

PSIKOEDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA SMPN 1 TERNATE

PSYCHOEDUCATION OF REPRODUCTIVE HEALTH IN ADOLESCENTS OF TERNATE 1 STATE MIDDLE SCHOOL

Abdul Hamid^{1*}, Viva Hadyasri Taslim²
^{1,2} Universitas Khairun, Ternate, Indonesia
*abdulhamidpsikolog33@gmail.com

Abstrak: Perilaku seksual remaja di Kota Ternate belakangan semakin memprihatinkan. Telah berulang kali terjadi penggerebekan dan penangkapan remaja yang melakukan tindakan asusila dan melakukan perilaku seks berbahaya. Minimnya pengawasan orang tua serta minimnya pengetahuan para remaja tentang bahaya dan konsekuensi perilaku seksual turut menjadi faktor yang memicu mereka melakukan aktivitas seksual sebelum menikah. Aktivitas seksual sebelum menikah memiliki beberapa konsekuensi besar diantaranya kehamilan di pihak remaja putri yang berpotensi mengganggu proses tumbuh kembang, psikologis, dan pembelajaran mereka. Tujuan dari dilaksanakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) Tingkat Fakultas ini adalah untuk meningkatkan Pengetahuan Kesehatan reproduksi remaja agar para remaja di kota ternate memiliki pemahaman yang benar terkait seks bebas dan kesehatan reproduksi. Sehingga akan menghindarkan para remaja dari seks bebas, menurunnya angka aborsi, menurunnya kehamilan diluar nikah dan menurunnya insiden terkait penyakit menular seksual. Metode pelaksanaan PKM Tingkat Fakultas ini melalui; 1) Psikoedukasi berupa penyuluhan kesehatan reproduksi; 2) Membagikan Brosur Brosur di sekolah tentang kesehatan reproduksi pada remaja di SMPN 1 Ternate. Psikoedukasi ini mendapatkan perhatian dan antusiasme dari remaja di SMPN 1 Ternate. Banyak dari mereka mengajukan pertanyaan terkait kesehatan reproduksi. Hasil post test juga menunjukkan bertambahnya pemahaman dan kesadaran para remaja terkait kesehatan reproduksi.

Kata Kunci: Psikoedukasi, Kesehatan Reproduksi, Remaja, Ternate

Abstract: *The sexual behavior of teenagers in Ternate City has recently become increasingly worrying. There have been repeated raids and arrests of teenagers who commit immoral acts and engage in dangerous sexual behavior. The lack of parental supervision and the lack of knowledge among teenagers about the dangers and consequences of sexual behavior are also factors that trigger them to engage in sexual activities before marriage. Sexual activity before marriage has several major consequences, including pregnancy for young women which has the potential to disrupt their growth and development, psychological and learning processes. The aim of the Community Service (PKM) from the Faculty level is to increase knowledge of adolescent reproductive health so that teenagers in the city of Ternate have a correct understanding regarding free sex and reproductive health. This will prevent teenagers from free sex, reduce the number of abortions, reduce pregnancies outside of marriage and reduce incidents related to sexually transmitted diseases. The method for implementing Faculty Level PKM is through; 1) Psychoeducation in the form of reproductive health education; 2) Distributing brochures at school about reproductive health for teenagers at SMPN 1 Ternate. This psychoeducation received attention and enthusiasm from teenagers at SMPN 1 Ternate. Many of them ask questions related to reproductive health. The post test results also show an increase in understanding and awareness among teenagers regarding reproductive health.*

Keywords: *Psychoeducation, Reproductive Health, Adolescents, Ternate*

Received	Revised	Published
24 November 2023	10 Januari 2024	15 Januari 2024

Pendahuluan

1. Analisis Situasi

Masa remaja adalah masa dengan rentang usia berkisar 10 sampai 24 tahun merupakan suatu fase peralihan dari masa kanak-kanak (dependent) menuju masa dewasa (independent) dan normal terjadi pada kehidupan manusia. Dalam periode tersebut seorang remaja akan banyak sekali mengalami perkembangan dan pertumbuhan guna mencari identitas dan jati dirinya. Berbagai perubahan akan muncul baik dari sisi psikologis, fisik (pubertas) dan sosial lingkungan. Problematika kaum remaja dapat terjadi sehubungan dengan adanya perbedaan kebutuhan (motif) dan aktualisasi dari kemampuan penyesuaian diri (adaptasi) remaja terhadap lingkungan tempat hidupnya dan tumbuh berkembang sebagai seorang pribadi manusia dan makhluk sosial.

Masa transisi ini merupakan masa yang kritis bagi remaja, disaat muncul keinginan lepas mandiri dari ketergantungan orang tua, rasa ingin tahu yang berlebihan dan mulai rentan terhadap perilaku beresiko. Diperkirakan 20-30% dari total populasi di masing-masing kabupaten maupun kotamadya di Indonesia adalah tergolong kaum remaja yang persentase terdistribusi secara hampir merata. Jika diestimasi dari jumlah penduduk Indonesia yang saat ini sekitar 250 juta, maka diperkirakan terdapat total 50-75 juta jiwa kaum remaja.

Apabila kita meninjau lebih jauh lagi, maka terdapat sekitar 1 milyar penduduk dunia adalah kaum remaja (hampir 1 dari 6 penduduk) dan 85% remaja ternyata hidup di negara berkembang. Dengan keadaan piramida penduduk yang terbalik, hendaknya remaja mendapatkan prioritas perhatian dari semua pihak yang bersangkutan. Ditemukan fakta ternyata banyak remaja yang sudah aktif secara seksual, meskipun tidak selalu atas kehendak sendiri, dan di beberapa negara berkembang kira-kira separuh dari mereka sudah menikah.

Di Ternate sendiri berdasarkan berita dari Kumparan pada agustus 2021 polisi mengamankan 18 perempuan yang diduga terlibat prostitusi online. Hal yang ironis karena 7 di antaranya masih di bawah umur (Tawainella, 2021). Pada 2022 satuan polisi pamong kembali menggrebek 12 remaja yang ditemukan dalam 3 kamar salah satu hotel kelas melati di Kota Ternate (Nuansamalut.com, 2022).

Aktifitas seksual dini yang tidak bertanggung jawab menempatkan remaja menghadapi berbagai tantangan resiko kesehatan reproduksi. Di seluruh dunia pada tahun 1997 diperkirakan 15 juta jiwa lebih remaja putri berusia 15-19 tahun yang melahirkan, 4 juta diantaranya melakukan unsafe abortion dan hampir 100 juta orang remaja yang terkena IMS.

Secara global 3 pun didapatkan data 40% dari total kasus HIV terjadi pada kaum muda yang berusia 15-24 tahun atau diperkirakan lebih dari 7.000 remaja terinfeksi HIV setiap harinya. Sedangkan di Indonesia sendiri, ditemukan prediksi sekitar 700.000 ribu kasus aborsi pada tahun 2003 dan 50% termasuk unsafe abortion. KTD pada remaja Indonesia juga diestimasi meningkat setiap tahunnya sebesar 150.000-200.000, 10% remaja usia 15-19 tahun sudah menikah dan memiliki anak. Di Ternate sendiri kasus HIV dan AIDS di kota ternate meningkat. Mulai dari januari hingga oktober 2022 tercatat ada 108 kasus HIV yang mana meningkat dibanding tahun lalu sebanyak 70 kasus. Kasus HIV dan AIDS di perkirakan lebih tinggi dari pada 10 kota lainnya di maluku utara (Yonavilbia, 2022).

Berbagai risiko kesehatan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan,

misalnya tuntutan kawin muda dan berhubungan seksual, kurangnya akses terhadap pendidikan dan pekerjaan, ketimpangan gender, kekerasan seksual, pengaruh negatif media masa dan kemajuan teknologi, maupun gaya hidup modern yang bebas. Selain itu beberapa penelitian menyebutkan bahwa perilaku seks bebas memiliki kaitan erat dengan pengetahuan tentang seks bebas dan kesehatan reproduksi. Namun masih banyak kalangan yang menganggap pengetahuan tentang kesehatan reproduksi semata mata adalah urusan medis sebagaimana masalah kesehatan lainnya. Pembahasan tentang kesehatan reproduksi juga masih dianggap tabu untuk dibicarakan apalagi di ajarkan.

2. Permasalahan Mitra

Terdapat beberapa permasalahan spesifik yang dihadapi oleh remaja di Kota Ternate sebagaimana akan dijelaskan sebagai berikut;

- a. Banyak kalangan yang beranggapan bahwa masalah kesehatan reproduksi hanyalah masalah kesehatan sebatas sekitar poses kehamilan dan melahirkan, sehingga dianggap bukan masalah kaum remaja. Apalagi jika pengertian remaja adalah sebatas mereka yang belum menikah. Padahal salah satu hal yang penting dibahas dalam kesehatan reproduksi adalah pencegahan penyakit menular seksual. Sebagai telah kami jabarkan sebelumnya bahwa terjadi peningkatan kasus HIV di Kota Ternate. Remaja merupakan golongan yang paling rentan terhadap bahaya penularan penyakit seksual karena mereka merupakan kelompok yang sedang dalam masa suka mencoba hal baru. Tanpa bekal pengetahuan yang baik mereka akan mudah terjebak dalam situasi yang rawan penularan penyakit menular seksual.
- b. Perilaku seksual remaja belakangan semakin memprihatinkan. Sebagaimana digambarkan sebelumnya di Kota Ternate sudah berulang kali terjadi penggerebekan dan penangkapan remaja yang melakukan tindakan asusila dan melakukan perilaku seks berbahaya. Minimnya pengawasan orang tua serta minimnya pengetahuan para remaja tentang bahaya dan konsekuensi perilaku seksual turut menjadi faktor yang memicu mereka melakukan aktivitas seksual sebelum menikah. Aktivitas seksual sebelum menikah memiliki beberapa konsekuensi besar diantaranya kehamilan di pihak remaja putri yang berpotensi mengganggu proses tumbuh kembang, psikologis, dan pembelajaran mereka.

Metode

Melalui pembahasan diatas maka langkah yang diambil untuk turut menyelesaikan masalah mitra adalah dilakukannya

- a. Psikoedukasi berupa penyuluhan kesehatan reproduksi.

Psikoedukasi adalah Psikoedukasi merupakan suatu tindakan yang diberikan kepada individu dan keluarga untuk memperkuat strategi koping atau suatu cara khusus dalam menangani kesulitan perubahan mental. Psikoedukasi adalah sebuah tindakan modalitas yang disampaikan oleh profesional yang mengintegrasikan dan mensinergikan antara psikoterapi dan intervensi edukasi (Rachmaniah, 2012)

Psikoedukasi mempunyai enam makna yaitu: 1) melatih orang yang mempelajari aneka life skill; 2) pendekatan akademik-eksperiensial dalam mengajarkan psikologi; 3) pendidikan humanistic; 4) melatih tenaga para professional di bidang ketrampilan konseling; 5) rangkaian kegiatan pelayanan kepada masyarakat, dan 6) memberikan layanan informasi tentang psikologi kepada publik (Supratiknya, 2011).

Berdasarkan *Australian Institute of Professional Counsellors* psikoedukasi memiliki empat tujuan umum yaitu: 1) Information transfer, yaitu memberikan informasi berkaitan gejala, penyebab, serta konsep penyembuhan mengenai isu psikologis tertentu kepada masyarakat, klien, atau keluarga klien; 2) Emotional discharge, yaitu membantu individu yang mengalami isu psikologis untuk menghadapi permasalahan yang ada dengan melepaskan rasa frustrasi dan emosi akibat tidak tahu apa atau bagaimana cara menangani isu psikologis; 3) Support of a medication or other treatment, yaitu sebagai sebuah sarana edukasi untuk mendukung individu yang mengalami permasalahan psikologis; 4) Assistance toward self-help, yaitu edukasi yang diberikan diharapkan mampu menjadi suatu hal yang bermanfaat dalam membantu diri sendiri dalam memahami dan menghadapi permasalahan psikologis yang terjadi (Australian Institute of Professional Consellers, 2014)

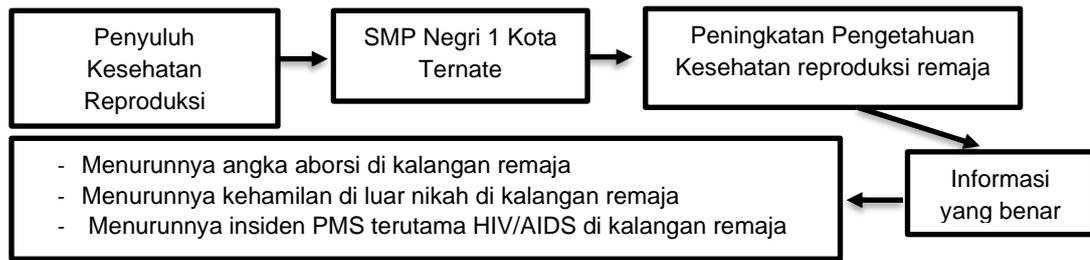
Berbeda dengan jenis terapi lainnya, psikoedukasi ini tidak hanya dapat digunakan untuk individu yang mengalami masalah psikologis saja, tetapi juga mampu digunakan sebagai gerakan sosial yang bertujuan untuk mengedukasi mengenai gangguan mental. Psikoedukasi mampu meningkatkan pengetahuan literasi masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh pada 2019 menunjukkan bahwa psikoedukasi terbukti memengaruhi tingkat literasi terhadap depresi (Natasubagyo & Kusrohmaniah, 2019)

Beberapa manfaat Memahami Kesehatan Reproduksi Bagi Remaja antara lain :

- 1) Memahami Organ Intim dan Reproduksi yang harus dijaga kesehatannya
 - 2) Memahami cara menjaga kesehatan reproduksi
 - 3) Memahami bahaya seks bebas
 - 4) Memahami bahaya perilaku seks tanpa pengaman
 - 5) Memahami perilaku pergaulan dan gaya hidup yang sehat bagi kesehatan reproduksi
- b. Membagikan Brosur Brosur di sekolah tentang kesehatan reproduksi

Psikoedukasi tidak hanya di lakukan dengan penyuluhan namun juga dengan pembagian brosur brosur yang berkaitan dengan pengetahuan kesehatan reproduksi. Brosur merupakan media untuk menyebarkan informasi. Pada beberapa penelitian menunjukkan bahwa brosur efektif merubah perilaku. Penelitian di SMA Negeri 3 Semarang menunjukkan bahwa brosur efektif untuk meningkatkan pengetahuan dengan presentase sebesar 84,4% Psikoedukasi melalui Pamflet/poster dan website efektif dalam meningkatkan literasi (Nafiah & Jumino, 2019). Brosur yang akan dibuat berisi informasi tentang kesehatan reproduksi, terkait pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, pemahaman tentang bahayanya seks bebas, bahaya penyakit HIV dan lainnya.

Melalui dua solusi diatas diharapkan para remaja di kota ternate memiliki pemahamn yang benar terkait seks bebas dan kesehatan reproduksi. Sehingga akan menghindarkan para remaja dari seks bebas, menurunnya angka aborsi, menurunnya kehamilan diluar nikah dan menurunnya insiden terkait oenyakit menular seksual. Berikut kerangka pemecahan masalah :



Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah

Hasil dan Pembahasan

1. Psikoedukasi

a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dimulai koordinasi dengan seluruh tim PKM yang terdiri dari dosen dan mahasiswa. Koordinasi berupa pembagian tugas, membuat jadwal pelaksanaan mulai dari persiapan pelaksanaan hingga evaluasi dan penyusunan laporan. Kemudian dilakukan pula koordinasi dengan kepala sekolah SMPN 1 Kota Ternate dalam pelaksanaan psikoedukasi terkait waktu, tempat dan lainnya.

b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan PKM Tingkat Fakultas dikemas dalam bentuk Psikoedukasi dengan metode ceramah dan tanya jawab. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jum'at, 4 Agustus 2023 dengan judul "Kesehatan Reproduksi Terhadap Persepsi Perilaku Seksual Beresiko".

Kegiatan ini diawali dengan melakukan pre-test kepada siswa/siswi SMPN 1 Ternate tentang sejauh mana pengetahuan kesehatan reproduksi. Kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi kesehatan reproduksi oleh Direktur RS PKU Muhammadiyah Maluku Utara dr. Ali Akbar Taslim. Sebagaimana terlihat pada gambar 2. Materi kedua disampaikan oleh Wakil Ketua Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPISI) Wilayah Maluku Utara, Syam Ardhi Dabi-Dabi, S.Psi., M.Psi. tentang motivasi untuk menjaga kesehatan reproduksi. Seperti terlihat pada gambar 3. Setelah itu diadakan pula sesi tanya jawab siswa dan siswi SMPN 1 Ternate kepada kedua pembicara. Seperti terlihat pada gambar 4.



Gambar 2. Penyampaian Materi oleh dr. Ali Akbar Taslim



Gambar 3. Penyampaian Materi oleh Syam Ardhi Dabi-Dabi, S.Psi., M.Psi

c. Tahap Evaluasi

Kegiatan evaluasi dilakukan setelah pemaparan materi dan tanya jawab oleh kedua pembicara. Kegiatan ini dilakukan dengan mengisi instrument yang telah disiapkan tim guna mengetahui tingkat pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan. Seperti terlihat pada gambar 5.



Gambar 4. Sesi Tanya Jawab



Gambar 5. Post Test

2. Penyebaran Brosur

a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini tim berkoordinasi dengan seluruh tim PKM. Koordinasi terkait substansi materi yang akan dipaparkan dalam brosur, pembagian tugas untuk kegiatan penyebaran brosur.

b. Tahap Pelaksanaan

Penyebaran brosur dilaksanakan di sekitar SMPN 1 Kota Ternate oleh Tim Penelitian.

Pengetahuan tentang seks bebas dan kesehatan reproduksi memiliki hubungan yang signifikan pada perilaku seks bebas. Penelitian yang dilakukan pada 2020 di SMKN 1 Sibolga menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan seksualitas maka semakin baik perilaku seksualitasnya (Nainggolan, 2021). Kemudian penelitian di Palangkaraya pada 2021 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang seks bebas mampu mengatasi perilaku seks bebas (Safitri et al., 2022). Sedangkan penelitian di Ternate sendiri menunjukkan hasil yang sama. Penelitian yang dilakukan di SMKN Kota Ternate pada 2020 menunjukkan hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan tentang seks bebas dengan perilaku seks bebas (Ali, 2018).

Hal ini sejalan dengan teori dari Lawrence Green bahwa perilaku manusia salah satunya dipengaruhi oleh faktor predisposisi (predisposing factors), yang mencakup pengetahuan, sikap dan sebagainya. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Apabila penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku melalui proses yang didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*) daripada

perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2003)

Kegiatan psikoedukasi ini dilakukan dalam rangka meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan kesehatan reproduksi pada remaja di Ternate. Peserta pelajar yang mengikuti psikoedukasi tersebut pun sangat antusias dengan materi yang dibawakan. Itu dibuktikan oleh banyaknya peserta yang nampak bersemangat mengajukan pertanyaan seputar kesehatan reproduksi dan kesehatan mental psikologis.

Kesimpulan

Perilaku seksual remaja di Kota Ternate belakangan semakin memprihatinkan. Minimnya pengetahuan para remaja tentang bahaya dan konsekuensi perilaku seksual turut menjadi faktor yang memicu mereka melakukan aktivitas seksual sebelum menikah. Melalui kegiatan psikoedukasi dan penyebaran brosur terkait kesehatan reproduksi diharapkan pelajar bertambah pengetahuan dan kesadarannya terkait pentingnya kesehatan reproduksi. Psikoedukasi ini mendapatkan perhatian dan antusiasme dari remaja di SMPN 1 Ternate. Banyak dari mereka mengajukan pertanyaan terkait kesehatan reproduksi. Hasil post test juga menunjukkan bertambahnya pemahaman dan kesadaran para remaja terkait kesehatan reproduksi.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih disampaikan pada Universitas Khairun Ternate dan Fakultas Kedokteran Universitas Khairun Ternate yang telah mendanai pelaksanaan kegiatan pengabdian. Kemudian Kepada Kepala Sekolah SMPN 1 Kota Ternate yang telah memberikan izin serta membantu menyediakan tempat pelaksanaan kegiatan. Selain itu, disampaikan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik.

Referensi

- Ali, I. P. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Seks Bebas Terhadap Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Di Smk Negeri I Kota Ternate*. Universitas Binawan.
- Australian Institute of Professional Consellers. (2014, June 16). *Psychoeducation : Definition , Goals and Methods The goals*. Www.Aipc.Net. www.aipc.net
(<https://www.aipc.net.au/articles/psychoeducationdefinition-goals-and-methods/>)
- Nafiah, S., & Jumino. (2019). Efektivitas Brosur Sebagai Media Pendidikan Pemakai Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Perpustakaan Di Sma Negeri 3 Semarang. *Jurnal Ilmu Perpustakaan* , 8(4).
- Nainggolan, T. (2021). The Relationship Of Knowledge About Reproductive Health To Adolescent Sex Behavior In State Vocational School I Sibolga In 2020. *Jurnal Science Midwifery*, 10(1).
- Natasubagyo, O. S., & Kusrohmaniah, S. (2019). Efektivitas Psikoedukasi untuk Peningkatan Literasi Depresi. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(1), 26. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.48585>

- Notoatmodjo, S. (2003). *Pengembangan Sumber Daya Manusia*. PT. Rineka Cipta.
- Nuansamalut.com. (2022, August 2). Sering Check In di Hotel, Pergaulan Remaja di Ternate Makin Bebas. *Nuansamalut.Com*.
- Rachmaniah, D. (2012). *Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Kecemasan dan Koping Orang Tua dalam Merawat Anak dengan Thalasemia Mayor di RSUD Kabupaten Tangerang Banten*. Universitas Indonesia.
- Safitri, N., Kasanova, E., Natalia, N., Diploma III Kebidanan, D., Eka Harap, S., Raya, P., & Sarjana Keperawatan, M. (2022). The Correlation Between Level of knowledge And Behavior About Teenage Girls Free Sex In SMA Nusantara Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 8(2). <https://doi.org/10.33084/jsm.vxix.xxx>
- Supratiknya, A. (2011). *Merancang program dan modul : psikoedukasi* (2nd ed.). SDU Press.
- Tawainella, I. (2021, August 23). Diduga Tawarkan Diri Lewat MiChat, 18 Cewek di Kota Ternate Diamankan Polisi. *Indotimur.Com* .
- Yonavilbia, E. (2022, December 7). asus Baru HIV/AIDS di Kota Ternate Januari Sampai Oktober 2022 Sebanyak 108 Penderita. *Infopublik.Id*.