

Peningkatan Pemahaman Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Melalui Sosialisasi di Desa Gonoharjo

Diyah Putri Permatahati¹, Winda Yulianti², Niken Kartika³, Nanda Muliawan⁴

¹ Program Studi Pendidikan Kimia, Universitas Islam Negeri Walisongo, Indonesia

^{2,3,4} Program Studi Pendidikan Biologi, Universitas Islam Negeri Walisongo, Indonesia

2108076019@student.walisongo.ac.id¹, 2108086072@student.walisongo.ac.id²,

2108086026@student.walisongo.ac.id³, 2108086174@student.walisongo.ac.id⁴

Abstrak

Generasi muda merupakan aset berharga dan tumpuan masa depan bangsa. Di Indonesia, populasi remaja mulai usia 10 sampai 24 tahun mencapai angka 65 juta jiwa, atau sekitar 30% dari keseluruhan populasi. Kurangnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi menyebabkan meningkatnya kasus-kasus terkait di kalangan remaja. Penelitian ini bertujuan dalam memberikan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi kepada 25 remaja di Desa Gonoharjo melalui metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Berdasarkan penelitian memperlihatkan dampak yang positif, terlihat dari antusiasme remaja yang berpartisipasi aktif. Sosialisasi ini penting untuk meningkatkan kesadaran remaja akan kesehatan reproduksi untuk mencegah risiko yang lebih besar di masa depan.

Kata Kunci: *Desa Gonoharjo; Kesehatan Reproduksi; Remaja*

Abstract

The young generation is a valuable asset and the foundation of the nation's future. In Indonesia, the population of adolescents aged 10 to 24 years reaches 65 million, or about 30% of the total population. Lack of understanding about reproductive health leads to an increase in related cases among adolescents. This study aims to provide knowledge about reproductive health to 25 adolescents in Gonoharjo Village through lecture, discussion, and question and answer methods. The research showed a positive impact, as seen from the enthusiasm of the adolescents who actively participated. This socialization is important to increase adolescents' awareness of reproductive health to prevent greater risks in the future.

Keywords: *Village Gonoharjo; Reproductive Health; Adolescents*

Pendahuluan

Masa remaja merupakan fase peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan yang signifikan pada aspek biologis, psikologis, dan sosial budaya. Pada umumnya terjadi pada rentang usia 12-18 tahun, masa ini diawali dengan kematangan seksual yang membawa tantangan bagi remaja untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang muncul. Rasa ingin tahu remaja sering kali mendorong para remaja dalam melakukan hal-hal baru yang telah

mereka temui, terkadang tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin terjadi (Iswani, 2024).

Masa remaja adalah fase di mana individu mulai berkembang ditandai kemunculan yang pertama yaitu karakteristik seksual sekunder hingga berlanjut menuju kematangan seksual. Masa ini juga dikenal sebagai masa transisi yang melibatkan perubahan sikap dan fisik. Pada fase ini, pada umumnya remaja akan memiliki rasa ingin tahu yang lebih tinggi. Namun, mereka seringkali merasa sungkan untuk mempertanyakan kepada orang tua, hal ini disebabkan sebagian besar keluarga di Indonesia berfikir bahwa topik seksualitas tabu untuk dibicarakan kepada anak-anak yang belum menjalin pernikahan. Akibatnya, remaja sering kali mencari informasi melalui teman sebaya ataupun dari lingkungan sekitar yang tidak selalu memiliki pemahaman yang jelas tentang kesehatan remaja. (Emilda, 2021).

Kesehatan reproduksi mengacu pada kesehatan fisik, mental, dan sosial secara keseluruhan, bukan hanya gejala penyakit. Mencakup semua aspek sistem reproduksi termasuk fungsi dan prosesnya (Muharrina et al., 2023). Anak-anak dan orang dewasa memiliki kebutuhan dan risiko kesehatan reproduksi yang berbeda dengan remaja. Terdapat resiko berbahaya yang akan dihadapi remaja nantinya seperti kehamilan, aborsi, infeksi menular seksual (IMS), kekerasan pada seksual, dan kesulitan mendapatkan informasi dan layanan kesehatan yang akurat (Iswani, 2024).

Generasi muda memegang peranan penting sebagai tumpuan masa depan bangsa dan merupakan aset yang sangat berharga (Elden, et al., 2019). Di Indonesia, 65 juta orang, atau sekitar 30% dari total populasi, berusia antara 10 hingga 24 tahun. Menurut data, antara 15% hingga 25% remaja di Indonesia telah melakukan hubungan seksual. Dengan 1.220.900 anak menikah di bawah usia 18 tahun, Indonesia juga termasuk dalam 10 besar negara dengan angka pernikahan anak tertinggi di dunia (Badan Pusat Statistik, 2020). Selain itu, remaja menyumbang 20% dari sekitar 2,3 juta kasus aborsi yang terjadi di Indonesia setiap tahunnya (Yusfarani, 2020).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa 33% dari semua penyakit yang menyerang perempuan secara global terkait dengan masalah kesehatan reproduksi (Permatasari dan Suprayitno, 2020). Kementerian Kesehatan mengungkapkan bahwa jumlah kasus HIV/AIDS di Indonesia masih relatif tinggi. Hingga September 2023, telah diperkirakan akan ada lebih dari 500.000 kasus HIV di negara Indonesia. Berdasarkan estimasi data hingga periode tersebut, terdapat 515.455 orang yang hidup dengan HIV (ODHIV), dimana sekitar 454.723 orang dimana 88% diantaranya telah mengetahui status HIV-nya. Sebagian besar ODHIV berada pada rentang usia 25-49 tahun, yaitu 69,9% dari total kasus. Kelompok usia terbesar berikutnya adalah 20-24 tahun sebesar 16,1%, diikuti oleh kelompok usia di atas 50 tahun sebesar 7,7%, dan remaja usia 15-19 tahun sebesar 3,4 persen (Kemenkes, 2023).

Kasus-kasus yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja menunjukkan peningkatan, yang disebabkan oleh kurangnya pemahaman remaja tentang berbagai

aspek kesehatan reproduksi, yang sesuai dengan kehidupan mereka. Peningkatan kualitas reproduksi remaja bisa diwujudkan melalui penguatan komunikasi kesehatan. Permasalahan yang dihadapi remaja dalam hal seksualitas dan kesehatan reproduksi semakin kompleks dan mengkhawatirkan. Beberapa masalah utama di antaranya adalah hubungan seksual pranikah, putus sekolah karena terjadi kehamilan, pasangan yang tidak bertanggung jawab, penggunaan alat kontrasepsi yang tidak aman, aborsi, infeksi HIV/AIDS, penyakit menular seksual, serta penyalahgunaan narkoba (Senja et al., 2020; Wong, 2012; Amalia et al., 2022).

Akses yang luas terhadap data, terutama melalui media publik, dapat mendorong remaja untuk mempercepat perkembangan perilaku seksual di usia muda. Hal ini berpotensi meningkatkan risiko perilaku seksual yang berbahaya, terutama karena sebagian besar remaja belum memiliki pemahaman yang memadai tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas (Djama, 2017). Dengan adanya berbagai isu seputar kesehatan reproduksi pada remaja, maka sangat penting untuk memberikan edukasi yang berfokus pada kesehatan reproduksi. Salah satu cara yang efektif adalah melalui edukasi dan sosialisasi kesehatan reproduksi. Kegiatan ini memberikan manfaat yang signifikan dengan memberikan informasi yang akurat dan relevan, membantu remaja menjalani masa pubertas secara sehat dan menjauhkan mereka dari perilaku berisiko (Fatiana et al., 2023).

Kasus-kasus kesehatan reproduksi berisiko pada remaja menunjukkan bahwa dampak yang ditimbulkan sangat mengkhawatirkan. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk membekali remaja dengan pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Edukasi dan sosialisasi merupakan pendekatan penting yang sering digunakan dalam berbagai penelitian, terutama dalam disiplin ilmu sosial (Herdiana, 2018).

Terdapat sebuah desa yang termasuk kedalam wilayah kabupaten kendal yang memiliki jumlah remaja cukup banyak ialah Desa Gonoharjo. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa remaja yang ada di desa Gonoharjo mereka belum mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatan reproduksi, dan terdapat beberapa remaja yang malu-malu ketika membahas mengenai hal tersebut. Pembahasan mengenai kesehatan reproduksi masih menjadi hal yang tabu bagi mereka. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengimplementasikan program edukasi yang menggunakan sosialisasi untuk mengajarkan para remaja di desa Gonoharjo tentang kesehatan reproduksi. Tujuan dari program ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat para remaja tentang bagaimana menjaga kesehatan reproduksi dan memahami seberapa pentingnya menjaga kesehatan reproduksi untuk masa depan mereka. Hal ini diharapkan dapat membantu mewujudkan generasi masa depan yang lebih sehat.

Metode

Kegiatan sosialisasi kesehatan reproduksi kepada remaja dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab. Sasarannya adalah seluruh remaja di Desa Gonoharjo yang berjumlah 25 orang. Setelah diberikan pengarahan dengan menggunakan laptop dan power point dilakukan sesi tanya jawab dan memberikan doorprize kepada peserta. Pelaksanaan kegiatan bulan November 2024. Kegiatan yang dilaksanakan bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada remaja agar mereka memahami proses pembelajaran tentang kesehatan reproduksi, termasuk cara merawatnya. Dengan demikian, diharapkan tercipta remaja yang sejahtera secara fisik, mental, dan sosial secara menyeluruh. Sosialisasi ini dilakukan dengan memperhatikan umpan balik dari peserta, yang diwujudkan melalui pemberian pertanyaan kepada remaja terkait kesehatan reproduksi (Pujilestari, 2024).

Hasil dan Pembahasan

Pemahaman yang memadai tentang kesehatan reproduksi sangat diperlukan bagi remaja. Pengetahuan ini berperan penting dalam menjaga kesehatan serta fungsi organ reproduksi, sekaligus membantu mereka menghindari perilaku yang tidak diharapkan. Berbagai faktor yang mempengaruhi kesehatan reproduksi meliputi aspek sosial-ekonomi dan demografi, seperti kemiskinan, rendahnya tingkat pendidikan, kurangnya pemahaman mengenai perkembangan seksual dan reproduksi, serta tinggal di daerah terpencil. Selain itu, faktor yang sering dijumpai yaitu terkait sosial budaya. Berdasarkan penelitian Agustina Situmorang (2016), menyebutkan bahwa beberapa petugas kesehatan jarang menyampaikan informasi kesehatan seksual kepada remaja dikarenakan takut mendapat keluhan dan teguran dari masyarakat. Banyak tokoh masyarakat berpendapat bahwa memberikan pengetahuan tentang hubungan seks pada usia remaja akan mendorong keinginan mereka melakukan seks pranikah. Selain itu, mereka beranggapan bahwa seks merupakan masalah pribadi yang tidak perlu dibicarakan di tempat umum. Pengetahuan tentang seks dinilai tabu bagi sebagian orang tua, apalagi bagi anaknya yang belum menikah.

Faktor psikologis, seperti dampak perceraian orang tua, depresi, dan hilangnya rasa kebebasan, serta faktor biologis, seperti kelainan bawaan atau gangguan pada saluran reproduksi akibat infeksi menular seksual, turut mempengaruhi kondisi kesehatan reproduksi remaja. Pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dapat diperoleh melalui berbagai cara, seperti pendidikan kesehatan, kegiatan penyuluhan, pengalaman pribadi, membaca materi terkait kesehatan reproduksi dari media cetak seperti majalah, leaflet, dan buku kesehatan, serta melalui media elektronik. Selain itu, pendidikan yang diberikan di sekolah maupun dalam lingkungan keluarga juga berperan penting dalam menambah pemahaman tentang kesehatan reproduksi (Galbinur & Defitra, 2021).

Kegiatan sosialisasi mengenai kesehatan reproduksi remaja di Desa Gonoharjo, Kecamatan Limbangan, Kabupaten Kendal berlangsung dengan lancar. Program ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada remaja tentang pentingnya kesehatan reproduksi. Sosialisasi ini menghadirkan Dian Hamidah, Duta Genre Kota Semarang, sebagai narasumber yang menyampaikan materi terkait pengenalan organ reproduksi, cara merawatnya, perubahan yang terjadi selama masa remaja, pemahaman tentang penyakit menular, serta tips menjaga kebersihan organ reproduksi. Penyampaian materi berlangsung selama 60 menit, diikuti dengan sesi diskusi dan tanya jawab selama 30 menit untuk memberikan kesempatan kepada peserta berinteraksi langsung dengan narasumber.



Gambar 1. Penyampaian materi kesehatan remaja



Gambar 2. Sesi diskusi tanya jawab materi kesehatan remaja



Gambar 3. Pembagian doorprize materi kesehatan remaja

Menjaga kebersihan diri termasuk vagina adalah langkah pertama dalam menjaga kesehatan organ reproduksi. Berarti bahwa vagina harus tetap tetap bersih, normal, sehat dan terhindar dari penyakit termasuk keputihan. Perawatan pribadi terhadap vagina dapat dilakukan dengan cara berikut : membersihkan vagina dengan membasuh bagian antara bibir secara hati - hati dan perlahan, membasuh vagina dari depan ke belakang, hindari penggunaan terus menerus pengharum dan sabun antiseptic karena dapat merusak flora normal vagina, ganti celana dua sampai tiga kali sehari gunakan celana yang bersih dan terbuat bahan katun. Cuci tangan sebelum menyentuh vagina, jangan menggunakan handuk yang dipakai orang lain untuk mengeringkan vagina, cukur rambut vagina setidaknya 7 hari sekali maksimal 40 hari sekali untuk mengurangi kelembaban. Saat haid, gunakan pembalut yang nyaman dan berbahan lembut. Jika menggunakan kloset umum, siram dahulu tempat dan keringkan dengan tisu (Muharrina et al., 2023).

Materi berikutnya berkaitan dengan hubungan seks pranikah yang menyebabkan kehilangan keperawanan/keperjakaan, permasalahan tentang penyakit menular seperti Sifilis dan Aids, serta kehamilan yang tidak diinginkan atau terpaksa dikawinkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku seks pranikah di kalangan remaja dapat meningkatkan risiko tertular PMS (penyakit menular seksual) atau IMS (infeksi menular seksual), termasuk sifilis dan HIV/AIDS. Remaja yang melakukan hubungan seksual tanpa menggunakan alat pelindung, seperti kontrasepsi, memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap berbagai infeksi tersebut. Rendahnya komunikasi tentang seks, baik dengan orang tua maupun teman sebaya, dapat mengakibatkan kurangnya pemahaman mengenai risiko dan pencegahan PMS (Yuni et al., 2011). Oleh karena itu, kesadaran tentang penyakit menular dan cara pencegahannya harus diketahui oleh remaja yang tentunya membutuhkan berbagai pihak, seperti dinas kesehatan, dinas pendidikan dan keterlibatan masyarakat. Orang tua juga perlu mempunyai pemahaman tentang kesehatan reproduksi, yang setidaknya dapat menjaga anak-anaknya dari perilaku seks pranikah.

Sosialisasi mengenai kesehatan reproduksi remaja memegang peran penting dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran mereka terhadap berbagai isu yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Penyampaian informasi yang menyeluruh dan akurat dapat membantu remaja menyadari pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, mencegah risiko infeksi menular seksual, serta membuat keputusan yang tepat terkait hubungan dan aspek seksual dalam kehidupan mereka (Munawaroh et al., 2023). Pelaksanaan sosialisasi ini secara tidak langsung memberikan dampak positif, terlihat dari antusiasme remaja selama kegiatan berlangsung, di mana mereka aktif terlibat dengan mengajukan pertanyaan kepada narasumber.

Simpulan

Hasil kegiatan sosialisasi kesehatan reproduksi dapat disimpulkan, bahwa sosialisasi materi tentang kesehatan reproduksi adalah salah satu cara efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja. Sosialisasi ini juga membantu mencegah infeksi menular yang disebabkan oleh seks bebas dan pergaulan negatif lainnya. Fakta bahwa diskusi ini menunjukkan bahwa remaja sangat antusias terlibat dalam kegiatan. Meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan reproduksi menghasilkan generasi remaja yang memperhatikan kesehatan dan lingkungan yang sehat.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung kegiatan sosialisasi kesehatan reproduksi ini, termasuk perangkat Desa Gonoharjo yang memberikan dukungan dan inspirasi dalam menyelesaikan kegiatan, teman - teman KKN reguler UIN Walisongo Semarang dan semua pihak lain yang terlibat.

Daftar Pustaka

- Djama, N. T. (2017). Kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 30-34.
- Emilda, S. (2021). Analisis Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 11 (21), 93-101.
- Elden, N. M., Khairy, W. A., & Elsebaei, E. H. (2019). Knowledge Of Reproductive Health And Perception Of Violence Among Rural Schoolgirls In Egypt. *Pediatric AdolescentGynecology*, 368-376.
- Fatiani dkk. (2023). Penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja putri di desa langa kecamatan syamalirabayu kabupaten aceh utara tahun 2022. *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh*, Vol. 2, No. 1.
- Galbinur, E., & Defitra, M. A. (2021). Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Bagi Remaja di Era Modern. *In Prosiding Seminar Nasional Biologi* (Vol. 1, No. 2, pp. 221-228).
- Herdiana, D. (2018). Sosialisasi kebijakan publik: Pengertian dan konsep dasar. *Jurnal Ilmiah Wawasan Insan Akademik*, 1(3), 13-26.

- Iswani, R., & Us, H. (2024). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Masa Remaja di SMP 2 Meurah Mulia Kabupaten Aceh Utara. *Jurnal Pengabdian Meambo*, 3(1), 42-46.
- Kemendes RI. (2023) Laporan Kasus HIV AIDS.
- Muharrina R. C., Yustendi D., Sarah S., Herika L., Ramadhan F. (2023). Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 5 (1), 26-29.
- Munawaroh, S., Putra, F. H., Zakiya, A. S. A., Pramuni, A. W., Felisha, D. S., Shalihah, F., ... & Hasna, Z. R. A. (2023). Sosialisasi Kesehatan Reproduksi Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Pernikahan Dini. *Smart Society Empowerment Journal*, 3 (3), 76-83.
- Pujilestari, I., Monica, R. D., Suharto, S., Hada, E., & Nulhakim, L. (2024). Sosialisasi Kesehatan Reproduksi dan Gizi pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Barelang*, 6(2), 15-18.
- Situmorang, A. (2016). Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja di Puskesmas: Isu dan Tantangan. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 6 (2), 21-32.
- Yuni Rahyani, N. K., Utarini, A., Agus Wilopo, S. I. S. W. A. N. T. O., & Hakimi, M. (2012). Perilaku Seks Pranikah Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, Kesmas*, 7(4), 180-185.
- Yusfarani, D. (2020). Pengetahuan dan sikap mahasiswi program studi pendidikan islam anak usia dini (piaud) tentang kesehatan reproduksi. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, 5(1).