

## PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT (PHBS) DAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA DI SEKOLAH MADRASAH ALIYAH ALKHAIRAAT BIROMARU

**Nur Ani**

Akademi Farmasi Tadulako Farma Palu, Indonesia

[Any\\_cute89@yahoo.co.id](mailto:Any_cute89@yahoo.co.id)

### **ABSTRACT**

*Cleanliness of the school environment is an important aspect to create a healthy school environment. Because if the environment is healthy then all living things around it will also be able to breathe properly. Especially students will be able to receive lessons well. Because if the classroom is clean then the air will be cool. Therefore the brain will carry out its functions and functions perfectly. Adolescence (age 11-20 years) is a special and important period, because it is a period of maturation of the human reproductive organs. Adolescence is also called puberty, is a unique transition period marked by various physical, emotional and psychological changes. Teenagers are in a situation that is very sensitive to the influence of new values, especially for those who have no deterrent power. They tend to make adjustments more easily to the flow of globalization and the free flow of information which can cause changes in deviant behavior due to adaptation to values that come from outside. The most prominent problem among teenagers today, for example, is sexuality, resulting in getting pregnant out of wedlock and having abortions. With sufficient motivation and knowledge to lead a healthy adolescent life, it is hoped that adolescents will be able to maintain their own health so that they are able to enter a period of family life with healthy reproduction.*

**Keywords:** *Cleanliness, environment, Reproductive Health, Adolescents.*

### **ABSTRAK**

Kebersihan lingkungan sekolah merupakan aspek yang penting untuk menciptakan kesehatan lingkungan sekolah. Karena bila lingkungan sehat maka semua makhluk hidup yang ada disekelilingnya juga akan dapat bernafas dengan baik. Terutama siswa akan dapat menerima pelajaran dengan baik. Karena bila ruangan kelas bersih maka udara akan sejuk. Oleh karena itu otak akan menjalankan fungsi dan kegunaannya dengan sempurna. Masa remaja (usia 11 – 20 tahun) adalah masa yang khusus dan penting, karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia. Masa remaja disebut juga masa pubertas, merupakan masa transisi yang unik ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis. Remaja berada dalam situasi yang sangat peka terhadap pengaruh nilai baru,

terutama bagi mereka yang tidak mempunyai daya tangkal. Mereka cenderung lebih mudah melakukan penyesuaian dengan arus globalisasi dan arus informasi yang bebas yang dapat menyebabkan terjadinya perubahan perilaku menyimpang karena adaptasi terhadap nilai-nilai yang datang dari luar. Masalah yang paling menonjol dilakukannya remaja saat ini, misalnya masalah seksualitas, sehingga hamil di luar nikah dan melakukan aborsi. Adanya motivasi dan pengetahuan yang memadai untuk menjalani masa remaja secara sehat, diharapkan remaja mampu untuk memelihara kesehatan dirinya sehingga mampu memasuki masa kehidupan berkeluarga dengan reproduksi sehat.

**Kata Kunci :** Kebersihan, lingkungan, Kesehatan Reproduksi, Remaja.

## PENDAHULUAN

Hidup sehat merupakan suatu hal yang seharusnya memang diterapkan oleh setiap orang, mengingat manfaat kesehatan yang sangat penting bagi setiap manusia, mulai dari konsentrasi dalam bekerja dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari tentu memerlukan kesehatan, baik kesehatan pribadi maupun kesehatan anak serta keluarga untuk mencapai keharmonisan keluarga. Menciptakan hidup sehat sebenarnya sangatlah mudah serta murah, dibandingkan biaya yang harus kita keluarkan untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan. Akan tetapi yang kebanyakan yang terjadi sudah mengidap penyakit baru mengobati sehingga akan membuat kerugian tersendiri bagi yang mengalaminya.

Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Promkes, 2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Dengan demikian, PHBS mencakup beratus-ratus bahkan mungkin beribu-ribu perilaku yang harus dipraktikkan dalam rangka mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya (KEMENKES RI, 2011).

Data demografi menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi yang besar dari penduduk dunia, WHO (1995) sekitar seperlima dari penduduk

dunia adalah remaja. Sekitar 900 juta berada di negara sedang berkembang. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik (1999) kelompok remaja adalah sekitar 22% yang terdiri dari 50,9% remaja laki- laki dan 49,1% remaja perempuan (dikutip dari Nancy P, 2002).

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual. Remaja tidak mempunyai tempat yang jelas, yaitu bahwa mereka tidak termasuk golongan anak-anak tetapi tidak juga termasuk golongan dewasa. Perkembangan biologis dan psikologis remaja dipengaruhi oleh perkembangan lingkungan dan sosial. Oleh karena itu remaja akan berjuang untuk melepaskan ketergantungannya kepada orang tua dan berusaha mencapai kemandirian sehingga mereka dapat diterima dan diakui sebagai orang dewasa.

Memasuki masa remaja yang diawali dengan terjadinya kematangan seksual, maka remaja akan dihadapkan pada keadaan yang memerlukan penyesuaian untuk dapat menerima perubahan-perubahan yang terjadi. Kematangan seksual dan terjadinya perubahan bentuk tubuh sangat berpengaruh pada kehidupan kejiwaan remaja. Selain itu kematangan seksual juga mengakibatkan remaja mulai tertarik terhadap anatomi fisiologi tubuhnya. Selain tertarik kepada dirinya, juga mulai muncul perasaan tertarik kepada teman sebaya yang berlawanan jenis (Widyastuti, 2009).

## LOKASI KEGIATAN

Kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat dan kesehatan reproduksi remaja dilaksanakan di sekolah madrasah aliyah alkhairaat biromaru kota palu provinsi sulawesi tengah. kegiatan ini dilakukan pada tahun 2022 bersamaan dengan promosi kampus akademi farmasi tadulako farma .

## DOKUMENTASI KEGIATAN





## DAFTAR PUSTAKA

Widyastuti, Yani dkk. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Fitramaya. Yogyakarta.