

**EDUKASI TENTANG MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI  
DI SMP N 1 PADAELO  
TAHUN 2019**

**Syarifah Masita**  
**STIKES Amanah Makassar**  
[masitasyarifah@gmail.com](mailto:masitasyarifah@gmail.com)

**Abstrak**

Menstruasi semakin diakui sebagai isu dalam kesehatan masyarakat domestik dan global. Selain itu hal terkait menstruasi masih dianggap sebagai hal yang tabu dan memiliki stigma negatif dan seringkali sulit untuk mempraktikkan kebersihan menstruasi yang optimal bagi remaja dan orang dewasa di berbagai negara dan wilayah (WHO, 2018). Banyak anak perempuan tidak memiliki pemahaman yang tepat bahwa menstruasi adalah proses biologis yang normal. Mereka justru baru mengenalnya pada saat menarche alias saat pertama kali mengalami menstruasi. (Kemenkes, 2017).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Aula SMPN 1 Padaelo Kabupaten Barru dengan jumlah Remaja Putri sebanyak 35 Orang pada tanggal 31 Oktober 2019 dengan metode penyuluhan berupa ceramah. Dari Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini disimpulkan bahwa pelaksanaan edukasi menstruasi pada remaja putri di Aula SMPN 1 Padaelo Kabupaten Barru berjalan dengan baik, sebanyak 35 orang mengikuti kegiatan ini dengan penuh antusias yang terlihat dari respon anak yang memperhatikan dengan baik dan turut bertanya pada saat sesi Tanya jawab dilakukan

**KataKunci:** Edukasi, Menstruasi, RemajaPutri

**Abstract**

Menstruation is increasingly being recognized as an issue in domestic and global public health. In addition, matters related to menstruation are still considered a taboo and have a negative stigma and it is often difficult to practice optimal menstrual hygiene for adolescents and adults in various countries and regions (WHO, 2018). Many girls do not have the proper understanding that menstruation is a normal biological process. In fact, they only know her at the time of menarche, alias when she first experiences menstruation. (Ministry of Health, 2017).

This community service activity was carried out in the Padaelo 1 Middle School Hall, Barru Regency with a total of 35 young women on October 31 2019 with the counseling method in the form of lectures. From this Community Service Activity it was concluded that the implementation of menstruation education for young women in the Auditorium of SMPN 1 Padaelo, Barru Regency went well, as many as 35 people participated in this activity with great enthusiasm as seen from the response of the children who paid close attention and also asked questions during the Question session answer done

**KeyWord:** Education, Menstruation, Adolescentgirl

## **Pendahuluan**

Menstruasi merupakan indikator kematangan seksual pada remaja putri dan merupakan hal yang unik bagi wanita, dimana perdarahan vaginal secara teratur dan berkala yang merupakan tanda-tanda penting pubertas. Menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahan pahaman praktik kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja (Citrawathi, 2014). Intervensi kesehatan dan kebersihan menstruasi dapat menjadi masukan untuk program pendidikan kesehatan reproduksi (UNICEF, 2019).

Menurut Sommer, dkk (2020) Menstruasi semakin diakui sebagai isu dalam kesehatan masyarakat domestik dan global. Selain itu hal terkait menstruasi masih dianggap sebagai hal yang tabu dan memiliki stigma negatif dan seringkali sulit untuk mempraktikkan kebersihan menstruasi yang optimal bagi remaja dan orang dewasa di berbagai negara dan wilayah (WHO, 2018). Banyak anak perempuan tidak memiliki pemahaman yang tepat bahwa menstruasi adalah proses biologis yang normal. Mereka justru baru mengenalnya pada saat menarke alias saat pertama kali mengalami menstruasi. Hal ini diperparah dengan fakta bahwa anak perempuan sering kesulitan membeli atau mendapatkan pembalut saat diperlukan (Kemenkes, 2017).

Remaja putri sebagai pelajar, sebagian besar kurang mendapatkan penyuluhan tentang menstruasi,

karena hal itu dianggap tabu dibicarakan dengan orangtua, Pengetahuan ibu tentang hal tersebut juga terbatas. Dari latar belakang tersebut sehingga saya tertarik melakukan pengabdian masyarakat dengan judul Edukasi menstruasi pada remaja putri di SMP N 1 Padaelo Kabupaten Barru

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Aula SMP N 1 Padaelo Kabupaten Barru dengan jumlah sebanyak 25 remaja putri pada tanggal 31 Oktober 2019. Bentuk kegiatan yang dilakukan yaitu penyuluhan kesehatan berupa ceramah dengan menggunakan slide power point. Materi yang diberikan yaitu pemberian informasi tentang konsep menstruasi, gangguan menstruasi dan kebersihan saat menstruasi. Kemudian setelah penyampaian materi, siswa diminta untuk mengajukan tanya jawab guna mengetahui pemahaman terhadap materi yang diberikan.

## **HASIL**

Kegiatan yang dilaksanakan ini diterima antusias oleh anak asuh yang terlihat dari beberapa siswi yang turut bertanya tentang keluhan yang dialaminya pada sesi tanya jawab. Kegiatan ini berjalan dengan lancar.

Berdasarkan informasi dari beberapa guru, mengatakan bahwa para siswi belum pernah mendapat penyuluhan tentang menstruasi sehingga banyak yang tidak memperhatikan kebersihan, hal

itupun terlihat dari pertanyaan-pertanyaan yang banyak berhubungan dengan kebersihan seperti waktu penggantian pembalut, cara membersihkan pembalut dan pertanyaan tentang mitos-mitos yang melarang mencuci rambut dan memotong kuku saat menstruasi. Menurut Solehati et al., (2018) yang menyatakan bahwa mitos-mitos yang ada di masyarakat kebanyakan juga memiliki implikasi yang negatif pada kesehatan perempuan, salah satunya pada kebersihan menstruasi mereka.

Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sering berpengaruh terhadap masalah kesehatan reproduksi yang dihadapi remaja putri. Salah satu metode yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja serta mengubah perilaku remaja untuk meningkatkan derajat kesehatannya secara mandiri yaitu penyuluhan dengan metode ceramah. Menurut Batubara dan Siregar (2021) Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode yang digunakan untuk menambah pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok, maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat.

Dari hasil penyuluhan diketahui bahwa penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi berupa tanya-jawab dapat memberikan informasi yang baik bagi remaja putri, metode ceramah juga cukup efektif untuk menambah pengetahuan pada

tahap remaja, yang terlihat dari antusias remaja saat mengikuti kegiatan. Hal ini senada dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Batubara dan Siregar (2021) yang melakukan edukasi menstruasi di SMAN 5 Padang Sidempuan Medan yang menyatakan bahwa salah satu metode yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja serta mengubah perilaku remaja untuk meningkatkan derajat kesehatannya secara mandiri yaitu penyuluhan dengan metode ceramah. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode yang digunakan untuk menambah pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok, maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat.

Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sering berpengaruh terhadap masalah kesehatan reproduksi yang dihadapi remaja putri. Dengan mendapatkan penyuluhan remaja putri mendapatkan informasi tentang hal-hal yang harus diperhatikan saat menstruasi

## **KESIMPULAN**

Kegiatan edukasi tentang kesehatan reproduksi pada remaja sangat penting dilakukan, serta kegiatan ini berjalan dengan baik dan mendapatkan respon positif dari peserta kegiatan pengabdian

masyarakat yaitu sebanyak 35 Remaja Putri.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Batubara, RA dan Siregar, H.R (2021). Edukasi Kesehatan Tentang Menstruasi dan Permasalahannya Di SMA N 5 Padangsidimpuan. Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA) Vol. 3 No. 3 Desember2021

Citrawathi D M. (2014) System reproduksi remaja: Yogyakarta: Pustaka Reka Cipta Kemenkes. (2017).

Solehati, T., Trisyani, M., & Kosasih, C. E. (2018). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Keluhan Tentang Menstruasi Diantara Remaja Putri. Jurnal Keperawatan Komprehensif, 4(2), 86. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i2.110>

Sommer, M., Lee, C., Liu, D., & Gruer, C. (2020). The Extent to Which Menstruation-Related Issues Are Included in Graduate-Level Public Health Curricula. *Frontiers in Public Health*,

UNICEF. (2019). Menstrual Health and Hygiene. 93.. Rabu, 6 Januari 2015/ 18:21