

Pengenalan Organ Reproduksi dan Pubertas Melalui Edukasi Kesehatan pada Remaja Awal di SDN 013 Tanjungpinang Timur

Ikha Rahardiantini¹, Yusraini Siagian², Ernawati³

^{1,2,3}Stikes Hang Tuah Tanjungpinang, Indonesia

*e-mail: ikhaafriidho@gmail.com¹, nersyusie81@gmail.com², ernawatirakasiwi17@gmail.com³

Abstrak

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial yang utuh dan bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan, namun juga berkaitan dengan sistem reproduksi. Pubertas adalah seseorang dengan perkembangan seksual yang lebih matang. Artinya, anak laki-laki atau perempuan mengalami perubahan fisik yang membuat mereka mampu bereproduksi secara seksual. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kesehatan melalui penyuluhan tentang pengenalan organ reproduksi dan pubertas pada remaja awal yaitu siswa-siswi SDN 013 Tanjungpinang Timur. Metode yang dilakukan untuk pengenalan organ reproduksi dan pubertas melalui penyuluhan kesehatan dan pemutaran video, sehingga dapat tercapai perilaku hidup sehat dengan menjaga kesehatan reproduksi sejak dini. Peserta kegiatan ini adalah remaja SD laki-laki dan perempuan dengan rentang umur 10-16 tahun sebanyak 140 orang. Hasil pengabdian masyarakat adalah memahami kesehatan reproduksi dan pubertas. Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa-siswi SDN 013 Tanjungpinang Timur. Hampir seluruh peserta aktif mengikuti kegiatan penyuluhan dengan memperhatikan materi yang diberikan dengan sungguh-sungguh dan memberikan pertanyaan saat ada yang ingin lebih diketahui.

Kata kunci: Edukasi, Pubertas, Reproduksi, Siswa-siswi

Abstract

Reproductive health is a state of complete physical, mental and social well-being and is not only free from disease or disability, but is also related to the reproductive system. Puberty is a person with more mature sexual development. This means that boys or girls experience physical changes that make them capable of sexual reproduction. This community service aims to provide health education through counseling about the introduction of reproductive organs and puberty to early adolescents, namely students at SDN 013 Tanjungpinang Timur. The method used is to introduce reproductive organs and puberty through health education and video screenings, so that healthy living behavior can be achieved by maintaining reproductive health from an early age. Participants in this activity were 140 male and female elementary school teenagers aged 10-16 years. The result of community service is understanding reproductive health and puberty. The conclusion from this community service activity shows that there has been an increase in knowledge among the students of SDN 013 Tanjungpinang Timur. Almost all participants actively took part in outreach activities by paying close attention to the material provided and asking questions when there was something they wanted to know more about.

Keywords: Education, Puberty, Reproduction, Students

1. PENDAHULUAN

Pubertas adalah seseorang dengan perkembangan seksual yang lebih matang. Artinya, anak laki-laki atau perempuan mengalami perubahan fisik yang membuat mereka mampu bereproduksi secara seksual. Sementara pubertas dikenal sebagai peristiwa remaja, dimana mengalami perubahan internal dimulai jauh lebih awal pada sekitar usia 8 tahun pada perempuan dan usia 11 tahun untuk laki-laki. Sementara dari banyaknya perubahan pubertas terjadi secara internal, indikasi luar menandakan permulaan kematangan seksual. Untuk perempuan, kematangan seksual ditandai dengan "menarche" atau yang disebut menstruasi pertama (rata-rata, antara 10 hingga 15 tahun). Dan untuk anak laki-laki, kematangan seksual ditandai dengan "spermarke" atau produksi sperma yang layak dan ejakulasi pertama (rata-rata, sekitar usia 11 hingga 16 tahun) dan "mimpi basah" (Isni dkk, 2020).

Pubertas dapat dimulai ketika seseorang berusia delapan tahun atau mungkin tidak dimulai sampai jauh di kemudian hari. Pubertas dapat dimulai di mana saja antara usia delapan dan 13 tahun tetapi seringkali perubahan pertama terjadi sekitar usia 10 atau 11 tahun. Pada laki-laki pubertas cenderung dimulai sedikit lebih lambat antara usia 10 dan 15 tahun. Namun sebagian besar laki-laki, perubahan pertama mulai terjadi ketika mereka berusia sekitar 11 atau 12 tahun (Alyahya & Alotaibi, 2019).

Sistem reproduksi adalah kumpulan organ internal dan eksternal baik pada pria maupun perempuan yang bekerja sama untuk tujuan menghasilkan keturunan. Karena peran vitalnya dalam kelangsungan hidup spesies, banyak ilmuwan merasa bahwa Sistem reproduksi adalah salah satu sistem terpenting di seluruh tubuh. Dari sistem utama tubuh, sistem reproduksi adalah yang paling berbeda antara jenis kelamin, dan satu- satunya sistem yang tidak berfungsi sampai pubertas. Sistem reproduksi laki-laki bertanggung jawab untuk mengirimkan sperma ke alat reproduksi perempuan (Muthmainnah dkk, 2020).

Pada akhir masa pubertas, anak laki-laki memiliki sekitar 1,5 kali lebih banyak otot sebagai anak perempuan. Rasio otot dan lemak pada akhir pubertas adalah 3: 1 untuk anak laki-laki dan 5: 4 untuk anak perempuan (Nayoan et al., 2020). Di Indonesia, masalah kesehatan reproduksi masih belum bebas untuk di sampaikan, karena berhubungan masalah agama. Di satu sisi, beberapa orang tidak peduli pada kesehatan reproduksi karena tekanan sosial. Sejak kesehatan reproduksi dianggap tabu, beberapa orang khawatir menjadi sumber pembicaraan umum. Sementara, sebagai masyarakat beragama, masalah kesehatan reproduksi tidak dapat terpisah dari agama sehingga peran pemuka agama sangat di butuhkan untuk mengatasi tantangan yang ada (Kurniasih, 2018).

Pengetahuan remaja tentang perubahan fisik sangat penting karena perkembangan pubertas di pada remaja berbeda. Remaja harus memahami pubertas sebelum memasuki pubertas ketika mereka duduk di bangku sekolah dasar. Masa pubertas harus dimasukkan dalam pendidikan seks komprehensif yang juga diberikan oleh keluarga. Berdasarkan masalah tersebut penulis melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat melalui pemberian "Edukasi Kesehatan Reproduksi dengan pengenalan organ reproduksi dan pubertas Pada Remaja Awal yaitu siswa-siswi di SDN 013 Tanjungpinang Timur."

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan SDN 013 Tanjungpinang Timur. Metode yang dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu tahap I (observasi lapangan), tahap II (penyuluhan) dan tahap III (diskusi). Peserta kegiatan ini adalah siswa-siswi kelas VI SDN 013 Tanjungpinang Timur berjumlah 140 orang. Berikut tahapan metode yang digunakan dalam pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini adalah :

a. Tahap I: Observasi Lapangan

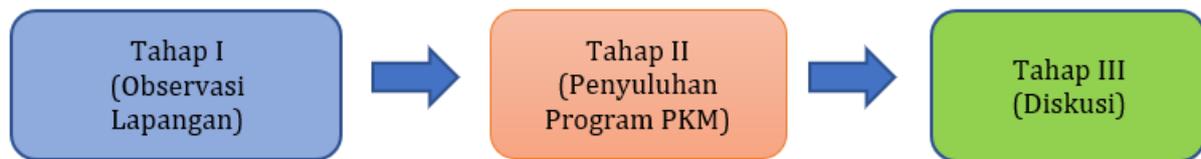
Langkah awal kegiatan PKM adalah observasi lapangan dan bekerja sama dengan mitra. Di tahap ini juga dilakukan perijinan untuk pelaksanaan kegiatan PKM. Kegiatan PKM ini melibatkan mahasiswa untuk melakukan penyamaan persepsi di awal tentang tujuan dan target dari program PKM dengan masyarakat.

b. Tahap II: Penyuluhan Program PKM

Langkah berikutnya adalah pengenalan Tim PKM kepada masyarakat, selanjutnya kegiatan PKM dilakukan dengan metode pemberian materi penyuluhan Edukasi Kesehatan Reproduksi Dan Pubertas Pada Remaja Di SDN 013 Tanjungpinang Timur.

c. Tahap III: Diskusi

Masyarakat diberikan kesempatan untuk bertanya kepada tim PKM mengenai Edukasi Kesehatan Reproduksi Dan Pubertas Pada Remaja Di SDN 013 Tanjungpinang Timur .



Gambar 1. Alur Kegiatan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh tim dosen Stikes Hang Tuah Tanjungpinang. Hal ini bertujuan agar siswa-siswi SDN 013 Tanjungpinang Timur memiliki derajat kesehatan yang tinggi, melalui edukasi kepada siswa-siswi mengenai kesehatan reproduksi dan pubertas serta mencegah terjadinya gangguan reproduksi sejak dini di SDN 013 Tanjungpinang Timur. Kegiatan pengabdian ini diikuti 140 orang remaja SD.

Gambar 1 merupakan tahap kedua dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu pemberian materi dan pemutaran video mengenai pengenalan organ reproduksi dan pubertas. Remaja menghadapi berbagai tantangan kesehatan dan sosial. contohnya, memulai aktivitas seksual sementara mereka tidak memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk perlindungan sehingga menempatkan remaja pada risiko yang lebih tinggi terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi yang tidak aman dan IMS termasuk HIV/AIDS. Tingginya prevalensi kasus pernikahan dini dan melahirkan pada remaja di beberapa negara, dikaitkan dengan kematian dan morbiditas ibu yang lebih tinggi serta kematian neonatal dan bayi pada remaja (WHO, 2018).

Pubertas adalah seseorang dengan perkembangan seksual yang lebih matang. Artinya, anak laki-laki atau perempuan mengalami perubahan fisik yang membuat mereka mampu bereproduksi secara seksual. Sementara pubertas dikenal sebagai peristiwa remaja, dimana mengalami perubahan internal dimulai jauh lebih awal pada sekitar usia 8 tahun pada perempuan dan usia 11 tahun untuk laki-laki. Sementara dari banyaknya perubahan pubertas terjadi secara internal, indikasi luar menandakan permulaan kematangan seksual. Untuk perempuan, kematangan seksual ditandai dengan "menarche" atau yang disebut menstruasi pertama (rata-rata, antara 10 hingga 15 tahun). Dan untuk anak laki-laki, kematangan seksual ditandai dengan "spermarke" atau produksi sperma yang layak dan ejakulasi pertama (rata-rata, sekitar usia 11 hingga 16 tahun) dan "mimpi basah" (Liang, L, et al, 2019) (Afinnas & Kurniasih, 2018).



Gambar 1. Pemberian materi dan pemutaran video

Gambar 2 merupakan tahap terakhir dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu diskusi dengan peserta.



Gambar 2. Diskusi dengan peserta

Penafsiran reproduksi yang salah membuat banyak pihak terutama orang tua merasa tidak nyaman untuk membicarakannya dengan remaja. Kesehatan reproduksi sangat luas meliputi kondisi sehat sistem, fungsi, dan proses reproduksi. Kondisi ini menjadikan permasalahan dan tantangan pendidikan kesehatan reproduksi mengarah pada hal-hal yang tidak diinginkan. Salah satu hal yang sering terjadi akibat kurangnya sosialisasi dan edukasi adalah penyakit menular seksual, kehamilan di usia muda, hingga aborsi yang mengakibatkan hilangnya nyawa remaja. Semua ini karena remaja tidak mendapatkan sumber informasi yang baik dan benar yang akan berguna bagi remaja (Muthmainnah dkk, 2020).

Remaja menghadapi berbagai tantangan kesehatan dan sosial. contohnya, memulai aktivitas seksual sementara mereka tidak memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk perlindungan sehingga menempatkan remaja pada risiko yang lebih tinggi terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi yang tidak aman dan IMS termasuk HIV/AIDS. Tingginya prevalensi kasus pernikahan dini dan melahirkan pada remaja di beberapa negara, dikaitkan dengan kematian dan morbiditas ibu yang lebih tinggi serta kematian neonatal dan bayi pada remaja (WHO, 2018).

Hasil dari kegiatan ini adalah siswa-siswi SDN 013 Tanjungpinang Timur memahami materi yang diberikan yaitu tentang organ reproduksi dan pubertas, melalui pemberian edukasi kesehatan, sehingga diharapkan adanya perubahan perilaku remaja menjadi lebih baik mengenai kesehatan reproduksi. Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan mendapatkan antusias dari semua siswa-siswi SDN 013 Tanjungpinang Timur. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan masalah kesehatan reproduksi dan pubertas.

Pengetahuan remaja tentang perubahan fisik sangat penting karena perkembangan pubertas di pada remaja berbeda. Remaja harus memahami pubertas sebelum memasuki pubertas ketika mereka duduk di bangku sekolah dasar. Masa pubertas harus dimasukkan dalam pendidikan seks komprehensif yang juga diberikan oleh keluarga. Peningkatan pemahaman siswa-siswi tidak terlepas dari kerja sama yang dijalankan oleh tim pengabdian masyarakat selama berlangsungnya pengabdian ini terutama saat penyampaian materi tentang kesehatan reproduksi dan pubertas. Penyampaian materi penyuluhan dilakukan dengan pemberian materi dan penyampaian video mengenai kesehatan reproduksi dan pubertas.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah adanya peningkatan pengetahuan mengenai organ reproduksi dan pubertas pada siswa-siswi SDN 013 Tanjungpinang Timur sehingga diharapkan siswa-siswi mampu menjaga Kesehatan alat reproduksi dan pubertas. Hampir seluruh peserta aktif mengikuti kegiatan penyuluhan dengan memperhatikan materi yang diberikan dengan sungguh-sungguh dan memberikan pertanyaan saat ada yang ingin lebih diketahui.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LLPM dan institusi Stikes Hang Tuah Tanjungpinang yang telah memberi dukungan dana terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afinnas, F. T., & Kurniasih, A. W. (2018). Analisis Kemampuan Penalaran Matematis Siswa dengan Model Self- Regulated Learning Menggunakan Asesmen Kinerja Ditinjau dari Metakognisi. *PRISMA*, 1, 197–207.
- Alyahya, D. & Alotaibi, A. (2019). Computational Thinking Skills and Its Impact on TIMSS Achievement: An Instructional Design Approach. *Issues and Trends in Educational Technology*, 7(1), 3-19.
- Kurniasih, N. (2018). Model of Adolescent Reproductive Health Information Dissemination in Bandung West Java Indonesia. 98(Icpsuas 2017), 206–209. <https://doi.org/10.2991/icpsuas-17.2018.45>
- Isni, K., Fantika, F., Saputri, N. A., & Lestari, E. (2020). Upaya Penanggulangan Masalah Kesehatan Reproduksi Remaja Di Kecamatan Jetis, Yogyakarta. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 31–36. <https://doi.org/10.12928/jp.v4i1.1520>
- Liang, L. et al. (2019) 'Nutritional compositions of Indian Moringa oleifera seed and antioxidant activity of its polypeptides', *Food Science and Nutrition*, 7(5). doi: 10.1002/fsn3.1015.
- Muthmainnah, Nurmala, I., Siswantara, P., Hargono, R., Harris, N., Devi, Y. P., Kristina Dwi, N. A., & Fitriani, H. U. (2020). Power-attitude-interest of stakeholoders in developing adolescent health promotion media. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 11(6), 287–299.
- Mosavat, M., Ooi, F. K. and Mohamed, M. (2014) 'Stress hormone and reproductive system in response to honey supplementation combined with different jumping exercise intensities in female rats', *BioMed Research International*. Hindawi Publishing Corporation, 2014. doi: 10.1155/2014/123640.
- WHO (World Health Statistics). 2018. Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi. World Bank, 2018

Halaman Ini Dikосongkan