

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

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 3 Tegallalang
 Kelas/ Semester : VIII/ Genap
 Tema : Kesadaran Gender
 Sub Tema : Meningkatkan Perilaku Menjaga Kesehatan Reproduksi Remaja
 Pembelajaran ke : 3 (Tiga)
 Alokasi Waktu : 2 x 40 Menit

A.	<p>Tujuan Layanan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik/konseli memiliki pemahaman tentang kesehatan reproduksi 2. Peserta didik/konseli dapat memahami jenis penyakit yang berkaitan dengan alat reproduksi 3. Peserta didik/konseli dapat mengidentifikasi cara/ usaha yang dapat dilakukan dalam menjaga kesehatan reproduksi 4. Peserta didik/konseli dapat meningkatkan perilaku menjaga kesehatan reproduksi remaja
B.	<p>Metode, Alat dan Media</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Metode : Daring 2. Alat / Media : HP/Komputer yang terkoneksi dengan internet, Materi PPT yang diupload di youtube, Medsos WhatsApp
C.	<p>Langkah-langkah Kegiatan Layanan</p> <p>1. Tahap Awal/Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Membuka dengan salam dan berdoa 1.2. Membina hubungan baik/ menciptakan suasana akrab dengan peserta didik 1.3. Menyampaikan Tujuan Layanan sehubungan dengan materi yang akan disampaikan 1.4. Menanyakan kesiapan kepada peserta didik dalam mengikuti layanan <p>2. Tahap Inti</p> <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Menampilkan PPT yang sudah dijadikan video dan video yang berkaitan dengan materi dan di share di group 2.2. PD membuka link dan menyaksikan vidio sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan 2.3. Curah pendapat dan tanya jawab terkait materi yang disampaikan. 2.4. Memberi kesempatan kepada siswa untuk memberi komentar/ pertanyaan <p>3. Tahap Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 3.1. Membuat kesimpulan terkait materi yang telah disampaikan 3.3. Guru BK menyampaikan materi layanan yang akan datang dan mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam
D.	<p>Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi Proses : Menyimak proses jalannya layanan via whatsapp group atau google classroom tentang sikap dan keaktifan para peserta dalam mengikuti layanan.. 2. Evaluasi Hasil : Peserta didik mengisi angket evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan klasikal, antara lain: suasana yang dirasakan, pentingnya topik yang dibahas, cara penyampaiannya. melalui <i>link google form</i>

Mengetahui
Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Tegallalang

Gianyar, Juli 2020
Guru BK

I Ketut Seraya Adnyana, S.Pd.,M.Pd
Nip. 19701227 199803 1 009

Ni Putu Rusmayani, s.Pd
Nip. 19851118 200903 2 011

Lembar Refleksi Kegiatan Proses Bimbingan Klasikal

Petunjuk :

Bacalah pernyataan di bawah ini dan berilah tanda centang (√) pada kolom skor sesuai dengan apa yang terjadi dalam kegiatan bimbingan klasikal yang dilakukan!

No	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
1	Materi yang disampaikan dalam bimbingan klasikal dibutuhkan peserta didik				
2	Peserta didik terlibat aktif dalam kegiatan layanan				
3	Peserta didik tertarik dengan media yang digunakan				
4	Peserta didik senang mengikuti kegiatan bimbingan klasikal yang dilakukan				
5	Kegiatan bimbingan klasikal memberikan manfaat bagi peserta didik				
6	Alokasi waktu dalam pelaksanaan bimbingan klasikal mencukupi.				
	CATATAN				

Keterangan :

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup

1 = Kurang

LEMBAR EVALUASI HASIL LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL

No	PERNYATAAN	SKOR			
		1	2	3	4
1	Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi yang disampaikan				
2	Saya memperoleh banyak pengetahuan dan Informasi dari materi yang disampaikan				
3	Saya menyadari pentingnya bersikap sesuai dengan materi yang disampaikan.				
4	Saya meyakini diri akan lebih baik,apabila bersikap sesuai dengan materi yang disampaikan.				
5	Saya dapat mengembangkan perilaku yang lebih positif setelah mendapatkan materi yang disampaikan.				
6	Saya dapat mengubah perilaku sehingga kehidupan saya menjadi lebih teratur dan bermakna				
	Total Skor =...				

Keterangan:

4 = Sangat Setuju

3 = Setuju

2 = Cukup Setuju

1 = Kurang Setuju

Lampiran Materi :

Sebelum membahas mengenai kesehatan reproduksi remaja, maka terlebih dahulu kita harus mengetahui mengenai apa itu masa remaja. Masa Remaja adalah masa peralihan dari masa anak- anak menuju masa dewasa. Menurut Stanley Hall masa remaja merupakan masa badai dan tekanan (*storm and stress*)

Tahapan perkembangan manusia

1. Balita (usia 0 – 5 tahun)

Adalah tahapan paling awal dari pertumbuhan dan perkembangan manusia setelah lahir

2. Masa Kanak- kanak (usia 5-10 tahun)

Masa kanak- kanak adalah masa bermain dan belajar

3. Masa remaja (usia 11-18 tahun)

Masa remaja sering disebut masa pubertas/ puber, karena terjadi perubahan yang cepat, baik secara fisik, hormonal maupun psikologis

4. Masa Dewasa (usia 19-50 tahun)

Ditandai dengan kematangan individu dalam menyelesaikan proses pertumbuhan fisik dan siap menerima peran dari masyarakat Bersama dengan dewasa lainnya.

5. Masa usia lanjut (usia 50 tahun keatas)

Ditandai dengan penurunan fungsi organ tubuh, dan terjadinya menopause pada wanita.

Lonjakan pertumbuhan fisik remaja putri terjadi pada usia 11 atau 12 tahun dan akan melewati pertumbuhan remaja putra dalam ukuran tinggi badan. Hal ini berlangsung hingga usia 14 tahun. Perubahan ini ditandai dengan munculnya tanda- tanda sebagai berikut:

1. Tanda- tanda yang bersifat inti yang berhubungan dengan organ reproduksi

a. Terjadinya mimpi basah pada remaja laki- laki

b. Terjadinya menstruasi pada remaja perempuan

2. Tanda- tanda sekunder

a. Remaja laki- laki

- Perubahan suara
- Tumbuhnya jakun
- Bahu lebih melebar
- Badan berotot

- Tumbuhnya kumis, jamban, rabut diareal tertentu
- b. Remaja perempuan
- Pinggul melebar
 - Pertumbuhan Rahim
 - Tumbuhnya rambut diareal tertentu
3. Kemampuan untuk melihat diri secara obyektif (*self objectivication*)
- Hal ini ditandai dengan kemampuan untuk mempunyai wawasan tentang diri sendiri dan kemampuan menangkap humor termasuk yang menjadikan dirinya sendiri sebagai sasaran. Misalnya remaja tidak marah bila dikritik.
4. Emosional
- Kedadaan emosi yang kurang stabil membuat seorang remaja cenderung egois dan kurang pertimbangan sehingga remaja kurang dapat bersikap lebih tepat pada kondisi yang tidak sesuai harapannya.

Selain tanda tanda diatas, ciri – ciri lain yang terjadi pada remaja adalah

1. Krisis identitas (mencari jati dirinya)
2. Ingin tahu, ingin rasa, ingin mencoba... (Curiosity)
3. Impulsivity, Invincibility, Immediate Gratification (3Is) (Melakukan tindakan tanpa memikirkan akibatnya, tak terkalahkan, kepuasan segera)
4. Conflict & Contradictions (Konflik dan pertentangan)

Kesehatan Reproduksi

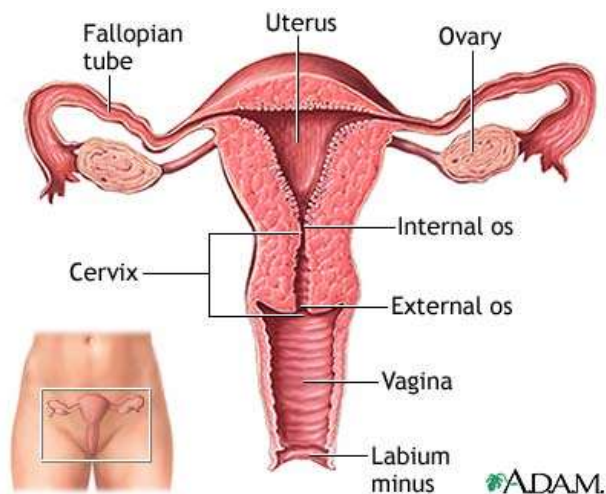
Kesehatan reproduksi remaja adalah suatu kondisi sehat yg menyangkut sistem, fungsi dan proses reproduksi yg dimiliki oleh remaja. Sehat disini bukan semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan namun juga sehat mental dan sosio kultural (Definisi sehat menurut WHO).

Kesehatan reproduksi remaja adalah Kondisi sehat yang menyangkut sistim fungsi dan proses Reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Mengapa remaja perlu mengetahui Kesehatan reproduksi ? Pentingnya kesehatan reproduksi remaja adalah Agar remaja memiliki informasi yang benar mengenai proses reproduksi serta memiliki sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab mengenai proses reproduksi. Apakah itu proses reproduksi yaitu proses kehidupan manusia dalam menghasilkan suatu keturunan demi kelestarian hidup.

Sebagai pengenalan terhadap kesehatan reproduksi dasar remaja harus mengetahui beberapa hal di bawah ini:

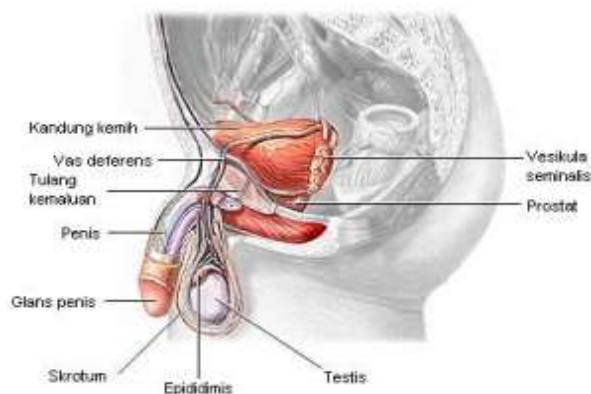
1. Pengenalan tentang proses, fungsi, dan sistem alat reproduksi
2. Mengetahui penyakit HIV/AIDS dan penyakit menular seksual lainnya, serta dampaknya pada kondisi kesehatan organ reproduksi
3. Mengetahui dan menghindari kekerasan seksual
4. Mengetahui pengaruh media dan sosial terhadap aktivitas seksual
5. Mengembangkan kemampuan dalam berkomunikasi, terutama membentuk kepercayaan diri dengan tujuan untuk menghindari perilaku berisiko.

1. Organ Reproduksi Wanita



Masa Subur adalah masa yang diperkirakan akan terjadinya ovulasi atau keluarnya telur sehingga wanita tsb dinyatakan subur, karena siap untuk dibuahi dengan sperma yang datang. Dalam hal ini 14 hari sebelum mens berikutnya (utk yang mempunyai siklus ajeg), Kurang lebih selama 6 hari, Umur sel sperma 72 jam, Umur sel telur 24 jam

2. Organ Reproduksi Laki- laki



Faktor yang mempengaruhi kesehatan reproduksi

1. Kebersihan organ –organ genital.
2. Akses terhadap pendidikan kesehatan
3. Hubungan seksual pranikah.
4. Pengaruh media massa
5. Hubungan yang harmonis antara remaja

Dengan keluarganya

6. Penyalahgunaan napza
7. PMS infeksi saluran reproduksi (ISR) Yang ditularkan melalui hubungan seksual

Penyakit reproduksi adalah penyakit yang terjadi pada organ-organ reproduksi. Organ-organ reproduksi wanita meliputi sel telur, ovarium, tuba fallopi, uterus dan vagina. Organ reproduksi pria terdiri dari sperma, testis, epididimis, vas deferens, uretra, dan penis.

Jadi, apabila organ-organ tersebut memiliki masalah medis berupa penyakit maka itu disebut penyakit reproduksi. Penyakit reproduksi wanita sering kali juga meliputi bagian payudara.

Penyebab umum penyakit sistem reproduksi

Pada umumnya, penyakit reproduksi disebabkan oleh hal-hal tertentu. Ada penyakit sistem reproduksi yang disebabkan oleh mikroorganisme seperti jamur, bakteri, atau virus. Ada pula penyakit reproduksi yang bisa disebabkan oleh kelainan atau disfungsi.

Macam-macam penyakit reproduksi wanita

Sudah disinggung sebelumnya bahwa penyakit reproduksi wanita menyerang organ reproduksi wanita. Ada beberapa penyakit reproduksi wanita yang umumnya terjadi. Jika Anda adalah seorang wanita maka penting untuk menyimaknya.

Apa sajakah macam-macam penyakit reproduksi wanita yang umum terjadi?

1. Vaginitis

Vaginitis adalah penyakit reproduksi wanita dengan kondisi vagina yang mengalami infeksi. Infeksi pada vagina disebabkan oleh beberapa jenis mikroorganisme, yaitu seperti bakteri, jamur, dan parasit. Penyakit sistem reproduksi ini bisa menyerang vagina langsung atau melalui perineum. Penyakit vaginitis bisa disebabkan oleh jamur *Candida Albicans*, bakteri *Gardnerella*, parasit *Trichomonas Vaginalis*, dan virus. Penderita vaginitis memiliki beberapa gejala yang bisa diamati. Beberapa gejala penyakit vaginitis seperti nyeri hebat pada vagina, disuria, pruritis di vulva, ruam bibir vagina, edema vulva, vagina bau busuk, dan perdarahan vagina.

2. Bartolinitis

Penyakit reproduksi wanita lainnya adalah bartolinitis. Bartolinitis adalah sebuah penyakit sistem reproduksi yang terdapat infeksi pada kelenjar bartolin. Kelenjar bartolin yang terinfeksi ini akan mengalami pembengkakan. Penyebab dari penyakit bartolinitis adalah jamur *Candida Albicans*, bakteri *Neiseria Gonore*, virus (*Kondiloma Akuminata* dan *Herpes Simpleks*), dan protozoa (*Amoebiasis* dan *Trikomoniasis*). Para wanita yang mengalami penyakit bartolinitis akan merasakan rasa nyeri yang cukup hebat. Rasa nyeri ini disertai demam, alat kelamin memerah bahkan Anda tidak bisa berjalan, dan sakit saat berhubungan seksual

3. Condiloma Accuminata

Condiloma Accuminata adalah penyakit reproduksi wanita yang disebabkan oleh virus yang tak asing lagi. Virus yang dimaksud adalah virus *Human Papiloma*. Virus tersebut juga merupakan virus penyebab kutil. Wanita yang mengalami penyakit condiloma accuminata sebaiknya segera diobati. Hal ini dikarenakan obat condiloma accuminata bisa berkembang menjadi kanker pada organ lainnya seperti rahim wanita.

4. Kanker ovarium

Kanker ovarium juga termasuk ke dalam penyakit reproduksi wanita. Penyakit ini berawal dari kista ovarium yang merupakan tumor jinak dan kecil di dalam rahim. Kista ovarium yang paling sering terjadi adalah kista dermoid, kista lutein, dan kista cokelat.

5. Kanker serviks

Kanker serviks adalah penyakit reproduksi wanita yang juga umum terjadi. Penyakit ini disebabkan karena adanya sel-sel abnormal yang tumbuh pada lapisan epitel serviks. Sel abnormal tersebut akan terus tumbuh dengan ganas. Hal tersebut membuat jaringan yang ada di sekitar leher rahim jadi kurang berfungsi. Pengobatan kanker serviks umumnya dilakukan dengan mengangkat rahim, oviduk, ovarium, sepertiga dari vagina (bagian atas).

Macam-macam penyakit reproduksi laki- laki

Tak hanya wanita, pria pun bisa terserang penyakit sistem reproduksi. Ada beberapa penyakit reproduksi pria yang sering terjadi. Para pria perlu menyimak penjelasan tentang macam-macam penyakit reproduksi pria. Penyakit reproduksi pria yang umum sering terjadi bisa dilihat di bawah ini:

1. Prostatitis

Penyakit reproduksi pria yang umumnya sering terjadi adalah prostatitis. Prostatitis adalah penyakit reproduksi pria di mana kelenjar prostat mengalami infeksi. Penyebab dari prostatitis adalah bakteri. Bakteri yang menginfeksi kelenjar prostat pria adalah *E. coli*, *Klebsiella*, dan *Proteus*. Pria yang mengalami prostatitis akan memiliki beberapa gejala seperti sulit ejakulasi, gagal ereksi, disuria, dan demam.

2. Epididimitis

Selain prostatitis, ada lagi penyakit reproduksi pria yang disebabkan karena adanya infeksi pada organ reproduksi pria. Penyakit tersebut adalah epididimitis. Epididimitis adalah kondisi di mana bagian epididimis mengalami peradangan. Beberapa bakteri yaitu *Chlamydia trachomatis*, *E. coli*, dan *Neisseria gonorrhoeae* adalah jenis bakteri yang sering menyebabkan penyakit epididimitis. Penyakit ini sering menimpa para pria yang suka berganti-ganti pasangan seks. Ada beberapa gejala dari penyakit epididimitis, yaitu nyeri pada testis, ada darah di dalam sperma, sakit saat ejakulasi, nyeri pada testis, dan disuria. Apabila Anda mengalami beberapa gejala tersebut maka periksakan diri Anda segera.

3. Sifilis

Penyakit reproduksi pria lainnya adalah sifilis. Penyakit sifilis juga biasa disebut 'raja singa'. Sifilis bisa terjadi karena aktivitas seksual. Selain itu, bisa juga karena transfusi darah. Bakteri yang menyebabkan sifilis adalah bakteri *Reponema Pallium*.

4. Gonorhea

Gonorhea atau kencing nanah juga merupakan penyakit reproduksi pria yang sering terjadi. Penyebab dari gonorhea adalah bakteri *Neisseria Gonorrhoeae*. Penyakit ini ditularkan melalui aktivitas seksual yang bebas dan menyimpang.

5. Hipogonadisme

Penyakit sistem reproduksi lainnya pada pria adalah hipogonadisme. Hipogonadisme adalah kondisi di mana testis pria tidak dapat memproduksi hormon testosteron yang cukup. Masalah ini bisa dialami sejak janin berkembang di perut. Penyebab dari hipogonadisme adalah infeksi testis, trauma pada testis, radang buah zakar, sindrom Klinefelter, dan sindrom Kallman. Pria yang mengalami hipogonadisme ini memiliki bentuk alat kelamin yang kurang sempurna dan disfungsi ereksi.

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.

Sumber:

1. Academia: http://www.academia.edu/8978838/BAB_I_gangguan_sistem_reproduksi [diakses pada 28 Januari 2020]
2. Academia: http://www.academia.edu/8586217/Beberapa_Penyakit_Pada_Sistem_Reproduksi_Manusia [diakses pada 28 Januari 2020]
3. Syahm, Aidan: *Bimbingan Konseling*. Surakarta: Mediatama