

Peningkatan Pengetahuan Melalui Edukasi Tentang Reproduksi pada Lansia di Dusun Ngemplak Sleman Yogyakarta

Sri Handayani¹, Firmina Theresia Kora² Istichomah³, Setyo Retno Wulandari⁴

^{1,2,4}STIKes Yogyakarta

³STIKES Wira Husada Yogyakarta

e-mail: istichomahusman@yahoo.com

Abstract

The text emphasizes the significance of reproductive health in elderly for enhancing their overall quality of life. Elderly individuals often face physical and hormonal changes impacting their reproductive well-being, including reduced libido, sexual issues, and susceptibility to sexually transmitted diseases. Education on reproductive health serves to help older adults comprehend these bodily changes and maintain their health and emotional wellness. The educational approach utilized involved lectures and discussions, supported by media presentations via PowerPoint on an LCD monitor. The event commenced with cognitive exercises and health assessments by a physician. The active and cooperative participation of older adults in this educational initiative facilitated its smooth execution, highlighting the necessity of continual efforts to enhance understanding and awareness among the elderly

Keywords : *education, Elderly, Reproduction*

Abstrak

Pentingnya kesehatan reproduksi pada lansia tidak dapat diabaikan, mengingat bahwa kesehatan reproduksi berkontribusi pada kualitas hidup secara keseluruhan. Lansia sering kali mengalami perubahan fisik dan hormonal yang dapat memengaruhi kesehatan reproduksi mereka, seperti penurunan libido, masalah seksual, dan risiko penyakit menular seksual. Edukasi tentang kesehatan reproduksi dapat membantu lansia memahami perubahan yang terjadi pada tubuh mereka, serta cara menjaga kesehatan dan kesejahteraan emosional pada lansia. Metode edukasi yang dilakukan adalah dengan ceramah dan diskusi. Media yang digunakan menggunakan power point yang ditampilkan dengan layar monitor LCD. Acara ini diawali dengan senam otak terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan oleh dokter. Lansia yang mengikuti kegiatan pemberian edukasi ini tampak aktif dan kooperatif, sehingga acara dapat berlangsung dengan lancar. Kegiatan ini perlu dilakukan secara terus menerus untuk menjaga dan meningkatkan pemahaman pada lansia.

Kata kunci : edukasi, lansia, reproduksi

PENDAHULUAN

Pentingnya kesehatan reproduksi pada lansia tidak dapat diabaikan, mengingat bahwa kesehatan reproduksi berkontribusi pada kualitas hidup secara keseluruhan (Widi et al., 2021). Lansia sering kali mengalami perubahan fisik dan hormonal yang dapat memengaruhi kesehatan reproduksi mereka, seperti penurunan libido, masalah seksual, dan risiko penyakit menular seksual. Edukasi tentang kesehatan reproduksi dapat membantu lansia memahami perubahan yang terjadi pada tubuh mereka, serta cara menjaga kesehatan dan kesejahteraan emosional mereka (Astuti et al., 2023). Dengan pengetahuan yang tepat, lansia dapat lebih proaktif dalam mengelola kesehatan reproduksi mereka, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan (Astyandini, 2021).

Selain itu, pemberian edukasi reproduksi kepada lansia juga berperan dalam mengurangi stigma dan kesalahpahaman yang sering kali mengelilingi topik ini. Banyak lansia yang merasa terasing atau malu untuk membahas masalah kesehatan reproduksi, yang dapat mengakibatkan kurangnya perawatan dan perhatian yang mereka butuhkan (Noviati et al., 2025). Dengan meningkatkan pemahaman dan komunikasi tentang kesehatan reproduksi, kita dapat menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi lansia untuk berbagi pengalaman dan mencari bantuan ketika diperlukan (Aulia et al., 2024). Hal ini tidak hanya bermanfaat bagi individu, tetapi juga bagi masyarakat secara keseluruhan, karena kesehatan yang baik di kalangan lansia berkontribusi pada kesejahteraan komunitas (Mulyati & Keb, n.d.).

Pemberian edukasi reproduksi pada lansia di wilayah Ngemplak, Sleman, Yogyakarta sangat penting mengingat perubahan demografi dan kebutuhan kesehatan yang semakin meningkat. Lansia sering kali menghadapi berbagai masalah kesehatan yang berkaitan dengan reproduksi, namun informasi dan pemahaman mereka tentang isu ini sering kali terbatas.

Edukasi reproduksi bagi lansia tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga emosional dan sosial. Dengan memberikan informasi yang tepat, lansia dapat lebih memahami perubahan yang

terjadi pada tubuh mereka dan bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi mereka. Hal ini juga dapat membantu mengurangi stigma dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Kecamatan Ngemplak, Sleman, mempunyai tantangan tersendiri dalam memberikan edukasi ini. Banyak lansia merupakan kecamatan di daerah Istimewa Yogyakarta yang mungkin kurang memiliki akses yang memadai terhadap informasi kesehatan, baik karena keterbatasan fisik maupun kurangnya sumber daya. Oleh karena itu, pendekatan yang tepat dan ramah lansia sangat diperlukan untuk menjangkau mereka. Program edukasi yang melibatkan komunitas lokal dapat menjadi solusi efektif. Melalui kerja sama dengan puskesmas, organisasi masyarakat, dan tenaga kesehatan, informasi tentang kesehatan reproduksi dapat disampaikan dengan cara yang lebih mudah dipahami. Kegiatan seperti seminar, lokakarya, dan diskusi kelompok dapat menjadi sarana yang baik untuk berbagi pengetahuan. Selain itu, penting untuk melibatkan keluarga dalam proses edukasi ini. Keluarga dapat berperan sebagai pendukung utama bagi lansia dalam memahami dan menerapkan informasi yang diberikan. Dengan melibatkan keluarga, diharapkan akan tercipta lingkungan yang lebih mendukung bagi lansia untuk menjaga kesehatan reproduksi mereka.

Evaluasi dan pemantauan program edukasi juga sangat penting. Dengan mengukur efektivitas program, kita dapat mengetahui sejauh mana informasi yang diberikan dapat diterima dan diterapkan oleh lansia. Hal ini juga akan membantu dalam perbaikan program di masa mendatang agar lebih sesuai dengan kebutuhan mereka. Secara keseluruhan, pemberian edukasi reproduksi pada lansia di Ngemplak, Sleman, Yogyakarta merupakan langkah penting untuk meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup mereka. Dengan pendekatan yang tepat, diharapkan lansia dapat lebih memahami dan mengelola kesehatan reproduksi mereka dengan baik.

METODE

Kegiatan pemberian edukasi ini dilakukan pada hari Sabtu tanggal 10 Mei 2025 bertempat di

Pesantren Lansia Ahsanu 'Amala. Kegiatan ini dihadiri oleh 20 responden lansia, dengan didampingi oleh dokter, perawat, dosen, mahasiswa keperawatan, serta mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang sedang melakukan KKN (Kuliah Kerja Nyata). Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi beberapa pendekatan yang bertujuan untuk memastikan pemahaman dan partisipasi aktif dari para lansia. Salah satu metode utama adalah penyuluhan interaktif, di mana materi disampaikan dengan pendekatan yang mudah dipahami oleh lansia. Penyuluhan ini mencakup berbagai aspek, antara lain tujuan pemeliharaan kesehatan pada lansia, tinjauan medis kesehatan reproduksi lansia, gangguan kesehatan reproduksi pada lansia, pencegahan dan solusi yang efektif, pendekatan medis dan non medis untuk lansia, hikmah lansia dalam spiritual.

Selain melakukan pemberian edukasi dengan metode ceramah, kegiatan pemberian edukasi ini menggunakan metode diskusi dan tanya jawab dengan para lansia. Melalui diskusi ini diharapkan para peserta dalam menyampaikan pertanyaan, menceritakan pengalamannya, serta berbagi pengetahuan mereka mengenai kebutuhan seksual pada lansia.

Melalui metode ini, keberhasilan pemberian edukasi dapat diukur secara objektif, sehingga dapat menjadi dasar untuk meningkatkan dan mengembangkan kegiatan edukasi berikutnya. Secara umum, acara ini dapat diterapkan pada lansia dengan berbagai masalah kesehatan sehingga dapat memberikan dampak positif berupa kesejahteraan dan kualitas hidup lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar . Pemberian edukasi reproduksi lansia

Hasil dari upaya edukasi mengenai kesehatan reproduksi untuk lansia menunjukkan perubahan yang signifikan dalam pemahaman mereka dalam merawat kesehatan reproduksi. Program ini telah dirancang untuk memberikan informasi menyeluruh terkait perubahan fisik yang terjadi seiring bertambahnya usia, serta bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi dengan baik. Sebagian besar peserta menunjukkan peningkatan dalam pengetahuan mereka mengenai perubahan hormonal yang dialami pria dan wanita yang lebih tua. Lansia menjadi lebih paham mengenai efek menopause bagi wanita, yang termasuk penurunan kadar estrogen yang dapat mengakibatkan kekeringan vagina dan meningkatkan risiko infeksi. Selain itu, pria juga memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang penurunan testosteron dan dampaknya terhadap libido serta fungsi seksual. Para lansia juga menunjukkan peningkatan kesadaran akan risiko penyakit menular seksual. Sebelum program, banyak lansia yang tidak menyadari bahwa mereka masih dapat terpapar risiko penyakit tersebut, terutama saat memulai hubungan baru. Setelah mengikuti edukasi, mereka kini lebih memahami pentingnya menggunakan pelindung serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin untuk mencegah infeksi.

Kemudian, program ini juga berhasil meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya kesehatan mental terkait kesehatan reproduksi. Lansia yang merasa terasing atau mengalami

masalah emosional menjadi lebih bersedia untuk mencari dukungan setelah mendapatkan informasi tentang hubungan antara kesehatan mental dan reproduksi. Ini menunjukkan bahwa edukasi tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga kesejahteraan emosional.

Lansia juga menunjukkan kemajuan dalam praktik kebersihan alat reproduksi. Edukasi yang disampaikan mencakup cara menjaga kebersihan yang efektif, yang membantu dalam pencegahan infeksi serta masalah kesehatan lainnya. Lansia menjadi lebih aktif dalam merawat kesehatan pribadi mereka, yang berdampak positif pada kualitas hidup.

Program ini juga sukses meningkatkan kesadaran peserta tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara reguler. Banyak peserta yang sebelumnya jarang melakukan pemeriksaan kesehatan, kini merasa lebih termotivasi untuk menjalani tes-tes seperti pap smear bagi wanita dan pemeriksaan prostat untuk pria. Ini menunjukkan bahwa edukasi mampu mendorong perilaku proaktif dalam menjaga kesehatan.

Keterlibatan keluarga dan pengasuh dalam program edukasi ini turut memberikan dampak positif. Lansia yang mendapat dukungan dari orang-orang terdekat merasa lebih nyaman membahas masalah kesehatan reproduksi. Keterlibatan tersebut menciptakan suasana yang mendukung, yang sangat penting bagi lansia dalam menjaga kesehatan mereka.

Evaluasi program mengindikasikan bahwa peserta merasa lebih percaya diri membahas isu-isu kesehatan reproduksi setelah ikut serta dalam edukasi. Mereka merasa lebih siap untuk mencari bantuan medis ketika dibutuhkan, yang merupakan langkah krusial dalam menjaga kesehatan reproduksi.

Akhirnya, umpan balik dari peserta menunjukkan bahwa mereka menghargai kesempatan untuk belajar dan berdiskusi mengenai kesehatan reproduksi. Banyak yang menyatakan bahwa mereka kini merasa lebih terinformasi dan lebih mampu membuat keputusan yang baik terkait kesehatan mereka.

Akhirnya, hasil dari program pendidikan ini menunjukkan bahwa memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi kepada orang tua

tidak hanya menambah pengetahuan mereka, tetapi juga mengubah sikap dan perilaku mereka terkait kesehatan. Oleh karena itu, program ini bisa dianggap sebagai langkah penting untuk meningkatkan kualitas hidup orang tua dan menjaga kesehatan reproduksi mereka secara keseluruhan.

Kegiatan edukasi ini diawali dengan fit and fun berupa senam otak (brain gym). Setelah acara tersebut, dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang reproduksi lansia. Pemeriksaan fisik dan pengukuran tekanan darah. pemberian penyuluhan terkait kebutuhan seksual pada lansia, dilanjutkan dengan senam lansia.

Secara umum, pendidikan tentang kesehatan reproduksi untuk orang tua merupakan hal yang sangat penting untuk menjaga kualitas hidup dan kesehatannya. Meski sering dianggap remeh, informasi mengenai kesehatan reproduksi tetap penting bagi mereka yang berusia lebih tua. Tujuan dari pendidikan ini adalah untuk menambah pengetahuan orang tua mengenai perubahan fisik yang terjadi seiring bertambahnya usia, serta cara untuk merawat kesehatan reproduksi mereka. Sangat penting untuk menyadari bahwa orang tua mengalami berbagai perubahan hormonal yang mempengaruhi kesehatan reproduksi. Pada perempuan, menopause mengurangi kadar estrogen, yang bisa berdampak pada kesehatan area vagina dan meningkatkan kemungkinan terjadinya infeksi (Aulia et al., 2024). Di sisi lain, pria mungkin mengalami penurunan kadar testosteron, yang dapat memengaruhi hasrat seksual dan kemampuan seksual (Widi et al., 2021). Pendidikan tentang perubahan-perubahan ini bisa membantu orang tua untuk lebih memahami keadaan mereka dan menemukan solusi yang tepat. Edukasi reproduksi juga mencakup informasi tentang penyakit menular seksual (PMS). Meskipun lansia mungkin tidak lagi aktif secara seksual seperti sebelumnya, risiko terjadinya PMS tetap ada, terutama jika mereka memulai hubungan baru. Oleh karena itu, penting untuk memberikan informasi tentang cara pencegahan dan pengenalan gejala PMS (Widiyastuti, 2022).

Edukasi tentang reproduksi juga mencakup pengetahuan mengenai penyakit menular seksual. Walaupun orang tua mungkin

tidak seaktif sebelumnya dalam kegiatan seksual, mereka tetap berisiko terkena penyakit menular seksual, terutama saat memulai hubungan baru. Maka dari itu, memberikan informasi mengenai pencegahan dan cara mengidentifikasi gejala penyakit menular seksual sangatlah penting. Selain itu, kesehatan mental juga merupakan elemen penting dalam edukasi reproduksi. Banyak lansia yang mengalami masalah, seperti kesepian dan depresi, yang dapat berdampak pada kesehatan reproduksi mereka. Edukasi yang menawarkan dukungan emosional dan sosial dapat membantu menjaga rasa keterhubungan mereka dan mengurangi kemungkinan masalah kesehatan mental (Syafatullah & Subroto, 2023).

Tak kalah pentingnya, menjaga kebersihan organ reproduksi harus menjadi perhatian utama. Pengetahuan tentang cara menjaga kebersihan yang benar bisa menghindarkan mereka dari infeksi serta masalah kesehatan lainnya. Misalnya, wanita perlu menerima informasi mengenai perawatan area genital setelah menopause, sedangkan pria perlu menyadari pentingnya menjaga kesehatan organ genital mereka.

Selanjutnya, pengetahuan mengenai pilihan kontrasepsi juga relevan untuk lansia yang masih aktif secara seksual. Meskipun banyak di antara mereka yang tidak membutuhkan kontrasepsi untuk mencegah kehamilan, pemahaman tentang metode kontrasepsi tetap penting untuk mencegah penyakit menular seksual serta menjaga kesehatan reproduksi (Marlia, 2021).

Lansia juga perlu diinformasikan mengenai pemeriksaan kesehatan rutin yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Pemeriksaan, seperti pap smear untuk wanita dan pemeriksaan prostat untuk pria, penting untuk mendeteksi masalah kesehatan sejak awal. Edukasi tentang pentingnya pemeriksaan ini dapat mendorong lansia agar lebih proaktif dalam merawat kesehatan mereka (Aulia et al., 2024). Program edukasi reproduksi untuk orang tua sebaiknya melibatkan keluarga dan pengasuh. Keterlibatan mereka bisa membantu

menciptakan ruang yang mendukung bagi lansia untuk berbicara tentang masalah kesehatan reproduksi. Edukasi yang melibatkan orang-orang terdekat dapat meningkatkan pemahaman dan dukungan untuk lansia.

Penggunaan media dan teknologi dalam edukasi reproduksi juga dapat menjadi cara yang efektif. Webinar, video edukatif, dan aplikasi kesehatan dapat digunakan untuk menyampaikan informasi dengan cara yang menarik dan mudah dipahami. Ini juga memungkinkan mereka untuk mengakses informasi kapan saja dan di mana saja (Bunsal & Kep, 2023).

Sangat penting untuk menilai efektivitas program edukasi yang dilakukan. Melalui survei dan umpan balik dari peserta, penyelenggara bisa mengetahui apa yang berjalan baik dan apa yang perlu diperbaiki. Evaluasi ini adalah kunci untuk memastikan bahwa edukasi yang diberikan benar-benar bermanfaat bagi lansia.

PENUTUP

Simpulan

1. Pemberian edukasi tentang reproduksi pada lansia untuk meningkatkan kesehatan reproduksi lansia harus terus menerus dilakukan melalui berbagai media
2. kerjasama antara berbagai pihak, seperti pemerintah, lembaga kesehatan, dan organisasi masyarakat, sangat diperlukan dalam merancang program edukasi reproduksi untuk lansia.
3. program yang komprehensif dan berkelanjutan, yang dapat meningkatkan kesehatan reproduksi lansia secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, H., Cessaria, D. E., Kumalasari, K., Nasruddin, N. I., & (2023). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Lansia*. repository.penerbiteurka.com. <https://repository.penerbiteurka.com/publications/564325/kesehatan-reproduksi-remaja->

- dan-lansia
- Astyandini, B. (2021). Pengembangan Wilayah Peduli Lansia Oleh Kader Posyandu Lansia Melalui Sosialisasi 3M Di Masa Pandemic Covid-19 Di Kelurahan Kebondalem Kecamatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al* <http://ejurnal.universitalirsyad.ac.id/index.php/jpma/article/view/171>
- Aulia, F., Ulfah, B., Agustina, Y. R., Haryati, I. S., & ... (2024). OPTIMALISASI KESEHATAN REPRODUKSI LANSIA MELALUI EDUKASI DAMPAK FISIK DAN PSIKOLOGIS MENOPAUSE. *PEDAMAS*. <https://pekatpkm.my.id/index.php/JP/article/view/394>
- Bunsal, N. C. M., & Kep, M. (2023). Latar Belakang Kesehatan Reproduksi Lansia. In *DASAR KESEHATAN REPRODUKSI*. Media Sains Indonesia.
- Marlia, T. (2021). Hubungan Antara Usia Menarche Dan Riwayat Penggunaan Alat Kontrasepsi Dengan Menopause Dini Pada Lansia Di Desa Dukuh Indramayu. *Afiasi: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. <http://afiasi.unwir.ac.id/index.php/afiasi/article/view/168>
- Mulyati, S. S. T. I., & Keb, M. (n.d.). KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA, DEWASA DAN LANSIA. In *KESEHATAN REPRODUKSI* repository.poltekkeskupang.ac.id. [http://repository.poltekkeskupang.ac.id/3996/1/Buku Digital - Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana.pdf#page=68](http://repository.poltekkeskupang.ac.id/3996/1/Buku%20Digital%20-%20Kesehatan%20Reproduksi%20dan%20Keluarga%20Berencana.pdf#page=68)
- Noviati, E., Rahayu, Y., Fauziyah, D. N., & ... (2025). Edukasi Kebutuhan Seksual pada Lansia: Upaya Meningkatkan Kesejahteraan dan Kualitas Hidup. *BERNAS: Jurnal* <https://www.ejournal.unma.ac.id/index.php/bernas/article/view/13381>
- Syafatullah, G., & Subroto, M. (2023). Pemenuhan Hak Narapidana Kelompok Rentan Khusus Lansia: Upaya Memenuhi Kesehatan di Lembaga Pemasyarakatan. *Jurnal Intelektualita: Keislaman* <https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/intelektualita/article/view/19723>
- Widi, A. W., KM, S., Sipollo, N. B. V, & ... (2021). *KEMANDIRIAN HIDUP LANSIA DITINJAU DARI FAKTOR KONDISI KESEHATAN & KAPASITAS FUNGSIONAL LANSIA*. [books.google.com](https://books.google.com/books?id=XwdMEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=reproduksi+lansia&ots=eLjBY30BDL&sig=2-6EzfEKmxa4pI9MWqrbsQC8BtY). <https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=XwdMEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=reproduksi+lansia&ots=eLjBY30BDL&sig=2-6EzfEKmxa4pI9MWqrbsQC8BtY>
- Widiyastuti, N. E. (2022). *Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana: Bunga Rampai*. repository.poltekkeskupang.ac.id. <http://repository.poltekkeskupang.ac.id/3996/>