

## Edukasi Kesehatan Reproduksi Tentang PCOS Pada Remaja

### Reproductive Health Education About PCOS In Adolescents

Hamdiyah<sup>1</sup>, St. Nurbaya<sup>2</sup>, Syahriani<sup>3</sup>, Fitriani<sup>4</sup>, Ibrahim<sup>5</sup>, Rusdiana<sup>6</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Fakultas Keperawatan dan Kebidanan ITKES Muhammadiyah Sidrap  
Jalan Syarif Al-Qadri No 11 Sidenreng Rappang  
Email: [hamdiyahlyaaa@gmail.com](mailto:hamdiyahlyaaa@gmail.com)

---

#### Article History:

Received: 25 Oktober 2022

Revised: 20 November 2022

Accepted: 22 Desember 2022

#### Keywords:

Reproduction health;  
teenager; PCOS.

**Abstract:** Teenagers are the next generation of the nation. Adolescent girls in their life cycle experience menstruation. Menstruation is a natural cycle that occurs in a woman's body. Some women experience disturbances in the process of the menstrual cycle. So that every woman should know the problems that occur in her body so that early detection of accompanying diseases can be carried out. This activity aims to provide information and increase youth knowledge about reproductive health and PCOS. This educational process uses the lecture method with the help of leaflets. The results obtained from this activity are that young women understand reproductive health, especially menstruation and PCOS and understand the importance of early detection. The assessment is based on the response and enthusiasm of the participants in receiving the material provided. Including the positive response of participants in answering questions correctly when asked questions by the speaker.

---

#### Abstrak

Remaja adalah generasi penerus bangsa. Remaja perempuan dalam siklus kehidupannya mengalami menstruasi. Menstruasi adalah siklus alami yang terjadi pada tubuh perempuan. Beberapa Wanita mengalami gangguan dalam proses siklus menstruasi. Sehingga setiap perempuan seharusnya mengetahui masalah yang terjadi pada tubuhnya sehingga dapat dilakukan deteksi secara dini mengenai penyakit yang menyertai. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan remaja tentang Kesehatan reproduksi dan PCOS. Proses edukasi ini menggunakan metode ceramah dengan bantuan leaflet. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah remaja perempuan memahami tentang Kesehatan reproduksi khususnya tentang menstruasi dan PCOS serta memahami pentingnya deteksi dini. Penilaian tersebut didasarkan atas respon dan antusiasme peserta dalam menerima materi yang diberikan. Termasuk respon positif peserta dalam menjawab pertanyaan secara benar ketika diberikan pertanyaan oleh pemateri.

**Kata Kunci:** Kesehatan reproduksi; remaja; PCOS.

## LATAR BELAKANG

Keberhasilan suatu negara salah satunya ditentukan dari kualitas generasi muda yang dimiliki. Pemerintah Indonesia telah mengupayakan berbagai program baik dibidang pendidikan maupun kesehatan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia khususnya pada remaja. Namun demikian, hambatan-hambatan selalu ada seperti masalah kesehatan yang berakibat mengganggu aktivitas fisik remaja (Prastika, Sari and Hardianto, 2021)

Kesehatan ibu dan anak merupakan salah satu perhatian dari world health organization (WHO) memperkirakan bahwa setiap tahun sejumlah 500.000 orang meninggal akibat kehamilan dan persalinan, 99% kematian tersebut terjadi di Negara berkembang 50% nya terjadi di Indonesia dan Mesir (WHO, 2012).

Menstruasi adalah siklus alami yang terjadi pada tubuh perempuan. Siklus ini umumnya akan muncul tiap sekitar 4 minggu, dimulai sejak hari pertama menstruasi mulai hingga hari pertama menstruasi berikutnya tiba. Meski demikian, tidak semua perempuan mengalami siklus yang sama. Siklus menstruasi terkadang bisa datang lebih cepat atau lebih lambat dengan perbedaan yang berkisar antara 21 hingga 35 hari (Dewi, 2018).

Dalam siklus menstruasi, perubahan kadar hormon dalam tubuh perempuan akan terjadi (khususnya pada masa sebelum menstruasi). Berubahnya jumlah hormon bisa memengaruhi fisik dan emosi yang terkadang dapat muncul sehari-hari sebelum menstruasi. Gejala ini disebut sindrom prahaid (PMS) (Dewi, 2018).

Tiap perempuan dianjurkan untuk memperhatikan atau mencatat siklus menstruasinya agar dapat segera menyadari jika muncul kejanggalan tertentu. Siklus menstruasi yang tidak biasa atau volume darah yang berlebihan terkadang dapat mengindikasikan adanya komplikasi atau masalah kesehatan. Permasalahan dalam menstruasi yang umum terjadi dibagi dalam empat kategori, yaitu: Menorrhagia, Amnorhea, dismenorea, dan oligomenorea (Dewi, 2018).

Penyakit yang menyerang indung telur (ovarium) seperti sindrom ovari polistik (PCOS), bekas luka pada dinding rahim, bentuk vagina abnormal, organ reproduksi yang tidak berkembang sempurna, gangguan pada fungsi kelenjar tiroid, dan adanya tumor pada kelenjar pituitari di otak juga dapat mengakibatkan amenorea (Dewi, 2018).

Etiologi amenore sekunder dan primer memang berbeda. Penyebab amenore primer yang lebih umum adalah kelainan hereditas dan anatomis. Sedangkan amenore sekunder yang terjadi disebabkan oleh kejadian anovulasi, yang sering menunjukkan beberapa infeksi, termasuk gangguan ovarium polikistik (PCOS), kegagalan ovarium prematur (POF), dan lain-lain (Maros and Juniar, 2022).

Berdasarkan uraian dan latar belakang diatas maka kami sebagai tim pengabmas, berbagai gangguan yang terjadi pada saat menstruasi termasuk dapat menyebabkan PCOS (Kusumawati et al., 2022) sehingga kami TIM Pengabmas ingin memberikan edukasi sejak dini kepada remaja sehingga kami Program studi Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan ITKES Muhamamadiyah Sidrap melakukan pengabdian masyarakat dengan judul “Edukasi Kesehatan Reproduksi Tentang Pcos Pada Remaja di SMK 7 Kabupaten Pinrang”.

## **METODE PENELITIAN**

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan tanggal 5 November 2022 dan diawali dengan melakukan pengamatan dengan melihat aktifitas harian dari calon yang akan diberikan penyuluhan. Selanjutnya dilakukan diskusi kepada kepala desa dan bidan desa setempat untuk pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat. Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan di SMA 7 Kabupaten Pinrang. Materi yang diberikan mengenai edukasi. Penyuluhan ini menggunakan alat bantu berupa leaflet. Setelah pemaparan materi, selanjutnya dilakukan umpan balik dan evaluasi terhadap informasi yang disampaikan guna mengetahui tingkat pemahaman dari peserta pengabdian masyarakat.

Peserta merasa memahami materi yang disampaikan penerbit. Pendidikan Kesehatan yang diberikan sangat bermanfaat terkhusus bagi Wanita. Kegiatan penyuluhan berlangsung dengan kondusif dan antusias remaja mengetahui tentang PCOS tersebut. Dalam proses penyuluhan tersebut berlangsung diskusi yang menanyakan terkait bahaya dan pencegahan PCOS yang terjadi pada Wanita yang merasakan nyeri saat menstruasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabmas ini diselenggarakan oleh dosen dan mahasiswa yang membagikan leaflet materi kepada masyarakat. Leaflet berisi tentang informasi Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) mulai dari pengertian, penyebab, dan gejala PCOS serta informasi tentang menstruasi yaitu pengertian, jenis-jenis gangguan haid dan terapinya. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dengan jumlah peserta 35 orang. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan membawakan materi terkait PCOS dan menstruasi.



Gambar 1: leaflet materi yang diberikan

Output yang diperoleh dari kegiatan ini adalah remaja sebagai peserta kegiatan pengabdian ini menjadi lebih memahami dan mengetahui tentang Kesehatan reproduksi Wanita terutama terkait PCOS dan menstruasi. Proses penyuluhan ini tidak hanya memberikan materi saja, tetapi menanyakan sejauh mana pemahaman materi yang disampaikan pameri dibuktikan dengan antusia remaja dalam diskusi tanya jawab. Peserta pengabmas ini terdiri dari remaja yang berusia 15 – 18 tahun.

Gangguan yang terjadi pada saat menstruasi termasuk dapat menyebabkan PCOS (Maros and Juniar, 2022). Sindrom polikistik ovarium (PCOS) merupakan salah satu dari masalah kesehatan reproduksi yang paling sering terjadi pada wanita remaja. Sindrom polikistik ovarium (PCOS) adalah kondisi kompleks yang didiagnosis dengan adanya dua dari tiga kriteria berikut: kelebihan kadar hormon androgen, gangguan ovulasi, dan gambaran sel telur yang berbentuk kista-kista kecil. Dikarenakan ketiga gejala tersebut dapat terjadi pada penyakit selain PCOS, sehingga perlu anamnesis riwayat dan pemeriksaan fisik untuk memastikan penyebabnya. PCOS dianggap sebagai masalah

ovulasi dan infertilitas, yang ditandai dengan haid tidak teratur, obesitas, gangguan fungsi insulin, hirsutisme, jerawat, alopecia dan keguguran berulang (Saputra, 2019). Sehingga pemberian edukasi masalah gangguan menstruasi yang terjadi sejak remaja memberikan gambaran sejak dini terkait PCOS tersebut.

Hasil dari penelitian literatur review yang dilakukan Ariyani bahwa diperlukan tingkat kesadaran diri dan pengetahuan yang baik tentang Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) terutama pada remaja. Karena deteksi dini PCOS bisa dilakukan jika perempuan perempuan mengetahui tanda gejala PCOS sehingga salah satu upaya yang bisa dilakukan supaya perempuan usia subur bisa aware adalah dengan memberikan informasi kepada remaja putri mengenai PCOS (Ariyani et al., 2020)

Diharapkan dengan kegiatan Pendidikan Kesehatan pada remaja dapat mengetahui dan memahami tentang materi yang disampaikan sehingga dapat memberikan gambaran terkait penyakit PCOS di SMA 7 Kabupaten Pinrang.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa dengan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini tentang Edukasi Kesehatan Reproduksi Tentang Pcos Pada Remaja di SMK 7 Kabupaten Pinrang berjalan dengan lancar. Harapannya pendidikan kesehatan ini mampu dipaahmi dan memberikan edukasi kepada teman-temannya serta masyarakat disekitarnya agar supaya tujuan dari pengabdian masyarakat ini dapat tercapai dengan maksimal.

## **SARAN**

Dalam pelaksanaan kegiatan berikutnya kontribusi oleh pihak-pihak terkait dalam kegiatan yang serupa sangat diperlukan demi terlaksananya kegiatan yang lebih maksimal. Adanya kesinambungan dan monitoring pasca kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan.

Diharapkan kepada seluruh panitia yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini mampu melakukan kegiatan serupa secara berkesinambungan agar manfaatnya dapat dirasakan langsung oleh siswa di SMA 7 Kabupaten Pinrang.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ariyani, I.I.N. et al. (2020) 'Pengetahuan Remaja Tentang Polycystic Ovary Syndrome ( Pcos ) Pengetahuan Remaja Tentang Polycystic Ovary Syndrome ( Pcos ) Naskah Publikasi'.
- Dewi, P.P. (2018) 'Perlindungan Anak Terpadu Berbasis Masyarakat (PATBM)', Perlindungan Anak Terpadu Berbasis Masyarakat (PATBM), p. 90.
- Kusumawati, W. et al. (2022) 'Upaya peningkatan kesehatan reproduksi melalui deteksi dini dan pencegahan gangguan haid serta menopause', 6(3), pp. 1164–1169.
- Maros, H. and Juniar, S. (2022) 'Book Chapter Kebidanan Komplementer Berbasis Bukti pada Masa Remaja, Pranikah, Prakonsepsi, dan Menopause', Penerbit CV.Eureka Media Aksara, pp. 1–23.
- Prastika, A.W., Sari, G.M. and Hardianto, G. (2021) 'Hubungan Dismenorea Primer Dengan Aktivitas Belajar Pada Siswi Sman 8 Surabaya', Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal, 3(2), pp. 107–113. Available at: <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i2.2019.107-113>.
- Saputra, A.N.D. (2019) 'Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) pada Remaja', Pediatrics, 136(6), pp. 1154–1165. Available at: <https://sardjito.co.id/2019/09/30/polycystic-ovary-syndrome-pcos-pada-remaja/>.