



Tingkat Pemahaman Siswa Kelas XII SMA terhadap Kesehatan Reproduksi

Eby Restudila, Henny Riris Pakpahan, Yiyin Preitmy Ningky
*Pendidikan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Padang
Jl. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar Bar., Kec. Padang Utara, Kota Padang, Sumatera Barat 25171
Email: yiyinpreitmy@gmail.com*

ABSTRAK

Remaja merupakan masa dimulainya perkembangan organ-organ reproduksi. Kurangnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dapat menimbulkan masalah dalam kesehatan reproduksinya. Masalah yang akan timbul jika remaja tidak mengetahui pengetahuan yang cukup tentang kesehatan reproduksi yaitu penyakit menular seksual dan infeksi menular seksual. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di kalangan remaja SMA. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan survey, cara pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan total sampel yang didapat sebanyak 35 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian diperoleh sebanyak 35 responden memiliki pengetahuan baik dan sudah mengerti akan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi nya masing-masing. Dengan demikian diharapkan Penelitian ini bertujuan untuk memastikan bahwa para remaja di kalangan SMA sudah paham seperti yang dimaksudkan dalam item-item kuesioner dan penelitian ini semakin bisa untuk mengajak dan menambah wawasan kawan-kawan remaja semua untuk lebih tau cara menjaga kesehatan reproduksi nya dengan baik dan benar.

Kata kunci: Pengetahuan, Kesehatan Reproduksi Remaja, HIV/AIDS

PENDAHULUAN

Remaja adalah suatu rentang usia dimana individu mengalami masa transisi baik itu dari sikap, tingkah laku, perkembangan fisik dan pola pikir menuju dewasa dan juga mengalami perkembangan pesat dari segi aspek intelektual. Secara harfiah, masa remaja atau masa peralihan dari usia anak – anak menuju usia dewasa juga disebut sebagai masa “pencarian jati diri” karena kebanyakan dari remaja masih belum mampu menguasai, mengkondisikan, mengendalikan dan memfungsikan secara maksimal fungsi dari fisik dan psikisnya.

Remaja adalah mereka yang berada pada usia 12-18 tahun. Monks, (2000) memberi batasan usia remaja adalah 12- 21 tahun. Menurut Santrock (2003) usia remaja berada pada rentang 12- 23 tahun. Berdasarkan batasan-batasan yang diberikan para ahli bahwa mulainya masa remaja relatif sama yaitu pada usia 12-18 tahun. Klasifikasi umur menurut World Health Organization (WHO) bayi (infants) yaitu 0 – 1 tahun, anak – anak (children) 2 – 10 tahun, remaja (adolescents) 11 – 19 tahun, dewasa (adult) 20 – 60 tahun, dan lanjut usia (elderly) diatas 60 tahun.

Beda usia maka beda pulalah tantangan dan masalah kesehatan yang dihadapi. Begitupun dengan usia remaja yang merupakan usia yang sangat rentan terhadap berbagai macam pengaruh baik itu pengaruh dari dalam diri remaja tersebut maupun pengaruh dari



dunia luar atau lingkungan sekitarnya. Pengaruh ini tentunya akan memberikan impact juga terhadap kesehatan remaja, terutama pengaruh lingkungan dan pergaulan. Dan sasaran dari pengaruh buruk dari kesalahan dalam memilih lingkungan pergaulan sehingga terbawa hanyut dalam pergaulan bebas adalah kesehatan psikis, mental dan kesehatan reproduksi.

Masa remaja sangat erat kaitannya dengan perkembangan psikis dan periode yang dikenal dengan masa pubertas yang diiringi dengan perkembangan seksualitas. Situasi kesehatan remaja saat ini tentu tidak lepas dari informasi yang didapatkan remaja mengenai kesehatan reproduksi karena ketika remaja memiliki pengetahuan yang baik mengenai kesehatan reproduksi, maka remaja akan lebih memahami apa akibat dari perilaku seksual berisiko yang mereka lakukan. Masalah pernikahan usia muda, menurut UNDESA (united nations development economic and social affairs) Indonesia memperoleh urutan ke 37 di dunia dan urutan ke 2 di ASEAN untuk presentasi pernikahan usia muda yang tinggi dikarenakan batas minimal usia pernikahan di Indonesia untuk wanita berumur 16 tahun. Sebagai dampak dari pernikahan usia muda, kehamilan dan persalinan pada kelompok wanita berumur di bawah 20 tahun berkontribusi dalam meningkatkan angka kematian neonatal, bayi dan balita lebih tinggi daripada wanita yang berumur 20 – 39 tahun.

METODE PENELITIAN

Metode yang kami gunakan adalah Metode Kuesioner (Angket). Perolehan data pada karya tulis ilmiah kelompok yang kami dapat dilakukan dengan metode kuesioner. Peneliti atau kelompok kami akan mengajukan pertanyaan-pertanyaan sesuai tema karya tulis ilmiah yaitu Pengetahuan Siswa SMA terhadap kesehatan Alat reproduksi. Caranya kami membuat sebuah link untuk para responden yang kami minta untuk bisa mengisi secara online.

1. Waktu Penelitian

Penelitian yang kami lakukan berlangsung kurang lebih sekitar 1 minggu mulai dari mencari dan mengumpulkan para responden dan melakukan pengisian kuesioner secara online. Responden yang kami cari adalah sejumlah anak SMA baik yang kelas 11 dan 12.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang kami gunakan dalam memperoleh data data untuk penelitian ini adalah mendiskusikan dulu isi angket yang akan kami sebar seperti membuat beberapa pertanyaan yang cocok dengan tema karya ilmiah kami, lalu para responden tadi dipersilahkan menjawab angket itu dengan baik agar perolehan data dapat tercapai secara maksimal.

3. Analisis Data

Data dari hasil pengisian kuesioner oleh para responden kemudian kami analisis



apakah semua dapat menjawab dengan baik atau tidak. Dengan demikian kami tau sejauh mana pemahaman remaja SMA dalam menjaga kesehatan reproduksinya. Di angket kami terdapat 10 pertanyaan dan akan otomatis mendapat nilai jika kuesionernya telah terjawab semua dengan presentasi jika nilai > 80 Pengetahuannya baik sedangkan jika nilai < 80 Pengetahuannya kurang.

4. Distribusi Karakteristik Responden

Distribusi karakteristik responden yang kami data yakni karakteristik jenis kelamin, umur dan asal sekolah. Persentase distribusi karakteristik sejumlah responden berdasarkan jenis kelamin. Total responden ada 34 orang dimana 27 orang berjenis kelamin perempuan dan 7 orang berjenis kelamin laki laki. Persentase distribusi karakteristik sejumlah responden berdasarkan umur yaitu responden yang berusia 18 tahun ada 30 orang dan responden yang berusia 19 tahun ada 4 orang.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan adalah suatu keadaan sadar dan tahu terhadap suatu hal setelah terjadi proses penginderaan mengenai sebuah objek. Penginderaan ini terjadi tentunya melibatkan alat indera manusia yang terdiri atas mata sebagai indera penglihatan, telinga sebagai indera pendengaran, hidung sebagai indera pembau atau penciuman, lidah sebagai indera pengecap atau perasa dan kulit sebagai indera peraba. Pada penelitian ini untuk mengukur tingkat pemahaman dan pengetahuan siswa kelas III SMA di tiga daerah berbeda dilakukan pembagian angket kuesioner. Dalam kuesioner tersebut terdapat 11 pertanyaan dengan 10 pertanyaan dengan pilihan ganda dan 1 pertanyaan yang berupa meminta tanggapan.

Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa 82,4% dari total responden mempunyai pemahaman dan pengetahuan yang sangat baik terhadap kesehatan reproduksi dan 17,6% lainnya memiliki pemahaman dan pengetahuan yang baik atau cukup. Dalam kuesioner juga dilampirkan pandangan responden terhadap perlu atau tidaknya dilakukan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi di sekolah – sekolah. Dan hasil yang didapat adalah 91,2% dari responden berpendapat bahwa penyuluhan tentang kesehatan reproduksi ini sangat perlu di lakukan di sekolah-sekolah, 5,9% berpendapat perlu dan 2,9% berpendapat tidak perlu. Hal ini mungkin dikarenakan responden sudah banyak mendapatkan pengetahuan tentang sistem reproduksi yang terdapat dalam pelajaran ilmu pengetahuan alam terutama biologi sejak bangku Sekolah Menengan Pertama (SMP).

Sistem reproduksi merupakan salah satu sistem yang ada dalam tubuh manusia. Sistem reproduksi merupakan kegiatan perkembangbiakkan dengan melahirkan keturunan yang bertujuan untuk mempertahankan proses keberlanjutan dan keberlangsungan suatu spesies.

Menjaga Kesehatan sistem reproduksi merupakan hal yang sangat penting tak terkecuali baik itu pria maupun wanita. Usia remaja merupakan masa perpindahan atau



masa transisi baik dari segi fisik maupun mental yang ditandai dengan berbagai macam perubahan. Perubahan tersebut umumnya meliputi perubahan pada fisik, emosi, psiki dan ciri unik lainnya. Usia remaja ini juga merupakan usia yang sangat rentan dan penting bagi remaja untuk mendapatkan informasi yang tepat tentang kesehatan reproduksi dan penting juga bagi remaja kesadaran dini terhadap faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi.

1. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Reproduksi

Ada beberapa hal yang mempengaruhi kesehatan reproduksi. Pertama, faktor genetik yang merupakan modal utama atau dasar bawaan seperti jenis kelamin, warna kulit, suku, bangsa dan lain-lain. Kedua, faktor lingkungan. Faktor lingkungan meliputi komponen biologis seperti organ tubuh, gizi perawatan, sosial budaya, pendidikan, kebersihan lingkungan, adat, ekonomi dan politik. Ketiga, faktor perilaku yang nantinya akan mempengaruhi tumbuh kembang individu yang tertanam sejak kecil dan terbawa pada masa-masa selanjutnya. Keempat, kebersihan organ reproduksi. Kesehatan reproduksi juga ditentukan oleh bagaimana individu tersebut dalam merawat dan menjaga kebersihan organ genitalnya. Bila alat reproduksi lembab dan basah, maka kadar keasaman pada organ akan meningkat yang memicu pertumbuhan jamur. Yang lebih mudah terkena infeksi genital ini adalah perempuan dikarenakan letak organ vagina yang berdekatan dengan anus.

Kelima, tingkat kesadaran dan pemahaman terhadap pendidikan kesehatan. Untuk remaja sangat perlu mendapatkan informasi yang akurat dan benar tentang kesehatan dan cara menjaga organ reproduksi sehingga remaja tersebut tahu apa yang seharusnya dilakukan dan apa yang seharusnya tidak dilakukan. Dan juga dengan mengetahui dengan baik tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi secara benar, besar kemungkinan remaja tersebut untuk terhindar dari pergaulan bebas terutama seks bebas yang juga memicu terjadinya penularan penyakit seksual, hamil diluar pernikahan, aborsi, kanker mulut rahim atau kanker serviks dan kemerosotan moral.

Keenam, hubungan seksual di luar pernikahan. Kehamilan dan persalinan di usia yang dini untuk itu dapat membawa resiko yang sangat signifikan terhadap remaja putri di dibandingkan dengan wanita yang sudah berusia 20 tahunan. Kehamilan yang tak diinginkan pada remaja umumnya berakhir dengan aborsi. Berdasarkan hasil survey, proses aborsi yang disengaja sangat beresiko. Banyak studi dan hasil penelitian yang menyatakan bahwa akibat fatal yang sering terjadi saat proses aborsi disebabkan oleh kesakitan sering akibat komplikasi aborsi yang tidak aman. Seperti yang dijelaskan dalam sebuah buku yang berjudul Facts of Life dimana akibat dari komplikasi aborsi yang tidak aman adalah kematian mendadak akibat pendarahan, pembiusan yang gagal, infeksi serius disekitar kandungan, robeknya rahim dan lain sebagainya.

Ketujuh, memakai obat-obatan terlarang. Obat-obatan terlarang apabila masuk ke dalam tubuh akan langsung menyerang sistem saraf pusat. Pengaruh yang dihasilkan



adalah penurunan kesadaran, hilangnya rasa nyeri, adanya rasa nyaman dan nikmat luar biasa dalam jangka waktu tertentu. Penggunaan obat-obatan terlarang menggunakan jarum suntik yang sama secara bergantian memicu resiko penularan penyakit seperti HIV/AIDS. Faktor yang terakhir adalah pengaruh dari media sosial. Pengaruh media massa baik itu cetak maupun elektronik dan dari tontonan atau bacaan dapat mempengaruhi pola pikir dan psikis seseorang apalagi pada usia remaja yang masih sangat rentan. Untuk hal ini sangat diperlukan pantauan dari pihak keluarga sebagai bentuk pencegahan paling dini.

2. Dampak Negatif Kurangnya Pengetahuan Tentang Reproduksi

Pengetahuan merupakan data, konsep atau informasi yang diketahui secara sadar oleh seseorang yang bisa didapat dari hasil pengamatan, percobaan, pengkajian dan penginderaan terhadap suatu hal. Pengetahuan tak terpisahkan dari diri seseorang yang meliputi segala aspek kehidupan baik itu dari segi kondisi fisik, kondisi mental dan juga kesehatan. Tingkat pengetahuan juga mempengaruhi pola pikir, sikap dan dapat juga mempengaruhi mental seseorang. Semakin tinggi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang maka akan semakin baik pula individu tersebut dalam menjalankan, menerima dan memahami konsep hidup secara mandiri, sehat dan bertanggung jawab terutama tanggung jawab terhadap diri sendiri. Tanggung jawab terhadap diri sendiri misalnya bisa dimulai dari menjaga kesehatan diri baik dari segi mental maupun kesehatan fisik.

Salah satu bentuk tanggung jawab pada diri sendiri terhadap kesehatan fisik adalah dengan menjaga kesehatan alat reproduksi. Langkah awal yang dapat dilakukan adalah dengan menggali dan memahami berbagai macam bentuk informasi yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi organ reproduksi, dan juga tentang betapa pentingnya tingkat pengetahuan terhadap kesehatan reproduksi. Orang dengan tingkat pengetahuan yang cukup tinggi tentang reproduksi akan cenderung bijak dalam menyikapi pergaulan dan seks bebas. Kurangnya pengetahuan dan informasi tentang seks menjadi salah satu faktor penyebab masalah seksual terutama pada usia remaja. Remaja harus mempersiapkan diri sebagai bentuk antisipasi pencegahan terjadinya seks bebas yang tidak dikehendakinya. Dan pada umumnya, individu yang baru mulai memasuki usia remaja tingkat pemahamannya tentang pentingnya kesehatan reproduksi masih tergolong rendah. Hal ini juga dipengaruhi oleh faktor orang tua yang menganggap tabu untuk membicarakan seks dengan anaknya sehingga anak berpaling kepada sumber-sumber informasi yang salah dan keliru.

Tak hanya peran orang tua penyimpangan dari pemilahan sumber informasi juga disebabkan oleh penyebaran informasi di media sosial yang sekarang dapat diakses dengan mudah tanpa adanya batasan. Pengaruh dari sosial media juga dapat menyebabkan remaja berperilaku kurang baik dan perilaku yang menyimpang dari norma dan aturan yang berlaku semakin meningkat karena banyaknya penyebaran informasi dan rangsangan seksual dari media massa baik dalam bentuk video, kaset, VCD dan lain sebagainya. Disebabkan karena tingkat pengetahuan seseorang mempengaruhi perilaku seseorang,



maka seseorang yang memiliki tingkat pengetahuan terhadap kesehatan reproduksi yang tinggi tentu juga akan mempengaruhi perilakunya yang cenderung berperilaku baik. Tetapi ada halnya juga yang menyebabkan orang yang sudah berpengetahuan tinggi terhadap kesehatan reproduksi masih saja berperilaku kurang baik dan bahkan bersikap acuh. Disini sangat dibutuhkan peran serta orang tua dalam mengawasi anak-anak mereka karena upaya pencegahan seperti hal ini sudah seharusnya dimulai dari keluarga. dan agama yang merupakan satu kesatuan yang tidak dapat terpisahkan dan saling berkaitan antara satu dengan yang lainnya.

3. Masalah-Masalah yang Mungkin Timbul Akibat Pergaulan Bebas Terhadap Kesehatan Reproduksi

Seks bebas adalah hubungan seks layaknya seperti pasangan suami istri yang dilakukan tanpa adanya ikatan perkawinan yang sah dan resmi. Salah satu kasus praktek seks bebas yang banyak terjadi adalah hubungan seks yang dilakukan dengan lebih dari satu pasangan atau multi partner atau dengan orang yang berbeda-beda. Hal ini menjadi pemicu berbagai macam penyakit reproduksi. Masuknya budaya barat ke Indonesia di era globalisasi dan teknologi informasi dan komunikasi yang tidak mengenal batas waktu dan wilayah tentu banyak mempengaruhi perilaku masyarakat terutama pergaulan bebas pada remaja. Berbeda dengan negara-negara Barat seks bebas bukanlah suatu masalah karena kebebasan memang mengungguli norma agama dan norma budaya yang tegas dan menganggap seks sebelum atau diluar nikah adalah sesuatu yang dianggap tabu.

Seks bebas dengan pasangan yang selalu berganti-ganti diibaratkan kepada sebuah flashdisk yang di gunakan ke sembarang tempat tanpa dilakukan scanning terlebih dahulu. Yang menyebabkan file-file di flashdisk tersebut menjadi terganggu. Begitupun hal nya dengan seks bebas ini, yang dilakukan secara sembarangan dan dengan orang yang berbeda maka akan muncul akibat dari hal tersebut seperti permasalahan pada kesehatan reproduksi, HIV/AIDS dan penyakit menular seksual lainnya. Sama halnya dengan HIV, Penyakit Menular Seksual (PMS) juga dapat ditularkan melalui hubungan seksual. Penyakit ini tidak dapat menular jika berkomunikasi dengan penderita Penyakit Menular Seksual menggunakan peralatan makan yang sama. Pada kasus HIV virus ini menurunkan dan merusak sistem kekebalan tubuh manusia hingga dalam jangka waktu beberapa tahun sistem kekebalan tubuh tak lagi mampu untuk melawan segala macam bentuk penyakit yang masuk. Hingga saat ini, belum ada obat yang pasti dapat menghentikan atau mematikan virus ini. Namun, para peneliti baru hanya menemukan obat pereda dan obat untuk memperlambat sistem kerja virus ini. Virus ini tidak menular melalui makanan, kontak sosial antara penderita dengan orang lain. Untuk itu perlu adanya informasi yang jelas mengenai hal ini terutama untuk anak remaja agar bisa untuk lebih waspada dan mawas diri.

Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menghindari penyakit HIV yaitu tidak melakukan hubungan seksual pada usia remaja dan apabila sudah menikah setia



kepada pasangan, menggunakan pengaman sebagai pelindung dan diperuntukkan kepada yang sudah menikah, menghindari pemakaian obat –obatan terlarang khususnya yang menggunakan jarum suntik, mencari informasi dan pengetahuan yang akurat seperti penyuluhan mengenai HIV/AIDS agar lebih waspada dan mawas diri. Bagi remaja, cara terbaik untuk menghindari pergaulan bebas yang akan memicu PMS adalah dengan tidak melakukan hubungan seksual pada masa remaja, mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa, menjalin hubungan baik dengan keluarga, melakukan kegiatan-kegiatan positif sebagai bentuk usaha untuk menghilangkan keinginan negatif yang muncul, meningkatkan ketahanan moral melalui pendidikan agama dan meningkatkan pengetahuan tentang bahayanya dampak dari pergaulan bebas.

Berdasarkan laporan profil anak Anak Indonesia tahun 2018 menunjukkan bahwa sekitar 39,17 persen atau 2 dari 5 anak perempuan usia 10-17 tahun menikah sebelum usia 15 tahun, dan 37,91 Persen menikah pada usia 16 tahun dan 22,92 persen menikah di usia 17 tahun. Angka tersebut menempatkan Indonesia pada peringkat ke tujuh tertinggi di dunia dan peringkat kedua di ASEAN. Pernikahan dini terjadi pada fase remaja. Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari usia anak – anak menuju usia dan mulai mempunyai rasa ketertarikan kepada lawan jenis (Diananda, 2018). Hal ini juga yang menyebabkan remaja dengan mudahnya masuk ke dunia pergaulan bebas dan bahkan sampai melakukan seks bebas yang berakhir pada pernikahan dini Tsany, 2015). Pernikahan dini sangat beresiko kepada sang ibu dan jabang bayi. Data profil kesehatan Indonesia (Kemenkes, 2018) menunjukkan bahwa angka kematian ibu pada tahun 2015 adalah 305 orang dari 100.000 kelahiran hidup.

Pergaulan bebas juga memicu terjadinya pelecehan dan kekerasan seksual. Pelecehan dan kekerasan seksual dapat terjadi di dalam rumah tangga (misalnya suami terhadap istri, orang tua terhadap anak, paman terhadap keponakan, juragan terhadap asistennya) dan di luar rumah baik itu di tempat-tempat umum, di hotel, maupun tempat kerja. Korban pelecehan seksual tidak selalu wanita, ada juga korban pelecehan seksual dari kalangan pria, misalnya asisten rumah tangga memaksa anak laki-laki majikannya untuk memuaskan hasrat seksualnya. Tapi kecenderungan yang berperilaku demikian adalah kaum laki-laki terhadap wanita. Dari hal ini diperjelas bagaimana pentingnya pemahaman dan pengetahuan tentang seksualitas karena orang yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang seksualitas akan cenderung berperilaku baik karena pengetahuan yang dimilikinya.

PENUTUP

Kesehatan reproduksi remaja adalah kondisi sehat yang menyangkut sistem, fungsi dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Dari sejumlah data yg diperoleh dari hasil angket kuesioner yang kami lakukan terhadap sejumlah anak remaja di kalangan anak SMA ternyata mereka sudah cukup paham akan kesehatan reproduksinya masing-



masing. Ini adalah suatu keberhasilan tenaga kesehatan Indonesia menjadikan para generasi muda pembangun bangsa menjadi remaja yg sehat kuat dan tentunya bebas dari Narkoba.

Diharapkan semoga anak remaja selalu dapat menjaga diri dengan baik terlebih bagi remaja putri yang sekarang ini marak terjadi pelecehan dan kekerasan seksual seperti pemerkosaan baik kalangan anak kecil, remaja dan dewasa. Dan bahkan sebagian hampir sudah pernah mendapat perlakuan seperti hal tersebut. Dari itu hendaknya kita tau membatasi, memilah dan memilih lingkungan pergaulan dan pertemanan yang akan kita arungi baik itu kepada sesama jenis maupun berlawanan jenis. Dan juga jika kesehatan reproduksi remaja perempuan sudah terganggu banyak kemungkinan yang dapat terjadi. Penyakit yang akan diderita contohnya adalah Penyakit Menular seksual, HIV/AIDS, kanker pada alat reproduksi dan banyak lagi.

Jadi hal ini sangat perlu perhatian semua kalangan tak hanya dari pemerintah saja tapi juga perlunya kesadaran dari pribadi masing-masing karena siapa lagi yang akan menjaga diri kira jika bukan kita sendiri. Dan akan sangat disayangkan sekali jika hari ini remaja menganggap remeh dan bermain-main pergaulan bebas diluar sana karena jika pasangan anda terkena virus hiv dan jika sudah sampai pada AIDS lalu berhubungan dengan Anda juga akan ikut tertular dan besar kemungkinan ini akan menyebabkan penyakit yg lebih serius karena HIV/AIDS ini menyerang sistem kekebalan tubuh dan juga para tenaga kesehatan dan para ilmuwan sampai saat sekarang ini memang belum menemukan obat untuk penyakit yg HIV/AIDS ini.

Cara-cara kecil yang harus diperhatikan dalam menjaga kesehatan reproduksi antara lain selalu menjaga pola hidup sehat, makan makanan bergizi seimbang, menghindari pergaulan bebas, memilih dan memilah lingkungan dalam hidup berdampingan sebagai makhluk sosial, menolak serta menghindari seks di kawasan sekitar dan jangan lupa mandi yang bersih dengan air yang mengalir dan selalu menjaga kebersihan diri terutama alat reproduksinya.

REFERENSI

Astuti, P. (2021). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKAP DAN PERILAKU KESEHATAN REPRODUKSI MAHASISWI RANTAU DI KOTA MAKASSAR (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).

Cahyo, K., Kurniawan, T. P., & Margawati, A. (2008). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Praktik Kesehatan Reproduksi Remaja Di SMA Negeri 1 Purbalingga Kabupaten Purbalingga. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 3(2), 86-101.

Darmanto, B., & Sudarmilah, E. (2016). Game Edukasi Dampak Pergaulan Bebas. *PROtek: Jurnal Ilmiah Teknik Elektro*, 3(2), 51-56.



Darwin, M. (1996). Kesehatan reproduksi: ruang lingkup dan kompleksitas masalah. *Populasi*, 7(2).

Ferlita Sari, R., & Rosana, E. (2020). Pengaruh media sosial instagram terhadap perilaku keagamaan remaja. *Sosio Religia*, 1(2).

Hastuti, P., & Aini, F. N. (2016). Gambaran terjadinya pernikahan dini akibat pergaulan bebas. *Jurnal Riset Kesehatan*, 5(1), 11-13.

Hidayangsih, P. S. (2014). Perilaku berisiko dan permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja. *Indonesian Journal of Reproductive Health*, 5(2), 89-101.

Lubis, J. A. (2019). Pengaruh Pengetahuan dan Pergaulan Bebas Terhadap Orang Tua Menikahkan Anak Pada Usia Muda di Desa Bangunrejo Kecamatan Tanjung Morawa. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 4(2), 82-86.

Lutfinawati, D., & Ananingsih, I. (2014). Hubungan peran orang tua dengan sikap remaja tentang seks bebas. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 1(2), 098-103.

Maisya, I. B., & Susilowati, A. (2014). Faktor pada remaja muda dan tersedianya media informasi hubungannya dengan perilaku berisiko. *Indonesian Journal of Reproductive Health*, 5(3), 127-133.

Mardiana, M. (2018). Pengaruh Media Sosial Terhadap Tingkat Pidana Narkotika di Sulawesi Tenggara. *Communicatus: Jurnal Ilmu komunikasi*, 2(2), 109-122.

Naja, Z. S., Agus Syahbana, F., & Mawarni, A. (2017). Hubungan pengetahuan, sikap mengenai seksualitas dan paparan media sosial dengan perilaku seksual pranikah pada remaja di beberapa SMA kota Semarang triwulan II tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 5(4), 282-293.

Ramadhan, H. W., & Giyarsih, S. R. (2017). Hubungan Media Sosial Dengan Persepsi Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Menurut Wilayah Perkotaan Dan Perdesaan Di Yogyakarta. *Jurnal Bumi Indonesia*, 6(3).

Rinta, L. (2015). Pendidikan seksual dalam membentuk perilaku seksual positif pada remaja dan implikasinya terhadap ketahanan psikologi remaja. *Jurnal Ketahanan Nasional*, 21(3), 163-174.

RINTA, L. (2015). Peran Pendidikan Seksual Dalam Membentuk Perilaku Seksual Positif Pada Remaja Dan Implikasinya Terhadap Ketahanan Psikologi Remaja Di Kota Yogyakarta (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).

Rofii, A., Herdiawan, R. D., Nurhidayat, E., Fakhruddin, A., Sudirno, D., & Nahdi, D. S. (2021). PENYULUHAN TENTANG BAHAYA PERGAULAN BEBAS



DAN BIJAK BERMEDIA SOSIAL. BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(4), 825-832.

Rohmawati, A. (2018). PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP ETIKA PERGAULAN ANTAR LAWAN JENIS DI KALANGAN REMAJA ISLAM (Studi Kasus Pada Remaja Se-Tamantirto Utara). G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 3(1).

Suharti, S., & Sumiasih, S. (2016). Rendahnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Sebagai Penyebab Perilaku Seks Bebas Pada Remaja. Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan, 1(1), 56-60.

Vitra, J. (2016). Hubungan antara Konformitas dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja SMA Dharmawangsa Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

Wibisono, T., & Mulyani, Y. S. (2018). Analisis dampak penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik pelajar tingkat Sekolah Menengah Pertama. Jurnal Ekonomi Manajemen, 4(1), 1-7.

Wijayanti, R., Swasti, K. G., & Rahayu, E. (2007). Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi terhadap Perilaku Seksual Remaja pada Siswa SMA di Kecamatan Baturaden dan Purwokerto. Jurnal Keperawatan Soedirman, 2(2), 88-94.