

## Pemberdayaan Mahasiswa Melalui Pembuatan Buku Saku Tentang Kesehatan Reproduksi Sebagai Media Promosi Kesehatan Pada Remaja SMA

### *Student Empowerment Through Making Pocket Books On Reproductive Health As A Medium For Health Promotion In High School Adolescents*

Rusmayadi<sup>1\*</sup>, Lina Eta Safitri<sup>2</sup>, Julia Mujahadah Pratiwi<sup>3</sup>, Raudatul Umroh<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>STIKES Griya Husada Sumbawa, Sumbawa

\*[rusyadistikesghs@gmail.com](mailto:rusyadistikesghs@gmail.com)

\*[juliamujahadahstikesghs@gmail.com](mailto:juliamujahadahstikesghs@gmail.com)

\*[raudatulumrohstikesghs@gmail.com](mailto:raudatulumrohstikesghs@gmail.com)

#### **Article History:**

Received: 02 Juni 2023

Revised: 05 Juli 2023

Accepted: 01 Agustus 2023

**Keywords:** Pocket book, Reproductive Health, Health Promotion

**Abstract.** Reproductive health greatly determines the fertility of each individual. So it is important for someone to get the right and correct information about reproductive health. The current low level of awareness for healthy living behavior among adolescents and adults is an indicator of the need for correct and clear education, education, information or health promotion. The pocket book is an effective health promotion medium in an effort to create new behaviors. The purpose of this activity is to empower students in making pocket books as a medium for promoting reproductive health. The methods used in this activity are surveys and direct demonstrations. The target of this activity is 38 students of the Bachelor of Nursing study program. As a result of this community service activity, students are focused on making pocket books by paying attention to 3 points, namely the concept of youth, the concept of adolescent reproductive health and reproductive health problems in adolescents. This community service activity encourages students as a youth group to be able to participate actively, so that there is an increase in knowledge related to adolescent reproductive health

**Abstrak.** Kesehatan reproduksi sangat menentukan kesuburan dari setiap individu. Sehingga penting bagi seseorang untuk mendapatkan informasi yang tepat dan benar mengenai kesehatan reproduksi. Rendahnya kesadaran untuk berperilaku hidup sehat pada kelompok remaja hingga dewasa saat ini menjadi indikator dibutuhkannya pendidikan, edukasi, informasi atau promosi kesehatan yang benar dan jelas. Buku saku merupakan salah satu media promosi kesehatan yang efektif dalam upaya menciptakan perilaku baru. Tujuan kegiatan ini melakukan pemberdayaan kepada mahasiswa dalam pembuatan buku saku sebagai media promosi kesehatan reproduksi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu survey dan demonstrasi langsung. Sasaran dari kegiatan ini yaitu 38 mahasiswa program studi S1 Keperawatan. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini, mahasiswa difokuskan dalam pembuatan buku saku dengan memperhatikan 3 poin yaitu Konsep remaja, konsep kesehatan reproduksi remaja dan masalah kesehatan reproduksi pada remaja. Kegiatan pengabdian masyarakat ini mendorong mahasiswa sebagai kelompok remaja untuk dapat turut aktif, agar terjadi peningkatan pengetahuan terkait kesehatan reproduksi remaja

**Kata kunci:** Buku saku, Kesehatan Reproduksi, Promosi Kesehatan

## **PENDAHULUAN**

Hasil Survei Penduduk Antar Sensus 2015 menunjukkan bahwa penduduk usia 15-24 tahun mencapai 42.061,2 juta atau sebesar 16,5 persen dari total penduduk Indonesia. Hasil Proyeksi Penduduk menunjukkan bahwa jumlah penduduk usia remaja ini akan mengalami peningkatan hingga tahun 2030 (Lembaga Demografi FEB UI 2017). Besarnya proporsi remaja akan sangat mempengaruhi pembangunan dari aspek sosial, ekonomi maupun demografi. Penduduk remaja perlu mendapat perhatian serius mengingat mereka masih termasuk dalam usia sekolah dan akan memasuki usia yang beresiko terhadap masalah-masalah kesehatan reproduksi seperti perilaku seksual pranikah, Napza dan HIV/AIDS (BKKBN 2011).

Masa remaja merupakan proses pertumbuhan dan perkembangan yang begitu cepat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Remaja merupakan sasaran terpenting dalam program kesehatan reproduksi (Pourkazemi et al., 2020). Dalam upaya promosi dan pencegahan kesehatan reproduksi, sangat penting untuk diarahkan ke masa remaja yaitu peralihan dari masa anak ke dewasa ditandai dengan berkembangnya tanda seks sekunder menyebabkan remaja secara fisik mampu melakukan fungsi proses reproduksi tetapi belum dapat mempertanggungjawabkan akibat dari proses (L'Engle et al, 2016).

Kesehatan reproduksi sangat menentukan kesuburan dari setiap individu. Sehingga penting bagi orang-orang reproduksi untuk mendapatkan informasi yang tepat dan benar mengenai kesehatan reproduksi. Salah satu informasi yang perlu diberikan adalah perilaku hidup sehat. Perilaku hidup sehat adalah aktivitas seseorang terhadap stimulus yang memunculkan suatu tindakan yang berkaitan dengan upaya untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya dalam kehidupan sehari-hari (Khoiri, dkk 2016).

Rendahnya kesadaran untuk berperilaku hidup sehat pada kelompok remaja hingga dewasa saat ini menjadi indikator dibutuhkan pendidikan, edukasi, informasi atau promosi kesehatan yang benar dan jelas. Pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan lebih efektif dengan bantuan media promosi. Buku saku merupakan salah satu media promosi kesehatan yang efektif dalam upaya menciptakan perilaku baru. Karena buku saku merupakan media cetak yang berukuran kecil, tipis, bisa memuat banyak tulisan, gambar, praktis yaitu dapat dimasukkan ke dalam saku, dapat dibawa kemana-mana serta dapat dibaca dimanapun orang berada, merupakan keunggulan serta daya tarik tersendiri untuk buku saku (Mughtaromah, dkk 2020).

Berdasarkan pada uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan upaya pemberdayaan kepada mahasiswa dalam pembuatan buku saku sebagai media promosi kesehatan reproduksi.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu survey dan demonstrasi langsung kepada sasaran. Sasaran dari kegiatan ini yaitu mahasiswa program studi S1 Keperawatan berjumlah 38 mahasiswa yang akan dilakukan pemberdayaan dalam penyusunan buku saku terkait dengan kesehatan reproduksi. Kegiatan dilakukan dengan cara diskusi terkait kesehatan reproduksi lalu menginstruksikan bagaimana pembuatan buku saku kepada mahasiswa.

## HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 01 Juni 2023. Target dari kegiatan Pengabdian Masyarakat ini yaitu mahasiswa semester 4 program studi S1 Keperawatan STIKES Griya Husada yaitu sebanyak 38 mahasiswa. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan tujuan agar mahasiswa mampu secara dini dalam membuat buku atau acuan dalam pembelajaran khususnya dalam kesehatan reproduksi.

Kesehatan reproduksi merupakan salah satu materi ajar yang terdapat di Mata Kuliah Keperawatan Maternitas. Dari kegiatan pengabdian ini, mahasiswa dapat membuat acuan pembelajaran ataupun menuangkan materi kesehatan reproduksi yang didapatkan baik melalui proses perkuliahan maupun dari beberapa referensi seperti buku, jurnal, artikel ataupun media lainnya.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini, mahasiswa difokuskan dalam pembuatan buku saku dengan memperhatikan 3 poin yaitu:

1. Konsep Remaja yang membahas terkait definisi remaja, kategori remaja dan karakteristik remaja
2. Konsep reproduksi remaja yang membahas terkait konsep reproduksi, konsep reproduksi pada remaja, masalah kesehatan reproduksi remaja, dan faktor yang mempengaruhi kesehatan reproduksi remaja
3. Masalah kesehatan reproduksi remaja yang membahas terkait penyakitenular seksual, seks bebas, pernikahan dini dan aborsi

Adapun ketentuan dari pembuatan buku saku tersebut yaitu semua referensi yang digunakan harus menggunakan tahun terbaru, jika referensi dari buku maka minimal 5 tahun terakhir dan dari jurnal ataupun artikel minimal 3 tahun terakhir. Hal ini bertujuan agar buku saku tersebut dapat digunakan oleh generasi-generasi berikutnya.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Pembuatan Buku Saku Kepada Mahasiswa

Selama kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung, mahasiswa semester 4 program studi S1 Keperawatan STIKES Griya Husada Sumbawa, sangat antusias dalam melakukan pembuatan buku skau tersebut. Bagi mereka ini meurpakan ilmu baru dimana mereka yang

awalnya hanya mencari referensi dari blog ataupun dari link di google dan mengcopy paste hasilnya tanpa menunjukkan referensi terbaru. Dari pembuatan buku saku ini, mereka memahami bahwa rujukan referensi sangat bermanfaat agar karya yang dihasilkan dapat dinikmati dalam waktu yang lama.

## **DISKUSI**

Kesehatan reproduksi merupakan hal yang sangat penting untuk pria maupun wanita. Kesehatan reproduksi didefinisikan sebagai suatu kesejahteraan fisik, mental dan sosial secara utuh tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi dan prosesnya (Aisyaroh & Noveri, 2017).

Masa remaja adalah masa yang penuh resiko dan juga merupakan waktu kesempatan bagi individu untuk tumbuh dan berkembang secara fisik, psikologis dan sosial dalam persiapan menuju dewasa sehingga informasi dan layanan kesehatan sangat dibutuhkan karena remaja cenderung lebih rentan terhadap masalah kesehatan dan sosial (*World Health Organization*, 2018). Perkembangan kognitif, fisik, seksual dan psikososial yang merupakan hak dan tanggung jawab yang harus dijamin bagi semua remaja untuk berhasil memasuki usia dewasa (Alderman et al., 2021). Target dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan mahasiswa yang berumur antara 18-19 tahun yang dimana masih dalam kategori remaja. Sehingga mereka dapat lebih memahami terkait fenomena kesehatan reproduksi pada remaja.

Fenomena biologis yang terkait dengan masa remaja cenderung menjadi yang paling dominan karena mencakup sejumlah domain termasuk hormonal dan kognitif. Permulaan pubertas dianggap sebagai penanda utama titik inisiasi remaja. Kematangan fisik dan seksual disertai dengan kemandirian sosial, ekonomi, pengembangan identitas serta keterampilan yang dibutuhkan untuk memenuhi hubungan dan peran menjadi dewasa dan kapasitas penalaran abstrak. Selama periode kehidupan ini, remaja dipengaruhi secara persuasif oleh peluang dan resiko yang dipengaruhi oleh budaya, norma dan lingkungan (Lansford & Banati, 2018)

Pada dasarnya, remaja perlu memiliki pengetahuan seputar kesehatan reproduksi. Tidak hanya untuk menjaga kesehatan dan fungsi organ tersebut, informasi yang benar terhadap pembahasan ini juga bisa menghindari remaja melakukan hal-hal yang tidak diinginkan. Faktor yang mempengaruhi kesehatan reproduksi meliputi, faktor sosioekonomi dan demografi (kemiskinan, tingkat pendidikan yang rendah dan pengetahuan tentang perkembangan seksual dan reproduksi, serta tempat tinggal di daerah terpencil), faktor budaya dan lingkungan (praktek tradisional, kepercayaan banyak anak banyak rejeki), faktor psikologis (akibat dari keretakan orang tua, depresi, kehilangan rasa kebebasan), faktor biologis (cacat sejak lahir, cacat pada saluran reproduksi pasca penyakit menular seksual) (Galbinur dkk, 2021).

Upaya untuk menciptakan remaja sehat yaitu menyebarkan informasi atau pengetahuan tentang kesehatan reproduksi melalui media sosial dengan menciptakan buku saku tentang kesehatan reproduksi. Yang bisa diketahui oleh masyarakat khususnya remaja agar mereka memiliki informasi yang benar mengenai proses reproduksi serta berbagai faktor yang ada disekitarnya. (Sangita et al, 2019).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mendorong mahasiswa sebagai kelompok remaja untuk dapat turut aktif dalam menyukseskan upaya yang dimaksud, agar terjadi peningkatan pengetahuan terkait kesehatan reproduksi remaja dan bagaimana penanggulangannya.

## **KESIMPULAN**

Kesehatan reproduksi merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan khususnya pada kesehatan reproduksi remaja. salah satu media yang dapat digunakan untuk memperoleh informasi terkait kesehatan reproduksi remaja yaitu buku saku. Pembuatan bukusaku ini dimaksudkan agar kalangan remaja dapat memperoleh informasi terkait masalah-masalah yang sering dialami remaja pada system reproduksi. Dari kegiatan pembuatan buku saku ini, mahasiswa yang menjadi target kegiatan memperoleh ilmu baru dan mengulang kembalimateri terkait kesehatan reproduksi yang telah diajarkan sebelumnya.

## **PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS**

Terima kasih penulis sampaikan kepada mahasiswa program studi S1 Keperawatan STIKES Griya Husada Sumbawa yang telah bersedia dalam membantu pembuatan buku saku terkait kesehatan reproduksi pada remaja. Terima kasih juga kepada Program Studi S1 Keperawatan dan STIKES Griya Husada Sumbawa yang telah mengizinkan penulis melakukan kegiatan pengabdian berkaitan dengan pemberdayaan pembuatan buku saku pada mahasiswa.

## **DAFTAR REFERENSI**

Aisyaroh, Noveri. “*Kesehatan Reproduksi Remaja*”. FIK Unissula, 2017

Alderman, E.M., Breuner, C.C., Adolescence, O.N. “Unique Needs of the Adolescent”. *Pediatrics*. 144(6):e20193150. <https://doi.org/10.1542/peds.2019-3150>, (2021)

BKKBN. “Policy Brief: Kajian Profil Penduduk Remaja (10-24 Tahun): Ada Apa Dengan Remaja?” (6):1–4 (2011).

Galbinur, E., Delfitra, M. A., & Venny. “Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Bagi Remaja di Era Modern”. *Prosiding SEMNAS BIO*, 221-228 (2021)

Khoiri, Ahmad. “Hubungan Antara Pengetahuan Siswa tentang Kesehatan Reproduksi dan Locus of Congtrol dengan Perilaku Hidup Sehat”. *Jurnal Green Growth dan Manajemen Lingkungan*. Vol. 5, No. 1 (2016).

Lansford, J.E., Banati, P. “*Handbook of Adolescent Development Research and Its Impact on*

*Global Policy*". Oxford, UK:Oxford University, 2018. <https://www.unicef-irc.org/publications/987-handbook-of-adolescent-development-research-andits-impact-on-global-policy.html>

Lembaga Demografi FEB UI. "*Prioritaskan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Menikmati Bonus Demografi*". Jakarta, 2017.

L'Engle PhD, MPH, K. L., Mangone MSc, E. R., Parcesepe PhD, MPH, A. M., Agarwal MPH, MBA, BDS, S., & Ippolit MPH, N. B. "Mobile Phone Interventions for Adolescent Sexual and Reproductive Health: A Systematic Review". *Pediatrics* (2016)

Muchtaromah, Shara Aena., Erinda Nur Pratiwi, Ajeng Maharani. "Pengaruh Buku Saku Kesehatan PHBS Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Asuhan Keluarga Di Dusun Ngangkruk Desa Selokaton Kecamatan Gondangrejo Kabupaten Karanganyar". *Jurnal Universitas Kusuma Husada Surakarta*. Surakarta, 2021.

Pourkazemi, R., Janighorban, M., Boroumandfar, Z., & Mostafavi, F. "A comprehensive reproductive health program for vulnerable adolescent girls". *Reproductive Health* (2020). <https://doi.org/10.1186/s12978-020-0866-7>

Sangita Kulathinal, Bijoy Joseph, Minna Saavala, Ms. "Mobile Helpline and Reversible Contraception: Lessons From A Controled Before and After Study In Rural India". *JMIR MHealth UHealth*, 7(8) (2019). <https://mhealth.jmir.org/2019/8/e12672/>

World Health Organization. "*Orientation Programme on Adolescent Health for Health-care Providers: Handout for Module A: Introduction*". Geneva: Department of Child and Adolescent Health and DevelopmentWorld Health Organization, 2018.