

Peningkatan Kesadaran Remaja tentang Kebersihan Diri dan Cerdas Bereproduksi Melalui Pendidikan Kesehatan dan Pemberian Tablet Tambah Darah di Desa Ngayub Kabupaten Maluku Tenggara

Increasing Adolescents' Awareness of Personal Hygiene and Reproduce Smart Through Health Education and Providing Iron Tablets in Ngayub Village, Southeast Maluku Regency

Agnes Batmomolin ^{1*}, Jonathan Kelabora ¹

¹ Program Studi Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

* agnesbat4@gmail.com

ABSTRAK

Menstruasi remaja putri setiap bulan menyebabkan mereka berisiko anemi. Perkembangan teknologi informasi dan pergaulan bebas remaja menyebabkan masalah antara lain kehamilan remaja. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini untuk membangun kesadaran remaja bereproduksi secara cerdas dan bertanggungjawab di Posyandu Remaja Desa Ngayub, Kecamatan Kei Kecil, Kabupaten Maluku Tenggara. Metode yang digunakan adalah *brain storming* untuk memastikan kebutuhan pendidikan kesehatan remaja, diskusi kelompok didampingi tim pengabdian dan pendidikan kesehatan untuk menegaskan hal-hal penting berhubungan dengan kesehatan reproduksi remaja. Pelaksanaannya berjalan lancar, diikuti oleh 65% remaja, meningkat 15 % dari kegiatan posyandu remaja sebelumnya. Semua peserta terlibat dan aktif, menikmati kebersamaan dan mengikuti seluruh kegiatan sampai selesai. Rencana tindak lanjut bersama petugas puskesmas Ngilngof yakni pembentukan konselor sebaya dan edukasi kesehatan secara berkala sesuai kebutuhan remaja agar remaja tetap gembira, semangat belajar untuk meraih cita-cita, dan memelihara hubungan yang harmonis dengan orangtua

Kata kunci — reproduksi, remaja, tablet tambah darah

ABSTRACT

Menstruation every month for young women causes them to be at risk of anemia. The development of information technology and adolescent promiscuity causes problems including teenage pregnancy. The purpose of this community service is to build youth awareness of reproducing smartly and responsibly at the Youth Posyandu in Ngayub Village, Kei Kecil District, Southeast Maluku Regency. The method used is brain storming to ascertain the needs of adolescent health education, group discussions accompanied by a service team and health education to emphasize important matters related to adolescent reproductive health. The implementation went smoothly, followed by 65% of youth, an increase of 15% from the previous youth Posyandu activities. All participants are involved and active, enjoying togetherness and participating in all activities until they are finished. The follow-up plan with the Ngilngof health center staff is to form peer counselors and periodically provide health education according to the needs of adolescents so that adolescents remain happy, eager to learn to achieve their goals, and maintain a harmonious relationship with parents.

Keywords — reproduction, adolescents, iron tablets



© 2023. Agnes Batmomolin, Jonathan Kelabora



Creative Commons
Attribution 4.0 International License

1. Pendahuluan

Remaja menurut WHO adalah seseorang yang berusia 10-19 tahun. Data UNICEF menyebutkan bahwa jumlah kelompok umur remaja kurang lebih 46 juta jiwa atau 17% dari jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2021 [1]. Masa remaja ditandai pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Masa ini merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, dapat menjadi masa yang menyenangkan, menantang sekaligus masa penuh gejolak akibat perubahan fisiologis pada sistem tubuh terutama sistem reproduksi dan sistem endokrin untuk memulai fungsi reproduksi. Salah satu ciri mulainya fungsi reproduksi adalah mimpi basah pada remaja putra dan menstruasi pada remaja putri. Kebersihan diri terutama organ reproduksi selama masa remaja perlu diperhatikan untuk memelihara kesehatan reproduksinya, juga untuk mencegah infeksi organ reproduksi maupun infeksi saluran kemih [2]; [3]. Menstruasi yang dialami remaja putri setiap bulan menyebabkan remaja putri berisiko mengalami anemia atau kurang darah. Selain itu ibu hamil yang berusia 15-24 lebih banyak yang mengalami anemia yakni 84,6%, dibandingkan dengan ibu hamil umur 25-34 tahun yang hanya 33,7% [4].

Perubahan fisiologis pada diri remaja ini biasanya diikuti dengan meningkatnya dorongan seksual, keingintahuan yang tinggi dan keinginan coba-coba para remaja. Teman sebaya dan kelompok remaja (group/geng) merupakan bagian penting dalam kehidupan remaja. Remaja lebih senang bergaul dan berbagi cerita dengan teman sebayanya dibandingkan dengan orangtua dan keluarga, meskipun teman sebaya tidak selalu memberi pengaruh positif terhadap perkembangan remaja termasuk dalam perilaku reproduksi remaja. Penelitian Mesra & Fauziah (2016) menyebutkan bahwa teman sebaya memberi pengaruh negatif 27,6 kali lebih besar terhadap perilaku seksual remaja sebayanya dibandingkan dengan pengaruh positif. Data Risesdas tahun 2018 menyatakan bahwa 58,8 % remaja (10-19 tahun) pernah hamil. Selain itu pengetahuan tentang kehamilan pada remaja cenderung kurang [6]. Hal ini perlu mendapat perhatian dari berbagai pihak. Masa penuh gejolak, keingintahuan dan coba-coba tersebut

perlu didukung dengan pendampingan dan pemberian informasi kesehatan yang tepat sehingga keingintahuan dan perilaku remaja remaja tersebut dapat diarahkan untuk kemajuan perkembangan remaja yang positif [5].

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi memberikan perubahan yang cepat sekaligus pergeseran yang hebat terhadap kehidupan remaja masa kini. Remaja cenderung mengikuti trend, mengadopsi gaya remaja yang mereka akses secara online, termasuk pergaulan bebas dengan perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab. Oleh karena itu para remaja perlu mendapat pendampingan dan penguatan agar masa remaja dapat dilalui secara bertanggung jawab, remaja juga dapat menggapai cita-citanya, dan dapat membangun keluarga yang bahagia pada masa dewasa [7].

Memelihara kesehatan reproduksi dan menghindari masalah yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi antara lain kehamilan remaja dan lain sebagainya dapat melibatkan remaja secara langsung. Langkah awal untuk dapat terlibat memelihara kesehatan reproduksinya yakni remaja perlu menyadari pentingnya memelihara kebersihan diri terutama kebersihan organ reproduksi dan bahaya kehamilan di usia remaja. Salah satu cara sederhana dan mudah yang dapat dilakukan oleh remaja untuk memelihara kesehatan reproduksinya yakni menjaga kebersihan diri terutama kebersihan organ reproduksi [8]. Hasil wawancara tim pengabdian dengan beberapa remaja di Desa Ngayub yang dipilih secara acak, para remaja, baik remaja putra maupun remaja putri belum mengetahui cara membersihkan daerah genitalia setelah buang air kecil. Para remaja juga belum mengetahui cara memelihara kesehatan organ reproduksi secara tepat. Kesadaran remaja dapat dibangun dan ditingkatkan antara lain dengan pendidikan kesehatan. Hanisyahputri et al., (2020) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan memberi pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku remaja terhadap kebersihan diri selama menstruasi. Edukasi atau pendidikan kesehatan secara tepat dan berkesinambungan tentang cara memelihara kesehatan organ reproduksi termasuk cara membersihkan organ reproduksi setelah buang air kecil dan selama menstruasi



dengan benar diharapkan dapat membangun kesadaran remaja [3] [9].

Desa Ngayub merupakan salah satu Desa di Kecamatan Manyeuw Kabupaten Maluku Tenggara yang memiliki 71 orang remaja dengan kategori remaja awa 34 orang, remaja pertengahan 24 orang dan remaja akhir 13 orang. Hasil wawancara dengan kader posyandu remaja, terjadi kehamilan remaja dalam 3 tahun terakhir sebanyak 3 orang, dua diantaranya terpaksa menikah di usia 16 dan 17 tahun karena hamil, sedangkan salah satu diantaranya saat ini sedang hamil di luar nikah. Kader menyampaikan juga bahwa ada kecenderungan remaja di desa Ngayub dalam menggunakan gadget sebagai sumber berbagai informasi termasuk reproduksi dan seksualitas dan terlibat dalam pergaulan yang kurang baik seperti membentuk kelompok remaja yang terkesan eksklusif, memaksakan kehendak kepada orangtua untuk memenuhi kebutuhan dan keinginan mereka. Menurut kader hal tersebut antara lain menjadi salah satu penyebab kehamilan remaja di Desa Ngayub. Kecenderungan remaja bergaul dengan teman sebayanya dan berselancar di dunia maya mencari berbagai informasi terutama tentang seksualitas dan reproduksi perlu mendapatkan dukungan yang seimbang agar pergaulan dan hasil berselancar tentang seksualitas tersebut dapat dikembangkan untuk memelihara kesehatan reproduksi dan cerdas bereproduksi.

Kehamilan di usia remaja memberikan konsekuensi ketidaksiapan fisik dan mental menjadi orang tua dan membentuk keluarga. Sesuai hasil kesepahaman dengan kader posyandu remaja, petugas puskesmas Ngilngof, perangkat Desa Ngayub, tim pengabdian melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan tema; peningkatan kesadaran remaja tentang kebersihan diri dan cerdas bereproduksi melalui pendidikan kesehatan dan pemberian tablet tambah darah kepada remaja putri.

Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan kesadaran remaja Desa Ngayub Kabupaten Maluku Tenggara tentang tentang kebersihan diri dan cerdas bereproduksi melalui pendidikan kesehatan dan pemberian tablet tambah darah.

2. Metodologi

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berbasis masyarakat dengan beberapa pendekatan sebagai berikut:

a. *Brain storming*

Brain storming pada awal pertemuan dengan remaja untuk mengidentifikasi kebutuhan informasi kesehatan remaja secara tepat serta tindak lanjut kegiatan kepada remaja oleh pihak Puskesmas dan Desa.

b. Diskusi kelompok

Setelah mengidentifikasi kebutuhan informasi kesehatan remaja berdasarkan hasil *brain storming*, remaja dikelompokkan sesuai kelompok umur, selanjutnya tim pengabdian memberikan pertanyaan penuntun diskusi kelompok.

c. Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan dilakukan setelah diskusi kelompok untuk menegaskan hal-hal prinsip tentang cerdas bereproduksi dan pentingnya minum tablet tambah darah.

Memberikan tablet tambah darah kepada remaja dan menganjurkannya minum sesuai ketentuan dan sampai tuntas.

3. Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menekankan atau membangun kesadaran remaja tentang kebersihan diri dan cerdas bereproduksi di Desa Ngayub, Kecamatan Manyeuw Kabupaten Maluku Tenggara dilakukan dengan tahapan kegiatan sebagai berikut:

a. Tahap persiapan

Mendahului kegiatan pengabdian, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan petugas Puskesmas Ngilngof dan kader Posyandu Remaja di Desa Ngayub serta perangkat desa Ngayub. Tujuan koordinasi bersama antara petugas puskesmas dan desa, termasuk kader yakni untuk persamaan persepsi tentang kebutuhan informasi kesehatan kepada remaja dan penguatan sikap positif remaja dalam bereproduksi. Tahapan koordinasi berlangsung dengan baik ditingkat puskesmas dan desa. Petugas Puskesmas Ngilngof, perangkat Desa



Ngayub dan kader kesehatan remaja Desa Ngayub bersepakat bersama tim pengabdian tentang kebutuhan informasi kesehatan remaja di Posyandu Remaja Desa Ngayub yakni informasi kesehatan reproduksi dan seksualitas serta bahaya kehamilan remaja.



Gambar 1. Foto koordinasi dengan Petugas Puskesmas Ngilngof



Gambar 2. Foto koordinasi dengan kader Posyandu Remaja



Gambar 3. Foto koordinasi dengan Kepala Desa & Tokoh Masyarakat

b. Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan di gedung Poskesdes Ngayub pada tanggal 1 Maret 2023 pukul 16.00-18.00 WIT. Pada saat pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, petugas puskesmas Ngilngof juga hadir bersama dengan tim pengabdian

di lokasi pengabdian dan terlibat bersama tim pengabdian. Petugas puskesmas memberikan tablet tambah darah (Fe) kepada remaja putri, dan menganjurkan mereka meminumnya sesuai aturan. Selain itu petugas puskesmas Ngilngof juga bersama tim pengabdian saat penyuluhan kesehatan dengan menguatkan atau menegaskan prinsip-prinsip memelihara kesehatan reproduksi kepada remaja. Pihak Desa diwakili oleh kader posyandu remaja Desa Ngayub

1) *Brain Storming*

Pelaksanaan kegiatan pengabdian didahului dengan *brain storming* bersama para remaja tentang organ reproduksi pria dan wanita, cara membersihkan organ reproduksi wanita. Sebagian remaja di Desa Ngayub telah mengetahui sebagian organ reproduksi pria dan wanita, mereka menyebutnya secara bersamaan, atau saling melengkapi pendapat teman remajanya, baik remaja awal maupun remaja pertengahan. Remaja mengatakan bahwa mereka mempelajarinya melalui mata pelajaran Biologi di sekolah dan melalui internet. Cara membersihkan organ reproduksi ditanggapi para remaja dengan mengatakan bahwa mereka membersihkan organ reproduksi dengan mandi dan cebok tanpa penjelasan lainnya, sedangkan bahaya kehamilan pada remaja, tidak ditanggapi.



Gambar 4. Foto brain storming

2) Diskusi kelompok

Hasil *brain storming* menjadi acuan bagi tim pengabdian menentukan pertanyaan penuntun untuk diskusi kelompok. Remaja dikelompokkan sesuai kelompok umur, yang terdiri dari 2 kelompok yakni kelompok remaja awal dan kelompok remaja pertengahan. Selanjutnya tim pengabdian memberikan 3 pertanyaan sebagai penuntun diskusi kelompok. Pertanyaan penuntun diskusi yakni:

- a) Bagaimana cara membersihkan daerah kemaluan (genitalia) setelah buang air kecil dan selama menstruasi?
- b) Mengapa kehamilan di masa remaja itu berbahaya?
- c) Mengapa remaja putri perlu minum tablet tambah darah?

Diskusi kelompok remaja didampingi oleh tim pengabdian. Diskusi kelompok berjalan dengan baik, Para remaja saling berbagi informasi melalui diskusi di antara mereka tentang cara membersihkan daerah kemaluan setelah buang air kecil dan selama menstruasi, bahaya kehamilan remaja dan pentingnya minum tablet tambah darah



Gambar 5. Foto diskusi kelompok

3) Pendidikan Kesehatan

Pendidikan Kesehatan dilakukan setelah diskusi kelompok. Penyuluhan kesehatan dimaksudkan untuk menegaskan hal-hal prinsip tentang kesehatan reproduksi dan menjadi remaja yang cerdas bereproduksi. Hal-hal prinsip yang ditegaskan kepada remaja melalui penyuluhan kesehatan tersebut antara lain: cara membersihkan alat reproduksi pria setelah buang air kecil, cara membersihkan alat reproduksi wanita setelah buang air kecil, terutama saat menstruasi, cara bergaul yang sehat dengan teman sebaya, bahaya kehamilan remaja, serta pentingnya minum tablet tambah darah bagi remaja putri



Gambar 6. Foto Pendidikan Kesehatan

c. Tahap Evaluasi dan Rencana Tindak Lanjut

Jumlah remaja yang hadir mengikuti penyuluhan kesehatan 46 orang (65%), meningkat 15% dibandingkan dengan kegiatan posyandu bulan-bulan sebelumnya yang rata-rata (40%). Remaja/peserta kegiatan ini terlibat aktif dan sangat menikmati interaksi selama *brainstorming* dan diskusi kelompok, mengajukan pertanyaan dan seluruh peserta mengikuti kegiatan sampai selesai. Hasil kegiatan tim pengabdian bersama petugas Puskesmas Ngilngof diserahkan kepada petugas puskesmas dan kader posyandu remaja. Rencana kegiatan selanjutnya adalah membentuk konselor sebaya bagi remaja di desa Ngayub yang akan dilaksanakan oleh petugas puskesmas Ngilngof bekerjasama dengan kader posyandu Desa Ngayub

4. Kesimpulan

Masa remaja yang penuh gejolak dan keingintahuan tentang perubahan fisik dan ketertarikan pada lawan jenis serta keinginan berkumpul dengan kelompoknya mendorong remaja berselancar menemukan informasi tentang seksualitas dan reproduksi remaja dari berbagai sumber. Informasi yang diperoleh remaja tersebut memerlukan konfirmasi dan validasi dari sumber terpercaya dengan metode yang sesuai dengan kebutuhan remaja, sehingga masa remaja dapat dijalani dengan gembira, kesempatan belajar untuk meraih cita-cita dapat ditekuni, serta hubungan remaja dan orangtua tetap harmonis guna meraih masa depan yang gemilang.

5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih dari penulis kepada berbagai pihak yang membantu penulisan,

terutama Kepala Puskesmas Ngilingof, Kepala Desa Ngayub dan tokoh masyarakatnya, serta kader Posyandu Remaja Desa Ngayub.

6. Daftar Pustaka

- [1] UNICEF, “Profil remaja 2021”, vol 917, no 2016, bll 1–2, 2021. <https://drive.google.com/file/d/10xXt0i7uUChBXdt19tisSIPivFMZ3t/view?usp=sharing>
- [2] J. R. L. Batubara, “Adolescent Development”, *Sari Pediatr.*, vol 12, no 1, bll 21–29, 2010. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- [3] Fitriwati C. I. and S. Arofah, “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebersihan Diri Selama Menstruasi pada Remaja Putri Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo”, *Cendekia Utama*, vol 10, no 2, bll 141–151, 2021. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.760>
- [4] Kementerian Kesehatan. Republik Indonesia, “Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf”. 2018. https://drive.google.com/file/d/11AS-RZYcz-gGU072ax78nuTKFVgZ3oJF/view?usp=share_link
- [5] Mesra E. and Fauziah, “Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku seksual remaja”, *J. Ilm. Bidan*, vol 1, no 2, 2016. <https://drive.google.com/file/d/1vdJeS1uVZ5sMznaCHAJol9Rjk-cweb/view?usp=sharing>
- [6] Dhafir F. and S. Agustin, “Pengetahuan Remaja Mengenai Kesehatan Reproduksi Di SMA Negeri 1 Dolo”. https://drive.google.com/file/d/1DIS0_9RN6STiBTbIppjfgxQmdSCQ3lnR/view?usp=share_link
- [7] Setiowati Dewi, “Efektivitas Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja di SMK Islam Wijaya Kusuma Jakarta Selatan”, *J. Keperawatan Soedirman*, vol 9, no 2, bll 86–93, 2014. https://drive.google.com/file/d/1Ab035t_uUmRaFhVSwNF82TIKuzOgCNno/view?usp=share_link
- [8] Naitul M., Susanto E., and N. N. M, “Pemahaman Siswa Mengenai Kesehatan Reproduksi di SMAN 1 Lengayang”, bll 240–247, 2021. <https://drive.google.com/file/d/1iMjAXzchGwSAnY3rnax7jJQfZ39Yvq8E/view?usp=sharing>
- [9] H. Nabila Amelia, S. Ramadany, M. Tamar, S. D. Prihartini, A. Dwi, en A. Sari, “Pengaruh

Penerapan Interprofessional Education Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Remaja Tentang Menstrual Hygiene Management”, *J. Ilm. Kebidanan*, vol 7, no 2, bll 154–171, 2020. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v7i2.655>

