

PENINGKATAN PENGETAHUAN “TANDUR MENE” PADA TENAGA PENGAJAR GUNA TERCIPTA SISWI YANG SEHAT DI SDN KOTA MOJOKERTO

Catur Prasastia Lukita Dewi

Universitas Bina Sehat PPNI, Mojokerto, Indonesia

Artikel info	ABSTRAK
Corresponding Author: Catur Prasastia Lukita Dewi humeyra.dewi@gmail.com Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto	Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan proses edukasi tentang aspek kognitif, emosional, fisik dan sosial dari kesehatan reproduksi yang memerlukan proses kemampuan life skill, yaitu kemampuan untuk beradaptasi dan perilaku positif yang diperlukan seseorang dalam mengatasi tantangan dan kebutuhan hidup sehari-hari secara efektif. Untuk dapat mencapai kondisi kesehatan reproduksi yang baik, maka penerapan pendidikan keterampilan hidup sehat (PKHS) sangatlah dibutuhkan. Keterampilan yang tercakup dalam PKHS adalah keterampilan sosial (empati, komunikasi efektif); keterampilan berfikir (berpikir kritis, berpikir kreatif, pengambilan keputusan); keterampilan emosional (mengatasi stres dan mengendalikan emosi). Tujuan dari pengabdian masyarakat ini memberikan Pendidikan kesehatan reproduksi remaja menjelang menarche pada tenaga pengajar di SDN Kota Mojokerto. Sampel dalam edukasi ini terdiri dari 45 guru. Hasil edukasi ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi pada tenaga pengajar. Keywords: Pendidikan Kesehatan Reproduksi, Menarche, tenaga pengajar This article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa yang begitu penting dalam kehidupan manusia, karena merupakan peralihan dari masa anak menuju dewasa dimana terjadi proses awal kematangan organ reproduksi pada manusia yang disebut masa pubertas (Aruni Salsabila, Dara Gustia Amsah, Nafisah Nadia, Nurainun Rahmadani Simanjuntak, Salsabila Azwita Nasution, Syahmara Qauli, 2024). Kesehatan yang paling banyak mengalami perubahan pada masa remaja adalah kesehatan reproduksi. Puncak dari masa pubertas adalah munculnya darah haid pertama kali yang disebut menarche (Arnita, 2021).

Banyak remaja yang mengalami kesulitan dalam menghadapi menstruasi pertamanya (menarche) apabila belum mendapatkan informasi yang tepat dari kelompok dukung sekitarnya salah satunya adalah guru (Afifah, 2022). Remaja awal tidak kunjung

mendapatkan pendidikan kesehatan reproduksi menjelang menarche maka akan menimbulkan resiko gangguan psikis akibat kurangnya pengetahuan. Oleh karena itu remaja harus dibekali dengan pengetahuan yang memadai tentang kesehatan reproduksi (Lestari et al., 2022).

Data demografi menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi besar dari penduduk dunia. Menurut WHO (2018) sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berumur 12-16 tahun mengalami perubahan usia menarche. Di Amerika Serikat, Sekitar 95% wanita remaja mempunyai tanda-tanda pubertas dengan menarche pada umur 12 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun yang diiringi dengan pertumbuhan fisik saat menarche (Ayu et al., 2015). Hasil Riskesdas (2018) menunjukan bahwa berdasarkan laporan responden yang sudah mengalami haid rata-rata usia menarche di Indonesia 13 tahun (20%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun. secara nasional rata-rata usia menarche 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia dan ada juga yang baru berusia 8 tahun sudah memulai siklus haid namun jumlah ini sedikit sekali (Siti Fatima Assehro, 2023).

Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan proses edukasi tentang aspek kognitif, emosional, fisik dan sosial dari kesehatan reproduksi yang memerlukan proses kemampuan life skill, yaitu kemampuan untuk beradaptasi dan perilaku positif yang diperlukan seseorang dalam mengatasi tantangan dan kebutuhan hidup sehari-hari secara efektif. Keterampilan yang dibutuhkan seperti yang dimaksudkan di atas termasuk dalam Keterampilan Hidup Sehat. Untuk dapat mencapai kondisi kesehatan reproduksi yang baik, maka penerapan pendidikan keterampilan hidup sehat (PKHS) sangatlah dibutuhkan. Keterampilan yang tercakup dalam PKHS adalah keterampilan sosial (empati, komunikasi efektif); keterampilan berfikir (berpikir kritis, berpikir kreatif, pengambilan keputusan); keterampilan emosional (mengatasi stres dan mengendalikan emosi) (Azizah Al Ashri Nainar, Naziah Dwi Amalia, 2024).

Tujuan dari Pendidikan kesehatan reproduksi diharapkan tidak hanya dapat meningkatkan pengetahuan yang berpengaruh terhadap sikap, namun lebih jauh lagi dapat menimbulkan motivasi untuk mempelajari lebih jauh tentang kesehatan seksual melalui metode pendidikan yang tepat (Tim Direktorat Sekolah Dasar, 2020). Selain itu, bila remaja tidak mendapatkan informasi yang cukup terkait perilaku seksual dari lingkungannya maka remaja umumnya berpaling ke sumber-sumber lain yang tidak akurat. Kelompok dukung memiliki peranan penting dalam memberikan informasi kesehatan reproduksi pada remaja yang menjelang menarche. Kelompok dukung yang dimaksud dalam hal ini adalah guru yang menjadi salah satu faktor penguat dalam mempengaruhi kesiapan remaja menghadapi menarche (Safitri, 2021).

Salah satu pihak yang mampu memberikan pendidikan kesehatan reproduksi kepada remaja secara tepat adalah sekolah. Sekolah sangatlah efektif untuk menyebarkan informasi, membentuk sikap dan mengembangkan keterampilan (Ali Yusuf Faisal & Rosaline Vicky Feby, 2020). Guru selaku fasilitator di sekolah harus mempersiapkan pengetahuan dan keterampilan menyampaikan materi Kesehatan Reproduksi Remaja Menjelang Menarche, agar dapat memfasilitasi proses belajar siswinya dengan baik. Guru perlu

mendapat pelatihan agar mampu memberikan pemahaman tentang kesehatan reproduksi kepada para siswi dengan tepat (Ali Yusuf Faisal & Rosaline Vicky Feby, 2020).

Dengan memiliki Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Menjelang Menarche yang baik diharapkan para guru mampu menginformasikan tentang kesehatan reproduksi sehingga dapat mencapai kondisi kesehatan reproduksi yang baik.

METODE

Dalam pengabdian ini melalui beberapa tahap mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan dan pelaporan, berikut tahapan yang dilakukan dalam pengabdian ini sebagai berikut:

Tahap Persiapan

1. Identifikasi pemilihan tempat pengabdian
2. Pengurusan ijin dan administrasi kegiatan
3. Rapat Koordinasi Pelaksanaan pengabdian dengan mitra (Tempat pengabdian)
4. Persamaan persepsi pelaksanaan kegiatan dengan mitra
5. Pembuatan video edukasi



Tahap Pelaksanaan

1. Penyampaian undangan dan sosialisasi kegiatan
2. Pre test
3. Proses Edukasi (Kegiatan Materi)
4. Post test



Tahap Pelaporan

1. Analisis data pelaksanaan kegiatan
2. Penyusunan laporan tertulis
3. Penyusunan artikel pengabdian
4. Penyusunan poster digital
5. Submission jurnal pengabdian

Pada koordinasi ini dibahas tentang permohonan ijin pada tempat terpilih yaitu SDN Wates 5 Kota Mojokerto, tempat penyuluhan dilaksanakan di Ruang Pertemuan. Sasaran pengabdian yaitu Seluruh tenaga pengajar sebanyak 45 peserta. Disini penulis memberikan informasi seputar edukasi yang akan diberikan, dan kesepakatan waktu pemberian edukasi.

Tim edukator berupaya untuk melakukan transfer informasi kepada seluruh pengajar SDN Wates 5 Kota Mojokerto. Secara garis besar informasi yang diberikan terdapat 4 poin utama yaitu:

- 1) Edukasi mekanisme pada remaja secara fisiologis.
- 2) Perubahan fisik dan psikologi pada remaja
- 3) Perubahan perilaku cara perawatan genetalia dan Hygiene.
- 4) Preventif terjadinya masalah pada kesehatan reproduksinya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Salah satu solusi efektif dalam meningkatkan derajat kesehatan reproduksi pada anak usia sekolah adalah dengan cara meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi melalui Pendidikan kesehatan pada tenaga pengajar. Di samping itu, dibutuhkan partisipasi orang tua dirumah juga memberikan kontribusi dalam meningkatkan derajat kesehatan reproduksi panak anak. Dalam pengabdian masyarakat ini akan dilakukan Edukasi tentang Pendidikan kesehatan reproduksi, dimana karakteristik audience adalah sebagai berikut:

Gambar 1. Narasumber memberikan edukasi



Tabel 1. Karakteristik responden (n = 45)

Characteristics of respondents	Respondents (n = 45)	
	f	%
Usia Guru		
20-35 tahun	13	24
36-50 tahun	27	36
51-65 tahun	5	40
Riwayat mengajar		
<5 Tahun	10	24
5-10 Tahun	15	36
>10 Tahun	20	40

Tabel 2. Perubahan pengetahuan responden (n = 45)

Pengetahuan	Sebelum edukasi		Setelah edukasi	
	F	%	F	%
Baik	0	0	42	93
Cukup	40	89	3	7
Kurang	5	11	0	0

DISCUSSION

Edukasi tentang Pendidikan kesehatan reproduksi dilakukan pada Oktober 2024 di SDN Wates 5 Kota Mojokerto. Penyampaian Pendidikan kesehatan melalui beberapa tahap, antara lain:

1. Tahap persiapan, yaitu persiapan tempat dilakukan oleh guru setempat dengan jumlah peserta 45 tenaga pengajar. Tahap persiapan penulis telah membuat media edukasi berupa video audiovisual yang menarik bagi tenaga pengajar serta menyiapkan konsumsi dan doorprize agar meningkatkan keaktifan audience dalam kegiatan penyuluhan.
2. Tahap pelaksanaan, yaitu kegiatan dilaksanakan pada bulan Oktober 2024. eedukasi dilakukan melalui penyuluhan melalui metode ceramah dan demontrasi serta media video audiovisual yang singkat dan menarik. Sebelum dilakukan pelaksanaan edukasi, educator mengeksplor pengetahuan pengajar mengenai kesehatan reproduksi. Isi materi meliputi definisi dari pubertas dan menarche, adaptasi fisik dan psikologis, cara perawatan kesehatan reproduksi, serta masalah kesehatan reproduksi yang mungkin muncul.
3. Tahap Evaluasi yaitu dengan mengevaluasi jangka pendek dengan menilai respon audience dan untuk memberikan hadiah bagi guru yang aktif , sedangkan evaluasi jangka panjang dengan terdapatnya program sekolah dalam edukasi bagi siswa menjelang menarche oleh guru walikelas dan guru Bimbingan konseling. Melalui pendidikan kesehatan reproduksi, siswi akan mendapatkan informasi yang benar mengenai kesehatan reproduksinya. Dalam pendidikan kesehatan bagi siswi fase remaja awal perlu dilakukan pemilihan metode dan media yang tepat. Hal ini dimaksudkan agar siswi dapat menyerap materi yang diberikan dalam pendidikan kesehatan secara maksimal. Pada penelitian ini pendidikan kesehatan diberikan dengan metode tatap muka yang dipadukan dengan media video yang menarik dan bahasa yang mudah dipahami. Peningkatan pengetahuan tersebut disebabkan oleh adanya proses pembelajaran yang dilakukan responden dan terjadi karena adanya peningkatan kepekaan atau kesiapan subjek terhadap tes yang diberikan kepada responden. Pengetahuan merupakan hasil mengetahui yang terjadi setelah manusia merasakan suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui indera penglihatan, pendengaran, penciuman dan peraba (Utami & Fidora, 2021). Pendidikan kesehatan reproduksi pada usia anak sangat penting diberikan, karena usia ini merupakan masa emas untuk membentuk pribadi yang kuat andasan mengenai kesehatan reproduksi untuk mempersiapkan masa transisi pada masa remaja untuk mengambil keputusan yang bijaksana dalam hidup (Sutjiato, 2022).

SIMPULAN

Hasil dari hasil pelaksanaan pengabdian tentang edukasi Pendidikan kesehatan reproduksi pada anak usia sekolah yang diberikan kepada tenaga pengajar sangatlah dibutuhkan guna meningkatkan derajat kesehatan reproduksi anak didiknya, informasi tentang proses menstruasi dan kesehatan selama menstruasi, kebutuhan informasi yang diperlukan adalah seputar pengetahuan tentang menstruasi dan menarche, perubahan fisik dan psikologis menjelang pubertas, masalah Kesehatan akibat kurang hygiene pada vulva, serta cara perawatan vulva saat pubertas.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N. (2022). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi pada Remaja Terhadap Tingkat Pengetahuan Seksual di Desa Wonopluhbon*. 1–10. <http://journal.uwhs.ac.id/index.php/jners/article/view/551/501>
- Ali Yusuf Faisal, & Rosaline Vicky Feby. (2020). Peran Sekolah Dalam Mencegah Penyalahgunaan Konten Pornografi Melalui Pendidikan Seks. *Mores; Jurnal Pendidikan Hukum, Politik, Dan Kewarganegaraan*, 2(2), 111–122. <http://mores.stkipasundan.ac.id/index.php>
- Arnita, R. H. A. S. S. S. Y. (2021). Gambaran Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, V(2), 160–166. <https://jim.usk.ac.id/FKep/article/view/18662/8613>
- Aruni Salsabila, Dara Gustia Amsah, Nafisah Nadia, Nurainun Rahmadani Simanjuntak, Salsabila Azwita Nasution, Syahmara Qauli, R. L. (2024). Periodisasi remaja dan ciri khasnya: Pubertas. Remaja Awal dan Remaja Akhir. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 7(5), 161–168. <https://ojs.co.id/1/index.php/jip/article/view/1267/1520>
- Ayu, G., Rosilawati, K., Keperawatan, J., & Kesehatan, P. (2015). Pendidikan kesehatan reproduksi terhadap respon psikologis remaja saat menarche. *Jurnal Gema Keperawatan*, 8(1), 7–15.
- Azizah Al Ashri Nainar, Naziah Dwi Amalia, L. K. (2024). Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi menarche pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 7(1), 64–77.
- Lestari, F. D., Azzahroh, P., & Suciawati, A. (2022). Analisa Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar di SDN Tambilung Kabupaten Bogor Tahun 2021 Analysis Of Readiness For Menarche Among Elementary School Students At SDN Tambilung Bogor Regency In 2021. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 171–184. <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjS35Kd7eyGAxVfzgzGHdb5ATsQFnoECBYQAQ&url=https%3A%2F%2Fakbid-dharmahusada-kediri.e-journal.id%2FJKDH%2Farticle%2Fdownload%2F210%2F172%2F&usg=AOvVaw3UKehGmlkIs1BDIdw2o>
- Safitri, T. (2021). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dan Seksual Yang Komprehensif Membentuk Remaja Berkualitas. *CENDEKIA : Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 1(1), 60–68. <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&u>

act=8&ved=2ahUKEwiTtPaA9OyGAxUf4zgGHcz3Dp0QFnoECBwQAQ&url=https%3A%2F%2Fjurnalp4i.com%2Findex.php%2Fcendekia%2Farticle%2Fview%2F68&usg=AOvVaw3SKLg7hFfYx8RcdAzAK9Nw&opi=89978449

Siti Fatima Assehro, N. M. (2023). The Relationship between Knowledge about Menstruation and Readiness to Face Menarche in Grade 5 Female Students at Muhammadiyah Elementary School Wirobrajan 3 Yogyakarta. *Menara Journal of Health Science*, 2(4), 527–536. <https://jurnal.iakmikudus.org/article/view/120/90>