

ARTIKEL RISET

URL artikel:

<https://journal.unsima.ac.id/index.php/lagaligo/issue/view/5>

Judul Artikel

Penyuluhan Pubertas Terhadap Remaja Kelas X Di Mts Al-Istiqamah Majang

Rahmawati¹, Karmilasari², Andi ayu Aiesty Ajsal³, Zaenal Basri⁴, H.Mustar

Universitas sipatokkonh, Bone,Indonesia, 90245

Universitas sipatokkonh, Bone,Indonesia, 90245

Universitas sipatokkonh, Bone,Indonesia, 90245

Email Penulis Rahmawatskm4Gmail.Comi (^K):

rahmawatiskm4@gmail.com ,Mhylamhyla5@gmail.com, andiayuariesty@gmail.com ,

elkhalidnal@gmail.com hasnidar_jamas@yahoo.co.id

(082331518502)

Abstrak

The main problem experienced by teenagers is not knowing what actions to take in relation to the developments they are experiencing, especially the problem of teenagers' knowledge about puberty and how teenagers behave in facing these changes. Seeing this shows that adolescent knowledge regarding puberty in dealing with physical changes in adolescents is very important, so action or intervention needs to be taken through providing health education.

This form of community service activity is carried out by providing health education about puberty in dealing with physical changes in adolescents as a means of providing information to adolescents. Activities were carried out on teenagers at Mts Al-Istiqamah Majang. Before the counseling was carried out, they were first given a questionnaire for pre-test assessment, after that, counseling was carried out about puberty in dealing with physical changes in teenagers and after the counseling was carried out, an evaluation of the activity process was carried out and at the end activities of all teenagers will be given a post-test questionnaire according to the material that has been provided.

Key words: puberty, adolescence

Abstrak

Permasalahan utama yang dialami oleh remaja yaitu ketidak tahuan terhadap tindakan yang harus dilakukan sehubungan dengan perkembangan yang sedang dialami, khususnya masalah pengetahuan remaja mengenai pubertas dan bagaimana sikap remaja dalam menghadapi perubahan tersebut. Melihat hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan remaja terkait pubertas dalam menghadapi perubahan fisik pada remaja sangat penting maka perlu di lakukan tindakan atau intervensi melalui pemberian penyuluhan kesehatan.

Bentuk kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan pemberian penyuluhan Kesehatan tentang pubertas dalam menghadapi perubahan fisik pada remaja sebagai sarana pemberian informasi kepada remaja. Kegiatan dilakukan pada remaja di Mts Al-Istiqamah Majang Sebelum di lakukan penyuluhan terlebih dahulu di berikan kuesioner untuk penilaian pre-test setelah itu di lakukan penyuluhan tentang pubertas dalam menghadapi perubahan fisik pada remaja dan setelah di lakukan penyuluhan maka di lakukan evaluasi proses kegiatan dan diakhir kegiatan semua remaja akan di berikan kuesioner post-test sesuai dengan materi yang telah diberikan.

Kata kunci : pubertas, remaja

PENDAHULUAN

Masa puber atau pubertas adalah salah satu dari dua periode dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh pertumbuhan yang pesat dan perubahan yang mencolok. Perubahan-perubahan pesat yang terjadi selama masa puber ini menimbulkan keraguan, perasaan tidak mampu dan tidak aman, dan dalam banyak kasus mengakibatkan perilaku yang kurang baik. Permasalahan utama yang dialami oleh remaja yaitu ketidak tahuan terhadap tindakan yang harus dilakukan sehubungan dengan perkembangan yang sedang dialami, khususnya masalah pengetahuan remaja mengenai pubertas dan bagaimana sikap remaja dalam menghadapi perubahan tersebut. Seberapa serius perubahan masa puber akan mempengaruhi perilaku sebagian besar bergantung pada kemampuan dan kemauan anak untuk mengungkapkan keprihatinan dan kecemasannya kepada orang lain sehingga dengan begitu ia dapat memperoleh pandangan yang baru dan yang lebih baik.

Perubahan fisik pada remaja meliputi perubahan seks primer dan sekunder. Perubahan seks primer merupakan pematangan fungsi organ seks, seperti menstruasi pada remaja perempuan dan mimpi basah pada remaja laki-laki. Sedangkan perubahan seks sekunder, meliputi tumbuhnya rambut pada kemaluan dan ketiak, membesarnya panggul dan payudara pada remaja perempuan, serta tumbuhnya jakun pada remaja laki-laki.

Perubahan-perubahan fisik terbesar terjadi pada panjang dan tinggi. Selanjutnya, tanda dimulainya fungsi alat-alat reproduksi ditandai dengan munculnya haid pada Wanita dan terjadinya mimpi basah pada laki-laki) dan tanda-tanda kematangan seksual yang tumbuh pada remaja. Perubahan-perubahan fisik pubertas dapat membuat remaja merasa canggung karena adanya penyesuaian diri dengan perubahan yang terjadi secara alami pada remaja. Salah satu perubahan yang terjadi pada remaja seperti terjadinya perubahan pembesaran payudara yang dapat menyebabkan remaja merasa malu dan tersisihkan dari teman temannya.

Pada remaja yang berusia belasan tahun Penyimpangan Perilaku banyak terjadi. Ketidaktahuan tentang proses perubahan fisik pubertas mengakibatkan remaja pada usia belasan tahun menjadi sangat rawan terhadap penyimpangan perilaku seperti seks bebas, penggunaan narkoba, melawan guru, kehamilan diluar nikah, tidak percaya diri dalam bersosialisasi terhadap masyarakat dan teman-temannya.

Jika anak pubertas tidak diberitahu atau secara psikologis tidak dipersiapkan tentang perubahan fisik dan psikologis yang dialaminya maka pengalaman akan perubahan tersebut dapat merupakan pengalaman yang traumatis. Akibatnya anak cenderung mengembangkan sikap yang kurang baik terhadap perubahan, sikap yang cenderung menetap daripada menghilang. Kurangnya persiapan anak dalam menghadapi masa pubertas merupakan bahaya psikologis yang serius, sehingga dalam menghadapi masa ini diperlukan adanya kegiatan KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja) yang baik dimaksudkan untuk membantu remaja mencapai KAP (Knowledge, Attitude and Practice) atau Pesilak (Pengetahuan, Sikap dan Pelaksanaan)(Agnes Candra Dewi, 2012; Galifatma et al., 2021).

Di Mts Al- Istiqamah Majang masih banyak remaja yang belum mengetahui apa itu pubertas dan perubahan-perubahan yang terjadi pada pubertas. Maka dari itu tujuan edukasi ini adalah mempersiapkan remaja dalam menghadapi pubertas dan tahu bagaimana menjaga serta merawat kesehatan reproduksinya.

METODE DAN PELAKSANAAN

Tempat dan Waktu. Tempat Mts Al Istiqamah Majang pada Hari Sabtu

Tanggal 19 Juli 2024 dimulai pada pukul 09.00. WITA

Khalayak Sasaran. Khalayak siswa MTS Al Istiqamah Majang merupakan kategori usia remaja yang perlu diperhatikan dikarenakan Banyaknya anak anak yang masih kurang memahami ciri ciri pubertas

Metode Pengabdian Tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini ada 3 yaitu : 1) Tahap perencanaan Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat mencari informasi waktu dan sekolah yang akan dijadikan tempat melakukan kegiatan pengabdian masyarakat 2) Tahap persiapan alat Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat mempersiapkan materi yang akan disampaikan ke siswa 3) Tahap pelaksanaan Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat memberikan penyuluhan sosialisitentang Pubertas. 4) Tahap evaluasi Pada tahap ini dilakukan memberikan pertanyaan kepada siswa untuk mengukur sejauh mana pengetahuan mereka setelah

Indikator Keberhasilan. Meningkatkan pemahaman remaja tentang Pubertas.

Metode Evaluasi. Tim pelaksana melaksanakan evaluasi atas kegiatan yang dilakukan tentang Penyuluhan tentang pubertas terhadap remaja kelas x di mts al-istiqamah majang. Tim pelaksana mengevaluasi pemahaman peserta atas materi yang diberikan selama proses

penyuluhan berlangsung. Evaluasi ini meliputi semua tahap yaitu tahap persiapan sampai tahap pelaksanaan, kesesuaian materi dengan kebutuhan peserta, kecocokan metode penyuluhan terhadap tahap-tahap pemahaman sekaligus evaluasi oleh siswa untuk tim pelaksana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pembukaan

Kegiatan ini diawali dengan sambutan dari ketua Tim Pengabdian, dan dilanjutkan dengan pemaparan materi dengan metode ceramah.



Gambar 1 Foto pembukaan

B. Sasaran Pengabdian



Gambar 2 Peserta pengabdian



gambar 3 tim pengabdian

EVALUASI KEGIATAN

Tim pelaksana melaksanakan evaluasi atas kegiatan yang dilakukan tentang Penyuluhan tentang pubertas terhadap remaja kelas x di mts al-istiqamah majang. Tim pelaksana mengevaluasi pemahaman peserta atas materi yang diberikan selama proses penyuluhan berlangsung. Evaluasi ini meliputi semua tahap yaitu tahap persiapan sampai

tahap pelaksanaan, kesesuaian materi dengan kebutuhan peserta, kecocokan metode penyuluhan terhadap tahap-tahap pemahaman sekaligus evaluasi oleh siswa untuk tim pelaksana. Dari pembahasan diatas, pada tahap persiapan perlu koordinasi dan komunikasi aktif antara team UNSIMA dan pembantu lapangan agar peserta bisa terkoordinasi dengan baik dan tepat waktu. Pada tahap pelaksanaan peserta tampak mengikuti kegiatan penyuluhan dengan antusias, menyimak, berpartisipasi aktif dan memahami dengan mudah karena disajikan dengan sederhana dan menyenangkan.

PERMASALAHAN DAN HAMBATAN

Tim pelaksana tidak mengalami hambatan dan rintangan yang berarti, namun hanya hal-hal kecil menjadi hambatan program yang kami terapkan yaitu, keterbatasan waktu dan tempat dikarenakan hanya satu kelas yang dimasuki berhubung sekolah tersebut belum memiliki AULA.

KESIMPULAN

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat Setelah dilakukan penyuluhan tentang bahaya Pubertas , yakni Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan lancar dan disambut baik oleh pihak sekolah dan juga mahasiswa. Kegiatan pengabdian ini dihadiri oleh siswa yang terdiri dari seluruh kelas X. Dari kegiatan pengabdian ini telah dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang Pubertas. Hal ini menjadi penting karena dengan meningkatnya pemahaman dan persepsi mereka maka diharapkan para siswa sudah memahami jika ada perubahan-perubahan yang terjadi didalam dirinya

UCAPAN TERIMA KASIH

ucapan terimakasih bersifat optional (jika ada), hindari pernyataan terimakasih yang berlebihan

DAFTAR PUSTAKA

Menyambut Perubahan Pubertas dengan Bijak pada Siswa Sekolah Dasar (Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia) <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JARAS/article/view/20636/10279>

Pemberian Edukasi tentang Pubertas di Posyandu Remaja Pashmina di Kota Pekalongan <https://akbidhipekalongan.ac.id/e-journal/index.php/abdimaship/issue/view/59>

Edukasi tentang Pubertas dan Upaya Perlindungan Diri pada Remaja [Tati Sumiati, Tutik Lestari, Andiani, Diah Merdekawati Surasno, Agustin Rahayu, Suryani Mansur Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara] <http://jurnal.pppkmi.org/index.php/hpcej/article/view/38/18>

SIAP FISIK DAN PSIKOLOGIS MENGHADAPI MASA PUBERTAS Volume 1 No. 1 Juni 2021 (6-10) <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/jsam/article/view/2817/2151>