

## JURNAL MASYARAKAT BERDAYA DAN MANDIRI

### PENINGKATAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA MELALUI SEX EDUCATION TENTANG PUBERTAS DI SDIT PERMATA MULIA MOJOKERTO

1. Bety Mayasari, Ilmu Keperawatan, STIKes Dian Husada Mojokerto, email : mayasari.bety@gmail.com
2. Yufi Aris Lestari, Ners, STIKes Dian Husada Mojokerto, email : yufiarislestari@gmail.com  
Korespondensi : mayasari.bety@gmail.com

#### ABSTRAK

Pubertas merupakan titik pencapaian dari kematangan seksual pada anak perempuan yaitu dengan terjadinya *menarche*. *Menarche* merupakan perdarahan yang terjadi pertama kali dari uterus. peristiwa haid menduduki satu eksistensi psikologis yang unik, yang bisa mem-pengaruhi sekali persepsi anak gadis terhadap realitas hidup, baik pada masa remaja maupun setelah dia menjadi dewasa. Gejala psikologis dari *menarche* diantara-nya kecemasan dan ketakutan yang kuat oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut (Kartono, 2006). Remaja putri yang mengalami *menarche* sering merasakan kebingungan dan kesedihan (Dianawati, 2006). Hal ini terjadi dikarena-kan kebanyakan remaja tidak memahami dasar dari perubahan yang terjadi pada dirinya. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk peningkatan pemahaman remaja putri tentang perubahan masa pubertas dan menghadapi perubahannya. Bentuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan kesehatan. Pendekatan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan menggunakan pendekatan edukatif. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di ruang kelas paralel SDIT Permata Mulia Desa Banjar Agung kecamatan Puri – Mojokerto tanggal 17 Desember 2021 pukul 09.00 – 10.30 WIB di ruang kelas. Jumlah peserta kegiatan pengabdian masyarakat yang direncanakan sebanyak 32 peserta. Jumlah peserta kegiatan masyarakat yang hadir sebanyak 30 peserta. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat didapatkan sebagian besar peserta kegiatan pengabdian masyarakat berpengetahuan baik setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang pubertas yaitu 22 peserta (73%) dan tidak ada yang berpengetahuan kurang 0% , terjadi peningkatan pengetahuan tentang pubertas dan tips menghadapi masalah pubertas setelah peserta diberikan edukasi. Untuk menjadikan anak menjadi penerus bangsa yang sehat dan cerdas dibutuhkan dukungan dari semua pihak, meliputi keluarga, sekolah dan penentu kebijakan.

**Kata Kunci : Kesehatan, Reproduksi, Remaja Putri, Pubertas**

#### 1. PENDAHULUAN

Pubertas merupakan suatu tahapan yang sangat penting bagi wanita. Periode pubertas akan terjadi perubahan dari masa anak-anak menjadi dewasa. Perubahan

tersebut meliputi perubahan 2anya22, perubahan fisik, perubahan psikologi dan 2anya2. Pubertas merupakan proses perubahan ketidakmatangan fisik dan seksual menuju kematangan fisik dan seksual. Fase kematangan fisik dan seksual dapat membuat organ reproduksi seorang remaja dapat berfungsi untuk bereproduksi (Verawati dan Liswidyawati, 2012). Pubertas merupakan titik pencapaian dari kematangan seksual pada anak perempuan yaitu dengan terjadinya *menarche*. *Menarche* merupakan perdarahan yang terjadi pertama kali dari uterus. *Menarche* pada perempuan terjadi pada masa pubertas sekitar dengan 12–14 tahun. Usia *menarche* bervariasi pada setiap individu dan wilayah tempat tinggal. Usia *menarche* dapat dikatakan normal apabila terjadi pada usia 12–14 tahun (Susanti, 2012). Fase tibanya haid ini merupakan satu periode di mana gadis benar-benar telah siap secara biologis menjalani fungsi kewanitaannya. Maka bagi perempuan, peristiwa haid menduduki satu eksistensi psikologis yang unik, yang bisa memengaruhi sekali persepsi anak gadis terhadap realitas hidup, baik pada masa remaja maupun setelah dia menjadi dewasa. Gejala psikologis dari *menarche* diantaranya kecemasan dan ketakutan yang kuat oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut (Kartono, 2006). Remaja putri yang mengalami *menarche* sering merasakan kebingungan dan kesedihan (Dianawati, 2006). Hal ini terjadi dikarenakan kebanyakan remaja tidak memahami dasar dari perubahan yang terjadi pada dirinya.

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS, 2019), jumlah penduduk Indonesia sebanyak 268.074,6 juta jiwa, 45.351,3 diantaranya remaja. Remaja yang berumur 10-14 tahun berjumlah 23.057,1 juta jiwa. Sementara jumlah penduduk umur 15-19 tahun berjumlah 22.294,2 juta jiwa. Besarnya penduduk remaja akan berpengaruh pada pembangunan dari aspek ekonomi maupun demografi baik saat ini maupun di masa yang akan datang (BPS, 2020). Tercatat dari Januari hingga Juni 2021 terjadi sebanyak 5.463 kasus kekerasan seksual hingga terjadi kehamilan pada anak/remaja. Kondisi ini tentu sangat memprihatinkan dan menunjukkan kesehatan reproduksi menjadi cukup penting untuk diajarkan sejak dini dalam keluarga. di SDIT Permata Mulia Mojokerto desember 2021 sekitar 30 % dari siswi kelas 4, 5 dan 6 sudah *menarche*.

Dampak remaja bila tidak mengetahui tentang perubahan seks sekunder, pada masa pubertas secara fisik sebagai anak merasa tidak normal, bahaya fisik utama pada masa puber disebabkan fungsi kelenjar endrokin yang mengendalikan pertumbuhan pesat dan perubahan seksual yang terjadi pada periode ini. Sedangkan bahaya psikologisnya antara lain konsep diri yang kurang baik, prestasi rendah, kurangnya persiapan menghadapi puber, penyimpangan dalam seksual. Perilaku ini sangat merugikan bagi diri remaja sendiri dan keluarganya. Sebab remaja pada masa ini mengalami perkembangan yang penting yaitu kognitif, emosi dan sosial (Sarwono, 2010).

Oleh karena itu pengetahuan tentang perubahan yang terjadi secara fisik, kejiwaan, kematangan seksual, informasi dari petugas kesehatan tentang perubahan fisik masa pubertas serta tentang alat reproduksi perlu diperoleh oleh setiap remaja wanita, penyuluhan penyuluhan disekolah dan mencari informasi lewat media elektronik dan non elektronik agar remaja putri mudah untuk memahami serta mengatasi berbagai keadaan yang membingungkannya saat perubahan fisik masa pubertas (Sarwono, 2015). Sehingga anak usia sekolah dasar merupakan masa yang tepat untuk meletakkan landasan kokoh manusia yang berkualitas, karena kesehatan merupakan factor penting untuk menentukan kualitas sumber daya manusia.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk peningkatan pemahaman remaja putri tentang perubahan masa pubertas dan menghadapi perubahannya. Sasaran pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan kepada siswa SD perempuan kelas 4, 5 dan 6 yang seluruhnya berjumlah 30 siswa di SDIT Permata Mulia Desa Banjaragung Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto. Bentuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan kesehatan. Pendekatan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan menggunakan pendekatan edukatif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh 1 tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat yang terdiri dari 2 pelaksana dan dibantu oleh 2 mahasiswa program studi kebidanan STIKes Dian Husada Mojokerto.

## **3. HASIL**

### Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat

#### 1) Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di ruang kelas paralel SDIT Permata Mulia Desa Banjar Agung kecamatan Puri – Mojokerto tanggal 17 Desember 2021 pukul 09.00 – 10.30 WIB di ruang kelas. Jumlah peserta kegiatan pengabdian masyarakat yang direncanakan sebanyak 32 peserta. Jumlah peserta kegiatan masyarakat yang hadir sebanyak 30 peserta. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan pembukaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Kepala Sekolah SDIT Permata Mulia. Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan pengisian kuesioner yang telah disiapkan oleh tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat. Setelah peserta kegiatan pengabdian masyarakat menyelesaikan pengisian kuesioner, selanjutnya mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat melakukan pengumpulan kuesioner yang telah dilakukan pengisian oleh peserta kegiatan dan kegiatan pengabdian masyarakat dilanjutkan dengan penyampaian materi. Materi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan oleh 2 pemateri. Adapun materi yang disampaikan adalah tentang pubertas dan tips dan trik menghadapi permasalahan pubertas.

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan hasil sebagai berikut:

#### 2. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian masyarakat

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik peserta kegiatan pengabdian masyarakat di

SDIT Permata Mulia Desa Banjaragung Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto

No.	Kategori	n	%
1.	Umur orang tua (Ibu)		
	< 20 tahun	3	10
	20 – 35 tahun	11	36,7
	>35 tahun	16	53,3
2.	Pekerjaan Orang Tua		
	ASN	7	23,3
	Swasta	11	36,7
	Wiraswasta	3	10
	IRT	9	30
3.	Pendidikan Orang Tua		
	SMA	11	36,7
	Diploma I/III	8	26,6
	S1 / S2/ S3	11	36,7
1.	Menarache		
	Belum	21	70
	Sudah	9	30
	Total	30	100 %

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa sebagian besar umur orang tua siswa terutama ibu adalah lebih dari 20 tahun sebesar 90 %, untuk pendidikan terakhir didapatkan hasil bahwa lebih dari setengahnya orang tua berpendidikan tinggi yaitu 63,3 %. Sedangkan untuk pekerjaan orang tua responden lebih dari setengahnya adalah bekerja yaitu sebesar 70%. Kurang dari setengah siswi sudah mendapatkan menstruasi pertamanya ( menarache).

### 3. Pengetahuan Responden Pengabdian masyarakat

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan peserta kegiatan pengabdian masyarakat tentang pubertas di SDIT Permata Mulia Banjaragung Kecamatan Puri – Mojokerto

Pengetahuan	Pre	%	post	%
Baik	-		22	73
Cukup	4	13	8	27
Kurang	26	87	-	0
Total	30	100	30	100

Sumber : Data pengabdian masyarakat, 2021

Dari hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan tim pelaksana kegiatan didapatkan sebagian besar peserta kegiatan pengabdian masyarakat berpengetahuan baik setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang pubertas yaitu 22 peserta (73%) dan tidak ada yang berpengetahuan kurang 0 %.

Pengetahuan merupakan “Tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan obyek terjadi melalui panca indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan rabadengan sendirinya. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga(Notoadmodjo, 2012). Sesuai dengan konsep tersebut, terjadi peningkatan pengetahuan tentang pubertas dan tips menghadapi masalah pubertas setelah peserta diberikan edukasi

#### 4. PEMBAHASAN

Sebagian besar orang tua (ibu) peserta berumur > 35 tahun sebanyak 34 responden (53,3%) atau 16 orang. Usia > 35 tahun merupakan usia yang dewasa dan matang. Notoatmodjo (2012) mengemukakan salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan adalah umur. Semakin bertambahnya umur akan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan yang dimiliki dan bagaimana cara mendapatkan informasi tersebut. Jika seseorang memiliki umur yang cukup maka akan memiliki pola pikir dan pengalaman yang matang pula. Semakin bertambahnya umur akan berpengaruh terhadap tingkat

Sebagian besar orangtua peserta memiliki pekerjaan formal yaitu sebanyak 21 orang (70%), dengan orangtua yang bekerja orangtua banyak bertemu dengan orang lain memberikan pengalaman yang matang tentang pubertas baik dari diri sendiri maupun dari oranglain, membuat orangtua memberikan pengalamannya kepada anaknya yang belum memiliki pengalaman mengenai pubertas, karena masa remaja adalah masa melihat dan meniru lingkungan sekitar terutama orangtua. Bekerja akan memberikan pengetahuan dan pengalaman sehingga mampu mengembangkan kemampuan dalam mengambil keputusan (Notoatmodjo, 2012).

Peserta mendapatkan sumber informasi dari orangtua dengan latar belakang sebagian besar 19 orang (62, 13%) berpendidikan tinggi. Notoatodjo (2012) mengemukakan semakin tinggi pendidikan seseorang akan cenderung mendapatkan

informasi baik dari oranglain. Dengan pengetahuan orangtua yang baik membuat orangtua lebih mengerti tentang perubahan fisik masa pubertas pada anak, dan kedekatan kepada anak, suasana yang harmonis antara anak sehingga orangtua dapat membicarakan hal terbuka lebih awal pada anaknya mengenai masa pubertas.

Sebagian kecil peserta pengabdian masyarakat sudah mendapatkan menarche yaitu 9 peserta(30%), sehingga setelah peserta yang sudah mengalami menarche dan terdapat perubahan fisik dalam masa puber akan mencari i tahu tentang apa yang dialaminya. Hal ini sesuai dengan konsep Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau open behavior(Donsu, 2017).

Dari hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan tim pelaksana kegiatan didapatkan sebagian besar peserta kegiatan pengabdian masyarakat berpengetahuan baik setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang pubertas yaitu 22 peserta (73%) dan tidak ada yang berpengetahuan kurang 0 %.

Pengetahuan merupakan “Tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan obyek terjadi melalui panca indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan rabadengan sendirinya. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga(Notoadmodjo, 2012). Sesuai dengan konsep tersebut, terjadi peningkatan pengetahuan tentang pubertas dan tips menghadapi masalah pubertas setelah peserta diberikan edukasi.

## **5. KESIMPULAN**

Dari hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan tim pelaksana kegiatan didapatkan hampir seluruh peserta kegiatan pengabdian masyarakat sebagian besar peserta berpengetahuan baik setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang pubertas yaitu 22 peserta (73%) dan tidak ada yang berpengetahuan kurang 0 % yang didukung oleh faktor umur, pendidikan, pekerjaan orang tua, serta pengalaman secara fisik dan psikologi yang dialami oleh peserta.

## **6. SARAN**

Untuk menjadikan anak menjadi penerus bangsa yang sehat dan cerdas dibutuhkan dukungan dari semua pihak, meliputi keluarga, sekolah dan penentu kebijakan. untuk tercapainya indikator kesehatan ibu dan anak melalui program pendidikan kesehatan.

## **7. DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Pusat Statistik. 2020. Hasil Sensus Penduduk 2020 .<https://www.bps.go.id/pressrelease/2021/01/21/1854/hasil-sensus-penduduk-2020.html>, Diakses 23 Maret 2022 Jam 10.13 Wib)
- BASANT, A N. 2019. TIPS MEMPERSIAPKAN ANAK PEREMPUAN MEMASUKI PUBERTAS. [HTTPS://WWW.KLIKDOKTER.COM/INFO-SEHAT/READ/3630013/TIPS-MEMPERSIAPKAN-ANAK-PEREMPUAN-MEMASUKI-PUBERTAS](https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3630013/tips-mempersiapkan-anak-perempuan-memasuki-pubertas), DIAKSES 23 MARET 2022 JAM 10.43 WIB)
- PURBORINI N, PUTRININGRUM E. 2017. GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI KELAS VII TENTANG PERUBAHAN FISIK MASA PUBERTAS DI SMP MUHAMMADIYAH 1 SENDANGADI MLATI, SLEMAN, YOGYAKARTA. [HTTP://REPOSITORY.UNJAYA.AC.ID/2324/1/NIKEN PURBORINI \(1113139\)](http://repository.unjaya.ac.id/2324/1/niken-purborini-1113139)
- SUSANTI, AV. 2012. FAKTOR RESIKO KEJADIAN MENARCHE DINI PADA REMAJA DI SMP N 30 SEMARANG. JOURNAL OF NUTRITION COLLEGE. 1 (1) : 386-40.
- VERAWATY, SN DAN LISWIDYAWATI, R. 2012. MERAWAT DAN MENJAGA KESEHATAN SEKSUAL WANITA. PT GRAFINDO MEDIA PRATAMA. BANDUNG.