

Lampiran 1



PRODI D.III KEPERAWATAN TANJUNGGARANG
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGGARANG
Kampus : Jl. Soekarno No. 1 Bandar Lampung Telp/Fax : (0721) 703580

**INFORM KONSENT PASIEN/KELUARGA UNTUK MENJADI SAMPLE DALAM
PENELITIAN LAPORAN TUGAS AKHIR MAHASISWA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ambar Wati
Ttl : 44 Tahun
Alamat : Kalisari

Dengan ini menyatakan setuju dan bersedia untuk menjadi sample dan memberikan data sebagai bahan penelitian laporan tugas akhir mahasiswa yang berada di wilayah kerja puskesmas natar kabupaten lampung selatan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat,tanpa paksaan dari pihak manapun.

Lampung selatan, Februari 2020

AMBAR WATI

Lampiran 2

a. Data Umum

1. Nama Keluarga (KK) :
2. Umur :
3. Alamat dan Telpon :
- Komposisi Keluarga :

No	Nama	Sex	Hub.	Umur TTL	Pend.	Pek.	Status Kes

Genogram

Keterangan :

4. Tipe keluarga :
5. Souk :
6. Agama :
7. Status Sosa Keluarga :
8. Aktivitas Rekreasi :

b. Riwayat dan Tahap Perkembangan Keluarga

9. Tahap perkembangan keluarga saat ini
10. Tahap perkembangan keluarga yang begum terpenuhi
11. Riwayat keluarga inti

12. Riwayat keluarga sebelumnya

c. Lingkungan

13. Karakteristik rumah

14. Karakteristik tetangga dan komunitas RW

15. Mobilitas geografis keluarga

16. Perkumpulan keluarga dan interaksi dengan masyarakat

17. Sistem pendukung keluarga

d. Struktur Keluarga

18. Pola komunikasi keluarga

19. Struktur kekuatan keluarga

20. Struktur peran

21. Nilai dan norma budaya

e. Fungsi keluarga

22. Fungsi afektif

23. Fungsi sosialisasi

24. Fungsi perawatan keluarga

Pemeriksaan fisik (Head to Toe)

f. Stress dan koping keluarga

25. Stressor jangka pendek

26. Stressor jangka panjang

27. Kemampuan keluarga berespon terhadap masalah

28. Strategi koping yang digunakan

29. Strategi adaptasi disfungsional

g. Harapan Keluarga

ANALISIS DATA

NO	DATA	MASALAH KEPERAWATAN
1	DS : Keluarga mengatakan : DO :	
2	DS : Keluarga mengatakan : DO :	
3	Data Subjektif : Data Objektif :	

DIAGNOSIS KEPERAWATAN

- 1.
- 2.

PRIORITAS MASALAH/ SKORING

NO	KRITERIA	BBT	SKOR	PEMBENARAN
1	Sifat Masalah <ul style="list-style-type: none"> • Aktual (3) • Risiko (2) • Potensial (1) 	1		
2	Kemungkinan Masalah Diubah <ul style="list-style-type: none"> • Mudah (2) • Sebagian (1) • Sulit (0) 	2		
3	Potensi Masalah Dicegah <ul style="list-style-type: none"> • Tinggi (3) • Sedang (2) • Rendah (1) 	1		
4	Menonjolnya Masalah <ul style="list-style-type: none"> • Dirasakan dan segera diatasi (2) • Dirasakan tetapi tidak segera diatasi (1) • Tidak dirasakan (0) 	1		
TOTAL				

RENCANA ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA

DX Kep	Tujuan		Evaluasi		Rencana Tindakan
	Umum (P)	Khusus (E)	Kriteria (V, A, P)	Standar	

IMPLEMENTASI DAN EVALUASI KEPERAWATAN

Diagnosis	Tanggal/ jam	Implementasi	Evaluasi (SOAP)

Lampiran 3

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUNING
Jalan Soekarno - Hatta No. 6 Bandar Lampung
Telp : 0721 - 783 852 Faksimile : 0721 - 773 918
Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id> E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.ac.id


10 Februari 2020

Nomor : PP.03.01/I.1/.....⁰⁶²⁴./2020
Lampiran : 1 Eks
Hal : Izin Penelitian

Yang terhormat :

- 1.Kepala Kesbangpol Kabupaten Lampung Selatan
- 2.Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Selatan
- 3.Kepala PSLU Tresna Werda Natar Lampung Selatan
- 4.Kepala SDN 1 Hajimena Lampung Selatan

Di-
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi mahasiswa semester VI Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Tanjungpuruning Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungpuruning Tahun Akademik 2019/2020 maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan Penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin. Sebagai bahan pertimbangan bersama ini kami lampirkan nama Mahasiswa dan institusi yang terkait dengan proposal penelitian.

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.


KORRI, S.Kn.M.Kes
NIP.196212191984021001

Tembusan :
1.Ka. Jurusan Keperawatan
2.Ka-UPT PKM

Lampiran 4

	POLTEKKES TANJUNGGARANG	Kode :	
	PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGGARANG	Tgl :	
	Format Surat Keterangan	Revisi :	
	Telah Melakukan Asuhan Keperawatan	Halaman : 1 dari 1 Halaman	

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN ASUHAN KEPERAWATAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menerangkan bahwa :

Nama Mahasiswa : Harit Azhari

NIM : 17/4401026

Judul Penelitian : Asuhan Keperawatan Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Belajar Pada keluarga Dengan Bahaya Perilaku Onani pada Remaja Pria Di wilayah Kerja Puskesmas Natar Lampung Selatan 2020

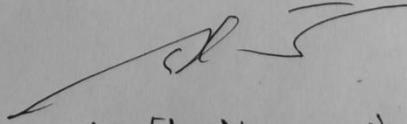
Telah melaksanakan asuhan keperawatan dalam rangka penyusunan laporan tugas akhir karya tulis ilmiah terhitung mulai tanggal 29 s/d 05 bulan Februari - Maret tahun 2020 di Dusun Kaliastri II Desa Kalidari kec. Natar di wilayah kerja Puskesmas Natar Lampung Selatan

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk keperluan bukti pelaksanaan asuhan keperawatan.

Lampung Selatan, 09 / 04 / 2020

Yang Menerangkan

(Kepala Ruangan/Pembimbing/.....)*



Ms. Eka Yulianingsih, S.Kp.

Keterangan:

*Coret/isi sesuai keperluan

Lampiran 5

	POLTEKES TANJUNGPURBAN	Kode	
	PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGPURBAN	Tanggal	
	Formulir	Revisi	
	Persetujuan Judul LTA	Halaman	

JUDUL LAPORAN TUGAS AKHIR

Nama Mahasiswa : Hafit Anhari

NIM : 1714A01026

Judul Yang Diajukan

1. Asuhan keperawatan keluarga Dengan Defisit Pengetahuan tentang Bahaya onani pada Anak Remaja Pria
2. Asuhan keperawatan keluarga Dengan Defisit Pengetahuan tentang Bahaya merokok terhadap anak Balita
3. Asuhan keperawatan keluarga Dengan Gangguan kebutuhan Nutrisi kurang Dari kebutuhan Dalam tahap tumbuh kembang Anak usia Sekolah

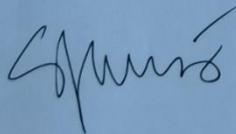
Judul Yang Disetujui :

Asuhan Keperawatan keluarga Dengan Defisit Pengetahuan Tentang Bahaya onani pada Anak Remaja Pria

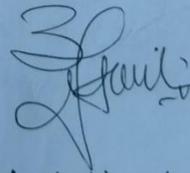
Menyetujui

Pembimbing Pendamping

Bandar Lampung, 23 Januari 2020
Pembimbing Utama



Tumias Sormin - SKM., M. Kes
NIP : 195804241985032004



Dwi Agustanti - M. Kep., Sp. Kom
NIP : 197108111994022001

Lampiran 6

KUESIONER TINGKAT PENGETAHUAN KUESIONER TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG DAMPAK MASTURBASI BAGI KESEHATAN PADA REMAJA LAKI-LAKI DI DESA NATAR KEC. NATAR LAMPUNG SELATAN TAHUN 2020

A. PETUNJUK PENGISIAN

1. Isilah identitas secara lengkap dan benar.
2. Bacalah dengan seksama pertanyaan sebelum menjawab.
3. Berilah jawaban yang benar dan sejujurnya menurut anda, agar diperoleh data yang benar, akurat dan obyektif.
4. Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang dianggap benar.

B. Data Responden

1. Nama (inisial) :
2. Umur :
3. Alamat :
4. Pendidikan terakhir :
 - a. SD
 - b. SMP
 - c. SMA
 - d. Perguruan Tinggi

C. Tingkat Pengetahuan Responden

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Benar	Salah
1.	Onani merupakan meraba bagian tubuh sendiri yang peka sehingga menimbulkan rasa menyenangkan untuk mendapatkan untuk mendapat kepuasan seksual.		
2.	Tingkat pengetahuan tidak berpengaruh terhadap timbulnya perilaku onani pada remaja		
3.	Media masa merupakan faktor penyebab anak remaja melakukan onani		
4.	Teman sebaya tidak berpengaruh terhadap timbulnya perilaku onani pada remaja pria		

5.	Kurangnya peran dari orang tua tidak termasuk dalam faktor penyebab remaja melakukan onani		
6.	Remaja yang berpengetahuan rendah lebih berisiko dan berpotensi untuk sering melakukan onani		
7.	Sering melakukan onani tidak berpotensi menyebabkan penurunan sensitivitas saat melakukan hubungan seksual.		
8.	Kebiasaan melakukan onani tidak dapat mengakibatkan kerusakan pada katup saluran keluar masuknya air mani.		
9.	Melakukan onani dapat menyebabkan timbulnya varikokel		
10.	Kecanduan onani tidak mengakibatkan kondisi psikis (kesehatan mental) terganggu		
11.	Seseorang yang melakukan onani akan merasa malu baik pada diri sendiri maupun orang lain		
12.	Kebiasaan onani pada remaja tidak mempengaruhi hubungan dengan teman sebaya		
13.	Melakukan onani terlalu sering dapat menyebabkan seseorang menjadi terobsesi terhadap perilaku tersebut		
14.	Kebiasaan perilaku onani tidak menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari		
15.	Kebiasaan sering melakukan perilaku onani dapat menjadikan kebiasaan tersebut sebagai bahan pelarian dari masalah hubungan		
16.	Pengaruh onani dapat menimbulkan rasa berdosa terhadap diri sendiri		
17.	Dampak negatif kebiasaan onani dapat menimbulkan rasa bersalah terhadap diri sendiri		
18.	Kebiasaan melakukan onani tidak mengakibatkan terganggunya konsentrasi pada remaja		
19.	Dengan menjadi lebih sibuk, perhatian dari kegiatan onani akan teralihkan.		
20.	Berkonsultasi dengan dokter atau psikiater merupakan solusi untuk mengatasi kecanduan onani		

KISI – KISI SOAL

	BAHAN KAJIAN	JUMLAH SOAL	Urut Soal
	Penertian onani	1	1
	Faktor yang mempengaruhi onani	5	2-6
	onani :	-	-
	a. Dampak terhadap fisik	3	7-9
	b. Dampak terhadap psikologis	3	10-12
	c. Dampak terhadap sosial	3	13-15
	d. Dampak terhadap spiritual	3	16-18
4.	4. Mengatasi onani	2	19-20
JUMLAH SOAL		20	

KUNCI JAWABAN KUESIONER

1. B	6. B	11. B	16. B
2. S	7. S	12. S	17. B
3. B	8. S	13. B	18. S
4. S	9. B	14. S	19. B
5. S	10. S	15. B	20. B

Lampiran 7

LAPORAN PENDAHULUAN

**BAHAYA PERILAKU ONANI PADA ANAK REMAJA PRIA
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NATAR
LAMPUNG SELATAN**



Disusun Oleh :

HAFIT AZHARI
1714401026

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGGARANG JURUSAN
KEPERAWATAN TANJUNGGARANG PROGRAM
STUDI III KEPERAWATAN
TAHUN 2020**



PRODI D.III KEPERAWATAN TANJUNGPURA
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURA
Kampus : Jl. Soekarno No. 1 Bandar Lampung Telp/Fax : (0721) 703580

LAPORAN PENDAHULUAN
PROMOSI KESEHATAN BAHAYA PERILAKU ONANI
PADA REMAJA PRIA

Nama Mahasiswa : Hafit Azhari
Tingkat/Semester/Kelas : Tingkat 3/ Semester 6/ Reguler 1
Tempat Praktik : Wilayah Kerja Puskesmas Natar Lampung Selatan

A. Latar Belakang

Henderson melihat manusia sebagai individu yang membutuhkan bantuan untuk meraih kesehatan, kebebasan atau kematian yang damai, serta bantuan untuk meraih kemandirian. Menurut Henderson, kebutuhan dasar manusia terdiri atas 14 komponen yang merupakan komponen penanganan perawat, ke-14 kebutuhan tersebut adalah sebagai berikut : bernafas secara normal, makan dan minum secara cukup, membuang kotoran tubuh, bergerak dan menjaga posisi yang diinginkan, tidur dan istirahat, Memilih pakaian yang sesuai, Menjaga suhu tubuh tetap dalam batas normal dengan menyesuaikan pakaian dan mengubah lingkungan, menjaga tubuh tetap bersih dan terawat serta melindungi integumen, menghindari bahaya lingkungan yang bisa melukai, berkomunikasi dengan orang lain dalam mengungkapkan emosi, kebutuhan, rasa takut atau pendapat, beribadah sesuai keyakinan, bekerja dengan tata cara yang mengandung unsur prestasi, bermain atau terlibat dalam berbagai kegiatan rekreasi, dan belajar mengetahui atau memuaskan rasa penasaran yang menuntun pada perkembangan normal dan kesehatan serta menggunakan fasilitas kesehatan yang tersedia (Haswita, 2017). Kebutuhan dasar manusia sangatlah penting bagi setiap individu maka dari itu tugas dari setiap individu harus memenuhi kebutuhannya, walaupun bagi sebagian individu masih ada yang mengabaikan kebutuhan dasar tersebut terutama pada kebutuhan belajar.

Kebutuhan belajar adalah kesenjangan yang dapat diukur antara hasil belajar atau kemampuan yang ada sekarang dan hasil belajar atau kemampuan yang diinginkan/dipersyaratkan. Belajar adalah suatu proses perubahan kearah yang lebih baik, yang mengubah seseorang yang tidak tahu menjadi tahu, yang tidak baik menjadi baik, yang tidak pantas menjadi pantas, dan lain-lain (Pusdiklat pegawai kemendikbud, 2016).

Dampak tidak terpenuhinya kebutuhan belajar maka akan berdampak terhadap kehidupan seseorang terutama pemahaman tentang masalah kesehatan menjadi kurang dan dengan kurangnya pengetahuan seseorang terhadap kesehatan dapat mempengaruhi perilaku pada dirinya. Yang mana jika seseorang melakukan sesuatu tanpa didukung dengan pemahaman yang baik maka dia tidak akan memahami dampak-dampaknya, salah satunya contoh yang dapat kita lihat yaitu perilaku menyimpang pada anak remaja salah satunya onani atau masturbasi.

Hubeis (2005) mengungkapkan hasil survei Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) yang dilakukan di tiga provinsi menunjukkan sebanyak 18,2% remaja pada rentang usia 15-18 tahun dilaporkan telah melakukan hubungan seksual. Sebanyak 81,8% sisanya tidak melakukan hubungan seksual tetapi sering melakukan onani atau masturbasi (47%) dan 20% lainnya melakukan petting pada saat pacaran (Wahyuni, 2017).

Onani merupakan menyentuh, menggosok, dan meraba bagian tubuh sendiri yang peka sehingga menimbulkan rasa menyenangkan untuk mendapatkan untuk mendapat kepuasan seksual (organisme) baik tanpa menggunakan alat maupun menggunakan alat (Effendi dkk. 2013). Hal ini sering terjadi terutama pada seorang remaja, karena masa remaja merupakan masa pencapaian kemandirian serta identitas diri dan dengan seiring pertumbuhan primer dan sekunder pada remaja kearah kematangan yang sempurna, akan muncul dorongan atau hasrat untuk melakukan hubungan seksual. Beberapa remaja menyalurkan dorongan atau hasrat untuk melakukan hubungan seksual biasanya dilakukan dengan bantuan orang lain seperti seks pranikah, namun sebagian besar remaja menyalurkan hasrat seksualnya tanpa bantuan orang lain yaitu dengan onani.

Faktor penyebab onani yaitu mudahnya akses informasi terkait dengan pornografi yang di akses oleh anak remaja melalui media masa. Maka dari itu media masa merupakan salah satu faktor yang mendorong remaja melakukan onani dan bahkan tidaklah sedikit remaja pria yang tidak mengetahui dampak dari bahaya onani bagi kesehatan. Dan Masih Ada banyak faktor lain yang berperan terhadap timbulnya perilaku onani pada remaja. Tetapi tayangan media massa yang menonjolkan aspek pornografi yang diyakini berperan terhadap timbulnya perilaku onani, yaitu siswa (39,9%) menggunakan internet sebagai informasi audio visual media porno, 32 siswa (28,1%) menggunakan phone sex sebagai media porno, dan 57,9% bersama teman biasanya siswa menonton media porno. Selain itu, adanya kurang peran dari orang tua (Warlenda dkk. KESKOM, 2018).

Dampak bagi remaja yang suka melakukannya onani dapat berpengaruh terhadap masalah fisik, psikologis, sosial dan spritual. Resiko fisik orang yang sering melakukan onani yaitu antara lain dapat menimbulkan kelelahan dan juga biasanya akan timbul rasa ketagihan. Pengaruh lain onani biasanya akan menimbulkan sifat rasa bersalah, berdosa dan rendah diri karena melakukan hal-hal yang tidak disetujui oleh agama dan nilai-nilai budaya sehingga jika sering melakukan hal-hal yang tidak disetujui oleh agama dan nilai-nilai budaya sehingga jika sering dilakukan akan menyebabkan terganggunya konsentrasi pada remaja tertentu (Efendi dkk, 2013).

Berdasarkan hasil survei SDKI KRR tahun 2012 yaitu pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi masih relatif rendah. Remaja perempuan yang tidak tahu tentang perubahan fisiknya saat pubertas sebanyak 4,7%, sedangkan pada remaja laki-laki masih pada angka yang lebih tinggi yaitu sebanyak 11,1% (Johariah, 2014).

Hasil penelitian dalam jurnal kesehatan komunikasi (2018) menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja dengan onani. Responden dengan pengetahuan rendah mempunyai peluang 3,8 kali untuk sering melakukan onani dibandingkan dengan responden yang berpengetahuan tinggi, orang tua yang tidak berperan mempunyai peluang

responden 3,7 kali untuk sering melakukan masturbasi dibandingkan responden yang orang tuanya berperan dan responden yang dipengaruhi oleh teman sebaya mempunyai peluang 5 kali untuk sering melakukan masturbasi dibandingkan responden yang tidak dipengaruhi teman sebaya (Warlenda dkk. KESKOM, 2018)..

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh penulis tentang perilaku onani pada remaja di daerah natar lampung selatan. Dalam survei ini penulis mengambil sebanyak 5 remaja laki-laki untuk dilakukan wawancara tentang onani. Selanjutnya setelah dilakukan wawancara kepada 5 orang remaja didapatkan hasil 4 remaja (80%) pernah melakukan onani sedangkan 1 remaja (20%) mengatakan tidak pernah melakukan onani. Dari hasil wawancara juga didapatkan 3 remaja mengaku melakukan onani karena menonton video porno yang di akses dari media masa dan 1 remaja melakukan onani dipengaruhi oleh teman sebaya. Tetapi dari 4 remaja laki-laki yang pernah melakukan onani tidak tahu dampak negatif dari onani yang dilakukannya. Data kurang pengetahuan remaja terhadap onani diperkuat dengan hasil kuisisioner yang dibagikan, hasil menunjukkan dari 5 orang remaja terdapat 2 orang (<56%), 2 orang (65%), 1 orang (75%). Remaja juga mengatakan akses tenaga kesehatan belum pernah memberikan penyuluhan kepada remaja dan mereka hanya mendapatkan informasi tentang seks dari media.

Hasil penelitian diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Sartika (2014), yang berjudul faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku masturbasi siswa-siswi di SMA Negeri 2 Cikarang Utara Bekasi tahun 2014 menyatakan bahwa mayoritas remaja dengan pengetahuan rendah sebanyak 29 orang (67,4%), dengan hasil dari uji Chi-square didapatkan nilai pvalue 0,000 ($p\text{-value} < \alpha 0,05$), yang artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan terhadap perilaku masturbasi.

Pengetahuan sangat berpengaruh terhadap perilaku onani pada remaja karena responden yang berpengetahuan tinggi akan lebih banyak mendapatkan informasi yang positif tentang reproduksi kesehatan remaja, memahami dan mengerti tentang perilaku masturbasi sehingga dapat mencegah perilaku seks yang menyimpang tetapi tidak menutupi kemungkinan akan melakukan

penyimpangan karena pengetahuan yang setengah-setengah atau pengetahuan kurang. Hasil penelitian ini sesuai dengan keadaan responden yang ada yaitu kebanyakan remaja yang berpengetahuan rendah lebih berisiko dan berpotensi untuk sering melakukan dikarenakan mereka tidak mengetahui risiko dan bahaya yang akan terjadi dan tidak mengetahui antisipasi apa yang akan mereka lakukan dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan tinggi (Warlenda dkk. KESKOM, 2018).

Peran keluarga sangatlah dibutuhkan dalam memberikan pengetahuan mengenai seksualitas pada remaja. Dimana menurut penelitian Friedman 2010 keluarga merupakan sistem dasar tempat perilaku dan perawatan kesehatan di atur, dilakukan dan dijalankan. Keluarga memiliki tanggung jawab utama dalam layanan kesehatan yaitu dengan memberikan informasi kesehatan (promosi kesehatan) dan perawatan kesehatan preventif, serta perawatan kesehatan lain bagi anggota keluarga yang sakit. Keluarga mempunyai peranan penting dalam penentuan keputusan untuk mencari dan mematuhi anjuran pengobatan. Keluarga juga menjadi faktor yang sangat mempengaruhi dan menentukan keyakinan dan nilai kesehatan individu serta menentukan tentang program pengobatan yang diterima. Keluarga juga memberi dukungan dan membuat keputusan mengenai perawatan diri anggota keluarga yang sakit. Dukungan keluarga berdampak pada kesehatan dan kesejahteraan individu, yang berhubungan dengan menurunnya moralitas, lebih mudah sembuh dari sakit, meningkatnya fungsi kognitif dan kesehatan emosi individu (Achjar, 2010). Hal-hal diatas sangat dipengaruhi oleh pendekatan kepada keluarga atau orang tua terhadap nilai-nilai kesehatan. Pengetahuan sebagai salah satu unsur yang mendekati kualitas kesehatan.

Salah satu peran perawat dalam memenuhi kebutuhan dasar dalam meningkatkan pengetahuan yaitu dengan cara pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan dalam upaya terencana untuk perubahan perilaku masyarakat sesuai dengan norma-norma kesehatan. Pendidikan kesehatan ini merupakan upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Perubahan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan yang

terjadi, seharusnya didasarkan pengetahuan dan kesadaran melalui proses pembelajaran yang dihasilkan akibat pendidikan kesehatan.

Oleh karena itu, penting sekali membekali pengetahuan bagi keluarga dan masyarakat untuk memahami tentang ruang lingkup bahkan informasi lainnya mengenai bahaya perilaku onani pada remaja pria. Maka dari itu, akan diadakannya promosi kesehatan ataupun pendidikan kesehatan bagi masyarakat untuk mengembangkan pola pikir mengenai kesehatan khususnya mengenai masalah perilaku onani pada remaja pria bisa dicegah ataupun diatasi.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah mengikuti penyuluhan bahaya perilaku onani pada remaja pria, diharapkan keluarga pasien memahami tentang bahaya perilaku onani pada remaja pria.

2. Tujuan Khusus

Setelah keluarga pasien mengikuti promosi kesehatan tentang bahaya perilaku onani pada remaja pria selama 30 menit, diharapkan bahwa tanpa media yang digunakan dapat :

- a. Menjelaskan pengertian perilaku onani
- b. Menyebutkan dan menjelaskan faktor yang mempengaruhi perilaku onani
- c. Menyebutkan dan menjelaskan dampak onani dari kebiasaan onani pada remaja pria
- d. Menjelaskan cara pencegahan perilaku onani pada remaja pria
- e. Menyebutkan manfaat fasilitas kesehatan untuk menangani kebiasaan onani pada remaja pria

C. Rencana Kegiatan

1. Topik : Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA)
2. Metode : Lembar balik dan leaflet
3. Tempat : Wilayah Kerja Puskesmas Natar Lampung Selatan
4. Waktu : 04 Maret 2020

5. Pengorganisasian

- a. Pembimbing : Dwi Agustanti, M.Kep., Sp.Kom
- b. Penyaji : Hafit Azhari

D. Kriteria

1. Struktur :

- a. Ruang kondusif.
- b. Peralatan memadai.
- c. Media dan materi tersedia dan memadai.
- d. SDM memadai.

2. Proses :

- a. Ketepatan waktu pelaksanaan.
- b. Peran serta aktif klien.
- c. Penyampaian materi promosi kesehatan oleh penyaji.
- d. Faktor pendukung dan faktor penghambatan.

3. Hasil :

- a. Penyaji mengajukan pertanyaan 5 secara langsung kepada klien tentang materi yang dijelaskan.
- b. Bila klien dapat menjawab >60% dari pertanyaan yang diajukan maka dikategorikan pengetahuan baik.

E. Materi

1. Definisi Onani

Perilaku onani adalah menyentuh, menggosok, dan meraba bagian tubuh sendiri yang peka sehingga menimbulkan rasa menyenangkan untuk mendapatkan kepuasan seksual (organisme) baik tanpa menggunakan alat maupun menggunakan alat. Biasanya onani dilakukan pada bagian tubuh yang sensitif, namun tidak sama pada masing-masing orang seperti puting payudara, paha bagian dalam, alat kelamin (bagi wanita terletak pada klitoris dan sekitar vagina sedangkan bagi pria terletak pada sekitar kepala dan sekitar leher penis). Perilaku onani merupakan salah satu perilaku seksual yang

sering dilakukan bila seseorang tidak mampu menahan dorongan seksualnya. Perilaku onani terjadi karena kurangnya informasi tentang bahaya dari onani tersebut.

Istilah onani diambil dari seseorang bernama onan yang sejak kecil sering merasa kesepian. Untuk mengatasi rasa kesepiannya ia mencari hiburan dengan membayangkan hal-hal erotis sambil sambil mengeksplorasi bagian-bagian tubuhnya yang sensitif sehingga mendapatkan suatu kenikmatan. Nama onan ini berkembang menjadi onani. Istilah onani lainnya yang dipakai dengan arti sama yaitu swalayan, ngocok, atau manipulatif, dan sebagainya (Efendi dkk. 2013).

2. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Onani

Ada banyak faktor yang berperan terhadap timbulnya perilaku onani pada remaja pria, yaitu sebagai berikut :

a) Media Masa

Salah satu faktor yang sangat berperan terhadap timbulnya perilaku onani adalah meningkatnya penyebaran informasi dan rangsangan seksual melalui media massa. Media massa sangat berperan dalam mendorong remaja untuk melakukan onani, semakin sering terpapar media massa maka semakin sering pula melakukan onani. Media massa bagi remaja merupakan sesuatu yang baru dan sangat menarik perhatian, semakin menarik informasi media massa semakin banyak pengulangan informasi seksualitas yang terjadi. Selain itu, bentuk efek paparan yang paling banyak dialami oleh remaja adalah adiksi (ketagihan). Media massa sebagai pilihan remaja menjadi lebih luas dalam hal mencari informasi, masalahnya banyak media informasi yang menawarkan berita tidak sepenuhnya bermanfaat. Namun tidak banyak media yang diakses oleh remaja, dampaknya menyebabkan terpaparnya remaja oleh media massa lebih tinggi.

b) Pengetahuan

Pengetahuan sangat berpengaruh terhadap perilaku masturbasi remaja karena responden yang berpengetahuan tinggi akan lebih banyak mendapatkan informasi yang positif tentang reproduksi kesehatan remaja, memahami dan mengerti tentang perilaku masturbasi sehingga dapat mencegah perilaku seks yang menyimpang tetapi tidak menutupi kemungkinan akan melakukan penyimpangan karena pengetahuan yang setengah-setengah atau pengetahuan kurang. Kebanyakan remaja yang berpengetahuan rendah lebih berisiko dan berpotensi untuk sering melakukan dikarenakan mereka tidak mengetahui risiko dan bahaya yang akan terjadi dan tidak mengetahui antisipasi apa yang akan mereka lakukan dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan tinggi.

c) Pengaruh Teman Sebaya

Pengaruh teman sebaya sangatlah besar pengaruhnya terhadap remaja. Dikarenakan sama umur/sebaya, pemikiran, keinginan dan harapan sehingga dapat dengan mudah menyatukan misi bersama. Lebih terbukanya remaja terhadap teman sebaya dinominasikan dengan lebih up to date dibandingkan dengan jawaban orang tua yang terkesan zaman dulu. Pengaruh teman sebaya lebih cepat dicerna oleh remaja dikalangannya. Tidak ingin ketinggalan juga berita terbaru, sehingga banyak remaja yang mengikuti atau terpengaruh oleh teman sebayanya, baik yang bernilai positif maupun negatif. Peran orang tua disini juga sangat berperan untuk memperhatikan remaja tersebut, karena salah satu perilaku menyimpang dikarenakan kurangnya perhatian dari orang tua. Sehingga arus pengaruh teman sebaya mudah memasuki jiwa remaja yang merupakan masa kritis dalam pencarian jadi diri mereka. Tingginya pengaruh teman sebaya pada remaja menyebabkan remaja lebih berisiko melakukan perilaku onani, dibandingkan dengan remaja yang tidak dipengaruhi teman sebaya.

d) Peran Orang Tua

Peran orang tua dalam memberikan dukungan kepada remaja untuk melakukan aktivitas yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari membuat remaja selalu berfikir positif. Dalam hal ini peran orang tua sangatlah penting terutama dalam membangun komunikasi secara terbuka antara orang tua dan remaja mengenai masalah seputar seksualitas terutama perilaku masturbasi pada remaja. Bahwa semakin tidak berperannya orang tua semakin buruk perilaku onani pada anak. Remaja lebih senang menyimpan dan memilih jalannya sendiri tanpa berani mengungkapkan kepada orang tua. Hal ini disebabkan karena ketertutupan orang tua terhadap anak terutama masalah seks yang dianggap tabu untuk dibicarakan serta kurang terbukanya anak terhadap orang tua karena anak merasa takut untuk bertanya. Selain itu, orang tua belum mampu berkomunikasi untuk membahas masalah seks dengan anak/remajanya karena keterbatasan informasi atau pengetahuannya serta budaya yang masih menganggap tabu dan informasi tentang seks dapat mendorong hubungan seks (Warlenda dkk dalam KESKOM, 2018).

3. Dampak Onani

Dampak bagi remaja yang suka melakukan onani biasanya akan ketagihan dan akan mengganggu kesehatan. Berikut beberapa dampak yang bisa terjadi akibat kebiasaan onani adalah:

a. Dampak terhadap fisik

1) Menurunkan sensitivitas saat berhubungan sek

Onani berpotensi menyebabkan penurunan sensitivitas saat melakukan hubungan seksual. Hal ini disebabkan rangsangan yang terus-menerus pada penis dapat meningkatkan ambang rangsang seorang pria. Jika pria memiliki metode masturbasi agresif dengan rangsangan yang berlebihan pada penisnya, maka mereka dapat mengalami penurunan sensasi

ketika melakukan hubungan seksual dengan pasangannya (www.klikdokter.com).

2) Kebocoran katup air mani

Kerusakan saraf selain mempengaruhi kualitas ereksi ternyata juga dapat menyebabkan terjadinya kerusakan pada katup saluran keluar masuknya air mani. Kerusakan pada katup tersebut akan menyebabkan mani kadang keluar walaupun penis tidak dalam keadaan ereksi.

3) Iritasi dan kelelahan

Jika seorang pria mengalami orgasme maka semua otot dalam tubuhnya akan mengalami kontraksi sehingga akan mengakibatkan terkurasnya sebagian besar stamina pria tersebut. Jika orgasme dialami secara berulang maka kemungkinan besar pria tersebut akan mengalami kelelahan sepanjang hari serta mengantuk yang hampir tak terkira. Padahal, frekuensi onani yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai efek samping, seperti iritasi pada kulit penis.

4) Nyeri punggung dan selangkangan

Kontraksi otot pada saat mengalami orgasme bisa menyebabkan nyeri otot, terutama di area punggung dan selangkangan.

5) Ejakulasi dini

Jika terlalu sering melakukan masturbasi maka akan menderita ejakulasi dini karena otot sudah dilatih untuk menerima rangsangan yang sangat minim dengan respon yang maksimal. Masalah lain yang timbul adalah berkurangnya sensitivitas terhadap sentuhan orang lain, dan lebih akrab dengan sentuhan diri. Terlalu sering melakukannya juga dapat memicu kulit lecet, pembengkakan organ intim karena tidak menggunakan pelumas.

6) Varikokel

Terlalu banyak mengeluarkan sperma (onani) pada pria juga ternyata dapat berakibat sangat fatal, yakni dapat mengakibatkan terjadinya gangguan varikokel yaitu seperti varises, namun varikokel terjadi di bagian alat kelamin pria. Varikokel dapat terjadi jika terlalu ekstrim dalam melakukan onani yakni dengan menjepit alat kelamin pria, hal ini dapat memicu terjadinya varikokel (jambi.tribunnews.com).

b. Dampak terhadap psikologis

psikologis dari onani yaitu onani dapat menimbulkan perasaan bersalah dan malu, *self control* (kontrol diri) yang rendah, biasanya pelaku onani akan mengalami krisis kepercayaan diri (*self confidence*), onani yang terlalu sering dapat menjadi suatu obsesi dalam diri individu, terisolasi (Apriyani dalam Wahyuni, 2017 Karya Tulis Ilmiah).

1) Rasa bersalah

Orang yang melakukan onani bisa memiliki rasa bersalah yang mendalam, perasaan bersalah ini nantinya dapat menyebabkan gangguan psikis yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Apabila onani sering dilakukan oleh remaja dikhawatirkan onani akan menjadi kebiasaan mereka sehingga, akan timbul hal-hal yang tidak diinginkan seperti perasaan bersalah dan berdosa (www.klikdokter.com).

2) Timbul rasa malu

Menurut dari beberapa dokter, tampak paling umum dari onani adalah kondisi psikis pelaku terganggu. Tampaknya adalah menurunnya tingkat kepercayaan diri dan malu saat berada di lingkungan sosial. Penampakan psikis seperti ini umumnya hanya dirasakan oleh orang yang melakukan onani terlalu sering (bali.tribunnews.com).

c. Dampak terhadap sosial

Salah satu hal yang dapat terjadi jika Anda kecanduan masturbasi adalah terjadinya gangguan pada aktivitas sehari-hari. Dalam banyak kasus, keinginan untuk melakukan masturbasi dapat membayangkan-pikiran sehingga dirinya melakukan tindakan tidak senonoh itu tanpa tahu situasi dan keadaan. Hal seperti ini dapat menyebabkan:

- 1) Memengaruhi hubungan dengan teman
- 2) Kehilangan konsentrasi saat bekerja, yang berpotensi menyebabkan kehilangan pekerjaan, penurunan prestasi sekolah, atau tidak mengikuti acara sosial
- 3) Menjadikan masturbasi sebagai bahan pelarian dari masalah hubungan (www.klikdokter.com).

d. Dampak terhadap spiritual

Pengaruh onani biasanya akan bersifat rasa bersalah dan berdosa karena mereka khawatir bahwa telah melakukan perilaku yang tidak disetujui dan bertentangan dengan kepercayaan, spiritual, atau budaya yang dianut. Sehingga jika sering dilakukan akan menyebabkan terganggunya konsentrasi pada remaja tertentu (Efendi dkk, 2013).

4. Cara Mengatasi Onani

Terdapat beberapa cara agar tidak tenggelam ke dalam jeratan onani atau masturbasi yang dapat menyebabkan gangguan pada kondisi fisik maupun mental. Cara-cara tersebut adalah sebagai berikut:

a. Singkirkan yang menggoda keinginan untuk onani

Seperti akses ke konten-konten pornografi, dan konten yang memicu lainnya. Juga, jika merasakan ingin melakukan onani pada waktu-waktu tertentu dalam sehari. Lakukanlah cara berhenti onani dengan membuat diri tetap sibuk pada hal-hal lain pada waktu tersebut. seperti dapat mencoba berolahraga karena akan memberi

kebebasan dan membuaseseseorang merasa lelah untuk melakukan banyak hal lain.

Jika sering onani karena merasa kesepian, cari cara menghilangkan kebiasaan onani untuk membatasi kesendirian. Misalnya, alih-alih menonton pertandingan di rumah sendirian, tontonlah di kafe. Bahkan jika tidak bergaul dengan teman-teman, pada akhirnya tidak punya waktu untuk onani.

b. Temukan kesibukan

Temukan kesibukan lain untuk waktu dan energi dengan mengisi kegiatan yang menarik. Kegembiraan melakukan sesuatu yang berbeda dapat membantu menggantikan keinginan untuk melakukan onani, misalnya seperti :

1) Berliburlah

Proses mengubah dorongan seksual menjadi hasil kreatif (disebut sublimasi) Mulailah menulis, belajar memainkan alat musik, melukis, menggambar, atau melakukan apapun yang membuat diri merasa sedang melakukan sesuatu yang produktif.

2) Berolahraga.

Dibutuhkan kedisiplinan dan ketekunan untuk unggul dalam olahraga. Kembangkan minat seperti berlari atau berenang, atau olahraga kelompok seperti sepak bola, futsal, bola basket, atau tenis.

3) Makan yang sehat.

Cara menghilangkan kebiasaan onani dengan mengonsumsi makanan yang menyehatkan juga dapat membantu. Buah dan sayuran memiliki efek sehat pada tubuh dan memberikan nutrisi yang diperlukan untuk meningkatkan energi agar lebih aktif sepanjang hari.

4) Temukan hobi baru atau kembangkan keterampilan

Mempelajari sesuatu yang membutuhkan waktu untuk dikuasai dapat memfokuskan kembali otak pada keterlambatan

pencapaian tujuan alih-alih kepuasan melakukan onani. Cobalah keterampilan seperti memasak, bengkel kayu, bengkel sepeda motor, memanah, berbicara di depan umum, berkebun, dan kegiatan lainnya yang disukai (doktersehat.com).

5. Manfaat Fasilitas Kesehatan

Jika sudah mencoba segala cara berhenti onani dan sepertinya tidak bisa mengendalikan kecanduan onani, mungkin sudah waktunya untuk memberi tahu orang lain tentang masalah tersebut dan meminta bantuan. Jangan merasa malu, dan ingat bahwa banyak orang memiliki masalah yang sama seperti kecanduan. Mencari bantuan adalah tindakan yang berani, dan kebanyakan orang yang ditanya akan melihatnya seperti itu. Pelayanan kesehatan yang dapat dituju seperti psikolog, dokter, atau puskesmas dan bisa juga meminta petunjuk dari guru agama (doktersehat.com).

F. Sumber Pustaka

Effendi, Ferry & makhfudli (2013). Keperawatan kesehatan komunitas : teori dan praktik dalam keperawatan. Jakarta: Selemba Medika.

<https://doktersehat.com/cara-menghentikan-kebiasaan-onani-pada-pria/>
(diakses tanggal 22 Februari 2020)

<https://jambi.tribunnews.com/2018/04/21/ada-10-dampak-buruk-buat-pria-yang-sering-keluarkan-air-mani-cowok-wajib-baca?page=all>. (diakses tanggal 11 Februari 2020)

<https://bali.tribunnews.com/2017/03/18/inilah-tanda-tanda-seorang-pria-kecanduan-onani-penyakit-ini-mengintai?page=all>. (diakses 10 Februari 2020)

<https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3626586/kenali-dampak-masturbasi-pada-kesehatan-fisik-dan-mental-pria>. (diakses 10 Februari 2020).

Wahyuni, Putri. 2017 Karya Tulis Ilmiah : Tingkat Pengetahuan Tentang Dampak Masturbasi Bagi Kesehatan Pada Remaja Laki-Laki Kelas X Di Smk Negeri 2 Godean Sleman Yogyakarta <https://s3.amazonaws.com> (diakses tanggal 29 Januari 2020).

Warlenda dkk, 2018. Jurnal Kesehatan Komunitas : Determinan Masturbasi Pada Remaja di SMA Negeri 3 Tapung Kabupaten Kampar tahun 2017 <http://jurnal.htp.ac.id> diakses(tanggal 29 Januari 2020).

Lampiran 8

SATUAN ACARA PENYULUHAN

**BAHAYA PERILAKU ONANI PADA ANAK REMAJA PRIA
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NATAR
LAMPUNG SELATAN**



Disusun Oleh :

HAFIT AZHARI
1714401026

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGGARANG JURUSAN
KEPERAWATAN TANJUNGGARANG PROGRAM
STUDI DIII KEPERAWATAN
TAHUN 2020**



PRODI D.III KEPERAWATAN TANJUNGPURBA
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURBA
Kampus : Jl. Soekarno No. 1 Bandar Lampung Telp/Fax : (0721) 703580

SATUAN ACARA PROMKES (SAP)

Topik	: Bahaya Perilaku Onani Pada Remaja Pria
Tempat	: Wilayah Kerja Puskesmas Natar Lampung Selatan
Hari/Tanggal	: 04 Maret 2020
Waktu	: 30 menit
Sasaran	: Keluarga Pasien Dengan Tahap Tumbuh Kembang Remaja Pria

A. Latar Belakang

Menurut Henderson, kebutuhan dasar manusia terdiri atas 14 komponen yang merupakan komponen penanganan perawatan, ke-14 kebutuhan tersebut adalah sebagai berikut : bernafas secara normal, makan dan minum secara cukup, membuang kotoran tubuh, bergerak dan menjaga posisi yang diinginkan, tidur dan istirahat, Memilih pakaian yang sesuai, Menjaga suhu tubuh tetap dalam batas normal dengan menyesuaikan pakaian dan mengubah lingkungan, menjaga tubuh tetap bersih dan terawat serta melindungi integumen, menghindari bahaya lingkungan yang bisa melukai, berkomunikasi dengan orang lain dalam mengungkapkan emosi, kebutuhan, rasa takut atau pendapat, beribadah sesuai keyakinan, bekerja dengan tata cara yang mengandung unsur prestasi, bermain atau terlibat dalam berbagai kegiatan rekreasi, dan belajar mengetahui atau memuaskan rasa penasarannya yang menuntun pada perkembangan normal dan kesehatan serta menggunakan fasilitas kesehatan yang tersedia (Haswita, 2017). Kebutuhan dasar manusia sangatlah penting bagi setiap individu maka dari itu tugas dari setiap individu harus memenuhi kebutuhannya, walaupun bagi sebagian individu masih ada yang mengabaikan kebutuhan dasar tersebut terutama pada kebutuhan belajar.

Kebutuhan belajar adalah kesenjangan yang dapat diukur antara hasil belajar atau kemampuan yang ada sekarang dan hasil belajar atau kemampuan

yang diinginkan/dipersyaratkan. Belajar adalah suatu proses perubahan kearah yang lebih baik, yang mengubah seseorang yang tidak tahu menjadi tahu, yang tidak baik menjadi baik, yang tidak pantas menjadi pantas, dan lain-lain (Pusdiklat pegawai kemendikbud, 2016).

Dampak tidak terpenuhinya kebutuhan belajar maka akan berdampak terhadap kehidupan seseorang terutama pemahaman tentang masalah kesehatan menjadi kurang dan dengan kurangnya pengetahuan seseorang terhadap kesehatan dapat mempengaruhi perilaku pada dirinya. Yang mana jika seseorang melakukan sesuatu tanpa didukung dengan pemahaman yang baik maka dia tidak akan memahami dampak-dampaknya, salah satunya contoh yang dapat kita lihat yaitu perilaku menyimpang pada anak remaja salah satunya onani atau masturbasi.

Hubeis (2005) mengungkapkan hasil survei Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) yang dilakukan di tiga provinsi menunjukkan sebanyak 18,2% remaja pada rentang usia 15-18 tahun dilaporkan telah melakukan hubungan seksual. Sebanyak 81,8% sisanya tidak melakukan hubungan seksual tetapi sering melakukan onani atau masturbasi (47%) dan 20% lainnya melakukan *petting* pada saat pacaran (Wahyuni, 2017).

Onani merupakan menyentuh, menggosok, dan meraba bagian tubuh sendiri yang peka sehingga menimbulkan rasa menyenangkan untuk mendapatkan untuk mendapat kepuasan seksual (organisme) baik tanpa menggunakan alat maupun menggunakan alat (Effendi dkk. 2013). Hal ini sering terjadi terutama pada seorang remaja, karena masa remaja merupakan masa pencapaian kemandirian serta identitas diri dan dengan seiring pertumbuhan primer dan sekunder pada remaja kearah kematangan yang sempurna, akan muncul dorongan atau hasrat untuk melakukan hubungan seksual. Beberapa remaja menyalurkan dorongan atau hasrat untuk melakukan hubungan seksual biasanya dilakukan dengan bantuan orang lain seperti seks pranikah, namun sebagian besar remaja menyalurkan hasrat seksualnya tanpa bantuan orang lain yaitu dengan onani.

Faktor penyebab onani yaitu mudahnya akses informasi terkait dengan pornografi yang di akses oleh anak remaja melalui media masa. Maka dari itu

media masa merupakan salah satu faktor yang mendorong remaja melakukan onani dan bahkan tidaklah sedikit remaja pria yang tidak mengetahui dampak dari bahaya onani bagi kesehatan. Dan Masih Ada banyak faktor lain yang berperan terhadap timbulnya perilaku onani pada remaja. Tetapi tayangan media massa yang menonjolkan aspek pornografi yang diyakini berperan terhadap timbulnya perilaku onani, yaitu siswa (39,9%) menggunakan internet sebagai informasi audio visual media porno, 32 siswa (28,1%) menggunakan phone sex sebagai media porno, dan 57,9% bersama teman biasanya siswa menonton media porno. Selain itu, adanya kurang peran dari orang tua (Warlenda dkk. KESKOM, 2018).

Dampak bagi remaja yang suka melakukannya onani dapat berpengaruh terhadap masalah fisik, psikologis, sosial dan spritual. Resiko fisik orang yang sering melakukan onani yaitu antara lain dapat menimbulkan kelelahan dan juga biasanya akan timbul rasa ketagihan. Pengaruh lain onani biasanya akan menimbulkan sifat rasa bersalah, berdosa dan rendah diri karena melakukan hal-hal yang tidak disetujui oleh agama dan nilai-nilai budaya sehingga jika sering melakukan hal-hal yang tidak disetujui oleh agama dan nilai-nilai budaya sehingga jika sering dilakukan akan menyebabkan terganggunya konsentrasi pada remaja tertentu (Efendi dkk, 2013).

Berdasarkan hasil survei SDKI KRR tahun 2012 yaitu pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi masih relatif rendah. Remaja perempuan yang tidak tahu tentang perubahan fisiknya saat pubertas sebanyak 4,7%, sedangkan pada remaja laki-laki masih pada angka yang lebih tinggi yaitu sebanyak 11,1% (Johariah, 2014).

Hasil penelitian dalam jurnal kesehatan komunikasi (2018) menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja dengan onani. Responden dengan pengetahuan rendah mempunyai peluang 3,8 kali untuk sering melakukan onani dibandingkan dengan responden yang berpengetahuan tinggi, orang tua yang tidak berperan mempunyai peluang responden 3,7 kali untuk sering melakukan masturbasi dibandingkan responden yang orang tuanya berperan dan responden yang dipengaruhi oleh

teman sebaya mempunyai peluang 5 kali untuk sering melakukan masturbasi dibandingkan responden yang tidak dipengaruhi teman sebaya (Warlenda dkk. KESKOM, 2018)..

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh penulis tentang perilaku onani pada remaja di daerah natar lampung selatan. Dalam survei ini penulis mengambil sebanyak 5 remaja laki-laki untuk dilakukan wawancara tentang onani. Selanjutnya setelah dilakukan wawancara kepada 5 orang remaja didapatkan hasil 4 remaja (80%) pernah melakukan onani sedangkan 1 remaja (20%) mengatakan tidak pernah melakukan onani. Dari hasil wawancara juga didapatkan 3 remaja mengaku melakukan onani karena menonton video porno yang di akses dari media masa dan 1 remaja melakukan onani dipengaruhi oleh teman sebaya. Tetapi dari 4 remaja laki-laki yang pernah melakukan onani tidak tahu dampak negatif dari onani yang dilakukannya. Data kurang pengetahuan remaja terhadap onani diperkuat dengan hasil kuisisioner yang dibagikan, hasil menunjukan dari 5 orang remaja terdapat 2 orang (<56%), 2 orang (65%), 1 orang (75%). Remaja juga mengatakan akses tenaga kesehatan belum pernah memberikan penyuluhan kepada remaja dan mereka hanya mendapatkan informasi tentang seks dari media.

Hasil penelitian diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Sartika (2014), yang berjudul faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku masturbasi siswa-siswi di SMA Negeri 2 Cikarang Utara Bekasi tahun 2014 menyatakan bahwa mayoritas remaja dengan pengetahuan rendah sebanyak 29 orang (67,4%), dengan hasil dari uji Chi-square didapatkan nilai pvalue 0,000 ($p\text{-value} < \alpha 0,05$), yang artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan terhadap perilaku masturbasi.

Pengetahuan sangat berpengaruh terhadap perilaku onani pada remaja karena responden yang berpengetahuan tinggi akan lebih banyak mendapatkan informasi yang positif tentang reproduksi kesehatan remaja, memahami dan mengerti tentang perilaku masturbasi sehingga dapat mencegah perilaku seks yang menyimpang tetapi tidak menutupi kemungkinan akan melakukan penyimpangan karena pengetahuan yang setengah-setengah atau pengetahuan kurang. Hasil penelitian ini sesuai dengan keadaan responden yang ada yaitu

kebanyakan remaja yang berpengetahuan rendah lebih berisiko dan berpotensi untuk sering melakukan dikarenakan mereka tidak mengetahui risiko dan bahaya yang akan terjadi dan tidak mengetahui antisipasi apa yang akan mereka lakukan dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan tinggi (Warlenda dkk. KESKOM, 2018).

Peran keluarga sangatlah dibutuhkan dalam memberikan pengetahuan mengenai seksualitas pada remaja. Dimana menurut penelitian Friedman 2010 keluarga merupakan sistem dasar tempat perilaku dan perawatan kesehatan di atur, dilakukan dan dijalankan. Keluarga memiliki tanggung jawab utama dalam layanan kesehatan yaitu dengan memberikan informasi kesehatan (promosi kesehatan) dan perawatan kesehatan *preventif*, serta perawatan kesehatan lain bagi anggota keluarga yang sakit. Keluarga mempunyai peranan penting dalam penentuan keputusan untuk mencari dan mematuhi anjuran pengobatan. Keluarga juga menjadi faktor yang sangat mempengaruhi dan menentukan keyakinan dan nilai kesehatan individu serta menentukan tentang program pengobatan yang diterima. Keluarga juga memberi dukungan dan membuat keputusan mengenai perawatan diri anggota keluarga yang sakit. Dukungan keluarga berdampak pada kesehatan dan kesejahteraan individu, yang berhubungan dengan menurunnya moralitas, lebih mudah sembuh dari sakit, meningkatnya fungsi kognitif dan kesehatan emosi individu (Achjar, 2010). Hal-hal diatas sangat dipengaruhi oleh pendekatan kepada keluarga atau orang tua terhadap nilai-nilai kesehatan. Pengetahuan sebagai salah satu unsur yang mendekati kualitas kesehatan.

Salah satu peran perawat dalam memenuhi kebutuhan dasar dalam meningkatkan pengetahuan yaitu dengan cara pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan dalam upaya terencana untuk perubahan perilaku masyarakat sesuai dengan norma-norma kesehatan. Pendidikan kesehatan ini merupakan upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Perubahan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan yang terjadi, seharusnya didasarkan pengetahuan dan kesadaran melalui proses pembelajaran yang dihasilkan akibat pendidikan kesehatan.

Oleh karena itu, penting sekali membekali pengetahuan bagi keluarga dan masyarakat untuk memahami tentang ruang lingkup bahkan informasi lainnya mengenai bahaya perilaku onani pada remaja pria. Maka dari itu, akan diadakannya promosi kesehatan ataupun pendidikan kesehatan bagi masyarakat untuk mengembangkan pola pikir mengenai kesehatan khususnya mengenai masalah perilaku onani pada remaja pria bisa dicegah ataupun diatasi.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah mengikuti penyuluhan bahaya perilaku onani pada remaja pria, diharapkan keluarga pasien memahami tentang bahaya perilaku onani pada remaja pria.

2. Tujuan Khusus

Setelah keluarga pasien mengikuti promosi kesehatan tentang bahaya perilaku onani pada remaja pria selama 30 menit, diharapkan bahwa tanpa media yang digunakan dapat :

- a.) Menjelaskan pengertian perilaku onani
- b.) Menyebutkan dan menjelaskan faktor yang mempengaruhi perilaku onani
- c.) Menyebutkan dan menjelaskan dampak onani dari kebiasaan onani pada remaja pria
- d.) Menjelaskan cara pencegahan perilaku onani pada remaja pria
- e.) Menyebutkan manfaat fasilitas kesehatan untuk menangani kebiasaan onani pada remaja pria

C. Materi

1. Pengertian perilaku onani
2. Faktor yang mempengaruhi perilaku onani
3. Dampak onani dari kebiasaan onani pada remaja pria
4. Cara pencegahan perilaku onani pada remaja pria
5. Manfaat fasilitas kesehatan untuk menangani kebiasaan onani pada remaja pria

D. Strategi Penyuluhan

1. Persiapan
 - a. Survei karakter dan lokasi sarana
 - b. Menyiapkan alat dan bahan
2. Pelaksanaan

No	Kegiatan	Waktu	Kegiatan	
			Penyaji	Klien
1.	Pembukaan	5 menit	Memberi salam dan membuka acara	Menjawab salam dan mendengarkan
			Perkenalan	Mendengar dan memperhatikan
			Menjelaskan tujuan promosi kesehatan	Mendengar dan memperhatikan
			Menjelaskan tata tertib dan waktu yang disepakati.	Mendengar dan memperhatikan
2.	Tahap appersepsi	5 menit	Menanyakan pengetahuan klien tentang bahaya perilaku onani meliputi: Pengertian perilaku onani, faktor yang mempengaruhi perilaku onani, dampak dari kebiasaan onani pada remaja pria, cara pencegahan perilaku onani pada remaja pria, manfaat fasilitas kesehatan untuk menangani kebiasaan onani pada remaja pria	Memperhatikan dan menjawab pertanyaan
			Memberikan reinforment positif	Mendenagar dan menerima
3.	Tahap Informasi (Kegiatan inti)	15	Menjelaskan tentang : - pengertian perilaku onani - faktor yang mempengaruhi perilaku onani	Mendengar dan memperhatikan
			Memberikan kesempatan bertanya pada klien	Mengajukan pertanyaan
			Menjawab pertanyaan	Mendengar dan memperhatikan
			Menjelaskan : - dampak dari kebiasaan onani pada remaja pria	Mendengar dan memperhatikan
			Memberikan kesempatan bertanya pada klien	Mengajukan pertanyaan
			Menjawab pertanyaan	Mendengar dan memperhatikan
			Menjelaskan :	Mendengar dan

			- cara pencegahan perilaku onani pada remaja pria - manfaat fasilitas kesehatan untuk menangani kebiasaan onani pada remaja pria	memperhatikan
			Memberikan kesempatan bertanya pada klien	Mengajukan pertanyaan
			Menjawab pertanyaan	Mendengar dan memperhatikan
3.	Penutup	5 menit	Penyaji mengajukan beberapa pertanyaan secara lisan kepada klien untuk mengevaluasi tingkat pemahaman klien tentang materi yang telah diberikan	Menjawab pertanyaan
			Memberikan reinforcement positif	Mendengar, menyimak
			Penyaji menyimpulkan materi tentang pentingnya imunisasi	Mendengar, menyimak
			Penyaji mengarahkan tindak lanjut tentang imunisasi	Mendengar, menyimak
			Penyaji menutup acara dan mengucapkan salam	Membalas dengan salam

E. Metode

Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini :

1. Ceramah
2. Tanya jawab

F. Media

Alat dan bahan peraga :

1. Laporan Pendahuluan
2. Satuan Acara Penyuluhan
3. Leaflet
4. Lembar Balik

G. Evaluasi

1. Struktur
 - a. Ruang kondusif
 - b. Peralatan memadai
 - c. Media dan materi tersedia dan memadai

2. Proses
 - a. Ketetapan waktu pelaksanaan.
 - b. Peran serta aktif klien.
 - c. Penyampaian materi promosi kesehatan oleh penyaji.
 - d. faktor pendukung dan penghambat kegiatan.
3. Hasil terkait dengan tujuan yang ingin dicapai :
 - a. Penyaji mengajukan pertanyaan 5 pertanyaan secara langsung kepada klien tentang materi yang dijelaskan.
 - b. Bila klien dapat menjawab > 60% dari pertanyaan yang diajukan maka dikategorikan pengetahuan baik.

H. Sumber Pustaka

Effendi, Ferry & makhfudli (2013). Keperawatan kesehatan komunitas : teori dan praktik dalam keperawatan. Jakarta: Selemba Medika.
<https://doktersehat.com/cara-menghentikan-kebiasaan-onani-pada-pria/>
(diakses tanggal 22 Februari 2020)

<https://jambi.tribunnews.com/2018/04/21/ada-10-dampak-buruk-buat-pria-yang-sering-keluarkan-air-mani-cowok-wajib-baca?page=all>. (diakses tanggal 11 Februari 2020)

<https://bali.tribunnews.com/2017/03/18/inilah-tanda-tanda-seorang-pria-kecanduan-onani-penyakit-ini-mengintai?page=all>. (diakses 10 Februari 2020)

<https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3626586/kenali-dampak-masturbasi-pada-kesehatan-fisik-dan-mental-pria>. (diakses 10 Februari 2020).

Wahyuni, Putri. 2017 Karya Tulis Ilmiah : Tingkat Pengetahuan Tentang Dampak Masturbasi Bagi Kesehatan Pada Remaja Laki-Laki Kelas X Di Smk Negeri 2 Godean Sleman Yogyakarta <https://s3.amazonaws.com> (diakses tanggal 29 Januari 2020).

Warlenda dkk, 2018. Jurnal Kesehatan Komunitas : Determinan Masturbasi Pada Remaja di SMA Negeri 3 Tapung Kabupaten Kampar tahun 2017 <http://jurnal.htp.ac.id> diakses(tanggal 29 Januari 2020).

I. LAMPIRAN :

1. Definisi Onani

Perilaku onani adalah menyentuh, menggosok, dan meraba bagian tubuh sendiri yang peka sehingga menimbulkan rasa menyenangkan untuk mendapatkan kepuasan seksual (organisme) baik tanpa menggunakan alat maupun menggunakan alat. Biasanya onani dilakukan pada bagian tubuh yang sensitif, namun tidak sama pada masing-masing orang seperti puting payudara, paha bagian dalam, alat kelamin (bagi wanita terletak pada klitoris dan sekitar vagina sedangkan bagi pria terletak pada sekitar kepala dan sekitar leher penis). Perilaku onani merupakan salah satu perilaku seksual yang sering dilakukan bila seseorang tidak mampu menahan dorongan seksualnya. Perilaku onani terjadi karena kurangnya informasi tentang bahaya dari onani tersebut.

Istilah onani diambil dari seseorang bernama onan yang sejak kecil sering merasa kesepian. Untuk mengatasi rasa kesepiannya ia mencari hiburan dengan membayangkan hal-hal erotis sambil sambil mengeksplorasi bagian-bagian tubuhnya yang sensitif sehingga mendapatkan suatu kenikmatan. Nama onan ini berkembang menjadi onani. Istilah onani lainnya yang dipakai dengan arti sama yaitu swalayan, ngocok, atau manipulatif, dan sebagainya (Efendi dkk. 2013).

2. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Onani

Ada banyak faktor yang berperan terhadap timbulnya perilaku onani pada remaja pria, yaitu sebagai berikut :

e) Media Masa

Salah satu faktor yang sangat berperan terhadap timbulnya perilaku onani adalah meningkatnya penyebaran informasi dan rangsangan seksual melalui media massa. Media massa sangat berperan dalam mendorong remaja untuk melakukan onani, semakin sering terpapar media massa maka semakin sering pula melakukan onani. Media massa bagi remaja merupakan sesuatu yang baru dan sangat menarik perhatian, semakin menarik informasi media massa semakin banyak pengulangan informasi seksualitas yang terjadi. Selain itu,

bentuk efek paparan yang paling banyak dialami oleh remaja adalah adiksi (ketagihan). Media massa sebagai pilihan remaja menjadi lebih luas dalam hal mencari informasi, masalahnya banyak media informasi yang menawarkan berita tidak sepenuhnya bermanfaat. Namun tidak banyak media yang diakses oleh remaja, dampaknya menyebabkan terpaparnya remaja oleh media massa lebih tinggi.

f) Pengetahuan

Pengetahuan sangat berpengaruh terhadap perilaku masturbasi remaja karena responden yang berpengetahuan tinggi akan lebih banyak mendapatkan informasi yang positif tentang reproduksi kesehatan remaja, memahami dan mengerti tentang perilaku masturbasi sehingga dapat mencegah perilaku seks yang menyimpang tetapi tidak menutupi kemungkinan akan melakukan penyimpangan karena pengetahuan yang setengah-setengah atau pengetahuan kurang. Kebanyakan remaja yang berpengetahuan rendah lebih berisiko dan berpotensi untuk sering melakukan dikarenakan mereka tidak mengetahui risiko dan bahaya yang akan terjadi dan tidak mengetahui antisipasi apa yang akan mereka lakukan dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan tinggi.

g) Pengaruh Teman Sebaya

Pengaruh teman sebaya sangatlah besar pengaruhnya terhadap remaja. Dikarenakan sama umur/sebaya, pemikiran, keinginan dan harapan sehingga dapat dengan mudah menyatukan misi bersama. Lebih terbukanya remaja terhadap teman sebaya dinominasikan dengan lebih up to date dibandingkan dengan jawaban orang tua yang terkesan zaman dulu. Pengaruh teman sebaya lebih cepat dicerna oleh remaja dikalangannya. Tidak ingin ketinggalan juga berita terbaru, sehingga banyak remaja yang mengikuti atau terpengaruh oleh teman sebayanya, baik yang bernilai positif maupun negatif. Peran orang tua disini juga sangat berperan untuk memperhatikan remaja tersebut, karena salah satu perilaku menyimpang dikarenakan kurangnya perhatian dari orang tua. Sehingga arus pengaruh teman sebaya mudah memasuki jiwa

remaja yang merupakan masa kritis dalam pencarian jadi diri mereka. Tingginya pengaruh teman sebaya pada remaja menyebabkan remaja lebih berisiko melakukan perilaku onani, dibandingkan dengan remaja yang tidak dipengaruhi teman sebaya.

h) Peran Orang Tua

Peran orang tua dalam memberikan dukungan kepada remaja untuk melakukan aktivitas yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari membuat remaja selalu berfikir positif. Dalam hal ini peran orang tua sangatlah penting terutama dalam membangun komunikasi secara terbuka antara orang tua dan remaja mengenai masalah seputar seksualitas terutama perilaku masturbasi pada remaja. Bahwa semakin tidak berperannya orang tua semakin buruk perilaku onani pada anak. Remaja lebih senang menyimpan dan memilih jalannya sendiri tanpa berani mengungkapkan kepada orang tua. Hal ini disebabkan karena ketertutupan orang tua terhadap anak terutama masalah seks yang dianggap tabu untuk dibicarakan serta kurang terbukanya anak terhadap orang tua karena anak merasa takut untuk bertanya. Selain itu, orang tua belum mampu berkomunikasi untuk membahas masalah seks dengan anak remajanya karena keterbatasan informasi atau pengetahuannya serta budaya yang masih menganggap tabu dan informasi tentang seks dapat mendorong hubungan seks (Warlenda dkk dalam KESKOM, 2018).

3. Dampak Onani

Dampak bagi remaja yang suka melakukan onani biasanya akan ketagihan dan akan mengganggu kesehatan. Berikut beberapa dampak yang bisa terjadi akibat kebiasaan onani adalah:

a. Dampak terhadap fisik

1) Menurunkan sensitivitas saat berhubungan sek

Onani berpotensi menyebabkan penurunan sensitivitas saat melakukan hubungan seksual. Hal ini disebabkan rangsangan yang terus-menerus pada penis dapat meningkatkan ambang rangsang seorang pria. Jika pria memiliki metode masturbasi agresif dengan

rangsangan yang berlebihan pada penisnya, maka mereka dapat mengalami penurunan sensasi ketika melakukan hubungan seksual dengan pasangannya (www.klikdokter.com).

2) Kebocoran katup air mani

Kerusakan saraf selain mempengaruhi kualitas ereksi ternyata juga dapat menyebabkan terjadinya kerusakan pada katup saluran keluar masuknya air mani. Kerusakan pada katup tersebut akan menyebabkan mani kadang keluar walaupun penis tidak dalam keadaan ereksi.

3) Iritasi dan kelelahan

Jika seorang pria mengalami orgasme maka semua otot dalam tubuhnya akan mengalami kontraksi sehingga akan mengakibatkan terkurasnya sebagian besar stamina pria tersebut. Jika orgasme dialami secara berulang maka kemungkinan besar pria tersebut akan mengalami kelelahan sepanjang hari serta mengantuk yang hampir tak terkira. Padahal, frekuensi onani yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai efek samping, seperti iritasi pada kulit penis.

4) Nyeri punggung dan selangkangan

Kontraksi otot pada saat mengalami orgasme bisa menyebabkan nyeri otot, terutama di area punggung dan selangkangan.

5) Ejakulasi dini

Jika terlalu sering melakukan masturbasi maka akan menderita ejakulasi dini karena otot sudah dilatih untuk menerima rangsangan yang sangat minim dengan respon yang maksimal. Masalah lain yang timbul adalah berkurangnya sensitivitas terhadap sentuhan orang lain, dan lebih akrab dengan sentuhan diri. Terlalu sering melakukannya juga dapat memicu kulit lecet, pembengkakan organ intim karena tidak menggunakan pelumas.

6) Varikokel

Terlalu banyak mengeluarkan sperma (onani) pada pria juga ternyata dapat berakibat sangat fatal, yakni dapat mengakibatkan

terjadinya gangguan varikokel yaitu seperti varises, namun varikokel terjadi di bagian alat kelamin pria. Varikokel dapat terjadi jika terlalu ekstrim dalam melakukan onani yakni dengan menjepit alat kelamin pria, hal ini dapat memicu terjadinya varikokel (jambi.tribunnews.com).

b. Dampak terhadap psikologis

psikologis dari onani yaitu onani dapat menimbulkan perasaan bersalah dan malu, *self control* (kontrol diri) yang rendah, biasanya pelaku onani akan mengalami krisis kepercayaan diri (*self confidence*), onani yang terlalu sering dapat menjadi suatu obsesi dalam diri individu, terisolasi (Apriyani dalam Wahyuni, 2017 Karya Tulis Ilmiah).

1) Rasa bersalah

Orang yang melakukan onani bisa memiliki rasa bersalah yang mendalam, perasaan bersalah ini nantinya dapat menyebabkan gangguan psikis yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Apabila onani sering dilakukan oleh remaja dikhawatirkan onani akan menjadi kebiasaan mereka sehingga, akan timbul hal-hal yang tidak diinginkan seperti perasaan bersalah dan berdosa (www.klikdokter.com).

2) Timbul rasa malu

Menurut dari beberapa dokter, tampak paling umum dari onani adalah kondisi psikis pelaku terganggu. Tampaknya adalah menurunnya tingkat kepercayaan diri dan malu saat berada di lingkungan sosial. Penampakan psikis seperti ini umumnya hanya dirasakan oleh orang yang melakukan onani terlalu sering (bali.tribunnews.com).

c. Dampak terhadap sosial

Salah satu hal yang dapat terjadi jika Anda kecanduan masturbasi adalah terjadinya gangguan pada aktivitas sehari-hari. Dalam banyak kasus, keinginan untuk melakukan masturbasi dapat membayang-

bayangi pikiran sehingga dirinya melakukan tindakan tidak senonoh itu tanpa tahu situasi dan keadaan. Hal seperti ini dapat menyebabkan:

- 4) Memengaruhi hubungan dengan teman
- 5) Kehilangan konsentrasi saat bekerja, yang berpotensi menyebabkan kehilangan pekerjaan, penurunan prestasi sekolah, atau tidak mengikuti acara sosial
- 6) Menjadikan masturbasi sebagai bahan pelarian dari masalah hubungan (www.klikdokter.com).

d. Dampak terhadap spiritual

Pengaruh onani biasanya akan bersifat rasa bersalah dan berdosa karena mereka khawatir bahwa telah melakukan perilaku yang tidak disetujui dan bertentangan dengan kepercayaan, spiritual, atau budaya yang dianut. Sehingga jika sering dilakukan akan menyebabkan terganggunya konsentrasi pada remaja tertentu (Efendi dkk, 2013).

4. Cara Mengatasi Onani

Terdapat beberapa cara agar tidak tenggelam ke dalam jeratan onani atau masturbasi yang dapat menyebabkan gangguan pada kondisi fisik maupun mental. Cara-cara tersebut adalah sebagai berikut:

c. Singkirkan yang menggoda keinginan untuk onani

Seperti akses ke konten-konten pornografi, dan konten yang memicu lainnya. Juga, jika merasakan ingin melakukan onani pada waktu-waktu tertentu dalam sehari. Lakukanlah cara berhenti onani dengan membuat diri tetap sibuk pada hal-hal lain pada waktu tersebut. seperti dapat mencoba berolahraga karena akan memberi kebebasan dan membuaseseorang merasa lelah untuk melakukan banyak hal lain.

Jika sering onani karena merasa kesepian, cari cara menghilangkan kebiasaan onani untuk membatasi kesendirian. Misalnya, alih-alih menonton pertandingan di rumah sendirian, tontonlah di kafe. Bahkan jika tidak bergaul dengan teman-teman, pada akhirnya tidak punya waktu untuk onani.

d. Temukan kesibukan

Temukan kesibukan lain untuk waktu dan energi dengan mengisi kegiatan yang menarik. Kegembiraan melakukan sesuatu yang berbeda dapat membantu menggantikan keinginan untuk melakukan onani, misalnya seperti:

1) Berliburlah

Proses mengubah dorongan seksual menjadi hasil kreatif (disebut sublimasi) Mulailah menulis, belajar memainkan alat musik, melukis, menggambar, atau melakukan apapun yang membuat diri merasa sedang melakukan sesuatu yang produktif.

2) Berolahraga.

Dibutuhkan kedisiplinan dan ketekunan untuk unggul dalam olahraga. Kembangkan minat seperti berlari atau berenang, atau olahraga kelompok seperti sepak bola, futsal, bola basket, atau tenis.

3) Makan yang sehat.

Cara menghilangkan kebiasaan onani dengan mengonsumsi makanan yang menyehatkan juga dapat membantu. Buah dan sayuran memiliki efek sehat pada tubuh dan memberikan nutrisi yang diperlukan untuk meningkatkan energi agar lebih aktif sepanjang hari.

4) Temukan hobi baru atau kembangkan keterampilan

Mempelajari sesuatu yang membutuhkan waktu untuk dikuasai dapat memfokuskan kembali otak pada keterlambatan pencapaian tujuan alih-alih kepuasan melakukan onani. Cobalah keterampilan seperti memasak, bengkel kayu, bengkel sepeda motor, memanah, berbicara di depan umum, berkebun, dan kegiatan lainnya yang disukai (doktersehat.com).

5. Manfaat Fasilitas Kesehatan

Jika sudah mencoba segalanya cara berhenti onani dan sepertinya tidak bisa mengendalikan kecanduan onani, mungkin sudah waktunya untuk memberi tahu orang lain tentang masalah tersebut dan meminta

bantuan. Jangan merasa malu, dan ingat bahwa banyak orang memiliki masalah yang sama seperti kecanduan. Mencari bantuan adalah tindakan yang berani, dan kebanyakan orang yang ditanya akan melihatnya seperti itu. Pelayanan kesehatan yang dapat dituju seperti psikolog, dokter, atau puskesmas dan bisa juga meminta petunjuk dari guru agama (doktersehat.com).

J. LAMPIRAN TESLISAN

1. Menjelaskan pengertian perilaku onani
2. Menyebutkan dan menjelaskan faktor yang mempengaruhi perilaku onani pada remaja pria.
3. Menyebutkan dan menjelaskan dampak onani dari kebiasaan onani pada remaja pria.
4. Menjelaskan cara pencegahan perilaku onani pada remaja pria.
5. Menyebutkan manfaat fasilitas kesehatan untuk menangani kebiasaan onani pada remaja pria.



APA
ITUPERILAKU
ONANI?

Perilaku onani adalah menyentuh, menggosok, dan meraba bagian tubuh sendiri yang peka sehingga menimbulkan rasa menyenangkan untuk mendapatkan untuk mendapat kepuasan seksual (organisme) baik tanpa menggunakan alat maupun menggunakan alat.

ANG MENYEBABKAN
PERILAKU ONANI

1. Media Masa
2. Pengetahuan
3. Pengaruh Teman Sebaya
4. Peran Orang Tua



Penjelasan:

1. Media Masa



timbulnya perilaku onani adalah meningkatnya penyebaran informasi dan rangsangan seksual melalui media massa dan banyak media informasi yang menawarkan berita tidak sepenuhnya bermanfaat.

2. Pengetahuan

Pengetahuan sangat berpengaruh terhadap perilaku onani pada remaja karena orang yang berpengetahuan tinggi akan lebih banyak mendapatkan informasi yang positif tentang **reproduksi kesehatan remaja, memahami dan mengerti tentang perilaku onani sehingga dapat mencegah perilaku**

3. Pengaruh Teman Sebaya

- Pengaruh teman sebaya sangatlah besar pengaruhnya terhadap remaja. Dikarenakan sama umur/ sebaya, pemikiran, keinginan dan harapan sehingga dapat dengan mudah menyatukan misi bersama. Pengaruh teman sebaya mudah memasuki jiwa remaja yang merupakan masa kritis dalam pencarian jadi diri mereka.
- Tingginya pengaruh teman sebaya pada remaja menyebabkan remaja lebih berisiko melakukan perilaku onani.



4. peran orang tua

peran orang tua sangatlah penting terutama dalam membangun komunikasi secara terbuka antara orang tua dan remaja mengenai masalah seputar seksualitas terutama perilaku onani pada remaja.



Apa sih
dampak dari
onani ?

1. Dampak terhadap fisik

- a. Menurunkan sensitivitas saat berhubungan seks
- b. Kebocoran katup air mani
- c. Iritasi dan kelelahan
- d. Nyeri punggung dan selangkangan
- e. Ejakulasi dini
- f. Varikokel

2. Dampak terhadap psikologis

a. Rasa Bersalah

Orang yang melakukan onani bisa memiliki rasa bersalah. perasaan bersalah ini nantinya dapat menyebabkan gangguan psikis yang mengganggu aktivitas sehari-hari.

b. Timbul Rasa Malu

Orang yang melakukan onani terlalu sering akan tampaknya : **menurunnya tingkat kepercayaan diri dan malu saat berada di lingkungan sosial.**



3. Dampak terhadap sosial

Salah satu hal yang dapat terjadi jika Anda kecanduan masturbasi adalah terjadinya gangguan pada aktivitas sehari-hari.

Hal seperti ini dapat menyebabkan:

- Memengaruhi hubungan dengan teman
- Kehilangan konsentrasi saat bekerja atau belajar, yang berpotensi menyebabkan kehilangan pekerjaan, penurunan prestasi sekolah, atau tidak mengikuti acara sosial
- Menjadikan masturbasi sebagai bahan pelarian dari masalah yang dihadapi.

4. Dampak terhadap spiritual

Pengaruh onani biasanya akan bersifat rasa bersalah dan berdosa karena mereka khawatir bahwa telah melakukan perilaku yang tidak disetujui dan bertentangan dengan kepercayaan, spiritual, atau budaya yang dianut. Sehingga jika sering dilakukan akan menyebabkan terganggunya



Bagaimana cara untuk menga

1. Singkirkan segala sesuatu yang menggoda keinginan untuk onani

- Seperti akses ke konten-konten pornografi, dan konten yang memicu lainnya.
- Jika sering onani karena merasa kesepian, cari cara menghilangkan kebiasaan onani untuk membatasi kesendirian. Misalnya, dengan bergaul dengan teman-teman, pada akhirnya tidak punya waktu untuk onani.

2. Temukan kesibukan

- Temukan kesibukan untuk waktu dan energi dengan mengisi kegiatan yang menarik, seperti : berolahraga, berlibur, makan-makanan sehat, dan menemukan hobi baru.



3. meminta bantuan

- Mintalah petunjuk dari guru agama, psikolog, atau dipelayanan kesehatan sekitar.

Promosi Kesehatan Bahaya perilaku onani pada remaja pria



Disusun oleh:

Nama : Hafit Azhari

NIM :17144010126

**POLTEKES TANJUNGGARANG
DIII KEPERAWATAN
TAHUN 2020**

Lampiran 10

	POLTEKKES TANJUNGGARANG PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGGARANG	Kode :
	Formulir Lembar Masukan dan Perbaikan Seminar LTA	Tgl :
		Revisi :
		Halaman : 1 dari 1 Halaman

LEMBAR MASUKAN DAN PERBAIKAN

Nama Mahasiswa : Hasit Ahsari
 NIM : 1714401026
 Tanggal : 29 April 2020
 Judul LTA : Asuhan Keperawatan kebutuhan Belajar Pada keluarga dengan Bahaya Perilaku Onani Pada Remaja Pria di wilayah kerja Puskesmas Natar Lampung Selatan

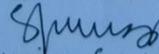
No	Masukan/Perbaikan	Ket. Perbaikan
1.	Pembahasan dikembangkan, tambahkan intervensi jadwal kegiatan remaja	✓
2.	Tambahkan data-data di kamar mandi	✓
3.	Fenomena di latar belakang ditambahkan, dikaitkan dengan penggunaan gadget atau medsos yang berlebihan	✓
4.	Saran harus operasional untuk Puskesmas	✓

Bandar Lampung, 29 April 2020

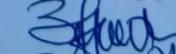
Ketua Penguji



Anggota Penguji 1


 Tumor - Seminar, Skul, M. Kes
 NIP. 195804241985032004

Anggota Penguji 2


 Dr. Anstani

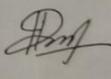
Lampiran 11

	POLTEKKES TANJUNGGARANG PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGGARANG	Kode	
		Tanggal	
	Lembar Konsultasi Bimbingan Laporan Tugas Akhir	Revisi	
		Halaman	

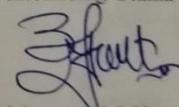
LEMBAR BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH/ LAPORAN TUGAS AKHIR PEMBIMBING UTAMA

Nama Mahasiswa : Hafit Azhari
 NIM : 1714401026
 Pembimbing Umum : Dwi Agustanti, M.kep., Sp.kom
 Judul Tugas Akhir : Asuhan Keperawatan Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Belajar Pada Keluarga Dengan Bahaya Perilaku Onani Pada Remaja Pria Di Wilayah Kerja Puskesmas Natar Lampung Selatan Tahun 2020

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1	23/01/2020	Konsul Judul : ACC		
2	28/01/2020	LP : 1. Awali dengan konsep kebutuhan dasar 2. Masalah kebutuhan berhubungan dengan penyakit		
3	31/01/2020	Konsul BAB 1 : 1. Ganti teori KDM 2. Pengisian ikuti struktur yang diberikan		
4	07/02/2020	BAB 1 : Ok BAB 2 : Perbaiki teori kebutuhan BAB 3 : Cek kriteria pasien		
5	20/02/2020	BAB 1 - BAB 3 : Cek aspek dan penulisan		
6	25/02/2020	Kriteria : Perbaiki sesuai sasaran dan lengkapi sesuai petunjuk		
7	27/02/2020	Acc, Lanjut ambil data (BAB 4 sampai BAB 5)		

8	26/03/2020	Perbaiki BAB 4 : Tambahkan gambaran tempat pengambilan askep, tambahkan tugas perkembangan keluarga, dijelaskan riwayat keluarga inti cermati kembali diagnosis dan cek skor.		
9	31/03/2020	Perbaikan BAB 4 : Cek kembali data pendukung diagnosa, Lanjut pembahasan dari tahap pengkajian sampai evaluasi.		
10	07/04/2020	Pembahasan BAB 4: Pengkajian tampilkan data-data penting tentang kurang pengetahuan, perencanaan apakah semua sesuai standar atau ada yang di modif, implementasi jelaskan metode dan media apa yang digunakan, evaluasi difokuskan pada skor akhir. Pembahasan BAB 5: Standar apa yang digunakan perencanaan, implementasi berapa lama, metode dan media apa yang digunakan, evaluasi dijelaskan faktor pendukungnya.		
11	09/04/2020	Konsul BAB 4 dan BAB 5: Pembahasan menggunakan 4 unsur yaitu data.. Teori... Hasil askep orang lain dan justifikasi penulis, Saran untuk penulis ditambahkan dan harusnya optimal		
12	13/04/2020	Konsul BAB 4 dan BAB 5 : lanjut pembimbing 2 untuk cek penulisan. ACC Sidang		

Bandar Lampung,
Pembimbing Utama



Dwi Agustina, M.kep., Sp.kom
NIP : 197108111994022001

Lampiran 12

	POLTEKES TANJUNGPURBAN	Kode	
	PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGPURBAN	Tanggal	
	Lembar Konsultasi Bimbingan	Revisi	
	Laporan Tugas Akhir	Halaman	

LEMBAR BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH/LAPORAN TUGAS AKHIR
PEMBIMBING PENDAMPING

Nama Mahasiswa : Hafid Azhari

NIM : 1714401026

Pembimbing Pendamping : TUMIKIT Sarmin, S.KM., M.Kes.

Judul Tugas Akhir :
Asuhan Keperawatan Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Belajar Pada
Keluarga Dengan Bahaya Penyakit Onani Pada Remaja Pria
Di Wilayah Kerja Puskesmas Natar Lampung Selatan.

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhs	Paraf Pembimbing
1	23/02/20 /01	Acc Judul Lanjut Bab 1		
2	03/2020 /02	Perbaiki BAB 1 dan 2; Paragraf dan Sumber		
3	10/2020 /02	Perbaiki BAB 1 dan 2 : Teknik Penulisan		
4	18/2020 /02	Perbaiki BAB 1 dan 2 : Perhatikan tulisan huruf kapital & penggunaan spasi		
5	26/2020 /02	Perbaiki BAB 3 dan tabel-tabel		
6	28/2020 /02	Perbaiki BAB 1, 2, dan 3 : cara Penulisan bahasa asing dan singkatan Lanjut BAB 4 dan 5		
7	13/2020 /04	Perbaiki BAB 4 dan 5 : Penulisan pada judul tabel		
8	15/2020 /04	Perbaiki lembar Judul, lembar biografi, lembar pengesahan, Perhatikan spasi		
9	17/2020 /04	Lengkapi BAB 4 dan Perbaiki BAB 5 Perhatikan penulisan tabel imple dan eval		
10	20/2020 /04	Acc daftar Sidang		
11	21/06-2020	Perbaiki Teknik spasi		
12	23/06-2020	Punkt Abstrak yg merangsup semua vs)		

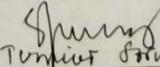
Bandar Lampung,
Pembimbing Pendamping

	POLTEKES TANJUNGPUR	Kode	
	PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGPUR	Tanggal	
	Lembar Konsultasi Bimbingan	Revisi	
	Laporan Tugas Akhir	Halaman	

**LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
PEMBIMBING PENDAMPING**

Nama Mahasiswa : HaFit Azhari
 NIM : 1714401026
 Pembimbing Pendamping : Tumir Sermin, S.Kn., M.Kes
 Judul Tugas Akhir : Asuhan Keperawatan Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Belajar Pada keluarga Dengan Bahaya Perilaku Onani Pada Remaja Pria Di wilayah kerja Puskesmas Datar Lampung Selatan

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhs	Paraf Pembimbing
1	23/06	Perbaiki Abstrak dan buat dlm bhs Inggris -		
2				
3	24/06	Ace digandakan		
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

Bandar Lampung, 24 Juni 2020
 Pembimbing Pendamping

Tumir Sermin, S.Kn., M.Kes
 NIP. 19580424 1985 03 2 004