

Edukasi Masa Pubertas pada Remaja

Prima Dewi Kusumawati^{1*}, Sepda Ragilia², Nur Widya Trisnawati³, Nindya Cahya Larasati⁴,
Aning Laorani⁵, Sergio Rodrigues Soares⁶

¹Dosen STIKes Surya Mitra Husada Kediri

^{2,3,4,5,6}Mahasiswa STIKes Surya Mitra Husada Kediri

*prima.lppmstrada@gmail.com

Received 22 March 2018; Accepted 22 March 2018; Published 26 March 2018

ABSTRAK

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan social. Di sebagian besar masyarakat dan budaya, masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun. Pubertas ialah suatu periode dimana kematangan kerangka dan seksual terjadi dengan pesat terutama pada awal masa remaja. Kematangan seksual merupakan suatu rangkaian dari perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja, yang ditandai dengan perubahan pada seks primer (*Primary Sex Characteristics*) dan perubahan pada seks sekunder (*Secondary Sex Characteristics*). Meskipun perkembangan ini biasanya mengikuti suatu urutan tertentu, namun urutan dari kematangan seksual tidak sama pada setiap anak, dan terdapat perbedaan individual dalam umur dari perubahan-perubahan.

Kata kunci: Masa remaja, pubertas, seks primer, seks sekunder



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan social. Di sebagian besar masyarakat dan budaya, masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Notoatmodjo, 2011).

Saat remaja pertumbuhan fisik baik laki-laki maupun perempuan sangatlah cepat tumbuhnya. Pada saat ini pertumbuhan tinggi badan terjadi amat cepat. Perbedaan pertumbuhan fisik laki-laki dan perempuan adalah pada organ reproduksinya, dimana akan diproduksi hormone yang berbeda, penampilan yang berbeda, serta bentuk tubuh yang berbeda akibat berkembangnya tanda seks sekunder (Depkes RI, 2007).

Dilihat dari sudut pandang kesehatan, tindakan menyimpang yang akan mengkhawatirkan adalah masalah yang berkaitan dengan seks bebas (*unprotected sexuality*), penyebaran penyakit kelamin, kehamilan di luar nikah atau kehamilan yang tidak diinginkan (*adolescent unwanted pregnancy*) di kalangan remaja. (Sarwono, 2013).

Selain masalah kehamilan pada remaja masalah yang juga sangat menggelisahkan berbagai kalangan dan juga banyak terjadi pada remaja adalah banyaknya remaja yang mengidap HIV/AIDS. Dilihat dari jumlah penderita dan peningkatan jumlah dari waktu ke waktu, maka HIV dan AIDS

sudah dapat di anggap sebagai ancaman hidup bagi masyarakat Indonesia. Berdasarkan laporan Departemen Kesehatan Bulan Juni 2010 jumlah pengidap HIV/AIDS atau ODHA di Indonesia adalah 3.647 orang terdiri dari pengidap HV 2.559 dan penderita AIDS 1.088 orang. Dari jumlah tersebut, kelompok usia 15-19 berjumlah 151 orang (4,14%), 19-24 berjumlah 930 orang (25,50%). Ini berarti bahwa jumlah terbanyak penderita HIV/AIDS adalah remaja dan orang muda. Dari data tersebut yang sudah meninggal karena AIDS secara umum adalah 394 orang (Depkes RI, 2010).

BAHAN DAN METODE

Bahan dan alat yang dibutuhkan untuk mengadakan pelatihan adalah seperangkat peralatan untuk presentasi berupa laptop, leaflet, LCD dan layar.

HASIL

Penyuluhan kesehatan tentang masa pubertas pada remaja untuk memberikan wawasan informasi terhadap kelompok remaja SMPN 3 Kediri yang beralamat di Jl. Joyoboyo 84 Kediri. Peserta penyuluhan terdiri dari kurang lebih 800 siswa. Penyuluhan dilakukan di SMPN 3 Kediri.

Untuk proses dan hasil semua peserta mengikuti penyuluhan dari awal hingga akhir acara. Selama proses penyuluhan berlangsung peserta penyuluhan memahami, mengerti, dan memperhatikan materi yang disampaikan oleh pemateri penyuluhan. Selain itu peserta berpartisipasi dalam mengajukan pertanyaan kepada pemateri dan pemateri penyuluhan mampu menjawab secara lisan pertanyaan dari peserta penyuluhan secara langsung.

PEMBAHASAN

Untuk Untuk struktur dalam penyuluhan mulai dari persiapan yang dilakukan 30 menit sebelum penyuluhan berlangsung, media yang digunakan yaitu LCD, Leaflet, persiapan tempat, koordinasi peserta, dan pengorganisasian dalam penyuluhan lengkap dengan mahasiswa yang bertugas sesuai dengan tugas masing-masing.

Pelaksanaan penyuluhan di tempat tersebut diikuti oleh siswa-siswi yang berjumlah kurang lebih 800 siswa juga memperhatikan materi penyuluhan yang ditunjukkan, juga terdapat beberapa pertanyaan dari peserta penyuluhan. Hal ini menunjukkan peserta sangat antusias dengan diadakannya penyuluhan kesehatan tentang masa pubertas yang disampaikan oleh mahasiswa STIKes Surya Mitra Husada Kediri.

Dari hal-hal di atas dapat dilaporkan bahwa peserta penyuluhan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada siswa-siswi sangat antusias dan mengikuti penyuluhan kesehatan tentang masa pubertas.

KESIMPULAN

Pubertas ialah suatu periode dimana kematangan kerangka dan seksual terjadi dengan pesat terutama pada awal masa remaja. Kematangan seksual merupakan suatu rangkaian dari perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja, yang ditandai dengan perubahan pada seks primer (*Primary Sex Characteristics*) dan perubahan pada seks sekunder (*Secondary Sex Characteristics*). Meskipun perkembangan ini biasanya mengikuti suatu urutan tertentu, namun urutan dari kematangan seksual tidak sama pada setiap anak, dan terdapat perbedaan individual dalam umur dari perubahan-perubahan. Pubertas biasanya berlangsung pada umur 13-20 tahun dan fase yang lebih matang dimana dari implus yang tenang menjadi menonjol sehingga dinamis.

Saat remaja pertumbuhan fisik baik laki-laki maupun perempuan sangatlah cepat tumbuhnya. Pada saat ini pertumbuhan tinggi badan terjadi amat cepat. Perbedaan pertumbuhan fisik laki-laki dan perempuan adalah pada organ reproduksinya, dimana akan diproduksi hormone yang berbeda, penampilan yang berbeda, serta bentuk tubuh yang berbeda akibat berkembangnya tanda seks sekunder.

REFERENSI

Notoadmojo, S. (2011). Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Rineka Cipta.

Depkes RI. (2007). Modul Pelatihan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PPKPR), Jakarta: Depkes RI.

Desmita. (2010). Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.