



Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) MITRA RIA HUSADA JAKARTA

SK. Mendiknas No. 207/D/0/2004 . Rekomendasi Depkes No. HK : 03.2.4.1.3970-3971
SK. Mendiknas No. 1880/D/II/2006 . Rekomendasi Depkes No. HK : 03.2.4.1.04436

SURAT KEPUTUSAN
KETUA STIKES MITRA RIA HUSADA JAKARTA
Nomor : 167/Ketua SMRHJ/XII/2023
Tentang
PUBLIKASI PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYRAKAT/HKI
STIKES MITRA RIA HUSADA JAKARTA

KETUA STIKES MITRA RIA HUSADA JAKARTA

- Menimbang : 1. bahwa STIKes Mitra RIA Husada Jakarta (SMRHJ) melaksanakan Tridharma Perguruan Tinggi yakni pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat ;
2. bahwa kegiatan publikasi penelitian dan pengabdian kepada masyarakat/HKI dapat dilakukan dosen sebagai hasil nyata penelitian dan pengabdian kepada masyarakat ;
3. bahwa untuk itu perlu Surat Keputusan Ketua SMRHJ.
- Mengingat : 1. Statuta STIKes Mitra RIA Husada Jakarta.
2. Surat Tugas Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat.
- Memperhatikan : Memo dari Kepala PPPM perihal Publikasi Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat/HKI di SMRHJ.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** :
Pertama : Kepada Dosen SMRHJ untuk melakukan publikasi penelitian dan pengabdian kepada masyarakat/HKI.
- Kedua : Setiap dosen SMRHJ diwajibkan melakukan 1 (satu) kali penelitian dalam 1 (satu) tahun dan 2 (dua) kali pengabdian kepada masyarakat dalam 1 (satu) tahun .
- Ketiga : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dan apabila di kemudian hari terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Jakarta
Pada tanggal : 7 Desember 2023

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes)
Mitra RIA Husada Jakarta


Dra. Sri Danti Anwar, MA
Ketua

Tembusan :

1. Waket I, dan II SMRH Jakarta
2. Kepala P2MI
3. Kepala P3M
4. Arsip

Komplek Yayasan Karya Bhakti RIA Pembangunan

Jl. Karya Bhakti No. 3 Cibubur - Jakarta Timur 13720 - Telp. 021-8775 0551/ 52 - www.mrhj.ac.id

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI TENTANG POLIMENORE TERHADAP PENGETAHUAN PADA REMAJA DI PONDOK PESANTREN TERPADU AL-MADINAH KAMPUNG MALATI JONGGOL TAHUN 2024

TIM PENGUSUL:

Sinta Dwi Juwita, S.SiT., M.Keb (Ketua)

Nurul Azmi A., S.SiT., M.Pd (Anggota)

Bdn. Perwitasari, S.Tr.Keb., M.Keb (Anggota)

**STIKES MITRA RIA HUSADA JAKARTA
SEMESTER GENAP
BULAN JUNI TAHUN 2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Pengabdian Kepada Masyarakat : Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Polimenore Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024

Ketua Pelaksana :

a. Nama Lengkap : Sinta Dwi Juwita., S.SiT., M.Keb
b. NIDN : 0318039501
c. Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
d. Nomor HP : 085881551622
e. Alamat email : sintajuwiya18@gmail.com

Anggota (1) :

a. Nama Lengkap : Nurul Azmi Aprianti, S.SiT., M.Pd
b. NIDN : 0320088904
c. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada Jakarta

Anggota (2) :

a. Nama Lengkap : Bdn. Perwitasari, S.Tr.Keb., M.Keb
b. NIDN : 0327057502
c. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada Jakarta

Anggota : -
Biaya Penelitian : Rp. 5.000.000,-
Biaya Luaran Tambahan : Tidak ada

Dismenore adalah rasa nyeri pada daerah panggul dan terpusat di abdomen yang terjadi sebelum

Jakarta, 21 Juni 2023

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Ketua Pelaksana

(Bdn. Yulita Nengsih, S.SiT., M.Kes)
NIDN. 0304078503


(Sinta Dwi Juwita., S.SiT., M.Keb)
NIDN: 0320088904

Menyetujui,
Wakil Ketua 1 Bidang Akademik

Bdn. Imelda Diana M, SST., SKM., M.Keb
NIDN. 0303038001

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Pengabdian Kepada Masyarakat : Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Polimenore Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024

Peneliti :
a. Nama Lengkap : Sinta Dwi Juwita., S.SiT., M.Keb
b. NIDN : 0318039501
c. Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
d. Nomor HP : 085881551622
e. Alamat Surel : sintajuwiya18@gmail.com

Anggota Peneliti (1) :
a. Nama Lengkap : Nurul Azmi Aprianti, S.SiT., M.Pd
b. NIDN : 0320088904
c. Jabatan Fungsional : -
d. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada

Anggota Peneliti (2) :
a. Nama Lengkap : Bdn. Perwitasari, S.Tr.Keb., M.Keb
b. NIDN : 0327057502
c. Jabatan Fungsional : -
d. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada
d. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada

Mengetahui,

Jakarta, 21 Juni 2024

Kepala PPM

Ketua Peneliti

(Erni Elviany, SKM., M.Si)
NUPTK. 0326047701

(Sinta Dwi Juwita., S,SiT., M.Keb)
NUPTK : 0320088904

Menyetujui,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra RIA Husada

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes)

Mitra RIA Husada


Dra. Sri Danti Anwar, MA
Ketua

IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

1. Judul PPM : Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Polimenore Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024
2. Identitas Pengusul :

No	Nama	Jabatan	Program Studi	Bidang Tugas	Alokasi Waktu (jam/minggu)
1	Sinta Dwi Juwita	Sekprodi	Profesi Bidan	Pendidik	4jam/bulan
2	Nurul Azmi Apriyanti	Dosen	Sarjana Kebidanan	Anggota	4jam/bulan
3	Perwitasari	Dosen	Profesi Bidan	Anggota	4jam/bulan

3. Mitra PPM :

Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol

4. Lokasi PPM :

Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol

5. Masa Pelaksanaan :

Juni s/d September 2024

6. Luaran dan Target Capaian

Pada bagian ini, pengusul wajib mengisi luaran wajib dan tambahan, tahun capaian, dan status pencapaiannya. Luaran PPM berupa artikel diwajibkan menyebutkan nama jurnal yang dituju dan untuk luaran berupa buku harus mencantumkan nama penerbit yang dituju.

Luaran Wajib

Tahun Luaran	Jenis Luaran	Status Target Capaian (Sudah terbit, sudah diunggah, sudah tercapai, terdaftar/granted)	Keterangan (url dan nama jurnal, penerbit, url paten, keterangan sejenis lainnya)
2025	Artikel/Jurnal	Terdaftar	Jurnal Ilmiah Bidan

Luaran Tambahan

Tahun Luaran	Jenis Luaran	Status Target Capaian (Sudah terbit, sudah diunggah, sudah tercapai, terdaftar/granted)	Keterangan (url dan nama jurnal, penerbit, url paten, keterangan sejenis lainnya)
-	-	-	-

7. Usulan Anggaran

Rp. 5.000.000,-

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI	iv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
BAB III METODE PENELITIAN	30
BAB IV JADWAL PENELITIAN	33
BAB V HASIL PENELITIAN	5
BAB VI PEMBAHASAN	5
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	5
LAMPIRAN	5

RINGKASAN

Menstruasi adalah perdarahan secara periodik yang merupakan bagian integral dari fungsi biologis seorang wanita sepanjang siklus hidupnya. Menstruasi dapat menimbulkan potensi masalah kesehatan reproduksi wanita yang berkaitan dengan kesuburan, khususnya pola menstruasi. Gangguan siklus menstruasi seperti lamanya siklus menstruasi dapat meningkatkan risiko penyakit kronis (Kusmiran, 2012). Menstruasi merupakan sebuah proses alami yang terjadi pada perempuan, adanya menstruasi menandakan bahwa hormon pada perempuan sudah bekerja (Haryono, 2016). Menstruasi biasanya terjadi selama 3-7 hari (Simbolon et al., 2018). Periode waktu dari hari pertama menstruasi sampai hari pertama menstruasi bulan berikutnya disebut dengan siklus menstruasi (Sitoayu et al., 2017). Pola siklus menstruasi dikatakan normal apabila terjadi tidak <21 hari dan tidak >35 hari (Yudita, 2017).

Gangguan siklus menstruasi yang banyak dialami wanita adalah siklus yang berlangsung >35 hari (oligomenore), siklus menstruasi yang pendek <21 hari (polimenore), bahkan tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan (amenore) berturut-turut. Terdapat dua jenis amenore, yaitu amenore primer, yang sering disebabkan oleh kelainan bawaan dan genetik, dan amenore sekunder, suatu kondisi di mana seorang wanita telah mengalami menstruasi tetapi kemudian tidak mengalami menstruasi lagi (Sukarni, 2014).

Faktor-faktor yang sering berperan dalam keteraturan siklus menstruasi pada perempuan antara lain perubahan hormonal, genetika, kondisi medis yang serius, dan indeks massa tubuh (IMT). Upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga siklus menstruasi agar teratur yaitu dengan menjaga pola makan dan menerapkan gaya hidup yang sehat. Pola makan yang teratur dan makan makanan yang bergizi seimbang merupakan solusi agar siklus menstruasi berjalan secara teratur. Menurut Rizky Wahyu Permana (2019) ada beberapa makanan yang dapat membantu memperlancar siklus menstruasi, yaitu brokoli, salmon, sayuran hijau, minyak ikan, almond, biji wijen, yogurt, susu kedelai, dan telur. Menerapkan gaya hidup sehat dengan cara berolahraga secara teratur dan tidak merokok juga merupakan solusi agar siklus menstruasi berjalan secara teratur. Namun menerapkan olahraga yang berlebihan dapat

mempengaruhi keseimbangan hormon estrogen dan progesteron. Gangguan pada kadar hormon ini menyebabkan menstruasi tidak teratur. Kandungan nikotin pada rokok dapat mempengaruhi hormon estrogen dan progesteron sehingga dianjurkan untuk tidak merokok agar siklus menstruasi berjalan secara teratur (Nisa Mutia Sari, 2019).

Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan ke Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah terdapat masalah pada remaja seperti kurangnya menjaga kebersihan, keputihan serta nyeri haid pada santri tersebut karena di lingkungan pesantren masih keterbatasan oleh waktu kegiatan lain dan kurangnya informasi Kesehatan. Pemahaman remaja putri terhadap sistem maupun fungsi reproduksinya sangatlah penting. Remaja yang tidak memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang cukup, akan cenderung mengabaikan kesehatan reproduksinya dan pada akhirnya dia akan melakukan tindakan yang membahayakan dirinya sendiri. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi merupakan faktor penting juga dalam menentukan perilaku higienis perempuan pada saat menstruasi.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah terdapat masalah pada remaja seperti kurangnya menjaga kebersihan, keputihan serta nyeri haid pada santri tersebut karena di lingkungan pesantren masih keterbatasan oleh waktu kegiatan lain dan kurangnya informasi Kesehatan. Pemahaman remaja putri terhadap sistem maupun fungsi reproduksinya sangatlah penting. Remaja yang tidak memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang cukup, akan cenderung mengabaikan kesehatan reproduksinya dan pada akhirnya dia akan melakukan tindakan yang membahayakan dirinya sendiri. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi merupakan faktor penting juga dalam menentukan perilaku higienis perempuan pada saat menstruasi.

Menstruasi merupakan proses perdarahan fisiologis yang terjadi akibat proses peluruhan dinding rahim sebagai akibat tidak terjadinya proses pembuahan. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, di Indonesia rata-rata usia menarche adalah 13 tahun dan rentang usia menarche antara 9-20 tahun.

Pada remaja variasi siklus menstruasi normal terjadi sekitar 20-45 hari. Kisaran siklus menstruasi remaja lebih besar dibanding orang dewasa yang memiliki siklus menstruasi 21-34 hari. (Hillard, 2019). Namun terdapat perbedaan bagi seseorang yang masih dalam tahun ginekologi pertama, yakni dengan rata-rata panjang siklus 32 hingga 61 hari, dan lama menstruasi berkisar 4,9 hingga 5,4 hari, serta menurun sepanjang tahun ginekologi pertama. (Gunn, Tsai, McRae & Steinbeck, 2018).

Pada umumnya siklus menstruasi berlangsung selama 28 hari. Siklus normal berlangsung 21 – 35 hari. Siklus menstruasi bervariasi pada tiap Perempuan, namun beberapa Perempuan memiliki siklus haid yang tidak teratur. Panjang siklus menstruasi dihitung sampai dengan hari perdarahan di bulan berikutnya. Siklus menstruasi bervariasi pada Perempuan dan hampir

90% Perempuan memiliki siklus 25 – 35 hari dan hanya 10 – 15% yang memiliki panjang siklus 28 hari, namun beberapa Perempuan memiliki siklus yang tidak teratur dan hal ini bisa menjadi indikasi adanya masalah kesuburan.

1.2 Permasalahan Mitra

Permasalahan Mitra ini dalam rangka menghadapi masalah kesehatan khususnya pada remaja putri yaitu kurangnya SDM yang kompeten dalam mengedukasi para santri di lingkungan pondok pesantren.

Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah merupakan sekolah kejuruan yang memiliki banyak siswa dan siswi. Namun pengetahuan siswa dan siswi mengenai kesehatan reproduksi dan bahaya seks bebas masih cukup rendah. Untuk meningkatkan pengetahuan siswa/i tersebut maka perlu dilakukan penyuluhan atau pendidikan kesehatan bagi siswa/i tersebut sehingga mereka pengetahuan mereka mengenai kesehatan reproduksi dan bahaya seks bebas dapat meningkat.

Pendidikan Kesehatan adalah upaya untuk melakukan perubahan perilaku. Pendidikan Kesehatan merupakan bagian dari promosi Kesehatan yang merencanakan pembentukan perilaku hidup sehat dengan meningkatkan dan memfasilitasi Pendidikan Kesehatan. Pendidikan Kesehatan suatu kegiatan yang dirancang atau direncanakan dalam bentuk Pendidikan formal maupun non formal, untuk mempengaruhi individu, kelompok maupun masyarakat dalam berperilaku hidup sehat. (Widiyastuti et al., 2022)

Pendidikan kesehatan reproduksi atau pendidikan seks bagi remaja ini penting diberikan sebagai bentuk pengetahuan kepada mereka mengenai perubahan-perubahan yang terjadi di fase remaja dan secara seksual terutama berpengaruh terhadap pola-pola pergaulan remaja, dengan diberikan bekal pengetahuan dan wawasan pendidikan bagi remaja ini supaya mencegah dari pergaulan bebas, mencegah hubungan seks di luar nikah, hingga mengenal beberapa penyakit/akibat-akibat yang disebabkan oleh seks yang terlalu dini. Hal ini penting bagi para remaja untuk bisa bertanggungjawab terhadap dirinya dalam pergaulan terutama saat mereka memasuki masa remaja.

Secara rinci tujuan umum dalam pendidikan kesehatan pada remaja adalah meningkatkan pengetahuan remaja sehingga mampu menjaga kesehatannya dan mencegah dari perilaku – perilaku yang dapat merusak masa depannya.

BAB II

SOLUSI DAN TARGET LUARAN

2.1 Solusi

Solusi yang diharapkan dalam pengabdian kepada masyarakat ini yaitu :

1. Perubahan perilaku yang dapat dicontohkan bagi diri sendiri, di sekolah, keluarga maupun di masyarakat
2. Keuntungan yang dapat diperoleh bahwa adanya perubahan perilaku terhadap pengetahuan dan perilaku dari remaja Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah mengenai Kesehatan Reproduksi Remaja

2.2 Rencana Target Luaran

RENCANA TARGET CAPAIAN

No	Kategori	Jenis Luaran			TS
		Sub Kategori	Wajib	Tambahan	
1	Artikel ilmiah dimuat di jurnal	Internasional bereputasi	Tidak ada	Tidak ada	
		Nasional terakreditasi	Ada	Tidak ada	
		Nasional tidak terakreditasi	Tidak ada	Tidak ada	
2	Artikel ilmiah dimuat di	Internasional terindeks	Tidak ada	Tidak ada	
		Nasional	Ada	Ada	
3	<i>Invited Speaker</i> dalam temu ilmiah	Internasional	Tidak ada	Tidak ada	
		Nasional	Tidak ada	Tidak ada	
4	<i>Visiting Lecturer</i>	Internasional	Tidak ada	Tidak ada	
5	Hak kekayaan intelektual	Paten	Tidak ada	Tidak ada	
		Paten sederhana	Tidak ada	Tidak ada	
		Hak cipta	Tidak ada	Tidak ada	
		Merek dagang	Tidak ada	Tidak ada	
		Rahasia dagang	Tidak ada	Tidak ada	
		Desain produk industri	Tidak ada	Tidak ada	
		Indikasi geografis	Tidak ada	Tidak ada	
		Perlindungan varietas tanaman	Tidak ada	Tidak ada	
		Perlindungan topografi sirkuit Terpadu	Tidak ada	Tidak ada	
6	Teknologi tepat guna		Tidak ada	Tidak ada	
7	Model/purwarupa/ desain/ karya seni/ rekayasa Sosial		Tidak ada	Tidak ada	
8	Buku ajar (ISBN)		Tidak ada	Tidak ada	
9	Tingkat kesiapan teknologi (TKT)		Tidak ada	Tidak ada	

BAB III

METODE PELAKSANAAN

Adapun rangkaian kegiatan yang dilaksanakan meliputi kegiatan-kegiatan berikut:

1. Persiapan
 - a. Membuat proposal pengabdian kepada masyarakat untuk Pendidikan Kesehatan Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah
 - b. Mengajukan proposal dan mengurus perijinan ke PPPM SMRHJ, dan Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Koordinasi dengan Wakasek Bagian Kesiswaan

2. Pelaksanaan
 - a. Acara dilaksanakan selama satu hari yaitu pada tanggal 21 Juni 2024 dengan rincian sebagai berikut:
 - b. pada tanggal 21 Juni 2024
Pukul 09.00 – 12.00 WIB pemberian materi Sesi I
Pukul 13.00 – 15.00 WIB pemberian materi sesi II
 - c. Jumlah peserta yang mengikuti Pendidikan kesehatan adalah seluruh siswa/i kelas X
 - d. Kegiatan ini dibuka oleh Ustadzah selaku penanggung jawab santri Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah
 - e. Pemberian materi oleh tiga orang nara sumber yaitu Sinta Dwi Juwita, S.SiT., M.Keb, Nurul Azmi A, S.SiT., M.Pd dan Bdn. Perwitasari
 - f. Peserta menyimak dengan baik dan bertanya dengan sangat antusias yang diajukan kepada nara sumber.
 - g. Diketahui adanya peningkatan pengetahuan siswa ditandai dengan adanya peningkatan nilai pre dan post tes yang diberikan.
 - h. Penutupan (Foto dan ramah tamah terlampir).

BAB IV PELAKSANAAN KEGIATAN

4.1 Jadwal Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pada hari Rabu, Tanggal 21 Juni 2024 dan evaluasi kegiatan dilakukan pada hari yang sama.

Berikut adalah rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan :

Tabel 4.1

Gantchart Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Tahun 2024

No	Kegiatan	Bulan						Ket
		April	Mei	Juni	Juli	Agust	Sept	
1	Penyusunan Proposal							
2	Mengajukan Proposal dan mengurus perizinan							
3	Penyuluhan tentang Sosialisasi Reproduksi Remaja dan Bahaya Seks Bebas							21 Juni 2024
4	Evaluasi Kegiatan							
5	Penyusunan laporan kegiatan PKM							
6	Seminar hasil PKM							

4.2 Gambaran IPTEK

Pengimplementasian IPTEK dalam pengabdian kepada masyarakat ini yaitu menggunakan Video Edukasi. Sebagai media yang dipergunakan untuk penyuluhan tujuannya agar dapat meningkatkan ketertarikan remaja terhadap topik yang sedang dibahas sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku setelah mengikuti pendidikan Kesehatan yang akan berdampak pada pencegahan seks bebas pada remaja.

4.3 Biaya Kegiatan

Berikut uraian penggunaan biaya yang dibutuhkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Tabel 4.2 Jumlah Biaya P3M Tahun 2024

No	Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan	Biaya
1	Transportasi	Akomodasi	3x	Rp. 200.000	Rp. 600.000
2	Souvenir		100	Rp. 10.000	Rp. 1.000.000
3	Jurnal	Publikasi	1	Rp. 500.000	Rp. 500.000
Total					Rp. 2.100.000

4.4 Hasil

Kegiatan telah dilaksanakan pada hari Rabu, Tanggal 21 Juni 2024 diikuti sebanyak 100 orang remaja. Dilakukan di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Jonggol. Kegiatan dilakukan dengan pemberian materi oleh narasumber dan diakhiri dengan sesi diskusi dan tanya jawab, semua pertanyaan dapat dijawab oleh narasumber. Materi yang diberikan dalam penyuluhan ini memberi wawasan baru kepada remaja mengenai kesehatan reproduksi, dengan adanya banyak pertanyaan dari remaja membuktikan bahwa remaja tersebut tertarik mengenai materi yang diberikan dan belum terpapar tentang materi yang diberikan. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah terhadap kesehatan reproduksi dan bahaya seks bebas hal ini dapat dilihat dari hasil evaluasi yang diberikan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Kesimpulan dalam kegiatan pendidikan kesehatan berdasarkan tujuan dari kegiatan ini, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Secara umum, hasil penyuluhan sosialisasi kesehatan reproduksi pada remaja yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah berada pada kriteria sangat bermanfaat bagi remaja tersebut dalam menjaga pergaulan dan perilaku hidup menjadi lebih baik dari sebelumnya, sehingga mereka dapat mencegah perilaku seks bebas pada remaja.
2. Dampak dari penyuluhan tentang sosialisasi Kesehatan reproduksi dan bahaya seks bebas pada remaja ini dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja.

1.2 Saran

1. Mengembangkan metode penyuluhan yang up to date
2. Membentuk duta remaja di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah sebagai contoh remaja yang sadar kesehatan reproduksi sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ilham, M., Islamy, N., & Nasution, S. (2023). *Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja : Literature Review. Jurnal Penelitian Perawat Profesional*
- Rafique N, Al-Sheikh MH. *Prevalence Of Menstrual Problems And Their Association With Psychological Stress In Young Female Students Studying Health Sciences. Saudi Med J. 2018;39(1):67–73*
- Fitri Kumalasari ML, Hadi MI, Munir M. *Hubungan Tingkat Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa. J Kesehatan. 2019*
- Lovibond P. *Depression Anxiety Stress Scales (DASS)*. Psychology Foundation of Australia. 2018
- Sahmin.2017. *Prevalensi Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMK YPKK Sleman*. Skripsi. Yogyakarta : STIKes Jendral Achmad Yani

LAMPIRAN



Biodata Ketua dan Anggota Tim Penggusul Penelitian

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Sinta Dwi Juwita, S.SiT., M.Keb
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIK	3216064203950005
5	NIDN	0318039501
6	Tempat, Tanggal Lahir	Bekasi, 18 Maret 1995
7	E-mail	sintajuwiya18@gmail.com
8	ID Sinta	6834110
9	Nomor Telepon/HP	085881551622
10	Alamat Kantor	Jl. Karya Bhakti No. 3
11	Nomor Telepon/Faks	-
12	☐ Lulusan yang Telah	
13	Nomor Telepon/Faks	
14	Mata Kuliah yang Diampu	1. Asuhan Kebidanan Kehamilan 2. Asuhan Kebidanan Masa Nifas

B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	SMRHJ	UNPAD	
Bidang Ilmu	Bidan Pedidik	Kebidanan	
Tahun Masuk-Lulus	2015/2016	2020/2022	
Judul Skripsi/Tesis/Disertasi	Hubungan Faktor Instrumental terhadap hasil pembelajaran	Hubungan Promosi Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil	
Nama Pembimbing	Yocki Yuanti, S.SiT., S.Pd., M.Kes	Prof. Dr. Nanan Sekarwan	

C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

(Bukan Skripsi, Tesis, maupun Disertasi)

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1				
dst				

* Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema penelitian DIKTI maupun dari sumber lainnya.

Uraian Anggaran Keuangan

Jumlah Biaya Pengabdian Kepada Masyarakat Tahun 2024 : Rp. 5.000.000,-

i. Bahan Habis Pakai

Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total
Bolpoint	Pengisian Kuesioner	3Box	Rp. 35.000,-	Rp. 105.000
Kertas	Pengisian Kuesioner	1 Rim	Rp. 50.000	Rp. 50.000
Souvenir	Responden Penelitian	68	Rp. 10.000	Rp. 680.000
Subtotal				Rp. 835.000

ii. Perjalanan

Alokasi	Justifikasi	Kuantitas	Harga Satuan	Total
Bensin dan Tol	Izin Survey	1	Rp. 200.000	Rp. 200.000
Bensin dan Tol	Data Pendahuluan	1	Rp. 200.000	Rp. 200.000
Bensin dan Tol	Pengambilan Data Penelitian	1	Rp. 200.000	Rp. 200.000
Bensin dan Tol	Pengambilan Data Penelitian	1	Rp. 200.000	Rp. 200.000
Subtotal				Rp. 800.000

iii. Lain-Lain

Alokasi	Justifikasi	Kuantitas	Harga Satuan	Total
Snack Responden	Responden	68 Box	Rp. 10.000	Rp. 680.000,-
Snack Tempat Penelitian	Guru dan Kepala Sekolah	20 Box	Rp. 10.000	Rp. 200.000,-
Makan Siang Guru dan Kepala Sekolah	Guru dan Kepala Sekolah	20 Box	Rp. 25.000	Rp. 500.000,-
Souvenir Sekolah	Tempat Penelitian	1	Rp. 200.000	Rp. 200.000
Foto Copy	Instrument Penelitian	100	Rp. 1000	Rp. 100.000
Penjilidan	Laporan Penelitian	2	Rp. 50.000	Rp. 100.000
Pengolahan Data	-	1	Rp. 500.000,-	Rp. 500.000
Dana Tak Terduga	-		Rp. 1.000.000	Rp. 1.000.000
Sub Total				Rp. 3.280.000
Total				Rp. 4.915.000

