



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
DRINGU
PROBOLINGGO



Jl. Yos Sudarso No. 139 – Pabean - Dringu – Kode Pos. 67271 Telp (0335) 420309

Email: sman1dringu1992@gmail.com atau smandringu@yahoo.com

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2020/2021

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik / Tema Layanan	Kesehatan Reproduksi Remaja
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengentasan
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli dapat memahami tentang kesehatan reproduksi , pentingnya merawat organ atau alat reproduksi pada pria dan wanita
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian kesehatan reproduksi (C2)2. Peserta didik/konseli dapat mendiskripsikan remaja dan ciri-cirinya (C4)3. Peserta didik/konseli dapat menganalisa sistem reproduksi manusia (C4)4. Peserta didik mampu melakukan merawat organ dan alat reproduksi dengan benar (P5)5. Peserta didik mampu menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat (A5)
G	Sasaran Layanan	Kelas XI
H	Materi Layanan	<ol style="list-style-type: none">1. Pengertian kesehatan reproduksi2. Remaja dan ciri-cirinya3. Alat reproduksi4. Sistem reproduksi manusia
I	Waktu	1 Kali Pertemuan x 45 Menit
J	Sumber Materi	<ol style="list-style-type: none">1. Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMA-MA kelas 11</i>, Yogyakarta, Paramitra Publishing2. Triyono, Mastur, 2014, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling bidang pribadi</i>, Yogyakarta, Paramitra3. Hutagalung, Ronal. 2015. <i>Ternyata Berprestasi Itu Mudah</i>. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama4. Eliasa Imania Eva, Suwarjo.2011.<i>Permainan (games) dalam Bimbingan dan Konseling</i>.Yogyakarta: Paramitra

K	Metode/Teknik	Pemberian materi melalui Google Classroom, Curah pendapat dan tanya Jawab melalui google meet
L	Media / Alat	Internet melalui Google Classroom, google meet, Power Point Kesehatan Reproduksi Remaja
M	Uraian Kegiatan	
	1. Tahap Awal	
	a.Pembukaan	Salam pembuka Absensi Membina hubungan baik Ice Breaking (game “Ibu Berkata”)
	b.Pernyataan Tujuan	Bimbingan kelompok pada hari ini bertujuan agar Peserta didik/konseli dapat memahami tentang kesehatan reproduksi , pentingnya merawat organ atau alat reproduksi pada pria dan wanita
	c.Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok (Pembentukan kelompok)	- Guru BK menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok hari ini. - Guru BK sebagai fasilitator - Peserta Didik diharapkan aktif dalam mengikuti semua kegiatan kelompok
	d.Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK memberikan penjelasan tentang kegiatan secara operasional yang akan dilakukan, termasuk memberitahu tentang azas-azas dalam kelompok
	e.Tahap Peralihan (<i>Transisi</i>)	
	Guru bimbingan dan konseling atau konselor menanyakan adakah siswa yang belum mengerti dan memberikan penjelasannya (<i>Storming</i>)	Guru bimbingan dan konseling atau konselor menanyakan kesiapan kelompok dalam melaksanakan tugas
	2. Tahap Inti/Kerja	
	Proses/kegiatan yang dialami peserta didik dalam suatu kegiatan bimbingan berdasarkan teknis tertentu (<i>Eksperientasi</i>)	a. Guru BK menyampaikan tema/topik yang akan dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok (Kesehatan Reproduksi Remaja) b. Guru BK menjelaskan tujuan pentingnya topik “Kesehatan Reproduksi Remaja“untuk dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok Kegiatan pembahasan dengan zoom Prosedur kerja 1.Kelompok dibagi menjadi 2 2.Tiap kelompok membahas cara dan manfaat menjaga kesehatan reproduksi remaja 3.Tiap kelompok merangkum hasil diskusi 4.Presentasi dalam kelompok besar dalam google meet 5.Guru menyimpulkan hasil diskusi dan penjelasan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja 6.Lembar kerja peserta didik

	Pengungkapan perasaan, pemikiran dan pengalaman tentang apa yang terjadi dalam kegiatan bimbingan (<i>refleksi</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Refleksi Identifikasi. Guru BK membuat simpulan respon anggota kelompok melalui pertanyaan yang mengungkap pengalaman peserta tentang apa yang terjadi pada saat mengikuti kegiatan dan sepakat dibuat video presentasi. 2. Refleksi Analisis. Guru BK mengajak perwakilan peserta untuk mempresentasikan pekerjaannya. Refleksi Generalisasi. Guru BK mengajak semua peserta membuat kesimpulan.
3. Tahap Pengakhiran (Terminasi)		
	Menutup kegiatan dan tindak lanjut	<ol style="list-style-type: none"> a. Guru BK memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan oleh peserta dalam suatu kerja kelompok b. Guru BK menanyakan kesan-kesan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok pada peserta c. Merencanakan pertemuan berikutnya
		d. Menutup kegiatan layanan dengan berdoa bersama.
M	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Evaluasi ini dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling atau konselor dengan melihat proses yang terjadi dalam kegiatan bimbingan kelompok, meliputi :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Guru bimbingan dan konseling atau konselor terlibat dalam menumbuhkan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan. b. Guru bimbingan dan konseling atau konselor membangun dinamika kelompok c. Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan dalam didik membuat langkah yang akan dilakukannya
	1. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikut bimbingan kelompok antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman konseli dalam bimbingan kelompok b. Mengamati perubahan perilaku peserta setelah bimbingan kelompok.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa
3. Instrumen penilaian

Mengetahui
Kepala Sekolah

PROBOLINGGO, 20 Juli 2020

Guru BK/Konselor

ATIM SUCIANA H. M.Pd
NIP. 19660621 199001 2 002

HENY PROBOWATI. S.Pd
NIP. –

Produk Bahan Ajar Bimbingan Kelompok

Nama: HENY PROBOWATI

Mahasiswa PPG UNESA Angkatan 1-Kelas BK-2

Kesehatan Reproduksi Remaja

Sebelum membaca materi yang diberikan, Peserta didik diajak untuk mengamati video tentang

Kesehatan Reproduksi Remaja, silahkan klik alamat dibawah ini atau scan qrcode

<https://www.youtube.com/watch?v=gUXcEIOPRas>



a. Pengertian Kesehatan Reproduksi

Kesehatan reproduksi menurut WHO (*World Health Organization*) adalah suatu keadaan fisik, mental dan sosial yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya, atau suatu keadaan di mana manusia dapat menikmati kehidupan seksualnya serta mampu menjalankan fungsi dan proses reproduksinya secara sehat dan aman.

Sejak lahir manusia sudah dibekali dengan organ-organ reproduksi, yaitu organ-organ yang berfungsi untuk menghasilkan keturunan. Organ-organ reproduksi tersebut berbeda antara laki-laki dan perempuan.

Istilah Reproduksi berasal dari kata “**re**” yang berarti kembali dan produksi yang artinya membuat atau menghasilkan. Jadi istilah reproduksi mempunyai arti kehidupan manusia dalam menghasilkan keturunan demi kelestarian hidupnya.



b. Remaja dan Ciri-cirinya :

Berikut remaja dan ciri-cirinya, diantaranya :

1. Tumbuh Kembang Remaja

Masa remaja dibedakan dalam :

- Masa remaja awal, 10 – 13 tahun
- Masa remaja tengah, 14 – 16 tahun
- Masa remaja akhir, 17 – 19 tahun

Pertumbuhan fisik pada remaja perempuan :

- Mulai menstruasi
- Payudara dan pantat membesar
- Indung telur membesar
- Kulit dan rambut berminyak dan tumbuh jerawat
- Vagina mengeluarkan cairan
- Mulai tumbuh bulu di ketiak dan sekitar vagina
- Tubuh bertambah tinggi

Perubahan fisik yang terjadi pada remaja laki-laki :

- Terjadi perubahan suara menjadi besar dan mantap
- Tumbuh bulu disekitar ketiak dan alat kelamin
- Tumbuh kumis
- Mengalami mimpi basah
- Tumbuh jakun
- Pundak dan dada bertambah besar dan bidang
- Penis dan buah zakar membesar

Perubahan psikis juga terjadi baik pada remaja perempuan maupun remaja laki-laki, mengalami perubahan emosi, pikiran, perasaan, lingkungan pergaulan dan tanggung jawab, yaitu :

- Remaja lebih senang berkumpul diluar rumah dengan kelompoknya
- Remaja lebih sering membantah atau melanggar aturan orang tua
- Remaja ingin menonjolkan diri atau bahkan menutup diri
- Remaja kurang mempertimbangkan maupun menjadi sangat tergantung pada kelompoknya

2. Menstruasi atau Haid

Bila menstruasi baru mulai periodenya mungkin tidak teratur dan dapat terjadi sebulan dua kali menstruasi kemudian beberapa bulan tidak menstruasi lagi. Hal ini memakan waktu kira-kira 3 tahun sampai menstruasi mempunyai pola yang teratur dan akan berjalan terus secara teratur sampai usia 50 tahun. Bila seorang wanita berhenti menstruasi disebut *menopause*. Siklus menstruasi meliputi :

- Indung telur mengeluarkan telur kurang lebih 14 hari sebelum menstruasi yang akan datang
- Telur berada dalam saluran telur, selaput lendir rahim menebal.
- Telur berada dalam rahim, selaput lendir rahim menebal dan siap menerima hasil pembuahan
- Bila tidak ada pembuahan, selaput rahim akan lepas dari dinding rahim dan terjadi perdarahan. Telur akan keluar dari rahim bersama darah.

Panjang siklus menstruasi berbeda-beda setiap perempuan. Ada yang 26 hari, 28 hari, 30 hari, atau bahkan ada yang 40 hari. Lama menstruasi pada umumnya 5 hari, namun kadang-kadang ada yang lebih cepat 2 hari atau bahkan sampai 5 hari. Jumlah seluruh darah yang dikeluarkan biasanya antara 30 – 80 ml

3. Mimpi Basah, Bagaimana Bisa Terjadi ?

Ketika seseorang laki-laki memasuki masa pubertas, terjadi pematangan sperma didalam testis. Sperma yang telah diproduksi ini akan dikeluarkan melalui *Vas Deferens* kemudian berada dalam cairan mani yang diproduksi oleh kelenjar prostat. Air mani yang telah mengandung sperma ini akan keluar yang disebut ejakulasi. Ejakulasi yang tanpa rangsangan yang nyata disebut mimpi basah. Masturbasi adalah memberikan rangsangan pada penis dengan gerakan tangan sendiri sehingga timbul ereksi yang disusul dengan ejakulasi, atau disebut juga onani.

4. Kehamilan

Merupakan akibat utama dari hubungan seksual. Kehamilan dapat terjadi bila dalam berhubungan seksual terjadi pertemuan antara sel telur (*ovum*) dengan sel sperma. Proses kehamilan dapat diilustrasikan sebagai berikut :

- Sel telur yang keluar dari indung telur pada saat ovulasi akan masuk kedalam sel telur
- Sperma yang tumpah didalam saluran vagina waktu senggama akan bergerak masuk kedalam rahim dan selanjutnya ke saluran telur
- Di saluran telur ini, sperma akan bertemu dengan sel telur dan langsung membuahi

Tanda-tanda kehamilan :

- Sering mual-mual, muntah dan pusing pada saat bangun tidur (*morning sickness*) atau sepanjang hari
- Mengantuk, lemas, letih dan lesu
- *Amenorhea* (tidak mengalami haid)
- Nafsu makan menurun, namun pada saat tertentu menghendaki makanan tertentu
- Dibuktikan melalui tes laboratorium
- Perubahan fisik seperti payudara membesar dan sering mengeras, daerah sekitar *Aerola Mammae* (sekitar puting) membesar

c. Alat Reproduksi

Berikut alat reproduksi wanita dan pria, diantaranya :

1. Alat Reproduksi Wanita dan Fungsinya

Alat-alat reproduksi wanita yaitu:

Genetalia Eksterna

- a) *Mons Veneris* berfungsi untuk melindungi alat genetalia dari masuknya kotoran selain itu untuk estetika
- b) *Labia Mayora* berfungsi untuk menutupi orga-organ genetalia di dalamnya dan mengeluarkan cairan pelumas pada saat menerima rangsangan seksual
- c) *Labia Minora* berfungsi untuk menutupi orga-organ genetalia di dalamnya serta merupakan daerah erotik yang mengandung pembuluh darah dan syaraf
- d) *Klitoris* merupakan daerah erotik utama pada wanita yang akan membesar dan mengeras apabila mendapatkan rangsangan seksual
- e) *Vestibulum* berfungsi untuk mengeluarkan cairan apabila ada rangsangan seksual yang berguna untuk melumasi vagina pada saat bersenggama
- f) *Hymen* merupakan lapisan tipis yang menutupi sebagian besar dari introitus vagina, membentuk lubang sebesar ibu jari sehingga darah haid maupun sekret dan cairan dari genetalia internal dapat mengalir keluar

Genetalia Interna

- a) *Vagina* berfungsi sebagai saluran keluar untuk mengeluarkan darah waktu haid dan sekret dari dalam uterus, alat untuk bersenggama, jalan lahir bayi waktu melahirkan
- b) *Uterus* berfungsi sebagai tempat bersarangnya atau tumbuhnya janin di dalam rahim pada saat hamil. Memberi makanan pada janin melalui plasenta yang melekat pada dinding rahim
- c) *Tuba Fallopi* berfungsi sebagai saluran yang membawa ovum yang dilepaskan ovarium ke dalam uterus.
- d) *Ovarium* berfungsi memproduksi *ovum*
- e) *Ligamentum* berfungsi untuk mengikat atau menahan organ-organ reproduksi wanita agar terfiksasi dengan baik pada tempatnya, tidak bergerak dan berhubungan dengan organ sekitarnya.

2. Alat reproduksi pria dan fungsinya.

Alat-alat reproduksi pria yaitu :

Genetalia Eksterna

- a) *Penis* berfungsi untuk menyalurkan dan menyemprotkan sperma saat ejakulasi
- b) *Skrotum* berfungsi untuk melindungi testis dari taruma atau suhu

Genetalia Interna

- a) *Testis* berfungsi sebagai memproduksi sperma, tempat memproduksi *testosteron* yang memegang peranan penting untuk sifat kelamin sekunder dan kejantanan
- b) *Epididimis* berfungsi sebagai menghubungkan testis dengan saluran vas deferens memproduksi cairan yang banyak mengandung *enzym* dan gizi yang fungsinya mematangkan / menyempurnakan bentuk sperma
- c) *Vas deferens* berfungsi untuk menyalurkan sperma dari epididimis ke vesika seminalis Tempat menyimpan sebagian dari sperma sebelum dikeluarkan.
- d) *Vesika seminalis* berfungsi sebagai tempat untuk mengeluarkan cairan yang sifatnya alkalis atau sedikit basa yang mengandung *fruktosa* dan zat gizi yang merupakan sumber energi bagi spermatozoa dan agar sperma lebih segar, kuat dan mudah bergerak dalam mencapai *ovum* Sebagai tempat penyimpanan *spermatozoa* sebelum dikeluarkan melalui kegiatan seksual.
- e) *Kelenjar prostat* berfungsi sebagai mengeluarkan cairan yang bersifat alkalis yang encer berwarna seperti susu mengandung asam sitrat, kalsium dan beberapa zat lain
- f) *kelenjar bulbo uretralis* berfungsi mengsekresi cairan yang membantu agar sperma lebih tahan hidup dan lebih memungkinkan untuk bergerak dan memudahkan pembuahan.

d. Sistem Reproduksi Manusia

Reproduksi adalah kemampuan makhluk hidup untuk menghasilkan keturunan yang baru. Tujuannya adalah untuk mempertahankan jenisnya dan melestarikan jenis agar tidak punah. Pada manusia untuk menghasilkan keturunan yang baru diawali dengan peristiwa *fertilisasi*. Sehingga dengan demikian reproduksi pada manusia dilakukan dengan cara *generative atau sexual*. Untuk dapat mengetahui reproduksi pada manusia, maka harus mengetahui terlebih dahulu organ-organ kelamin yang terlibat serta proses yang berlangsung di dalamnya.

Organ Reproduksi Manusia

a. Pria

Dibedakan menjadi organ kelamin luar dan organ kelamin dalam.

Organ reproduksi luar terdiri dari :

1. *Penis* merupakan organ kopulasi yaitu hubungan antara alat kelamin jantan dan betina untuk memindahkan semen ke dalam organ reproduksi betina. Penis diselimuti oleh selaput tipis yang nantinya akan dioperasi pada saat dikhitan/sunat.
2. *Scrotum* merupakan selaput pembungkus testis yang merupakan pelindung testis serta mengatur suhu yang sesuai bagi spermatozoa.

Organ reproduksi dalam terdiri dari :

1. *Testis* merupakan kelenjar kelamin yang berjumlah sepasang dan akan menghasilkan sel-sel sperma serta hormone testosterone.
2. *Epidimis* merupakan saluran panjang yang berkelok yang keluar dari testis. Berfungsi untuk menyimpan, mematangkan sperma sementara
3. *Vas deferens* merupakan saluran panjang dan lurus yang mengarah ke atas dan berujung di kelenjar prostat. Berfungsi untuk mengangkut sperma menuju vesikula seminalis.
4. Saluran ejakulasi merupakan saluran yang pendek dan menghubungkan vesikula seminalis dengan urethra.
5. *Urethra* merupakan saluran panjang terusan dari saluran ejakulasi dan terdapat di penis.

b. Wanita

Dibedakan menjadi organ kelamin luar dan organ kelamin dalam.

Organ reproduksi luar terdiri dari :

1. *Vagina* merupakan saluran yang menghubungkan organ uterus dengan tubuh bagian luar. Berfungsi sebagai organ kopulasi dan saluran persalinan
2. *Vulva* merupakan suatu celah yang terdapat di bagian luar

Organ reproduksi dalam terdiri dari :

1. *Ovarium* merupakan organ utama pada wanita. Berjumlah sepasang dan terletak di dalam tongga perut pada daerah pinggang sebelah kiri dan kanan.
2. *Fimbriae* merupakan serabut/silia lembut yang terdapat di bagian pangkal *ovarium* berdekatan dengan ujung saluran *oviduct*. Berfungsi untuk menangkap *sel ovum* yang telah matang yang dikeluarkan oleh *ovarium*.
3. *Infundibulum* merupakan bagian ujung *oviduct* yang berbentuk corong/membesar dan berdekatan dengan *fimbriae*. Berfungsi menampung sel ovum yang telah ditangkap oleh *fimbriae*.
4. *Tuba fallopi* merupakan saluran memanjang setelah *infundibulum* yang bertugas sebagai tempat *fertilisasi* dan jalan bagi *sel ovum* menuju uterus dengan abantuan silia pada dindingnya.

5. *Oviduct* merupakan saluran panjang kelanjutan dari *tuba fallopi*. Berfungsi sebagai tempat *fertilisasi* dan jalan bagi sel ovum menuju uterus dengan bantuan silia pada dindingnya.
6. *Uterus* merupakan organ yang berongga dan berotot. Berbentuk seperti buah pir dengan bagian bawah yang mengecil. Berfungsi sebagai tempat pertumbuhan embrio. Tipe uterus pada manusia adalah simpleks yaitu dengan satu ruangan yang hanya untuk satu janin.
7. *Cervix* merupakan bagian dasar dari uterus yang bentuknya menyempit sehingga disebut juga sebagai leher rahim. Menghubungkan uterus dengan saluran vagina dan sebagai jalan keluarnya janin dari uterus menuju saluran vagina.
 1. Saluran *vagina* merupakan saluran lanjutan dari *cervix* dan sampai pada vagina.
 2. *Klitoris* merupakan tonjolan kecil yang terletak di depan *vulva*. Sering disebut dengan klenit.

Gametogenesis

Merupakan peristiwa pembentukan sel gamet, baik gamet jantan/*sel spermatozoa* (*spermatogenesis*) dan juga gamet betina/*sel ovum*.

- a. ***Spermatogenesis*** merupakan proses pembentukan *sel spermatozoa*. Dibentuk di dalam *tubula seminiferus*. Dipengaruhi oleh beberapa hormon yaitu :
 1. *Hormone FSH* yang berfungsi untuk merangsang pembentukan sperma secara langsung.
 2. *Hormone LH* yang berfungsi merangsang *sel Leydig* untuk memperoleh sekresi *testosterone* (yaitu suatu *hormone sex* yang penting untuk perkembangan sperma).



b. **Oogenesis** merupakan proses pembentukan dan perkembangan sel *ovum*. Proses *oogenesis* dipengaruhi oleh beberapa hormon yaitu :

1. *Hormone FSH* yang berfungsi merangsang pertumbuhan sel-sel folikel sekitar sel ovum.
2. *Hormone Estrogen* yang berfungsi merangsang sekresi *hormone LH*.
3. *Hormone LH* yang berfungsi merangsang terjadinya ovulasi (proses pematangan sel *ovum*).
4. *Hormone progesteron* yang berfungsi untuk menghambat sekresi FSH dan LH

Cara menjaga organ reproduksi, diantaranya:

- Pakai handuk yang lembut, kering, bersih, dan tidak berbau atau lembab.
- Memakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat
- Pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari
- Bagi perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk ke dalam organ reproduksi.
- Bagi laki-laki, dianjurkan untuk dikhitan atau disunat agar mencegah terjadinya penularan penyakit menular seksual serta menurunkan risiko kanker penis.

Perubahan fisik, psikis, dan emosi remaja pada *masa pubertas* dapat membuat remaja lebih ekspresif dalam mengeksplorasi organ kelamin dan perilaku seksualnya. Sementara itu, pengetahuan dan persepsi yang salah tentang seksualitas dan [kesehatan reproduksi](#) dapat menyebabkan remaja berperilaku berisiko terhadap kesehatan reproduksinya. Oleh karena itu, peran orang tua dan guru menjadi penting dalam **mendampingi remaja** mencari dan menemukan informasi kesehatan reproduksi yang tepat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Slamet, dkk 2016, *Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMA-MA kelas 11*, Yogyakarta, Paramitra Publishing
2. Triyono, Mastur, 2014, *Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling bidang pribadi*, Yogyakarta, Paramitra
3. Hutagalung, Ronal. 2015. *Ternyata Berprestasi Itu Mudah*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
4. Eliasa Imania Eva, Suwarjo. 2011. *Permainan (games) dalam Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Paramitra
5. <<https://promkes.kemkes.go.id/pentingnya-menjaga-kebersihan-alat-reproduksi>>
6. <<https://health.kompas.com/read/2020/08/13/150200668/12-penyakit-menular-seksual-yang-harus-diwaspadai?page=all>>
7. <<https://www.youtube.com/watch?v=gUXcFIOPRas>>

Produk LKPD Bimbingan Kelompok

Nama: HENY PROBOWATI

Mahasiswa PPG UNESA Angkatan 1-Kelas BK-2

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA



A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik / Tema Layanan	Kesehatan Reproduksi Remaja
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengentasan
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli dapat memahami tentang kesehatan reproduksi, pentingnya merawat organ atau alat reproduksi pada pria dan wanita serta Penyakit Menular Seksual (PMS)
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian kesehatan reproduksi (C2)2. Peserta didik/konseli dapat mendiskripsikan remaja dan ciri-cirinya (C4)3. Peserta didik/konseli dapat menganalisa sistem reproduksi manusia (C4)4. Peserta didik/konseli mampu menghindari penyakit menular seksual5. Peserta didik mampu melakukan merawat organ dan alat reproduksi dengan benar (P5)6. Peserta didik mampu menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat (A5)

Nama :

Kelas/No. Absen :

Lembar Kerja 1

1. Coba anda lakukan indentifikasi tentang kebiasaan menjaga kesehatan reproduksi kalian masing-masing!

Angket mengenali kesehatan reproduksi remaja

Petunjuk pengisian

1. Berilah NILAI pada kotak yang sesuai untuk setiap pertanyaan. Jumlahkan nilai anda untuk setiap bagian. Kemudian buatlah grafik dari hasil tersebut
2. Apabila anda laki-laki pilih angket A untuk LAKI-LAKI, apabila anda wanita pilih angket B untuk wanita
2. Hitung skor anda dengan nilai
Sering = 3, Kadang = 2, Sangat jarang= 1

A. LAKI-LAKI

No	Pernyataan	Sering	Kadang	Sangat Jarang
1	Apakah anda menjaga kebersihan daerah kelamin secara teratur?			
2	Apakah anda menghindari memakai celana ketat			
3	Apakah anda memeriksakan kesehatan alat reproduksi apabila ada keluhan penyakit?			
4	Apakah anda melakukan olahraga teratur			
5	Apakah anda menghindari merokok			
6	Apakah anda menghindari minum alkohol			
7	Apakah anda berperilaku seksual secara sehat (tidak melakukan seks bebas diluar nikah)			
8	Apakah anda makan bergizi Untuk menjaga kesehatan reproduksi,			
9	Apakah anda menghindari stres			
Sub Total				
Jumlah nilai keseluruhan				

B. WANITA

No	Pernyataan	Sering	Kadang	Sangat Jarang
1	Apakah anda membersihkan vagina yang benar dengan membasuhnya dari depan ke belakang (dari arah vagina menuju anus)			
2	Apakah anda menghindari menggunakan sabun khusus kewanitaan yang mengandung alkohol, pewangi, atau antiseptik.			
3	Apakah anda mengkonsumsi makanan sehat			

4	Apakah anda menghindari stres -			
5	Apakah anda menjaga agar berat badan tetap ideal atau sesuai dengan indeks massa tubuh (IMT)			
6	Apakah anda menghindari merokok			
7	Apakah anda menghindari minum alkohol			
8	Apakah menghindari penggunaan obat-obatan dan suplemen, termasuk obat herbal, di luar anjuran dokter.			
9	Apakah anda berperilaku seksual secara sehat (tidak melakukan seks bebas diluar nikah)			
Sub Total				
Jumlah nilai keseluruhan				

Selanjutnya, Ikuti langkah berikut :

Untuk masing-masing siswa laki-laki dan perempuan, hitunglah jumlah nilai keseluruhan dari angket masing-masing. Jumlahkan angka yang kalian lingkari

Kemudian hitung : $\frac{\text{Jumlah nilai keseluruhan}}{27} \times 100$

Jika hasilnya :

- 85 – 100 = Selamat, kalian mempunyai kebiasaan menjaga kesehatan reproduksi yang baik.
- 70 – 85 = Kalian mempunyai kebiasaan menjaga kesehatan reproduksi yang cukup baik, teruskan untuk memperbaiki.
- Dibawah 70 = Kalian mempunyai kebiasaan menjaga kesehatan reproduksi yang masih kurang, tetap semangat meningkatkan kebiasaan menjaga kesehatan reproduksi yang baik !

Maka dapat disimpulkan :

Bahwa saya memiliki kebiasaan menjaga kesehatan reproduksi yang:

.....

SELAMAT MENGERJAKAN

Lembar kerja 2

PENGETAHUAN (UNDERSTANDING)

Jawablah pertanyaan berikut ini sesuai dengan pendapat kalian masing-masing!

1. Menurut kalian mengapa kita harus menjaga kesehatan reproduksi remaja? jelaskan !

2. Tuliskan, apa saja kesulitan dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja !

3. Analisalah, apa dampak atau akibat ketika kalian tidak menjaga kesehatan reproduksi!

4. Pernahkan kalian merasakan gejala penyakit menular seksual ?

5. Menurut kalian bagaimana cara menghindari penyakit menular seksual ?

SELAMAT MENGERJAKAN

Nama: Heny Probowati, S.Pd
Kelas: PPG Unesa/BK2

INSTRUMEN
EVALUASI PROSES BIMBINGAN KELOMPOK

Kesehatan Reproduksi Remaja



Pernyataan di bawah ini diperoleh pada saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan tersebut. Mohon berikan jawaban dengan cara memberi tanda cek (v) pada salah satu jawaban yang paling sesuai.

- SB : Sangat Baik skor (5)
B : Baik skor (4)
CB : Cukup Baik skor (3)
KB : Kurang Baik skor (2)
STB : Sangat Tidak Baik skor (1)

NO	PROSES YANG DINILAI	Skor				
		SB	B	CB	KB	STB
A	Keterlaksanaan program					
	1. Program layanan terlaksana sesuai dengan RPL Kesehatan Reproduksi Remaja					
	2. Waktu pelaksanaan sesuai dengan alokasi waktu di RPL					
	3. Metode yang digunakan variatif dan menarik					

	4. Menggunakan media layanan BK					
	5. Layanan terselenggara dengan menyenangkan					
	6. RPL minimal terdiri dari Tujuan, Materi Layanan, Kegiatan, Sumber, Bahan dan Alat, Penilaian					
B	Perhatian Peserta Didik					
	1. Keaktifan peserta mengikuti bimbingan kelompok dengan mengikuti diskusi kelompok					
	2. Antusias peserta mengikuti bimbingan kelompok dengan dengan keaktifan saling bertanya dan memberi pendapat melalui Teknik diskusi kelompok					
	3. Perhatian peserta saat guru menjelaskan langkah-langkah pelaksanaan bimbingan kelompok (tetap fokus melihat kepada guru)					
	4. Keberanian siswa bertanya ketika ada hal yang kurang dimengerti					
	5. Partisipasi siswa berpendapat mengenai topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok					
	6. Peserta memberi respon balik ketika berdiskusi secara kelompok					
	7. Komunikasi peserta dalam kelompok dengan peserta lain					
	8. Keaktifan peserta dalam memberikan kesimpulan materi					
	9. Keaktifan semua peserta mengikuti proses bimbingan kelompok dengan absensi/kehadiran					

Kriteria penilaian skor

Skor total = $\frac{\text{jumlah skor}}{75} \times 100$

75

Kriteria Hasil

Rentangan	Kategori
74-100	Sangat Baik
63-73	Baik

52-67	Cukup Baik
36-51	Kurang Baik
20-35	Sangat kurang Baik

PROBOLINGGO, 2021
Yang mengevaluasi

Nama: Heny Probowati, S.Pd
Kelas: PPG Unesa/BK2

INSTRUMEN
PENILAIAN HASIL BIMBINGAN KELOMPOK

Kesehatan Reproduksi Remaja

Penyebaran instrumen melalui google form dengan link
<http://bit.ly/EvHasil2BimbKel>



Nama Siswa :
Kelas :
Topik :

Pernyataan di bawah ini berisi tentang hasil yang anda peroleh setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan tersebut. Berikan jawaban dengan cara memberi tanda cek (v) pada salah satu jawaban yang paling sesuai.

- SS : Sangat Sesuai (5)
- S : Sesuai (4)
- CS : Cukup Sesuai (3)
- KS : Kurang Sesuai (2)
- STS : Sangat Tidak Sesuai (1)

Jawaban anda tidak menuntut jawaban benar dan salah. Jawablah semua pernyataan secara sungguh-sungguh dan jujur sesuai diri anda. Hasil dari instrument ini tidak mempengaruhi nilai pelajaran anda di sekolah, namun bermanfaat sebagai pertimbangan

pemberian layanan berikutnya. Atas kerjasama dan keaktifannya dalam mengisi instrumen ini, saya ucapkan terima kasih.

Aspek /Pernyataan		Skor				
		SS	S	CS	KS	STS
A. PENGETAHUAN (UNDERSTANDING)						
1	Saya mendapatkan pemahaman baru mengenai kesehatan reproduksi remaja					
2	Saya mampu mendiskripsikan remaja dan ciri-cirinya					
3	Saya mampu menjelaskan sistem reproduksi manusia					
4	Saya mampu menjelaskan bagaimana merawat organ dan alat reproduksi dengan benar					
5	Saya dapat menyimpulkan bagaimana bentuk kesehatan reproduksi remaja					
B. SIKAP/PERASAAN POSITIF (COMFORTABLE)						
6	Saya merasa senang menerima materi layanan BK tentang kesehatan reproduksi remaja					
7	Setelah menerima materi layanan BK tentang kesehatan reproduksi remaja timbul kesadaran saya untuk selalu menjaga kesehatan reproduksi					
8	Materi layanan BK tentang kesehatan reproduksi remaja, menyadarkan saya akan pentingnya menghindari penyakit menular seksual					
9	Saya senang karena merasa materi yang disampaikan bermanfaat bagi kehidupan saat ini dan akan datang					
A. KETRAMPILAN (ACTION)						
10	Saya akan menerapkan pengetahuan yang saya dapat dari layanan ini untuk menggunakan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja					
11	Setelah menerima materi layanan BK tentang kesehatan reproduksi remaja saya menyadari bahwa saya harus mampu menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat					
12	Saya akan melaksanakan hal-hal positif terkait kegiatan diskusi dalam kesehatan reproduksi remaja					
13	Saya mampu melakukan merawat organ dan alat reproduksi dengan benar					
14	Saya mampu melakukan menghindari penyakit menular seksual					
Jumlah skor						

Probolinggo, September 2020
Konseli

Kriteria penilaian skor

$$\text{Skor total} = \frac{\text{jumlah skor}}{70} \times 100$$

Kriteria Hasil

Rentangan	Kategori
74-100	Sangat Baik
63-73	Baik
52-67	Cukup Baik
36-51	Kurang Baik
20-35	Sangat kurang Baik