

PENTINGNYA MENGENALI KESEHATAN REPRODUKSI BAGI REMAJA

THE IMPORTANCE OF RECOGNIZING REPRODUCTIVE HEALTH FOR ADOLESCENTS

¹Junaida Rahmi*, ²Siti Novy Romlah, ³Desy Darmayanti, ⁴Ikada Septi Arimurti

^{1,2,3,4} STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jl.Pajajaran No.1, Tangerang Selatan dan 15417, Indonesia

ABSTRACT

Adolescent reproductive health must receive serious attention to prepare reliable human resources in order to create a quality family. The government's program in solving adolescent reproductive health problems is to promote and prevent reproductive health problems. It also needs to be directed at adolescence, where there is a transition from childhood to adulthood, and changes in body shape and function occur relatively quickly. This is marked by the development of secondary sex signs and rapid physical development, causing adolescents to be physically able to carry out the function of the reproductive process but not yet able to account for the consequences of the reproductive process. Information and counseling, counseling and clinical services need to be improved to address adolescent reproductive health problems. The purpose of this community service is to provide information on the importance of recognizing reproductive health for adolescents. This method of community service is done online using a *zoom* with a link *via zoom*. with the link: <https://us02web.zoom.us/j/81710692357?pwd=S2VUWGZ1OTRubHlmZVphQ3NqemZVQT09> or *meeting ID: 817 1069 2357 and password: Teenager7620*. This community service consists of lectures, discussions and questions and answers. After the first topic was delivered by the speakers, it was followed by a group photo session where the moderator asked the participants to activate the video. Then proceed with the second and third topics to completion. Then the moderator opens the question and answer session, in the question and answer session, the moderator provides the opportunity for participants to submit suggestions, criticism, related to the topic presented. Furthermore, the moderator provides the opportunity for the resource person to respond to the problems presented by the participants. One hour before the event ends, the moderator tells the participants to fill in attendance with the link: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScVPhxIKBB1M4q5QMaG4AN8ID8DpDHYU5dhIJzdCP8F7Edp_hA/viewform?vc=0&c=0&w=1 and the moderator also said that the e-certificates will be sent to each email no later than 1-2 weeks after the webinar. Before the event was closed, the moderator asked the chairman of STIKes Widya Dharma Husada Tangerang to give a speech. Continuing the prayer by Mr. Adi Nurhadi, S.Pd, M.Pd. Then the event ended with a closing by the moderator.

Keywords: Reproductive Health, Adolescents, Adolescent Nutrition

ABSTRAK

Kesehatan reproduksi remaja harus mendapatkan perhatian yang serius untuk menyiapkan sumber daya manusia yang handal dalam rangka mewujudkan keluarga berkualitas. Program pemerintah dalam menyelesaikan masalah kesehatan reproduksi remaja adalah dengan upaya promosi dan pencegahan masalah kesehatan reproduksi juga perlu diarahkan pada masa remaja, dimana terjadi peralihan dari masa anak menjadi dewasa, dan perubahan-perubahan dari bentuk dan fungsi tubuh terjadi dalam waktu relatif cepat. Hal ini ditandai dengan berkembangnya tanda seks sekunder dan berkembangnya jasmani secara pesat, menyebabkan remaja secara fisik mampu melakukan fungsi proses reproduksi tetapi belum dapat mempertanggung jawabkan akibat dari proses reproduksi tersebut. Informasi dan penyuluhan, konseling dan pelayanan klinis perlu ditingkatkan untuk mengatasi masalah kesehatan reproduksi remaja ini. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini untuk memberikan informasi pentingnya mengenali kesehatan reproduksi bagi remaja Metode pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan online menggunakan *zoom* dengan link *via zoom* dengan link: <https://us02web.zoom.us/j/81710692357?pwd=S2VUWGZ1OTRubHlmZVphQ3NqemZVQT09> atau *meeting ID: 817 1069 2357 dan password: Remaja7620*. Pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari ceramah, diskusi dan tanya jawab. Setelah topik pertama selesai disampaikan oleh narasumber maka dilanjutkan dengan sesi foto bersama dimana moderator meminta peserta untuk mengaktifkan vidionya. Kemudian dilanjutkan

Junaida Rahmi, *et al*

JAM: Jurnal Abdi Masyarakat Vol. 1, No.1, November 2020, Hal. 127-135

dengan topik kedua dan ketiga sampai selesai. Kemudian moderator membuka sesi tanya jawab, pada sesi tanya jawab, moderator memberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan saran, kritik, terkait dengan topik yang disampaikan. Selanjutnya moderator memberikan kesempatan kepada narasumber untuk menanggapi permasalahan yang disampaikan peserta. Satu jam sebelum acara berakhir maka moderator menyampaikan kepada peserta untuk mengisi absensi dengan link : https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScVPhxIKBB1M4q5QMaG4AN8ID8DpDHYU5dhIJzdCP8F7Edp_hA/viewform?vc=0&c=0&w=1 dan moderator juga menyampaikn bahwa e-sertifikat akan dikirimkan ke email masing-masing paling lama 1-2 minggu setelah pelaksanaan webinar ini berlangsung. Sebelum acara ditutup maka moderator meminta kesediaan ibu ketua STIKes Widya Dharma Husada Tangerang untuk memberikan kata sambutan. Selanjutn doa oleh bapak Adi Nurhadi, S.Pd, M.Pd. Kemudian acara diakhiri dengan penutupan oleh moderator.

Kata Kunci : Kesehatan Reproduksi, Remaja, Gizi Remaja

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi remaja harus mendapatkan perhatian yang serius untuk menyiapkan sumber daya manusia (SDM) yang handal dalam rangka mewujudkan keluarga berkualitas. Masa remaja merupakan masa yang dianggap rawan dalam kehidupan karena merupakan masa peralihan dari kehidupan anak menjadi kehidupan dewasa yang penuh gejolak. Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 5 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18

tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.

Menjadi remaja berarti menjalani proses berat yang membutuhkan banyak penyesuaian, lonjakan pertumbuhan badan dan pematangan organ-organ reproduksi adalah salah satu masalah besar yang mereka hadapi, tidak terkecuali organ reproduksi yang rentan terhadap infeksi saluran reproduksi, kehamilan,

penyakit menular seksual, dan penggunaan obat-obatan terlarang. Perasaan seksual yang menguat tak bisa tidak dialami oleh setiap remaja meskipun kadarnya berbeda satu dengan yang lain. Begitu juga kemampuan untuk mengendalikannya. Dalam kaitannya dengan kesehatan reproduksi, masalah yang terpenting adalah perilaku seksual remaja yang berakibat meningkatnya prevalensi aborsi, pernikahan usia muda, keluarga yang tidak diharapkan, melahirkan diluar nikah, kematian ibu dan bayi, depresi pada gadis yang terlanjur melakukan hubungan seksual, serta memberi peluang menyebarnya penyakit menular seksual.

Program pemerintah dalam menyelesaikan masalah kesehatan reproduksi remaja adalah dengan upaya promosi dan pencegahan masalah kesehatan reproduksi juga perlu diarahkan pada masa remaja, dimana terjadi peralihan dari masa anak menjadi dewasa, dan perubahan-perubahan dari bentuk dan fungsi tubuh terjadi dalam waktu relatif cepat. Hal ini ditandai dengan berkembangnya tanda seks sekunder dan berkembangnya jasmani secara pesat,

menyebabkan remaja secara fisik mampu melakukan fungsi proses reproduksi tetapi belum dapat mempertanggung jawabkan akibat dari proses reproduksi tersebut. Informasi dan penyuluhan, konseling dan pelayanan klinis perlu ditingkatkan untuk mengatasi masalah kesehatan reproduksi remaja ini

Berdasarkan hal tersebut diatas, maka Dosen Prodi DIII Kebidanan STIKes Widya Dharma Husada melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkait dengan kesehatan reproduksi remaja kepada semua tenaga kesehatan ataupun calon tenaga kesehatan serta masyarakat. Sehingga dengan adanya kegiatan ini dapat menambahkan ilmu pengetahuan baik secara teori maupun praktik.

Rumusan Masalah

Masalah yang terpenting bagi remaja adalah perilaku seksual remaja yang berakibat meningkatnya prevalensi aborsi, pernikahan usia muda, keluarga yang tidak diharapkan, melahirkan diluar nikah, kematian ibu dan bayi, depresi pada gadis yang terlanjur melakukan hubungan seksual, serta memberi peluang menyebarnya penyakit menular seksual untuk itu Tim

Pengabdian kepada Masyarakat melakukan pengabdian dengan judul “Pentingnya Mengenali Kesehatan Reproduksi Bagi Remaja?”.

Tujuan

1. Memberikan pengetahuan tentang perubahan fisiologi remaja
2. Memberikan pengetahuan tentang kenakalan remaja terkait dengan kesehatan reproduksi
3. Memberikan pengetahuan tentang gizi seimbang bagi remaja.

METODE PELAKSANAAN

Media Pelaksanaan

Media yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu *via zoom* dengan link:

<https://us02web.zoom.us/j/81710692357?pwd=S2VUWGZ1OTRubHlmZVphQ3NqemZVQT09> atau *meeting ID:*

817 1069 2357 dan password: Remaja7620.

Waktu Pelaksanaan

Penyelenggaraan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari jumat, tanggal 07 Juni 2020 jam 08.00 - 11.00 WIB

SASARAN DALAM PENGABDIAN

Sasaran dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah dosen, mahasiswa dan masyarakat umum dimana berasal dari berbagai daerah dari Sabang sampai Marauke..

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Acara pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode webinar diawali dengan adanya pembukaan oleh pembawa acara atau moderator. Selanjutnya pemberian materi dipandu oleh moderator (Ikada Septi Arimurti, S.Keb, Bd.,MKM) dan notulen dengan 3 topik. Setiap narasumber diberikan kesempatan untuk menyajikan materi sekitar 20-30 menit. Berikut ini adalah rincian materi dan narasumber:

1. Perubahan fisiologi remaja
2. Kenakalan remaja terkait dengan kesehatan reproduksi
3. Gizi seimbang bagi remaja

Segala kegiatan dalam acara pengabdian kepada masyarakat ini didokumentasikan oleh notulis dan kelancaran acara berada dalam arahan seksi acara dan dipantau oleh ketua pelaksana. Peserta yang hadir pada acara webinar ini terdiri dari 169

peserta yang berasal dari Sabang sampai Marauke dimana terdiri atas dosen, mahasiswa dan masyarakat umum.

Pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari ceramah, diskusi dan tanya jawab. Setelah topik pertama selesai disampaikan oleh narasumber maka dilanjutkan dengan sesi foto bersama dimana moderator meminta peserta untuk mengaktifkan vidionya. Kemudian dilanjutkan dengan topik kedua dan ketiga sampai selesai. Kemudian moderator membuka sesi tanya jawab, pada sesi tanya jawab, moderator memberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan saran, kritik, terkait dengan topik yang disampaikan. Selanjutnya moderator memberikan kesempatan kepada narasumber untuk menanggapi permasalahan yang disampaikan peserta.

Satu jam sebelum acara berakhir maka moderator menyampaikan kepada peserta untuk mengisi absensi dengan link :
<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScVPhxIKBB1M4q5QMaG4AN8ID8DpDHYU5dhIJzdCP8F7EdphA/v>

[iewform?vc=0&c=0&w=1](#) dan Kemudian acara diakhiri dengan moderator juga menyampaikn bahwa penutupan oleh moderator. e-sertifikat akan dikirimkan ke email masing-masing paling lama 1-2 minggu setelah pelaksanaan webinar ini berlangsung. Sebelum acara ditutup maka moderator meminta kesediaan ibu ketua STIKes Widya Dharma Husada Tangerang untuk memberikan kata sambutan. Selanjutkan doa oleh bapak Adi Nurhadi, S.Pd, M.Pd.



Gambar 2. Tim Pengabdian kepada Masyarakat Menyampaikan Materi (Pentingnya Mengenal Kesehatan Reproduksi)

PEMBAHASAN

Dalam pelaksanaan kegiatan ini masyarakat terutama bidan, remaja dan mahasiswa kebidanan sangat antusias mengikuti acara dengan tujuan untuk mengetahui tentang perubahan fisiologis remaja, kenakalan remaja dan gizi seimbang bagi remaja.

Masa remaja merupakan masa mencari identitas dirinya sendiri, seorang remaja sering membantah orang tuanya karena ia mulai punya pendapat-pendapat sendiri, cita-cita serta nilai-nilai sendiri yang berbeda dengan orangtuanya. Perubahan-perubahan sekunder juga terjadi, badan bertambah tinggi dengan cepat. Hal ini disebabkan masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Masa transisi ini seringkali menghadapkan remaja kepada situasi yang membingungkan, disatu pihak masih kanak-kanak, tetapi dilain pihak ia harus bertingkah laku seperti orang dewasa (Khamim, 2017).

Jika remaja tidak bisa mengontrol dirinya terjadi tindakan menyimpang yang akan mengkhawatirkan seperti masalah yang berkaitan dengan seks bebas (unprotected sexuality), penyebaran

penyakit kelamin (sexual transmitted disease), kehamilan di luar nikah atau kehamilan yang tidak dikehendaki (adolescent unwanted pragnancy) di kalangan remaja. Masalah-masalah yang disebut terakhir ini dapat menimbulkan masalahmasalah sertaan lainnya yaitu unsafe aborsi dan pernikahan usia muda. Semua masalah ini oleh WHO disebut sebagai masalah kesehatan reproduksi remaja, yang telah mendapatkan perhatian khusus dari berbagai organisasi internasional. Dari beberapa penelitian tentang perilaku reproduksi remaja yang telah dilakukan, menunjukkan tingkat permisivitas remaja di Indonesia cukup memprihatinkan (Kartika, 2020).

Selain masalah reproduksi remaja juga mengalami masalah gizi dimana remaja memerlukan gizi yang cukup dan seimbang. Di lain pihak, arus globalisasi yang mempengaruhi gaya hidup dan pola makan, adanya keterbatasan waktu untuk menyediakan makanan serta pengeetahuan gizi yang kurang memadai, dorongan keinginan memiliki tubuh yang langsing dapat memperburuk keadaan yaitu jatuh ke dalam kondisi “gizi-salah” (Yuliati, 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Peserta mengetahui tentang perubahan fisiologi remaja
2. Peserta mengetahui tentang kenakalan remaja terkait dengan kesehatan reproduksi
3. Peserta mengetahui tentang Gizi seimbang bagi remaja

Saran

1. Diharapkan tenaga kesehatan terutama bidan di seluruh nusantara tetap memberikan pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja.
2. Diharapkan keluarga remaja juga memperhatikan dan memberikan pendidikan kesehatan reproduksi remaja.
3. Diharapkan di setiap wilayah atau kelurahan memiliki wadah perkumpulan remaja dengan difasilitasi Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R)

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Ketua STIKes Widya Dharma Husada Tangerang yaitu ibu Ns.Riris Andriati, S.Kep, M.Kep dan bapak Dr. H.M. Hasan, SKM, M.Kes yang sudah

memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Achadi, EL. Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Jakarta: PT. Raja Grafindo. 2007.

Almatsier, S. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama Amelia. 2011.

Almatsier, S. Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan. PT Gramedia Pustaka Utama. 2012.

Ambarwati, F.R. Gizi Dan Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: Cakrawala Ilmu. 2012.

Arisman. Gizi Daur kehidupan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. 2010.

Intan Kumala Sari IA. Kesehatan reproduksi. Jakarta: Salemba Medika; 2012.

Kartika, Ratna Pertiwi. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Permasalahannya. Jurusan Pendidikan Biologi FMIPA UNY. 2020.

<http://staffnew.uny.ac.id/upload/132319831/pengabdian/PPM+PEER+KRR.pdf>

Khamim, ZP. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama. ISSN 1411-8777. 2017; Volume 17, Nomor 1 Hal. 25-32.

Marmi. Kesehatan Reproduksi.
Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2014

Supariasa, I.D.N., dkk., Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. Supariasa I.D.N., 2013. Pendidikan & Konsultasi Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. Sugoyo S. 2006. Gizi Remaja Putri. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Sulistyoningsih H. 2011. Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2001.

Yuliati. Masalah Gizi Pada Remaja Putri. Hasil Kajian Bio-Psikososial Rekaman Diet. Mahasiswi Jurdik Biologi FMIPA Universitas Negeri Yogyakarta. 2020.