

EDUKASI KEPADA SISWI SMK PELITA ALAM TERKAIT MENGENAL STRUKTUR DAN SISTEM REPRODUKSI PADA WANITA SERTA PENTINGNYA MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI

Herty Nur Tanty*, Vidia Arlaini Anwar, Farida Tuahuns
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan IKIFA

*Email: hertynurtanty@ikifa.ac.id

ABSTRAK

Pengetahuan remaja putri terkait kesehatan reproduksi cenderung masih kurang dimana hal ini mengindikasikan mereka belum mengenal dan memahami pentingnya kesehatan reproduksi. Ketidapahaman terkait sistem reproduksi menyebabkan remaja putri menjadi tidak *aware* dengan tubuhnya sendiri dan belum mengetahui bagaimana merawatnya. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi kepada siswi SMK Pelita Alam terkait pengenalan sistem reproduksi dan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi melalui ceramah dan diskusi interaktif. Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada 21 Mei 2024 yang dihadiri oleh 23 siswi kelas XI dan XII. Ada tidaknya peningkatan pengetahuan responden diukur menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Hasil pengolahan data menunjukkan adanya peningkatan skor posttest dibandingkan pretest. Selain itu selama kegiatan diskusi interaktif terlihat responden aktif dalam bertanya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian ini cukup berhasil berdasarkan tujuan awal.

Kata Kunci: reproduksi, kuesioner, *pre-test*, *post-test*

ABSTRACT

Adolescent girls' knowledge regarding reproductive health tends to be lacking, indicating that they do not know and understand the importance of reproductive health. Lack of understanding regarding the reproductive system causes young women to be unaware of their own bodies and not know how to care for them. The aim of this service activity is to provide education to Pelita Alam Vocational School students regarding the introduction of the reproductive system and the importance of maintaining reproductive health through interactive lectures and discussions. This service activity was carried out on May 21, 2024, and was attended by 23 class XI and XII female students. The increase in respondents' knowledge was measured using pretest and posttest questionnaires. The results of data processing show an increase in posttest scores compared to the pretest. Additionally, during interactive discussion activities, respondents were seen to be active in asking questions. It can be concluded that this service activity was quite successful based on the initial objectives.

Keywords: reproduction, questionnaire, *pre-test*, *post-test*

PENDAHULUAN

Organ reproduksi merupakan suatu bagian terpenting dalam tubuh manusia yang memiliki peran besar dan tidak dapat digantikan dengan organ lainnya (Fitri, 2017). Kesehatan reproduksi secara umum menunjuk pada kondisi kesejahteraan fisik, mental, dan sosial secara utuh dalam segala hal yang berkaitan dengan sistem, fungsi dan proses reproduksi (Imron, 2012). Menstruasi merupakan pertanda masa reproduktif pada kehidupan seorang perempuan, yang dimulai dari *menarche* (haid pertama) sampai terjadinya menopause (berhentinya masa haid karena usia tua) (Fitria, 2016). Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim terbuka dan mudah terkena infeksi, oleh karena itu kebersihan kesehatan alat kelamin harus dijaga dengan baik karena kuman dan bakteri dapat dengan mudah masuk ke dalam tubuh melalui pembuluh darah yang terbuka sehingga dapat menyebabkan penyakit pada saluran reproduksi (Ani et al., 2022).

Kewajiban menjaga kesehatan dan kebersihan terkait menstruasi sering diabaikan. Faktor yang menyebabkannya antara lain karena ketidaktahuan atau karena kurangnya perhatian dalam mengikuti apa yang seharusnya dilakukan. Selain itu, dukungan fasilitas yang memadai sangat penting, terutama di tempat-tempat umum seperti sekolah, masjid, tempat wisata, rumah sakit, stasiun, pasar dan lainnya (Sinaga et.al., 2017). Ketidacukupan air, fasilitas sanitasi dan kebersihan di sekolah juga masalah bagi perempuan yang sedang menstruasi. Selain ketidacukupan air untuk mencuci, toilet yang kecil dan tidak bersih serta kurangnya privasi menyebabkan perempuan enggan untuk mengganti pembalut atau membersihkan dirinya di toilet umum. Akibatnya perempuan yang sedang menstruasi terpaksa mengganti pembalut di rumah dan hal ini menyebabkan mereka harus menggunakan pembalut tersebut lebih dari 8 jam. Hal ini tentu saja dapat membuat masalah kesehatan diantaranya alat kelamin iritasi dan gatal bahkan sampai infeksi alat reproduksi atau infeksi saluran kemih (Ani et al., 2022).

Berdasarkan penelitian tentang hubungan antara pengetahuan dengan sikap dalam melakukan perawatan alat kelamin (*vulva hygiene*) saat menstruasi pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 09 Pontianak penyebab utama terjadinya

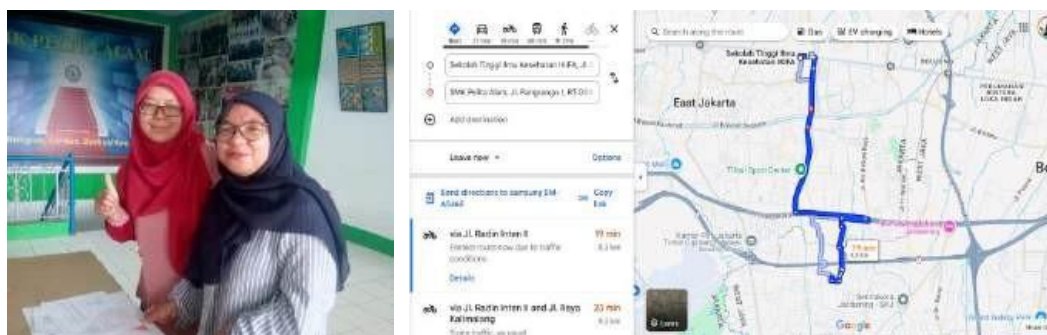
infeksi saluran reproduksi yaitu imunitas yang lemah (20%), *hygiene* menstruasi yang kurang (30%) dan penggunaan pembalut yang tidak sehat saat menstruasi (50%) (Alexander, 2020). Penelitian lain tentang gambaran *personal hygiene* saat menstruasi pada anak SMA Kesuma Indah Padang Sidempuan mengatakan kurangnya keterampilan menjaga kebersihan saat menstruasi mengakibatkan sebesar 88,1% remaja putri pernah mengalami keputihan dengan frekuensi kejadian 61% “sering”. Sebanyak 42,9% remaja putri melakukan pelaksanaan yang buruk mengenai *personal hygiene* saat menstruasi (Sitorus, 2021). Berdasarkan penelitian terdahulu tentang *personal hygiene* selama menstruasi pada remaja putri didapatkan hasil sebanyak 25,7% berperilaku *hygiene* baik dan 51,4% berperilaku cukup dalam *personal hygiene* (Hidayati, 2021). Hasil penelitian tentang tingkat pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMA Terpadu Al Mansyur didapatkan hasil yang berpengetahuan baik sebanyak 7 siswi (23,3%), berpengetahuan cukup 2 siswi (66,67%), dan yang berpengetahuan kurang 3 siswi (10%) (Taufiroh, 2016).

Masih kurangnya pengetahuan remaja putri terkait *personal hygiene* terutama saat menstruasi menunjukkan bahwa mereka masih belum memahami sistem reproduksi secara menyeluruh serta pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Hasil penelitian di SMAN 3 Manado menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja (Bawental et al., 2019). Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan reproduksi diantaranya adalah memastikan area intim bersih dan kering setelah buang air kecil; mengonsumsi makanan bergizi seimbang; melakukan praktik hubungan intim yang aman; serta menerapkan pola hidup sehat (Afriani, 2024). Penerapan pola hidup sehat berupa mengonsumsi makanan yang bergizi serta olahraga yang teratur dapat mengurangi potensi terjadinya dismenorea, dimana kejadian dismenorea merupakan salah satu kejadian yang umum dan sering dialami oleh remaja putri. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian pada mahasiswa S1 Kebidanan yang menunjukkan adanya hubungan aktivitas fisik dengan kejadian dismenorea (Putri & Daryanti, 2023).

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Vinka Delyana tahun 2023 di SMK Pelita Alam Kota Bekasi menemukan hasil bahwa pengetahuan siswi SMK Pelita Alam Kota Bekasi dalam kategori baik 29 siswi responden (28,43%), cukup 66 responden (64,71%) dan kurang 7 responden (6,86%). Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah pengetahuan siswi SMK Pelita Alam Kota Bekasi tentang dismenorea berada pada kategori cukup (64,71%) (Delyana, 2023). Berdasarkan literature review dan penelitian terdahulu di SMK Pelita Alam, maka tim dosen STIKes IKIFA ingin mengadakan kegiatan pengabdian di SMK Pelita Alam terkait pentingnya menjaga kesehatan reproduksi terutama saat menstruasi guna adanya peningkatan pemahaman responden terkait sistem reproduksi mereka.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada Selasa, 21 Mei 2024 di SMK Pelita Alam pukul 09.00-11.00 WIB melalui ceramah dan diskusi interaktif. Ada tidaknya peningkatan pengetahuan responden dapat diukur melalui peningkatan pemahaman sebelum dan sesudah penyuluhan berdasarkan data dari kuesioner pre-test dan post- test. Sebelum pelaksanaan kegiatan pengabdian perwakilan tim dosen telah berdiskusi dengan mitra terkait latar belakang pelaksanaan kegiatan pengabdian serta tema yang akan disampaikan. Gambar 1 menampilkan dokumentasi diskusi perwakilan dosen dan mitra serta denah lokasi pelaksanaan kegiatan PKM.



Gambar 1. Pertemuan perwakilan dosen dengan pihak SMK Pelita Alam serta denah Lokasi dari STIKES IKIFA ke SMK Pelita Alam.

HASIL

Responden dalam kegiatan PkM terdiri atas siswi-siswi kelas X dan XI dengan sebaran usia 16-18 tahun sebanyak 23 responden. Sebaran usia responden yaitu, 4 responden berumur 16 tahun (17%), 11 responden berumur 17 tahun (48%), 8 responden berumur 18 tahun (35%) dan seluruh responden pernah mengalami nyeri haid saat menstruasi. Semua responden menyatakan bahwa mereka pernah mengalami dismenorea dengan kadar dan penanganan yang berbeda-beda. Acara dimulai dengan pemberian materi oleh Kepala Sekolah SMK Pelita Alam sebagai perwakilan dari SMK Pelita Alam dan oleh Bapak Charles sebagai perwakilan dari STIKes IKIFA yang ditampilkan pada gambar 2.



Gambar 2. Sambutan oleh perwakilan SMK Pelita Alam dan STIKES IKIFA

Terdapat dua sesi penyampaian materi dalam kegiatan PKM yaitu penyampaian materi terkait struktur dan system reproduksi wanita, serta tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi wanita terutama saat menstruasi. Dokumentasi saat pemaparan dan materi kegiatan PkM ditampilkan pada gambar 3.





Gambar 3. Dokumentasi pemaparan materi dan materi pada saat kegiatan PKM

Hasil jawaban benar kuesioner responden *pre-test* dan *post-test* ditampilkan pada table di bawah ini.

No	Indikator Pertanyaan	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1.	Kulit menjadi semakin halus adalah salah satu tanda pubertas pada wanita	27,27%	100%
2.	Siklus normal menstruasi adalah kurang dari 20 hari	40, 90%	63,63%
3.	Amenorrhea adalah kondisi haid yang terjadi setiap bulan	50%	22,72%
4.	Kanker payudara merupakan penyakit tidak menular	77,27%	68,18%
5.	SADARI adalah cara deteksi gejala kanker payudara	72,72%	100%

Setelah penyampaian materi kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dengan responden. Saat sesi diskusi responden terlihat aktif dalam berdiskusi. Beberapa pertanyaan yang ditanyakan oleh responden diantaranya adalah cara yang dilakukan untuk mengurangi nyeri saat haid dan apakah boleh mengonsumsi obat kimiawi untuk mengurangi nyeri haid. Semua pertanyaan responden kemudian dijawab oleh tim dosen berdasarkan teori yang ada. Kepada beberapa responden yang aktif bertanya diberikan apresiasi berupa voucher e-wallet. Setelah itu dilakukan foto bersama dengan semua responden dan panitia kegiatan PkM.



Gambar 4. Dokumentasi bersama responden dan panitia PKM

KESIMPULAN

Selama kegiatan berlangsung, responden terlihat aktif dalam berdiskusi terkait system reproduksi dan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi terutama saat menstruasi, sehingga dapat dikatakan bahwa kegiatan PKM berhasil sesuai dengan tujuan awal. Selain itu berdasarkan hasil dari kuesioner *pre-test* dan *post-test* terdapat peningkatan pengetahuan responden setelah dilakukan penyuluhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden dan pihak civitas akademik SMK Pelita Alam atas bantuan dan kerja dalam pelaksanaan kegiatan PkM. Serta untuk STIKES IKIFA atas pendanaan dalam pelaksanaan kegiatan PkM.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, D. Kesehatan Reproduksi: Dismenorea (Nyeri Haid). Pekalongan: NEM. 2024. h 33-34
- Alexander, Y. Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Dalam Melakukan Perawatan Alat Kelamin (Vulva Hygiene) saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri 09 Pontianak Tahun 2019. Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak. 2019. h 446
- Ani, M., Aji, S.P., Sari, I.N., Syarif, S.I.P. Manajemen Kesehatan Menstruasi. Padang: Global Eksekutif Teknologi. 2022. h 6,36-38

- Bawental, N.R., Korompis, G.E.C., Maramis, F.R.R. 2019. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Pada Peserta Didik Di Sma Negeri 3 Manado. Jurnal KESMAS, 8 (7): h 344-351
- Fitri, I. Lebih Dekat Dengan Sistem Reproduksi Wanita. Yogyakarta: Gosyen Publishing. 2017
- Fitria, A. Panduan Lengkap Kesehatan Wanita. Kalimantan Barat: Derwati Press. 2017. h 2
- Hidayati, Y.N. Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Remaja Putri Dengan Media Booklet. Universitas 'Aisyiyah Surakarta. 2021. h 3.
- Imron, A. Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media. 2018. h 40
- Putri, T.S., Daryanti, M.S. Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian dismenorea pada mahasiswi S1 kebidanan. Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat. LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, 1: h 346-353
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, S.N., Salamah, U., Murti, Y.A., Trisnamiati, A., Lorita, S. Manajemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta: Universitas Nasional: Global One. 2017.
- Sitorus, R.Y. Gambaran Personal Hygiene saat Menstruasi Pada Anak SMA Kesuma Indah Padang Sidimpuan. STIKes Santa Elisabeth Medan. 2021. h 3
- Taufiroh, F. Gambaran Pengetahuan Remaja Madya (13 -15 Tahun) Kelas vii dan vii tentang Personal Hygiene saat Menstruasi di SMA 29 Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia. 2016. h 3
- Vina Delyaana. Gambaran Pengetahuan Tentang Dismenoria Pada Siswi SMK Pelita Alam Kota Bekasi Bulan Mei 2023. KTI STIKes IKIFA. 2023