

# Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Mewujudkan Remaja Sehat Berprestasi

Novita Carolia<sup>1\*</sup>, Dian Isti Angraini<sup>1</sup>, Liana Sidharti<sup>1</sup>, Diana Mayasari<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Unirsitas Lampung, Bandar Lampung, Indonesia

Disubmit: 2 Januari 2023 | Direvisi: 8 Juli 2023 | Diterima: 9 Desember 2023

**Abstrak:** Ada sekitar 64 juta remaja berusia antara 10 hingga 24 tahun, atau 28,64% dari total populasi Indonesia. Pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja merupakan upaya penting untuk menghindari pergaulan bebas, penyebaran penyakit menular seksual dan kehamilan yang tidak diinginkan. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi kepada remaja guna mewujudkan remaja yang sehat dan berprestasi. Metode pelaksanaan promosi kesehatan yang digunakan adalah *Participatory Action Research* (PAR) dengan pelatihan tentang masalah kesehatan reproduksi dan pencegahan penyakit menular seksual yang diikuti oleh siswa-siswi Madrasah Aliyah (MA) Dinniyah Putri, Kabupaten Pesawaran, Lampung. Hasil pengabdian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai rerata pretest (63,96) dan nilai posttest (92,2) tentang kesehatan reproduksi pada remaja di MA Dinniyah Putri, Pesawaran, Lampung. Kegiatan pengabdian ini terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi sehingga dapat menjadi salah satu upaya dalam mencegah terjadinya penyakit

**Kata Kunci:** Kesehatan Reproduksi, Penyakit Menular Seksual, Remaja

**Abstract:** *There are approximately 64 million young people aged between 10 and 24 years old, or 28.64% of the Indonesian population. Reproductive health education for adolescents is an important effort to avoid promiscuity, the spread of sexually transmitted diseases and unwanted pregnancies. The purpose of this community service is to provide counseling on reproductive health to adolescents in order to realize healthy and outstanding adolescents. The method of implementing health promotion is Participatory Action Research with training on reproductive health issues and prevention of sexually transmitted diseases, attended by students from Madrasah Aliyah (MA) Dinniyah Putri, Pesawaran Regency, Lampung. The results of this service activity showed there was a significant difference between the mean pretest score (63.96) and post test score (92.2) on reproductive health among adolescents at MA Dinniyah Putri, Pesawaran, Lampung. This service activity is proven to increase the knowledge and understanding of adolescents about reproductive health so that it can be one of the efforts in preventing the occurrence of sexually transmitted diseases and abortion in adolescents.*

**Keywords:** *Adolescents, Reproductive health, Sexually Transmitted Diseases*

Hak Cipta © 2024 Penulis

This is an open access article under the CC BY-SA License.



**Penulis Korespondensi:**

\* Novita Carolia

Email: [novitacarolia01@gmail.com](mailto:novitacarolia01@gmail.com)

Cara sitasi: Carolia, N., Angraini, D.I., Sidharti, L., & Mayasari, D. (2024). Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Mewujudkan Remaja Sehat Berprestasi. *ADMA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 5(1), 183-190.

## Pendahuluan

Masa remaja adalah masa yang usianya berkisar antara 10 sampai dengan 24 tahun yang merupakan peralihan dari masa kanak-kanak (tergantung) ke masa orang dewasa (mandiri) yang terjadi dalam kehidupan seseorang. Pada masa remaja seseorang akan mengalami banyak perkembangan, pertumbuhan serta pencarian identitas. Akan ada berbagai perubahan untuk memanifestasikan dirinya dalam lingkungan psikologis, fisik

(remaja) dan sosial. Masalah pada remaja dapat disebabkan oleh perbedaan kebutuhan dan terwujudnya daya adaptasi kaum muda dengan lingkungan di mana ia hidup, tumbuh dan berkembang sebagai pribadi manusia dan makhluk sosial. Fase transisi ini merupakan fase kritis bagi kaum muda. Ketika muncul keinginan untuk mandiri dari ketergantungan orang tua, muncul pula rasa ingin tahu yang berlebihan dan rentan terhadap perilaku berisiko (Mahfiana *et al.*, 2009)

Diperkirakan 20-30% dari jumlah penduduk setiap kecamatan masyarakat di Indonesia digolongkan sebagai remaja dengan sebaran persentase hampir sama. Jika diperkirakan berdasarkan jumlah penduduk Indonesia saat ini sekitar 250 juta, remaja diperkirakan berjumlah 50-75 juta. Ada sekitar 2.218.536 remaja dari total 9.081.792 jiwa penduduk Lampung, atau sekitar 24,43%. Jika kita melihat lebih jauh sekitar satu miliar penduduk dunia adalah remaja (hampir 1/6 dari populasi) dan 85% anak muda tinggal di negara berkembang. Dalam piramida penduduk terbalik, kaum muda harus diprioritaskan dan mendapat perhatian semua pihak (Badan Pusat Statistik, 2017; Kemenkes RI, 2013).

Pada masa remaja rasa ingin tahu terhadap masalah seksual sangat penting dalam pembentukan hubungan baru yang lebih matang dengan lawan jenis. Padahal pada masa remaja informasi tentang masalah seksual sudah seharusnya mulai diberikan, agar remaja tidak mencari informasi dari orang lain atau dari sumber-sumber yang tidak jelas atau bahkan keliru sama sekali. Pemberian informasi masalah seksual menjadi penting terlebih lagi mengingat remaja berada dalam potensi seksual yang aktif, karena berkaitan dengan dorongan seksual yang dipengaruhi hormon dan sering tidak memiliki informasi yang cukup mengenai aktivitas seksual mereka sendiri. Tentu saja hal tersebut akan sangat berbahaya bagi perkembangan jiwa remaja bila ia tidak memiliki pengetahuan dan informasi yang tepat. Fakta menunjukkan bahwa sebagian besar remaja kita tidak mengetahui dampak dari perilaku seksual yang mereka lakukan, seringkali remaja sangat tidak matang untuk melakukan hubungan seksual terlebih lagi jika harus menanggung resiko dari hubungan seksual tersebut (Renie Tri Herdiani *et al.*, 2023).

Salah satu risiko seks bebas pada usia remaja adalah kehamilan yang tidak diinginkan (KTD) di usia remaja. Kehamilan pada usia remaja memiliki banyak risiko kesehatan, salah satunya BBLR (Berat Bayi Lahir Rendah). Seperti hasil penelitian dari Nuzula, dkk (2020) di RSUD Panembahan Senopati Bantul DIY menyebutkan bahwa 40 (55,6%) responden dengan usia kurang dari 20 tahun melahirkan bayi dengan berat bayi lahir rendah dengan OR 1,8 (95%CI 1,003-3,118) sehingga kehamilan pada usia remaja tersebut meningkatkan 1,8 kali lipat melahirkan dengan berat bayi lahir rendah (Nuzula *et al.*, 2020).

BKKBN telah merilis program PIK (Pusat Informasi dan Konsultasi)-remaja yang dapat diakses oleh seluruh remaja di Indonesia sebagai upaya meningkatkan kualitas remaja dengan pemberian akses informasi, pendidikan, konseling, dan pelayanan tentang kehidupan

berkeluarga melalui Pembinaan Ketahanan Remaja. Sejak dirintis di tahun 2005 dan mulai dibentuk pada 2007, PIK Remaja merupakan wadah kegiatan yang dikelola dari, oleh dan untuk remaja guna memberikan pelayanan informasi dan konseling tentang pendewasaan usia perkawinan, delapan fungsi keluarga, Triad KRR, dan keterampilan hidup/lifeskills. Oleh karena itu, keberadaan PIK Remaja (dan BKR) menjadi penanda berjalan atau tidaknya Pembinaan Ketahanan Remaja di lapangan. Data Lapangan Oktober 2018 menunjukkan terdapat 25.223 PIK Remaja yang ada dan 21.892 PIK Remaja yang lapor, namun aksesibilitas masih kurang. Pada tahun 2018 remaja yang mengakses PIK ditargetkan mencapai 28 persen, namun realisasinya baru mencapai 17 persen (BKKBN, 2018).

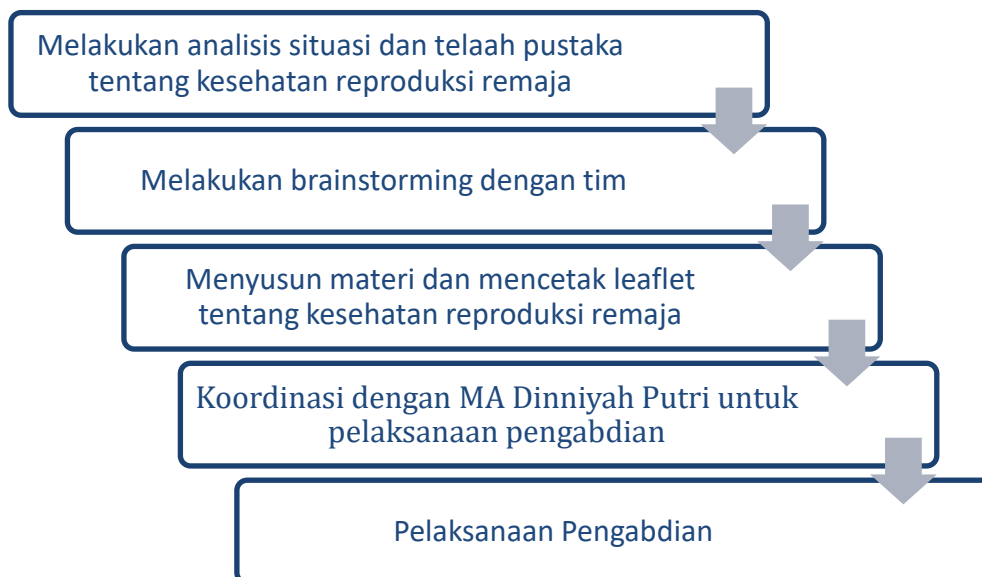
Promosi kesehatan adalah langkah pertama dan terpenting dalam pencegahan penyakit. Promosi kesehatan mengandung pengertian umum bahwa promosi kesehatan adalah proses penyampaian informasi kesehatan kepada masyarakat agar masyarakat siap dan mampu memelihara serta meningkatkan kesehatannya. Tindakan atau upaya promosi kesehatan meliputi pendidikan kesehatan, termasuk perbaikan gizi, gaya hidup, dan kebiasaan seksual (Rachmawati, 2019). Melihat maraknya seks bebas dan tingginya prevalensi kejahatan seksual di Indonesia, maka perlu dilakukan penyuluhan/edukasi tentang bahaya seks bebas sebagai salah satu upaya mencegah dan menurunkan kejadian seks bebas di kalangan remaja terutama remaja putri di provinsi Lampung. Mayoritas usia remaja berada pada usia sekolah. Ada beberapa sekolah khusus putri di provinsi Lampung. Madrasah Aliyah Diniyah Putri adalah salah satu sekolah asrama (*boarding school*) khusus putri yang berada di Kecamatan Gedong Tataan, Kabupaten Pesawaran, Lampung. Penelitian yang dilakukan di MTS Pondok Pesantren Diniyah Putri Lampung didapatkan bahwa pengetahuan siswi mengenai PHBS dalam kategori baik hanya 26,8% sedangkan siswanya dalam kategori kurang dan sedang (Anggraini, 2013). Kegiatan pengabdian yang dilakukan di Pondok Pesantren Baitul Mustaqim Di Kecamatan Punggur Kabupaten Lampung Tengah mendapatkan hasil bahwa tingkat pengetahuan santri mengenai PHBS yang termasuk dalam kategori kurang adalah 63,33%. Oleh karena itu penerapan pendidikan kesehatan reproduksi remaja di pesantren juga diperlukan di provinsi Lampung terutama pondok pesantren MA Diniyah Putri Lampung.

Berdasarkan permasalahan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penyuluhan tentang pentingnya kesehatan reproduksi remaja di MA Diniyah Putri, kecamatan Gedong Tataan kabupaten Pesawaran, Lampung. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai kesehatan reproduksi santri guna mewujudkan remaja yang sehat dan berprestasi. Ini juga penting dilakukan sebagai upaya bersama dalam mengurangi risiko masalah kesehatan reproduksi yang dapat mempengaruhi masa depan remaja secara keseluruhan.

## Metode

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan oleh dosen Fakultas Kedokteran Universitas Lampung di MA Dinniyah Putri Pesawaran, Lampung, dengan metode PAR, yang terdiri dari: a. Mengukur pengetahuan (*prior knowledge*) peserta dengan memberikan kuesioner, b. Penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi interaktif, c. Mengukur pengetahuan peserta setelah penyuluhan melalui *post-test*. Nilai *post-test* peserta diharapkan mengalami peningkatan.

Pembuatan materi dan leaflet tentang kesehatan reproduksi remaja melalui kegiatan diskusi dengan pihak puskesmas di wilayah MA Dinniyah Putri dan tim pengabdian ini dilakukan dengan tahapan: a. Melakukan analisis situasi dan telaah pustaka tentang kesehatan reproduksi remaja, b. Melakukan brainstorming dengan tim, c. Menyusun materi dan mencetak *leaflet* tentang kesehatan reproduksi remaja

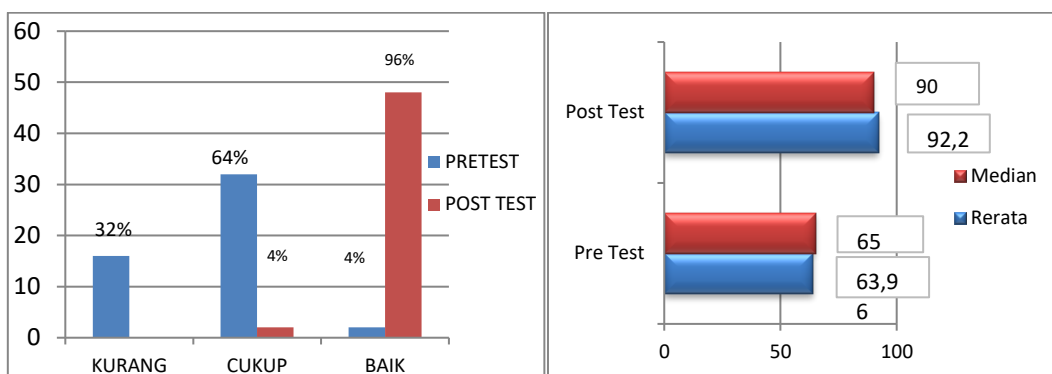


Gambar 1. Metode Pengabdian

## Pembahasan

Hasil diskusi dan brainstorming yang kami lakukan dengan pihak puskesmas dan sekolah MA Dinniyah Putri diperoleh kesimpulan materi yang akan disampaikan adalah tentang kesehatan reproduksi remaja, dampak dan bahayanya seks bebas pada usia remaja. Peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 50 orang siswa kelas 10 dan kelas 11 MA dinniyah Putri. Hasil nilai pretest tentang kesehatan remaja sebanyak 64% peserta berpengetahuan cukup, dan sisanya 32% berpengetahuan kurang. Sedangkan hasil *post-test* menunjukkan peningkatan pengetahuan, sebanyak 96% berpengetahuan baik dan hanya 4 % berpengetahuan cukup. Nilai rerata pretest dan *post-test* juga menunjukkan peningkatan

dengan rerata pretest 63,96 dan rerata nilai *post-test* 92,2 seperti disajikan pada gambar 2.



Gambar 2. Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Remaja

Untuk analisis rerata pretest dan posttest pada kegiatan pengabdian ini menggunakan paired sample t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan (nilai  $p=0,001$ ) antara nilai pretest dengan *pre-test*, seperti pada tampak pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Hasil analisis paired sample T-Test *pre-test* dan *post-test* pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja.

	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	p value
<b>Rerata</b>	<b>63,96</b>	<b>92,2</b>	<b>0,001</b>

Peserta tampak antusias bertanya mengenai mitos-mitos seputar kesehatan reproduksi. Tampak adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai kesehatan reproduksi remaja yang ditandai dengan peningkatan nilai pada *post-test*. Remaja dapat mengambil keputusan apakah memang dia menginginkan atau tidak dengan pikiran yang sehat, karena remaja sudah mengetahui dampak positif negatifnya. Remaja akan menghindari situasi-situasi yang membuat remaja terpaksa atau dipaksa untuk melakukan hubungan seksual (Dewi *et al.*, 2016).

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seksual berisiko pada remaja adalah; 1. Adanya dorongan biologis. Hasrat biologis untuk berhubungan intim merupakan naluri alami dan merupakan fungsi dari sistem reproduksi dan hormon reproduksi. 2. Ketidakmampuan untuk mengendalikan dorongan biologis. Kemampuan mengendalikan impuls biologis tergantung pada nilai moral dan keimanan seseorang. Generasi muda yang beriman kuat tidak melakukan perilaku seksual berisiko. 3. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Kurangnya pengetahuan atau kesalahpahaman tentang kesehatan reproduksi dan 4. Kesempatan untuk berhubungan seks. Hal ini dapat dipengaruhi oleh: a.) kurangnya perhatian orang tua, b.) pemberian kenyamanan (termasuk uang) yang berlebihan kepada remaja, c.) berubahnya nilai moral dan etika masyarakat, d.) kemiskinan mendorong remaja putri ikut terlibat dalam hubungan seks pranikah (Utami & Ayu, 2018).



Remaja yang tidak mendapat informasi memadai tentang kesehatan reproduksi dari orang tuanya mencari informasi lain melalui gambar, teman, dan film yang menyesatkan. Dengan informasi yang benar, remaja diharapkan mempunyai sikap dan perilaku yang bertanggung jawab, khususnya mengenai proses reproduksi. Media mempunyai potensi besar dalam mengubah sikap dan perilaku masyarakat, khususnya anak-anak, yang masih relatif mudah terpengaruh. Apalagi ketika internet membuat hidup masyarakat menjadi lebih mudah. Penggunaan internet yang semakin intensif mempengaruhi gaya hidup masyarakat. Di balik kemudahan, kecanggihan, dan penggunaan Internet, terdapat banyak aspek negatif yang terkait dengannya, seperti kemampuan siswa SMA membuka situs pornografi dalam bentuk gambar atau cerita untuk ditulis (Cahyo *et al.*, 2008).

Pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi sangat diperlukan oleh remaja. Hal ini dikarenakan dengan memiliki informasi dan pengetahuan yang benar maka remaja akan banyak mengambil manfaat. Dampak positif dari pengetahuan yang benar mengenai kesehatan reproduksi yaitu dapat mencegah perilaku seks pranikah serta dampaknya termasuk kehamilan tidak di inginkan, HIV/AIDS, dan IMS dapat dicegah (Hasanah, 2017). Remaja yang memahami informasi tentang kesehatan reproduksi dengan baik akan mampu menolak jika dipaksa oleh pasangannya untuk melakukan hubungan seksual. Remaja yang mempunyai pengetahuan yang benar mengenai kesehatan reproduksi dapat berhati-hati dalam melangkah. Remaja akan dapat memberikan penilaian mengenai patut tidaknya melakukan melakukan hubungan seksual dengan pasangannya sebelum menikah. Penilaian yang dibuat remaja tersebut dilakukan secara sadar bukan keterpaksaan (Mahfiana *et al.*, 2009).



Gambar 3. Foto dokumentasi pengabdian

## Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi remaja pada siswi MA Dinniyah Putri

Lampung dengan teknik komunikasi interaktif terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi sehingga dapat menjadi salah satu upaya dalam mencegah terjadinya PMS dan aborsi pada remaja. Disarankan selanjutnya perlu dilakukan penyuluhan secara berkesinambungan tentang kesehatan reproduksi remaja dan bahaya seks bebas sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai hal ini. Diharapkan dengan begitu dapat menghindarkan remaja dari masalah-masalah kesehatan yang mungkin muncul di kemudian hari.

### Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini. Terimakasih juga kami ucapkan kepada MA Dinniyah Putri Pesawaran Lampung yang telah bekerja sama dalam terlaksananya kegiatan pengabdian ini.

### Daftar Pustaka

- Anggraini, N. S. (2013). Effect of Health Promotion About Scabies to Knowledge and Personal Hygiene at Dinniyah Putri Lampung Islamic Education. skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. <http://digilib.unila.ac.id/id/eprint/2439>
- Badan Pusat Statistik. (2017). Perkawinan Usia Anak di Indonesia. <https://www.bps.go.id/id/publication>
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2018). Laporan Kinerja Instansi Pemerintah 2018, Direktorat Bina Ketahanan Remaja, BKKBN. Jakarta: BKKBN.
- Cahyo, K., Kurniawan, T. P., & Margawati, A. (2008). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Praktik Kesehatan Reproduksi Remaja di SMA Negeri 1 Purbalingga Kabupaten Purbalingga. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 3(2), 86–101. <http://www.ejournal.undip.ac.id/index.php/jpki/article/view/2540>
- Dewi, T., Masruhim, M. A., & Sulistiarini, R. (2016). Promosi dan Koseling Kesehatan Reproduksi Bagi Kelompok Kegiatan PIK Remaja (PIK-R). In *Laboratorium Penelitian dan Pengembangan FARMAKA TROPIS Fakultas Farmasi Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur*.
- Hasanah, H. (2016). Sebuah Strategi Mencegah Berbagai Resiko Masalah Reproduksi Remaja. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 11(2), 229-251. DOI:10.21580/sa.v11i2.1456
- Kemendes RI. (2013). *Survei Demografi Kesehatan Indonesia 2012*. Jakarta
- Mahfiana, L., Rohmah, E.Y., & Widyaningrum, R. (2009). Remaja dan Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: STAIN Press Ponorogo. <https://repository.iainponorogo.ac.id/644>
- Nuzula, R. F., Dasuki, D., & Kurniawati, H. F. (2020). Hubungan Kehamilan Pada Usia Remaja Dengan Kejadian Berat Bayi Lahir Rendah (Bblr) Di Rsud Panembahan Senopati. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 11(2), 121–130. <https://doi.org/10.55426/jksi.v11i2.115>
- Rachmawati, W. C. (2019). Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku. In *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Renie Tri Herdiani, Mk., Ns Isti Antari, Mp., Siska Oktari, Mm., Desni Yuniarni, P., & MPsi, Sp. (2023). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Cv. Eureka Media Aksara.
- Utami, F. P., & Ayu, S. M. (2018). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fakultas <https://journal.universitasbumigora.ac.id/index.php/ADMA>

Kesehatan Masyarakat,  
<http://eprints.uad.ac.id/id/eprint/24395>

Universitas

Ahmad

Dahlan.