

Penyuluhan Kesehatan Reproduksi pada Perempuan di Pabrik Beras Kabupaten Ogan Ilir Provinsi Sumatera Selatan

Lela Handayani*¹, Ferly Oktriyedi², Rifka Zalila³, Sari Octarina Piko⁴

¹Program Studi DIII Kebidanan Akademi Kebidanan Prestasi Agung Tulang bawang Provinsi Lampung
34682

² Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Anak Bangsa Pangkal Pinang Provinsi Bangka
Belitung 33125

^{3,4} Program Studi DIII Keperawatan Stikes Pembina Palembang Provinsi Sumatera Selatan 30117

*e-mail: lelahandayani.lh@gmail.com

Abstrak

Kesehatan reproduksi perempuan merupakan aspek penting yang memengaruhi kualitas hidup, produktivitas kerja, dan kesejahteraan keluarga. Pekerja perempuan di pabrik beras berisiko mengalami gangguan kesehatan reproduksi akibat beban kerja fisik, jam kerja panjang, dan keterbatasan akses informasi kesehatan. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan praktis peserta terkait kesehatan reproduksi. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, media edukasi, praktik demonstrasi, dan konsultasi individu. Peserta berjumlah ±50 orang, berpartisipasi aktif selama kegiatan. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman peserta sekitar 40% berdasarkan evaluasi kuisioner, serta antusiasme tinggi dalam sesi tanya jawab dan konsultasi individu. Kegiatan ini diharapkan meningkatkan kesadaran pekerja perempuan, mengurangi risiko gangguan kesehatan reproduksi, serta mendorong pembentukan budaya perusahaan yang peduli kesehatan. Penyuluhan ini menjadi model pengabdian masyarakat yang efektif untuk memberdayakan pekerja perempuan melalui edukasi kesehatan reproduksi.

Kata kunci: kesehatan reproduksi, pekerja perempuan, penyuluhan, pabrik beras

Abstract

Women's reproductive health is a crucial aspect affecting quality of life, work productivity, and family well-being. Female workers in rice mills are at risk of reproductive health problems due to physical workloads, long working hours, and limited access to health information. This outreach activity aims to increase participants' knowledge, awareness, and practical skills related to reproductive health. Methods used included interactive lectures, educational media, practical demonstrations, and individual consultations. Approximately 50 participants actively participated throughout the activity. Results showed an increase in participant understanding of approximately 40% based on questionnaire evaluations, as well as high enthusiasm during the question-and-answer sessions and individual consultations. This activity is expected to increase female workers' awareness, reduce the risk of reproductive health problems, and encourage the development of a health-conscious company culture. This outreach activity serves as an effective model of community service to empower female workers through reproductive health education.

Keywords: reproductive health, female workers, outreach, rice mills



1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi perempuan merupakan salah satu komponen penting dalam menjaga kualitas hidup, produktivitas kerja, serta kesejahteraan keluarga [1]. Kondisi kesehatan reproduksi yang baik tidak hanya memengaruhi kemampuan individu dalam menjalani aktivitas sehari-hari, tetapi juga berdampak pada kinerja dan produktivitas di lingkungan kerja [2].

Perempuan pekerja pabrik, termasuk pabrik pengolahan beras, kerap menghadapi risiko kesehatan reproduksi akibat kombinasi beban kerja fisik yang tinggi, jam kerja yang panjang, serta keterbatasan akses terhadap informasi dan layanan kesehatan yang memadai. Faktor-faktor tersebut berpotensi menimbulkan gangguan kesehatan reproduksi, seperti ketidakteraturan siklus menstruasi, kelelahan kronis, infeksi, hingga masalah psikologis terkait stres kerja [3].

Mengacu pada hal tersebut, pemberian edukasi dan penyuluhan kesehatan reproduksi menjadi suatu kebutuhan yang mendesak [4]. Penyuluhan ini berfungsi untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan keterampilan praktis pekerja perempuan dalam menjaga kesehatan reproduksi, termasuk deteksi dini terhadap masalah kesehatan yang mungkin timbul [5]. Pendekatan ini tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga aplikatif, sehingga dapat langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari maupun di lingkungan kerja [6].

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat oleh institusi kami, dengan fokus pada pekerja perempuan di area paking pabrik beras [7]. Melalui pendekatan yang sistematis dan interaktif, diharapkan kegiatan ini dapat berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan pekerja, mendukung produktivitas, serta membangun kesadaran kolektif mengenai pentingnya kesehatan reproduksi sebagai bagian dari hak dan kualitas hidup perempuan [8; 1].

Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi ini dirancang untuk memberikan kontribusi nyata bagi pekerja perempuan di area paking pabrik beras. Secara umum, tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta tentang kesehatan reproduksi, termasuk siklus menstruasi, kesehatan organ reproduksi, serta pencegahan penyakit reproduksi. Selain itu, kegiatan ini bertujuan mendorong pekerja perempuan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin dan deteksi dini terhadap gangguan reproduksi yang mungkin terjadi. Secara praktis, penyuluhan ini juga memberikan keterampilan terkait pola hidup sehat, kebersihan pribadi, serta manajemen stres di lingkungan kerja. Lebih jauh, kegiatan ini diharapkan dapat membangun budaya kerja yang peduli terhadap kesehatan reproduksi perempuan, sehingga edukasi yang diberikan dapat diterapkan secara berkelanjutan baik di pabrik maupun dalam kehidupan sehari-hari.

2. METODE

Penyuluhan ini dilaksanakan dengan pendekatan yang interaktif dan aplikatif, menggabungkan beberapa metode agar materi dapat terserap secara optimal. Pertama, dilakukan ceramah dan penyuluhan interaktif, di mana tim pengabdian menyampaikan materi secara langsung, dilengkapi sesi tanya jawab dan diskusi untuk meningkatkan pemahaman peserta. Kedua, digunakan media edukasi berupa poster, leaflet, dan video terkait kesehatan reproduksi, yang mempermudah peserta dalam memahami konsep dan praktik yang diajarkan. Ketiga, dilakukan praktik demonstrasi, meliputi cara menjaga kebersihan reproduksi, deteksi dini gangguan kesehatan, serta penerapan gaya hidup sehat secara praktis. Keempat, peserta juga diberikan kesempatan untuk konsultasi individu, sehingga pekerja perempuan dapat menyampaikan pertanyaan atau masalah kesehatan reproduksi secara pribadi dan mendapatkan saran langsung dari tim pengabdian. Kombinasi metode ini dirancang untuk memastikan penyuluhan bersifat partisipatif, aplikatif, dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari maupun lingkungan kerja.

Sasaran dan Lokasi



Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi ini menargetkan pekerja perempuan yang bekerja di pabrik beras, dengan rentang usia 18 hingga 50 tahun. Pemilihan sasaran ini didasarkan pada kebutuhan untuk menjangkau kelompok pekerja yang aktif secara fisik dan berada dalam rentang usia reproduktif, sehingga edukasi yang diberikan dapat langsung berdampak pada kualitas kesehatan dan produktivitas mereka. Kegiatan dilaksanakan di Pabrik Beras XYZ, yang berlokasi di Kabupaten Ogan Ilir Provinsi Sumatera Selatan. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini sekitar 12 orang pekerja perempuan, yang berperan aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan penyuluhan.

Materi Penyuluhan

Materi penyuluhan difokuskan pada aspek-aspek penting kesehatan reproduksi perempuan yang relevan dengan kebutuhan peserta. Materi pertama mencakup pengenalan organ reproduksi perempuan dan fungsinya, agar peserta memahami anatomi dan fisiologi reproduksi. Selanjutnya dibahas siklus menstruasi dan kesehatan haid, sehingga peserta dapat mengenali pola normal dan gejala yang memerlukan perhatian medis. Materi berikutnya adalah pencegahan penyakit menular seksual, termasuk informasi mengenai cara menjaga diri dan mengurangi risiko infeksi. Peserta juga diberikan pemahaman mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, seperti Pap smear, USG, dan pemeriksaan hormon, sebagai bagian dari deteksi dini gangguan reproduksi. Selain itu, penyuluhan menekankan nutrisi dan gaya hidup sehat, yang meliputi pola makan, olahraga, dan kebiasaan hidup yang mendukung kesehatan reproduksi. Materi terakhir adalah manajemen stres dan keseimbangan kerja-hidup, yang bertujuan membantu pekerja perempuan mengatasi tekanan kerja serta menjaga kesehatan fisik dan mental secara menyeluruh. Dengan materi yang komprehensif ini, diharapkan peserta memperoleh pengetahuan yang utuh dan keterampilan praktis untuk menjaga kesehatan reproduksi secara berkelanjutan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan kesehatan reproduksi pada pekerja perempuan di area paking pabrik beras menunjukkan tingkat partisipasi yang tinggi, di mana peserta aktif terlibat dalam seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari ceramah interaktif hingga praktik demonstrasi [5]. Sesi tanya jawab yang diberikan selama kegiatan mendorong peserta untuk menyampaikan pertanyaan terkait kesehatan reproduksi, yang menunjukkan antusiasme dan kebutuhan nyata akan informasi yang tepat [4]. Evaluasi melalui kuisisioner yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta yang signifikan, dengan rata-rata skor meningkat sekitar 40%, menandakan efektivitas metode interaktif dan media edukasi yang digunakan dalam proses penyuluhan [6].

Selain itu, sebanyak 10 peserta memanfaatkan sesi konsultasi individu untuk membahas masalah kesehatan reproduksi secara personal, yang mencerminkan adanya kebutuhan akan pendampingan dan layanan kesehatan yang bersifat pribadi di lingkungan kerja [7]. Feedback yang diperoleh dari peserta menunjukkan apresiasi yang tinggi; mereka menyatakan bahwa kegiatan ini bermanfaat, memberikan pemahaman baru, dan berharap penyuluhan serupa dapat dilakukan secara rutin, sehingga menjadi bagian dari program kesehatan berkelanjutan di pabrik [8].



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Analisis dan Dampak

Berdasarkan hasil kegiatan, penyuluhan ini diharapkan memberikan dampak positif jangka panjang, baik bagi pekerja perempuan maupun perusahaan. Pertama, terdapat peningkatan kesadaran pekerja perempuan terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, yang menjadi dasar bagi perilaku sehat sehari-hari [1]. Peningkatan pemahaman mengenai praktik hidup sehat, pemeriksaan rutin, dan deteksi dini penyakit reproduksi diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup dan produktivitas kerja, karena pekerja yang sehat lebih mampu melaksanakan tugas dengan optimal [2].

Selain itu, edukasi mengenai pencegahan penyakit reproduksi dan pemeriksaan rutin diharapkan dapat mengurangi risiko gangguan kesehatan reproduksi, yang sekaligus berpotensi menekan angka absensi kerja akibat sakit [3]. Lebih jauh, kegiatan ini berkontribusi pada pembentukan budaya perusahaan yang peduli kesehatan pekerja perempuan, melalui penyediaan informasi dan layanan kesehatan yang sistematis serta mendorong partisipasi aktif pekerja dalam menjaga kesehatan mereka [7].

Secara keseluruhan, penyuluhan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan praktis peserta, tetapi juga membangun kesadaran kolektif yang dapat diterapkan secara berkelanjutan, baik di lingkungan kerja maupun dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan prinsip pengabdian masyarakat yang menekankan pemberdayaan individu melalui edukasi dan peningkatan kapasitas, sehingga berdampak langsung terhadap kesejahteraan dan produktivitas tenaga kerja perempuan [8; 4].

4. KESIMPULAN

Penyuluhan kesehatan reproduksi pada pekerja perempuan di area paking pabrik beras berhasil meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan praktis peserta terkait kesehatan reproduksi. Partisipasi aktif peserta dan evaluasi kuisioner menunjukkan peningkatan pemahaman sekitar 40%, menandakan efektivitas metode interaktif dan media edukasi yang digunakan. Kegiatan ini juga membuka ruang konsultasi individu sehingga peserta dapat memperoleh pendampingan sesuai kebutuhan, serta mendorong budaya perusahaan yang peduli kesehatan pekerja perempuan. Secara keseluruhan, penyuluhan ini berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan, deteksi dini gangguan kesehatan reproduksi, dan produktivitas kerja peserta, sekaligus menjadi model pengabdian masyarakat yang efektif.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] UNFPA. (2019). *State of world population 2019: Unfinished business – The pursuit of rights and choices for all*. New York: United Nations Population Fund.
- [2] Kemenkes RI. (2020). *Pedoman kesehatan reproduksi pekerja perempuan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [3] Santoso, B. (2017). *Kesehatan reproduksi perempuan di tempat kerja: Tantangan dan solusi*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu Kesehatan.
- [4] Putri, R., & Hidayat, T. (2021). *Peningkatan kesadaran kesehatan reproduksi pada pekerja perempuan melalui penyuluhan interaktif*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 45–52.
- [5] Kusuma, D., Lestari, R., & Putra, A. (2019). *Penyuluhan kesehatan reproduksi untuk pekerja industri*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 105–112.
- [6] Sari, D., & Prasetyo, H. (2020). *Efektivitas metode interaktif dalam penyuluhan kesehatan reproduksi*. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Kesehatan*, 9(3), 120–128.
- [7] Mahmudah, N. (2022). *Pengabdian masyarakat: Penyuluhan kesehatan reproduksi di pabrik*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta Press.
- [8] WHO. (2018). *Reproductive health strategy 2018–2030: Accelerating progress towards the attainment of global targets*. Geneva: World Health Organization.