*. 1(3), 76–79.
- Wirenviona, R., & Riris, A. A. I. D. C. (2020). *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Airlangga University Press.
- Wismaningsih, E. R., Widati, S., & Mochny, I. S. (2014). Peran Siswa dalam Pencegahan Perilaku Merokok pada Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. *Jurnal Promkes*, 2, 28–38. <https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jupromkes0a1994ed68full.pdf>



## UNIVERSITAS EFARINA

Kampus I : Jl. Sutomo Griya Hapoltakan Kav 1-10 Pematang Raya - Kabupaten Simalungun

Sumatera Utara, Telp : (0622) 331578, Fax. (0622) 331578

Kampus II : Jl. Pdt. J. Wismar Saragih No. 01 Pematang Siantar - Sumatera Utara,

Telp (0622) 29844, Fax (0622) 29844

Email : [universitasefarina@gmail.com](mailto:universitasefarina@gmail.com), website : [www.unefa.ac.id](http://www.unefa.ac.id)

Pematangsiantar, 22 Oktober 2020

Nomor : 1016/11/Pit.R/UNEFA/2020  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan Izin Pengabdian Masyarakat

Kepada Yth.:

**Kepala Sekolah SMA Swasta Yapim Taruna Dolok Masihul**

Di  
Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka meningkatkan Tri Dharma Perguruan Tinggi, maka kami pihak Universitas Efarina akan melakukan Pengabdian Masyarakat di SMA Swasta Yapim Taruna Dolok Masihul.

Sehubungan dengan hal tersebut, kami bermaksud mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu kepala sekolah SMA Swasta Yapim Taruna Dolok Masihul untuk menerima Dosen dari Universitas Efarina atas nama :

1. Nama : Sri Rahma Friani, SST.,M.Kes  
NIDN : 0102049101
2. Nama : Hamela Sari Sitompul, S.Pd.,M.Pd  
NIDN : 0110068901

untuk melaksanakan Pengabdian tersebut di SMA Swasta Yapim Taruna Dolok Masihul dengan judul "Penyuluhan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja". Adapun rencana pengabdian ini dilaksanakan pada 26-27 Oktober 2020.

Demikian Permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terima kasih.

  
**Pt. Rektor**  
**Dr. Sondang Sidabutar, SKM., M.Kes**  
NIDN: 0705057301

Tembusan :  
Arsip



**YAYASAN PERGURUAN INDONESIA MEMBANGUN ( YAPIM )**  
**SMA - SMK YAPIM TARUNA DOLOK MASIHUL**  
Sekolah Menengah Atas (SMA) NSS SMA : 302072113003 NPSN SMA : 69773550  
Teknik Kendaraan Ringan (TKR), Teknik Jaringan Komputer (TKJ)  
NSS SMK : 402072113003 NPSN SMK : 69773551 AKREDITASI B  
Jl. DolokMasihul-Galang, DesaDolokMasihul  
Kab.DolokMasihul, Kab. Sintang,Indonesia

Dolok Masihul, 23 Oktober 2020

Nomor : 051/SMA-SMK/YAPIM/DM/VII/2020  
Hal : Balasan Permohonan Pengabdian Masyarakat  
Lampiran :-  
Kepada Yth.  
Ptt Rektor Universitas Efarina  
di  
Tempat

Dengan Hormat,

Berdasarkan Surat No. 1016/11/PIR/UNEFA/2020 tentang permohonan ijin Pengabdian Masyarakat di SMA Swasta Yapim Taruna Dolok Masihul. Dengan ini saya sebagai Kepala Sekolah menerangkan dan mengijinkan pelaksanaan Penyuluhan penelitian Pengabdian Masyarakat tentang "Penyuluhan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja". Adapun Rencana pengabdian ini dilaksanakan pada 26-27 Oktober 2020 yang akan dilaksanakan oleh Dosen Universitas Efarina, yang bernama :

1. Sri Rahma Friani, SST, M.Kes  
NIDN : 0102049101
2. Hamela Sari Sitompul, S.Pd., M.Pd  
NIDN : 0110068901

Demikian Surat ijin Permohonan ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya ditucapkan terimakasih.

Kepala Sekolah  
SMA Swasta Yapim D.Masihul





## UNIVERSITAS EFARINA

### LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Kampus I : Jl. Sutomo Griya Hapoltakan Raya Kav. 1-10 Pematang Raya-Kabupaten Simalungun

Sumatera Utara, Telp : (0622) 331578, Fax. (0622) 331578

Kampus II : Jl. Pdt. J. Wismar Saragih No. 01 Pematang Siantar-Sumatera Utara

Telp : (0622) 29844, Fax. (0622) 29844

Email : [universitasefarina@gmail.com](mailto:universitasefarina@gmail.com), website : [www.unefa.ac.id](http://www.unefa.ac.id)

## SURAT PENUGASAN

Nomor : 1018 /04/LPPM/UNEFA/2020

Sesuai dengan Tridharma Perguruan Tinggi tentang Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, maka yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Deswidya S Hutauruk, S.Pd., M.Si  
NIK : 20160905  
Jabatan : Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM)

Dengan ini menugaskan Kepada :

1. Nama : Sri Rahma Friani, SST., M.Kes  
Jabatan : Dosen Tetap  
NIDN : 0102049101  
Unit Kerja : Program Studi Kebidanan Fakultas Kesehatan
2. Nama : Hamela Sari Sitompul, S.Pd., M.Pd  
Jabatan : Dosen Tetap  
NIDN : 0110068901  
Unit Kerja : Program Studi Pendidikan Matematika Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Untuk melaksanakan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul "Penyuluhan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja" dari tanggal 26 Oktober 2020 s/d 27 Oktober 2020 dan menyerahkan laporan akhir hasil Pengabdian kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) pada bulan November 2020.

Demikian surat tugas ini diberikan untuk dilaksanakan sebaik-baiknya dengan penuh tanggung jawab.

Pematangsiantar, 22 Oktober 2020  
Ketua LPPM Universitas Efarina

Deswidya S Hutauruk, S.Pd., M.Si  
NIK 20160905

Terdistribusi:

1. Rektor Universitas Efarina
2. Pembantu Rektor I, II, III (untuk mengetahui)
3. Arsip