

## **PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA : STUDI DESKRIPTIF DI PLKB MEURAXA**

### *Reproductive Health Education For Adolescents: A Descriptive Study At Plkb Meuraxa*

**Safrizan\*<sup>1</sup>, Rahmat Akbar<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda aceh, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda aceh, Indonesia

<sup>1</sup>Safrizan@uui.ac.id; <sup>2</sup>[RahmatAkbar@uui.ac.id](mailto:RahmatAkbar@uui.ac.id)

#### **Abstrak**

Pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja merupakan upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan reproduksi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman remaja melalui penyuluhan kesehatan di PLKB Meuraxa. Metode yang digunakan berupa ceramah, presentasi materi, dan diskusi interaktif. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi, pubertas, kebersihan organ reproduksi, dan pencegahan perilaku seksual berisiko. Pendidikan kesehatan reproduksi diharapkan mampu membantu remaja menerapkan perilaku hidup sehat dan bertanggung jawab.

**Kata kunci:** kesehatan reproduksi, remaja, edukasi kesehatan, PLKB

#### **Abstract**

*Reproductive health education for adolescents is a promotive and preventive effort to improve adolescents' knowledge and awareness of reproductive health. This community service activity aimed to increase adolescents' understanding through health education at PLKB Meuraxa. The methods used were lectures, material presentations, and interactive discussions. The results showed an improvement in adolescents' understanding of reproductive health, puberty, reproductive organ hygiene, and prevention of risky sexual behavior. Reproductive health education is expected to help adolescents apply healthy and responsible lifestyles.*

**Keywords:** reproductive health, adolescents, health promotion, health education, PLKB

#### **PENDAHULUAN**

Kesehatan reproduksi merupakan keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem reproduksi serta fungsi dan prosesnya. Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai permasalahan kesehatan reproduksi akibat kurangnya pengetahuan dan pemahaman mengenai kesehatan seksual dan reproduksi. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menjelaskan bahwa kesehatan reproduksi tidak hanya terbebas dari penyakit, tetapi juga mencakup kesejahteraan secara menyeluruh dalam kehidupan reproduksi seseorang (WHO, 2020). Menurut WHO (2021), pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja penting untuk mencegah perilaku berisiko dan meningkatkan kualitas kesehatan remaja. Kurangnya edukasi kesehatan reproduksi pada remaja dapat meningkatkan risiko perilaku seksual berisiko, pernikahan dini, kehamilan tidak diinginkan, serta penyakit menular seksual termasuk HIV/AIDS (Permatasari & Suprayitno, 2021).

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, emosional, dan sosial. Pada fase ini remaja mulai mengalami perkembangan organ reproduksi dan memiliki rasa ingin tahu yang tinggi terhadap berbagai hal yang berkaitan dengan reproduksi. Namun, sebagian besar remaja masih memiliki pengetahuan yang rendah mengenai kesehatan reproduksi, seperti proses menstruasi, pubertas,

kebersihan organ reproduksi, dan pencegahan penyakit menular seksual (Ernawati, 2018). Rendahnya pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi sering dipengaruhi oleh kurangnya akses informasi yang benar, budaya yang menganggap pembahasan reproduksi sebagai hal tabu, serta minimnya pendidikan kesehatan reproduksi di lingkungan keluarga maupun sekolah.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku remaja. Pendidikan kesehatan melalui metode penyuluhan, media visual, dan diskusi interaktif terbukti mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan menghindari perilaku seksual berisiko (Katharina & Yuliana, 2017). Selain itu, program promosi kesehatan reproduksi pada remaja juga berperan penting dalam membentuk perilaku hidup sehat dan meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan dirinya sendiri (Pakpahan et al., 2021).

Kebaruan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini terletak pada pelaksanaan pendidikan kesehatan reproduksi secara langsung kepada remaja di PLKB Meuraxa dengan pendekatan edukatif dan diskusi interaktif yang disesuaikan dengan kebutuhan remaja. Kegiatan ini tidak hanya memberikan informasi mengenai kesehatan reproduksi, tetapi juga memberikan kesempatan kepada remaja untuk berdiskusi secara terbuka mengenai permasalahan kesehatan reproduksi yang sering mereka alami.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui pendidikan kesehatan reproduksi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi melalui penyuluhan kesehatan di PLKB Meuraxa.

## **METODE PENELITIAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pendidikan kesehatan dengan pendekatan penyuluhan secara langsung kepada remaja di PLKB Meuraxa. Kegiatan dilaksanakan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi serta pentingnya menjaga perilaku hidup sehat. Sasaran dalam kegiatan ini adalah remaja yang berada di wilayah kerja PLKB Meuraxa. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Januari 2026 dengan melibatkan 25 remaja di wilayah kerja PLKB Meuraxa.

Tahapan pelaksanaan kegiatan dimulai dengan koordinasi bersama pihak PLKB Meuraxa mengenai waktu, tempat, dan sasaran kegiatan. Selanjutnya dilakukan penyusunan materi pendidikan kesehatan reproduksi yang meliputi pengertian kesehatan reproduksi, perubahan fisik dan psikologis pada masa pubertas, menjaga kebersihan organ reproduksi, pencegahan perilaku seksual berisiko, serta penyakit menular seksual dan HIV/AIDS. Media edukasi yang digunakan berupa presentasi PowerPoint dan leaflet untuk membantu peserta memahami materi yang diberikan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi selama kegiatan berlangsung serta evaluasi pemahaman peserta melalui sesi diskusi dan tanya jawab setelah penyuluhan dilakukan. Peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan terkait kesehatan reproduksi sehingga dapat diketahui tingkat pemahaman dan antusiasme peserta terhadap materi yang disampaikan.

Analisis kegiatan dilakukan secara deskriptif berdasarkan hasil observasi dan evaluasi selama pelaksanaan penyuluhan. Keberhasilan kegiatan dilihat dari partisipasi aktif peserta, kemampuan peserta memahami materi yang diberikan, serta meningkatnya pengetahuan remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja di PLKB Meuraxa dilaksanakan dengan metode penyuluhan secara langsung menggunakan media presentasi PowerPoint dan

leaflet edukasi. Kegiatan ini diikuti oleh remaja di wilayah kerja PLKB Meuraxa yang menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan berlangsung. Penyuluhan dilakukan melalui pemaparan materi, diskusi interaktif, dan sesi tanya jawab mengenai kesehatan reproduksi remaja.

Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan berlangsung, sebagian besar peserta sebelumnya masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai kesehatan reproduksi, terutama terkait perubahan fisik pada masa pubertas, kebersihan organ reproduksi, serta risiko perilaku seksual bebas. Setelah diberikan pendidikan kesehatan, peserta mulai memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan dampak negatif dari perilaku seksual berisiko.

**Tabel 1.** Karakteristik Materi Pendidikan Kesehatan Reproduksi

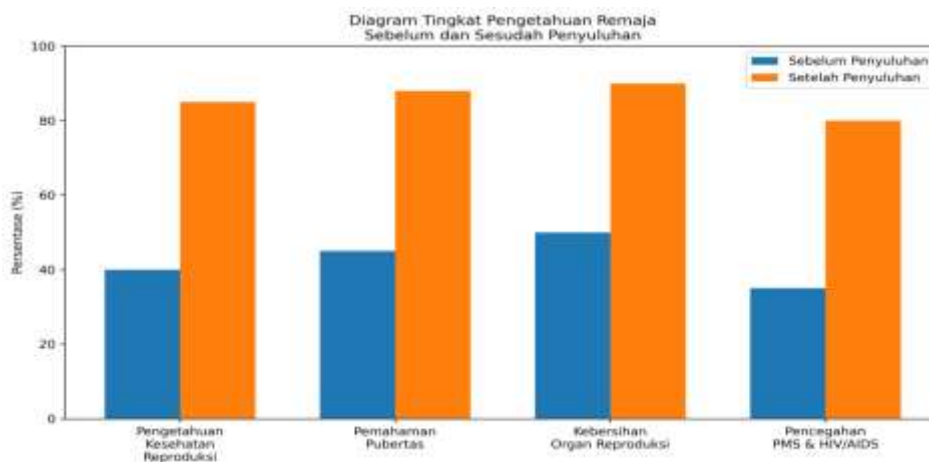
No	Aspek Penyuluhan	Kondisi Peserta	
		Sebelum penyuluhan	Setelah Penyuluhan
1	Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi	Sebagian peserta belum memahami pengertian kesehatan reproduksi	Peserta mampu menjelaskan pengertian kesehatan reproduksi
2	Pemahaman tentang pubertas	Peserta masih bingung mengenai perubahan fisik dan emosional pada masa pubertas	Peserta memahami perubahan fisik dan emosional pada masa pubertas
3	Kebersihan organ reproduksi	Sebagian peserta belum mengetahui cara menjaga kebersihan organ reproduksi dengan benar	Peserta memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi
4	Pengetahuan tentang penyakit menular seksual	Peserta memiliki pengetahuan yang masih terbatas mengenai HIV/AIDS dan PMS	Pengetahuan peserta mengenai HIV/AIDS dan PMS meningkat
5	Antusiasme peserta	Peserta awalnya terlihat malu dan pasif	Peserta aktif bertanya dan berdiskusi selama kegiatan
6	Pemahaman perilaku hidup sehat	Peserta belum memahami pentingnya perilaku hidup sehat dalam menjaga kesehatan reproduksi	Peserta memahami pentingnya perilaku hidup sehat dan menghindari perilaku berisiko

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa penggunaan media visual berupa PowerPoint dan leaflet membantu peserta lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Peserta terlihat lebih aktif saat sesi diskusi berlangsung, terutama ketika membahas perubahan fisik pada masa pubertas dan pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Media edukasi yang menarik juga membantu meningkatkan perhatian dan minat peserta selama penyuluhan berlangsung.

Pendidikan kesehatan reproduksi memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian Katharina dan Yuliana (2017) yang menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi melalui media audio visual mampu meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi. Selain itu, penelitian Permatasari dan Suprayitno (2021) juga menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja dalam menjaga kesehatan reproduksinya.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif melalui diskusi interaktif dapat membantu remaja lebih terbuka dalam menyampaikan pertanyaan mengenai kesehatan reproduksi. Sebagian peserta mengaku sebelumnya merasa malu atau takut membahas masalah kesehatan reproduksi karena dianggap sebagai hal yang tabu. Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan, peserta menjadi lebih memahami bahwa kesehatan reproduksi merupakan bagian penting dari kesehatan yang perlu dijaga sejak remaja.

Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan salah satu upaya promotif dan preventif yang penting dilakukan secara berkelanjutan. Dukungan dari keluarga, sekolah, tenaga kesehatan, dan lingkungan sekitar sangat diperlukan agar remaja memperoleh informasi yang benar mengenai kesehatan reproduksi dan mampu menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar. 1. Diagram Tingkat Pengetahuan Remaja

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja di PLKB Meuraxa berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari peserta. Penyuluhan kesehatan reproduksi yang dilakukan melalui metode ceramah, presentasi materi, dan diskusi interaktif terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi, pubertas, kebersihan organ reproduksi, serta pencegahan perilaku seksual berisiko dan penyakit menular seksual. Peningkatan pemahaman peserta terlihat dari keaktifan peserta selama diskusi dan kemampuan peserta menjelaskan kembali materi yang telah diberikan. Pendidikan kesehatan reproduksi menjadi salah satu upaya promotif dan preventif yang penting dilakukan secara berkelanjutan untuk membantu remaja menerapkan perilaku hidup sehat dan bertanggung jawab dalam menjaga kesehatan reproduksinya.

## SARAN

Diharapkan pihak PLKB Meuraxa dapat melaksanakan kegiatan pendidikan kesehatan reproduksi secara rutin dan berkelanjutan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan serta kesadaran remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Bagi remaja, diharapkan dapat menerapkan informasi yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari dengan menjaga

kebersihan organ reproduksi, menerapkan perilaku hidup sehat, serta menghindari perilaku seksual berisiko. Selain itu, diperlukan dukungan dari keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi yang benar agar remaja memperoleh informasi yang tepat dan mampu menjaga kesehatan reproduksinya dengan baik.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arsani, N. L. K. A. (2019). Peranan program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) terhadap kesehatan reproduksi remaja di Kecamatan Buleleng. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 2(1).
- Ernawati, H. (2018). Pengetahuan kesehatan reproduksi remaja di daerah pedesaan. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(1), 58–64.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman pelayanan kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Katharina, T., & Yuliana, Y. (2017). Pengaruh penyuluhan kesehatan reproduksi melalui audio visual dengan hasil pengetahuan setelah penyuluhan pada remaja SMA Negeri 2 Pontianak Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, 8(1).
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Tasnim, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Sianturi, E., Tompunu, M. R. G., Sitanggang, Y. F., & Maisyarah, M. (2021). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Permatasari, D., & Suprayitno, E. (2021). Pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja. *Jurnal Empathy Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1).
- Rahmawati, N., & Putri, A. (2023). Edukasi kesehatan reproduksi melalui media audiovisual pada remaja sekolah menengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(1), 44–51.
- Sari, D., & Fitriani, Y. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(2), 85–92.
- Suprayitno, E., Purnomo, J. D. T., Sutikno, S., & Indriyani, R. (2020). Health education in principle of community affected teenager's smoking attitude and habitual in the coastal area of Madura Island Indonesia. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(10).
- UNICEF. (2021). *Adolescent development and participation*. New York: UNICEF.
- United Nations Population Fund. (2022). *Adolescent sexual and reproductive health toolkit for humanitarian settings*. New York: UNFPA.
- World Health Organization. (2021). *Global accelerated action for the health of adolescents (AA-HA!): Guidance to support country implementation*. Geneva: WHO.