

Psikologi kesehatan sebagai pengetahuan social-psychological dapat digunakan untuk mengubah pola health behavior dan mengurangi pengaruh dari psychosocial stress. Secara lebih operasional, psikologi kesehatan dapat dimanfaatkan untuk :

1. Mengevaluasi tingkah laku dalam etiologi penyakit
2. Memprediksi tingkah laku tidak sehat
3. Memahami peran psikologi dalam *experience of illness*
4. Mengevaluasi peran psikologi dalam treatment
5. Selain itu, teori-teori psikologi juga dapat dimanfaatkan dalam mempromosikan tingkah laku sehat dan mencegah sakit/munculnya penyakit dalam skala individu maupun yang lebih luas (kelompok, komunitas maupun masyarakat)

Dalam paket ini, mahasiswa diajak untuk mendiskusikan tentang urgensi pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Pendekatan perkuliahan pada Paket ini menggunakan pendekatan *active learning* dengan strategi *reading guide*. Strategi ini digunakan agar mahasiswa memiliki ruang untuk menemukan sendiri beberapa konsep penting berkaitan tentang urgensi pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Media perkuliahan yang digunakan berupa lembar uraian materi, LCD, laptop, klipping Koran, spidol dan kertas plano.

Kompetensi Dasar

Peran Psikologi dalam bidang Kesehatan.

Menjelaskan pentingnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi.

2x50 menit

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi

Kegiatan Awal (10 menit)

1. Memberikan penjelasan kepada mahasiswa tentang kegiatan perkuliahan model kooperatif dengan metode *inquiry* yang akan dilaksanakan pada pertemuan ini.
2. Melalui tayangan beberapa gambar atau video untuk memberikan pemahaman kepada mahasiswa pentingnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi.

1. Mahasiswa dibagi menjadi 3 kelompok kecil dengan kemampuan heterogen.

2. Manfaat Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi

Pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi sangat diperlukan remaja. Hal ini dikarenakan dengan memiliki informasi dan pengetahuan yang benar maka remaja akan banyak mengambil manfaat. Dampak positif dari pengetahuan yang benar mengenai kesehatan reproduksi yaitu dapat mencegah perilaku seks pranikah serta dampaknya termasuk Kehamilan Tidak Dinginkan (KTD), HIV/AIDS, dan IMS dapat dicegah (Imron, 2012: 115). Remaja dapat mengambil keputusan apakah memang dia menginginkan atau tidak dengan pikiran yang sehat, karena remaja sudah mengetahui dampak positif negatifnya. Remaja akan bisa menghindari situasi-situasi yang membuat remaja terpaksa atau dipaksa untuk melakukan hubungan seksual. Seringkali, dalam suatu proses berpacaran, remaja diminta oleh pasangannya untuk melakukan hubungan seksual dengan alasan saling mencintai dan untuk membuktikan cinta tersebut ke pasangan. Remaja yang memahami informasi tentang kesehatan reproduksi dengan baik akan mampu menolak jika dipaksa oleh pasangannya untuk melakukan hubungan seksual.

Remaja yang mempunyai pengetahuan yang benar mengenai kesehatan reproduksi dapat berhati-hati dalam melangkah. Remaja akan dapat memberikan penilaian mengenai patut tidaknya melakukan hubungan seksual dengan pasangannya sebelum menikah. Penilaian yang dibuat remaja tersebut dilakukan secara sadar bukan keterpaksaan (Yohan, 2002 dalam Thresia Oie, 2008:29)

3. Dampak Dari Kurangnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi

Maraknya pergaulan bebas di kalangan remaja akhir-akhir ini, antara lain disebabkan kurangnya pengetahuan mereka tentang pendidikan seks yang jelas dan benar. Menurut Dianawati (2003) pendidikan seks kebanyakan hanya diketahui dari penjelasan teman (yang belum tentu benar), membaca buku-buku porno, melihat gambar-gambar porno dari buku maupun internet, bisa juga dari penjelasan yang kurang lengkap dari orang tua. Semua pengetahuan yang serba tanggung ini, justru membuat banyak remaja malah mencoba mencari tahu dengan cara melakukannya sendiri sehingga resiko seperti Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD) dan Penyakit Menular Seksual (PMS) termasuk HIV/AIDS.

Salah satu dampak dari kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi adalah Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD) (Kusmiran, 2011: 36). Kehamilan Tidak Diinginkan (*unwanted pregnancy*) merupakan terminologi yang biasa dipakai untuk memberi istilah adanya kehamilan yang tidak dikehendaki oleh wanita bersangkutan maupun lingkungannya.

Kehamilan pada remaja kan memberikan dampak negatif, khususnya pada resiko kesehatan. Bila kehamilan itu tidak diinginkan dan direncanakan, resiko akan lebih tinggi bagi ibu remaja dan bayinya. Kelahiran pertama secara khusus memiliki resiko lebih tinggi daripada kelahiran-kelahiran berikutnya. Remaja perempuan yang melahirkan untuk pertama kalinya memilki probabilitas lebih tinggi untuk terkena hipertensi, termasuk *preeclampsia* dan *eclampsia*, kondisi ini ditandai dengan adanya protein dalam urine, tekanan darah tinggi dan edema. Angka kematian bayi secara khusus lebih tinggi bagi ibu-ibu remaja daripada ibu-ibu yang lebih tua (Yohan, 2002 dalam Thresia Oie, 2008: 30).

Dampak lain dari kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi yaitu dapat terinfeksi Penyakit Menular Seksual (PMS) yang merupakan penyakit menular melalui hubungan seksual (hubungan kelamin) tidak sehat. Penyakit yang menular ini akan lebih beresiko bila melakukan hubungan seksual dengan berganti-ganti pasangan baik melalui vagina, oral maupun anal (Kusmiran, 2011: 127).

Pada remaja yang pengetahuan tentang kesehatan reproduksinya rendah, akan mengambil keputusan untuk melakukan seks bebas dengan dasar pengetahuan yang terbatas. Remaja kurang memahami bagaimana proses kehamilan bisa terjadi, sehingga remaja bisa hamil tanpa diinginkan dan bagaimana Penyakit Menular Seksual (PMS) dapat menyebar sehingga untuk terjangkit virus dan penyakit tersebut akan semakin mudah. Remaja perlu mengetahui kesehatan reproduksi agar memiliki informasi yang benar mengenai proses reproduksi serta berbagai faktor yang ada disekitarnya. Dengan informasi yang benar, diharapkan remaja memiliki sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab mengenai proses reproduksi.

Yohan, 2002 dalam Thresia Oie, 2008: 27, membagi pengetahuan dasar kesehatan reproduksi pada remaja menjadi sembilan macam, yaitu :

- 81

9. Hak-hak reproduksi dan gender. Dengan pengetahuan tersebut remaja dapat mendapatkan informasi mengenai hak-hak reproduksi dan gender.

Berikut ini merupakan aspek-aspek dari pengetahuan kesehatan reproduksi (bkkbn, 2003, dalam Thresia Oie, 2008:34):

- Kehamilan akan terjadi bila sel telur bertemu dengan sperma yang disebut dengan fertilisasi. Fertilisasi ini akan terjadi ketika hubungan intim (*coitus*) dilakukan pada masa subur. Masa subur pada wanita dengan siklus menstruasi 28 hari diperkirakan pada sekitar hari ke-14 dari hari pertama menstruasi. Sebagian besar remaja tidak mengetahui dalam tahap apa dari siklus menstruasi perempuan yang menyebabkan kehamilan (Loewen 1986, et al dalam Santrock 2007: 288).

- Rahim belum siap mendukung kehamilan
- Sistem hormonal belum terkoordinasi lancar

Dengan mengatasi hambatan-hambatan, maka orang tua atau lembaga-lembaga terkait dapat menjadi sumber informasi yang dapat dipercaya dan faktual mengenai kesehatan reproduksi, termasuk pencegahan kehamilan dan penyakit menular seksual.²⁶

1. Kesehatan reproduksi secara umum menunjuk pada kondisi kesejahteraan fisik, mental, dan sosial secara utuh dalam segala hal yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi, termasuk hak dan kebebasan untuk bereproduksi secara aman, efektif, tetap, terjangkau, dan tidak melawan hukum
2. Dampak positif dari pengetahuan yang benar mengenai kesehatan reproduksi yaitu dapat mencegah perilaku seks pranikah serta dampaknya termasuk Kehamilan Tidak Dinginkan (KTD), HIV/AIDS, dan IMS dapat dicegah.

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

- [illegible]