

PEMBERDAYAAN REMAJA DI ERA *NEW NORMAL* MELALUI WEBINAR “KUPAS TUNTAS PUBERTAS DAN REPRODUKSI REMAJA”

Joko Lulut Amboro¹, Dhimas Ridha Arrahman², Sofia Niti Larasati³
Universitas Sebelas Maret
Corresponding author : jl.amboro030380@staff.uns.ac.id

Abstrak

Pubertas adalah masa akil balig atau masa remaja yang dilalui oleh manusia. Hal tersebut ditandai dengan berkembangnya sistem reproduksi manusia baik laki-laki maupun wanita. Kesehatan reproduksi sangatlah penting untuk diketahui dan dijaga khususnya bagi para remaja. Pemberdayaan menjadi salah satu sarana penyebarluasan informasi maupun pendidikan kepada masyarakat luas. Pada masa new normal, pemberdayaan dilakukan secara online. Salah satu upaya tersebut dilakukan oleh kelompok KKN 146 Universitas Sebelas Maret bersama dengan Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Karanganyar (DP3APPKB) dan Duta Genre Kab. Karanganyar dengan mengadakan webinar nasional. Metode pelaksanaan program kerja ini dengan beberapa cara yang pertama melalui penyebaran informasi baik secara langsung maupun secara online. Pelaksanaan webinar dilakukan secara daring dan luring, luring bagi panitia dan pembicara bertempat di aula kantor DP3APPKB Kab. Karanganyar, luring bagi peserta webinar melalui aplikasi video conference zoom. Hasil yang didapatkan adalah pembahasan masa pubertas, ciri-ciri perubahannya, tantangan, dan cara penanggulangan, serta pentingnya menjaga alat reproduksi. Melalui diselenggarakannya webinar ini diharapkan mampu memperluas wawasan masyarakat khususnya remaja mengenai pubertas, sistem reproduksi, dan kesehatan reproduksi.

Kata Kunci : Pubertas, Reproduksi, Pemberdayaan

PENDAHULUAN

Pubertas adalah masa akil balig atau masa remaja yang dilalui oleh manusia. Pubertas merupakan masa perubahan atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial. Pada sebagian besar masyarakat dan budaya, masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Notoatmodjo, 2011). Pubertas ditandai dengan berkembangnya reproduksi manusia baik laki-laki maupun perempuan.

Kesehatan reproduksi merupakan hal yang sangat penting untuk diketahui dan diterapkan. Dari segi kesehatan, tindakan seksual yang menyimpang akan mengakibatkan kesehatan reproduksi terganggu dan dikhawatirkan akan menyebabkan penularan PMS (Penyakit Menular Seksual). Maka dari itu, pendidikan mengenai kesehatan reproduksi khususnya bagi para remaja penting dilakukan. Salah satu cara penyampaian pendidikan kesehatan reproduksi adalah dengan penyuluhan dan sosialisasi langsung kepada masyarakat khususnya

para orangtua dan remaja.

Adanya pendidikan mengenai kesehatan reproduksi tersebut membantu mengedukasi remaja untuk tidak melakukan tindakan seksual menyimpang. Remaja adalah masa depan suatu bangsa, saat ini banyak sekali ditemukan kasus penyimpangan seksual yang dilakukan oleh kalangan remaja mulai dari aborsi, seks bebas, dan sebagainya. Perilaku tersebut termasuk dalam kenakalan remaja.

Salah satu cara untuk memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai reproduksi dan kesehatan reproduksi adalah dengan pemberdayaan, seperti yang dilakukan oleh kelompok KKN 146 Universitas Sebelas Maret di era *new normal*. Menurut Pamungkas (2016), KKN berpendekatan tematik bertujuan membentuk, membina, dan mengembangkan pemberdayaan dari lingkungan keluarga hingga masyarakat luas sebagai terobosan baru melalui pemanfaatan potensi manusia dan alam setempat. Pemberdayaan tersebut berupa Webinar Nasional yang diselenggarakan pada tanggal 16 Februari 2021 pukul 08.00 waktu setempat. Pelaksanaan dilaksanakan secara *online* melalui aplikasi *video conference zoom meeting*. Program ini merupakan program unggulan kelompok KKN 146 pada periode Januari-Februari 2020 dengan tema "Kupas Tuntas Pubertas dan Reproduksi Remaja". Program ini

bekerja sama dengan DP3APPKB atau Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana dan Duta Genre Karanganyar.

Pubertas merupakan proses dimana seorang individu yang belum dewasa akan mendapatkan ciri-ciri fisik dan sifat yang memungkinkan mampu bereproduksi (Heffner, 2006 : 34). Masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, merasa lebih bebas, mudah dipengaruhi teman, dan tidak percaya diri, serta terjadi perubahan dalam hubungan dengan orangtua dan cita-cita mereka (Putro, 2018). Adanya pengaruh dari faktor lingkungan dapat membuat perilaku remaja tidak terkendali sehingga menyebabkan kenakalan remaja. Keadaan lingkungan yang menjadi sebab timbulnya kenakalan remaja seperti keluarga yang *broken home*, rumah tangga yang berantakan disebabkan oleh kematian ayah atau ibunya, keluarga yang diliputi konflik keras, ekonomi keluarga yang kurang, semua itu merupakan sumber yang subur untuk memunculkan delinkuensi remaja (Sumara dkk., 2017).

Kesehatan reproduksi didefinisikan sebagai suatu kesejahteraan fisik, mental dan sosial secara utuh tidak bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi,

fungsi dan prosesnya (Yarza dkk., 2019). Untuk mengetahui pengaruh pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja yang meliputi pengetahuan tentang masa subur, pengetahuan wanita dapat hamil hanya dengan satu kali melakukan hubungan seksual, pengetahuan tentang HIV/AIDS dan bahayanya terhadap perilaku seksual remaja yang dilihat dari pengalaman pernah melakukan hubungan seksual (Nasution, 2012).

METODE

Kegiatan persiapan teknis terdiri dari perizinan, konfirmasi kehadiran pembicara, *survey* lokasi utama untuk pembicara dan panitia, persiapan bahan materi dan peralatan kegiatan, rapat koordinasi, dan segala sesuatu yang dibutuhkan dalam pelaksanaan program. Penyebaran informasi terkait pengadaan kegiatan ini dilakukan secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung melalui sosialisasi dengan perangkat desa setempat, sementara itu penyebaran informasi secara tidak langsung dengan penyebaran e-pamflet melalui media sosial. Pelaksanaan kegiatan terbagi menjadi dua yakni kegiatan secara daring dan luring. Hal ini dilakukan guna mengurangi adanya pengumpulan orang yang berlebih guna mencegah penularan *covid-19*. Pelaksanaan secara daring diikuti oleh peserta webinar dari berbagai macam

instansi, sedangkan pelaksanaan secara luring dilakukan di Aula DP3APPKB oleh panitia bersama para pembicara. Pembicara dalam webinar ini adalah Dr. Ita Kusumawati, M.Kes. yang merupakan kepala Bidang KB DP3APPKB Karanganyar, Nur'aisyah Mega Utami yang merupakan Juara 1 Duta Genre Karanganyar 2020, dan Wisnu Tri Nugroho yang merupakan Juara 2 Duta Genre Karanganyar 2020.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Materi dari pembicara pertama mengenai "Pubertas dan Reproduksi Remaja". Materi pertama dibawakan olehdr. Ita Kusumawati, M. Kes. selaku Kepala Bidang KB DP3APPKB Kabupaten Karanganyar. Materi edukasi ini berisi tentang definisi dari pubertas, ciri-ciri masa pubertas baik pria atau wanita, perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikis, perubahan fungsi seksual, dan pentingnya adaptasi di masa remaja untuk mencegah hal-hal yang tidak diinginkan. Pubertas sendiri merupakan sebuah rangkaian perubahan fisik, psikis, dan fungsi seksual yang membuat organisme secara matang mampu bereproduksi (akil baligh).

Pubertas pada remaja tidak terjadi pada umur yang sama dan ditandai dengan beberapa perubahan pada dirinya. Perubahan awal pada wanita ditandai

dengan menstruasi pertama dan pada pria ditandai dengan ejakulasi pertama atau mimpi basah. Ciri ciri perubahan fisik pada wanita saat masa pubertas antara lain payudara membesar, tumbuh rambut pada bagian tertentu, tinggi badan meningkat, pinggul melebar, muncul jerawat, keluar cairan vagina, dan mengalami haid. Ciri-ciri perubahan fisik pada laki-laki saat masa pubertas antara lain bagian tubuh membesar (lengan, bahu, dan kaki), tumbuh rambut pada bagian tertentu, tinggi badan meningkat, tumbuh jakun, muncul jerawat, suara berubah, penis dan testis membesar, dan mengalami ejakulasi.

Perubahan *psikis* pada remaja diantaranya krisis kepercayaan diri (perubahan bentuk tubuh yang tidak sesuai keinginan), kesadaran seksual (malu pada perubahan fisis, ketertarikan pada lawan jenis), perubahan suasana hati (antusias, arah, kecewa, depresi yang berubah-ubah), dan pembentukan identitas (ingin diterima di lingkungan). Perubahan lain yang terjadi saat masa pubertas yakni perubahan fungsi seksual pada seorang anak. Perubahannya antara lain proses kematangan organ-organ reproduksi, haid pada perempuan yang menunjukkan bahwa organ reproduksi telah berfungsi dengan matang dan dapat menghasilkan telur sehingga dapat memenuhi fungsi kehamilan apabila terdapat pembuahan, dan ejakulasi pada laki-laki dimana ini menunjukkan bahwa

organ telah berfungsi matang dan dapat menghasilkan sperma yang dapat membuahi.

Pada seorang remaja seringkali terjadi kegagalan dalam adaptasi. Kegagalan dalam adaptasi ini berdampak pada kehidupan remaja setelah memasuki masa pubertas antara lain karena memilih lingkungan yang salah, menarik diri dari lingkungan, salah dalam menentukan identitas, pergaulan bebas, dan pernikahan dini.

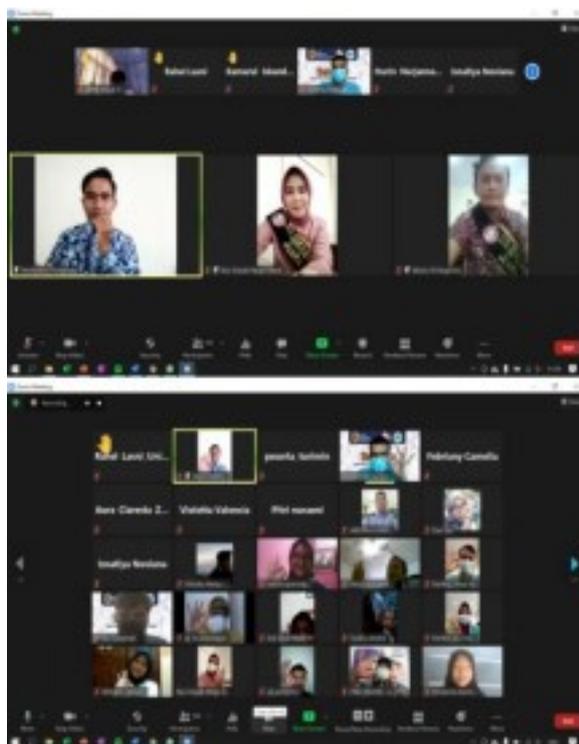
Materi dari pembicara kedua yakni diisi oleh Wisnu Tri Nugraha selaku finalis Duta Genre Karanganyar. Materi berisi tentang "Mengenal Pentingnya Edukasi Mengenai Reproduksi dan Masa Pubertas" meliputi pengertian reproduksi, ciri-ciri perubahan remaja baik fisik maupun psikis, tantangan saat remaja, dan cara mengahadapinya. Reproduksi merupakan hak yang dimiliki oleh seluruh umat manusia karena hak reproduksi merupakan salah satu hak yang diakui. Menurut Konferensi International tentang Kependudukan dan Pembangunan (ICPD) mengenai hak reproduksi terdapat 3 hal yakni sebagai berikut : (1) Bagian dari hak asasi manusia yang diakui, (2) Menjamin hak dasar setiap individu untuk memperoleh standar tertinggi dari kesehatan reproduksi dan seksual, dan (3) Membuat keputusan menyangkut reproduksi yang bebas dari diskriminasi,

perlakuan sewenang-wenang, dan kekerasan.

Materi dari pembicara ketiga diisi oleh Nur'aisyah Mega Utami selaku Finalis Duta Genre Karanganyar. Materi yang diberikan tentang "Kebijakan BKKBN Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Anak dan Remaja sebagai Calon Pus Berkualitas. Materi berisi pendalaman menjaga kesehatan reproduksi berdasarkan kebijakan BKKBN. Kesehatan reproduksi dengan pendekatan siklus hidup manusia. Siklus ini apabila dilihat dengan pendekatan siklus hidup manusia antara lain sebagai berikut : (1) Hamil dan janin, (2) Bersalin dan bayi baru lahir, (3) Bayi dan menyusui, (4) Balita dan anak usia sekolah, (5) Remaja, (6) PUS (Pasangan Usia Subur), (7) Lanjut usia.



Gambar 1. Materi Webinar Gambar 2. Pelaksanaan Webinar



Terdapat 8 ruang lingkup kesehatan reproduksi yang penting untuk diketahui para remaja sehingga mereka lebih paham terkait dengan dampak positif dan negatif dari hal tersebut. Ruang lingkup tersebut diantaranya: (a) Kesehatan Ibu dan Anak, (b) Keluarga Berencana, (c) PMS (Penyakit Menular Seksual), (d) Remaja, (e) Menopause, (f) Tumor, (g) Infertilitas, dan lain-lain. Golongan yang dapat dikategorikan sebagai remaja terbagi menjadi 4 macam yaitu pra-remaja (10-12), remaja awal (13-15), remaja pertengahan (16-19), dan remaja akhir (20-21). Pada usia tersebut diklasifikasikan lagi usia remaja yang sedang memasuki masa pra-

pubertas adalah pada usia (10-12) tahun dan masa pubertas pada usia (13-15) tahun.

Pemahaman yang baik seorang ibu terhadap kesehatan reproduksi akan berdampak baik pada bayi yang akan dilahirkannya. Kesehatan reproduksi seorang perempuan saat hamil mempengaruhi kualitas 2 generasi berikutnya. 1000 HPK sangat penting bagi bayi yang karena mempengaruhi perkembangan otak dan organ lain. 1000 HPK meliputi 270 hari masa kehamilan ditambahkan dengan 730 hari setelah kelahiran. Sehingga pada masa itu perlu dilakukan optimalisasi 1000 HPK. Optimalisasi dilakukan dengan berbagai cara. Untuk ibu dapat dilakukan makan makanan yang bergizi, pemeriksaan kehamilan, KB pasca persalinan, dan lain-lain. Untuk anak dapat diberi makanan yang bergizi seimbang, ASI eksklusif, pencegahan penyakit infeksi, dan lain-lain.

PENUTUP

Dari penjabaran di atas, dapat ditarik simpulan berupa pemberdayaan remaja di era pandemi covid-19 dapat dilakukan melalui penyelenggaraan webinar. Program kerja webinar tim KKN UNS kelompok 146 dilaksanakan pada tanggal 16 Februari 2021 melalui aplikasi zoom meeting. Kegiatan dilaksanakan dengan berkolaborasi dengan DP3APPKB atau Dinas Pemberdayaan Perempuan,

Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Karanganyar dan Duta Genre Karanganyar. Program ini dilaksanakan pukul 08.00 waktu setempat. Program ini diisi oleh 3 pemateri yakni Dr. Ita Kusumawati. M. Kes. selaku Kepala Bidang KB DP3APPKB Kabupaten Karanganyar, Wisnu Tri Nugraha, dan Nur'aisyah Mega Utami selaku Finalis Duta Genre Kabupaten Karanganyar. Materi yang diberikan mengenai pembahasan masa pubertas, ciri-ciri perubahannya, tantangan, dan cara penanggulangan, serta pentingnya menjaga alat reproduksi.

Ucapan terima kasih

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan artikel ini antara lain :

1. Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran.
2. Unit Pengelola Kuliah Kerja Nyata (UPKKN) Universitas Sebelas Maret.
3. Bapak Joko Lulut Amboro, S.Sn., M.Sn. selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL).
3. Kepala Dinas DP3APPKB Kabupaten Karanganyar.
4. Dr. Ita Kusumawati. M. Kes. selaku kepala bidang keluarga berencana dinas DP3APPKB.

5. Ketua Duta Genre Kabupaten Karanganyar.
6. Dr. Ita Kusumawati. M. Kes., Wisnu Tri Nugraha, dan Nur'aisyah Mega Utami selaku pembicara dalam webinar.
7. Tim Duta Genre Kabupaten Karanganyar.
8. Orang tua penyusun artikel ilmiah yang telah mendoakan demi lancarnya kegiatan KKN.
9. Teman-teman Tim KKN UNS kelompok 146 serta semua pihak yang ikut serta membantu terlaksananya kegiatan ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, 17(1) : 25-32.

- Sumara, D.S., Humaedi, S. dan Santoso, M.B. 2017. Kenakalan Remaja dan Penanganannya. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2) : 1-9. Yarza, H.N. dan Kartikawati, E. 2019. Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja dalam Mencegah Penyimpangan Seksual. *Sarwahita*, 16(01) : 75-79.

Daftar Pustaka

- Linda, J. Heffner. 2006. *At A Glance Sistem Reproduksi*. Jakarta: Erlangga.
- Nasution, S.L. 2012. Pengaruh Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja terhadap Perilaku Seksual Pranikah Remaja di Indonesia. *Jurnal Widya Riset*, 15(1) : 75-84.
- Notoatmodjo, S. 2011. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pamungkas, A. 2016. Pengembangan Program Kuliah Kerja Nyata untuk Pemberdayaan Masyarakat Desa. *Prosiding Seminar Nasional*, 1(1) : 1-22.
- Putro, K.Z. 2018. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja.