

## **PENYULUHAN KESEHATAN SISTEM REPRODUKSI SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN PERAWATAN KESEHATAN REMAJA**

Durotul Yatimah<sup>1</sup>, Setiawan Wibowo<sup>2</sup>, Nararia Hutama Putra<sup>3</sup>, Madha Komala<sup>4</sup>, Dewi Ramadhana<sup>5</sup>

Universitas Negeri Jakarta  
setiawan\_wibowo@unj.ac.id

### **Abstract**

*This community service is intended so that adolescents participating in counseling about Reproductive System Treatment have broad insight and are skilled in practicing how to care for reproductive system health. This community service is carried out by a team of UNJ Lecturers in Sukamerta Village, Rawamerta District, Karawang on September 17 2022, 10.00 am to 10.00 pm 12.00 WIB. The counseling method is carried out through lectures, questions and answers and group discussions. The media are Flift Charts (backsheets), slides, films and videos, pictures and photos about reproductive organs. The counseling process is carried out through the following stages (1) Conscious stage (2) Interest stage. (3) Evaluation stage. (4) Trying stage and (5) Implementation stage. In counseling, presenters motivate participants to actively argue, and finally participants are seen to be very active in asking and discussing. Results and Outcomes of Community Service. After counseling, participants gain knowledge and skilled at caring for the health of the reproductive system, and skilled at practicing how to care for the health of the reproductive organs. This activity is also expected to increase the independence of adolescents.*

*Key Word: Counseling, health care, youth, reproductive system.*

### **Abstrak**

*Pengabdian pada masyarakat ini ditujukan agar remaja peserta penyuluhan tentang Perawatan Sistem Reproduksi memiliki wawasan luas dan terampil untuk mempraktikkan cara merawat kesehatan sistem reproduksi. Pengabdian pada masyarakat ini dilakukan oleh tim Dosen UNJ di Desa Sukamerta Kecamatan Rawamerta Karawang pada tanggal 17 September 2022 pukul 10.00 sampai dengan pukul 12.00 WIB. Metode penyuluhan dilakukan melalui ceramah, tanya jawab dan diskusi kelompok. Adapun mediana adalah Flift Chart (lembar balik), slide, film dan video, gambar dan foto tentang alat reproduksi. Proses penyuluhan dilakukan melalui tahap-tahap sebagai berikut (1) Tahap sadar (2) Tahap minat. (3) Tahap menilai. (4) Tahap mencoba dan (5) Tahap penerapan. Dalam penyuluhan, pemateri memotivasi peserta untuk aktif berpendapat, dan akhirnya peserta terlihat sangat aktif bertanya dan berdiskusi. Hasil dan Luaran Pengabdian. Setelah penyuluhan, peserta mendapat pengetahuan dan terampil merawat kesehatan sistem reproduksi, dan terampil mempraktekan cara merawat kesehatan alat reproduksi tersebut. Kegiatan ini juga diharapkan dapat meningkatkan kemandirian para remaja. Kesimpulannya penyuluhan berhasil membuat peserta memahami cara merawat Kesehatan reproduksi dan terampil mempraktekannya sesuai tahap-tahap yang tepat.*

*Key Word: Penyuluhan, perawatan kesehatan, remaja, sistem reproduksi*

## **1. PENDAHULUAN (Introduction)**

Masa remaja merupakan masa transisi antara usia anak dengan usia dewasa. Mereka berada pada jenjang tengah, tidak disebut anak kecil lagi namun belum dapat disebut orang dewasa. Intinya sedang dalam masa transisi dari usia anak hingga dewasa. Menurut *World Health Organization* remaja merupakan manusia yang berusia dari 10 sampai 19 tahun. Remaja merupakan penduduk dengan usia 10 – 18 tahun (Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014). Adapun Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) mengkategorikan remaja sebagai penduduk dengan umur 10 – 24 tahun dan belum pernah menikah.

Masa remaja diwarnai oleh pertumbuhan, perubahan, munculnya berbagai kesempatan, dan seringkali menghadapi risiko-risiko bagi kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, kebutuhan akan peningkatan pelayanan kesehatan dan sosial terhadap remaja semakin menjadi perhatian di seluruh penjuru dunia (PROFESI KESPRO ([undip.ac.id](http://undip.ac.id))). Mengacu kepada rekomendasi dari hasil *International Conference on Population and Development (ICPD)* tahun 1994 atau yang disebut dengan Konferensi Internasional mengenai Kependudukan dan Pembangunan, maka banyak organisasi di berbagai negara yang telah menciptakan berbagai program untuk lebih memenuhi kebutuhan para remaja di bidang kesehatan reproduksi.

Remaja merupakan saat yang sangat penting karena merupakan penentu masa depan bangsa. Terlebih lagi bahwa jumlah mereka cukup banyak. Menurut Biro Pusat Statistik jumlah penduduk usia 15 tahun ke atas ini mencapai jumlah 22.176.543 orang yakni 91% dari jumlah seluruh penduduk bangsa Indonesia tahun 2022 yang menurut sensus penduduk tahun 2022 berjumlah 208.544.086 orang. Kesehatan reproduksi merupakan unsur penting dalam Kesehatan umum, baik pada usia remaja, perempuan dewasa maupun laki-laki.

Masalahnya adalah bahwa kesehatan reproduksi ini belum dipahami secara luas oleh remaja. Secara umum, remaja mengartikan kesehatan reproduksi hanya terbatas pada hal-hal yang berhubungan dengan organ reproduksi. Pemberian informasi mengenai kesehatan reproduksi dipahami remaja sebatas informasi tentang “bagaimana cara melakukan hubungan seksual.” Pemahaman remaja mengenai organ reproduksi seringkali juga dipicu oleh ketakutan “bahwa mengajarkan tentang topik ini kepada remaja, hanya akan mendorong remaja untuk melakukan hubungan seksual”.

Kondisi ini mengakibatkan banyaknya remaja yang terkena penyakit menular seksual (PMS) dan HIV/AIDS. Padahal sebetulnya “pendidikan termasuk metode penyuluhan adalah sebuah proses mendayagunakan seluruh sumber daya manusia untuk mengasah tiga aspek penting dalam diri yaitu kognitif, afeksi dan psikomotorik. Plato mengatakan bahwa Pendidikan adalah sesuatu yang dapat membantu dalam perkembangan individu dari jasmani dan akal dengan sesuatu yang dapat memungkinkan tercapainya sebuah kesempurnaan. Jika begitu, ketakutan bahwa remaja akan berperilaku salah jika mendapatkan pendidikan kesehatan reproduksi dan seksualitas tidak bisa di buktikan dengan logika-logika pendidikan.

Oleh karena itu para remaja perlu diberikan pengetahuan yang lengkap tentang kesehatan reproduksi ini, agar mereka memiliki wawasan komprehensif tentang perawatan kesehatan dan terhindar dari penyakit menular tersebut. Selain itu melalui penyuluhan ini diharapkan para remaja memiliki keterampilan untuk mempraktikkan cara merawat Kesehatan sistem reproduksi secara intensif dan berkelanjutan,

Pengabdian pada masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan kepada remaja di Desa Sukamerta Kecamatan Rawamerta Kabupaten Karawang. Fokus pengabdian ini yaitu mengenai pengertian Kesehatan reproduksi, hak-hak remaja, dan cara merawat Kesehatan reproduksi pada remaja.

## 2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Menurut WHO (2007) Sehat adalah suatu keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan, dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya. Menurut BKKBN (2001), definisi kesehatan reproduksi adalah kesehatan secara fisik, mental, dan kesejahteraan sosial secara utuh pada semua hal yang berhubungan dengan sistem dan fungsi serta proses reproduksi dan bukan hanya kondisi yang bebas dari penyakit dan kecacatan.

Menurut WHO kesehatan reproduksi adalah :*Suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial yang utuh bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi dan prosesnya.*

Menurut Depkes RI (2000) kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sehat secara menyeluruh mencakup fisik, mental dan kehidupan sosial yang berkaitan dengan alat, fungsi serta proses reproduksi yang pemikiran kesehatan reproduksi bukannya kondisi yang bebas dari penyakit melainkan bagaimana seseorang dapat memiliki kehidupan seksual yang aman dan memuaskan sebelum dan sesudah menikah. Kesehatan reproduksi diartikan sebagai suatu kondisi yang menjamin bahwa fungsi reproduksi, khususnya proses reproduksi, dapat berlangsung dalam keadaan sejahtera fisik, mental, maupun sosial dan bukan saja terbebas dari penyakit atau gangguan fungsi alat reproduksi. Setiap anak termasuk remaja memiliki hak untuk memperoleh system reproduksi yang sehat.

Menurut Hurlock *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. Remaja memiliki hak untuk mendapat informasi mengenai Kesehatan. Indonesia merupakan negara yang ikut meratifikasi Konvensi Hak Anak (KHA) pada tahun 1990 melalui Keputusan Presiden No. 36 tahun 1990. Ratifikasi ini mengisyaratkan bahwa negara Indonesia terikat secara yuridis dan politis atas segala ketentuan yang ada di dalam konvensi tersebut. Secara rinci Konferensi Internasional Kependudukan dan Pembangunan (ICPD) di Kairo 1994, menetapkan adanya 11 hak-hak reproduksi untuk anak remaja yaitu :

- a. Hak mendapatkan informasi dan pendidikan.
- b. Hak mendapatkan pelayanan dan perlindungan kesehatan reproduksi.
- c. Hak untuk kebebasan berfikir tentang kesehatan reproduksi.
- d. Hak untuk bebas dari penganiayaan dan perlakuan buruk termasuk perlindungan dari perkosaan, kekerasan, penyiksaan dan pelecehan seksual.

- e. Hak untuk bebas dari penganiayaan dan perlakuan buruk termasuk perlindungan dari perkosaan, kekerasan, penyiksaan dan pelecehan seksual.
- f. Hak mendapatkan manfaat dari Kemajuan Ilmu Pengetahuan yang terkait dengan kesehatan reproduksi.
- g. Hak untuk menentukan jumlah anak dan jarak kelahiran.
- h. Hak untuk hidup (hak untuk dilindungi dari kematian karena kehamilan dan proses melahirkan).
- i. Hak atas kebebasan dan keamanan berkaitan dengan kehidupan reproduksi.
- j. Hak atas kerahasiaan pribadi dengan kehidupan reproduksinya.
- k. Hak membangun dan merencanakan keluarga.
- l. Hak atas kebebasan berkumpul dan berpartisipasi dalam politik yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.
- m. Hak untuk bebas dari segala bentuk diskriminasi dalam kehidupan berkeluarga dan kehidupan reproduksi.

Merawat Kesehatan Sistem Reproduksi adalah hal yang sangat penting terutama bagi para remaja. Remaja putri atau dewasa muda berada pada usia pra nikah, yang merupakan masa persiapan bagi kesehatan reproduksi yang baik. Cara merawat kesehatan reproduksi agar lebih sehat yaitu dengan menerapkan pola makan sehat, olahraga serta dengan mengkonsumsi vitamin dan suplemen. Secara lengkap cara merawat kesehatan reproduksi adalah sebagai berikut :

1. Menjaga kebersihan Sistem Reproduksi.

- a) Selalu membersihkan alat kelamin setelah buang air kecil, serta sebelum dan setelah melakukan hubungan seksual.
- b) Pastikan area organ intim selalu dalam keadaan kering dan tidak lembap.
- c) Hindari menggunakan sabun wangi, sabun siri, deodoran, bedak, dan vaginal douche karena dapat menyebabkan kulit kelamin rentan iritasi.
- d) Mengganti celana dalam setiap hari dan pastikan bahan celana yang digunakan mampu menyerap keringat dengan baik.
- e) Bagi pria, pertimbangkan untuk sunat karena tidak disunat dapat mengakibatkan penumpukan kotoran pada kulup dan meningkatkan risiko infeksi bakteri di penis.

2. Menerapkan pola makan sehat.

Cara menjaga alat reproduksi tetap sehat ini dilakukan dengan memperhatikan makanan yang masuk ke tubuh. Dilansir dari Harvard Health Publishing, berikut upaya menjaga kesehatan reproduksi dengan menerapkan pola makanan sehat.

- a) Hindari konsumsi lemak trans.
- b) Penuhi kebutuhan protein dari sayur, seperti kacang, tahu, serta biji-bijian.

- c) Pilih karbohidrat yang kaya akan serat,
  - d) Minum multivitamin, seperti asam folat.
  - e) Penuhi kebutuhan zat besi, seperti dari bayam, kacang, labu, tomat.
3. Hindari perilaku seks berisiko
- Berhubungan seks dengan aman merupakan salah satu cara menjaga alat reproduksi tetap sehat. Berikut bentuk perilaku seks aman yang juga bisa membantu menjaga kesehatan organ reproduksi.
- a) Menggunakan alat kontrasepsi, seperti kondom, pil KB, atau KB IUD.
  - b) Tidak bergonta-ganti pasangan seks.
  - c) Menjaga kebersihan organ intim sebelum dan setelah seks.
  - d) Cek dan ricek riwayat seksual diri sendiri dan pasangan.
  - e) Melakukan tes penyakit kelamin secara berkala.
4. Memeriksa kesehatan reproduksi ke dokter secara rutin.
- Beberapa orang baru memeriksa kesehatan reproduksi ketika merencanakan kehamilan. Padahal, meski tidak sedang berencana hamil, organ reproduksi harus diperiksa secara rutin. Tindakan ini bertujuan untuk mencegah berbagai penyakit, yang bisa muncul tanpa gejala di kemudian hari. Berikut jenis pemeriksaan kesehatan reproduksi yang umum dilakukan yakni
- a. Pemeriksaan darah lengkap (*complete blood count*).
  - b. Pemeriksaan urin.
  - c. USG.
  - d. HSG.
  - e. Tes penyakit kelamin, seperti tes sifilis dengan uji VDRL.
  - f. Pap smear.
5. Menjalankan pola hidup sehat.
- Gaya hidup sehat adalah kunci menjaga sistem reproduksi tetap sehat. Tidak hanya organ reproduksi, pola hidup ini juga menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan. Beberapa pola hidup sehat yang bisa Anda terapkan, meliputi
- a) Berhenti merokok.
  - b) Tidak mengonsumsi alkohol secara berlebihan.
  - c) Berolahraga secara teratur setidaknya 30 menit sehari.
  - d) Menjaga berat badan tetap ideal.
  - e) Istirahat yang cukup.
  - f) Mengelola stres.

Menurut Kusnadi (2011), penyuluhan adalah upaya menyampaikan informasi (pesan) yang berkaitan dengan bidang oleh penyuluh kepada petani beserta anggota keluarganya baik secara langsung maupun tidak langsung maupun tidak langsung agar mereka tahu, mau dan mampu menggunakan inovasi teknologi baru. Adapun

menurut Hawkins (2012), penyuluhan dikenal secara luas dan diterima oleh mereka yang bekerja di dalam organisasi pemberi jasa penyuluhan, tetapi tidak demikian halnya pada masyarakat luas. Dapat disimpulkan bahwa penyuluhan merupakan salah satu pendidikan non formal yang diberikan kepada petani. Penyuluhan yang diberikan kepada petani biasanya disebut dengan penyuluhan.

Penyuluhan bertujuan untuk memberi informasi kepada sasaran, sebagai proses penerangan atau memberikan penjelasan, sebagai proses perubahan perilaku petani (sikap, pengetahuan, dan keterampilan), dan sebagai proses pendidikan. Menurut Saadah dkk., (2011) penyuluhan dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas produksi tanaman yang dibudidayakan petani serta dapat mensejahterakan petani.

Menurut Notoadmodjo (2007), tahapan proses penyuluhan sebagai berikut:

1. Tahap sadar (arwarness). Pada tahap ini seseorang sudah mengetahui sesuatu yang baru karena hasil dari berkomunikasi dengan pihak lain.
2. Tahap minat (interest). Pada tahap ini seseorang mulai ingin mengetahui lebih banyak tentang hal-hal baru yang sudah diketahuinya dengan jalan mencari keterangan atau informasi yang lebih terperinci.
3. Tahap menilai (evaluation). Pada tahap ini seseorang mulai menilai atau menimbang-menimbang serta menghubungkan dengan keadaan atau kemampuan diri, misalnya kesanggupan serta resiko yang akan ditanggung baik dari segi sosial maupun ekonomi.
4. Tahap mencoba (trial). Pada tahap ini seseorang mulai menerapkan atau mencoba dalam skala kecil sebagai upaya meyakinkan apakah dapat dilanjutkan atau tidak.
5. Tahap penerapan atau adopsi (adoption). Pada tahap ini seseorang sudah yakin akan hal baru dan mulai melaksanakan dalam skala besar.

Metode penyuluhan menurut Notoatmodjo (2010), sebagai berikut:

1. Metode Ceramah.
2. Metode Diskusi Kelompok.
3. Metode Curah Pendapat.
4. Metode Panel.
5. Metode Bermain peran.
6. Metode Demonstrasi.
7. Metode Simposium.
8. Metode Seminar.

Kegiatan penyuluhan tidak dapat lepas dari media karena melalui media pesan disampaikan dengan mudah untuk dipahami. Menurut Lucie (2005), media dan alat bantu yang biasa digunakan dalam penyuluhan adalah sebagai berikut:

a. Leaflet

Leaflet adalah bentuk penyampaian informasi kesehatan melalui lembar yang dilipat. Keuntungan menggunakan media ini antara lain; sasaran dapat menyesuaikan dan belajar mandiri serta praktis karena mengurangi kebutuhan mencatat, sasaran dapat melihat isinya disaat santai dan sangat ekonomis. Kelemahan dari leaflet adalah tidak cocok untuk sasaran individu, tidak tahan lama dan mudah hilang dan akan menjadi percuma jika sasaran tidak diikutsertakan secara aktif, serta perlu proses penggandaan yang baik.

b. Flift Chart (lembar balik)

Flift Chart adalah media penyampaian pesan atau informasi kesehatan dalam bentuk buku dimana setiap lembar berisi gambar peragaan dan lembar baliknya berisikan kalimat sebagai pesan kesehatan yang berkaitan dengan gambar. Keunggulan dari penyuluhan dengan menggunakan media ini antara lain mudah dibawa, dapat dilipat maupun digulung, murah dan efisien, dan tidak perlu peralatan yang rumit. Kelemahannya yaitu terlalu kecil untuk sasaran yang berjumlah relatif besar serta mudah sobek dan tercabik.

c. Film dan Video

Keunggulan media ini antara lain dapat memberikan realita yang memungkinkan sulit direkam kembali oleh mata dan pikiran sasaran, dapat memicu diskusi mengenai sikap dan perilaku, dan dapat merefleksikan kepada diri mereka tentang keadaan yang benar-benar terjadi. Kelemahan media ini antara lain, memerlukan sambungan listrik, peralatannya berisiko untuk rusak, dan perlu adanya kesesuaian antara kaset dengan alat pemutar, membutuhkan ahli profesional agar gambar mempunyai makna dalam sisi artistik maupun materi, serta membutuhkan banyak biaya karena menggunakan alat-alat yang canggih.

d. Slide

Keunggulan media ini antara lain dapat memberikan realita walaupun terbatas, cocok untuk sasaran yang jumlahnya relatif besar dan pembuatannya relatif murah, serta peralatannya cukup ringkas dan mudah digunakan. Kelemahan media ini antara lain memerlukan sambungan listrik, peralatannya berisiko mudah rusak, serta memerlukan sumber daya manusia yang terampil dan memerlukan ruangan sedikit lebih gelap.

e. Transparan OHP

Keunggulan media ini antara lain dapat dipakai untuk mencatat poin-poin penting saat diskusi sedang berjalan, murah dan efisien karena alatnya mudah didapat dan digunakan untuk sasaran yang relatif kecil maupun besar, peralatannya mudah digunakan dan dipelihara. Kelemahan media ini antara lain memerlukan aliran listrik, sukar memperkenalkan gerakan dalam bentuk visual, lensa OHP dapat menghalangi pandangan kelompok sasaran apabila pengaturan tempat duduk komunikasi yang tidak baik.

#### f. Papan Tulis

Keunggulan media ini antara lain murah dan efisien, baik untuk menjelaskan sesuatu, mudah dibersihkan dan digunakan kembali. Kelemahan media ini antara lain terlalu kecil untuk sasaran dalam jumlah relatif besar, tidak efektif karena penyuluh harus membelakangi kelompok sasaran saat sedang menulis sesuatu, terkesan kotor apabila tidak dibersihkan dengan baik.

#### g. Metode Pengabdian Pada Masyarakat

Kegiatan dilakukan melalui metode Penyuluhan Menjaga Kesehatan Sistem Reproduksi. Adapun sasaran Penyuluhan adalah 20 remaja di Desa Sukamerta Kecamatan Rawamerta Kabupaten Karawang. Metode kegiatan yang dilakukan yaitu ceramah, tanya jawab dan diskusi. Adapun medianya adalah Flip Chart (lembar balik), slide, film dan video, gambar dan foto tentang alat reproduksi. Pengabdian dilaksanakan pada tanggal 7 September 2022

### 3. HASIL PEMBAHASAN (*Results and Discussion*)

Proses penyuluhan dilakukan melalui tahap-tahap sebagai berikut

1. Tahap sadar (awareness).
2. Tahap minat (interest). Peserta ingin mengetahui lebih banyak tentang merawat Kesehatan system reproduksi
3. Tahap menilai (evaluation). Peserta menilai dan menghubungkan dengan kemampuan diri.
4. Tahap mencoba (trial) peserta mulai menerapkan secara bertahap tentang merawat Kesehatan system reproduksi.
5. Tahap penerapan atau adopsi (adoption) merawat Kesehatan system reproduksi.

Selama penyuluhan, pemateri memberi kesempatan kepada para remaja untuk bertanya atau berpendapat mengenai alat reproduksi dan cara menjaga kesehatan alat reproduksi tersebut. Peserta penyuluhan terlihat sangat aktif bertanya jawab dan berdiskusi dalam penyuluhan ini. Setelah mendapatkan pengetahuan mengenai alat reproduksi dan cara menjaga kesehatan alat reproduksi tersebut, para remaja diharapkan dapat memiliki



wawasan lengkap tentang alat reproduksi dan terampil mempraktekan tentang bagai,ama cara merawat kesehatan alat reproduksi tersebut.

Kegiatan ini juga diharapkan dapat meningkatkan kemandirian para remaja usia pra nikah dalam menjaga Kesehatan reproduksinya sebagai persiapan yang baik bagi kesehatan reproduksi mereka. Para remaja pada akhirnya memahami penjelasan nara sumber tentang betapa pentingnya mereka menjaga alat reproduksinya sebagai persiapan untuk menuju masa usia nikah. Setelah penyuluhan, para remaja peserta penyuluhan juga terampil mempraktekan bagaimana langkah-langkah melakukan upaya untuk menjamin terpeliharanya Kesehatan system reproduksi mereka.

#### **4. KESIMPULAN (*Conclusions*)**

Kegiatan penyuluhan menjaga Kesehatan system reproduksi merupakan hal penting terutama bagi para remaja dalam mempersiapkan diri menuju masa pra nikah.

#### **5. DAFTAR PUSTAKA (*References*)**

- Cahyani AN, Yunus M, Ariwinanti D. Pengaruh penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja tentang hubungan seksual pranikah. *Sport Sci Heal* [Internet]. 2019;1(2):92–101.
- Fatkhiyah N, Masturoh M, Atmoko D. Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja. Vol. 4, *Jurnal Abdimas Mahakam*. 2020. p. 84.
- Misrina SS. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Perilaku Seks Pranikah Di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Mereudu Kecamatan Meurah Dua Kabupaten Pidie Jaya. *J Healthc Technol Med*. 2020;6 No 1(1):373–82.
- Nuraldila V, Yuhandini DS. Keterkaitan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Perilaku Seks Pra Nikah Pada Siswa-Siswi Kelas Xi Di Sma Pgri 1 Kabupaten Majalengka Tahun 2017. *Care J Ilm Ilmu Kesehat*. 2017;5(3):431.
- Oktaviani.J. Tingkat Pengetahuan Tentang Seks Bebas pada Remaja. *Sereal Untuk*. 2018;51(1):51.
- Rennie Yolanda, Angela Kurniadi TNT. Faktor-faktor yang berhubungan dengan sikap remaja terhadap perilaku seksual pranikah di Kecamatan Siberut Selatan , Kepulauan Mentawai tahun 2018. *J Kesehat Reproduksi*. 2019;10(1):69–78.
- Sari IP, Luthfiyati Y, Nita V, Widodo STM. Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Sikap Seks Pranikah Pada Siswa Sma. *J Spirits*. 2020;10(2):24.

Ulfah M. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seksual pranikah pada remaja SMP dan SMA di wilayah eks-kota administratif Cilacap. *Medisains*. 2019;16 (3):137.

Buku :

Dini K. 2005. *Solusi Problem Wanita Dewasa*. Jakarta: Puspa Swara.

Ellysa. 2017. *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja.

Junita S. 2018. Hubungan pengetahuan dan sikap tentang kesehatan reproduksi dengan perilaku seks pra nikah pada siswa yang mengikuti kegiatan pik-r di sma kab. bantul tahun 2017. Skripsi Politeknik Kesehatan Yogyakarta.

Kementerian kesehatan RI. 2015. *INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kemeterian Kesehatan*

RI: *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*.

Pudiastuti RD. 2010. *Pentingnya Menjaga Organ Kewanitaan*. Jakarta: Indeks.

Website :

<http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin%20reproduksi%20remaja-ed.pdf> - Diakses pada 17 Februari 2019.

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). 2008. *Kurikulum dan Modul Pelatihan Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja (PIK-KRR)*, cetakan kedua. Jakarta: Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional.