

INFORMASI ARTIKEL

Received: januari, 05, 2022

Revised: januari, 06, 2022

Available online: januari, 07, 2022

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Penyuluhan kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi

Aryanti Wardiyah, Lidya Aryanti, Marliyana, Oktaliana*, Parid Khoirudin, Mutia Ade Dea

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati

Korepondensi penulis: Oktaliana*

Abstract

Health education about the importance of maintaining the health of reproductive organs

Background: Pain is an unpleasant sensory and emotional experience due to damage or the threat of tissue damage. Pain is often described and tissue destructive terms such as stabbing, burning, twisting, like emotions, in feelings of fear, nausea and drunkenness. Moreover, any feeling of pain of moderate to strong intensity is accompanied by anxiety and a strong desire to escape or negate the feeling.

Purpose: Respondents can know and understand about pain management.

Methods: The implementation of the method used in community service is carried out in 2 stages, namely, firstly, nursing professional students explain about pain management and secondly, after being given pain management counseling using back and forth sheets, respondents are given questions and answers about pain management.

Result: Respondents understand about pain management

Conclusion: respondents can know about pain management

Keywords: Health Counseling; Pain management

Abstrak

Pendahuluan: Sistem Reproduksi Pria meliputi organ-organ reproduksi, spermatogenesis dan hormon pada pria, Sistem reproduksi wanita meliputi organ reproduksi, oogenesis, hormon pada wanita, fertilisasi, kehamilan, persalinan dan laktasi. Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, serta fungsi dan prosesnya. - Remaja atau adolescence, berasal dari bahasa latin adolescere yang berarti tumbuh ke arah kematangan. Kematangan yang dimaksud adalah bukan hanya kematangan fisik saja, tetapi juga kematangan sosial dan psikologis

Tujuan: Responden dapat mengetahui dan memahami tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi

Metode: Pelaksanaan metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan 2 tahap, yaitu pertama mahasiswa profesi ners menjelaskan tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi dan ke dua setelah diberikan penyuluhan manajemen nyeri menggunakan lembar bolak balik, responden diberikan Tanya jawab tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi

Hasil: Responden memahami tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi

Simpulan: responden dapat mengetahui tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi

Kata Kunci : Penyuluhan Kesehatan; Kesehatan; Alat Reproduksi

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem

reproduksi, serta fungsi dan prosesnya. Pembinaan Kesehatan Reproduksi Remaja dilakukan untuk memberikan informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan perilaku

hidup sehat bagi remaja, di samping mengatasi masalah yang ada (Delvia, 2016).

Merawat kebersihan organ seksual seringkali tidak dilakukan sesering merawat kebersihan organ tubuh lainnya. Padahal organ seksual membutuhkan perhatian yang ekstra. Pada organ seksual tersebut keringat yang dihasilkan cukup berlebih. Sehingga organ seksual tersebut menjadi lebih lembab yang dapat menjadi media berkembangbiaknya bakteri, penyakit dan bau tidak sedap (Delvia, 2016). Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologi, perubahan psikologi, dan perubahan sosial. Personal hygiene diartikan sebagai semua aktivitas yang bertujuan untuk mencapai kebersihan tubuh, meliputi membasuh, mandi, merawat rambut, kuku, gigi, gusi dan membersihkan daerah genital (Damayanti, 2010).

Beberapa penyakit infeksi yang dapat menyerang organ reproduksi wanita karena kurangnya personal hygiene antara lain trikomoniasis, vaginosis bakterial, kandidiasis vulvo vaginitis, gonore, klamidia, dan sifilis (Evariny, 2011). Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan dan psikis seseorang. Kebersihan itu sendiri dapat dipengaruhi oleh nilai individu dan kebiasaan. Seseorang dapat sakit, biasanya karena masalah kebersihan kurang diperhatikan. Hal ini terjadi karena menganggap masalah kebersihan adalah masalah sepele, padahal jika hal tersebut dibiarkan terus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum (Delvia, 2016).

Sistem Reproduksi Pria

Meliputi organ-organ reproduksi, spermatogenesis dan hormon pada pria.

Organ Reproduksi

Organ reproduksi pria terdiri atas organ reproduksi dalam dan organ reproduksi luar.

Organ Reproduksi Dalam

Organ reproduksi dalam pria terdiri atas testis, saluran pengeluaran dan kelenjar aksesori.

Testis (gonad jantan) berbentuk oval dan terletak didalam kantung pelir (skrotum). Testis berjumlah sepasang (testes = jamak). Testis terdapat di bagian tubuh sebelah kiri dan kanan.

Testis kiri dan kanan dibatasi oleh suatu sekat yang terdiri dari serat jaringan ikat dan otot polos. Fungsi testis secara umum merupakan alat untuk memproduksi sperma dan hormon kelamin jantan yang disebut testoteron.

Saluran pengeluaran pada organ reproduksi dalam pria terdiri dari epididimis, vas deferens, saluran ejakulasi dan uretra.

Epididimis

Epididimis merupakan saluran berkelok-kelok di dalam skrotum yang keluar dari testis. Epididimis berjumlah sepasang di sebelah kanan dan kiri. Epididimis berfungsi sebagai tempat penyimpanan sementara sperma sampai sperma menjadi matang dan bergerak menuju vas deferens.

Vas deferens atau saluran sperma (duktus deferens) merupakan saluran lurus yang mengarah ke atas dan merupakan lanjutan dari epididimis. Vas deferens tidak menempel pada testis dan ujung salurannya terdapat di dalam kelenjar prostat. Vas deferens berfungsi sebagai saluran tempat jalannya sperma dari epididimis menuju kantung semen atau kantung mani (vesikula seminalis).

Saluran ejakulasi

Saluran ejakulasi merupakan saluran pendek yang menghubungkan kantung semen dengan uretra. Saluran ini berfungsi untuk mengeluarkan sperma agar masuk ke dalam uretra.

Uretra merupakan saluran akhir reproduksi yang terdapat di dalam penis. Uretra berfungsi sebagai saluran kelamin yang berasal dari kantung semen dan saluran untuk membuang urin dari kantung kemih.

Organ Reproduksi Luar

Organ reproduksi luar pria terdiri dari penis dan skrotum.

Penis terdiri dari tiga rongga yang berisi jaringan spons. Dua rongga yang terletak di bagian atas berupa jaringan spons korpus kaverna. Satu rongga lagi berada di bagian bawah yang berupa jaringan spons korpus spongiosum yang membungkus uretra. Uretra pada penis dikelilingi oleh jaringan erektile yang rongga-rongganya banyak mengandung pembuluh darah dan ujung-ujung saraf perasa. Bila ada suatu rangsangan, rongga tersebut akan terisi penuh oleh darah sehingga penis menjadi tegang dan mengembang (ereksi).

Skrotum (kantung pelir) merupakan kantung yang di dalamnya berisi testis. Skrotum berjumlah

sepasang, yaitu skrotum kanan dan skrotum kiri. Di antara skrotum kanan dan skrotum kiri dibatasi oleh sekat yang berupa jaringan ikat dan otot polos (otot dartos). Otot dartos berfungsi untuk menggerakkan skrotum sehingga dapat mengerut dan mengendur. Di dalam skrotum juga terdapat serat-serat otot yang berasal dari penerusan otot lurik dinding perut yang disebut otot kremaster. Otot ini bertindak sebagai pengatur suhu lingkungan testis agar kondisinya stabil. Proses pembentukan sperma (spermatogenesis) membutuhkan suhu yang stabil, yaitu beberapa derajat lebih rendah daripada suhu tubuh.

Spermatogenesis terjadi di dalam di dalam testis, tepatnya pada tubulus seminiferus. Spermatogenesis mencakup pematangan sel epitel germinal dengan melalui proses pembelahan dan diferensiasi sel, yang mana bertujuan untuk membentuk sperma fungsional. Pematangan sel terjadi di tubulus seminiferus yang kemudian disimpan di epididimis. Dinding tubulus seminiferus tersusun dari jaringan ikat dan jaringan epitelium germinal (jaringan epitelium benih) yang berfungsi pada saat spermatogenesis. Pintalan-pintalan tubulus seminiferus terdapat di dalam ruang-ruang testis (lobulus testis). Satu testis umumnya mengandung sekitar 250 lobulus testis. Tubulus seminiferus terdiri dari sejumlah besar sel epitel germinal (sel epitel benih) yang disebut spermatogonia (spermatogonium = tunggal).

Spermatogonia terletak di dua sampai tiga lapisan luar sel-sel epitel tubulus seminiferus. Spermatogonia terus-menerus membelah untuk memperbanyak diri, sebagian dari spermatogonia berdiferensiasi melalui tahap-tahap perkembangan tertentu untuk membentuk sperma. Pada tahap pertama spermatogenesis, spermatogonia yang bersifat diploid ($2n$ atau mengandung 23 kromosom berpasangan), berkumpul di tepi membran epitel germinal yang disebut spermatogonia tipe A. Spermatogonia tipe A membelah secara mitosis menjadi spermatogonia tipe B. Kemudian, setelah beberapa kali membelah, sel-sel ini akhirnya menjadi spermatosit primer yang masih bersifat diploid. Setelah melewati beberapa minggu, setiap spermatosit primer membelah secara meiosis membentuk dua buah spermatosit sekunder yang bersifat haploid. Spermatosit sekunder kemudian membelah lagi secara meiosis membentuk empat buah spermatid. Spermatid merupakan calon sperma yang belum

memiliki ekor dan bersifat haploid (n atau mengandung 23 kromosom yang tidak berpasangan). Setiap spermatid akan berdiferensiasi menjadi spermatozoa (sperma).

Proses perubahan spermatid menjadi sperma disebut spermiasi. Ketika spermatid dibentuk pertama kali, spermatid memiliki bentuk seperti sel-sel epitel. Namun, setelah spermatid mulai memanjang menjadi sperma, akan terlihat bentuk yang terdiri dari kepala dan ekor.

Kepala sperma terdiri dari sel berinti tebal dengan hanya sedikit sitoplasma. Pada bagian membran permukaan di ujung kepala sperma terdapat selubung tebal yang disebut akrosom. Akrosom mengandung enzim hialuronidase dan proteinase yang berfungsi untuk menembus lapisan pelindung ovum. Pada ekor sperma terdapat badan sperma yang terletak di bagian tengah sperma. Badan sperma banyak mengandung mitokondria yang berfungsi sebagai penghasil energi untuk pergerakan sperma. Semua tahap spermatogenesis terjadi karena adanya pengaruh sel-sel sertoli yang memiliki fungsi khusus untuk menyediakan makanan dan mengatur proses spermatogenesis.

Hormon Pada Pria

Proses spermatogenesis distimulasi oleh sejumlah hormon, yaitu estoteron disekresi oleh sel-sel Leydig yang terdapat di antara tubulus seminiferus. Hormon ini penting bagi tahap pembelahan sel-sel germinal untuk membentuk sperma, terutama pembelahan meiosis untuk membentuk spermatosit sekunder. LH disekresi oleh kelenjar hipofisis anterior. LH berfungsi menstimulasi sel-sel Leydig untuk mensekresi testoteron. FSH juga disekresi oleh sel-sel kelenjar hipofisis anterior dan berfungsi menstimulasi sel-sel sertoli. Tanpa stimulasi ini, perubahan spermatid menjadi sperma (spermiasi) tidak akan terjadi. Estrogen dibentuk oleh sel-sel sertoli ketika distimulasi oleh FSH. Sel-sel sertoli juga mensekresi suatu protein pengikat androgen yang mengikat testoteron dan estrogen serta membawa keduanya ke dalam cairan pada tubulus seminiferus. Kedua hormon ini tersedia untuk pematangan sperma. Hormon pertumbuhan diperlukan untuk mengatur fungsi metabolisme testis. Hormon pertumbuhan secara khusus meningkatkan pembelahan awal pada spermatogenesis.

Gangguan Pada Sistem Reproduksi Pria

Lidya Aryanti, Marliyana, Oktaliana*, Parid Khoirudin, Mutia Ade Dea, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korepondensi penulis: Oktaliana*

Hipogonadisme adalah penurunan fungsi testis yang disebabkan oleh gangguan interaksi hormon, seperti hormon androgen dan testosteron. Gangguan ini menyebabkan infertilitas, impotensi dan tidak adanya tanda-tanda kepriaan. Penanganan dapat dilakukan dengan terapi hormone.

Kriptorkidisme adalah kegagalan dari satu atau kedua testis untuk turun dari rongga abdomen ke dalam skrotum pada waktu bayi. Hal tersebut dapat ditangani dengan pemberian hormon human chorionic gonadotropin untuk merangsang testosteron. Jika belum turun juga, dilakukan pembedahan.

Uretritis adalah peradangan uretra dengan gejala rasa gatal pada penis dan sering buang air kecil. Organisme yang paling sering menyebabkan uretritis adalah *Chlamydia trachomatis*, *Ureplasma urealyticum* atau virus herpes.

Prostatitis adalah peradangan prostat. Penyebabnya dapat berupa bakteri, seperti *Escherichia coli* maupun bukan bakteri.

Epididimitis adalah infeksi yang sering terjadi pada saluran reproduksi pria. Organisme penyebab epididimitis adalah *E. coli* dan *Chlamydia*.

Orkitis adalah peradangan pada testis yang disebabkan oleh virus parotitis. Jika terjadi pada pria dewasa dapat menyebabkan infertilitas

Sistem Reproduksi Wanita

Sistem reproduksi wanita meliputi organ reproduksi, oogenesis, hormon pada wanita, fertilisasi, kehamilan, persalinan dan laktasi.

Organ Reproduksi

Organ reproduksi wanita terdiri dari organ reproduksi dalam dan organ reproduksi luar.

Organ Reproduksi Dalam

Organ reproduksi dalam wanita terdiri dari ovarium dan saluran reproduksi (saluran kelamin).

Ovarium (indung telur) berjumlah sepasang, berbentuk oval dengan panjang 3 - 4 cm. Ovarium berada di dalam rongga badan, di daerah pinggang. Umumnya setiap ovarium menghasilkan ovum setiap 28 hari. Ovum yang dihasilkan ovarium akan bergerak ke saluran reproduksi. Fungsi ovarium yakni menghasilkan ovum (sel telur) serta hormon estrogen dan progesteron. Saluran reproduksi (saluran kelamin) terdiri dari oviduk, uterus dan vagina. Oviduk (tuba falopii) atau saluran telur berjumlah sepasang (di kanan dan kiri ovarium) dengan panjang sekitar 10 cm.

Bagian pangkal oviduk berbentuk corong yang disebut infundibulum. Pada infundibulum terdapat jumbai-jumbai (fimbriae). Fimbriae berfungsi menangkap ovum yang dilepaskan oleh ovarium. Ovum yang ditangkap oleh infundibulum akan masuk ke oviduk. Oviduk berfungsi untuk menyalurkan ovum dari ovarium menuju uterus. Uterus (kantung peranakan) atau rahim merupakan rongga pertemuan oviduk kanan dan kiri yang berbentuk seperti buah pir dan bagian bawahnya mengecil yang disebut serviks (leher rahim). Uterus manusia berfungsi sebagai tempat perkembangan zigot apabila terjadi fertilisasi. Uterus terdiri dari dinding berupa lapisan jaringan yang tersusun dari beberapa lapis otot polos dan lapisan endometrium. Lapisan endometrium (dinding rahim) tersusun dari sel-sel epitel dan membatasi uterus. Lapisan endometrium menghasilkan banyak lendir dan pembuluh darah. Lapisan endometrium akan menebal pada saat ovulasi (pelepasan ovum dari ovarium) dan akan meluruh pada saat menstruasi. Vagina merupakan saluran akhir dari saluran reproduksi bagian dalam pada wanita. Vagina bermuara pada vulva. Vagina memiliki dinding yang berlipat-lipat dengan bagian terluar berupa selaput berlendir, bagian tengah berupa lapisan otot dan bagian terdalam berupa jaringan ikat berserat. Selaput berlendir (membran mukosa) menghasilkan lendir pada saat terjadi rangsangan seksual. Lendir tersebut dihasilkan oleh kelenjar Bartholin. Jaringan otot dan jaringan ikat berserat bersifat elastis yang berperan untuk melebarkan uterus saat janin akan dilahirkan dan akan kembali ke kondisi semula setelah janin dikeluarkan.

Organ Reproduksi Luar

Organ reproduksi luar pada wanita berupa vulva. Vulva merupakan celah paling luar dari organ kelamin wanita. Vulva terdiri dari mons pubis. Mons pubis (mons veneris) merupakan daerah atas dan terluar dari vulva yang banyak menandung jaringan lemak. Pada masa pubertas daerah ini mulai ditumbuhi oleh rambut. Di bawah mons pubis terdapat lipatan labium mayor (bibir besar) yang berjumlah sepasang. Di dalam labium mayor terdapat lipatan labium minor (bibir kecil) yang juga berjumlah sepasang. Labium mayor dan labium minor berfungsi untuk melindungi vagina. Gabungan labium mayor dan labium minor pada bagian atas labium membentuk tonjolan kecil yang disebut klitoris.

Klitoris merupakan organ erektile yang dapat disamakan dengan penis pada pria. Meskipun klitoris secara struktural tidak sama persis dengan penis, namun klitoris juga mengandung korpus kavernosa. Pada klitoris terdapat banyak pembuluh darah dan ujung-ujung saraf perasa. Pada vulva bermuara dua saluran, yaitu saluran uretra (saluran kencing) dan saluran kelamin (vagina). Pada daerah dekat saluran ujung vagina terdapat himen atau selaput dara. Himen merupakan selaput mukosa yang banyak mengandung pembuluh darah.

Oogenesis merupakan proses pembentukan ovum di dalam ovarium. Di dalam ovarium terdapat oogonium (oogonia = jamak) atau sel induk telur. Oogonium bersifat diploid dengan 46 kromosom atau 23 pasang kromosom. Oogonium akan memperbanyak diri dengan cara mitosis membentuk oosit primer. Oogenesis telah dimulai saat bayi perempuan masih di dalam kandungan, yaitu pada saat bayi berusia sekitar 5 bulan dalam kandungan. Pada saat bayi perempuan berumur 6 bulan, oosit primer akan membelah secara meiosis. Namun, meiosis tahap pertama pada oosit primer ini tidak dilanjutkan sampai bayi perempuan tumbuh menjadi anak perempuan yang mengalami pubertas. Oosit primer tersebut berada dalam keadaan istirahat (dorman).

Pada saat bayi perempuan lahir, di dalam setiap ovariumnya mengandung sekitar 1 juta oosit primer. Ketika mencapai pubertas, anak perempuan hanya memiliki sekitar 200 ribu oosit primer saja. Sedangkan oosit lainnya mengalami degenerasi selama pertumbuhannya. Saat memasuki masa pubertas, anak perempuan akan mengalami perubahan hormon yang menyebabkan oosit primer melanjutkan meiosis tahap pertamanya. Oosit yang mengalami meiosis I akan menghasilkan dua sel yang tidak sama ukurannya. Sel oosit pertama merupakan oosit yang berukuran normal (besar) yang disebut oosit sekunder, sedangkan sel yang berukuran lebih kecil disebut badan polar pertama (polosit primer). Selanjutnya, oosit sekunder meneruskan tahap meiosis II (meiosis kedua). Namun pada meiosis II, oosit sekunder tidak langsung diselesaikan sampai tahap akhir, melainkan berhenti sampai terjadi ovulasi. Jika tidak terjadi fertilisasi, oosit sekunder akan mengalami degenerasi. Namun jika ada sperma masuk ke oviduk, meiosis II pada oosit sekunder akan dilanjutkan kembali. Akhirnya,

meiosis II pada oosit sekunder akan menghasilkan satu sel besar yang disebut ootid dan satu sel kecil yang disebut badan polar kedua (polosit sekunder). Badan polar pertama juga membelah menjadi dua badan polar kedua. Akhirnya, ada tiga badan polar dan satu ootid yang akan tumbuh menjadi ovum dari oogenesis setiap satu oogonium.

Oosit dalam oogonium berada di dalam suatu folikel telur. Folikel telur (folikel) merupakan sel pembungkus penuh cairan yang mengelilingi ovum. Folikel berfungsi untuk menyediakan sumber makanan bagi oosit. Folikel juga mengalami perubahan seiring dengan perubahan oosit primer menjadi oosit sekunder hingga terjadi ovulasi. Folikel primer muncul pertama kali untuk menyelubungi oosit primer. Selama tahap meiosis I pada oosit primer, folikel primer berkembang menjadi folikel sekunder. Pada saat terbentuk oosit sekunder, folikel sekunder berkembang menjadi folikel tersier. Pada masa ovulasi, folikel tersier berkembang menjadi folikel de Graaf (folikel matang). Setelah oosit sekunder lepas dari folikel, folikel akan berubah menjadi korpus luteum. Jika tidak terjadi fertilisasi, korpus luteum akan mengerut menjadi korpus albikan.

Hormon Pada Wanita

Pada wanita, peran hormon dalam perkembangan oogenesis dan perkembangan reproduksi jauh lebih kompleks dibandingkan pada pria. Salah satu peran hormon pada wanita dalam proses reproduksi adalah dalam siklus menstruasi.

Menstruasi (haid) adalah pendarahan secara periodik dan siklik dari uterus yang disertai pelepasan endometrium. Menstruasi terjadi jika ovum tidak dibuahi oleh sperma. Siklus menstruasi sekitar 28 hari. Pelepasan ovum yang berupa oosit sekunder dari ovarium disebut ovulasi, yang berkaitan dengan adanya kerjasama antara hipotalamus dan ovarium. Hasil kerjasama tersebut akan memacu pengeluaran hormon-hormon yang mempengaruhi mekanisme siklus menstruasi.

Untuk mempermudah penjelasan mengenai siklus menstruasi, patokannya adalah adanya peristiwa yang sangat penting, yaitu ovulasi. Ovulasi terjadi pada pertengahan siklus ($\frac{1}{2}$ n) menstruasi. Untuk periode atau siklus hari pertama menstruasi, ovulasi terjadi pada hari ke-14 terhitung sejak hari pertama menstruasi. Siklus menstruasi dikelompokkan menjadi empat fase, yaitu fase menstruasi, fase pra-ovulasi, fase ovulasi, fase pasca-ovulasi.

Fase menstruasi terjadi bila ovum tidak dibuahi oleh sperma, sehingga korpus luteum akan menghentikan produksi hormon estrogen dan progesteron. Turunnya kadar estrogen dan progesteron menyebabkan lepasnya ovum dari dinding uterus yang menebal (endometrium). Lepasnya ovum tersebut menyebabkan endometrium sobek atau meluruh, sehingga dindingnya menjadi tipis. Peluruhan pada endometrium yang mengandung pembuluh darah menyebabkan terjadinya pendarahan pada fase menstruasi. Pendarahan ini biasanya berlangsung selama lima hari. Volume darah yang dikeluarkan rata-rata sekitar 50mL.

Pada fase pra-ovulasi atau akhir siklus menstruasi, hipotalamus mengeluarkan hormon gonadotropin. Gonadotropin merangsang hipofisis untuk mengeluarkan FSH. Adanya FSH merangsang pembentukan folikel primer di dalam ovarium yang mengelilingi satu oosit primer. Folikel primer dan oosit primer akan tumbuh sampai hari ke-14 hingga folikel menjadi matang atau disebut folikel de Graaf dengan ovum di dalamnya. Selama pertumbuhannya, folikel juga melepaskan hormon estrogen. Adanya estrogen menyebabkan pembentukan kembali (proliferasi) sel-sel penyusun dinding dalam uterus dan endometrium. Peningkatan konsentrasi estrogen selama pertumbuhan folikel juga mempengaruhi serviks untuk mengeluarkan lendir yang bersifat basa. Lendir yang bersifat basa berguna untuk menetralkan sifat asam pada serviks agar lebih mendukung lingkungan hidup sperma.

Pada saat mendekati fase ovulasi atau mendekati hari ke-14 terjadi perubahan produksi hormon. Peningkatan kadar estrogen selama fase pra-ovulasi menyebabkan reaksi umpan balik negatif atau penghambatan terhadap pelepasan FSH lebih lanjut dari hipofisis. Penurunan konsentrasi FSH menyebabkan hipofisis melepaskan LH. LH merangsang pelepasan oosit sekunder dari folikel de Graaf. Pada saat inilah disebut ovulasi, yaitu saat terjadi pelepasan oosit sekunder dari folikel de Graaf dan siap dibuahi oleh sperma. Umumnya ovulasi terjadi pada hari ke-14.

Pada fase pasca-ovulasi, folikel de Graaf yang ditinggalkan oleh oosit sekunder karena pengaruh LH dan FSH akan berkerut dan berubah menjadi korpus luteum. Korpus luteum tetap memproduksi estrogen (namun tidak sebanyak folikel de Graaf

memproduksi estrogen) dan hormon lainnya, yaitu progesteron. Progesteron mendukung kerja estrogen dengan menebalkan dinding dalam uterus atau endometrium dan menumbuhkan pembuluh-pembuluh darah pada endometrium. Progesteron juga merangsang sekresi lendir pada vagina dan pertumbuhan kelenjar susu pada payudara. Keseluruhan fungsi progesteron (juga estrogen) tersebut berguna untuk menyiapkan penanaman (implantasi) zigot pada uterus bila terjadi pembuahan atau kehamilan.

Proses pasca-ovulasi ini berlangsung dari hari ke-15 sampai hari ke-28. Namun, bila sekitar hari ke-26 tidak terjadi pembuahan, korpus luteum akan berubah menjadi korpus albikan. Korpus albikan memiliki kemampuan produksi estrogen dan progesteron yang rendah, sehingga konsentrasi estrogen dan progesteron akan menurun. Pada kondisi ini, hipofisis menjadi aktif untuk melepaskan FSH dan selanjutnya LH, sehingga fase pasca-ovulasi akan tersambung kembali dengan fase menstruasi berikutnya.

Fertilisasi atau pembuahan terjadi saat oosit sekunder yang mengandung ovum dibuahi oleh sperma. Fertilisasi umumnya terjadi segera setelah oosit sekunder memasuki oviduk. Namun, sebelum sperma dapat memasuki oosit sekunder, pertama-tama sperma harus menembus berlapis-lapis sel granulosa yang melekat di sisi luar oosit sekunder yang disebut korona radiata. Kemudian, sperma juga harus menembus lapisan sesudah korona radiata, yaitu zona pelusida. Zona pelusida merupakan lapisan di sebelah dalam korona radiata, berupa glikoprotein yang membungkus oosit sekunder.

Pentingnya Menjaga Alat Kesehatan Reproduksi Wanita dan Pria

Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, serta fungsi dan prosesnya. - Remaja atau adolescence, berasal dari bahasa latin adolescere yang berarti tumbuh ke arah kematangan. Kematangan yang dimaksud adalah bukan hanya kematangan fisik saja, tetapi juga kematangan sosial dan psikologis (Aisyaroh, 2010).

Kesehatan reproduksi wanita dan pria merupakan kondisi kesehatan yang menyangkut masalah kesehatan organ reproduksi, yang

kesiapannya dimulai sejak usia remaja ditandai oleh haid pertama kali pada remaja perempuan atau mimpi basah bagi remaja laki-laki. Kesehatan reproduksi wanita dan pria meliputi fungsi, proses, dan sistem reproduksi wanita dan pria. Sehat yang dimaksudkan tidak hanya semata-mata bebas dari penyakit atau dari cacat saja, tetapi juga sehat baik fisik, mental maupun sosial.

Organ reproduksi merupakan hal yang sangat vital, maka perlu dijaga kesehatannya. Terlebih lagi apabila kita masih di usia remaja, menjaga kesehatan organ reproduksi sangatlah penting. Sebab, masa remaja adalah waktu terbaik untuk membangun kebiasaan baik menjaga kebersihan, yang bisa menjadi aset dalam jangka panjang. Tak hanya untuk menjaga kesehatan dan fungsi organ tersebut, informasi yang benar terhadap hal ini juga bisa menghindari remaja melakukan hal hal yang tidak diinginkan.

Masalah kesehatan reproduksi dapat berpengaruh pada kemampuan seseorang dalam memiliki keturunan. Baik menyebabkan gangguan pada performa seksualnya, gangguan kesuburan, atau berisiko berkembang menjadi penyakit kronis yang berbahaya. Untuk memahami lebih lanjut seputar masalah kesehatan reproduksi, berikut adalah dua pokok bahasan mengenai masalah kesehatan reproduksi wanita dan pria.

Jenis-Jenis Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita

Ada berbagai jenis masalah kesehatan reproduksi wanita yang bisa terjadi. Tingkat keparahannya pun beragam, ada yang mudah diobati dan ada pula yang sampai membahayakan nyawa. Berikut adalah jenis-jenisnya:

Gangguan menstruasi pada wanita dibedakan menjadi dua jenis, yaitu amenore primer dan amenore sekunder. Amenore primer adalah tidak terjadinya menstruasi sampai usia 17 tahun dengan atau tanpa perkembangan seksual. Amenore sekunder adalah tidak terjadinya menstruasi selama 3 – 6 bulan atau lebih pada orang yang tengah mengalami siklus menstruasi. Menstruasi yang tertunda, tidak teratur, nyeri, dan perdarahan yang banyak pada waktu menstruasi merupakan keluhan tersering yang menyebabkan remaja wanita menemui dokter. Cakir M et al. dalam penelitiannya menemukan bahwa dismenoreia merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi terbesar (89,5%), diikuti ketidakteraturan menstruasi (31,2%), serta

perpanjangan durasi menstruasi (5,3%). Pada pengkajian terhadap penelitian-penelitian lain didapatkan prevalensi dismenoreia bervariasi antara 15,8-89,5%, dengan prevalensi tertinggi pada remaja (Sianipar, dkk. 2009).

Menurut data Globocan 2008, terdapat 529.409 kasus baru kanker serviks dengan sekitar 274.883 kematian di dunia. Hampir 85% kasus terdapat pada Negara-negara berkembang. Di Asia Tenggara, terdapat 188.000 kasus baru kanker serviks dengan sekitar 102.000 kematian. Di Indonesia terjadi sekitar 90 sampai 100 kasus baru kanker serviks per 100.000 penduduk per tahun. Menurut Hasto, kanker serviks menjadi penyakit kanker terbanyak di negeri ini dan hampir 70% telah mencapai stadium lanjut.

Kanker serviks adalah keadaan dimana sel-sel abnormal tumbuh di seluruh lapisan epitel serviks. Penanganannya dilakukan dengan mengangkat uterus, oviduk, ovarium, sepertiga bagian atas vagina dan kelenjar limfe panggul. Kanker serviks menimbulkan masalah berupa kesakitan dan penderitaan, bahkan sampai kematian. Selain disebabkan oleh infeksi Human Papilloma Virus (HPV), Kanker serviks juga dapat ditimbulkan karena personal hygiene (kebersihan diri) yang kurang baik. Oleh karena itu penting untuk menanamkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kebersihan diri untuk menghindari bahaya kanker serviks (Amin, 2014).

Menurut Lestari, 2016 faktor risiko kanker serviks di RSUD Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar, dikarenakan wanita yang menggunakan pembalut ketika menstruasi dan tidak sering diganti berisiko 2,3 kali lebih besar menderita kanker serviks. Perempuan yang telah melakukan hubungan seksual secara aktif, terutama yang berusia 30- 50 tahun dianjurkan untuk melakukan deteksi dini/penapisan minimal 5 tahun sekali. Salah satu penapisan kanker serviks yaitu dengan IVA test, yang merupakan pemeriksaan inspeksi visual dengan mata telanjang (tanpa pembesaran) seluruh permukaan leher rahim dengan bantuan asam asetat/cuka yang diencerkan. Pemeriksaan IVA hampir sama efektifnya dengan pemeriksaan Pap Smear dalam mendeteksi lesi prakanker (Depkes, 2009).

Kanker ovarium memiliki gejala yang tidak jelas. Dapat berupa rasa berat pada panggul, perubahan fungsi saluran pencernaan atau mengalami pendarahan vagina abnormal.

Penanganan dapat dilakukan dengan pembedahan dan kemoterapi.

Endometriosis merupakan kondisi medis pada wanita yang ditandai dengan tumbuhnya sel-sel endometrium di luar kavum uteri. Sel-sel endometrium yang melapisi kavum uteri sangat dipengaruhi hormon wanita. Dalam keadaan normal, sel-sel endometrium kavum uteri akan menebal selama siklus menstruasi berlangsung agar nantinya siap menerima hasil pembuahan sel telur oleh sperma. Bila sel telur tidak mengalami pembuahan, maka sel-sel endometrium yang menebal akan meluruh dan keluar sebagai darah menstruasi.

Gejala endometriosis berupa nyeri perut, pinggang terasa sakit dan nyeri pada masa menstruasi. Jika tidak ditangani, endometriosis dapat menyebabkan sulit terjadi kehamilan. Penanganannya dapat dilakukan dengan pemberian obat-obatan, laparoskopi atau bedah laser. Pada endometriosis, sel endometrium yang semula berada dalam kavum uteri berpindah dan tumbuh di luar kavum uteri. Sel-sel dapat tumbuh dan berpindah ke ovarium, tuba Falopii, belakang kavum uteri, ligamentum uterus, bahkan dapat sampai ke usus dan vesika urinaria. Pada saat menstruasi berlangsung, sel-sel endometrium yang berpindah ini akan mengelupas dan menimbulkan perasaan nyeri di sekitar panggul (Mukti, 2014).

Gejala awal infeksi vagina berupa keputihan dan timbul gatal-gatal. Infeksi vagina menyerang wanita usia produktif. Penyebabnya antara lain akibat hubungan kelamin, terutama bila suami terkena infeksi, jamur atau bakteri.

Keputihan merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang normal dan sering terjadi pada wanita, khususnya pada remaja. Keputihan adalah keluarnya cairan dari vagina selain darah haid (Kasdu, 2005). Keputihan fisiologis merupakan keluarnya cairan vagina selain darah haid yang dalam keadaan normal dipengaruhi oleh hormon, berwarna putih encer, tidak berbau, dan tidak gatal. Keputihan patologis merupakan keluarnya cairan dalam jumlah yang banyak dari vagina selain darah haid yang disebabkan oleh infeksi dan tindakan perawatan daerah kewanitaan yang tidak benar, berwarna kuning atau kehijauan, berbau amis atau busuk, dan disertai rasa gatal (Kusmiran, 2012). Sekitar 75% wanita yang ada di seluruh dunia pernah

mengalami keputihan, sekali seumur hidupnya (Syed dan Braverman, 2004).

Perilaku yang tidak baik dalam menjaga kebersihan organ reproduksi, seperti membersihkan dengan menggunakan air yang kotor, memakai sabun kewanitaan secara berlebihan, menggunakan celana dalam yang tidak menyerap keringat, jarang mengganti celana dalam, dan tidak sering mengganti pembalut merupakan pencetus timbulnya infeksi yang dapat menyebabkan keputihan patologis (Marhaeni, 2016).

Jenis – jenis masalah kesehatan reproduksi pria

Sama seperti wanita, pria juga memiliki sejumlah masalah kesehatan reproduksi yang spesifik bagi mereka. Berbagai bentuk masalah kesehatan reproduksi pria adalah:

Masalah kesuburan

Salah satu masalah kesehatan reproduksi pria yang dapat mengganggu kesuburan adalah jumlah sperma yang tidak memadai. Kondisi ini bisa disebabkan oleh gangguan hormon, masalah pada testis (baik karena cedera atau kelainan bawaan), akibat pengobatan kanker, gangguan autoimun yang menyerang sel sperma, efek samping obat-obatan, hingga adanya gangguan struktural dan masalah kromosom atau genetik.

Disfungsi seksual

Salah satu jenis masalah kesehatan reproduksi pria yang paling umum adalah disfungsi seksual. Bentuk-bentuk disfungsi seksual yang dapat terjadi pada pria, yaitu disfungsi ereksi, ejakulasi dini, ejakulasi tertunda atau terhambat, hingga libido rendah.

Kanker ada dua jenis kanker yang termasuk dalam masalah kesehatan reproduksi pria. Kedua jenis kanker ini adalah kanker prostat dan kanker testis. Seiring bertambahnya usia, risiko Anda mengalami kanker prostat semakin tinggi. Selain itu, riwayat kanker dalam keluarga juga meningkatkan risiko terjadinya kanker prostat dan kanker testis.

Gangguan prostat

Gangguan prostat termasuk salah satu masalah kesehatan reproduksi pria, khususnya bagi Anda yang telah lanjut usia. Sejumlah masalah yang biasanya menyerang kelenjar prostat adalah pembesaran prostat, peradangan prostat, dan kanker prostat.

Gangguan testis

Berikut adalah beberapa masalah kesehatan reproduksi pria yang berkaitan dengan kondisi testis:

Testis tidak turun atau undescensus testis, yaitu masalah kesehatan reproduksi bawaan lahir yang ditandai dengan testis tidak turun ke skrotum. Kondisi ini sebaiknya ditangani sebelum bayi berusia 1 tahun. Jika dibiarkan testis dapat mengalami kerusakan, menyebabkan kemandulan, serta berisiko mengembangkan kanker testis.

Varikokel, yakni kondisi saat pembuluh vena di sekitar testis mengalami pelebaran.

Hidrokel, yakni kondisi terjadinya penumpukan cairan di sekitar testis yang bisa berbahaya.

Dampak Tidak Menjaga Kesehatan Organ Reproduksi

Gonorrhea (Kencing Nanah).

Penyakit ini disebabkan oleh bakteri *Neisseria gonorrhoeae* dan ditularkan terutama melalui hubungan seksual. Bakteri ini selain menimbulkan radang pada organ reproduksi (vagina, saluran Fallopii, epididimis, kelenjar prostat), juga dapat menimbulkan radang pada saluran kemih, mata, persendian, dan selaput otak. Kalau tidak segera diobati, penyakit ini dapat menyebabkan kemandulan. Penyakit ini dapat menular dari seorang ibu yang terinfeksi kepada bayi yang dilahirkannya. Beberapa bayi menjadi buta karenanya.

Adapun tanda dan gejala-gejala penyakit ini sebagai berikut. Terdapat nanah di ujung saluran kencing, rasa terbakar pada saat buang air kecil, pada laki-laki, uretra menjadi sempit sehingga sulit buang air kecil. Pada beberapa kasus, testes menjadi rusak sehingga orang yang bersangkutan menjadi mandul. Pada wanita, terdapat nanah dari vagina yang mungkin dapat menyebar ke rahim dan indung telur. Akibatnya, wanita yang bersangkutan menjadi mandul.

Sifilis penyakit ini disebabkan oleh bakteri *Treponema pallidum* dan ditularkan terutama melalui hubungan seksual. Penyakit ini terdiri atas beberapa stadium. Pada stadium lanjut, sifilis tidak hanya menyerang organ-organ reproduksi, tetapi juga menyerang organ-organ tubuh yang lain, misalnya hati, susunan saraf, dan otak.

Herpes Genital penyakit ini disebabkan oleh virus herpes simpleks serotipe 2 dan ditularkan melalui hubungan seksual. Virus ini selain menyerang organ-organ reproduksi laki-laki dan perempuan, juga menyerang kulit. Sekarang sudah

diketahui bahwa ada hubungan antara infeksi virus herpes dan kanker leher rahim.

Keputihan (Fluor Albus) penyakit yang dialami perempuan ini disebabkan oleh berbagai parasit, antara lain jamur *Candida albicans*, Protozoa dari jenis *Trichomonas vaginalis*, bakteri, dan virus. *Candida albicans* menyukai lingkungan yang mengandung gula dan hangat. Jamur ini sering ditemukan pada perempuan hamil dan penderita diabetes melitus (kencing manis). 75% wanita diseluruh dunia setidaknya mengalami keputihan sebanyak satu kali seumur hidupnya. Berdasarkan data hasil Survey Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) 2010 menunjukkan bahwa wanita yang rentan mengalami keputihan yaitu wanita yang berusia 15-24 tahun SKRRI : Hartinah (2016)

AIDS merupakan singkatan dari *Acquired Immune Deficiency Syndrome* (sindrom hilangnya kekebalan karena bentukan). Penyakit ini disebabkan oleh virus HIV (*Human Immunodeficiency Virus*). Sampai sekarang, penyakit mematikan ini belum ada obatnya. Orang yang terinfeksi virus HIV tidak langsung menderita AIDS. Penyakit ini baru terlihat setelah enam bulan sampai lima tahun, bergantung pada ketahanan tubuh seseorang. Penyakit ini menyerang sel-sel darah putih yang merupakan bagian dari sistem kekebalan tubuh. Akibatnya, jika terinfeksi kuman tertentu yang bagi orang biasa tidak membahayakan, penderita AIDS dapat meninggal. Kita tidak perlu panik menghadapi penyakit ini jika mengetahui cara penularannya. Tidak seperti influenza yang penularannya melalui udara, penyakit ini menular melalui cairan tubuh. Menghirup udara tidak menyebabkan tertular. AIDS dapat menular melalui transfusi darah dari penderita AIDS, melalui jarum suntik yang pernah dipakai penderita AIDS, dan berhubungan seksual dengan penderita AIDS. Bayi yang dikandung ibu penderita AIDS kemungkinan juga dapat tertular.

Meskipun banyak penyakit yang dapat menyerang organ-organ reproduksi. Sebenarnya sebagian besar dapat dicegah dengan menjaga kebersihan secara umum dan kebersihan organ-organ reproduksi. Jamur yang menyukai tempat lembap dapat dihindari dengan selalu menjaga daerah perineum (selangkangan) selalu kering. Rasa gatal dapat dikurangi dengan mengenakan celana dari bahan katun.

Penatalaksanaan Gangguan Kesehatan Alat Reproduksi Wanita dan Pria

Menjaga Kebersihan Organ Intim Saat Menstruasi

Wanita sebaiknya memperhatikan dengan benar kebersihan organ reproduksinya atau organ intimnya saat dia terkena menstruasi. Alasannya adalah saat menstruasi kuman dan bakteri akan mudah sekali berkembang biak. Jika tidak menjaga kebersihan saat menstruasi wanita akan mudah terserang gatal-gatal di organ intimnya. Organ intim yang gatal menjadi tanda bahwa ada perkembangan dan pertumbuhan bakteri di dalam organ intim wanita tersebut

Memakai Celana Dalam Dari Katun

Meski lebih mahal dari bahan dasar nilon, celana dalam dari katun memiliki banyak sekali manfaat diantaranya adalah membuat sirkulasi udara di dalam organ reproduksi menjadi lancar. Celana katun pun lebih menyerap keringat dibandingkan dengan celana nilon. Bagi wanita yang menggunakan celana katun, dia akan terhindar dari penyakit keputihan, sedangkan bagi pria yang menggunakan celana dalam katun dia akan terhindar dari penyakit kulit di organ reproduksi seperti panu.

Celana dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari. Malas mengganti celana dalam juga dapat memicu timbulnya gatal-gatal dan jamur. Segera ganti jika celana dalam terasa lembap atau kotor. Penting juga memilih celana dalam dari bahan yang dapat menyerap keringat dengan baik (NersUnair, 2020).
Jangan Menggunakan Obat Pembersih Wanita

Cara menjaga kesehatan organ reproduksi wanita sebaiknya tidak menggunakan obat pembersih kewanitaan. Organ reproduksi jika dibersihkan menggunakan obat pembersih kewanitaan justru bisa merangsang pertumbuhan bakteri dan jamur penyebab keputihan,. Alasannya adalah ph yang tidak seimbang justru mematikan bakteri baik yang ada di vagina. Kadar keasaman yang tidak sesuai justru menjadi penyebab timbulnya bakteri jahat di dalam organ reproduksi. Bagi wanita yang ingin membersihkan organ kewanitaannya cukuplah dia menggunakan air yang mengalir saja, jangan menggunakan sabun pembersih yang phnya tidak seimbang.

Mengeringkan Organ Reproduksi

Untuk menjaga kesehatan organ reproduksi yang dimiliki oleh pria maupun wanita sebaiknya sehabis melakukan BAK dan juga BAB mengeringkan organ reproduksinya menggunakan handuk. Jangan menggunakan tisyu untuk mengeringkan organ reproduksinya sebab ada zat

pemutih yang bisa menempel di organ reproduksi wanita maupun pria.

Bagi perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk ke dalam organ reproduksi.

Bagi laki-laki, dianjurkan untuk dikhitan atau disunat agar mencegah terjadinya penularan penyakit menular seksual serta menurunkan risiko kanker penis.

Jangan Menggaruk Kemaluan

Saat jamur, kuman dan bakteri berkembangbiak di kulit kemaluan anda, hal itu akan menyebabkan rasa gatal. Menggaruk kemaluan pun bisa menyebabkan iritasi jika iritasi organ kemaluan justru akan merasakan perih dan menyebabkan kemaluan menjadi luka. Hal ini berlaku untuk pria dan juga wanita sehingga organ kemaluan terhindar dari rasa perih akibat iritasi itu.

Perubahan fisik, psikis, dan emosi wanita dan pria pada masa pubertas dapat membuat wanita dan pria lebih ekspresif dalam mengeksplorasi organ kelamin dan perilaku seksualnya. Sementara itu, pengetahuan dan persepsi yang salah tentang seksualitas dan kesehatan reproduksi dapat menyebabkan wanita dan pria berperilaku berisiko terhadap kesehatan reproduksinya. Oleh karena itu, peran orang tua dan guru menjadi penting dalam mendampingi, mencari dan menemukan informasi kesehatan reproduksi yang tepat.

METODE PELAKSANAAN**Persiapan**

Ada persiapan, menyiapkan materi dan SAP pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi pada wanita dan pria, dan materi narasumber pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi pada wanita dan pria pada mahasiswa dan mahasiswi Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung dan menyiapkan lokasi untuk melakukan penyuluhan.

Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan kesehatan di lakukan di Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung. Persiapan yang dilakukan berupa survey lokasi, koordinasi dengan Kepala program studi dan dosen di Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung mengenai kegiatan yang akan dilakukan, penyusunan materi penyuluhan, persiapan sarana dan prasarana, serta

Penyuluhan kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi

penyusunan jadwal kegiatan. Kegiatan penyuluhan dan ceramah teori disampaikan oleh mahasiswa keperawatan yang didampingi oleh dosen pembimbing. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan pukul 10.00 – 11.30, penyuluhan akan disampaikan dari mahasiswa Ners yaitu Oktaliana, S.Kep selama 20 menit memberi penyuluhan melalui Slide PPT. Setelah itu sesi tanya jawab antara mahasiswa profesi Ners dengan mahasiswa mahasiswi Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung yang di damping oleh fasilitator dan guru-guru dan penyuluhan kesehatan selesai pukul 11.30 WIB

Evaluasi

Setelah dilakukan evaluasi, mahasiswa mahasiswi Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung mampu dan antusias dalam memahami tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi pada wanita dan pria, mahasiswa mahasiswi Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung mampu berdiskusi dengan mahasiswa Ners mengenai pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi pada wanita dan pria. Keberhasilan kegiatan ini dapat dilihat dari pemahaman mahasiswa mahasiswi Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung tentang pentingnya menjaga kesehatan alat

reproduksi pada wanita dan pria. Kegiatan penyuluhan ini diikuti dengan total sebanyak 25 orang.

SIMPULAN

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, serta fungsi dan prosesnya. Beberapa penyakit infeksi yang dapat menyerang organ reproduksi baik pria maupun wanita diakibatkan oleh kurang diperhatikannya organ tersebut secara teliti. Terdapat beberapa factor yang dapat mengakibatkan infeksi pada organ reproduksi seperti malas mengganti pakaian dalam, seks bebas dan lain sebagainya.

SARAN

Menjaga kebersihan diri terutama organ reproduksi dimanapun dan kapanpun. Periksa organ segera apabila terdapat hal yang tidak normal pada organ reproduksi.



Lidya Aryanti, Marliyana, Oktaliana*, Parid Khoirudin, Mutia Ade Dea, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korepondensi penulis: Oktaliana*



DAFTAR PUSTAKA

- Aisyaroh, N., Kebidanan, S. P. P. D. I., & Unissula, F. I. K. (2010). Kesehatan Reproduksi Remaja. Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung. Universitas Sultan Agung.
- Amin, T. M. (2014). Pengetahuan Dan Pemahaman Akan Pentingnya Kebersihan Alat Vital Wanita Sebagai Pencegah Kanker Serviks. Asian Journal of Innovation and Entrepreneurship, 3(01), 28-31.

Lidya Aryanti, Marliyana, Oktaliana*, Parid Khoirudin, Mutia Ade Dea, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korepondensi penulis: Oktaliana*

Penyuluhan kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi

- Cakir M, Mungan I, Karakas T, Giriskin I, Okten A. Menstrual pattern and common menstrual disorders among university students in Turkey. *Pediatrics International*. 2007 [disitasi 21 Januari 2009] 49(6):938-42.
- Delvia, S. (2016). Keluhan pada Genetalia Eksternal Ditinjau dari Pengetahuan dan Personal Hygiene Pada Siswi SMA. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), Hal-47.
- Lestari, I. S. (2016). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan WUS Dalam Melakukan Deteksi Dini Kanker Serviks Di Puskesmas Manahan Surakarta.
- Marhaeni, G. A. (2016). Keputihan pada wanita. *Jurnal Skala Husada: The Journal of Health*, 13(1).
- Mukti, P. (2014). Faktor risiko kejadian endometriosis. *Unnes journal of public health*, 3(3).
- Sianipar, O., Bunawan, N. C., Almazini, P., Calista, N., Wulandari, P., Rovenska, N., ... & Suarthana, E. (2009). Prevalensi gangguan menstruasi dan faktor-faktor yang berhubungan pada siswi SMU di Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 59(7), 308-13.
- <http://ners.unair.ac.id/site/index.php/news-fkp-unair/30-lihat/1139-pentingnya-menjaga-kesehatan-organ-reproduksi-terutama-bagi-kalangan-remaja>