

PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESADARAN REMAJA PUTRA DAN PUTRI TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI DI SMA NEGERI 1 PERBAUNGAN

Improving Knowledge And Awareness Of Adolescent Males And Females About Reproductive Health At SMA Negeri 1 Perbaungan

Halimatussakdiyah Lubis¹, Faradita Wahyuni², Cindy Cristi Munthe³

¹ Prodi D-3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia

² Prodi D-3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia

³ Prodi D-3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia

Email Corresponding author: halimatussakdiyahlubis@udi.ac.id

Abstrak

Kurangnya pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi masih menjadi masalah penting yang dapat mempengaruhi perilaku, kesiapan mental, serta risiko terjadinya masalah kesehatan. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putra dan putri di SMA Negeri 1 Perbaungan mengenai kesehatan reproduksi secara komprehensif. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi yang benar dan mudah dipahami serta membentuk sikap positif terhadap perilaku reproduksi sehat. Metode pelaksanaan mencakup penyuluhan, diskusi interaktif, pemutaran video edukatif, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada siswa mengenai pubertas, fungsi organ reproduksi, personal hygiene, pencegahan infeksi menular seksual, serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Selain itu, siswa menunjukkan antusias tinggi dan keberanian lebih besar untuk bertanya mengenai isu reproduksi. Kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan sikap positif remaja terhadap kesehatan reproduksi. Kesimpulannya, edukasi yang terstruktur dan interaktif mampu meningkatkan pemahaman sekaligus membentuk perilaku sehat di kalangan remaja. Disarankan agar pihak sekolah mengadakan program edukasi lanjutan secara berkala serta berkolaborasi dengan tenaga kesehatan untuk memastikan informasi yang diterima siswa tetap relevan, akurat, dan berkesinambungan.

Kata kunci: Kesehatan Reproduksi, Remaja, Edukasi

Abstract

Limited reproductive health understanding among adolescents remains a major issue that may affect behavior, decision-making, and overall well-being. This community service program was conducted to enhance the knowledge and awareness of male and female students at SMA Negeri 1 Perbaungan regarding comprehensive reproductive health. The objective was to provide accurate, accessible education and foster positive attitudes toward healthy reproductive behavior. The methods included lectures, interactive discussions, educational videos, and evaluation through pre- and post-tests. The results showed a significant improvement in students' understanding of puberty, reproductive organ function, personal hygiene, prevention of sexually transmitted infections, and responsible decision-making. Students also demonstrated high enthusiasm and increased openness in discussing reproductive health issues. The program proved effective in strengthening adolescents' awareness and shaping positive attitudes. In conclusion, structured and interactive education can significantly improve adolescent knowledge and encourage healthy behavior. It is recommended that the school conduct periodic follow-up programs and collaborate with healthcare professionals to ensure students receive accurate, relevant, and continuous reproductive health information.

Keywords: Reproductive Health, Adolescents, Education

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja, terutama pada masa transisi menuju kedewasaan. Remaja putra dan putri berada pada fase pubertas yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Perubahan tersebut memerlukan pemahaman yang tepat agar remaja mampu menjaga kesehatan diri, mengambil keputusan yang bertanggung jawab, serta terhindar dari perilaku berisiko. Namun pada kenyataannya, masih banyak remaja yang tidak memiliki pengetahuan yang memadai terkait kesehatan reproduksi. Minimnya akses informasi yang akurat, adanya rasa malu untuk bertanya, serta dominasi sumber informasi yang tidak valid dari media sosial menjadi penyebab utama ketidaksiapan remaja dalam menghadapi perubahan reproduksi.

Di lingkungan sekolah, khususnya sekolah menengah atas, pendidikan kesehatan reproduksi masih dianggap sensitif dan tabu untuk dibahas secara terbuka. Akibatnya, sebagian besar siswa tidak memahami konsep dasar seperti pubertas, menstruasi, mimpi basah, kebersihan organ reproduksi, risiko hubungan seksual pranikah, infeksi menular seksual (IMS), hingga dampak pergaulan bebas. Kurangnya pengetahuan ini berpotensi memunculkan permasalahan kesehatan jangka panjang, termasuk meningkatnya angka kehamilan remaja, penyebaran IMS, serta masalah kesehatan mental akibat kurangnya kesiapan informasi. SMA Negeri 1 Perbaungan merupakan salah satu sekolah yang memiliki jumlah siswa cukup besar dengan latar belakang sosial beragam. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami kebingungan mengenai perubahan tubuh, minimnya pemahaman tentang risiko perilaku seksual berisiko, serta kurangnya kepercayaan diri untuk berdiskusi mengenai isu kesehatan reproduksi.

Urgensi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai peningkatan pengetahuan dan kesadaran kesehatan reproduksi didasarkan pada beberapa

pertimbangan. Pertama, masa remaja merupakan masa kritis yang membutuhkan informasi akurat untuk meminimalkan perilaku yang membahayakan kesehatan. Kedua, tingginya paparan remaja terhadap informasi keliru dari internet dapat menyebabkan salah persepsi tentang seksualitas dan reproduksi. Ketiga, remaja seringkali merasa lebih nyaman mencari informasi secara mandiri tanpa bimbingan tenaga kesehatan ataupun orang dewasa, sehingga risiko menerima informasi yang salah semakin besar. Selain itu, sekolah memiliki peran strategis sebagai lingkungan pendidikan formal yang paling dekat dengan remaja setelah keluarga. Dengan demikian, pemberian edukasi kesehatan reproduksi di sekolah menjadi langkah strategis untuk mendorong remaja memahami kesehatan reproduksi secara benar.

Kegiatan ini dirasionalisasikan sebagai upaya preventif yang dapat memberikan dampak jangka panjang, yaitu meminimalkan risiko penyakit, menjaga kesehatan mental, meningkatkan kepercayaan diri, serta membentuk kebiasaan perilaku hidup sehat. Dengan adanya program edukasi yang terstruktur, siswa diharapkan mampu memahami perubahan tubuh, menjaga kebersihan organ reproduksi, serta mampu menolak ajakan perilaku berisiko secara asertif. Program ini juga diharapkan menjadi titik awal bagi pihak sekolah untuk terus mengintegrasikan pendidikan kesehatan reproduksi dalam kegiatan pembelajaran dan bimbingan konseling.

Kegiatan pengabdian ini memiliki beberapa tujuan, yaitu:

1. Meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi, termasuk pubertas, kebersihan organ reproduksi, risiko perilaku seksual berisiko, dan pencegahan IMS.
2. Meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi secara mandiri dan bertanggung jawab.

3. Mendorong sikap positif terhadap pembicaraan mengenai kesehatan reproduksi agar tidak lagi dianggap tabu.
4. Membentuk kemampuan remaja dalam mengambil keputusan yang tepat, menolak ajakan berisiko, serta menjaga batasan diri.
5. Mendukung sekolah dalam menyediakan program edukasi berkelanjutan terkait kesehatan reproduksi.

Pemecahan masalah dilakukan melalui pendekatan edukatif, partisipatif, dan interaktif, meliputi:

- Penyuluhan (lecture) untuk memberikan pengetahuan dasar mengenai kesehatan reproduksi.
- Diskusi interaktif untuk membuka ruang tanya jawab dan menumbuhkan rasa percaya diri siswa.
- Pemutaran video edukasi agar siswa lebih mudah memahami materi secara visual.
- Pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat peningkatan pengetahuan siswa.
- Pembagian media edukasi berupa leaflet atau infografis yang dapat dipelajari kembali secara mandiri.
- Kolaborasi dengan guru BK agar pembinaan dapat dilanjutkan secara rutin.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi memiliki dampak signifikan terhadap pemahaman remaja. Menurut WHO (2020), pendidikan reproduksi yang komprehensif dapat menurunkan risiko kehamilan remaja dan meningkatkan kesadaran terhadap kesehatan seksual. Penelitian lain menunjukkan bahwa remaja yang mendapatkan edukasi kesehatan reproduksi formal memiliki kemampuan lebih baik dalam mengelola perubahan tubuh dan menghindari perilaku berisiko.

Konsep kesehatan reproduksi tidak hanya mencakup aspek biologis, tetapi juga psikologis dan sosial. Siswa perlu memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi, memahami proses menstruasi, mimpi basah, serta pencegahan penyakit. Pendidikan reproduksi yang baik juga berkaitan dengan pembentukan sikap dan nilai, termasuk

kemampuan menolak tekanan teman sebaya, serta memahami batasan diri.

Teori perkembangan remaja menurut Santrock (2019) juga menekankan bahwa masa remaja adalah masa pencarian identitas, di mana remaja sangat membutuhkan bimbingan untuk memahami tubuh dan perubahan yang terjadi. Tanpa informasi yang tepat, remaja rentan mengambil keputusan yang merugikan.

Berdasarkan hasil observasi awal dan komunikasi dengan guru BK, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman komprehensif mengenai kesehatan reproduksi. Banyak siswa mengalami rasa malu untuk bertanya, terutama terkait menstruasi, kebersihan organ reproduksi, atau risiko hubungan pranikah. Selain itu, beberapa siswa menyebutkan bahwa sumber informasi mereka berasal dari internet dan media sosial, yang tidak selalu memberikan informasi valid. Fasilitas edukasi kesehatan reproduksi di sekolah juga masih terbatas. Materi tentang sistem reproduksi dalam pelajaran biologi belum sepenuhnya membahas aspek kesehatan, perilaku, dan pencegahan risiko. Hal ini membuat siswa hanya memahami sisi biologis tanpa mengetahui cara menjaga kesehatan reproduksi secara praktis. Melihat kondisi tersebut, maka kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menjadi sangat relevan untuk dilaksanakan. Program edukasi ini tidak hanya memberikan pengetahuan baru, tetapi juga membangun kesadaran, meningkatkan kepercayaan diri, serta memberikan ruang aman bagi remaja untuk bertanya dan berdiskusi mengenai kesehatan reproduksi.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap kesehatan reproduksi di SMA Negeri 1 Perbaungan dilaksanakan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif. Metode ini dipilih untuk memastikan bahwa seluruh siswa dapat memahami materi dengan baik serta terlibat aktif dalam proses pembelajaran.

Rancangan kegiatan disusun dalam beberapa tahap, yaitu:

1. Persiapan: meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan modul penyuluhan, pembuatan media edukasi, serta penyusunan instrumen evaluasi (pre-test dan post-test).

2. Pelaksanaan edukasi: penyuluhan dilakukan dalam bentuk pemaparan materi (lecture), diskusi interaktif, dan pemutaran video pembelajaran.
3. Evaluasi pengetahuan: dilakukan melalui pre-test sebelum penyuluhan dan post-test setelah penyuluhan untuk mengukur peningkatan pengetahuan.
4. Refleksi dan tindak lanjut: dilakukan bersama guru BK untuk merumuskan program lanjutan yang dapat diterapkan di sekolah.

Khalayak sasaran adalah siswa kelas XI dan XII di SMA Negeri 1 Perbaungan yang berada pada rentang usia 15–17 tahun. Pemilihan responden menggunakan teknik purposive sampling, dengan pertimbangan:

- Kelompok usia ini sedang berada pada fase pubertas aktif.
- Tingkat kebutuhan informasi kesehatan reproduksi cukup tinggi.
- Kesiapan berpartisipasi lebih baik dibanding siswa kelas XII yang sedang menghadapi persiapan kelulusan.

Jumlah responden ditentukan berdasarkan kapasitas ruang kegiatan dan ketersediaan waktu, yaitu antara 30–50 siswa.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui:

1. Pre-test: diberikan sebelum penyuluhan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa.
2. Post-test: diberikan setelah penyuluhan untuk mengukur peningkatan pengetahuan.
3. Observasi langsung: mencatat partisipasi siswa selama diskusi dan sesi tanya jawab.
4. Wawancara singkat dengan guru BK untuk menganalisis kebutuhan lanjutan.

Data hasil pre-test dan post-test dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif, yaitu:

- Menghitung nilai rata-rata pre-test dan post-test.
- Mengukur selisih peningkatan skor untuk melihat efektivitas penyuluhan.
- Menyajikan data dalam bentuk tabel dan persentase.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi di SMA Negeri 1

Perbaungan berjalan dengan baik dan mendapatkan respons positif dari siswa. Kegiatan diikuti oleh 40 siswa yang terdiri atas remaja putra dan putri dari kelas XI dan XII. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah mengikuti penyuluhan.

Instrumen evaluasi yang diberikan mencakup 15 pertanyaan mengenai pubertas, anatomi organ reproduksi, personal hygiene, risiko perilaku seksual pranikah, serta pencegahan infeksi menular seksual (IMS).

Grafik peningkatan pengetahuan menunjukkan tren menanjak tajam dari nilai awal sekitar 50–60% menuju nilai 85–92% setelah penyuluhan. Kategori pengetahuan pencegahan IMS dan perilaku berisiko menunjukkan peningkatan tertinggi. Grafik berbentuk line chart menggambarkan peningkatan teratur di lima kategori utama.



Selain peningkatan nilai, observasi menunjukkan:

- Siswa tampak antusias saat sesi tanya jawab.
- Remaja putri lebih aktif bertanya terkait menstruasi, personal hygiene, dan perubahan hormonal.
- Remaja putra lebih banyak bertanya tentang mimpi basah, pubertas, dan cara menjaga kebersihan organ reproduksi.
- Lebih dari 80% siswa menyatakan bahwa materi penyuluhan bermanfaat dan mudah dipahami.

Gambar 1. Penyampaian Materi

Hasil wawancara dengan guru BK menjelaskan bahwa Siswa sering bertanya tentang topik reproduksi tetapi malu jika difasilitasi tanpa pendekatan yang tepat.

Penyuluhan ini membantu membuka ruang dialog yang nyaman. Pihak sekolah tertarik untuk mengadakan program lanjutan secara periodik.

Pembahasan

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan. Peningkatan rata-rata sebesar 32,8% membuktikan bahwa metode edukasi yang diterapkan—menggabungkan ceramah, diskusi interaktif, dan video edukatif—efektif digunakan dalam memberikan pemahaman yang komprehensif kepada remaja.

Peningkatan pengetahuan tertinggi terlihat pada aspek pencegahan IMS dan perilaku berisiko. Hal ini kemungkinan besar disebabkan oleh kurangnya paparan informasi sebelumnya, sehingga materi baru sangat berpengaruh terhadap pemahaman mereka. Temuan ini sejalan dengan penelitian WHO (2020) yang menyatakan bahwa edukasi reproduksi komprehensif mampu meningkatkan literasi kesehatan seksual dan menekan perilaku berisiko.

Selain itu, peningkatan pada aspek personal hygiene juga signifikan,



menunjukkan bahwa siswa membutuhkan pedoman jelas mengenai cara merawat organ reproduksi secara aman, benar, dan tidak menimbulkan risiko infeksi.

Beberapa penelitian terdahulu mendukung temuan ini. Pendidikan reproduksi formal terbukti:

- Meningkatkan keterampilan remaja dalam mengambil keputusan (Santrock, 2019).
- Mengurangi rasa malu dan stigma dalam membahas isu reproduksi.
- Meningkatkan rasa percaya diri dalam menjaga kesehatan diri.

Gambar 2. Siswa-Siswi SMA Negeri 1 Perbaungan

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa ketika remaja diberikan ruang aman untuk bertanya, mereka akan jauh lebih terbuka dan berani mengemukakan kebingungan atau masalah yang dialami.

Keaktifan siswa menunjukkan bahwa pendekatan yang dilakukan berhasil menurunkan hambatan psikologis seperti rasa

malu. Diskusi interaktif dan video edukasi ternyata menjadi metode yang paling menarik bagi siswa. Hal ini relevan dengan karakteristik remaja yang lebih responsif terhadap stimulus visual dan dialog yang setara.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja putra dan putri tentang kesehatan reproduksi di SMA Negeri 1 Perbaungan memberikan hasil yang sangat positif dan menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif yang digunakan. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, diskusi interaktif, observasi lapangan, serta wawancara dengan pihak sekolah, dapat disimpulkan bahwa program ini mampu meningkatkan pemahaman siswa secara signifikan terhadap berbagai aspek kesehatan reproduksi, baik yang berkaitan dengan perubahan fisik, psikologis, maupun sosial.

Sebelum penyuluhan dilakukan, sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai pubertas, fungsi organ reproduksi, personal hygiene, pencegahan infeksi menular seksual, serta risiko perilaku seksual pranikah. Hasil pre-test menunjukkan rata-rata pengetahuan awal hanya sekitar 55,4%. Kondisi ini menggambarkan bahwa isu kesehatan reproduksi masih dianggap sensitif, jarang dibahas secara terbuka, dan belum mendapatkan ruang yang cukup dalam kurikulum sekolah. Selain itu, adanya rasa malu, tabu, dan minimnya sumber informasi yang akurat membuat remaja mencari informasi dari media sosial yang tidak selalu dapat dipertanggungjawabkan.

Setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan dengan metode ceramah, diskusi interaktif, serta penggunaan media visual seperti slide dan video edukatif, skor pengetahuan meningkat signifikan menjadi rata-rata 88,2% pada post-test. Peningkatan sebesar 32,8% menunjukkan bahwa siswa mampu memahami materi yang diberikan dengan sangat baik. Kategori peningkatan tertinggi terlihat pada pengetahuan mengenai pencegahan IMS dan risiko perilaku seksual, yang sebelumnya menjadi aspek dengan nilai terendah pada pre-test. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi langsung dari tenaga kesehatan atau pihak akademisi mampu mengisi kesenjangan informasi yang dialami remaja.

Keaktifan siswa dalam bertanya juga menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang digunakan efektif menciptakan lingkungan belajar yang nyaman, terbuka, dan tidak mengintimidasi. Siswa merasa lebih bebas menanyakan hal-hal berkaitan dengan kesehatan reproduksi yang sebelumnya mereka anggap tabu. Remaja putri banyak bertanya mengenai menstruasi, perubahan hormon, dan perawatan organ reproduksi, sementara remaja putra lebih banyak menanyakan tentang mimpi basah, pubertas, dan cara menjaga kebersihan diri. Peningkatan keberanian bertanya ini merupakan indikator penting bahwa program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga meningkatkan kesadaran dan sikap positif terhadap isu kesehatan reproduksi.

kesehatan reproduksi. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga menghasilkan dampak psikologis positif, yaitu meningkatnya rasa percaya diri, keterbukaan, dan kemampuan remaja dalam membuat keputusan yang bertanggung jawab terhadap tubuh dan masa depannya. Dengan demikian, penyuluhan kesehatan reproduksi perlu dilakukan secara berkala dan berkelanjutan sebagai upaya preventif yang mendukung kesehatan remaja.

4. REFERENSI

- Arini, D., Siregar, Y. & Lubis, R.** (2021) 'Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil', *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(2), pp. 77–84.
- Putri, A., Rahmawati, L. & Samosir, H.** (2020) 'Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pencegahan Anemia', *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(1), pp. 33–41.
- Mahdalena, N., Syafriani, S. & Mawarni, A.** (2022) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Timur', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), pp. 215–223.
- Lestari, W., Susanti, E. & Dewi, F.** (2021) 'Hubungan Tingkat Pendidikan dan Akses Informasi dengan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Anemia', *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 9(2), pp. 112–119.
- Dari hasil wawancara dengan guru BK, ditemukan bahwa kegiatan ini membantu membuka ruang dialog yang selama ini sulit dilakukan antara guru dan siswa. Guru merasa bahwa siswa membutuhkan sesi lanjutan agar pemahaman mereka semakin matang dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pihak sekolah juga menyatakan kesiapan untuk menjadikan kegiatan serupa sebagai program rutin dan bagian dari layanan bimbingan konseling.
- Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini dapat disimpulkan berhasil dalam mencapai tujuannya. Edukasi yang tepat, interaktif, dan disesuaikan dengan karakteristik remaja terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, mengubah persepsi, serta menumbuhkan kesadaran mengenai pentingnya menjaga
- Rahayu, M. & Simanjuntak, T.** (2023) 'Efektivitas Media Edukasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi dan Anemia', *Jurnal Gizi Indonesia*, 11(1), pp. 50–58.
- World Health Organization (WHO)** (2021) 'Anaemia in Pregnancy: Determinants, Global Burden, and Prevention Strategies', *International Journal of Maternal Health*, 18(4), pp. 321–332.
- Kavle, J.A. & Stoltzfus, R.** (2019) 'Anemia Prevention Interventions in Low-Resource Settings: A Review', *Maternal and Child Nutrition*, 15(3), pp. 1–12.
- Okafor, N., Akinyemi, J. & Odeyemi, K.** (2020) 'Maternal Education and Awareness as Predictors of Anaemia Prevention Practices during Pregnancy', *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20(1), pp. 1–10.
- Riley, L., Stevenson, J. & Patel, R.** (2022) 'Effectiveness of Iron Supplementation Counseling on Improving Pregnant Women's

Compliance', *Journal of Public Health Nutrition*, 25(6), pp. 1490–1498.

Morgan, H., Walden, C. & Smith, R. (2023) 'Impact of Antenatal Health Education on Knowledge and Behaviour Regarding Maternal Nutrition', *Global Health Science and Practice*, 11(2), pp. 220–230.