

TINGKAT PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA

Yesa Ervina; Flauryta Indah Zahara; Nur Qurotul Nabila Atiqah

Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Pendidikan Indonesia;

yesaervina01@upi.edu; nurqurotul00@gmail.com; indahzaharaflauryta@gmail.com

Abstract

Adolescence is also called puberty, which is a unique transition period marked by various physical, emotional and psychological changes. During adolescence, you are very vulnerable to the negative influences of social media and the environment. Reproductive health is important for both men and women. The most prominent problems among teenagers today, for example, are sexual problems resulting in getting pregnant out of wedlock and then having abortions, then being vulnerable to infection with sexually transmitted diseases (STIs), HIV, AIDS and also drug abuse. It is hoped that this research can provide knowledge and insight into reproductive health problems and sexual deviations that they must avoid. Adolescents must be able to understand and know about sexual reproductive health so as not to produce sexual deviations that will harm themselves and their families.

Key Words Adolescents, reproductive health, sexual.

Abstrak (Indonesia)

Masa remaja disebut juga masa pubertas, yang mana merupakan masa transisi yang unik ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosi, maupun psikis. Pada masa remaja, rentan sekali terhadap pengaruh negatif media sosial dan lingkungan. Kesehatan reproduksi adalah hal yang penting bagi pria maupun wanita. Masalah yang paling menonjol di kalangan remaja saat ini, misalnya masalah seksualitas sehingga hamil di luar nikah lalu melakukan aborsi, kemudian rentan terinfeksi penyakit menular seksual (IMS), HIV, AIDS serta juga penyalahgunaan Narkoba. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan wawasan dalam masalah kesehatan reproduksi dan penyimpangan seksual yang harus mereka hindari. Remaja harus dapat memahami dan mengetahui kesehatan reproduksi seksual agar tidak menghasilkan penyimpangan - penyimpangan seksual yang akan merugikan diri sendiri maupun keluarga.

Kata Kunci Remaja, Kesehatan Reproduksi, seksual.

Pendahuluan

Kesehatan reproduksi suatu keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial secara utuh. Kesehatan reproduksi tidak semata-mata bebas dari penyakit yang berkaitan dengan sistem, fungsi dan proses reproduksi. Menjaga kesehatan reproduksi sangat penting bagi remaja yaitu dengan menerapkan pola hidup sehat dan mengkonsumsi vitamin (World Health Organization, 2014).

Organ reproduksi merupakan salah satu hal penting dalam kehidupan setiap manusia. Dulu, pembicaraan tentang organ reproduksi masih sangat tabu, bukan berarti sekarang sudah tidak lagi hanya saja masih ada kalangan orang yang menganggap hal itu tidak pantas untuk dibicarakan. Promosi kesehatan reproduksi pada remaja pun sering dikonotasikan sebagai pendidikan seks di mana sebagian masyarakat di Indonesia masih menganggap tabu hal ini.

Telah banyak berita-berita yang tersiar melalui media elektronik maupun media cetak yang memuat berita tentang kesehatan reproduksi dan kaitannya dengan seks. Sekarang, informasi tentang seks dapat diperoleh dan diakses dengan mudah melalui internet. Bila tidak didasari dengan pengetahuan yang cukup, mencoba hal baru yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi bisa memberikan dampak yang akan menghancurkan masa depan remaja dan keluarga.

Menurut Barbara Nash\ dan Patricia Gilbert, organ-organ reproduksi merupakan subjek dari berbagai penyakit. Untuk mencegah hal tersebut pengetahuan dan pemahaman sejak dini tentang organ reproduksi dan kesehatan reproduksinya merupakan hal yang sangat penting bagi setiap remaja baik pria maupun wanita sehingga ia akan lebih mampu menjaga kesehatan reproduksinya.

Perempuan dan laki-laki perlu meningkatkan pengetahuannya mengenai kesehatan reproduksi agar tercipta kondisi kesehatan reproduksi yang optimal. kesehatan reproduksi yang dimaksud yaitu suatu keadaan yang sejahtera baik secara fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi serta fungsi dan prosesnya.

Pubertas merupakan tahapan penting bagi perempuan yang terjadi dari masa anak-anak menjadi masa dewasa yang mampu melakukan reproduksi seksual. Perubahan tersebut meliputi perubahan fisik, perubahan hormon, perubahan psikologi dan sosial. Pada percobaan ini terdapat fase kematangan fisik dan seksual

yang dapat membuat organ reproduksi seorang remaja dapat berfungsi untuk bereproduksi. Seseorang dinyatakan mengalami pubertas apabila pada laki-laki ditandai dengan mimpi basah, pertumbuhan penis, mulai tumbuh jerawat, dan terjadi perubahan suara. Sedangkan perempuan ditandai dengan menstruasi pertama, tumbuh payudara, mengalami keputihan, dan pinggul membesar. Fase ini sangat wajar karena setiap bertambahnya usia, akan terjadi perubahan fisik pada tubuh (Verawati dan Liswidyawati, 2012).

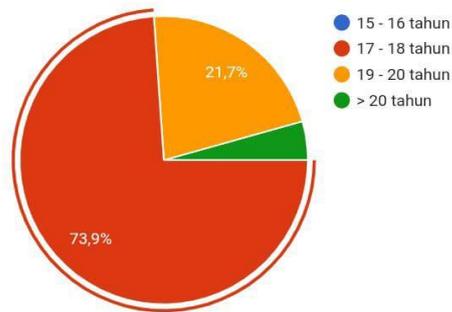
Remaja adalah kelompok yang rentan terhadap perubahan dan tantangan selama masa pertumbuhan dan perkembangannya. Selama periode ini, faktor-faktor lingkungan dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka. Kondisi lingkungan di sekitar remaja, termasuk lingkungan fisik, sosial, dan psikologis, dapat berdampak signifikan pada kesejahteraan mereka. Tujuan kami melakukan penelitian ini adalah untuk menjelaskan bagaimana kualitas lingkungan mempengaruhi kesehatan mental remaja. Dari penelitian yang kami laksanakan, kami berharap agar para remaja dapat menjaga kesehatan mentalnya para remaja dapat lebih bijak dalam mengelola emosional serta pikirannya.

Metode Penelitian (12pt)

Penelitian dilakukan melalui desain penelitian potong lintang (cross sectional). Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan keterlibatan mahasiswa. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah pertanyaan yang berupa kuesioner dalam jangka waktu 20 hari terhitung dari tanggal 6 November - 24 November 2023.

Hasil Penelitian dan Pembahasan (12pt)

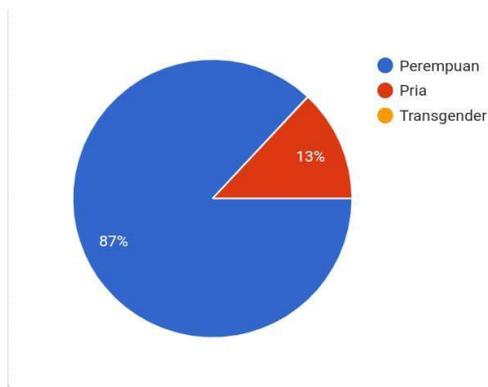
Pada penelitian ini data responden dikumpulkan dengan kuesioner yang disebar menggunakan google form melalui media sosial. Objek penelitiannya para remaja berusia 15 - 20 tahun yang mendapatkan responden sebanyak 23 orang. Dalam penelitian ini dikelompokkan berdasarkan usia dan jenis kelamin. Hasil penelitian melalui kuesioner dapat dilihat pada tabel di bawah ini:



Gambar 1 Persentase Umur Mahasiswa

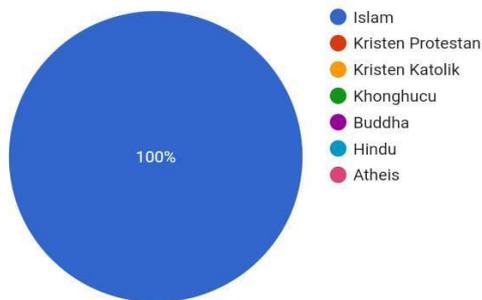
Responden yang mengisi kuesioner dengan rata-rata:

- Remaja berusia 17-18 tahun dengan persentase 73,9%
- Remaja berusia 19-20 tahun dengan persentase 21%
- Remaja berusia >20 tahun dengan persentase 4,3%



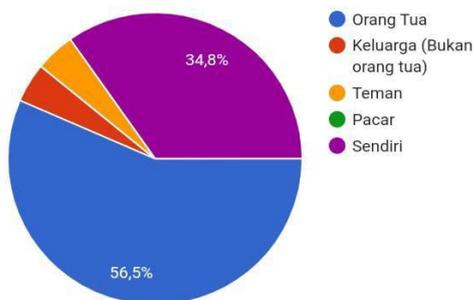
Gambar 2 Persentase Jenis Kelamin Mahasiswa

Responden yang mengisi kuesioner rata-rata berjenis kelamin Perempuan dengan persentase 87% dan Laki-laki dengan persentase 13%.



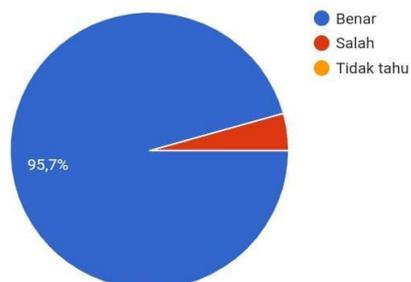
Gambar 3 Persentase Agama Mahasiswa

Responden yang mengisi kuesioner yang beragama islam dengan persentase 100%.



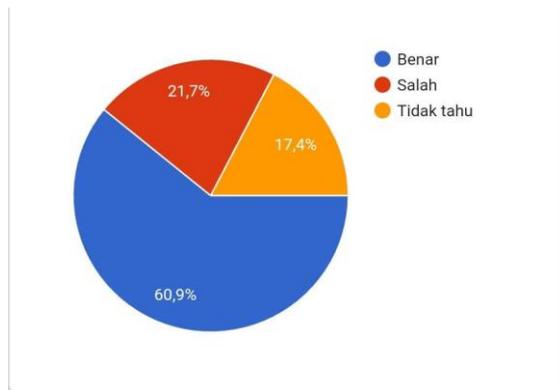
Gambar 4 Persentase Tempat Tinggal Mahasiswa

Responden yang mengisi kuesioner rata-rata tinggal bersama orang tua dengan persentase 56,5%, tinggal sendiri dengan persentase 34,8%, tinggal bersama keluarga (Bukan dengan orang tua) dengan persentase 4,3%, tinggal bersama teman dengan persentase 4,3%.



Gambar 5 Persentase Mahasiswa mengetahui Kesehatan Reproduksi.

Responden yang mengisi kuesioner rata- rata mengetahui apa itu Kesehatan Reproduksi dengan persentase 95,7%, dan sebanyak 4,3% tidak mengetahui Kesehatan Reproduksi.



Gambar 6 Persentase Mahasiswa Mengetahui Bahwa Sperma Mampu Membuahi Sel Telur Pada Saat Perempuan Mengalami Masa Subur.

Responden yang mengisi kuesioner rata- rata mengetahui bahwa sperma mampu membuahi sel telur pada saat perempuan mengalami masa subur dengan persentase 60,9%, sebanyak 21,7% mengatakan hal tersebut adalah, dan 17,4% mengatakan hal tersebut salah.

Pembahasan :

Kesehatan reproduksi menurut World Health Organization (WHO) adalah suatu keadaan fisik, mental dan sosial yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi, serta proses.

Kesehatan reproduksi patut diperhatikan bukan hanya oleh perempuan, melainkan juga oleh kaum laki-laki. Selain itu, mahasiswa juga perlu menjaga kesehatan reproduksinya, bukan hanya untuk dosen dan tenaga kependidikan yang sudah menikah saja.

Organ reproduksi adalah organ seks dalam tubuh yang bekerja sama untuk tujuan reproduksi seksual. Organ reproduksi dibagi menjadi dua antara lain:

- Organ Reproduksi Wanita

Organ reproduksi wanita terdiri dari sepasang indung telur (ovarium), sepasang fimbria, sepasang saluran telur, rahim (uterus) dan vagina.

- Organ Reproduksi Pria

Organ reproduksi pria terdiri dari sepasang buah zakar, skrotum, saluran sperma, penis dan lubang kencing.

Organ reproduksi merupakan hal yang sangat vital maka perlu dijaga kesehatannya.

Pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi harus diberikan sejak awal terutama pada remaja dan sebelum menikah. Pemeriksaan atau skrining kesehatan reproduksi penting dilaksanakan untuk mengetahui secara dini kualitas kesehatan reproduksi, agar mendapatkan manfaat diantaranya yaitu:

1. Mencegah penyakit pada keturunan seperti thalasemia
2. Mengenal riwayat kesehatan diri dan pasangan
3. Memotivasi untuk menjaga hidup sehat.

Kesehatan reproduksi remaja merupakan kondisi kesehatan yang menyangkut masalah kesehatan organ reproduksi, yang kesiapannya dimulai sejak usia remaja ditandai oleh haid pertama kali pada remaja perempuan atau mimpi basah bagi remaja laki-laki. Kesehatan reproduksi remaja meliputi fungsi, proses, dan sistem reproduksi remaja. Sehat yang dimaksudkan tidak hanya semata-mata bebas dari penyakit atau dari cacat saja, tetapi juga sehat baik fisik, mental maupun sosial.

Usia remaja adalah masa transisi yang ditandai dengan berbagai perubahan emosi, psikis, dan fisik dengan ciri khas yang unik. Penting bagi remaja untuk mendapatkan informasi yang tepat tentang kesehatan reproduksi dan berbagai faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi.

Sebagai pengenalan terhadap kesehatan reproduksi dasar, remaja harus mengetahui beberapa hal di bawah ini:

- Pengenalan tentang proses, fungsi, dan sistem alat reproduksi
- Mengetahui penyakit HIV/AIDS dan penyakit menular seksual lainnya, serta dampaknya pada kondisi kesehatan organ reproduksi
- Mengetahui dan menghindari kekerasan seksual
- Mengetahui pengaruh media dan sosial terhadap aktivitas seksual

- Mengembangkan kemampuan dalam berkomunikasi, terutama membentuk kepercayaan diri dengan tujuan untuk menghindari perilaku berisiko.

Pencegahan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), Penyakit Menular Seksual (PMS) dan

HIV/AIDS menggunakan metode ABCDE yaitu antara lain :

A = Absen yaitu tidak berhubungan seksual saat jauh dari pasangan

B = Be faithful (setia) yaitu tidak berganti-ganti pasangan

C = Condom yaitu memakai kondom saat melakukan hubungan seksual

D = Drugs yaitu tidak menggunakan narkoba

E = Education yaitu aktif mencari informasi yang benar.

Cara menjaga organ reproduksi, diantaranya:

- Pakai handuk yang lembut, kering, bersih, dan tidak berbau atau lembab.
- Memakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat
- Pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari
- Bagi perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk ke dalam organ reproduksi.
- Bagi laki-laki, dianjurkan untuk dikhitan atau disunat agar mencegah terjadinya penularan
- penyakit menular seksual serta menurunkan risiko kanker penis.

Perubahan fisik, psikis, dan emosi remaja pada masa pubertas dapat membuat remaja lebih ekspresif dalam mengeksplorasi organ kelamin dan perilaku seksualnya. Sementara itu, pengetahuan dan persepsi yang salah tentang seksualitas dan kesehatan reproduksi dapat menyebabkan remaja berperilaku berisiko terhadap kesehatan reproduksinya. Oleh karena itu, peran orang tua dan guru menjadi penting dalam mendampingi remaja mencari dan menemukan informasi kesehatan reproduksi yang tepat.

Kesimpulan (12pt)

Kesehatan reproduksi remaja merupakan kondisi kesehatan yang menyangkut masalah kesehatan organ reproduksi, yang kesiapannya dimulai sejak usia remaja ditandai oleh haid pertama kali pada remaja perempuan atau mimpi basah bagi remaja laki-laki.

Permasalahan yang ditimbulkan akibat kurangnya pemahaman akan kesehatan reproduksi yang cukup, masih cukup banyak ditemukan. Terutama di kalangan remaja yang merupakan golongan yang paling rentan terhadap masalah yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi.

Berdasarkan penelitian kami Sikap remaja terhadap kesehatan reproduksi remaja dilihat dari aspek kognitif berdasarkan dengan pengenalan sistem reproduksi dan kesehatan.

Saran (12pt)

1. Remaja, diharapkan dapat memberikan informasi kepada teman-teman dan orang disekitar agar dapat memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja
2. Diharapkan para remaja dapat memahami dengan benar tentang kesehatan reproduksi dan dapat menghindari dari perilaku seksual yang berbahaya.
3. Baik Guru maupun Dosen Mata pelajaran, diharapkan agar dapat membantu mengarahkan agar remaja terus menjaga alat reproduksinya dengan baik agar terus mempunyai sistem reproduksi yang sehat.
4. Bagi para dokter spesialis kandungan dan ahli di bidang kesehatan reproduksi diharapkan dapat lebih aktif dalam memberi pendidikan tentang kesehatan reproduksi kepada para remaja. Jika memungkinkan dapat mengadakan penyuluhan dan dapat menyediakan waktu untuk memberi kesempatan kepada para remaja bertanya tentang kesehatan reproduksi.
5. Bagi para mahasiswa lanjutan diharapkan dapat membuat penelitian lanjutan yang meliputi aspek-aspek penelitian yang lebih luas dan mendalam.

Reproduksi remaja tergolong ke dalam kategori sangat setuju selanjutnya jika sikap remaja terhadap kesehatan reproduksi remaja dilihat dari aspek kognitif berdasarkan PMS (Penyakit Menular Seksual) tergolong ke dalam kategori setuju dan cukup setuju, dan sikap remaja terhadap kesehatan reproduksi remaja dilihat dari aspek kognitif berdasarkan cara menghindari PMS (Penyakit Menular Seksual) tergolong ke dalam kategori sangat setuju.

Dalam hal ini pengetahuan masalah reproduksi tidak hanya wajib bagi remaja putri saja tetapi juga bagi remaja laki-laki juga harus mengetahui dan mengerti cara hidup dengan reproduksi yang sehat agar tidak terjerumus ke pergaulan yang salah yang merugikan bagi remaja.

Kemudian kita bisa menghindari penyakit yang bisa ditimbulkan, seperti infeksi menular seksual dan bisa mencegah terjadinya infertilitas.

Ucapan Terima Kasih

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan

hidayah-Nya kami dapat menyelesaikan "TINGKAT PENGETAHUAN KESEHATAN

REPRODUKSI PADA REMAJA" hingga selesai. Shalawat serta salam senantiasa turunkan kepada Nabi Muhammad S.A.W. Kami ingin berterima kasih kepada:

1. Bapak Ahmad Fu'adin, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pengampu mata kuliah Bahasa Indonesia.
2. Narasumber yang meluangkan waktu mengisi kuesioner kami.
3. Dan rekan-rekan yang telah menyelesaikan penulisan karya ilmiah ini.

Kami berharap semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan banyak pengetahuan dan manfaat bagi kita semua.

Daftar Pustaka

- Mengenal tentang kesehatan reproduksi dan kontrasepsi

<https://rsu.jembranakab.go.id/berita/read/23/mengenal-tentang-kesehatan-reproduksi-dan-kontrasepsi.html#:~:text=Kesehatan%20Reproduksi%20adalah%20kesejahteraan%20fisik,sistem%20reproduksi%2C%20fungsi%20serta%20prosesnya.>

- Kesehatan Reproduksi remaja: Permasalahan dan upaya pencegahan

https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/29/kesehatan-reproduksi-remaja-permasalahan-dan-upaya-pencegahan

- Kesehatan reproduksi, sistem reproduksi

<https://www.halodoc.com/kesehatan/reproduksi>

- Kesehatan Reproduksi

<https://hpu.ugm.ac.id/kesehatan-reproduksi/>

Format Heading (BAGIAN dan Sub-bagian)

Heading sebaiknya tidak lebih dari 3 tingkat. Semua *heading* harus dalam font 12 pt. Berikut tata cara penulisan *heading*:

1. *Heading Level 1*: *Heading* level 1 harus huruf kapital semua, cetak tebal, dan rata kiri. Sebagai contoh, **METODE**.
2. *Heading Level 2*: *Heading* level 2 harus diawali huruf kapital, cetak tebal, dan rata kiri. Sebagai contoh, **Heading 2**.
3. *Heading Level-3*: *Heading* level 3 harus diawali huruf kapital, cetak tebal, miring (*italic*), dan rata kiri. Sebagai contoh, **Heading 3**.
4. *Heading Level-4*: *Heading* level-4 harus diawali huruf kapital, miring (*italic*), dan dinomori dengan angka Arab diikuti dengan tanda kurung kanan. Sebagai contoh, (1) **Heading 4**

Format Tabel

Tabel 1. Kriteria Validitas Instrumen Pengetahuan Metakognisi
Berdasarkan Rata-Rata Nilai Validator

> 3,6	Sangat Valid
2,8 – 3,6	Valid
1,9– 2,7	Tidak Valid
1,0– 1,8	Sangat Tidak Valid

Format Gambar



Gambar 1. Keterangan Gambar

Panduan Penulisan Daftar Pustaka

Penulisan Daftar Pustaka sebaiknya menggunakan aplikasi manajemen referensi seperti [Mendeley](#), [End Note](#), [Zotero](#), atau lainnya. Format penulisan yang digunakan di Jurnal Kependidikan adalah sesuai dengan format APA (*American Psychological Association*).

Pustaka yang berupa majalah/jurnal ilmiah:

Bekker, J. G., Craig, I. K., & Pistorius, P. C. (1999). Modeling and Simulation of Arc Furnace Process. *ISIJ International*, 39(1), 23–32.

Pustaka yang berupa judul buku:

Fridman, A. (2008). *Plasma Chemistry* (p. 978). Cambridge: Cambridge University Press

Pustaka yang berupa Prosiding Seminar:

Roeva, O. (2012). Real-World Applications of Genetic Algorithm. In *International Conference on Chemical and Material Engineering* (pp. 25–30). Semarang, Indonesia: Department of Chemical Engineering, Diponegoro University.

Pustaka yang berupa disertasi/thesis/skripsi:

Istadi, I. (2006). Development of A Hybrid Artificial Neural Network – Genetic Algorithm for Modelling and Optimization of Dielectric-Barrier Discharge Plasma Reactor. *PhD Thesis*. Universiti Teknologi Malaysia.

Pustaka yang berupa patent:

Primack, H.S. (1983). Method of Stabilizing Polyvalent Metal Solutions. *US Patent No. 4,373,104*

Pustaka yang berupa HandBook:

Hovmand, S. (1995). Fluidized Bed Drying. In Mujumdar, A.S. (Ed.) *Handbook of Industrial Drying* (pp.195-248). 2nd Ed. New York: Marcel Dekker.

Website

United Arab Emirates architecture. (n.d.). Retrieved June 17, 2010, from UAE Interact website: <http://www.uaeinteract.com/>

Dokumen Pemerintah

Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. (1978). *Pedoman Penulisan Laporan Penelitian*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

MEDIC NUTRICIA

Jurnal Ilmu Kesehatan

ISSN : 3025-8855

2023, Vol. 1, No.5

21-30

Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644

Dokumen Pemerintah yang diterbitkan oleh penerbit dan tanpa lembaga

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional. 1990. Jakarta: PT Armas Duta Jaya.

Tulisan/ berita dalam koran (tanpa nama penulis)

Jawa Pos. 22 April, 1995. Wanita Kelas Bawah Lebih Mandiri, hlm.3.