

Menyambut Perubahan Pubertas dengan Bijak pada Siswa Sekolah Dasar

Aning Subiyatin¹, Nuryaningsih¹, Hardiman SG², Kafina Sahni², Khoirunissa², Syifa Laiyina Salfinaz Risan²

¹Prodi S1 Kebidanan, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

²Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

*Corresponding author: aningsubiyatin@umj.ac.id

ABSTRACT

Adolescence is a critical transition period of changes, including physical, mental-emotional, social, and cognitive development. Therefore, teenagers need the knowledge to become a strong generation. The purpose of the service is to increase knowledge and prepare elementary school children for puberty. The method used is the initial stage, namely an active participation approach between educational participants and facilitators. The second stage, community service activities, includes giving pre-post tests, playing interactive games about puberty, and providing materials, questions, and answers. The third stage is monitoring and evaluating activities. Evaluate activities using post-tests. The result of community service is that the provision of puberty education has increased by 35.5%.

Keywords: *adolescence, puberty, reproductive health*

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa kritis peralihan yang penuh dengan dengan perubahan yang terjadi meliputi perkembangan fisik, mental-emosional, social dan kognitif. Oleh karena itu remaja perlu pengetahuan yang baik agar menjadi generasi tangguh. Tujuan pengabdian adalah meningkatkan pengetahuan dan mempersiapkan anak-anak sekolah dasar menghadapi pubertas. Metode yang digunakan pada tahap awal yaitu pendekatan partisipasi aktif antara peserta edukasi dan fasilitator. Tahap kedua yaitu kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat meliputi pemberian *pre-post test*, permainan game interaktif tentang pubertas, pemberian materi sekaligus tanya jawab. Tahap ketiga yaitu monitoring dan evaluasi kegiatan. Evaluasi kegiatan dengan menggunakan *post test*. Hasil pengabdian kepada masyarakat adalah pemberian edukasi pubertas meningkat 35,5%.

Kata kunci: kesehatan reproduksi, pubertas, remaja

LATAR BELAKANG

Kehidupan sehat dan sejahtera merupakan keinginan semua manusia. Tahapan pada masa remaja adalah usia kritis dalam mempersiapkan generasi berikutnya. Pada kondisi tersebut remaja akan mencari jati dirinya. Mereka merasa

sudah tidak lagi anak-anak dan belum bisa masuk dalam golongan dewasa (1,2).

Pada masa remaja terjadi perubahan fisik, psikologis dan sosial yang cepat dan kompleks dan berjalan secara beriringan. Dalam periode ini terjadi perubahan yang krusial untuk mempersiapkan tubuh, jiwa,

dan pikiran individu menuju kedewasaan (3).

Menurut Colen (2018), perubahan diatas terjadi sangat cepat dan kadang tak disadari. Perubahan fisik yang menonjol adalah perkembangan tanda-tanda seks sekunder, terjadi pacu tumbuh, serta perubahan perilaku dan hubungan sosial dengan lingkungan. Disamping itu, juga terjadi perubahan psikologis khususnya perubahan emosi pada remaja, baik dalam tingkah laku, hubungan dengan lingkungan serta ketertarikan dengan lawan jenis (2,4,5). Proses perubahan ini perlu dipahami remaja, para orang tua, guru serta provider kesehatan. Awal masa pubertas masing-masing individu berbeda (2,6).

Data kependudukan tercatat bahwa remaja usia 10-24 tahun berjumlah 1,8 miliar dan 1,2 miliar berusia 10-19 tahun. Dari jumlah tersebut 10-19 tahun tinggal di negara berkembang (7). Jumlah populasi penduduk Indonesia 270.203.917 dan 2/3 berada pada usia produktif, 17 % (46 juta) adalah berusia 10-19 tahun dengan sebaran perempuan 48 % dan laki-laki 52%, 51% berusia 10-14 tahun dan 49% berusia 15-19 tahun (8). Bonus demografi tersebut harus dipersiapkan dengan baik agar mendapatkan manfaat yang maksimal yaitu dengan membekali para remaja sedini pengetahuan kesehatan reproduksi (9).

Survei pendahuluan di SDN Cempaka Putih Timur 01 belum pernah dilakukan edukasi tentang pubertas dan materi pubertas diselipkan dalam mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) di kelas 6, sementara saat ini terjadi pergeseran umur menarcho yaitu 9-10 tahun, sehingga para siswa sudah mengalami menarcho tetapi belum mendapat ilmunya (6,10).

Berdasarkan alasan tersebut maka perlu peningkatan pengetahuan dalam

memahami pubertas dan bagaimana merawat dan menjaga kesehatan reproduksi melalui edukasi dan permainan interaktif.

Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah mempersiapkan remaja dalam menghadapi pubertas dan tahu bagaimana menjaga serta merawat kesehatan reproduksinya.

METODE

Metode pengabdian edukasi kesehatan pada anak-anak diselenggarakan di SDN Cempaka Putih Timur 01, Jakarta Pusat, DKI Jakarta. Jumlah peserta 58 orang, dengan menggunakan pendekatan partisipasi aktif antara peserta pelatihan dan fasilitator. Adapun prinsip dalam penyelenggaraan edukasi ini adalah: 1) Proses pembelajaran bersifat dua arah, bukan hanya dari fasilitator tetapi juga dari peserta; 2) Fasilitator bersikap tidak menggurui namun menggali dan mendorong kemampuan peserta dalam setiap proses pembelajaran; 3) Proses pembelajaran menggunakan beberapa metode pembelajaran yang dapat meningkatkan peran aktif peserta serta memberikan pengalaman langsung peserta dalam mencapai tujuan pembelajaran

Tahapan pelaksanaan pengabdian Masyarakat: 1) Pembukaan (Sambutan dari kepala sekolah, Komitmen harapan mitra), 2) Pre-test, 3) Apersepsi tentang pubertas, 4) Pemberian materi (pengertian pubertas, tumbuh kembang remaja, perubahan fisik, perubahan psikologis, perubahan sosial dan emosional serta permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja), 5) Tanya jawab, 6) Evaluasi.

Monitoring dan evaluasi pada kegiatan pengabdian masyarakat menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test* sebanyak 15 pertanyaan. Sebelum pemberian materi peserta diberikan

kuesioner untuk diisi selama 10 menit. Setelah pemberian materi, pemateri memberikan pertanyaan kepada peserta tentang materi yang telah disampaikan dan diakhir kegiatan membagikan kuesioner *post-test*. dan memberikan waktu selama 10 menit kepada responden untuk mengisi kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan di SDN Cempaka Putih Timur 01, Jakarta Pusat, DKI Jakarta, pada tanggal 14 Agustus 2023. Sebelum dilakukan kegiatan dilakukan rapat persiapan dengan tim dan pihak mitra pada tanggal 4 dan 9 Agustus 2023. Kegiatan edukasi kesehatan reproduksi dilaksanakan di kelas lanjut yaitu kelas 4A dan kelas 4B. Edukasi dimulai jam 09.00-10.00, diawali dengan perkenalan tim, permainan tentang tanda-tanda pubertas, pemberian *pre-test*, pemberian materi dengan media film yang telah dirancang oleh tim. Acara dihadiri 58 siswa, berjalan dengan lancar dan diakhiri dengan *post-test* guna mengukur pemahaman peserta. Kendala yang ditemukan yaitu suasana kelas panas dan ada 5 siswa yang berkebutuhan khusus. Solusi untuk kendala tersebut dengan menambah kipas angin dan pendampingan pada siswa yang berkebutuhan khusus tersebut.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan di kelas 4A



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan di kelas 4B



Gambar 3. Permainan Interaktif Tanda-Tanda Pubertas

Tabel 1. Nilai *Pre-Post Test* Pengetahuan Siswa Pubertas

Kategori Pengetahuan	Pre test		Post test	
	n (N=58)	%	n (N=58)	%
Baik	17	29,3	37	63,8
Kurang baik	41	70,7	21	36,2

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan pubertas sebelum intervensi, kriteria baik 29,3% dan kurang 70,7%. Sedangkan setelah intervensi kriteria baik 63,8% dan kurang 36,2%. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah intervensi menggunakan film.

Film adalah alat dapat membantu dalam pengembangan memory, potensi, minat, bakat, pendengaran secara baik. Proses belajar pun menjadi mudah dan menyenangkan serta hal-hal yang sulit ataupun abstrak dapat menjadi nyata untuk mudah dimengerti. Penggunaan film sebagai media promosi kesehatan menjadi banyak pilihan sebab dapat meningkatkan pengetahuan. Alasan lainnya yaitu media audio-visual menjadikan belajar lebih menyenangkan dan rileks (11–13).

Penyampaian materi dengan menggunakan film terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SD, karena dapat digunakan sesuai kebutuhan dan penyampaian materi lebih mendalam (14–16).

SIMPULAN DAN SARAN

Pendidikan kesehatan dengan menggunakan media film dapat meningkatkan pengetahuan tentang pubertas sebesar 35,5%. Keberlanjutan kegiatan ini yaitu diadakan pendidikan kesehatan untuk kelas lanjut yaitu kelas 5 dan 6.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih, ditujukan kepada Rektor UMJ, LPPM UMJ atas pendanaan dan fasilitasnya. Kepada Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Program Studi S1 Kebidanan, SDN Cempaka Putih Timur 01, Jakarta Pusat sebagai mitra kami mengucapkan terima kasih atas dukungan fasilitasnya sehingga pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan mereka tidak memiliki konflik kepentingan, dan tidak ada afiliasi atau koneksi dengan atau dengan entitas atau organisasi apa pun, yang dapat menimbulkan pertanyaan bias dalam diskusi dan kesimpulan naskah.

REFERENSI

1. Nurfadilah. Analisis Pendidikan Karakter Dalam Mempersiapkan Pubertas Menuju Generasi Emas. *Pendidik Dasar*. 2019;10(1):85–100.
2. Hadi Pratomo, Loveria Sekarrini, Kemal N Siregar, Laily Hanifah, Agustin Kusumayati. *Kesehatan Reproduksi Remaja: Teori & Program Pelayanan di Indonesia*. 1st ed. Jemadi I, editor. Depok: Rajagrafindo Persada; 2022.
3. United State Departement of Health and Human Services. *Adolescent Development Explained*. United State Departement of Health and Human Services. 2018.
4. Al-Karimah NF. Sosialiasi Makna “Masa Puber” bagi Remaja Desa Tegalrejo, Kelurahan Ngesrep, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah. *J Abdi Moestopo*. 2018;1(1):7–13.
5. Batubara JR. *Adolescent Development (Perkembangan*

- Remaja). Sari *Pediatr.* 2016;12(1):21.
6. Subiyatin A, Nuryaningsih, Fatimah, Malika P. Menstrual hygiene management practices for school-age children during the covid-19 pandemic. *J Suara Forikes.* 2023;14(2).
 7. United Nations Population Fund (UNPFA). *Booklet World at 7 Billion.* 2011.
 8. UNICEF. *Profil Remaja 2021.* 2021 May.
 9. Herawati A, Oktavianoor H. Pemberian Edukasi Seksual Dan Pubertas Pada Remaja. *Din Kesehat J Kebidanan dan Keperawatan.* 2021;12(1):119–28.
 10. Davis J, Macintyre A, Odagiri M, Suriastini W, Cordova A HC. Menstrual hygiene management and school absenteeism among adolescent students in Indonesia: evidence from a cross-sectional school-based survey. *Trop Med Int Heal.* 2018;23(12):1350–63.
 11. Husodo BT, Handayani N, Purnamawati UVA. Interpretasi Pesan Kesehatan Reproduksi Dalam Film Dua Garis Biru Pada Remaja Smp X Kota Semarang. *J Kesehat Masy.* 2021;9(2):245–50.
 12. Purnomo J, Yutmini S, Anitah S. Penggunaan Media Audio-Visual Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Pacitan. *J Teknol Pendidik Dan Pembelajaran.* 2014;2(2):127–44.
 13. Fatkhur RK, Indarjo S. Film Mancur (Manten Kencur) Sebagai Peningkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Pernikahan Dini Fatkhur. *J Heal Educ.* 2017;2(1):53–9.
 14. Amandyakissya T, Maelissa SR, Lilipory M. Media Film Pendek Berhasil Meningkatkan Pengetahuan Anak Usia Sekolah Dalam Memilih Jajanan Sehat. *Moluccas Heal J.* 2019;1(2).
 15. Selviana S, Suwarni L. Promosi Kesehatan Melalui Media Film Dalam Upaya Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Sekolah Dasar Wilayah Pesisir Kepulauan. *J Abdimas Mahakam.* 2018;2(2).
 16. Suseno MR, Hamidiyanti BYF, Ningsih WA. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Dalam Layanan Homecare. *J Kebidanan.* 2021;10(2).