

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI
REMAJA DI SMKN PGRI 31 JAKARTA

Disusun Oleh
Chaterina M, SST, MKeb



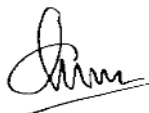
STIK BUDI KEMULIAAN
JL. BUDI KEMULIAAN NO.25 JAKARTA PUSAT TAHUN
2023

HALAMAN PENGESAHAN
KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Judul : Kesehatan Reproduksi Pada Remaja
2. Mitra Pengabdian Masyarakat : SMKN 38
3. Ketua Pelaksana:
 - a. Nama : Chaterina R Manurung, SST, M.Keb
 - b. Jenis Kelamin : Perempuan
 - c. NIK : 0307066903
 - d. Disiplin Ilmu : Kebidanan
 - e. Jabatan : Dosen
 - f. Fakultas/Jurusan : Prodi Sarjana
 - g. Alamat : Jl. Budi Kemuliaan no.25 Jakarta Pusat
 - h. Telepon/e-mail : 021-3842828
 - i. Jumlah Anggota : 4
 - j. Jumlah Biaya Pengabdian : Rp 2.509.000

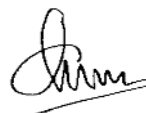
Masyarakat dari STIK Budi
Kemuliaan

Mengetahui,
Ketua LPPM STIK
Budi Kemuliaan



(Chaterina R M, SST, M.Keb)

Jakarta, 17 Januari 2023
Pelaksana PkM Mitra
STIK Budi Kemuliaan



(Tiarlin Lavida R S R, SST, M.Keb)

Menyetujui,
Ketua STIK Budi Kemuliaan




(dr. Irma Sapriani, SpA)

DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan

Daftar Isi i

Kata Pengantar ii

1.1 Pendahuluan 1

1.2 Solusi Permasalahan 2

1.3 Metode Pelaksanaan 3

1.4 Luaran dan Target Capaian 4

1.5 Anggaran 5

1.6 Jadwal 5

1.7 Kesimpulan 5

1.8 Saran 6

Daftar Pustaka 7

Lampiran

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT. atas Rahmat dan ridhoNyalah kami dapat melaksanakan kegiatan dan menyelesaikan laporan pengabdian masyarakat ini dengan judul kegiatan “Kesehatan Reproduksi Pada Remaja”.

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Ketua STIK Budi Kemuliaan dr. Irma Sapriani, Sp.A dan Ibu Chaterina, SST, M.Keb selaku Ketua LPPM STIK Budi Kemuliaan yang telah memberikan dukungan kebijakan dan pengarahan dalam penyusunan laporan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada STIK Budi Kemuliaan yang telah memfasilitasi serta mendukung dalam melaksanakan kegiatan ini. Tak lupa, kami juga menyampaikan terimakasih kepada pihak pimpinan, segenap pengurus, Ibu Guru dan siswa/siswi SMK Said Naum sebagai tempat pelaksanaan kegiatan serta semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Kami menyadari bahwa kegiatan pengabdian ini masih jauh dari sempurna dan masih banyak kendala yang dijumpai di lapangan. Oleh karena itu, kegiatan-kegiatan sebagai tindak lanjut program ini sangat kami harapkan agar manfaatnya dapat dirasakan lebih luas oleh seluruh lapisan masyarakat.

Jakarta, 17 Januari 2023
TIM

DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan

Daftar Isi i

Kata Pengantar ii

1.1 Pendahuluan 1

1.2 Solusi Permasalahan 2

1.3 Metode Pelaksanaan 3

1.4 Luaran dan Target Capaian 4

1.5 Anggaran 5

1.6 Jadwal 5

1.7 Kesimpulan 5

1.8 Saran 6

Daftar Pustaka 7

Lampiran

1.1 Pendahuluan

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sehat secara mental, fisik dan kesejahteraan sosial secara utuh pada semua hal yang berhubungan dengan sistem dan fungsi serta proses reproduksi dan bukan hanya kondisi yang bebas dari penyakit dan kecacatan. Isu-isu yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi merupakan isu yang sensitif, seperti hak-hak reproduksi, kesehatan seksual, penyakit menular seksual (PMS) termasuk HIV/AIDS, kebutuhan khusus remaja, dan perluasan jangkauan pelayanan ke lapisan masyarakat kurang mampu atau mereka yang tersisih.

Kesehatan reproduksi pada remaja merupakan salah satu komponen dari kesehatan reproduksi. Remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintergrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama atau paling tidak sejajar, Remaja juga sedang mengalami perkembangan pesat dalam aspek intelektual. Secara harfiah, remaja berada diantara anak dan orang dewasa, oleh karena itu, remaja seringkali dikenal dengan fase “mencari jati diri” karena remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya.

Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan Menteri Kesehatan RI no 5 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut sensus penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk dan diperkirakan 18% jumlah penduduk dunia adalah remaja. Masa remaja sangat erat kaitannya dengan perkembangan psikis pada periode yang dikenal sebagai masa pubertas yang diiringi dengan perkembangan seksual.

Memasuki masa remaja dengan perkembangan seksual, remaja akan dihadapkan pada keadaan yang memerlukan adaptasi atau penyesuaian dalam menerima perubahan yang terjadi. Dengan adanya kematangan seksual mengakibatkan remaja mulai tertarik terhadap lawan jenis. Menurut Surya Chandra Surapaty Kepala BKKBN, bahwa angka

kehamilan dan kelahiran pada remaja usia 10-19 tahun jumlahnya mencapai 48,5 juta 1000 remaja di Indonesia, dengan terjadinya kelahiran pada usia muda, turut meningkatkan kasus *stunting* pada anak di Indonesia. Hal ini disebabkan kurang siapnya pasangan suami istri di bawah umur mengenai asupan gizi yang cukup semasa kehamilan, kematangan psikologis dan organ reproduksi, serta pengetahuan pola asuh yang benar.

Masalah tersebut di atas berkaitan dengan adanya perubahan seksual yang terjadi pada remaja tanpa diimbangi dengan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi, sehingga remaja melakukan eksplorasi keingintahuannya tentang seksual tanpa diimbangi dengan pengetahuan yang benar.

1.2 Solusi Permasalahan

Berdasarkan analisis situasi masalah di atas dapat dirumuskan masalah bahwa perlunya melakukan penyuluhan kepada remaja mengenai kesehatan reproduksi.

Berikut beberapa solusi yang dapat diterapkan:

1. Peningkatan Kompetensi Tenaga Kesehatan

- a.** Pelatihan dan Workshop: Adakan pelatihan berkala bagi bidan dan tenaga kesehatan mengenai kesehatan reproduksi remaja dan cara penyampaian materi edukasi yang efektif.
- b.** Penyediaan Modul dan Panduan: Kembangkan modul pelatihan yang standar dan mudah dipahami, sehingga tenaga kesehatan memiliki acuan yang sama dalam memberikan edukasi.

2. Penggunaan Media Edukasi yang Variatif

- a.** Video Edukasi: Buat video singkat yang menjelaskan tentang kesehatan reproduksi remaja dengan jelas dan menarik, sehingga dapat digunakan dalam kegiatan penyuluhan atau dibagikan melalui media sosial.

- b.** Poster dan Brosur: Distribusikan poster dan brosur yang berisi informasi tentang kesehatan reproduksi remaja di sekolah dan tempat umum lainnya.

3. Pendekatan Interaktif dalam Kelas

- a.** Diskusi Kelompok: Dorong diskusi kelompok dalam kegiatan penyuluhan agar peserta dapat berbagi pengalaman dan bertanya secara langsung seputar kesehatan reproduksi remaja.
- b.** Simulasi dan Role Play: Gunakan metode simulasi atau role play untuk membantu para siswa-siswi memahami situasi nyata dan langkah-langkah yang harus diambil saat menghadapi situasi yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi remaja tersebut.

4. Peningkatan Frekuensi dan Aksesibilitas Kelas

- a.** Jadwal Fleksibel: Sediakan jadwal penyuluhan yang lebih fleksibel.

5. Monitoring dan Evaluasi

- a.** Survei Kepuasan: Lakukan survei kepada peserta penyuluhan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman mereka tentang kesehatan reproduksi remaja setelah mengikuti penyuluhan.
- b.** Evaluasi Berkala: Lakukan evaluasi berkala terhadap materi dan metode penyuluhan yang digunakan, serta sesuaikan dengan kebutuhan ibu peserta.

Dengan menerapkan solusi-solusi ini, diharapkan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi remaja dapat lebih efektif, sehingga dapat meningkatkan kesadaran para peserta dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka.

1.3 Metode Pelaksanaan

Berikut adalah metode pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi remaja di SMK PGRI 31 Jakarta:

1. Pembukaan Kelas:

- a.** Pengantar oleh Tenaga Kesehatan: Kegiatan dimulai dengan sambutan dan pengenalan tentang pentingnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi remaja.
- b.** Pemberian Materi: Materi disampaikan oleh bidan atau tenaga kesehatan dengan menggunakan presentasi, video, dan alat peraga.
- c.** Diskusi dan Tanya Jawab: Berikan kesempatan kepada para siswa-siswi untuk bertanya dan berdiskusi mengenai materi yang telah disampaikan. Hal ini bertujuan untuk memperjelas pemahaman dan menjawab keraguan mereka.

2. Simulasi dan Praktik:

- a.** Simulasi Masalah Kesehatan Reproduksi: Lakukan simulasi atau demonstrasi mengenai situasi yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.
- b.** Role Play: Ajak peserta untuk melakukan role play tentang apa yang harus dilakukan jika mereka mengalami masalah terkait kesehatan reproduksi. Ini akan membantu memperkuat pemahaman praktis.
- c.** Pembagian Materi Edukasi: Setelah sesi diskusi dan simulasi, bagikan materi cetak seperti brosur, leaflet, atau buku saku yang berisi informasi penting tentang kesehatan reproduksi.

3. Monitoring dan Evaluasi

- a.** Kuis atau Post-Test: Lakukan kuis singkat di akhir sesi untuk mengukur pemahaman peserta mengenai kesehatan reproduksi remaja. Kuis dapat dilakukan secara tertulis atau lisan.

- b. Feedback Peserta: Minta umpan balik dari peserta mengenai metode dan materi yang disampaikan, serta saran untuk perbaikan di masa mendatang.
- c. Pencatatan dan Pelaporan: Catat jumlah peserta, hasil evaluasi, dan tindak lanjut yang diperlukan. Laporan ini penting untuk dokumentasi dan perbaikan program ke depannya.

Dengan metode pelaksanaan ini, diharapkan penyuluhan kesehatan reproduksi remaja dapat disampaikan secara efektif dan partisipatif, sehingga para siswa-siswi di SMK PGRI 31 Jakarta dapat menjaga kesehatan reproduksi mereka dengan baik.

1.4 Luaran dan Target Capaian

Luaran yang diharapkan dari kegiatan ini adalah sebagai berikut :

1. Peserta mengetahui definisi organ reproduksi.
2. Mengetahui dan dapat melakukan cara merawat organ reproduksi secara baik dan benar.
3. Mengetahui dan memahami tentang keputihan dan dapat membedakan antara keputihan fisiologis dengan patologis.
4. Memahami cara melakukan SADARI (Periksa Payudara Sendiri).

Adapun target capaian luaran lainnya adalah publikasi pada repositori perpustakaan STIK Budi Kemuliaan. Setelah dilakukan penyuluhan, diharapkan Siswa/i dapat menjelaskan kembali tentang kesehatan reproduksi dan bagaimana menjaga kesehatan reproduksinya agar tetap sehat.

1.5 ANGGARAN

No	Uraian	Volume		Harga		Jumlah	
Bahan							
1	ATK	1	Paket	Rp	50.000	Rp	50.000
2	Bahan habis pakai	1	Paket	Rp	50.000	Rp	50.000
3	Kuota	1	Paket	Rp	50.000	Rp	50.000
4	Gimmick	1	Paket	Rp	500.000	Rp	500.000
Total (a)							Rp 650.000
Pelaksanaan							
1	Snack	87	Paket	Rp	17.000	Rp	1.479.000
2	Transportasi	1	Paket 1	Rp	280.000	Rp	280.000
Total (b)							Rp 1.759.000
Pelaporan dan Luaran							
1	Pelaporan	1	keg	Rp	100.000	Rp	100.000
						Rp	-
Total (c)							Rp 100.000
Jumlah (a+b+c)							Rp 2.509.000

1.6 Jadwal

Kegiatan ini akan dilakukan pada hari Kamis, 15 Februari 2023 pada pukul 09.00-10.00

WIB.

1.7 Kesimpulan

Penyuluhan yang diberikan sudah sesuai dengan kebutuhan para siswa di sekolah tersebut sehingga menambah wawasan pengetahuan remaja dan dapat mengetahui alat-alat reproduksi wanita serta dapat menjaga kesehatan reproduksinya.

1.8 Saran

Kegiatan penyuluhan ini sangat bermanfaat bagi para siswa-siswi untuk menjaga kesehatan reproduksinya supaya tetap sehat, semoga untuk kedepannya dapat diberikan lagi penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi yang lainnya.

DAPFTAR PUSTAKA

1. Depkes RI. *Yang perlu diketahui petugas kesehatan tentang: Kesehatan reproduksi*. Jakarta: Depkes RI, 2001
2. Mahfiana L, Rohmah EY, Widyaningrum R. *Remaja dan kesehatan reproduksi*. Ponorogo: STAIN Ponorogo press, 2009.
3. <http://www.gemari.or.id>
4. Sarwono SW. *Psikologi remaja*. Jakarta: Rajawali pers, 2008.
5. Ditjen PPM & PL Depkes RI. *Statistik Kasus HIV/AIDS di Indonesia Dilapor s/d September 2009*. Jakarta: Ditjen PPM & PL Depkes RI, 2009
6. Notoatmodjo S. *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: Rineka cipta, 2007
7. Komisi penanggulangan AIDS. *Informasi seputar HIV/AIDS dan infeksi menular seksual*. Bandung: Komisi penanggulangan AIDS kabupaten Bandung, 2009.
8. Depkes RI. *Pedoman nasional perawatan, dukungan dan pengobatan bagi ODHA*. Jakarta: Ditjen PPM dan PL Depkes, 2003
9. Suryoputro A, Ford NJ, Shaluhiah Z. *Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seksual remaja di Jawa Tengah: Implikasinya terhadap kebijakan dan layanan kesehatan seksual dan reproduksi*. Makara Kesehatan 2006; 10: 29 – 40.
10. Iswarati, Prihyugiarto TY. *Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap dan perilaku seksual pranikah pada remaja di Indonesia*. J Ilmiah KB dan KR. 2008: 2.
11. Amaliyasari Y, Puspitasari N. *Perilaku seksual anak usia pra remaja di sekitar lokalisasi dan faktor yang mempengaruhi*. J. Penelit. Din. Sos. 2008; 7: 54-60

LAMPIRAN

Lampiran 1: Jadwal rencana pelaksanaan pengabmas

No	Kegiatan	Waktu Pelaksanaan	Ket
1	Pembuatan proposal	Januari 2023	
2	Pembagian kerja tim	Januari 2023	
3	Presentasi proposal	30 Januari 2023	
4	Pelaksanaan PkM	15 Februari 2023	
5	Penyusunan laporan	20 Februari 2023	
6	Desiminasi hasil pengabmas	Maret 2023	

Lampiran 2: Tim Pelaksana PkM

No	Nama Tim	Kedudukan	Uraian Tugas	Ket
1	Entin Sutirini, SSiT, MKM	Ketua pengabmas	Membuat proposal, persiapan kegiatan (penyusunan materi, ijin tempat), pelaksanaan penyuluhan, pembuatan laporan.	
2	1. Nurul Amalia SST 2. Nikka Fadila 3. Annisa 4. Natasya 5. Oktavia 6. Amanda	Anggota pengabmas	Bersama ketua bersama sama Membuat proposal, persiapan kegiatan (penyusunan materi, ijin tempat), pelaksanaan penyuluhan, pembuatan laporan.	

Lampiran 3 : SAP

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan	Pergaulan Bebas Dalam Konteks Seks Bebas
Sub Pokok Bahasan	1. Pengertian Pergaulan Bebas 2. Contoh Pergaulan Bebas 3. Pengertian Perilaku Seks Bebas 4. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Bebas 5. Dampak dari Seks Bebas 6. 5 Upaya Pencegahan Seks Bebas 7. Pengaruh Buruk Seks Bebas Terhadap Kesehatan
Sasaran	Siswa dan siswi SMKN 38 Jakarta Pusat
Jumlah Peserta	26 Partisipan
Waktu	08.00 WIB - selesai
Platform	SMKN 38 Jakarta Pusat

I. Tujuan Instruksional Umum

Setelah dilakukan penyuluhan, diharapkan Siswa/i SMKN PGRI 31 Jakarta Pusat dapat memahami dan mengerti mengenai “Bahaya dari Pergaulan Bebas dalam Konteks Seks Bebas”..

II. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan siswa SMKN PGRI 31, mampu :

1. Remaja mampu memahami bahaya dari pergaulan bebas terutama seks bebas.
2. Melindungi remaja dari resiko pernikahan usia dini, kehamilan yang tidak dikehendaki, aborsi, infeksi Menular Seksual (IMS), HIV/AIDS dan kekerasan seksual.
3. Meningkatkan kesadaran ke masyarakat khususnya remaja untuk menjalankan hidup dengan berperilaku yang bijak dalam pergaulan.

III. Materi

Terlampir

IV. Metode

1. Ceramah
2. Tanya jawab
3. Diskusi

V. Media

Offline di SMKN PGRI 31 Jakarta dan menggunakan Power Point (infocus)

VI. Susunan Kepanitiaan

NO	NAMA PANITIA	URAIAN TUGAS
1	Chaterina M SST. M.Keb	Narasumber menambahkan dan menjawab pertanyaan yang diajukan peserta
2	Nika Fadhilah/Entin S	Pemateri 1 mempresentasikan materi PPT yang telah disusun
3	Natasya Aries Nurhikmah/ Entin S	Pemateri 2 mempresentasikan materi PPT yang telah disusun
4	Oktaviani	Pemandu Acara bertanggung jawab atas keberlangsungan kegiatan secara keseluruhan
7	Annisa Raudhatun Jannah	Moderator I bertanggung jawab atas proses pemaparan materi dan Tanya jawab
8	Natasya Aries Nurhikmah	Ketua/ PJ PKM bertanggung jawab atas keberlangsungan mulai dari persiapan, kegiatan dan pelaporan kegiatan
9	Saskia Ika Widiati	Notulen
10	Nika Fadhilah	Pemandu acara pada saat sesi tanya berlangsung
11.	Siti Rosliana dan Amanda Aulia Putri	Dokumentasi mendokumentasikan setiap sesi dan membuat video singkat pelaksanaan kegiatan

VII. Strategi Pelaksanaan

Berisi urutan-urutan / langkah yang dilakukan dalam kegiatan penyuluhan :

No.	KEGIATAN	URAIAN	PENGISI ACARA
-----	----------	--------	---------------

1.	Pembukaan (3 Menit)	1. Menjelaskan pertemuan dan mengucapkan salam. 2. Menjelaskan tujuan umum dan tujuan khusus pertemuan ini. 3. Menyampaikan waktu dan kontrak waktu yang akan digunakan dan mendiskusikannya.	Oktaviani
1.	(2 menit)	Sambutan	Ibu Entin Sutrini SST. M.KM
3 .	Materi 1 (30 menit)	Isi Materi Penyuluhan 1. Pengertian Pergaulan Bebas 2. Contoh Pergaulan Bebas 3. Pengertian Perilaku Pergaulan Bebas 4. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Bebas	Entin S /Nika Fadhilah
4 .	Materi 2 (30 menit)	Isi Materi Penyuluhan 1. Dampak dari Seks Bebas 2. Lima Upaya Pencegahan Seks Bebas 3. Pengaruh Buruk Seks Bebas Terhadap Kesehatan	Entin S /Natasya Aries N
5.	(10 menit)	1. Memberikan pertanyaan kepada peserta secara bergantian. 2. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya. 3. Peserta mengerti seluruh materi	Annisa RJ
6.	Diskusi (15 Menit)	Berdiskusi dengan narasumber	Nika F dan Natasya
7.	Quiziz (15 menit)	Peserta Mengisi Quiziz	Amanda dan Siti R
8.	(5 menit)	Menampilkan Profil STIK Budi Kemuliaan dan menyebarkan brosur STIK Budi Kemuliaan ke para siswa	Annisa RJ dan Saskia
9.	Penutup (5 Menit)	1. Penyuluh mengucapkan terima kasih atas perhatian peserta. 2. Mengucapkan salam penutup 3. Dokumentasi	Oktaviani

VIII. Sumber

Purnama, Y. (2020). Faktor Penyebab Seks Bebas Pada Remaja . *Jurnal Ilmiah Remaja*, 12.

IX. Lampiran Materi

1. Pengertian Pergaulan Bebas

Pergaulan bebas adalah perilaku menyimpang yang tidak sesuai dengan norma dan ajaran agama.

2. Contoh Pergaulan Bebas

- a. Tawuran
- b. Mengonsumsi minuman beralkohol (minuman keras)
- c. Seks bebas
- d. Narkoba (Narkotika dan Obat-obatan terlarang)

3. Pengertian Perilaku Seks Bebas

Segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual yang dilakukan oleh pria dan wanita di luar perkawinan yang sah.

4. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Bebas

a. Faktor Fisik

Hormon seksual sudah berfungsi, meningkatkan dorongan hasrat seksual.

b. Faktor Keluarga

Kurangnya komunikasi antara orang tua dan remaja masalah seksual.

c. Faktor Lingkungan

Pergaulan yang salah dan beresiko tanpa adanya pengendalian diri mengakibatkan timbulnya perilaku seks bebas.

d. Faktor Media

Penyebaran informasi melalui media sosial dan elektronik yang mengandung unsur pornografi dapat mempengaruhi pikiran remaja yang berujung ke perilaku seks bebas.

5. Dampak dari Seks Bebas

- a. Dikeluarkan dari tempat Pendidikan.
- b. Kehamilan yang tidak diinginkan dan terjadinya aborsi.

- c. Mendapat sanksi social.
- d. Nama baik dan harga diri menjadi tercoreng.
- e. Meningkatnya angka kematian ibu dan bayi.

6. Lima Upaya Pencegahan Seks Bebas

- a. Selektif dalam memilih teman.
- b. Berpendirian kokoh.
- c. Perbanyak kegiatan positif.
- d. Ingat dengan orang tua.
- e. Mendekatkan diri dengan Tuhan (agama).

7. Pengaruh Buruk Seks Bebas Terhadap Kesehatan

- a. Segi psikologis
 - Depresi
 - Mempengaruhi perkembangan karakter
 - Selalu marah dan agresif
 - Merasa menyesal
- b. Segi Kesehatan
 - Tertular HIV, Sifilis, dan IMS lainnya.

A. Remaja

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa, yang dimulai pada saat terjadi kematangan seksual yaitu antara usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 20 tahun. Ausubel mengatakan bahwa status dewasa merupakan status primer, yaitu status itu diperoleh berdasarkan kemampuan dan usaha sendiri. Sedangkan status anak merupakan status yang diperoleh yaitu tergantung dari apa yang diberikan orang tua dan masyarakat. Maka remaja berada dalam status *interim* yaitu sebagai akibat dari posisi yang sebagian diberikan oleh orang tua dan masyarakat dan sebagian melalui usahanya sendiri yang selanjutnya memberi prestise tertentu bagi dirinya.

Menurut Sarwono (2008), sebagai pedoman umum pendefinisian remaja untuk masyarakat Indonesia dapat digunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah dengan pertimbangan-pertimbangan sebagai berikut:

1. Usia 11 tahun adalah usia ketika pada umumnya tanda-tanda seksual sekunder mulai tampak (kriteria fisik). 6
2. Di banyak masyarakat Indonesia, usia 11 tahun sudah dianggap akil balik, baik menurut adat maupun agama, sehingga masyarakat tidak lagi memperlakukan mereka sebagai anak-anak (kriteria sosial).
3. Pada usia tersebut mulai ada tanda-tanda penyempurnaan perkembangan jiwa, seperti tercapainya identitas diri (*ego identity*, menurut Erik Erikson), tercapainya fase genital dari perkembangan psikoseksual (Freud) dan tercapainya puncak perkembangan kognitif (Piaget) maupun moral (Kohlberg) (kriteria psikologi).
4. Batas usia 24 merupakan batas usia maksimal, yaitu untuk memberi peluang bagi mereka yang sampai batas usia tersebut masih menggantungkan diri pada orang tua, belum mempunyai hak-hak penuh sebagai orang dewasa (secara adat dan tradisi), belum dapat memberikan pendapat sendiri, dan sebagainya. Dengan perkataan lain, orang-orang yang sampai batas usia 24 tahun belum dapat memenuhi persyaratan kedewasaan secara sosial maupun psikologi, masih dapat digolongkan remaja. Golongan ini cukup banyak terdapat di Indonesia, terutama dari kalangan masyarakat kelas menengah ke atas yang mempersyaratkan berbagai hal (terutama pendidikan setinggi-tingginya) untuk mencapai kedewasaan. Akan tetapi dalam kenyataannya cukup banyak pula orang yang mencapai kedewasaan sebelum usia tersebut.

5. Dalam definisi di atas, status perkawinan sangat menentukan. Hal itu karena arti perkawinan masih sangat penting di masyarakat kita secara menyeluruh. Seorang yang sudah menikah, pada usia berapa pun dianggap dan diperlakukan sebagai orang dewasa penuh, baik secara hukum maupun dalam kehidupan masyarakat dan keluarga. Oleh karena itu, definisi remaja disini dibatasi khusus bagi mereka yang belum menikah.

7

Didalam perjalanannya menuju kedewasaan, maka remaja harus berusaha untuk mempunyai peran dalam kehidupan sosialnya. Erikson mengatakan bahwa untuk menemukan jati dirinya maka remaja harus mempunyai peran dalam kehidupan sosialnya, berjuang dan mengisi masa remajanya dengan hal-hal yang positif yang dapat mengembangkan dirinya.

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri remaja tersebut antara lain:

1. Masa remaja sebagai periode penting, karena terjadi perkembangan fisik dan mental yang cepat.
2. Masa remaja sebagai periode peralihan, yaitu peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa.
3. Masa remaja sebagai periode perubahan, terjadi perubahan emosi tubuh, minat dan peran, perubahan nilai-nilai dan tanggung jawab.
4. Masa remaja sebagai usia bermasalah, karena kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah dan karena remaja merasa sudah mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri.

5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas diri. Identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk mencari siapa diri, apa perannya dalam masyarakat, apakah ia seorang anak atau dewasa.
6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, anggapan stereotipe budaya yang bersifat negatif terhadap remaja, mengakibatkan orang dewasa tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.
7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis, remaja melihat dirinya dan orang lain sebagaimana yang mereka inginkan.
8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa, remaja berperilaku yang dihubungkan dengan status dewasa seperti merokok, minum-minuman keras, obat-obatan dan terlibat seks, agar mereka memperoleh citra yang mereka inginkan.

Dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada tiga tahap perkembangan remaja, yaitu:⁽⁴⁾

1. Remaja Awal (*Early adolescence*)

Pada tahap ini remaja masih terheran-heran pada perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan itu, tertarik pada lawan jenis, mudah terangsang secara erotis (dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, ia sudah bisa berfantasi erotik) dan berkurangnya kendali terhadap ego.

2. Remaja Madya (*Middle adolescence*)

Pada tahap ini remaja membutuhkan kawan-kawan, ada kecenderungan “*narcistic*” atau mencintai diri sendiri. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu harus memilih yang mana: peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis dan sebagainya. Remaja pria harus membebaskan diri dari

oedipoes complex (perasaan cinta pada ibu sendiri pada masa kanak-kanak) dengan mempererat hubungan kawan-kawan dari jenis lain.

3. Remaja Akhir (*Late adolescence*)

Pada tahap ini remaja mengalami konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian:

- a. Minat yang makin mantap terhadap fungsi–fungsi intelek
- b. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan dalam pengalaman–pengalaman baru
- c. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi
- d. Egosentrisme diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dan orang lain.
- e. Tumbuh dinding yang memisahkan diri pribadinya dan masyarakat um

Tabel 2.1 Isu reproduksi sentral pada remaja awal, pertengahan, dan akhir.

VARIABLE	REMAJA AWAL	REMAJA PERTENGAHAN	REMAJA AKHIR
Umur	10-13 tahun	14-16 tahun	17-20 tahun atau lebih
Somatik	Muncul perkembangan seks sekunder; mulai pertumbuhan yang cepat; merasa dirinya aneh	Mencapai pertumbuhan puncak; perubahan bentuk dan komposisi tubuh; jerawat dan bau badan; mens pertama; spermache	Pertumbuhan melambat

Sexual	Ketertarikan seksual biasanya melebihi aktivitas seksual	Seksual menggelora; melakukan eksperimen seks; bertanya tentang orientasi seksual	Pemantapan orientasi seksual
--------	--	---	------------------------------

From Richard EB: Nelson Textbook of Pediatrics, 17th ed. Saunders, USA

I. Perilaku Seksual Remaja

Tingkah laku seksual remaja biasanya sifatnya meningkat atau progresif (Broderick & Rowe, 1968; DeLameter & MacCorquodale, 1979). Biasanya diawali dengan *necking* (berciuman sampai ke arah dada), kemudian diikuti oleh *petting* (saling menempelkan alat kelamin), kemudian berhubungan intim, atau pada beberapa kasus berhubungan seks secara oral jumlah kasusnya meningkat pada masa remaja selama beberapa tahun belakangan ini. Pada sebuah penelitian terhadap siswa kelas 1 sampai kelas 3 SMU, 25% siswa laki-laki dan 15% siswa perempuan yang mengatakan tidak pernah melakukan hubungan intim, mengaku telah melakukan seks oral (Newcomer & Udry, 1985). Senada dengan hal tersebut, pada penelitian lain bahkan menyebutkan bahwa para remaja lebih menyukai seks *oral* daripada kontak *genital*. Padahal penelitian yang dilakukan oleh Keet dkk mengungkapkan bahwa penularan HIV dapat juga melalui kontak *oral-genital*.

Masalah seksualitas pada remaja seringkali mencemaskan para orang tua, pendidik, pejabat pemerintah, para ahli, dan sebagainya. Dari berbagai hasil studi didapatkan bahwa masalah seksualitas pada remaja timbul karena faktor-faktor berikut:

1. Meningkatnya libido seksual

Di dalam upaya mengisi peran sosial, seorang remaja mendapatkan motivasinya dari meningkatnya energi seksual atau libido. Menurut Sigmund Freud, energi seksual ini

berkaitan erat dengan kematangan fisik. Sementara itu, menurut Anna Freud, fokus utama dari energy seksual ini adalah perasaan-perasaan disekitar alat kelamin, objek-objek seksual, dan tujuan-tujuan seksual.

2. Penundaan usia perkawinan

Peningkatan libido seksual tersebut di atas tidak dapat segera dilakukan karena adanya penundaan usia perkawinan, baik secara hukum oleh karena adanya undang-undang tentang perkawinan yang menentukan batas usia menikah, maupun karena norma sosial yang makin lama menuntut persyaratan yang makin tinggi untuk perkawinan (pendidikan, pekerjaan, persiapan mental, dll).

3. Tabu larangan

Sementara usia perkawinan ditunda, norma-norma agama tetap berlaku dimana orang tidak boleh melaksanakan hubungan seksual sebelum menikah. Pada masyarakat modern bahkan larangan tersebut berkembang lebih lanjut pada tingkat yang lain seperti berciuman dan masturbasi, untuk remaja yang tidak dapat menahan diri akan mempunyai kecenderungan melanggar larangan tersebut.

Sikap mentabukan seks ternyata tidak hanya terdapat pada orang tua/masyarakat saja, tetapi juga pada remaja itu sendiri. Sebuah penelitian yang di lakukan oleh L.C. Jenson terhadap pelajar-pelajar putri yang hamil menunjukkan bahwa hampir semua responden tidak tertarik, bahkan jijik mendengar lelucon-lelucon tentang seks atau gambar-gambar pria tanpa busana, dan tidak pernah membaca buku cabul. Dengan demikian, mereka tidak terangsang oleh banyaknya rangsangan yang sampai pada mereka. Akan tetapi dibuktikan lebih lanjut oleh Jensen bahwa terangsangnya mereka untuk berhubungan intim adalah karena oleh

fantasi-fantasi sendiri tentang kemesraan dan cinta, yang jika ia mempunyai pacar diproyeksikan pada pacarnya.

4. Kurangnya informasi tentang seks

Remaja yang sudah mulai berkembang kematangan seksualnya secara lengkap jika kurang mendapat pengarahan dari orang tua maka pengendalian perilaku seksualnya akan sulit. Mereka sulit mengendalikan rangsangan-rangsangan karena banyak kesempatan seksual pornografi melalui media massa yang membuat mereka melakukan perilaku seksual secara bebas.

5. Pergaulan semakin bebas

Kebebasan pergaulan antar jenis kelamin pada remaja dengan mudah bisa disaksikan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian yang pernah dilakukan dengan responden siswa-siswa kelas 2 SLTA di Jakarta terungkap bahwa diantara remaja sudah berpacaran hampir semua (diatas 93%) pernah berpegangan tangan dengan pacarnya. Jumlah yang pernah berciuman adalah 61,6% (pria) dan 39,4% (wanita), yang meraba payudara tercatat 2,32% (pria) dan 6,7% (wanita). Sementara itu, yang memegang alat kelamin ada 7,1% (pria) dan 1% (wanita) dan yang pernah berhubungan kelamin dengan pacarnya terdapat 2% (semuanya pria) (Fakultas Psikologi UI, 1987). Angka-angka tersebut cukup mencerminkan keadaan pergaulan remaja pria dan wanita yang sudah bergeser dari 20-30 tahun yang lalu.

Menurut para ahli, alasan seorang remaja melakukan hubungan seksual di luar nikah terbagi dalam beberapa faktor, yaitu:

1. Tekanan yang datang dari teman pergaulannya

Lingkungan pergaulan yang telah dimasuki oleh seorang remaja dapat berpengaruh untuk menekan temannya yang belum melakukan hubungan seks.

2. Tekanan dari pacarnya

Karena kebutuhan seseorang untuk mencintai dan dicintai, seseorang harus melakukan apa saja terhadap pasangannya, tanpa memikirkan resiko yang nanti dihadapinya.

3. Kebutuhan badaniah

Seks menurut beberapa ahli merupakan kebutuhan dasar yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan seseorang.

4. Rasa penasaran

Pada usia remaja, rasa keingintahuan begitu besar terhadap seks. Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa tidak ada perbedaan antara remaja yang pernah berikrar untuk mempertahankan *virginitas* dengan remaja yang tidak berikrar (penilaian terhadap ikrar tersebut dilihat kembali setelah 5 tahun).Apalagi jika teman-temannya menyatakan bahwa seks terasa nikmat, ditambah lagi adanya segala informasi yang tidak terbatas masuknya. Maka rasa penasaran tersebut semakin mendorong mereka untuk berbuat lebih jauh lagi melakukan berbagai macam percobaan sesuai dengan yang diharapkannya.

5. Pelampiasan diri

Faktor ini tidak hanya datang dari diri sendiri, tetapi juga datang dari lingkungan keluarga. Bagi seorang remaja, mungkin aturan yang diterapkan oleh kedua orang tua tidak dibuat berdasarkan kepentingan kedua belah pihak (orang tua dan anak). Akibatnya remaja tersebut merasa tertekan, sehingga ingin membebaskan diri dengan menunjukkan sikap sebagai pemberontak, yang salah satunya dalam masalah seks.

Harold Shryock dan Mervyn Hardinge (1985), seperti dikutip Pasuhuk (1988), mengungkapkan tentang percumbuan di kalangan remaja dan muda-mudi.

Bahwa anak-anak muda sering menyatakan kasih sayang terhadap satu dengan yang lain dalam bentuk rangkulan, sentuhan-sentuhan emosional, serta rabaan pada bagian-bagian yang sensitive. Sentuhan serta rabaan ini lambat laun menimbulkan rangsangan. Cumbu rayu belum termasuk tindakan kontak seksual, tetapi rangsangan yang ditimbulkan dapat mengarah ke kontak seksual jika cumbuan itu dilanjutkan.

Setiap anak muda perlu waspada dalam pergaulannya, jangan sampai terpengaruh kepada orang yang mungkin saja sudah pernah mengalami kontak yang intim. Bagi dua insan muda yang ikhlas memadu kasih pun dapat terjerumus, karena keduanya tidak menyadari betapa kuatnya naluri seksual itu sekali ia dirangsang.

Menurut Shryock, satu-satunya langkah yang aman bagi muda-mudi ialah menghindari situasi yang memungkinkan mereka menjadi korban dari rangsangan seksualnya sendiri. Muda-mudi hendaknya mempunyai pendirian yang kokoh untuk memberikan yang terbaik kepada calon suami ataupun istrinya. Hindari tempat-tempat ataupun suasana yang dapat memberikan peluang terjadinya hubungan seksual

4 .	Materi 2 (30 menit)	Isi Materi Penyuluhan 1. Dampak dari Seks Bebas 2. Lima Upaya Pencegahan Seks Bebas 3. Pengaruh Buruk Seks Bebas Terhadap Kesehatan	Natasya Aries N
5.	(10 menit)	4. Memberikan pertanyaan kepada peserta secara bergantian. 5. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya. 6. Peserta mengerti seluruh materi	Annisa RJ
6.	Diskusi (15 Menit)	Berdiskusi dengan narasumber	Nika F dan Natasya
7.	Quiziz (15 menit)	Peserta Mengisi Quiziz	Amanda dan Siti R

8.	(5 menit)	Menampilkan Profil STIK Budi Kemuliaan dan menyebar brosur STIK Budi Kemuliaan ke para siswa	Annisa RJ dan Saskia
9.	Penutup (5 Menit)	4. Penyuluh mengucapkan terima kasih atas perhatian peserta. 5. Mengucapkan salam penutup 6. Dokumentasi	Oktaviani

Pada akhir sesi penyuluhan dilakukan evaluasi mengenai materi yang diberikan ,peserta sangat antusias dalam menjawab pertanyaan yang diberikan dan mampu berdiskusi. . Dan siswa yang dapat menjawab pertanyaan mendapat hadiah

2.1 Pengertian Kesehatan Reproduksi

Menurut WHO, kesehatan reproduksi remaja adalah suatu keadaan dari segi fisik, mental, dan sosial sejahtera. Kesehatan reproduksi bersifat utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam suatu yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi, dan prosesnya. Sedangkan menurut ICPD tahun 1994, kesehatan reproduksi adalah keadaan sempurna fisik, mental dan kesejahteraan sosial dan tidak semata-mata ketiadaan penyakit atau kelemahan dalam segala hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya.

2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja¹

a. Pengaruh Lingkungan Keluarga Terhadap Perkembangan Jiwa Remaja

Perilaku remaja sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan disatu pihak remaja mempunyai keinginan kuat untuk mengadakan interaksi sosial dalam upaya mendapatkan kepercayaan dari lingkungan, dilain pihak ia mulai memikirkan kehidupan secara mandiri, terlepas dari pengawasan orangtua dan sekolah. Salah satu bagian perkembangan masa remaja yang tersulit adalah penyesuaian terhadap lingkungan sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam

hubungan interpersonal yang awalnya belum pernah ada juga harus menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Untuk mencapai pola hubungan sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Ia harus mempertimbangkan pengaruh kelompok sebaya dalam perilaku sosial, membentuk kelompok sosial baru dan nilai-nilai baru dalam memilih teman.

Lingkungan keluarga dapat mempengaruhi perkembangan jiwa remaja. Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi perkembangan anak. Usia 4-5 tahun dianggap sebagai titik awal proses identifikasi dan menurut jenis kelamin. Peranan ibu dan ayah atau orang tua pengganti (nenek, kakek dan orang dewasa lainnya) sangat besar. Apabila proses identifikasi ini tidak berjalan dengan lancar, maka dapat timbul proses identifikasi yang salah. Banyak penelitian yang dilakukan para ahli, menemukan bahwa remaja yang berasal dari keluarga yang penuh perhatian, hangat, dan harmonis mempunyai kemampuan dalam menyesuaikan diri dan sosialisasi yang baik dengan lingkungan disekitarnya (Hurlock, 1973). Selanjutnya Tallent (1978)² menambahkan anak yang mempunyai penyesuaian diri yang baik di sekolah, mampu menghadapi masalah yang dihadapinya biasanya memiliki latar belakang keluarga yang harmonis, menghargai pendapat anak dan hangat, hal ini disebabkan karena anak yang berasal dari keluarga yang harmonis akan mempersepsi rumah mereka sebagai suatu tempat membahagiakan karena semakin sedikit masalah antar orangtua, maka semakin sedikit masalah yang dihadapi anak dan begitu juga sebaliknya, jika anak mempersepsi keluarganya berantakan atau kurang harmonis maka ia akan terbebani dengan masalah yang sedang dihadapi oleh orangtuanya tersebut. Keluarga merupakan suatu organisasi sosial yang paling penting dalam kelompok sosial dan keluarga merupakan lembaga di dalam masyarakat yang paling utama, bertanggung jawab untuk menjamin kesejahteraan sosial dan kelestarian biologis anak manusia (Hartono,1997)³. Sedangkan menurut Hawari (1997) keharmonisan keluarga itu akan terwujud apabila masing - masing unsur dalam keluarga itu dapat berfungsi. Unsur dalam keluarga itu dapat berfungsi dan berperan sebagaimana mestinya dan dapat

2

1

berpegang teguh pada nilai-nilai agama, maka interaksi sosial yang harmonis antar unsur dalam keluarga itu akan dapat diciptakan.

b. Pengaruh Lingkungan Sekolah Terhadap Perkembangan Remaja

Pengaruh yang juga cukup kuat dalam perkembangan remaja adalah lingkungan sekolah. Umumnya orangtua menaruh harapan yang besar pada pendidikan di sekolah. Oleh karena itu dalam memilih sekolah orangtua perlu mempertimbangkan hal sebagai berikut :

1) Suasana sekolah, prasyarat terciptanya lingkungan kondusif bagi kegiatan belajar mengajar adalah suasana sekolah, baik buruknya suasana sekolah sangat tergantung pada kepemimpinan kepala sekolah, komitmen guru, sarana pendidikan dan disiplin sekolah. Suasana sekolah sangat berpengaruh terhadap perkembangan jiwa remaja yaitu dalam hal kedisiplinan, kebiasaan belajar dan pengendalian diri.

2) Bimbingan guru

Di sekolah remaja menghadapi beratnya tuntutan, baik berasal dari guru, orangtua dan syaratnya kurikulum sehingga dapat menimbulkan beban mental. Dalam hal ini peran wali kelas dan guru pembimbing sangat berarti. Apabila guru pembimbing sebagai konselor sekolah tidak berperan, maka siswa tidak memperoleh bimbingan yang sewajarnya. Untuk menyalurkan minat, bakat dan hobi siswa perlu dikembangkan kegiatan ekstrakurikuler dengan bimbingan guru. Dalam proses belajar mengajar, guru tidak sekedar mengalihkan ilmu pengetahuan yang terkandung dalam kurikulum tertulis (*Written Curriculum*), melainkan juga memberikan nilai yang terkandung didalamnya (*Hidden Curriculum*) misalkan kerjasama, sikap empati, mau mendengar orang lain, menghargai dan sikap lain yang dapat membuahkan kecerdasan emosional.

3) Lingkungan teman sebaya

Remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama dengan teman sebaya. Jadi dapat dimengerti bahwa sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku teman sebaya lebih besar pengaruhnya daripada keluarga. Misalnya jika remaja mengenakan model pakaian yang sama dengan pakaian anggota kelompok yang terpopuler, maka kesempatan baginya untuk dapat diterima oleh kelompok untuk menjadi lebih besar. Demikian pula bila anggota kelompok mencoba minum alkohol, merokok, zat adiktif lainnya, maka remaja cenderung mengikuti tanpa memperdulikan akibatnya. Di dalam

kelompok sebaya, remaja berusaha menemukan konsep dirinya. Di sini ia dinilai oleh teman sebayanya tanpa memperdulikan sanksi-sanksi dunia dewasa. Kelompok sebaya memberikan lingkungan yaitu dunia tempat remaja dapat melakukan sosialisasi di mana nilai yang berlaku bukanlah nilai yang ditetapkan oleh orang dewasa, melainkan oleh teman seusianya. Disinilah letak berbahayanya bagi perkembangan jiwa remaja, apabila nilai yang dikembangkan dalam kelompok sebaya adalah nilai yang negatif . Akan lebih berbahaya apabila kelompok sebaya ini cenderung tertutup, dimana setiap anggota tidak dapat terlepas dari kelompoknya dan harus mengikuti nilai yang dikembangkan oleh pemimpin kelompok. Sikap, pikiran, perilaku dan gaya hidupnya merupakan perilaku dan gaya hidup kelompoknya.

4) Lingkungan masyarakat

Tanggapan positif dari lingkungan terhadap keadaan remaja akan menimbulkan rasa puas dan menerima keadaan dirinya, sedangkan tanggapan negatif dari lingkungan akan menimbulkan perasaan tidak puas pada dirinya dan individu cenderung tidak menyukai dirinya (Sullivan dalam Rakhmat, 1986)⁴ yang nantinya akan mengakibatkan terjadinya pelanggaran terhadap peraturan dan norma-norma yang ada dalam masyarakat. Lingkungan masyarakat terdiri dari:

a) Sosial budaya

Dalam era globalisasi, dunia menjadi sempit. Budaya lokal dan budaya nasional akan tertembus oleh bahaya universal. Dengan demikian akan terjadi pergeseran nilai kehidupan. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi sangat berpengaruh terhadap pesatnya informasi. Dalam era globalisasi pengakuan akan hak azasi manusia mulai memasyarakat. Bagi remaja yang sedang mencari identitas dan penyesuaian sosial, situasi ini merupakan titik kritis, yang dapat mengakibatkan terjadinya konflik kejiwaan pada sebagian remaja. Kebudayaan memberikan pedoman arah, persetujuan, pengingkaran, dukungan, kasih sayang dan perasaan aman kepada remaja, tetapi mereka juga mempunyai keinginan untuk mandiri yang berbeda dari tolak ukur orang dewasa. Mereka membuat kebudayaannya sendiri yang berbeda dari kebudayaan

masyarakat pada umumnya. Kebudayaan yang menyimpang inilah yang dikenal sebagai kebudayaan anak muda (*Youth culture*). Nilai yang dominan dalam budaya anak muda adalah keunggulan dalam olahraga, disenangi teman, senang hura-hura, senang pesta, tidak dianggap pengecut dan lain sebagainya.

Media Massa

Dalam era globalisasi ditandai dengan kemajuan dan pesatnya teknologi dan informasi. Kemajuan teknologi yang luar biasa membawa kegembiraan yang menyenangkan dan serta memperluas wawasan, tetapi juga menghasilkan dampak negatif seperti bergesernya hubungan antar manusia menjadi hubungan manusia dengan mesin. Komunikasi dalam keluarga yang menumbuhkan saling pengertian, kasih sayang dan kerja sama menjadi surut. Tidak sekedar kehilangan waktu luang yang berharga, tetapi remaja lebih rugi karena banyaknya program yang diikuti remaja adalah program yang kurang mendidik, misalnya tayangan kekerasan dan kehidupan seksual. Bagi remaja media massa dimanfaatkan sebagai pengisi waktu luang untuk lebih banyak meresapi nilai kehidupan yang tidak sesuai dengan kehidupan yang ada. Dikhawatirkan nilai yang diserap tersebut akan mempengaruhi perilaku dan gaya hidupnya sehari-hari. Sesuai dengan perkembangan heteroseksualitasnya, remaja menikmati media elektronik seperti internet dan cenderung ke arah yang berisikan kehidupan seksual. Keingintahuan tentang seksual merupakan pendorong bagi remaja untuk memanfaatkan internet dan media massa lainnya dalam pemenuhan kebutuhannya.

2.3 Tujuan Kesehatan Reproduksi

Untuk meningkatkan kepercayaan diri dari diri perempuan dalam mengambil keputusan terhadap fungsi dan peran reproduksinya, untuk memberikan dukungan terhadap para wanita dalam memberikan keputusan terhadap jumlah anak, pemberian jarak kelahiran untuk memaksimalkan hak dan tanggung jawab yang akan dipegang oleh sang ibu.

2.4 Masalah Reproduksi Remaja

Masalah reproduksi yang dapat dialami oleh remaja adalah:

- a. Seks bebas yang dapat mengakibatkan kehamilan di usia remaja dan tertularnya penyakit menular seksual.

- b. Perdarahan di luar haid (perdarahan yang terjadi di antara 2 haid). Hal ini disebabkan oleh kelainan organik (polip, tumor ovarium, perlukaan serviks, dll) dan kelainan hormonal (kelainan pada rantai hormonal hipotalamus-hipofisis dan ovarium)
- c. Haid yang tidak teratur. Hal ini disebabkan oleh ketidakseimbangan hormone (FSH, LH, GnRH) dipengaruhi oleh stress, indeks masa tubuh, dan aktivitas fisik.

2.5 Cara memelihara kesehatan reproduksi

Menjaga kebersihan organ reproduksi pada remaja berbeda dengan pada masa anak-anak karena, pada organ reproduksi remaja anus dan saluran kencing bermuaranya di sekitar alat kelamin. Penting untuk menjaga kesehatan reproduksi karena terdapat rambut disekitar alat reproduksi atau kelamin, peningkatan kelenjar di sekitar alat kelamin dan peningkatan produksi keringat di sekitar alat kelamin. Alat kelamin dan daerah sekitarnya menjadi kotor dan lembab sehingga mudah berkembang biak kuman dan jamur.

Cara menjaga kebersihan organ reproduksi yaitu membasuh dengan air bersih dari arah depan ke belakang dan keringkanlah menggunakan handuk kering sebelum menggunakan celana dalam karena lembab jamur akan mudah tumbuh dan menyebabkan rasa gatal. Menggunakan pakaian dalam yang bersih, menggunakan pakaian dalam yang tidak ketat dan mudah menyerap keringat dan ganti pakaian dalam minimal 2x sehari.

2.6 Hal-hal penting dalam menjaga kesehatan reproduksi laki-laki

- Jika berada di toilet umum sebaiknya menggunakan air yang mengalir karena kemungkinan air yang berada di tempat penampungan mengandung bakteri dan jamur.
- Mencukur rambut kemaluan secara berkala untuk menjaga tetap pendek agar tidak banyak ditumbuhi bakteri, disamping itu ada bakteri baik yang tumbuh disekitar kemaluan
- Menggunakan air bersih untuk membasil alat kelamin sesudah buang air
- Pria penting untuk melakukan sunat untuk mencegah penumpukan kotoran pada lipatan luar penis
- Jaga kelembaban, jauhi kebiasaan yang meningkatkan suhu alat kelamin seperti memangku laptop di paha dekat alat kelamin

2.7 Hal-hal penting dalam menjaga kesehatan reproduksi wanita

- Pada saat haid atau menstruasi bagian dalam Rahim terlepas sehingga amat mudah terkena infeksi, oleh karenanya sangat perlu menjaga kesehatan dengan cara gunakan pembalut bersih dan anti secara teratur 2-3 kali dalam sehari atau setiap setelah buang air kecil atau bila pembalut tela penuh darah atau saat mandi.
- Bila pembalut yang digunakan pembalut sekali pakai maka bersihkan/bilas dahulu pembalut dengan air. Kemudian, bungkus dan buanglah di tempat sampah.
- Hindari penggunaan pantyliner secara terus menerus karena dapat menyebabkan iritasi
- Hindari penggunaan cairan khusus pembersih organ intim karena akan mengganggu keseimbangan PH dalam vagina. Bila terlalu sering dipakai justru akan membunuh bakteri baik dalam vagina yang memicu tumbuhnya jamur akibatnya muncul gatal-gatal di area organ intim.

2.8 Pencegahan kehamilan pada usia dini

- Remaja putri harus berani mengatakan “TIDAK” bila teman laki-lakinya mengajak untuk melakukan hubungan seksual sebelum menikah.
- Remaja putra harus menghormati teman wanitanya dengan tidak meminta atau memaksa untuk melakukan hubungan seksual sebelum menikah.
- Hindari sentuhan langsung bagian tubuh yang mudah terangsang, seperti alat kelamin, bokong, paha sebelah dalam, payudara, leher dan mulut yang dapat mendorong timbulnya nafsu seksual.
- Hindari tempat-tempat yang sepi maupun gelap untuk berduan dengan kekasih.

2.9 Tips dan trik remaja sehat

- Berbekal informasi tentang kesehatan reproduksi
- Tidak tergoda melakukan hubungan seksual
- Berpikiran maju untuk hal baru dan berpendirian teguh
- Dapat mengatur energy remaja menjadi hal yang positif

- Membina persahabatan yang sehat dan saling menghargai
- Memupuk pengenalan priadi menjadi saling pengertian

2.10 Seks Bebas

Seks bebas adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual terhadap lawan jenis maupun sesama jenis yang dilakukan di luar hubungan pernikahan dan bertentangan dengan norma-norma tingkah laku seksual dalam masyarakat yang tidak bisa diterima secara umum.

Menurut Rintyastini (2006: 108) ada beberapa faktor yang menjadi penyebab remaja terjebak dalam seks bebas yaitu:

- Perubahan hormon ketika seseorang memasuki masa remaja. Hal ini mengakibatkan organ-organ seks menjadi matang dan membutuhkan penyaluran.
- Motivasi untuk mewujudkan rasa sayang dan cinta dengan didominasi oleh perasaan kedekatan dan gairah komitmen yang jelas.
- Rasa ingin tahu yang besar untuk mencoba segala hal yang belum diketahui.
- Faktor lingkungan, lingkungan juga punya peranan cukup besar dalam membuat remaja terjebak pada seks bebas.
- Adanya budaya barat yang masuk ke dalam negeri yang mengutamakan nafsu, merambah aspek hidup remaja.
- Kurangnya dasar-dasar keimanan di dalam diri.

