

# PENGARUH PENYULUHAN TENTANG KESEHATAN TERHADAP SIKAP REMAJA DALAM MERAWAT ORGAN REPRODUKSI

**Sholaikhah Sulistyoningtyas**

Program Studi D IV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta  
Tyaslauzah11@gmail.com

## ABSTRAK

**Latar Belakang** : Masa remaja (usia 11 - 20 tahun) adalah masa yang khusus dan penting, karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia. Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan khusus. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang kesehatan terhadap sikap merawat organ reproduksi pada remaja putri.

**Tujuan** Mengetahui pengaruh penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terhadap sikap merawat organ reproduksi pada remaja putri.

**Metode Penelitian** Jenis penelitian ini merupakan eksperimen semu (Quasi Eksperimen) dengan rancangan post test control group design. Populasi dalam penelitian adalah remaja putri kelas X SMAN Kerjo Karangnyar sejumlah 60 remaja putri, dimana kelompok perlakuan 30 remaja putri dan kelompok kontrol 30 diambil dengan tehnik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisis menggunakan uji beda t-test.

**Hasil** Berdasarkan sampel yang telah diteliti 60 responden yang dibagi menjadi kelompok penyuluhan dan kelompok control terdapat nilai uji pada  $P > 0,5$

**Simpulan dan Saran** terdapat pengaruh penyuluhan tentang kesehatan terhadap sikap merawat organ reproduksi pada remaja putri. Dan diharapkan remaja-remaja tersebut dapat lebih memperbaiki sikap dalam merawat organ reproduksinya.

**Kata Kunci** : Penyuluhan kesehatan reproduksi, Sikap Remaja

## PENDAHULUAN

Masa remaja (usia 11 – 20 tahun) adalah masa yang khusus dan penting, karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia. Masa remaja disebut juga masa pubertas, kesehatan masa remaja adalah Definisi kesehatan reproduksi yaitu suatu keadaan sejahtera 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.

Definisi ini sejalan dengan yang ada di Undang-Undang Kesehatan Nomor 36/2009, Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik mental dan sosial secara utuh tidak semata-mata bebas dari penyakit dan kecacatan yang berkaitan dengan sistem reproduksi pada laki-laki dan perempuan. Yang dimaksud dengan kesehatan reproduksi disini adalah sehat saat hamil, melahirkan dan setelah melahirkan, pengaturan kehamilan, alat kontrasepsi dan kesehatan seksual serta sistem reproduksi.

Pengertian dari kesehatan reproduksi remaja adalah suatu kondisi sehat yang

menyangkut sistem fungsi dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Pengertian sehat disini tidak hanya bebas dari penyakit atau bebas dari kecacatan namun sehat secara mental serta sosial (BKKBN, 2007)

faktor yang mempengaruhi Kesehatan Reproduksi Remaja

- 1) Masalah gizi, yang meliputi anemia dan kurang energi kronik, pertumbuhan yang terhambat pada remaja putri yang dapat mengakibatkan kesempitan panggul.
- 2) Masalah pendidikan, meliputi buta huruf dan pendidikan rendah dapat mengakibatkan remaja kurang mampu memenuhi kebutuhan fisik dasar ketika berkeluarga dan akan berpengaruh buruk terhadap derajat kesehatan diri dan keluarga.
- 3) Masalah lingkungan dan pekerjaan, lingkungan dan suasana kerja yang kurang memperhatikan kesehatan remaja, lingkungan sosial yang

kutang sehat dapat menghambat dan merusak kesehatan fisik mental dan emosional remaja.

4) Masalah seks dan seksualitas : pengetahuan yang tidak lengkap dan tepat tentang masalah seksualitas, kurangnya bimbingan untuk bersikap positif dalam hal yang terkait dengan seksualitas penyalahgunaan dan ketergantungan narkoba, yang mengarah kepada penularan HIV/AIDS melalui jarum suntik dan seks bebas

5) Masalah kesehatan reproduksi : ketidakmatangan secara fisik dan mental resiko komplikasi dan kematian ibu dan bayi besar, kehilangan kesempatan untuk pengembangan diri remaja, resiko bertambah untuk melakukan hal yang tidak tepat.

(Depkes, 2007) merupakan masa transisi yang unik ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis. Remaja berada dalam situasi yang sangat peka terhadap pengaruh nilai baru, terutama bagi mereka yang tidak mempunyai daya tangkal. Mereka cenderung lebih mudah melakukan penyesuaian dengan arus globalisasi dan arus informasi yang bebas yang dapat

menyebabkan terjadinya perubahan perilaku menyimpang karena adaptasi terhadap nilai-nilai yang datang dari luar (Anurogo, 2008). arus informasi bisa berasal dari orang tua, penyuluhan media massa dan sosial.

Penyuluhan Menurut Septalia (2010), penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan atau menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Penyuluhan dalam bidang kesehatan biasanya dilakukan dengan cara promosi atau pendidikan kesehatan.

Penyuluhan yang diberikan pada masa remaja menurut Uripni (2003) bertujuan memberikan pemahaman dan upaya penyesuaian diri terhadap perubahan fisik dan emosi yang terjadi pada usia remaja. Pelaksanaan penyuluhan pada remaja menggunakan pendekatan kelompok

Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan khusus. Pengetahuan dan perawatan yang baik

merupakan faktor penentu dalam memelihara kesehatan reproduksi.

Perawatan organ reproduksi eksterna adalah sebagai berikut: Menjaga kebersihan diri dan kebersihan dalam hubungan seksual. Ini dilakukan untuk mencegah infeksi atau masuknya kuman melalui saluran reproduksi, infeksi sering menjadi penyebab kemandulan. Untuk hubungan seksual, sangat tidak dianjurkan bagi anda untuk berganti-ganti pasangan karena hanya akan menambah kemungkinan terjadinya infeksi (Dita Andira, 2010, p. 22)

Lakukan pencegahan khusus. Tujuan melakukan pencegahan khusus adalah untuk menemukan atau mendeteksi beberapa kelainan. Tindakan ini juga bermanfaat untuk menekan biaya pengobatan bila terjadi infeksi, kemandulan, atau biaya operasi atau kemoterapi jika terjadi kanker. Hal ini dikarenakan beberapa penyakit saluran reproduksi tidak dapat di hindarinya dengan memelihara kebersihan saja. Meskipun demikian, kemajuan teknologi dalam bidang kedokteran telah memungkinkan penyembuhan (bahkan beberapa diantaranya sampai tuntas), asal penyakit segera di tangani (Dita Andira, 2010, p. 22)

Jaga daerah dan selakangan agar tetap kering. Suasana yang lembab akan menarik datangnya jamur yang dapat menimbulkan gangguan pada sistem reproduksi anda. Terlebih lagi, jika anda tergolong tergelong tergelong wanita dengan berat badan berlebih, maka anda harus benar-benar menjaga agar daerah tersebut tetap dalam keadaan kering

Pencucian vagina. Jaga vagina anda agar tetap bersih. Lakukan pencucian dengan air bersih secukupnya. Pencucian dengan larutan khusus hanya di perlukan jika ada infeksi di daerah kemaluan. Lakukan pencucian terutama setelah buang air kecil maupun besar dengan air dan sabun. Siram bagian kewanitaan anda dari arah depan kebelakang, bukan sebaliknya. Ini dilakukan untuk mencegah masuknya kuman dari dubur ke arah vagina

Jaga kebersihan pakaian dalam. Sebaiknya anda menggantinya pakaian dalam anda minimal dua kali dalam sehari. Selain itu, pilih pakaian dalam dari bahan yang dapat dengan mudah menyerap keringat (katun). Hal tersebut dapat mencegah menempelnya jamur pada alat kelamin. Hindari tukar-menukar pakaian dalam dengan orang lain meskipun dengan anggota keluarga

anda. Ini disebabkan setiap orang memiliki kondisi kelamin yang berbeda-beda.

Lakukan perawatan terhadap rambut yang tumbuh pada alat kelamin. Hindari kebersihan rambut yang tumbuh di daerah kemaluan dengan cara mencabut karena akan menimbulkan lubang bekas bulu kemaluan tersebut. Lubang tersebut bisa menjadi jalan masuk bakteri, kuman, dan jamur selanjutnya dapat menyebabkan iritasi dan penyakit kulit. Untuk perawatan rambut tersebut, disarankan hanya merapkannya saja dengan memendekkan (memotongnya) menggunakan gunting atau cukur. Sebelum menggunakan alat cukur, pakailah busa sabun terlebih dahulu. Gunakan alat cukur khusus yang lembut, yang sebelumnya sudah di bersihkan dengan sabun dan air panas.

Setelah selesai di gunakan, simpan dalam tempat yang bersih dan kering. Jangan menyimpannya di tempat yang lembab. Sama dengan pemakaian celana dalam, alat cukur tersebut juga tidak dianjurkan dipakai secara bergantian meskipun dengan pasangan

Rajin mengganti pembalut saat menstruasi. Pada saat menstruasi, kuman-kuman lebih mudah masuk

kedalam rongga reproduksi. Pembalut yang mengandung banyak gumpalan darah merupakan tempat yang baik bagi pertumbuhan dan perkembangan jamur dan bakteri. Oleh karena itu, sebaiknya pada saat menstruasi anda mengganti pembalut 4 jamsekali atau 2-3 kali sehari atau setiap saatjika anda sudah merasa tidak nyaman. Sebelum mengganti pembalut, jangan lupa membersihkan vagina anda terlebih dahulu.

Salah satu gejala terjadinya kelainan atau penyakit pada organ reproduksi adalah keputihan. Keputihan merupakan gejala yang sangat sering dialami oleh sebagian besar wanita

Jamur dan bakteri banyak tumbuh dalam kondisi tidak bersih dan lembab. Organ reproduksi merupakan daerah tertutup dan berlipat, sehingga lebih mudah untuk berkeringat, lembab dan kotor. Sikap dan perilaku yang buruk dalam menjaga kebersihan genitalia, seperti mencucinya dengan air kotor, memakai pembilas secara berlebihan, menggunakan celana yang tidak menyerap keringat, jarang mengganti celana dalam, tak sering mengganti pembalut dapat menjadi pencetus timbulnya. Jadi, pengetahuan dan sikap dalam menjaga kebersihan genitalia

eksterna merupakan faktor penting dalam pencegahan infeksi.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik mengambil judul “pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap sikap merawat organ reproduksi pada remaja putri di SMAN Kerjo” dengan populasi siswi kelas X.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan februari 2014 di SMAN Kerjo Karanganyar. Populasi yang diteliti adalah semua remaja putri di SMAN Kerjo sebanyak 146. Dengan teknik *purposive sampling* ditemukan sampel sebanyak 60 siswa. Eksperimen dilakukan dalam bentuk *quasy experimental* dengan rancangan *post test control group design*. Sampel dibagi ke dalam dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di mana masing-masing kelompok terdiri atas 30 siswa. Kelompok eksperimen

diberi penyuluhan kelompok control tidak diberi perlakuan.

Berdasarkan desain eksperimen yang telah ditentukan berarti variabel independen adalah sikap perawatan organ reproduksi remaja putri. Variabel dependen adalah penyuluhan tentang kesehatan. Sikap remaja diukur dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner. Variabel sikap dinyatakan secara numeric.

Pengujian normalitas dengan teknik *kolmogorov-smirnov* dilakukan sebagai prasyarat analisis. Analisis skor sikap *independent t-test* apabila data memenuhi asumsi normalitas, dan dengan *mann-whitney test* apabila diketahui data tidak normal

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap sikap merawat organ reproduksi pada remaja putri.

	Lower	Upper	t	df	Sig (2-tailed)
Pair 1 penyuluhan - kontrol	8.62821	16.77179	6.379	29	.000

Berdasarkan diatas diketahui Uji statistik menunjukkan bahwa perbedaan ini signifikan ( $p > 0,05$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada

perbedaan sikap kelompok penyuluhan dengan kelompok control pada remaja putri yang dilakukan penelitian.

Dari hasil analisis diatas menunjukkan bahwa dengan adanya

penyuluhan mempengaruhi peningkatan sikap pada remaja putri menjadi lebih baik. Hal ini sesuai dengan pendapat walgito (2003) menjelaskan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi sikap seseorang dimana salah satunya adalah pengetahuan, pengetahuan dapat diperoleh melalui penyuluhan. Maka dalam penelitian ini penyuluhan kesehatan yang diberikan pada masa remaja dapat merubah sikap remaja putri dari belum paham menjadi paham dan remaja dapat mengevaluasi dengan tepat bagaimana cara merawat organ reproduksi eksterna. Pengertian dari sikap adalah evaluasi umum yang dibuat manusia terhadap dirinya sendiri, orang lain, obyek atau issue. Selain itu juga sikap adalah kondisi mental yang kompleks yang melibatkan keyakinan dan perasaan, serta disposisi untuk bertindak secara tertentu. (Wawan dan Dewi, 2011).

Dan dengan adanya penyuluhan yang dilakukan pada remaja putri sikap yang awalnya bersifat negatif yaitu terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, merawat organ reproduksi eksterna bisa berubah menjadi sikap yang bersifat positif yaitu berupa kecenderungan untuk bertindak seperti

menyenangi dan merasa tenang dan nyaman serta siap melakukan perawatan dengan tepat dengan lebih baik. Setelah dilakukan penyuluhan remaja putri tahu dan mengerti serta merasa nyaman dan siap melakukan perawatan dengan tepat dan benar.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat

1. perbedaan antara kelompok perlakuan yang diberi penyuluhan dengan kelompok control.
2. Remaja berubah menjadi lebih aman dan nyaman dalam melawat organ reproduksinya dengan baik dan tepat.

### **Saran :**

Berdasarkan Kesimpulan yang telah dikemukakan maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut

#### **1. Remaja**

Diharapkan sebagai bahan informasi dan dapat selalu meningkatkan pengetahuan tentang sikap bagaimana cara merawat organ reproduksi dengan tepat.

2. Peneliti Selanjutnya  
Diharapkan untuk  
melakukan penelitian  
menggunakan jumlah sampel  
kasus dan kontrol yang lebih  
banyak untuk memperoleh hasil  
yang lebih baik, menambahkan  
waktu lama terjadinya persalinan,  
dan jumlah perdarahan secara  
lengkap dan rinci

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta
- Azwar, S. 2007. *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- ..... 2009. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Baron. 2004. *Psikologi Sosial Jilid I*. Jakarta : EGC
- Dahlan. 2009. *“Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan.”* Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, A. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Mirna, A. 2013. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri*.
- Notoatmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- ..... . 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta
- Riwidikdo. 2009. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : Mitra Cendikia Press
- Sarwono S, 2005. *Psikologi Remaja*. Jakarta : RajaGrafindo Persada
- Septalia, RE .2010. *Penyuluhan Kesehatan Masyarakat*. [http: Creasoft. Wordpress. Com](http://Creasoft.Wordpress.Com). Diakses 24 Februari 2012. Pukul 12.30
- Sugiyono. 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Sulistyaningsih. 2012. *“Metode Penelitian Kebidanan Kuantitatif-Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Taufiqurrahman M A. 2008. *Pengantar Metodologi Penelitian Untuk Ilmu Kesehatan*. Surakarta : LPP UNS
- Uripti C. 2003. *Komunikasi Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Walgito B, 2005. *Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karir)*. Yogyakarta : Andi
- Wawan dan Dewi. 2011. *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta : Muha Medika