

## PEMBERDAYAAN PEREMPUAN MELALUI PELATIHAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI SMA ADABIAH 2 KOTA PADANG

Nilia Eza Fitria<sup>1</sup>, Delvi Hamdayani<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi S1 Kebidanan/Universitas MERCUBAKTIJAYA

<sup>2</sup>Prodi S1 Keperawatan/Universitas MERCUBAKTIJAYA

E-mail: [nilia.ezafitria@gmail.com](mailto:nilia.ezafitria@gmail.com)

### Abstrak

**Latar Belakang:** Kondisi remaja saat ini tidak terlepas dari banyak tantangan untuk menggapai kesehatan reproduksi yang sehat tanpa masalah. Perilaku seksual yang tidak sehat dikalangan remaja khususnya remaja yang belum menikah cenderung meningkat, oleh sebab itu penting dilakukan pemberdayaan pada perempuan untuk peningkatan pengetahuan seksual pranikah remaja melalui pelatihan kepada kelompok PIK-R (Pusat Informasi Konseling Remaja) sebagai Kader di sekolah yang akan memberikan informasi kepada teman-teman sebayanya untuk mencapai reproduksi yang sehat. Melihat situasi saat ini dilingkungan sekolah banyak risiko-risiko yang dapat menyerang remaja. Risiko tersebut dapat berupa: penggunaan NAPZA, kehamilan diluar nikah, ancaman penyakit berupa HIV/AIDS, angka kematian ibu yang meningkat akibat melahirkan di usia muda, hingga kematian remaja perempuan karena nekat malakukan Aborsi yang semakin tinggi. Edukasi secara langsung merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman remaja terkait dengan reproduksi sehat.

**Metode:** Masalah pada mitra diatasi dengan memberikan edukasi untuk mencegah risiko kenakalan remaja melalui pelatihan kesehatan reproduksi kepada kelompok PIK-R, dan pelatihan tentang penanganan masalah gangguan selama menstruasi.

**Hasil:** Hasil dari kegiatan pengabdian yang diperoleh 90% Remaja PIK-R memiliki pengetahuan yang baik setelah diberikan edukasi tentang kesehatan reproduksi dan penanganan terhadap masalah gangguan menstruasi yang masih tergolong ke masalah fisiologis.

Kata Kunci: Pemberdayaan, Kesehatan Reproduksi, Remaja

### Abstract

**Background:** The current condition of adolescents is inseparable from many challenges to achieve healthy reproductive health without problems. Unhealthy sexual behavior among adolescents, especially unmarried adolescents, tends to increase, therefore it is important to empower women to increase adolescent premarital sexual knowledge through training for PIK-R (Adolescent Counseling Information Center) groups as cadres in schools who will provide information to their peers to achieve healthy reproduction. Seeing the current situation in the school environment, there are many risks that can attack adolescents. These risks can be: drug use, pregnancy outside of marriage, the threat of disease in the form of HIV / AIDS, increasing maternal mortality rates due to giving birth at a young age, to the death of adolescent girls due to reckless abortions which are increasingly high. Direct education is one of the efforts made to increase adolescent understanding related to healthy reproduction.

**Method:** Problems with partners are addressed by providing education to prevent the risk of juvenile delinquency through reproductive health training to the PIK-R group, and training on handling problems with menstrual disorders.

**Result:** The results of the community service activities obtained were that 90% of PIK-R teenagers had good knowledge after being given education about reproductive health and handling menstrual disorders, which were still classified as physiological problems.

**Keywords:** Empowerment, Reproductive Health, Adolescents

## Pendahuluan

Remaja memiliki peranan yang sangat penting untuk keberlangsungan masa depan suatu bangsa. Perubahan kompleks akan terjadi pada periode ini sehingga membutuhkan pengenalan yang baik terutama dari remaja itu sendiri. Proses perkembangan remaja sangat rawan dan penuh resiko sehingga dibutuhkan kesehatan diri yang baik (Suhenda et al. 2020).

Kondisi remaja saat ini tidak terlepas dari banyak tantangan untuk menggapai kesehatan reproduksi yang sehat tanpa masalah. Beberapa permasalahan justru mengancam remaja terutama yang terkait dengan kesehatan reproduksi yang akan berdampak pada kualitasnya sebagai aktor pembangunan dan kesiapannya dalam membangun keluarga. Pubertas atau kematangan seksual yang semakin dini (aspek internal) dan aksesibilitas terhadap berbagai media (aspek eksternal) serta pengaruh negatif teman sebaya menjadikan remaja rentan terhadap perilaku seksual berisiko (Hidayatulloh and Syifa 2023).

Perilaku seksual yang tidak sehat dikalangan remaja khususnya remaja yang belum menikah cenderung meningkat. Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 tingkat nasional menunjukkan persentase seks pranikah pada remaja yaitu laki-laki 15,2% dan perempuan 6,5%. Data (Risikesdas) 2018 menyebutkan 33,5% remaja perempuan usia 15-19 tahun sudah hamil (Ningsih, Susila, and Safitri 2021).

Pengetahuan seksual pranikah remaja adalah ilmu penolong ketika mengalami masalah seksual. Pengetahuan seksual pranikah remaja dapat berupa pemahaman sebelum menikah seperti fungsi hubungan seksual, akibat seksual pra nikah, dan faktor yang mendorong seksual pra nikah. Pengetahuan seksual pranikah harus diperoleh dari lingkungan keluarga dan sekolah (Azis, Kurnia, and Bulan 2022).

Peran guru di sekolah sangat penting dalam mengedukasi tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi remaja ataupun seksual pada remaja. Melihat situasi saat ini di lingkungan sekolah banyak risiko-risiko yang dapat menyerang remaja. Risiko tersebut dapat berupa: penggunaan NAPZA, kehamilan diluar nikah, ancaman penyakit berupa HIV/AIDS, angka kematian ibu yang meningkat akibat melahirkan di usia muda, hingga kematian remaja perempuan karena nekat melakukan Aborsi yang semakin tinggi (Nurmala et al. 2022).

Analisis situasi di sekolah SMA Adabiah 2 Kota Padang belum ada dilakukan edukasi kesehatan secara berkala tentang penyuluhan kesehatan reproduksi. Selama ini baru dilakukan skrining dari pihak puskesmas setiap tahun ajaran baru kemudian sekolah mendapatkan data siswa-siswi yang bermasalah dengan kesehatannya. Sekolah sangat berharap adanya agenda rutin secara berkala dari tenaga kesehatan (NAKES) untuk melakukan edukasi kepada siswa-siswi terkait dengan informasi-informasi kesehatan, sehingga terhindar dari perilaku yang menyimpang. Upaya sekolah dalam menangani permasalahan kenakalan remaja memberikan nasehat dan memanggil orang tua kesekolah untuk ditindaklanjuti.

Oleh karena itu melihat fenomena yang terjadi maka kami mengangkat topic pengabdian masyarakat dengan judul "Pemberdayaan perempuan melalui pelatihan

kesehatan reproduksi berupa : edukasi untuk mencegah risiko kenakalan remaja melalui pelatihan kesehatan reproduksi kepada kelompok PIK-R (dengan materi Resiko kehamilan di usia dini dan menikah di usia muda, Pengaruh penggunaan obat-obat terlarang, Gizi pada remaja dan pengaruhnya terhadap kesehatan reproduksi. serta pelatihan tentang penanganan masalah gangguan selama mentruasi pada remaja di SMA Adabiah 2 Kota Padang.

## Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini direncanakan tiga tahap agar bisa dilakukan evaluasi untuk tindak lanjut terkait permasalahan mitra.

### Tahap I

Kegiatan tahap pertama dilaksanakan setelah persiapan semua selesai sesuai target waktu yang telah ditentukan dan perizinan selesai. Rencana kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah di SMA Adabiah 2 Kota Padang. Sasaran pada kegiatan ini adalah remaja putri kelompok PIK-R yang berjumlah 20 orang dan siswi kelas 1 dengan masalah gizi dan anemia berjumlah 15 orang. Setelah kontrak waktu dengan Kepala sekolah dan penanggung jawab UKS maka tim turun sesuai jadwal yang telah disepakati bersama.

Sesuai dengan kontrak waktu dan rencana solusi yang ditawarkan, tim akan turun ke lapangan pada hari Selasa dan Rabu tanggal 15 dan 16 Oktober 2024 untuk pelaksanaan kegiatan yang telah disepakati. Tim membawa persiapan segala keperluan untuk kegiatan pengabdian seperti alat dan media yang digunakan. Setelah sampai di lokasi mitra maka langkah awal sebelum melakukan pelatihan tim akan melakukan *Pre-test* terlebih dahulu untuk mengukur pengetahuan mitra tentang kesehatan Reproduksi, setelah itu tim pengabdi membagikan modul pelatihan kepada sasaran.

Selanjutnya materi dari tim pengabdi. Untuk mengatasi permasalahan utama mitra sesuai solusi yang ditawarkan, tim memberikan pelatihan kepada mitra dengan topik:

1. Bahaya pergaulan bebas yang berpengaruh kepada kesehatan reproduksi
2. Resiko kehamilan di usia dini dan menikah di usia muda
3. Pengaruh penggunaan obat-obat terlarang.
4. Cara mengatasi gangguan mentruasi
5. Gizi pada remaja dan pengaruhnya terhadap kesehatan reproduksi

Setelah materi diberikan, dilanjutkan dengan *role play* bermain peran sebagai kader kesehatan di sekolah dan praktik konseling teman sebaya. Diharapkan selesai kegiatan, nantinya peserta pelatihan mampu memberikan informasi dan konseling kepada teman sebaya dibantu dengan alat bantu liflet dan video edukasi yang telah disiapkan oleh tim pengabdi. Dipenghujung kegiatan tim pengabdi kembali membagikan kuisioner untuk melakukan *Post-tes*.

### Tahap II

Pelaksanaan kegiatan pengabdian tahap II pada Hari Rabu Tanggal 16 Oktober 2024 sesuai dengan kesepakatan dengan mitra, melakukan pemeriksaan HB dan pengukuran LILA serta Berat Badan kepada 15 orang siswi remaja perempuan yang

masalah gizi dan anemia bekerja sama dengan Puskesmas Andalas Kota Padang. Kegiatan ini sebagai hasil rencana tindak lanjut dari kegiatan tahap pertama untuk melihat kondisi remaja yang bermasalah apakah ada perbaikan atau tidak dari sebelumnya. Langkah selanjutnya tim memberikan edukasi terkait gizi pada remaja dengan demonstrasi. Membentuk beberapa kelompok untuk membuat contoh menu makanan sehari hari sebagai evaluasi dari pelatihan yang diberikan pada kegiatan tahap I. Edukasi selanjutnya tentang penanganan masalah gangguan menstruasi dengan memberikan salah satu contoh kepada remaja melalui kompres hangat dan teknik relaksasi untuk remaja dengan masalah gangguan dismonorhea yang selama ini banyak terjadi dikalangan mereka dan mengganggu proses belajar.

Diakhir pertemuan tim memberikan poster-poster terkait dengan kesehatan reproduksi yaitu Bahaya dan risiko menikah dan hamil diusia muda, dan poster cara mengatasi gangguan haid. Tim juga meninggalkan leaflet tentang kesehatan reproduksi di UKS dan modul sebagai bahan bacaan dan alat bantu bagi mereka jika ada teman sebaya yang mempunyai masalah.

### **Tahap III**

Evaluasi kegiatan dilaksanakan untuk melihat perkembangan kegiatan yang sudah dilakukan dan target capaian yang diharapkan. Sebagai kegiatan evaluasi pada kegiatan ini dilakukan *Post-test* untuk mengukur keberhasilan dari kegiatan dan Observasi langsung oleh Tim pengabdian tentang jalannya kegiatan ini melalui guru-guru UKS. Pada tahap evaluasi ini juga rencana tindak lanjut dari kegiatan yang sudah dilakukan juga didiskusikan dengan Kepala sekolah dan guru-guru tim Pembina UKS.

## **Hasil Kegiatan Pengabdian**

### **Tahap I**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilakukan tahap I dimulai pada Hari Selasa Tanggal 15 Oktober 2024 di Aula SMA Adabiah 2 Kota Padang dengan sasaran remaja PIK-R dan kelas 1 yang bermasalah dengan gizi serta anemia yang terdiri dari remaja PIK-R 20 orang dan kelas 1 sebanyak 15 orang sehingga totalnya sebanyak 35 orang. Hasil kegiatan pada tahap I ini seluruh remaja yang ikut terlihat antusias dan dapat memahami materi pelatihan yang diberikan oleh Tim Pengabdian dengan topik materi yaitu Bahaya pergaulan bebas yang berpengaruh kepada kesehatan Reproduksi, Resiko kehamilan di usia dini dan menikah di usia muda, Pengaruh penggunaan obat-obat terlarang, Cara mengatasi gangguan menstruasi, Gizi pada remaja dan pengaruhnya terhadap kesehatan reproduksi Remaja yang ikut pelatihan mampu melakukan simulasi terkait dengan konseling teman sebaya dan edukasi terkait dengan gangguan fisiologis saat menstruasi bagi remaja perempuan.

### **Tahap II**

Kegiatan Tahap II telah dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 16 Oktober 2024 dimana tim Pengabdian melakukan pemeriksaan HB dan pengukuran LILA serta Berat Badan kepada 15 orang siswi remaja perempuan yang masalah gizi dan anemia bekerja

sama dengan Puskesmas Andalas Kota Padang. selanjutnya tim memberikan edukasi terkait gizi pada remaja dan demonstrasi terkait contoh menu makanan bergizi.

### Tahap III

Kegiatan Tahap III ini dilaksanakan pada hari kedua Rabu 16 Oktober 2024 juga untuk mengevaluasi kegiatan pada Tahap I dan Tahap II sekaligus. Kegiatan evaluasi ini dilakukan *Post-test* untuk mengukur keberhasilan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat dan observasi langsung oleh Tim pengabdian tentang jalannya kegiatan ini melalui guru-guru UKS dan Guru BK SMA Adabiah 2 Kota Padang. Pada tahap evaluasi ini juga tindak lanjut dari kegiatan yang sudah dilakukan juga didiskusikan dengan kepala sekolah dan guru-guru tim Pembina UKS serta guru BK.

Gambaran pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan pengabdian tahap I adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Pengabdian tentang Kesehatan Reproduksi di SMA Adabiah 2 Kota Padang.

Kategori Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Tinggi	10	28	30	86
Rendah	25	72	5	14
Total	35	100	35	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil *pre-test* sebagian kecil yaitu 28% Remaja di SMA Adabiah 2 sudah mengetahui tentang kesehatan reproduksi tetapi setelah dilakukan kegiatan pelatihan dan edukasi terkait dengan kesehatan reproduksi sebagian besar peserta pelatihan paham tentang kesehatan reproduksi dan pengetahuan meningkat yaitu 86%.

### Diskusi

Berdasarkan hasil kegiatan didapatkan sebagian besar yaitu 86% Remaja SMA Adabiah 2 yang mengikuti pelatihan mengalami peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan mampu melakukan simulasi terkait dengan konseling sebaya dan edukasi penanganan masalah fisiologis gangguan menstruasi pada remaja putri. Pemberian edukasi dan latihan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal (Eza & Febrida, 2022). Pemberian simulasi dan edukasi bertujuan untuk melatih remaja agar mampu menjadi duta kesehatan khususnya terkait masalah kesehatan reproduksi untuk teman-teman sebayanya disekolah.

Pada kegiatan pengabdian ini tidak hanya melakukan pelatihan melalui pemberian materi, simulasi dan edukasi tetapi juga dilakukan pemeriksaan terhadap siswa yang bermasalah dengan gizi dan anemia yang bekerja sama dengan Puskesmas Andalas terhadap siswa kelas 1 yang berjumlah sebanyak 15 orang. Disamping itu tim Pengabdian juga telah memberikan poster, leaflet dan modul tentang kesehatan reproduksi di UKS sebagai bahan bacaan dan alat bantu bagi mereka jika ada teman sebaya yang

mempunyai masalah. Peserta yang ikut dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini disepakati dengan pihak sekolah sebagai kader kesehatan untuk memberikan informasi terkait kesehatan reproduksi kepada teman sebayanya.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, Tim pengabdi, Guru BK bekerjasama dengan Puskesmas Andalas dan orang tua siswa untuk melakukan penanganan dan edukasi bagi remaja yang bermasalah dan pembinaan serta pemantauan orang tua terkait masalah remaja yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Orang tua sangat diharapkan dalam pemantauan dan pembinaan kepada anaknya yang masih remaja agar terhindar dari pergaulan bebas yang beresiko pada kenakalan remaja yang berujung pada kehamilan usia muda.

Problematika kaum remaja dapat terjadi sehubungan dengan adanya perbedaan kebutuhan (motif) dan aktualisasi dari kemampuan penyesuaian diri (adaptasi) remaja terhadap lingkungan tempat hidupnya dan tumbuh berkembang sebagai seorang pribadi manusia dan makhluk sosial. Masa transisi ini merupakan masa yang kritis bagi remaja, disaat muncul keinginan lepas mandiri dari ketergantungan orang tua, rasa ingin tahu yang berlebihan dan mulai rentan terhadap perilaku beresiko.

Permasalahan remaja seringkali berakar dari kurangnya informasi dan pemahaman serta kesadaran untuk mencapai sehat secara reproduksi. Disisi lain remaja sendiri mengalami perubahan fisik yang cepat. Akses untuk mendapatkan informasi bagi remaja banyak yang tertutup. Dengan memperluas akses informasi tentang kesehatan reproduksi remaja yang benar dan jujur bagi remaja akan membuat remaja makin sadar terhadap tanggung jawab perilaku reproduksinya. Dengan makin banyaknya persoalan kesehatan reproduksi remaja, maka pemberian informasi, layanan dan pendidikan kesehatan reproduksi remaja menjadi sangat penting.

Remaja dapat lebih mudah mengutarakan pendapatnya kepada teman sebaya dibandingkan dengan orang lain yang di atas usianya. Menurut Depkes (2012, dalam Christina), sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku teman sebaya lebih besar pengaruhnya daripada keluarga. Di dalam kelompok sebaya, remaja berusaha menemukan konsep dirinya. Disini ia dinilai oleh teman sebayanya tanpa memerdulikan sanksi-sanksi dunia dewasa. Kelompok sebaya memberikan lingkungan, yaitu dunia tempat remaja melakukan sosialisasi di mana nilai yang berlaku bukanlah nilai yang ditetapkan oleh orang dewasa, melainkan oleh teman seusianya.

Kegiatan ini memberikan dampak positif yaitu meningkatnya wawasan dan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi sehingga mereka dapat menjaga kesehatan reproduksinya dengan lebih baik. Kesehatan reproduksi yang dijaga dengan baik ini secara tidak langsung meningkatkan taraf ekonomi dan sosialnya karena dengan kesehatan reproduksi yang baik memungkinkan individu dapat lebih merencanakan masa depannya menjadi lebih baik.

## Kesimpulan dan Saran

Perilaku seksual yang tidak sehat dikalangan remaja khususnya remaja yang belum menikah cenderung meningkat, oleh sebab itu penting dilakukan pemberdayaan pada perempuan untuk peningkatan pengetahuan seksual pranikah remaja melalui



pelatihan kepada kelompok PIK-R (Pusat Informasi Konseling Remaja) sebagai kader di sekolah yang akan memberikan informasi kepada teman-teman sebayanya untuk mencapai reproduksi yang sehat. Edukasi secara langsung merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman remaja terkait dengan reproduksi sehat.

## Ucapan Terima Kasih

Pelaksanaan kegiatan ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada Yayasan dan Universitas MERCUBAKTIJAYA, LPPM Universitas MERCUBAKTIJAYA serta Kepala Sekolah SMA Adabiah 2 Kota Padang dan Puskesmas Andaleh yang telah membantu dan memfasilitasi kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## Daftar Referensi

- Azis, Andi Asmawati, Nani Kurnia, and Sahri Bulan. 2022. "Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Kesehatan Reproduksi Siswa SMA 10 Makassar." : 632-45.
- Hidayatulloh, Taufik, and Bahro Syifa. 2023. "Analysis Study of the Movement of the Indonesian Women'S Ulama Congress (Kupi) in Against Sexual Violence and Child Marriage." *SMART: Journal of Sharia, Traditon, and Modernity* 2(2): 127.
- Ningsih, Eka Sarofah, Ida Susila, and Oktavia Dian Safitri. 2021. "Upaya Pencegahan Seks Bebas Dan Pemahaman Reproduksi Sehat Pada Remaja." *Journal of Community Engagement in Health* 4(2): 280-81.
- Nurmala, Uci, Hapsari Windayanti, Feni Noviyani, and Ainun Mardiah. 2022. "Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Tentang Hubungan Seksual Pranikah." 1(2): 590-603.
- Suhenda, Dadang, Evalina Franciska Hutasoit, Atie Rachmiate, and Universitas Islam Bandung. 2020. "Survei Kinerja Dan Akuntabilitas Program Kkbpk ( Skap ) 2019 Remaja." (December).