

EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI DAN BAHAYA MEROKOK PADA REMAJA DI SMP CENDIKIA MADANI KOTA METRO

M. Ridwan¹, Elisa Murti Puspitaningrum*²

^{1,2} Prodi DIII Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Metro, Indonesia

*e-mail: elisamurtip@poltekkes-tjk.ac.id

Abstrak

Remaja adalah masa peralihan diri dan perkembangan psikologis anak menuju dewasa. Pada masa remaja umumnya terjadi berbagai macam perubahan, baik secara fisik, biologis, mental dan emosional serta psikososial. Kesehatan reproduksi remaja merupakan kondisi kesehatan yang menyangkut masalah kesehatan organ reproduksi yang kesiapannya dimulai sejak usia remaja ditandai oleh haid pertama kali pada remaja perempuan atau mimpi basah pada remaja laki-laki. Perilaku-perilaku menyimpang dapat dilakukan oleh siapapun, khususnya bagi mereka yang berusia remaja. Faktanya, usia remaja cenderung lebih rentan melakukan perilaku menyimpang dalam pergaulan yang tidak sesuai dengan nilai ataupun norma sosial. Bentuk penyimpangan dalam pergaulan remaja yang jelas melanggar norma di masyarakat adalah pergaulan bebas, penyalahgunaan narkoba, minum-minuman keras, hingga tindak kekerasan dan kriminal. Oleh karena itu berdasarkan kasus tersebut akan dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Dosen Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang dengan tema kesehatan reproduksi dan bahaya merokok pada remaja di SMP Cendikia Madani Kota Metro. Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan penyuluhan agar siswa SMP Cendikia Madani Kota Metro mengetahui tentang kesehatan reproduksi dan bahaya merokok. Kesimpulan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan pada remaja tentang kesehatan reproduksi dan bahaya merokok, yaitu terdapat perbedaan mean pre-test dan post-test adalah 25,54. Diperlukan kerja sama dan koordinasi dengan tim kesehatan wilayah setempat untuk terus untuk melanjutkan kegiatan penyuluhan tentang kesehatan lainnya secara rutin dengan tema yang berfariatif.

Kata kunci: Edukasi ; Kesehatan Reproduksi ; Merokok ; Remaja

Abstract

Adolescence is a period of transition and psychological development of children towards adulthood. In adolescence, various changes generally occur, both physically, biologically, mentally and emotionally and psychosocially. Adolescent reproductive health is a health condition that concerns reproductive organ health problems whose readiness begins at adolescence, marked by the first menstruation in female adolescents or wet dreams in male adolescents. Deviant behavior can be done by anyone, especially for those who are teenagers. In fact, adolescents tend to be more susceptible to deviant behavior in socializing that is not in accordance with social value or norms. Forms of deviation in adolescent socializing that clearly violate norms in society are free association, drug abuse, drinking alcohol, to acts of violence and crime. Therefore, based on this case, a community service activity will be carried out by Lecturers at the Tanjung Karang Ministry of Health Polytechnic with the theme of reproductive health and the dangers of smoking in adolescents at Cendikia Madani Junior High School, Metro City. This activity is carried out by providing counseling so that students of Cendikia Madani Junior High School, Metro City know about reproductive health and the dangers of smoking. This is indicated by the difference in the mean between the pre-test and post-test, which is 25.54. The conclusion of community service activities through counseling activities is that there is an increase in knowledge in adolescents about reproductive health and the dangers of smoking. Cooperation and coordination with the local health team is needed to continue routine health education activities with various themes.

Keywords: Education ; Reproductive Health ; Smoking ; Teenagers

1. PENDAHULUAN

Remaja adalah masa peralihan diri dan perkembangan psikologis anak menuju dewasa. Pada masa remaja umumnya terjadi berbagai macam perubahan, baik secara fisik, biologis, mental dan emosional serta psikososial. Berbagai perubahan yang terjadi pada masa remaja dapat mempengaruhi kehidupan pribadi, lingkungan keluarga maupun masyarakat. Ketidaksiapan remaja dalam menghadapi godaan dapat menimbulkan berbagai perilaku menyimpang seperti yang belakangan ini makin mencemaskan, seperti kenakalan remaja, penyalahgunaan obat terlarang, ancaman seks bebas, terlibat dalam geng, penyakit menular seksual (PMS) dan HIV/AIDS, kehamilan yang tidak dikehendaki, aborsi dan lain sebagainya (1).

Di Indonesia bila dilihat dari segi sosio budaya, masa remaja dimulai dari usia 12 hingga 22 tahun dan tidak bisa disamakan dengan rentang masa remaja di negara barat yaitu sekitar 13 hingga 18 tahun. Menurut UU Nomor 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak, bahwa seseorang masih disebut anak jika berusia sampai dengan 18 tahun. Kementerian Kesehatan RI menekankan bahwa kesehatan remaja sangat

dipengaruhi oleh pola makan yang sehat, aktivitas fisik yang teratur. Remaja yang sehat ditandai dengan berat badan, tinggi badan, dan indeks massa tubuh yang sesuai dengan usianya (2).

Usia remaja tergolong rentan dalam bersosialisasi. Sosialisasi yang dilakukan terkadang tidak sesuai dengan aturan yang berlaku di kehidupan masyarakat. Kegagalan remaja dalam menumbuhkan nilai dan norma yang positif dalam dirinya disebut dengan penyimpangan sosial atau penyimpangan perilaku. Umami dan Panuju menyebutkan, masa remaja adalah masa stress and strain (masa kegoncangan dan kebimbangan). Hal ini berakibat kepada para remaja untuk melakukan penolakan-penolakan terhadap kebiasaan baik dalam lingkungan keluarga. Perilaku demikian potensial menimbulkan penyimpangan norma sosial (3).

Permasalahan utama kesehatan reproduksi remaja (KRR) di Indonesia antara lain reproduksi serta masalah pergeseran perilaku seksual remaja. Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian Irawan (4) yang menjelaskan bahwa hampir seluruh responden memiliki pengetahuan sedang terhadap kesehatan reproduksi remaja kurangnya informasi mengenai kesehatan. Remaja perlu mengetahui kesehatan reproduksi agar memiliki informasi yang benar mengenai proses reproduksi serta berbagai faktor yang ada disekitarnya. Dengan informasi yang benar, diharapkan remaja memiliki sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab mengenai proses reproduksi. Tiga permasalahan Kesehatan Reproduksi Remaja atau dikenal sebagai Triad KRR, yang meliputi masalah seksualitas, HIV dan AIDS serta Narkotika, Psikotropika dan Zat Adiktif (NAPZA). Tiga hal tersebut masih menjadi ancaman yang serius pada bagi remaja. Data menunjukkan masih cukup tingginya usia perkawinan usia dini yang sebagian besar disebabkan karena kehamilan yang tidak diinginkan, temuan kasus HIV baru pada remaja serta penggunaan NAPZA di kalangan remaja (5).

Dukungan keluarga sangat diperlukan sehingga remaja dapat tumbuh sehat sesuai dengan kemampuan, minat, dan bakatnya; mencegah perkawinan remaja; dan memfasilitasi remaja mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar. Dukungan Keluarga sebagaimana dimaksud dalam pengasuhan, pemeliharaan, Pendidikan, dan perlindungan kepada remaja. Oleh karena itu berdasarkan kasus tersebut akan dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Dosen Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang dengan tema kesehatan reproduksi dan bahaya merokok pada remaja di SMP Cendikia Madani Kota Metro.

2. METODE

Metode kegiatan dilaksanakan dengan cara memberikan edukasi pada remaja tentang kesehatan reproduksi dan bahaya merokok di SMP Cendikia Madani Kota Metro. Sebelum melakukan penyuluhan dilakukan *pre-test*. Sedangkan *post-test* dilaksanakan setelah dilakukan penyuluhan dan tanya jawab. Pertanyaan yang digunakan pada *pre-test* dan *post-test* dengan menggunakan soal kuesioner yang sama dengan berjumlah 10 soal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di SMP Cendikia Madani Kota Metro pada tanggal 4 September 2024 dengan jumlah 44 siswa 2 dosen serta mahasiswa dari Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang. Kegiatan *pre-test* dan *post-test* yang dilaksanakan untuk mengetahui dan menilai adanya perubahan peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan bahaya merokok pada remaja di SMP Cendikia Madani Kota Metro dengan hasil seperti pada Tabel 1.

Tabel 1. Perolehan nilai *pre-test* dan *post-test* tentang kesehatan reproduksi dan bahaya merokok

Pre-Test			Post-Test			Perbedaan Mean
Mean	Min	Max	Mean	Min	Max	
62,5	56,8	72,7	88,04	81,8	97,7	25,54

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil bahwa nilai *mean* pada *pre-test* adalah sebesar 62,5 dengan nilai minimal sebesar 56,8 dan nilai maksimum sebesar 72,7. Nilai *mean* pada *post-test* sebesar 88,04 dengan nilai minimum 81,8 dan maksimum sebesar 97,7. Perbedaan *mean pre-test* dan *post-test* adalah 25,54. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner terdapat peningkatan pengetahuan.

Berdasarkan hasil penyuluhan diperoleh hasil pengisian kuesioner pada *pre-test* paling sedikit menjawab benar adalah pada soal nomor 4, yaitu pernikahan usia muda beresiko mengalami perceraian sebanyak 21 orang (47,7%) dan yang paling tinggi bisa menjawab soal nomor 1, yaitu tanda perubahan fisik pada remaja putra adalah perubahan suara dan tumbuhnya jakun sebanyak 32 orang (72,7%). Pernikahan dini adalah akad nikah yang dilangsungkan pada usia dibawah kesesuaian aturan yang berlaku. Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang

Perkawinan menyebutkan bahwa perkawinan hanya diizinkan apabila pria dan wanita sudah mencapai umur 19 tahun. Dari aspek sosial ekonomi, pasangan yang nikah di usia dini belum siap untuk adaptasi dalam kehidupan di masyarakat serta belum mandiri secara ekonomi. Sedangkan dari sisi mental psikologis, pasangan usia dini akan kesulitan dalam mengasuh dan memberikan kasih sayang pada anak. Mereka belum siap untuk menjadi orangtua, memerankan sebagai ayah dan ibu secara optimal sehingga rentan terjadi perselisihan rumah tangga, KDRT bahkan perceraian.

Tabel 2. Distribusi frekuensi kuesioner tentang kesehatan reproduksi dan bahaya merokok

No	PERNYATAAN	Pre-test		Post-test		Perbedaan Point
		B	%	B	%	
1	Tanda perubahan fisik pada remaja putra adalah perubahan suara dan tumbuhnya jakun	32	72,7	43	97,7	25
2	Menstruasi adalah tanda perubahan fisik pada remaja putri	30	68,2	41	93,2	25
3	Dampak seks pra nikah adalah kehamilan tidak diinginkan	27	61,4	37	84,1	22,7
4	Pernikahan usia muda beresiko mengalami perceraian	21	47,7	36	81,8	34,1
5	Obat-obatan terlarang merusak masa depan	26	59,1	38	86,4	27,3
6	Kehamilan remaja dapat menyebabkan kelahiran premature	25	56,8	38	86,4	29,6
7	Merokok dapat mengganggu kesehatan paru-paru	30	68,2	40	90,9	22,7
8	Persalinan usia muda beresiko terjadi kematian	29	65,9	36	81,8	15,9
9	Minum beralkohol dapat menurunkan konsentrasi belajar	28	63,6	39	88,6	25
10	Tindakan aborsi/menggugurkan kandungan merupakan tindakan kriminal	27	61,4	37	84,1	22,7

Seperti pada Gambar 1 kegiatan edukasi pada remaja, karena merupakan individu yang mengalami masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, dimana terjadi eksplorasi psikologis untuk menemukan identitas diri. Masa remaja ini penting karena mereka sedang pada tahap meninggalkan masa kanak-kanak yang bebas dan penuh ketergantungan menuju masa dewasa yang menuntut tanggung jawab (6).



Gambar 1. Kegiatan edukasi kepada siswa di SMP Cendikia

Hasil pengisian kuesioner pada *post-test* paling sedikit menjawab benar pada nomor 4 dan 8, yaitu pernikahan usia muda beresiko mengalami perceraian dan persalinan usia muda beresiko terjadi kematian sebanyak 36 orang (81,8%). Dan paling tinggi menjawab soal nomor 1, yaitu tanda perubahan fisik pada remaja putra adalah perubahan suara dan tumbuhnya jakun sebanyak 43 orang (97,7%). Kondisi rahim wanita yang masih terlalu dini dapat menyebabkan kandungan lemah dan sel telur masih belum sempurna sehingga kemungkinan anak akan lahir secara prematur maupun cacat (7). Selain itu, beberapa risiko juga mengancam anak-anak yang nantinya lahir dari hubungan kedua orangtuanya yang menikah di bawah umur. Belum matangnya usia sang ibu, mendatangkan konsekuensi tertentu pada si calon anak.

Misalnya, angka risiko kematian bayi lebih besar, bayi lahir dalam keadaan prematur, kurang gizi, dan anak berisiko terkena hambatan pertumbuhan atau stunting. Pengetahuan masalah reproduksi tidak hanya wajib bagi remaja putri saja tetapi juga bagi remaja laki-laki juga harus mengetahui dan mengerti cara hidup dengan reproduksi yang sehat agar tidak terjerumus ke pergaulan yang salah yang merugikan bagi remaja. Menjaga kesehatan reproduksi agar lebih sehat yaitu dengan menerapkan pola makan sehat, olahraga, mengonsumsi vitamin dan suplemen serta menghindari perilaku yang tidak sehat, seperti merokok. Pendidikan kesehatan reproduksi harus dianggap sebagai bagian dari proses pendidikan yang mempunyai tujuan untuk memperkuat dasar-dasar pengetahuan dan pengembangan kepribadian. Melalui pendidikan kesehatan reproduksi merupakan upaya bagi remaja untuk meningkatkan pemahaman, pengetahuan, sikap, dan perilaku positif tentang kesehatan reproduksi dan seksualnya, serta meningkatkan derajat reproduksinya (8). Kegiatan foto bersama setelah selesai melakukan kegiatan edukasi, seperti tampak pada Gambar 2.



Gambar 2. Foto bersama dengan siswa di SMP Cendikia

4. KESIMPULAN

Kesimpulan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan penyuluhan yaitu terdapat peningkatan pengetahuan pada remaja tentang kesehatan reproduksi dan bahaya merokok bagi kesehatan di SMP Cendikia Madani Kota Metro. Diperlukan kerja sama dan koordinasi dengan tim kesehatan wilayah setempat untuk terus untuk melanjutkan kegiatan penyuluhan tentang kesehatan lainnya secara rutin dengan tema yang berfariatif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada SMP Cendikia Kota Metro yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sehingga penyuluhan tentang kesehatan reproduksi dan bahaya merokok pada siswa dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Suharmanto, dkk. Remaja, Perilaku Menyimpang dan Dukungan Lingkungan Sosial [Internet]. 2020 [cited 2025 Apr 12]. Available from: <https://news.unair.ac.id/id/2020/08/04/remaja-perilaku-menyimpang-dan-dukungan-lingkungan-sosial/>
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kelompok Usia Remaja 10–18 Tahun [Internet]. 2024 [cited 2025 Apr 12]. Available from: <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja#:~:text=Remaja%20merupakan%20kelompok%20usia%2010,mempertahankan%20dan%20meningkatkan%20kesehatan%20dirinya>
3. Umani I, Panuju. Psikologi Remaja. Yogyakarta: PT Tiara Wacana; 1999.
4. Irawan E. Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Desa Kertajaya. J Keperawatan BSI [Internet]. 2016 [cited 2025 Apr 12];4(1):26–31. Available from: <https://doi.org/10.31311/v4i1.313>
5. Republik Indonesia. Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan.

6. Kusmiran E. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika; 2012.
7. Noor MAL. Kenali Dampak Pernikahan Dini [Internet]. 2022 [cited 2025 Apr 12]. Available from: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1001/kenali-dampak-pernikahan-dini
8. Miswanto. Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas pada Remaja. Jurnal Studi Pemuda. 2014;3(2).