

KESEHATAN REPRODUKSI UNTUK PRAKONSEPSI PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN PUTRI MUHAMMADIYAH PURWOKERTO

REPRODUCTIVE HEALTH FOR ADOLESCENT PRECONCEPTION IN THE MUHAMMADIYAH PURWOKERTO PUTRI ORPHANAGE

¹⁾Alfi Noviyana ²⁾Purwati

^{1,2)} Program Studi Kebidanan DIII Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas/Muhammadiyah Purwokerto
Jl Letdjen Soeradjo Roetam Km 7 Sokaraja, Purwokerto
*Email: alfinovi13@gmail.com

ABSTRAK

Mitra merupakan para remaja usia 10-19 tahun di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Purwokerto, yang sedang menjalani masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa namun tidak semua menyadari bahwa pada masa remaja terjadi perubahan besar pada fisik dan kejiwaannya yang akan berpengaruh pada kehidupan reproduksinya. Tujuan Program ini untuk memberikan informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan perilaku hidup sehat bagi remaja, sehingga mitra mampu memelihara kesehatan dirinya agar dapat memasuki masa kehidupan berkeluarga dengan reproduksi sehat. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini penyuluhan dan pendidikan kesehatan serta pelatihan memecahkan masalah. dengan target luaran meningkatnya pengetahuan mitra tentang kesehatan reproduksi dan persiapan prakonsepsi, adanya liflet dan modul serta mitra mampu menjadi tutor sebaya. Hasil pengabdian adalah meningkatnya pengetahuan dan keterampilan berkomunikasi mitra berkaitan dengan kesehatan reproduksi dan persiapan konsepsi. Pendidikan kesehatan reproduksi harus dianggap sebagai bagian dari proses pendidikan yang mempunyai tujuan untuk memperkuat dasar-dasar pengetahuan dan pengembangan kepribadian dan bukan sesuatu hal yang tabu, dan upaya bagi remaja (mitra) dalam meningkatkan pemahaman, pengetahuan, sikap dan perilaku positif tentang kesehatan reproduksi dan seksualnya serta meningkatkan derajat reproduksinya, yang pada keberhasilannya juga merupakan upaya menurunkan Angka Kematian Ibu

Kata Kunci : Kesehatan reproduksi remaja, prakonsepsi

PENDAHULUAN

Remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual (Widyastuti, 2009). Kesehatan secara keseluruhan selalu berkaitan, bila terjadi gangguan kesehatan pada remaja secara umum, tentu kesehatan reproduksinya juga akan terganggu. Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi dan proses reproduksi (Depkes, 2001). Pelayanan kesehatan reproduksi remaja bertujuan untuk mencegah dan melindungi remaja dari perilaku seksual berisiko dan perilaku berisiko lainnya yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi. Mempersiapkan remaja untuk menjalani kehidupan reproduksi yang sehat dan bertanggung jawab yang meliputi persiapan fisik, psikis dan sosial untuk menikah dan menjadi orangtua pada usia yang matang

Data mengenai situasi kesehatan reproduksi remaja sebagian besar bersumber dari Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) terutama komponen Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) tahun 2012 Sekitar 33,3% remaja perempuan yang berusia 15-19 tahun, mulai berpacaran pada saat belum berusia 15 tahun. Pada usia tersebut dikhawatirkan belum memiliki keterampilan hidup yang memadai sehingga berisiko memiliki perilaku yang tidak sehat, antara lain melakukan hubungan seks pra nikah. Perilaku tersebut berisiko terhadap kehamilan remaja dan penularan penyakit menular seksual. Kehamilan yang tidak direncanakan pada remaja perempuan dapat berlanjut pada aborsi dan pernikahan remaja dan berdampak pada masa depannya dan janin yang dikandungnya. selain itu

dapat menyumbang pula angka kematian ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia yang masih sangat tinggi bahkan di ASEAN.

Salah satu cara untuk menurunkan AKI adalah perawatan kesehatan yang dimulai sebelum konsepsi yakni saat masa remaja. Perawatan kesehatan pra konsepsi mengacu pada intervensi biomedis, perilaku dan preventif sosial yang dapat meningkatkan kemungkinan memiliki bayi yang sehat (WHO, 2013). Serangkaian intervensi tersebut bertujuan mengintervensi dan memodifikasi resiko biomedis, perilaku, dan sosial yang berkaitan dengan kesehatan perempuan serta hasil kehamilannya nanti. masa pra konsepsi yaitu masa sebelum konsepsi dan masa antara konsepsi yang dapat dimulai dalam jangka waktu dua tahun sebelum konsepsi atau bahkan dengan tingginya AKI dan AKB asuhan pra konsepsi oleh Kemenkes RI dimulai sejak masa remaja atau biasa disebut periode distal (Wulandari, 2017., Yulizawati, 2016)

Informasi remaja mengenai kesehatan reproduksi menurut SDKI tahun 2012 menunjukkan belum memadai. Sebagai contoh hanya 31,2% remaja perempuan mengetahui bahwa perempuan dapat hamil dengan satu kali berhubungan seksual. Dari data teman diskusi dan sumber informasi kesehatan reproduksi yang disukai terlihat bahwa peranan teman sebaya, guru dan tenaga kesehatan berpotensi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi bagi remaja. (Kemenkes RI, 2014)

Mitra kegiatan pengabdian pada masyarakat ini merupakan remaja putri di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Purwokerto. Remaja yang tinggal di panti asuhan tentunya berbeda dengan remaja yang tinggal di rumah dengan memiliki keluarga yang utuh dimana memiliki kemampuan secara ekonomi dan cukup mendapatkan dukungan secara psikologi. Remaja mitra ini menjadi lebih rentan terhadap berbagai masalah, baik masalah sosial, psikologi maupun kesehatan reproduksi. Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Purwokerto mengasuh sekitar 38 remaja putri yang berusia 10 -19 tahun.

Berdasarkan analisis situasi dan *FGD* masih kurangnya pengetahuan mitra tentang kesehatan reproduksi remaja dan persiapan konsepsi. Pengetahuan remaja berkaitan dengan kesehatan reproduksi perlu ditingkatkan, agar kelompok mitra mampu melewati tugas perkembangannya dengan baik. Mitra merupakan remaja yang sedang menjalani masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa namun tidak semua menyadari bahwa pada masa remaja terjadi perubahan besar pada fisik dan kejiwaannya yang akan berpengaruh pada kehidupan reproduksinya.

Tujuan program ini untuk memberikan informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan perilaku hidup sehat bagi remaja, disamping mengatasi masalah yang ada sehingga mitra mampu memelihara kesehatan dirinya, dapat memasuki masa kehidupan berkeluarga dengan reproduksi sehat. Sejalan dengan tujuan pendidikan kesehatan reproduksi, pembinaan remaja juga ditujukan agar mereka memiliki tanggung jawab baik terhadap diri sendiri maupun orang lain

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi menjadi penting, mitra perlu mendapatkan informasi yang cukup sehingga mengetahui hal-hal yang seharusnya dilakukan dan yang dihindari. Dengan mengetahui tentang kesehatan reproduksi secara benar, mitra dapat menghindari hal-hal yang negatif.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan pemberian KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) kepada para mitra mengenai kesehatan reproduksi remaja meliputi perkembangan fisik, kejiwaan dan kematangan seksual remaja, proses reproduksi yang bertanggungjawab, pergaulan yang sehat, persiapan pra nikah dan konsepsi. KIE ini berupa penyuluhan dan pendidikan kesehatan. Untuk mencapai perubahan perilaku mitra, dapat dilakukan yaitu secara pendekatan pendidikan. Pendidikan merupakan upaya pembelajaran pada mitra agar mau melakukan tindakan-tindakan yang dapat memelihara kesehatannya yang biasanya proses ini memerlukan waktu yang relatif lama, tetapi dapat bertahan lama dalam diri individu.

Adapun target luaran dalam kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan para mitra (remaja) mengenai kesehatan reproduksi remaja dan pra konsepsi, tersusunnya modul, liflet tentang kesehatan reproduksi remaja dan pra konsepsi. untuk menjadi panduan mitra dalam berdiskusi dengan teman

sebayanya dan pada kegiatan ini diharapkan mitra pada akhirnya juga mampu untuk menjadi pendidik sebaya/*peer educator* yang dilatih dan didorong untuk menyebarluaskan pengetahuan kepada teman-teman sebaya sesuai dengan masalah kesehatan reproduksi yang sedang dihadapi oleh teman-teman sebayanya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan program pengabdian masyarakat (Iptek bagi Masyarakat) terlaksana sesuai tujuan. indikator keberhasilan program ini terlihat dari peserta yang konsisten dari awal hingga akhir program, bertambahnya wawasan dan pengetahuan mitra terlihat dari ketepatan dalam mengerti dan memahami materi, modul dan liflet yang diberikan. Pada kesempatan ini tim pengabdian memberikan edukasi dan kemandirian, Menurut Sulaeman tahun 2012 artinya pemberdayaan mitra bagi bidang kesehatan dilakukan atas dasar menumbuhkan kesadaran, kemauan, kemampuan serta menjadi penggerak dalam pembangunan kesehatan kemandirian bermakna sebagai upaya kesehatan diri, oleh dan untuk masyarakat sehingga mampu untuk mengoptimalkan dan menggerakkan segala sumber daya serta tidak tergantung kepada pihak lain

Pertemuan pertama yang merupakan tahap pertama, pada kegiatan ini dilaksanakan pada hari minggu 1 juli 2018 yang diikuti oleh 25 remaja putri, di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Purwokerto. Kegiatan ini diawali dengan pre test pada mitra, hal ini dilakukan oleh Tim pelaksana untuk mengetahui tingkat pengetahuan mitra tentang perubahan fisik organ reproduksi, perubahan psikologi remaja dan cara merawat organ reproduksinya. Kemudian dilanjutkan dilakukan pemaparan materi kesehatan reproduksi remaja dengan metode ceramah dan diskusi. kegiatan diakhiri dengan post test. Rata-rata nilai post test mengalami peningkatan dibandingkan nilai pre test para peserta. Pada kegiatan ini tim juga membagikan liflet yang berisi materi yang telah disampaikan.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Kesehatan Reproduksi Remaja pada Mitra

Pelaksanaan kegiatan selanjutnya adalah sosialisasi materi tentang penyakit menular seksual, pendewasaan usia perkawinan, nutrisi pra konsepsi. yang dilaksanakan pada 29 Juli 2018 diikuti 30 remaja putri di Panti Asuhan. Pada kegiatan ini tim membagikan Modul kesehatan reproduksi remaja. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah dan diskusi sekaligus membahas modul yang dibagikan. Sebelum kegiatan ini dimulai Tim mengulas kembali materi yang telah didiskusikan pada pertemuan pertama.



Gambar 2. Kegiatan Diskusi Kesehatan Reproduksi Remaja pada Mitra

Kegiatan selanjutnya dilaksanakan pertemuan dengan mitra 19 Agustus 2018. Pada kegiatan ini tim pengabdian membuat simulasi kasus tentang masalah kesehatan reproduksi remaja. Mitra dibentuk dalam beberapa kelompok kecil dan diminta untuk aktif berdiskusi bersama-sama memecahkan kasus tersebut, kemudian mendemonstrasikan cara memberikan pendidikan kesehatan antar teman berkaitan dengan kasus yang dibahas. kegiatan ini juga sebagai evaluasi untuk mengetahui peningkatan pengetahuan atau pemahaman mitra tentang kesehatan reproduksi remaja dan pra konsepsi.

Selama ini masih timbul pro dan kontra dimasyarakat, karena masih adanya anggapan bahwa membicarakan kesehatan reproduksi berkaitan dengan organ reproduksi dan seks. Sebagian besar masyarakat masih beranggapan pendidikan seks sebagai suatu hal yang vulgar. Hal ini berakibat remaja yang belum paham tentang hal tersebut merasa tidak bertanggung jawab dengan seks atau kesehatan anatomi reproduksinya yang kemudian mendorong para remaja untuk mencari tahu dari sejumlah media yang ditawarkan. Dalam mengakses beragam media tersebut terkadang remaja belum mampu memilih apa yang layak dikonsumsi pada usianya dan apa yang tidak (Miswanto, 2014). Sebagaimana yang dikemukakan oleh penelitian Mismanto tersebut, pada program pengabdian pada masyarakat ini, mitra pada awalnya juga merasa malu membicarakan materi tentang kesehatan reproduksinya. Hal ini merupakan tantangan bagi tim pengabdian untuk dapat mengemas kegiatan dengan lebih menarik dan menghilangkan kesan vulgar. Namun kendala yang dihadapi oleh tim pengabdian adalah kesulitan mengkaitkan kesehatan reproduksi dengan nilai-nilai islami karena keterbatasan dari tim pengabdian.

Menurut penelitian Dian (2013) Pendidikan seksualitas dan kesehatan reproduksi di sekolah selama ini belum komprehensif dan sesuai dengan realitas perilaku seks dan resiko seksual yang dihadapi oleh remaja berimplikasi pada pengetahuan siswa yang masih terbatas. Hal ini dikarenakan pendidikan seksualitas dan kesehatan reproduksi yang diberikan di sekolah cenderung memandang aspek kesehatan reproduksi dan seksual remaja menjadi terbatas pada fenomena biologis semata dan cenderung mengkonstruksikan seksualitas remaja sebagai hal yang tabu dan berbahaya yang dikontrol melalui wacana moral, dan agama.

Upaya meningkatkan kesehatan reproduksi remaja telah dilakukan Pemerintah dalam program Propernas 2000 antara lain salah satu isi programnya adalah meningkatkan partisipasi remaja, dengan mengembangkan *peer educator* (pendidik sebaya), selain itu juga dengan mengikis kemiskinan, menyediakan informasi tentang kesehatan reproduksi, memperbanyak akses pelayanan kesehatan yang diiringi dengan sarana konseling, meninjau ulang segala peraturan yang membuka terjadinya reduksi atas kesehatan reproduksi remaja, meminimalkan informasi tentang kebebasan seks dan menciptakan lingkungan keluarga yang kokoh, kondusif, mendukung dan informatif. Tentunya program tersebut akan bisa berjalan dengan dukungan dari berbagai pihak.

Hasil informasi tim pelaksana pengabdian dari Pusat Pelayanan Kesehatan setempat bahwa ada wacana pengembangan kesehatan reproduksi remaja dengan mendirikan posyandu remaja di kelurahan Tanjung kecamatan Purwokerto selatan. Tim berharap nantinya Mitra dapat berpartisipasi

aktif dalam kegiatan tersebut dibawah binaan Puskesmas Purwokerto Selatan dengan membemerdayakan masyarakat (dari, untuk dan oleh remaja). Pendidikan kesehatan reproduksi harus dianggap sebagai bagian dari proses pendidikan yang mempunyai tujuan untuk memperkuat dasar-dasar pengetahuan dan pengembangan kepribadian melalui pendidikan kesehatan reproduksi merupakan upaya bagi remaja (mitra) untuk meningkatkan pemahaman , pengetahuan, sikap dan perilaku positif tentang kesehatan reproduksi dan seksualnya serta meningkatkan derajat reproduksinya.

KESIMPULAN

Program Iptek bagi Masyarakat ini telah memberikan informasi dan edukasi pada mitra tentang kesehatan reproduksi remaja dan perawatan pra konsepsi. sehingga pengetahuan dan keterampilan mitra meningkat. Selain itu dengan bekal pengetahuan, modul dan liflet diharapkan mitra mampu menjadi pendidik sebaya, memberikan pengaruh yang positif bagi teman sebaya di sekolah maupun dilingkungannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Widyastuti, Y., Rahmawati A., Purnamaningrum. (2009). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta :Fitramaya
- Manuaba , Ida Bagus. (1999). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Arcan Pusat Data Dan Informasi Kemenkes RI.
- (2014). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta
- Y. Wulandari, Wahyu Dwi, (2017). Preconception Care sebagai Stategi Menurunkan Angka kematian Ibu di Indonesia . *Jurnal Kesehatan Kususma Husada*. 8(2) , 140-144
- Yulizawati , Lusiana, Ayu Nurdian, (2016). Pengaryh Pendidikan Kesehatan metode Peer Education mengenai Skrining Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Usia Subur Wilayah Kabupaten Agam, *Journal Of Midwevery*, 1(2), 11-17
- Mismanto. (2014). Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas pada Remaja. *Jurnal Studi Pemuda*, 3(2), 111-121
- Siti Hikmah Anas. (2010). Sketsa Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Studi Gender dan Anak YINYANG*, 5(1), 199-21