

Edukasi Seksual Persiapan Pubertas Pada Remaja Awal Siswa Siswi SD IT At Thoriq Gombang

Lutfia Uli Na'mah^{1*}, Herniyatun²

¹Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga, STIKES Muhammadiyah Gombang

² Program Studi Keperawatan Program Sarjana, STIKES Muhammadiyah Gombang

*Email: lutfia.uli@gmail.com

Abstrak

Keywords:

Pubertas, Edukasi,
Seksual, Remaja

Remaja merupakan tahapan dimana perubahan periode dari anak-anak menjadi dewasa dengan adanya perubahan pada fisik, psikis, sosial. Umumnya usia paling awal dimulainya pubertas adalah pada usia 10-15 tahun dan berlangsung kurang lebih selama 4 tahun, namun untuk anak perempuan biasanya terjadi percepatan yaitu di usia 9 tahun sudah mengalami pubertas, tetapi percepatan tersebut sering tidak diimbangi dengan percepatan perkembangan psikologis, termasuk mental dan emosional. Pentingnya edukasi seksual persiapan pubertas pada remaja awal diperlukan agar anak memiliki pengetahuan yang memadai tentang bagaimana menjaga organ-organ reproduksi, serta menanamkan nilai-nilai moral yang berkaitan dengan masalah seksualitas. Tetapi seringkali anak merespon pubertas dengan negatif seperti rasa malu, cemas, takut, dan sedih sehingga diperlukan edukasi pada remaja awal dalam persiapan menghadapi pubertas. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan penyuluhan edukasi seksual dini persiapan pubertas kepada siswa-siswi SD IT At Thoriq Gombang. Proses penyuluhan edukasi seksual diberikan dengan metode ceramah, diskusi menggunakan media audiovisual dan phantom. Hasil dari edukasi seksual adalah 86% siswa mempunyai pengetahuan yang baik setelah mendapatkan edukasi seksual persiapan pubertas dan 100% menyatakan siap dalam menghadapi pubertas. Oleh karena itu, edukasi seksual sangat perlu diberikan sejak awal pada anak-anak sehingga mereka siap menghadapi pubertas. Di samping itu, orangtua dan guru untuk tetap mendampingi dan juga memberikan informasi yang tepat tentang edukasi seksual masa pubertas.

1. PENDAHULUAN

Remaja menurut WHO adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun

dan belum menikah. Masa remaja dibagi menjadi 3 yaitu remaja awal, remaja tengah, dan remaja akhir. Pada remaja awal sering disebut masa awal pubertas[1].

Pubertas merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang

berlangsung dalam tahapan-tahapan yang dipengaruhi oleh faktor neuroendokrin yang kompleks. Faktor tersebut bertanggung jawab terhadap awal masa pubertas dan perkembangan menuju maturitas seksual yang sempurna. Walaupun umur awal pubertas sangatlah bervariasi, sebagian besar anak akan mengawali pubertas pada umur 8-13 tahun untuk anak perempuan, dan 9-14 tahun untuk anak laki-laki [2,3]. Perubahan faktor hormon, fisik seringnya tidak dibarengi dengan kesiapan psikis sehingga anak cenderung malu, cemas, takut, dan sedih dalam merespon fase pubertas [4].

Pendidikan seks sangatlah diperlukan agar anak memiliki pengetahuan yang memadai tentang pentingnya menjaga organ-organ reproduksi, serta menanamkan nilai-nilai moral yang berkaitan dengan masalah seksualitas. Pendidikan seksual dapat diberikan oleh orang tua, lembaga pendidikan/ sekolah maupun lembaga kesehatan. Namun, pada kenyataannya orang tua dan guru seringkali memberikan penjelasan yang abstrak ketika anak bertanya tentang seksualitas. Orang tua ataupun guru menganggap pertanyaan mengenai seksualitas merupakan pertanyaan negatif dan anak belum cukup umur untuk mengetahuinya, sehingga anak-anak memiliki pengetahuan yang kurang mengenai seksualitas. Berita yang diangkat oleh berbagai media cetak dan elektronik akhir-akhir ini, terpotret secara suram anak-anak usia SD sebagai korban pelecehan dan kekerasan seksual. Berdasarkan data dari Komnas Perlindungan Anak, memberikan fakta bahwa pada bulan Januari – Juni 2013 terdapat 1.032 kasus kekerasan yang menimpa anak. Lima ratus tiga puluh lima (535) kasus atau 52% merupakan kasus kekerasan seksual pada anak yang terbagi menjadi dua, yaitu 294 kasus kekerasan fisik dan 241 kasus kekerasan psikis [5]

Suatu pengetahuan yang diajarkan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan jenis kelamin disebut dengan pendidikan seks (sex education). Pendidikan ini mencakup pertumbuhan jenis kelamin (laki-laki dan perempuan), fungsi kelamin sebagai alat reproduksi,

perkembangan alat kelamin pada laki-laki dan perempuan (menstruasi dan mimpi basah) hingga munculnya birahi yang disebabkan oleh hormone termasuk perkawinan dan kehamilan [6].

Pendidikan seks atau disebut pula pendidikan mengenai kesehatan reproduksi sudah seharusnya diberikan kepada anak-anak yang sudah beranjak dewasa atau remaja, baik melalui pendidikan formal maupun informal. Ini penting untuk mencegah informasi yang kurang lengkap mengenai perilaku seksual serta kesehatan reproduksi [6].

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah yang ditemukan adalah (1). Bagaimanakah persiapan pubertas pada siswa siswi SD IT At Thoriq? ; (2) Bagaimanakah pengetahuan siswa terhadap kesehatan reproduksi remaja?; (3) Bagaimanakah kesiapan menghadapi pubertas setelah dilakukan edukasi seksual persiapan pubertas?

Tujuan Program kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan anak pra pubertas (siswa kelas VI SD) mengenai kesehatan reproduksi remaja tentang perubahan fisik, psikis, sosial serta kesiapan menghadapi pubertas remaja pada siswa siswi SD IT At Thoriq Gombang.

2. METODE

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan metode edukasi yang diikuti oleh siswa siswi kelas VI SD IT At Thoriq Gombang yang berjumlah 36 siswa. Persiapan dilakukan dengan perizinan tentang pemberian edukasi mengenai kesehatan reproduksi terutama tentang masalah persiapan pubertas pada remaja awal.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 4 Desember 2019 di STIKES Muhammadiyah Gombang selama 4 jam dari pukul 08.00 s.d. 12.00 Adapun metode yang digunakan adalah: ceramah (tema 1 tentang memahami pubertitas, tema ke2 adalah menghadapi menarche dan mimpi basah) dilanjutkan dengan diskusi pada setiap akhir sesi. Setelah itu siswa diperkenalkan dengan anatomi tubuh terkait dengan

sistem reproduksi dan bagaimana menjaganya dilakukan di mini hospital STIKES Muhammadiyah Gombong. Media Audiovisual tentang pubertas pada laki laki dan perempuan juga ditayangkan dengan tujuan peserta dapat melihat dan memahami lebih dalam proses fisiologis yang terjadi ketika pertama kalinya mendapat menstruasi pada perempuan dan mimpi basah pada laki-laki. Kemitraan untuk keberlangsungan program akan diteruskan dalam kegiatan-kegiatan lainnya terkait edukasi seksual remaja seperti penyuluhan kesehatan reproduksi remaja, pelatihan peer group kesehatan reproduksi remaja, serta pendampingan dan pelatihan untuk guru dan orang tua wali siswa dalam menghadapi pubertas

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat edukasi seksual persiapan pubertas pada remaja awal siswa siswi kelas VI SD IT Ath Thoriq Gombong berjalan dengan lancar. Siswa antusias dalam menyimak materi serta berdiskusi. Pada awalnya siswa cenderung malu dalam mengungkapkan pendapatnya tentang pengalamannya dalam menghadapi pubertas. Tetapi pada akhir sesi, siswa santai dalam mengungkapkan pendapat serta berdiskusi terkait pubertas.

Pada masa pubertas seorang anak banyak mengalami perubahan dalam tubuhnya, perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pubertas tersebut ketika tidak diimbangi dengan kesiapan, maka akan menjadi masalah pada masa dewasanya nanti dan akan cenderung menjadi pengalaman traumatis anak [6]

Tabel 1. Distribusi peserta dari Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	%
Perempuan	17	47
Laki-laki	19	53
Total	36	100

Tabel 2. Distribusi peserta dari Jenis Umur

Umur	Jumlah	%
10	1	2,7
11	15	41,7
12	20	55,6
Total	36	100

3.1. Edukasi Seksual Pubertas Remaja

Pada fase remaja awal remaja hanya tertarik pada keadaan sekarang, bukan masa depan, sedangkan secara seksual mulai timbul rasa malu, ketertarikan terhadap lawan jenis tetapi masih bermain berkelompok dan mulai bereksperimen dengan tubuh seperti masturbasi. Selanjutnya pada periode remaja awal, anak juga mulai melakukan eksperimen dengan rokok, alkohol, atau narkoba [7]

Edukasi atau pendidikan seksual adalah proses yang bertujuan untuk membangun dan membimbing anak serta remaja untuk mempunyai sikap emosional yang sehat terhadap masalah seksual dan membimbingnya ke arah perkembangan yang dewasa, sehat dan bertanggung jawab [8].

Gambar 1. Edukasi Seksual Pubertas Remaja



Gambar 2. Pengerjaan post test pengetahuan pubertas remaja



Tabel 3. Pengetahuan dan kesiapan setelah dilakukan edukasi seksual

Post Test	Kesiapan
Baik= 31 (86%)	Siap (100%)
Cukup= 5 (14%)	Ragu-ragu (0%)
Kurang= 0 (0%)	Tidak Siap (0%)

Pengetahuan yang rendah sangat berdampak pada sikap dan perilaku remaja saat menjalani masa pubertas. Ketidaktahuan akan kesehatan reproduksi dan perawatan organ reproduksi dapat mengakibatkan memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi yang jelas, aman dan tuntas [9]. Kesiapan merupakan suatu reaksi terhadap suatu objek dengan cara-cara tertentu ketika individu dihadapkan pada suatu stimulus yang

banyak kerugian dan penyakit penyerta bagi remaja. Remaja yang memiliki kesiapan lebih matang akan merasa lebih siap menghadapi masa pubertas dikarenakan dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar yang menghendaki adanya respon, jika seseorang memiliki sikap positif berarti orang tersebut telah memiliki kesiapan, sedangkan jika seseorang cenderung memiliki sikap negatif

berarti orang tersebut cenderung tidak siap [5].

4. KESIMPULAN

Edukasi seksual secara dini sangat penting dilakukan kepada remaja awal bahkan pra-pubertas dalam menghadapi pubertas. Setelah dilakukan edukasi seksual persiapan pubertas pada siswa kelas VI SD It Ath Thoriq Gombong, 85 % mempunyai pengetahuan yang baik dan 100 % siswa menyatakan siap menghadapi masa pubertas.

UCAPAN TERIMA KASIH (jika ada)

Terimakasih pada seluruh guru dan staf SD IT At Thoriq Gombong, dan wali siswa yang telah mengizinkan dan turut mensukseskan edukasi seksual pada siswa SD IT At Thoriq.

REFERENSI

- [1] Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2019. Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja, www.pusdatin.kemkes.go.id
- [2] Pathomvanich A, Merke DP, Chrousos GP. Early puberty: A cautionary tale. *J 4. Pediatr* 2000;105: 797-802.
- [3] Cavallo A. Assessment of variation of pubertal development. Dalam Baker RC, 5. penyunting. *Pediatric primary care ill-child care*. Edisi ke-2. Philadelphia: Lippincott William; 2001. h 163-175
- [4] Marhamatunnisa. (2012). Gambaran respon psikologi saat menarche pada anak usia sekolah di kelurahan pondok cina kota Depok. Skripsi. Jakarta: Universitas Indonesia.
- [5] Kuswati & Handayani, R. (2016). Gambaran kesiapan remaja dalam menghadapi menarche di SDIT Aisyiyah full day pandes wedi klaten. *Jurnal Kebidanan*, 08(01), 1-126.
- [6] Safita, Reny. 2013. Peranan Orang Tua dalam Memberikan Pendidikan Seksual pada Anak. *Jurnal Edu-Bio*. 4, 35.
- [7] Jose RL Batubara Adolescent Development (Perkembangan Remaja) *Sari Pediatri*, Vol. 12, No. 1, Juni 2010
- [8] Gunarso, Singgih, D. 2008. Gaya Hidup Sehat. <http://www.gayahidupsehat.com>.
- [9] Aisyah, Diah, & Yuni, 2015. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Usia 11-14 Tahun Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Perubahan Seks Sekunder Di MTS Safinatul Huda.