

# LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja  
di SMAN 20 KELAS XI Rabu, 28 Februari 2024

Disusun Oleh :

FITRIA ENDAH PURWANI, SKM, SST, M.Keb  
ULFA JAMIL

STIK BUDI KEMULIAAN  
JL. BUDI KEMULIAAN NO.25 JAKARTA PUSAT  
TAHUN 2024



**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

- |                            |  |
|----------------------------|--|
| 1. Judul Kegiatan          | Kesehatan Reproduksi Pada Remaja   |
| 2. Mitra Kegiatan          | SMAN 20 Jakarta Pusat Kelas XI   |
| 3. Ketua Kegiatan          |  |
| a. Nama Lengkap            | Fitria Endah Purwani, SKM, SST, MKeb   |
| b. Jenis Kelamin           | Perempuan  |
| c. NIDN/NIDK/NUP           | 0328088002   |
| d. Rumpun Ilmu             | Kebidanan  |
| e. Jabatan                 | Dosen Tetap  |
| f. Institusi               | STIK Budi Kemuliaan  |
| 4. Jumlah Anggota Kegiatan | 1  |
| 5. Lokasi Kegiatan         | Posyandu RW 17 Kelurahan Kebon<br>Melati, Kota Jakarta Pusat, Daerah<br>Khusus Ibukota Jakarta 10220 |
| 6. Jumlah Biaya Kegiatan   |  |
| 7. Sumber Biaya            | PkM Mitra STIK Budi Kemuliaan  |

Mengetahui,  
Ketua LPPM STIK Budi Kemuliaan



(Tiarlin Lavidarahel, SST, MKeb)

Jakarta, 28 Februari 2024  
Pelaksana PkM Mitra  
STIK Budi Kemuliaan



(Fitria Endah Purwani, SKM, SST, MKeb)

Menyetujui,  
Ketua STIK Budi Kemuliaan



(dr. Irma Sapriani, SpA)

## DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan .....	i
Daftar Isi .....	iii
Kata Pengantar .....	iv
Ringkasan .....	v
Pendahuluan .....	1
Bab II Tinjauan Pustaka Dan Kerangka Teori .....	
Solusi Permasalahan .....	
Metode Pelaksanaan .....	
Luaran dan Target Capaian .....	
Anggaran .....	
Jadwal .....	
Daftar Pustaka .....	
Lampiran .....	

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT. atas Rahmat dan ridho-Nya 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 Tiarlin Lavidia Rahel, 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 SMAN 20 Jakarta Pusat Kelas XI Jakpus 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, 28 Februari 2023

Tim

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
BAB I Pendahuluan	1
BAB II Tinjauan Teori	4
BAB III Pelaksanaan Kegiatan	XI
BAB IV Penutup	14
DAFTAR PUSTAKA	15
LAMPIRAN I	16
LAMPIRAN II	19

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1 Analisis Situasi**

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 terasing.

Kesehatan reproduksi pada remaja merupakan salah satu komponen dari kesehatan reproduksi. Remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi 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.

Berdasarkan informasi terbaru yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2023, definisi remaja tetap mengacu pada peraturan yang sebelumnya, yaitu kelompok usia 10 hingga 18 tahun. Ini sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 5 tahun 2014 yang mendefinisikan remaja sebagai penduduk dalam rentang usia 10 hingga sebelum mencapai 18 tahun. Adapun WHO mendefinisikan remaja sebagai individu yang berada dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun, dan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menambahkan kriteria bahwa rentang usia remaja adalah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah.

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 Rumusan Masalah**

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

## **1.3 Tujuan**

Tujuan umum :

Setelah dilakukan penyuluhan, diharapkan siswa/i dapat menjelaskan kembali tentang kesehatan reproduksi dan bagaimana menjaga kesehatan reproduksinya agar tetap sehat.

Tujuan Khusus :

1. Membantu para remaja yang memerlukan pandangan yang lebih luas tentang kesehatan reproduksi sehingga mampu untuk menjaga diri agar terhindar dari problema-problema pada remaja
2. Untuk memberdayakan remaja dalam aspek kesehatan pada umumnya dan kesehatan reproduksi pada khususnya agar dapat tumbuh dan berkembang menjadi remaja yang bertanggung jawab dalam berperilaku sosial maupun terhadap perilaku seksual.
3. Dapat turut mewujudkan remaja Indonesia yang sehat dan bertanggung jawab, mampu membentuk remaja yang bisa memenuhi tantangan era globalisasi.

#### **1.4 Manfaat Kegiatan**

- 1 Meningkatkan pemahaman siswa tentang kesehatan reproduksi
- 2 Dapat memperluas jangkauan promosi kesehatan untuk menciptakan generasi yang sehat

#### **1.5 Ruang Lingkup**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan secara luring/ *offline* di SMAN 20 Jakarta Pusat Kelas XI pada hari Rabu, 28 Februari 2024, pukul 10.30 – 12.00 WIB

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **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 Remaja<sup>1</sup>**

##### **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

---

<sup>1</sup> Ibid.hal 37-52

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)<sup>2</sup> 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)<sup>3</sup>. 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 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.

---

<sup>2</sup> T.J.M.S Raju,etal. *Personality And Adjusment Of University Hostel Students*. New Delhi.2009

<sup>3</sup> Sumiati. *Kesehatan Jiwa Remaja Dan Konseling*. Trans Info Media Jakarta. 2009

## 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)<sup>4</sup> 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.

##### b) 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

---

<sup>4</sup> Ibid.hal.49

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**

1. 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 membasuh 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 memangguk 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 telenyap 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.

## **BAB III**

### **PELAKSANAAN KEGIATAN**

#### **3.1. Bentuk Pelaksanaan Kegiatan**

Metode kegiatan ini berupa penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi remaja di SMAN 20 Jakarta Pusat Kelas XI. Berikut ini adalah tahapan kegiatan penyuluhan yang dilakukan

##### **1. Tahap Persiapan**

Tahap persiapan dilakukan meliputi :

- a. Survei.
- b. Pemantapan dan penentuan lokasi dan sasaran.
- c. Penyusunan bahan/materi pelatihan yang meliputi handout dan bahan penyangan *power point* pada saat penyuluhan.
- d. Persiapan ruangan pemeriksaan dan alat-alat.

##### **2. Tahap Pelaksanaan Penyuluhan**

Dalam tahap ini dilakukan penyuluhan oleh nara sumber kepada siswa dengan metode ceramah dengan menayangkan materi pada slide *Power Point*. Setelah penyuluhan selesai maka dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.

#### **3.2. Keterlibatan Mitra**

Kegiatan pengabdian pada masyarakat yang dilakukan ini secara teknis melibatkan kerjasama antara Instansi STIK Budi Kemuliaan selaku penyelenggara dengan SMAN 20 Jakarta Pusat Kelas XI. Selain itu untuk berlangsungnya kegiatan penyuluhan dengan baik maka diperlukan partisipasi aktif dari pihak SMAN 20 Jakarta Pusat Kelas XI, diantaranya:

- a. Dalam penentuan lokasi dan waktu pelaksanaan penyuluhan.
- b. Siswa SMAN 20 Jakarta Pusat Kelas XI mampu dan bersedia melakukan sosialisasi hasil dari penyuluhan ke siswa yang tidak mengikuti kegiatan penyuluhan.

#### **3.3. Rancangan Evaluasi**

Evaluasi kegiatan dilakukan selama proses dan akhir kegiatan. Selama kegiatan evaluasi dilaksanakan langsung dengan sesi tanya jawab dengan peserta penyuluhan.

### 3.4. Jadwal Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu, 28 Februari 2024 di Aula SMAN 20 Jakarta Pusat Kelas XI

### 3.5. Organisasi Pelaksana

#### 1. Ketua Pelaksana :

- a. Nama & Gelar : Fitria Endah P, SKM, SST, MKeb
- b. NIDN : 0328088002

#### 2. Anggota Pendukung (Mahasiswa STIK Budi Kemuliaan)

- a. Ulfa Jamil

### 3.6. Realisasi Anggaran Biaya

Realisasi anggaran biaya untuk kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi remaja dapat dijabarkan dalam berbagai komponen-komponen pembiayaan yang sangat menunjang keberhasilan penyuluhan.

### 3.7 Realisasi Anggaran Biaya

No	Uraian	Volume	Harga	Jumlah
Bahan				
1	ATK	1	Paket Rp 50.000	Rp 50.000
2	Gimmick	1	Paket Rp 586.000	Rp 586.000
Total (a)				Rp 300.000
Pelaksanaan				
1	Snack	60	Paket Rp 15.000	Rp 900.000
Total (b)				Rp 900.000
<b>Jumlah (a+b)</b>				<b>Rp 1.725.000</b>

### 3.8 Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu, XI Januari 2023 di Aula SMAN 20 Kelas XI Jakarta Pusat jam 09.00-12.00 WIB. Kegiatan berlangsung dengan baik, peserta yang hadir sangat antusias mengikuti kegiatan. Kegiatan dimulai pada jam 08.00 diawali dengan pembukaan yang dibuka oleh Ketua pelaksana pengabdian masyarakat, setelah itu dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai kesehatan reproduksi remaja. Metode penyampaian materi dengan menggunakan slide *power point* dan mengikutsertakan peserta penyuluhan dalam sesi tanya jawab. Peserta yang hadir dalam kegiatan ini adalah sebanyak 60 orang. Dalam pelaksanaannya, semua peserta hadir sesuai target yang ditentukan. Dengan demikian

dapat dikatakan bahwa jumlah peserta tercapai 100%, angka tersebut menunjukkan bahwa kegiatan dilihat dari jumlah peserta yang mengikuti dapat dikatakan berhasil.

Pada akhir sesi penyuluhan dilakukan evaluasi mengenai materi yang diberikan, peserta sangat antusias dalam menjawab pertanyaan yang diberikan, dan mampu menjawab dengan baik.

### 3.9. Keberlanjutan Program Kegiatan

Pendidikan kesehatan (penyuluhan) tentang kesehatan reproduksi pada remaja terlaksana dengan baik bahkan para peserta terlihat antusias dan mengharapkan kegiatan penyuluhan dapat berlanjut dengan pemberian materi yang lainnya. Pengurus sekolah juga mengharapkan akan adanya kegiatan yang berkelanjutan sehingga semakin dapat meningkatkan pengetahuan siswa.

### 4.0. Tabel Susunan Acara

Waktu	Kegiatan	Narasumber
10.00 – 10.15	1. Pembukaan 2. Sambutan STIK Budi Kemuliaan 3. Sambutan Kepala Sekolah SMAN 20 Jakarta Pusat Kelas XI	Fitria Endah P, SKM, SST, MKeb
10.15 – XI.25	Penyampaian materi	Tim
XI.25 – XI.50	Evaluasi	Tim
XI.50 – 12.00	Foto Bersama, dan penutup	Fitria Endah P, SKM, SST, MKeb