

Peningkatan Pengetahuan Dan Perubahan Perilaku Santriwati Tentang Kesehatan Reproduksi Melalui Edukasi Di Pesantren Hidayatullah Depok

Cut Fauziah^{1*}, Uswatun Hasanah¹, Nasihin Saud Irsyad¹, Yosha Putri Wahyuni¹, Edwina Khairat¹

¹ Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, Indonesia

*e-mail korespondensi: cutfauziah@upnvj.ac.id

Abstract

Hormonal influences during adolescence greatly influence emotional development, especially in young women who often experience mood changes in the phase before menstruation. Cleanliness and health of reproductive organs especially during menstruation will affect the health of young women's bodies. Discussing things related to reproductive issues is still often considered taboo and triggers feelings of discomfort when discussing it with teachers and parents, and teenagers tend to avoid that topics. So there needs to be a special forum in the form of counseling and education to convey scientifically correct information about reproductive health to young women. The counseling method is carried out using lectures and interactive discussions directly to female students aged 13-15 years at junior high school level who board at the Hidayatullah Islamic Boarding School, Depok. The success of this activity is the fulfillment of the target number of participants, and the achievement of the objectives of this extension activity can also be said to be good in terms of increasing knowledge through pretest and posttest as well as achieving material targets. Based on the Wilcoxon test, there was a pretest and posttest value of $p < 0.05$, so it can be concluded that there was a difference in the knowledge of female students before and after counseling regarding Reproductive Health. The conclusion of this activity is that there has been an increase in knowledge about reproductive health among female students at the Hidayatullah Islamic Boarding School Depok.

Keywords: Education; Reproduction health; Teenager

Abstrak

Pengaruh hormonal pada masa remaja sangat memengaruhi perkembangan secara emosional, terutama pada remaja putri yang sering mengalami perubahan mood pada fase menjelang menstruasi. Kebersihan dan kesehatan organ reproduksi, terutama saat menstruasi akan berpengaruh terhadap kesehatan tubuh remaja putri. Mendiskusikan hal-hal yang berkaitan dengan masalah reproduksi masih sering dianggap tabu dan memicu rasa tidak nyaman ketika membahasnya bersama guru dan orang tua, dan remaja akan cenderung untuk menghindari topik tersebut. Sehingga perlu ada forum khusus berupa penyuluhan dan edukasi untuk menyampaikan informasi yang benar secara ilmiah tentang kesehatan reproduksi kepada remaja putri. Metode penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi interaktif secara langsung kepada santriwati dengan rentang usia 13-15 tahun setingkat SMP yang mondok di Pesantren Hidayatullah Depok. Keberhasilan dari kegiatan ini adalah terpenuhinya target dari jumlah peserta, serta ketercapaian tujuan dari kegiatan penyuluhan ini juga dapat dikatakan baik dari peningkatan pengetahuan melalui pretest dan posttest serta ketercapaian target materi. Berdasarkan uji Wilcoxon terdapat nilai pretest dan post test didapatkan nilai $p < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan siswi sebelum dan setelah penyuluhan mengenai Kesehatan Reproduksi. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada santriwati Pesantren Hidayatullah Depok.

Kata Kunci: Edukasi; Kesehatan reproduksi; Remaja

Accepted: 2023-10-06

Published: 2024-01-12

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan kondisi dimana tidak hanya sehat secara fisik, mental, maupun sosial tetapi juga terbebas dari kecacatan dan penyakit yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi. Salah satu ruang lingkup dalam pelayanan kesehatan reproduksi adalah kesehatan reproduksi remaja. Pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikologis, dan

intelektual terjadi dengan pesat di masa remaja. Besarnya rasa ingin tahu mengakibatkan remaja berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa pertimbangan yang matang. Selain seksualitas, perilaku berisiko remaja lainnya antara lain penyalahgunaan NAPZA (Narkotika, Psikotropika dan Zat Aditif), perilaku gizi buruk menyebabkan anemia remaja, seks pra nikah, kehamilan tidak diinginkan, berganti-ganti pasangan, penyakit menular seksual, HIV/AIDS, serta aborsi tidak aman. Seluruh perilaku berisiko tersebut dapat berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi remaja (Kemenkes RI, 2017).

Pubertas merupakan proses hormonal dan pertumbuhan yang terjadi ketika organ-organ reproduksi mulai berfungsi dan karakteristik seks sekunder mulai terlihat. Kematangan seksual dan terjadinya perubahan bentuk tubuh sangat berpengaruh pada kehidupan kejiwaan remaja, sementara itu perhatian remaja sangat besar terhadap penampilan dirinya sehingga mereka sering memperlakukan bentuk tubuhnya yang kurang proporsional, perubahan pada kulit wajah, mood yang berubah ubah. Apabila mereka sudah dipersiapkan dan mendapatkan informasi yang benar tentang perubahan tersebut maka mereka tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya, tetapi bila mereka kurang memperoleh informasi yang benar, remaja akan merasakan pengalaman yang cenderung negatif dalam menilai sesuatu yang berkaitan dengan kesehatan reproduksinya (Doyle, 2013).

Masa remaja merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia yang ditandai dengan berkembangnya tanda seks sekunder dan berkembangnya jasmani secara pesat, menyebabkan remaja secara fisik mampu melakukan fungsi proses reproduksi. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan masa pubertas. Masa pubertas anak perempuan ditandai dengan haid atau menstruasi. Hal ini menandakan bahwa alat reproduksi sudah dapat berfungsi dengan baik, karena dipengaruhi oleh meningkatnya hormon estrogen dan progesteron yang dapat mempengaruhi kondisi emosional remaja putri (Ariani dkk, 2021). Usia remaja merupakan usia yang rawan terhadap perkembangan fisik, mental, sosial juga perkembangan kesehatan reproduksinya (Kemenkes RI, 2017). Pada masa ini, remaja putri dituntut untuk bisa menjaga kebersihan dan kesehatan alat reproduksi dengan baik. Pengetahuan tentang kesehatan dan higienis organ reproduksi sangat dibutuhkan sebagai penunjangnya, sehingga perlu adanya informasi yang benar terkait masalah kesehatan reproduksi pada remaja putri.

Santriwati di Pesantren Hidayatullah ini memperoleh informasi tentang organ reproduksi lebih banyak dari pelajaran Biologi di sekolah, dan belum pernah memperoleh informasi dan edukasi dari kegiatan penyuluhan seperti kegiatan PKM yang kami laksanakan disana. Santriwati selama menjalani pendidikan di Pesantren ini juga tidak diperbolehkan membawa alat komunikasi (*handphone*), sehingga informasi tentang kesehatan reproduksi hanya bisa diakses dari media sosial saat berada di rumah di waktu libur sekolah. Sehingga jika ada hal hal yang ingin ditanyakan dan didiskusikan tentang kesehatan reproduksi, seringkali ada perasaan malu dan sungkan untuk mendiskusikannya bersama orang tua. Santriwati di Pesantren Hidayatullah ini juga tinggal di asrama secara bersama sama, sehingga rentan mengalami masalah kesehatan reproduksi seperti infeksi mikroorganisme yang biasanya menyebabkan keputihan yang sangat mengganggu aktivitas santriwati sehari hari, yang biasanya disebabkan karena penggunaan alat dan sarana mandi dan cuci yang bersama sama. Sehingga dengan edukasi tentang kesehatan reproduksi pada kegiatan PKM ini diharapkan bisa menambah wawasan santriwati tentang pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi setiap hari.

METODE

Metode penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi interaktif secara langsung kepada santriwati rentang usia 13-15 tahun setingkat SMP yang mondok di Pesantren Hidayatullah Depok.



Gambar 1. Peserta penyuluhan kesehatan reproduksi

Materi yang disampaikan yaitu tentang sistem reproduksi perempuan, regulasi hormon pada siklus reproduksi perempuan, masalah masalah selama menstruasi yang sering dialami oleh remaja putri dan psikologi remaja. Antusias dan rasa ingin tau para santriwati terhadap topik topik yang disampaikan terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan yang mayoritas adalah masalah masalah yang dialaminya sendiri, sehingga kegiatan penyuluhan ini sangat bermanfaat. Selama penyuluhan juga diselingi dengan games interaktif untuk membuat peserta semakin aktif. Pada kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini juga dibagikan leaflet edukasi untuk pada santri agar dapat dibaca kembali saat kegiatan penyuluhan selesai dilaksanakan.



Gambar 1. Pemberian materi penyuluhan oleh Tim Dosen FK UPN

Pada penyuluhan ini dilakukan pre test dan post test untuk menilai apakah terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan.



Gambar 3. Pengisian pre-test dan post test oleh peserta

Hasil dari pre test dan post test dilakukan uji statistik menggunakan uji wilcoxon untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan hasil pretest dan post test siswa pada penyuluhan mengenai Kesehatan Reproduksi. Tingkat keberhasilan terlihat jika didapatkan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku setelah pemberian penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keberhasilan dari kegiatan ini adalah terpenuhinya target dari jumlah peserta, serta ketercapaian tujuan dari kegiatan penyuluhan ini juga dapat dikatakan baik dari peningkatan nilai pretest dan posttest serta ketercapaian target materi (100%). Hasil pre-test dan post-test menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi setelah diberikan penyuluhan, data rata-rata nilai pre-test dan post-test seperti disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Nilai rata-rata nilai pre-test dan post test peserta

No	Kuesioner	N	Nilai minimum	Nilai maksimum	mean±st.deviasi
1	Pre-test	40	40	90	70.5 ± 13.7
2	Post-test	40	60	100	85.2 ± 11.9
	Total	40			

Uji statistik dilakukan dengan uji non paramterik dengan uji wilcoxon untuk menilai apakah nilai pre-test dan post-test yang didapatkan terdapat perbedaan bermakna, data disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil uji Wilcoxon

Wilcoxon test	Pre-test Post-test
Asympt. Sig. (2-tailed)	.000

Hasil uji wilcoxon didapatkan nilai $p < 0.05$ yang menunjukkan terdapat perbedaan bermakna pengetahuan santriwati sebelum dan setelah diberikan penyuluhan berdasarkan hasil pre-test dan

post-test. Nilai signifikansi $< 0,05$ menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara nilai pre test dan post test. Ketercapaian target materi dapat dikatakan baik (100%), hal ini dapat dilihat dari semua materi penyuluhan yang disampaikan oleh tim pengabdian dapat diterima dengan baik oleh santriwati. Para peserta penyuluhan juga sangat antusias saat mendengarkan materi penyuluhan dan aktif mengajukan pertanyaan.

Perkembangan biologis dan psikologis remaja dipengaruhi oleh perkembangan lingkungan dan sosial. Masa remaja dimulai dengan terjadinya kematangan seksual, sehingga remaja dihadapkan pada kondisi yang memerlukan penyesuaian agar dapat menerima perubahan yang terjadi (Hasanah U dkk, 2023). Kondisi kesehatan reproduksi remaja yang baik bertujuan untuk mempersiapkan diri menjalani kehidupan masa depan saat mereka menjadi orang tua. Persiapan tersebut baik dari fisik, psikis, dan sosialnya. Pengetahuan yang baik mengenai kesehatan reproduksi remaja menjadi bekal untuk melindungi remaja dari permasalahan kesehatan reproduksi, kekerasan seksual, maupun eksploitasi seksual (Irianto, 2015).

Kesehatan reproduksi merupakan kondisi kesehatan yang terkait sistem, fungsi, dan proses reproduksi. Kesehatan reproduksi merupakan hal yang penting mengingat reproduksi merupakan sarana untuk melahirkan generasi masa depan (Hasanah, 2016). Perilaku seksual merupakan salah satu bentuk perilaku yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi. Secara umum terdapat 4 faktor yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi, yaitu faktor sosial ekonomi dan demografi, faktor budaya dan lingkungan, faktor psikologis, dan faktor biologis (Ardiansyah, 2022).

Penyebaran informasi tentang kesehatan reproduksi remaja masih sangat dibutuhkan, karena selama ini informasi tentang kesehatan reproduksi masih belum cukup dipahami baik oleh orang dewasa maupun remaja itu sendiri. Banyak orang dewasa seperti orang tua dan guru tidak siap membantu remaja dalam menghadapi masa pubertas. Akibatnya remaja tidak memiliki cukup pengetahuan dan ketrampilan untuk menghadapi berbagai perubahan, gejala, dan masalah yang sering timbul pada masa remaja. Mereka kemudian terjebak dalam masalah fisik, psikologis, dan emosional yang kadang-kadang sangat merugikan dirinya sendiri, seperti stres dan depresi, penyakit karena infeksi menular, dan lain-lain. Hal ini sebetulnya tidak perlu terjadi jika mereka lebih memahami berbagai proses perubahan yang akan terjadi pada dirinya sehingga remaja lebih siap menghadapi persoalan pubertas dan kesehatan reproduksi. Salah satu masalah pada kesehatan reproduksi perempuan terutama remaja putri adalah gangguan pada sistem reproduksi, seperti masalah keputihan dan sindrom pre menstruasi seperti perubahan mood, jerawat, dan lain-lain. Keputihan yang sering dialami remaja putri bisa diakibatkan oleh beberapa hal, yaitu jamur, bakteri, virus dan parasit. Salah satu upaya dalam mengatasi dan mencegah masalah kesehatan tersebut adalah dengan pola hidup bersih dan sehat, serta mengobati dengan tata laksana yang benar sesuai anjuran dokter, sehingga tidak menimbulkan efek samping (Siddiq, 2018).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada santriwati Pesantren Hidayatullah Depok melalui edukasi secara langsung. Sehingga diharapkan peningkatan pengetahuan santriwati tentang kesehatan reproduksi dan dapat merubah perilaku tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi terutama saat menstruasi, agar dapat meningkatkan kesehatan tubuh secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

Ardiansyah. 2022. Kesehatan Reproduksi Remaja : Permasalahan dan Upaya

Pencegahan

- Ariani F., Nur SP dan Ananda MP. 2021. Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja di Panti Sosial Bina Netra (PSBN) Tuah Sakato Padang. *Communnity Development Journal*. Vol.2(3): 747-750
- Doyle, DA. 2013. *Physical Growth and Sexual Maturation of Adolescents*. Merck Sharp and Dohme Corp. Available from: http://www.merckmanuals.com/professional/pediatrics/growth_and_development/physical_growth_and_sexual_maturation_of_adolescents.html
- Hasanah, H. 2016. Pemahaman kesehatan reproduksi bagi perempuan: Sebuah strategi mencegah berbagai resiko masalah reproduksi remaja. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 11(2), 229-252.
- Hasanah, U., Fauziah, C., Irsyad, N. S., & Yulianti, R. 2023. Peningkatan Pengetahuan Melalui Edukasi Kesehatan Fisik dan Mental Pada Pelajar SMP Islam Al-Jiihad. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 836-841.
- Irianto, K. 2015. *Kesehatan Reproduksi (Reproductive Health) Teori dan Praktikum*. Bandung: Alfabeta.
- Kemenkes RI. 2017. *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja, pp. 1–8.
- Siddiq, H. B. H. F. 2018. Edukasi dan Pelatihan Menjaga Kesehatan Reproduksi Remaja Putri dengan Ramuan Tradisional', *Warta Pengabdian*, 12(1), p. 196. doi: 10.19184/wrtp.v12i1.7344.