

EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI SECARA DARING PADA SISWI SD DALAM RANGKA MENGHADAPAI *MANARCHE*

Hasria Alang^{1*}, Eka Apriyanti¹, Hartini²

¹Biologi, STKIP Pembangunan Indonesia Makassar

²Ekonomi, STKIP Pembangunan Indonesia Makassar

*e-mail: hasriaalangbio@gmail.com¹, ekhaapril4@gmail.com²,
antyhartini@gmail.com³

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa transisi, dan cenderung ingin mencoba-coba hal baru sehingga acapkali berdampak negatif. Pemahaman dan informasi kesehatan reproduksi sangat diperlukan pada fase ini dan edukasi dapat dilakukan melalui pemberian penyuluhan atau yang mencakup materi tentang perubahan-perubahan yang terjadi ketika memasuki masa remaja. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan pengetahuan kepada para peserta tentang kesehatan reproduksi. Kegiatan ini dilakukan secara daring, diawal dari pre test dengan menjawab pertanyaan melalui google form, selanjutnya dilanjutkan dengan pemaparan materi dan sesi Tanya jawab, dan tahap terakhir dilakukan dengan menjawab post test melalui google form. Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan dalam kegiatan ini, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat karena para peserta dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja dalam menyongsong manarce.

Kata kunci: Daring, Kesehatan reproduksi, Manarce, dan test

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi dengan rentang usia 10 hingga 24 tahun. Masa ini merupakan fase peralihan, dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, Ciri khas fase ini yaitu adanya perubahan fisik, perkembangan emosi dan sosial sehingga membuat yang bersangkutan menjadi rentan menghadapi persoalan. Soetjiningsih (2010) menyatakan bahwa masa remaja awal adalah tahap awal pematangan fisik, dan merupakan perilaku yang sangat riskan dan selalu ingin mencoba-coba termasuk masalah seksualitas. Pada fase ini, memahami kesehatan reproduksi adalah hal yang sangat penting. Pengetahuan yang kurang terkait kesehatan reproduksi acap kali menimbulkan masalah kesehatan reproduksi bagi remaja. Peningkatan derajat kesehatan reproduksi untuk mengubah perilaku agar hidup secara sehat diyakini dapat dilakukan dengan pemberian edukasi kesehatan reproduksi. Permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja sering kali menjurus kepada aborsi yang tidak aman dan komplikasinya (Diffah, dkk.2013).

Kemenkes (2015) melaporkan bahwa sebanyak 13 % remaja perempuan tidak tahu tentang perubahan fisik pada saat memasuki fase remaja, sekitar 33,3% remaja perempuan dan 34,5% remaja laki-laki mulai berpacaran pada saat mereka belum berusia 15 tahun, sehingga sangat berisiko terjadi pada usia remaja. Selain itu, menurut Buzarudina (2013), masalah yang sering dihadapi pada remaja awal adalah infeksi menular seksual seperti HIV/AIDS, kehamilan yang tidak diinginkan (KTD), aborsi yang tidak aman, pernikahan usia dini, kekerasan seksual dan pemerkosaan, serta pergaulan bebas. Pada usia tersebut dikhawatirkan remaja belum memiliki keterampilan hidup yang memadai, sehingga mereka memiliki resiko untuk melakukan seks pranikah. Hal ini kemungkinan disebabkan kurangnya pengetahuan remaja awal tentang kesehatan reproduksi sehingga cenderung melakukan praktek-praktek yang merugikan mereka. Pakasi & Reni (2013) menyatakan bahwa anak-anak yang menjelang memasuki masa remaja sebaiknya diberi edukasi terkait kesehatan reproduksi. Hasanah (2016) menyebutkan bahwa memberikan pemahaman dan informasi yang tepat mengenai kesehatan reproduksi dan menanamkan nilai-nilai keagamaan merupakan strategi preventif bagi remaja.

Penyuluhan kesehatan reproduksi merupakan salah satu cara mengedukasi remaja, tentang kesehatan reproduksi, yang mencakup materi tentang perubahan yang terjadi ketika memasuki masa remaja. Edukasi ini membutuhkan cara-cara penyampaian kesehatan reproduksi yang berbeda dengan tahap-tahap usia nya. Hal ini sengaja dilakukan karena sebagian orang tua masih beranggapan bahwa pendidikan reproduksi adalah hal yang tabu dibicarakan pada usia awal remaja. Sangat jarang ditemukan remaja yang berdiskusi secara mendalam bersama orang tua untuk membahas masalah seksualitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan perilaku seksual remaja. Tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang baik akan memengaruhi perilaku seksualnya menjadi baik (dewi, 2011).

Berdasarkan uraian di atas, permasalahan mitra yaitu: (1) Kurangnya pengetahuan mitra terkait kesehatan reproduksi, (2) Orang tua yang tidak memberi pengetahuan atau bekal tentang ciri awal remaja sehingga mitra mencari informasi melalui internet yang risikonya sangat besar. (3) Lokasi mitra yang berada di daerah memungkinkan mereka memperoleh informasi dari media tanpa filter yang nantinya akan lebih memiliki dampak yang buruk karena tanpa proses pendampingan dalam menerima informasi, maka dilakukanlah pengabdian masyarakat ini. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada para peserta tentang kesehatan reproduksi dalam menyongsong *menarche*.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari kamis, tanggal 18 Juni 2020. Mitra pada kegiatan ini adalah siswa SD Neg. 2 Puundoho, SD Neg. 1 Saludongka Kabupaten Kolaka Utara dan SD Neg. 49 Borong Rappoa Kindang Kabupaten Bulukumba. Kegiatan ini menggunakan metode pemaparan materi tentang kesehatan reproduksi bagi beberapa siswa SD di Kolaka Utara dan Kabupaten Bulukumba secara online atau daring melalui wa grup dan video call whatsapp. Kegiatan ini terdiri dari tiga sesi yaitu pre test, pemaparan materi dan post test, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Setiap siswa yang akan mengikuti kegiatan ini, diwajibkan mengisi presensi secara online melalui google form (<http://bit.ly/2zCCLYE>) dan sebelum mengikuti materi, siswa dipersilahkan menjawab pertanyaan tentang kesehatan reproduksi melalui google form (<http://bit.ly/3edjFrf>) sesuai dengan pemahaman mereka.
2. Para peserta mengikuti kegiatan pengabdian melalui wa grup dan pemaparan langsung bagi peserta yang berada satu lokasi dengan pemateri dan dipersilahkan bertanya bila ada yang kurang jelas dari pemaparan materi yang disampaikan. Pemaparan materi dilakukan dengan mengirim power point ke grup sambil menjelaskan melalui video call untuk peserta yang berada di Kindang Bulukumba.
3. Setelah mengikuti pemaparan materi yang disampaikan oleh tim, maka para peserta pengabdian dipersilahkan menjawab pertanyaan melalui google form (bit.ly/2Yblu1h)
4. Pengisian google form oleh peserta saat presensi, pre test dan post test dibantu oleh tim pelaksana pengabdian setempat, karena peserta adalah siswa SD yang belum terbiasa menggunakan tools tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai leaflet jadwal penyuluhan yang telah disampaikan sebelumnya, maka kegiatan ini dibuka secara resmi oleh ketua pelaksana kegiatan secara daring melalui wa grup dan video call. Acara Pembukaan berlangsung sederhana yang diikuti oleh siswa SD kelas lima dan enam dari SD Neg. 1 Saludongka, SD Neg. 2 Puundoho, dan SD Neg. 49 Borong Rappoa Kindang Bulukumba. Hal ini dimaksudkan agar dalam pelaksanaan pelatihan dapat berjalan tertib yang memungkinkan terjadinya mutual learning yang menguntungkan.

Kegiatan pertama diawali dengan menjawab pertanyaan tentang kesehatan reproduksi pada google form. Pertanyaan terdiri atas empat nomor, yaitu (1) Ciri awal pubertas wanita adalah..., (2) Berapa lama haid seseorang?, (3) Apa kewajiban seorang muslim wanita yang telah memasuki masa pubertas? Dan (4) Bagaimana cara memelihara kesehatan reproduksi? Setelah menjawab pertanyaan maka siswa kemudian diarahkan mendengarkan pemaparan materi yang akan disampaikan.



Gambar 1. Siswa Peserta Pengabdian Masyarakat Beserta

Timestamp	Nama	Kelas	Umur	Upload
6/18/2020 13:07:08	Ulfa Novita	V SD	10	https://drive.google.com/open?id=1uh380ySmJRDnTk7iGWkYoXhA5p-m3hj
6/18/2020 13:12:45	Astri	V SD	10	https://drive.google.com/open?id=1me0v0i0T4MILWAhnbtKOEg8DTMuYWL
6/18/2020 13:21:07	Regina Putri Saldi	IV	9	https://drive.google.com/open?id=1dCVBb771xrBGHUr13bC2YqS-767M_4
6/18/2020 13:22:15	Nur Hasanah	IV	9	https://drive.google.com/open?id=1Ke3k4MXos0xhv0PIEuaB0-er24O_qN
6/18/2020 14:06:19	Amalia Nur Talita	5	10	https://drive.google.com/open?id=1ey4WmXa6k9HJS_zVeOX-VaMJ08nmqRC
6/18/2020 14:07:03	Rahmi	6	11	https://drive.google.com/open?id=1H8b7Clicy-swidCov9Rk-DsqnDvIDXk
6/18/2020 14:07:47	Fira	5	10	https://drive.google.com/open?id=1QBISHaZuYMUNLoyE2GRJULeM3jINAR
6/18/2020 17:45:22	Nurul Faizia	6	11	https://drive.google.com/open?id=1KAK0TJvqg5FW_7JxlvoVAfC1dK-YTg
6/18/2020 17:48:31	Annisa Wakhdania	VI	11	https://drive.google.com/open?id=1Qzh_HoZ1-auMWtb6xpJG8RyNK4s0a84K
6/18/2020 17:51:53	Mutiara Aulia Putri	5	10	https://drive.google.com/open?id=1L4E4R2IEqT0XW9Inaq4K8fxTRI407Xl

Gambar 2. Hasil Jawaban Post Test Pada Google Form

Tahap kedua merupakan pemberian materi tentang kesehatan reproduksi yaitu menggunakan powerpoint yang dikirim ke wa grup. Para peserta dipersilahkan membaca power point yang telah dikirimkan dan didampingi oleh tim pelaksana setempat. Siswa diminta mengajukan pertanyaan bila ada yang kurang dipahami. Pemateri (yang saat itu berada di Puundoho Kolaka Utara) menjawab pertanyaan peserta melalui wa grup dan melalui video call (Gambar 3).

Tahap ketiga merupakan tahap evaluasi. Peserta dipersilahkan menjawab pertanyaan yang ada pada google form. Pertanyaan post test adalah juga pertanyaan pada saat pre test. Hal ini bertujuan untuk mengukur pemahaman para peserta (gambar 1). Tahap terakhir yaitu penutupan. Pada tahapan ini, pemateri memberikan jawaban dari pertanyaan pada google form sehingga peserta bisa mengetahui apakah jawaban

mereka tepat atau salah. Hasil penyuluhan atau edukasi tersebut memiliki dampak yang sangat signifikan. Hal ini terlihat dari kemampuan siswa menjawab pertanyaan melalui google form yang diberikan (tabel 1 dan 2). Rata-rata siswa mampu menjawab soal dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi ini berdampak positif bagi para peserta.



Gambar 3. Pemaparan Materi Kesehatan Reproduksi

Tabel 1. Jawaban Hasil Post Test Peserta Melalui Google Form

Timestamp	Nama	Kelas	1. Ciri awal pubertas wanita adalah....	2. Berapa hari haid?	3. Apa kewajiban seorang wanita muslim wanita yang telah memasuki masa pubertas?	4. Bagaimana cara memelihara kesehatan reproduksi?
6/18/2020 13:31:23 6/18/2020 13:40:13	Regina Putri Said Nur Hasanah	IV IV SD	Menstruasi, tumbuh payudara, jerawat Tumbuh payudara, Haid, Jerawat, tumbuh rambut pada ketiak dan kemaluan.	2-7 hari 5 hari	Sholat 5 waktu, berpuasa. Sholat 5 waktu, puasa.	Bersihkan organ intim dengan benar. Konsumsi makanan sehat. dan berolahraga. Pakai handuk yang lembut, kering, bersih, dan tidak berbau atau lembab. Memakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat. Pakailah dalam dipanti minimal 2 kali dalam sehari. Bagi perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk ke dalam organ reproduksi.
6/18/2020 13:46:32	Auli	V	Haid, suara nyaring, tumbuh tinggi, munculnya jerawat, pinggul lebih besar.	2-7 hari	Sholat, puasa.	a. Bersihkan organ intim dengan benar. b. Konsumsi makanan sehat. c. Kelola stres. d. Jaga berat badan. e. Lakukan kebiasaan sehat lainnya.
6/18/2020 13:50:20	Ulva Novita	V SD	a. Perubahan payudara, b. Menstruasi, c. Muncul Jerawat, d. Tumbuhnya rambut tambahan.	2-7 hari	Mengerjakan sholat 5 waktu, Puasa.	Bersihkan organ intim dengan benar. Konsumsi makanan sehat. Kelola stres. ... 4. Jaga berat badan. Lakukan kebiasaan sehat lainnya.
6/18/2020 13:57:22	Nur Talita amalia	5	Haid	1 minggu	Harus melaksanakan kewajiban seorang wanita	Memotong bulu memakai air yang bersih
6/18/2020 13:57:45	RAHMI RAMLI	6	Sakit perut	1 minggu	Harus melaksanakan kewajiban seperti sholat 5 waktu dan Haid atau besar payu dara	Menjaga kesehatan dan mandi terus
6/18/2020 14:00:56	Fira	5	Menyukai sesama lawan misalnya laki-laki suka sama perempuan atau perempuan suka sama cowok	1 minggu	Sholat	Perempuan tanda • laki-laki tanda ♀
6/18/2020 14:01:53 6/18/2020 17:55:59	Mutiara Aulia putri Nurul Faizla	5 VI SD	Tinggi Menstruasi, jerawat, suara berubah, payudara tumbuh.	1 minggu 5 hari	Sholat Sholat 5 waktu	Makan sayur Menjaga berat badan, tidak merokok, olahraga
6/18/2020 18:00:15	Anniiza Wahdania	6	Haid, tumbuh rambut di ketiak dan kemaluan, payudara, jerawat.	2-7 hari	Sholat dan puasa	Mandi, pola makan teratur, membersihkan kemaluan dengan air bersih,

Hal ini sejalan dengan pendapat Wahyudi (2000) yang menyatakan bahwa perilaku seksual yang sehat dan bertanggung jawab dimiliki oleh remaja yang paham tentang kesehatan reproduksi. Penelitian Suidhan dkk. (2013) menunjukkan bahwa minimnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan membuat perilaku seks remaja akan sangat menyimpang berat. Amaliyasari dan Puspitasari (2008) juga menjelaskan bahwa sumber informasi seperti media massa, merupakan faktor eksternal yang sangat memengaruhi perilaku seksual, sedangkan Sukasno (2011) menyatakan bahwa tingkat pengetahuan remaja sangat berhubungan dengan perilaku seksual remaja tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan dalam kegiatan ini, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat karena para peserta dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja dalam menyongsong manarce. Sebaiknya kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan secara berkala dengan tema-tema yang bermanfaat bagi para remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyasari, Y & Puspitasari, N. (2008). Perilaku anak usia pra remaja disekitar lokalisasi dan faktor yang mempengaruhi. *Jurnal penelitian*, 7(1), 54-60.
- Astri, Letisa A., Sri W. & Yudhy D. (2016). Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Awal Sekolah Dasar di Daerah Wisata Bandungan, Kabupaten Semarang.
- Astuti, D & Sukasno. (2011). Hubungan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dengan perilaku seksual kelas XI di SMAN Gebog Kudus. *Jurnal Keperawatan dan kebidanan*, 2(1), 59-76.
- Buzarudina, F. (2013). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa SMA N 6 Kecamatan Pontianak Timur Tahun 2013. Universitas Tanjungpura; Pontianak
- Diffah, H., Santoso, & Affandi. (2013). Komunikasi, Informasi, Edukasi (KIE) Kesehatan Reproduksi (Buku Ajar). Fakultas kedokteran. Universitas Sebelas Maret.
- Hasanah, H. (2016). Pemahaman Kesehatan Reproduksi Bagi Perempuan: Sebuah Strategi Mencegah Berbagai Resiko Masalah Reproduksi Remaja. *SAWWA*, (11)2, 229-252.

- Kementrian Kesehatan RI. (2015). Infodatin Pusat Data dan Informasi Kesehatan Reproduksi Remaja. Jakarta
- KPAI. (2016). Rincian Data Kasus Berdasarkan Klaster Perlindungan Anak, 2011-2016.
- Pakasi, D. T. & Reni.K. (2013). Antara Kebutuhan dan Tabu: Pendidikan Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi bagi Remaja di SMA. Makara Seri Kesehatan, 17 (2), 79-87.
- Soetjiningsih. (2010). Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta : CV. Sagung Seto
- Suidhan, A., Seweng, A., Noor, N. B. (2013). Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Prilaku Seks Remaja Akhir Pada Mahasiswa Kesehatan Dan Non Kesehatan di kab. Mamuju prov. Sulawesi barat. Jurnal Kesehatan Reproduksi.
- Wahyudi, R. (2000). Kesehatan reproduksi remaja. Jakarta. PKBI