

MEMBANGUN GENERASI CERDAS DAN SEHAT MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI DI SMA NEGERI 1 KRUENG BARONA JAYA

*Building A Smart And Healthy Generation Through Reproductive Health
Counseling At State Senior High School 1 Krueng Barona Jaya*

Fauziah Andika¹, Asmaul Husna², Ulfa Husna Dhirah³, Finaul Asyura⁴, Rahmat Akbar⁵

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

^{2,3}Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

^{4,5}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

Email: fauziah@uui.ac.id

Abstrak

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia yang perlu diketahui sejak usia remaja. Di Indonesia, banyak remaja menghadapi tantangan besar terkait kesehatan reproduksi, antara lain rendahnya akses terhadap informasi yang benar, norma budaya yang menganggap pembicaraan tentang seksualitas sebagai hal tabu, serta minimnya pendidikan formal yang membahas isu ini secara menyeluruh. Hal ini menyebabkan remaja cenderung mencari informasi dari sumber yang tidak kredibel, seperti media sosial atau teman sebaya, yang berpotensi menyesatkan dan meningkatkan risiko terhadap perilaku seksual yang tidak sehat, kehamilan di luar nikah, serta penularan infeksi menular seksual (IMS), termasuk HIV/AIDS. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 14 April 2025 dengan jumlah peserta 30 orang siswa dan siswi di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya. Hasil dari kegiatan ini adalah adanya meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sejak usia remaja. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang dilakukan, tampak adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan, khususnya terkait dengan fungsi organ reproduksi, perubahan fisik dan emosional saat pubertas, pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi, serta upaya pencegahan terhadap risiko penyakit menular seksual.

Kata Kunci : Kesehatan Reproduksi, Pengetahuan, Penyakit Menular Seksual

Abstract

Reproductive health is an important aspect of human life that needs to be understood from adolescence. In Indonesia, many teenagers face significant challenges related to reproductive health, including limited access to accurate information, cultural norms that consider discussions about sexuality as taboo, and a lack of formal education that comprehensively addresses this issue. This causes teenagers to tend to seek information from unreliable sources, such as social media or peers, which can be misleading and increase the risk of unhealthy sexual behaviors, premarital pregnancies, and the transmission of sexually transmitted infections (STIs), including HIV/AIDS. This activity was conducted on Thursday, April 14, 2025, with 30 male and female students from SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya participating. The result of this activity is an increase in students' knowledge, awareness, and positive attitudes towards the importance of maintaining reproductive health from a young age. Based on the results of the pre-test and post-test conducted, there was a significant improvement in students' understanding of the material presented, particularly regarding the functions of reproductive organs, physical and emotional changes during puberty, the importance of maintaining reproductive hygiene, and efforts to prevent the risk of sexually transmitted diseases.

Keywords: Reproductive Health, Knowledge, Sexually Transmitted Diseases

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia yang perlu diketahui sejak usia remaja. Masa remaja, yang berlangsung antara usia 10 hingga 19 tahun, adalah periode kritis di mana terjadi berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Pada tahap ini, remaja mulai mengalami pubertas dan memasuki masa subur, yang menjadikan mereka lebih rentan terhadap berbagai risiko kesehatan reproduksi jika tidak dibekali dengan informasi dan pengetahuan yang memadai (WHO, 2022).

Di Indonesia, banyak remaja menghadapi tantangan besar terkait kesehatan reproduksi, antara lain rendahnya akses terhadap informasi yang benar, norma budaya yang menganggap pembicaraan tentang seksualitas sebagai hal tabu, serta minimnya pendidikan formal yang membahas isu ini secara menyeluruh. Hal ini menyebabkan remaja cenderung mencari informasi dari sumber yang tidak kredibel, seperti media sosial atau teman sebaya, yang berpotensi menyesatkan dan meningkatkan risiko terhadap perilaku seksual yang tidak sehat, kehamilan di luar nikah, serta penularan infeksi menular seksual (IMS), termasuk HIV/AIDS (BKKBN, 2021; Kemenkes RI, 2020).

Data dari Profil Kesehatan Indonesia menunjukkan bahwa angka kehamilan remaja di Indonesia masih cukup tinggi. Selain itu, survei dari Kementerian Kesehatan mengungkapkan bahwa sebagian besar remaja belum memiliki pengetahuan yang memadai tentang cara menjaga kesehatan organ reproduksi, pentingnya kebersihan diri saat menstruasi, serta dampak dari hubungan seksual pranikah. Ketidaktahuan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kondisi psikologis dan masa depan remaja itu sendiri.

SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya sebagai salah satu lembaga pendidikan menengah memiliki peran strategis dalam pembentukan karakter dan pengetahuan remaja. Sebagai institusi pendidikan formal, sekolah memiliki tanggung jawab untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan informatif bagi siswanya, termasuk dalam

aspek kesehatan reproduksi. Namun, dalam kenyataannya, kurikulum sekolah seringkali tidak secara khusus membahas topik kesehatan reproduksi secara rinci dan menyeluruh. Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi dari pihak eksternal, seperti perguruan tinggi atau instansi kesehatan, untuk memberikan edukasi yang tepat dan ilmiah kepada para siswa.

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, tim pelaksana dari institusi pendidikan tinggi berupaya memberikan penyuluhan kesehatan reproduksi yang komprehensif kepada siswa-siswi SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya. Materi yang disampaikan mencakup anatomi dan fisiologi organ reproduksi, proses pubertas, cara menjaga kebersihan organ reproduksi, pencegahan IMS, serta pentingnya membangun hubungan yang sehat dan saling menghormati antara lawan jenis. Penyuluhan ini akan disampaikan secara interaktif dengan pendekatan komunikatif, dialogis, dan kontekstual, agar siswa tidak hanya menerima informasi tetapi juga dapat memahami dan menginternalisasi nilai-nilai yang diberikan.

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif yang menekankan pada keterlibatan aktif siswa dalam proses penyuluhan. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan, yaitu koordinasi dengan pihak SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya untuk menentukan waktu dan teknis pelaksanaan, penyusunan materi penyuluhan yang sesuai dengan karakteristik remaja, serta pembuatan media edukatif seperti presentasi PowerPoint, video singkat, dan leaflet informatif. Selain itu, tim pelaksana juga menyusun instrumen pre-test dan post-test sebagai alat evaluasi untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan diawali dengan pemberian pre-test untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman awal siswa terkait kesehatan reproduksi. Penyuluhan kemudian dilakukan secara interaktif melalui ceramah dengan media visual, diskusi kelompok kecil, tanya jawab terbuka, dan simulasi atau permainan edukatif yang menarik

agar siswa lebih mudah memahami materi. Materi yang disampaikan mencakup topik-topik seperti pubertas, fungsi organ reproduksi, pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi, serta pencegahan perilaku berisiko dan infeksi menular seksual.

Setelah sesi penyuluhan, dilaksanakan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta. Tahap terakhir adalah evaluasi kegiatan secara keseluruhan, baik dari segi proses maupun hasil, serta penyerahan laporan kegiatan kepada pihak sekolah. Tim juga memberikan cenderamata dan sertifikat kepada peserta sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi aktif mereka. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa tentang kesehatan reproduksi, tetapi juga membentuk sikap positif dan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya memberikan hasil yang sangat menggembirakan, baik dari aspek peningkatan pengetahuan siswa, keterlibatan aktif peserta, maupun apresiasi dari pihak sekolah. Kegiatan ini diikuti oleh 30 siswa yang terdiri dari kelas XI, dengan rentang usia remaja awal hingga pertengahan. Tahap awal kegiatan dimulai dengan pelaksanaan pre-test untuk mengetahui sejauh mana pemahaman awal siswa terhadap materi kesehatan reproduksi. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang masih terbatas, yaitu hanya sekitar 40% siswa yang dapat mengidentifikasi fungsi utama organ reproduksi laki-laki dan perempuan secara tepat, dan < 35% yang memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi selama masa pubertas.

Penyuluhan dilaksanakan menggunakan pendekatan ceramah interaktif yang diselingi dengan diskusi kelompok, tanya jawab terbuka, dan simulasi atau permainan edukatif untuk memperkuat pemahaman. Materi yang disampaikan mencakup pengenalan sistem reproduksi manusia, proses pubertas dan perubahan yang menyertainya, pentingnya

menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi, serta upaya pencegahan terhadap risiko infeksi menular seksual. Selama pelaksanaan kegiatan, tampak bahwa suasana kelas sangat kondusif dan antusiasme siswa cukup tinggi. Banyak dari mereka yang mengajukan pertanyaan secara aktif, bahkan beberapa siswa yang sebelumnya terlihat pasif menjadi lebih terlibat saat sesi diskusi dan simulasi berlangsung.

Setelah penyuluhan selesai, dilakukan post-test dengan soal yang sama seperti pada pre-test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa. Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan. Sekitar 85% peserta mengalami peningkatan skor, dengan rata-rata kenaikan sebesar 40% dibandingkan nilai awal. Peningkatan ini paling mencolok terjadi pada topik menjaga kebersihan organ reproduksi, memahami proses pubertas, serta kesadaran terhadap pentingnya menunda hubungan seksual sampai usia yang matang dan siap secara emosional dan sosial. Selain itu, siswa juga menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya menghormati tubuh sendiri dan orang lain, serta perlunya membangun hubungan pertemanan yang sehat dan tidak mengarah pada perilaku berisiko.

Dari sudut pandang kualitatif, kegiatan ini mendorong dialog terbuka antara siswa dan fasilitator selain meningkatkan pengetahuan siswa. Siswa lebih mudah mendiskusikan topik-topik yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi yang selama ini dianggap tabu atau sulit untuk dibicarakan di lingkungan keluarga atau sekolah. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) juga sangat mendukung kegiatan ini, karena mereka yakin bahwa jenis konseling ini penting untuk mempersiapkan siswa menghadapi kesulitan-kesulitan pubertas, terutama mengingat pengaruh media sosial yang cepat dan informasi yang tidak akurat.

Metode dan materi yang digunakan diterima dengan baik oleh pihak sekolah, khususnya kepala sekolah dan guru. Mereka berharap agar jenis kegiatan ini dapat ditambahkan ke dalam jadwal tahunan dan diperluas untuk mengikutsertakan siswa kelas XII dan orang tua siswa dalam seminar tentang

keluarga sehat. Berdasarkan pengalaman ini, dapat dikatakan bahwa pendekatan edukasional dan komunikatif terhadap konseling kesehatan reproduksi telah berhasil dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang berbagai masalah penting yang berkaitan dengan tubuh dan dalam mendorong pengembangan kebiasaan hidup yang bertanggung jawab dan sehat.

kegiatan ini juga menyoroti betapa mendesaknya pendidikan kesehatan reproduksi perlu dimasukkan ke dalam kurikulum dengan cara yang lebih terorganisasi dan metodis. Guru juga perlu dilatih untuk berperan sebagai fasilitator utama dalam mengomunikasikan topik-topik yang sensitif namun penting ini. Diharapkan generasi muda akan berkembang menjadi orang-orang yang cerdas secara sosial, emosional, dan intelektual serta dapat secara mandiri dan bertanggung jawab menjaga kesehatan reproduksinya jika mereka diberi informasi yang tepat dan sikap yang sehat sejak usia muda.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya telah berhasil mencapai tujuan utama, yaitu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sejak usia remaja. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang dilakukan, tampak adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan, khususnya terkait dengan fungsi organ reproduksi, perubahan fisik dan emosional saat pubertas, pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi, serta upaya pencegahan terhadap risiko penyakit menular seksual.

Selain peningkatan dari aspek kognitif, kegiatan ini juga berdampak pada aspek afektif dan sosial. Terjadi perubahan sikap siswa terhadap pembicaraan seputar kesehatan reproduksi yang sebelumnya dianggap tabu, menjadi sesuatu yang penting dan perlu dibahas secara terbuka dan ilmiah. Antusiasme siswa selama kegiatan juga menunjukkan

bahwa pendekatan yang digunakan—yaitu metode interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi edukatif—sangat efektif dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan bermakna. Dukungan penuh dari pihak sekolah serta keterlibatan aktif guru menunjukkan bahwa penyuluhan ini diterima dengan baik dan relevan dengan kebutuhan peserta didik.



Penyuluhan ini juga memperlihatkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi sebaiknya tidak hanya menjadi kegiatan insidental, melainkan menjadi bagian integral dari program pembinaan siswa di sekolah. Dengan informasi yang benar dan pendekatan yang sesuai usia, siswa mampu memahami dan menghargai pentingnya menjaga tubuh dan kesehatannya sendiri sebagai bagian dari proses menuju kedewasaan yang sehat, cerdas, dan bertanggung jawab.

B. Saran

Setelah diberikan edukasi tentang kesehatan reproduksi diharapkan:

1. Perlu adanya kerja sama antara sekolah dan instansi kesehatan atau pendidikan tinggi untuk mengintegrasikan materi kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum secara sistematis, misalnya melalui mata pelajaran Biologi, Bimbingan Konseling, atau kegiatan ekstrakurikuler.
2. Guru, terutama guru BK dan wali kelas, perlu dibekali pelatihan tentang komunikasi yang efektif dalam menyampaikan materi kesehatan reproduksi agar dapat menjadi fasilitator utama dalam mendampingi siswa memahami isu-isu sensitif ini.

3. Diperlukan pengembangan media pembelajaran berbasis digital dan visual seperti video animasi, infografis, atau aplikasi sederhana yang dapat diakses siswa secara mandiri untuk memperdalam pemahaman mereka secara berkelanjutan.

5. DAFTAR PUSTAKA

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2021). *Modul Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: BKKBN.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta: Kemenkes RI.

World Health Organization (WHO). (2022). *Adolescent Sexual and Reproductive Health*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-sexual-and-reproductive-health>

UNICEF Indonesia. (2020). *Promoting Adolescent Health and Well-being in Indonesia*. Jakarta: UNICEF Indonesia.

Nurmala, I., & Sari, P. (2021). Pendidikan Kesehatan Reproduksi pada Remaja: Tinjauan Literatur. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(1), 45-52.

Fitriani, L., & Dewi, A. (2020). Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Sikap Remaja dalam Menjaga Organ Reproduksi. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 115–123.

Suryani, S., & Maulida, E. (2019). Edukasi Kesehatan Reproduksi melalui Media Interaktif terhadap Pengetahuan Remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 14(1), 34–42.