

**EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI DALAM MENINGKATKAN
PENGETAHUAN REMAJA PADA MASA PUBERTAS*****REPRODUCTIVE HEALTH EDUCATION IN IMPROVING ADOLESCENTS'
KNOWLEDGE DURING PUBERTY***Ulfa Nadia Nurul Firdaus^{1*}¹Akademi Kebidanan Bakti Indonesia Bogor*Email korespondensi: ulfanadia98@gmail.com**ABSTRAK**

Pendahuluan: Masa remaja merupakan periode penting dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai oleh berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Meskipun banyak remaja telah memasuki masa pubertas, masih banyak yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, pemberian edukasi kesehatan reproduksi yang sistematis dan tepat sasaran berpotensi besar untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus membentuk sikap positif remaja terhadap isu-isu yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. **Metode:** Kegiatan dilaksanakan di SMP Negeri 1 Waluran Kabupaten Sukabumi pada bulan Mei 2025, dengan sasaran siswa-siswi kelas VII. Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini mencakup ceramah dan diskusi interaktif, dengan pemanfaatan media berupa PowerPoint. **Hasil:** Terjadi peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi. **Kesimpulan:** Edukasi deteksi dini dan penanganan gawat darurat maternal neonatal efektif dalam meningkatkan Kegiatan edukasi kesehatan reproduksi yang dilaksanakan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, serta pemanfaatan media multimedia terbukti mampu meningkatkan pengetahuan siswa kelas VII SMPN 1 Waluran mengenai aspek-aspek penting kesehatan reproduksi.

Kata Kunci : Pengetahuan, Pubertas, Remaja**ABSTRACT**

Introduction: Adolescence is an important period in the human life cycle marked by various significant changes, both physically, emotionally, and socially. Although many adolescents have entered puberty, many still have limited knowledge about reproductive health. Therefore, providing systematic and targeted reproductive health education has great potential to increase knowledge and shape positive attitudes of adolescents towards issues related to reproductive health. **Method:** The activity was carried out at SMP Negeri 1 Waluran, Sukabumi Regency in May 2025, targeting grade VII students. The methods used in this counseling included interactive lectures and discussions, with the use of PowerPoint as media. **Results:** There was an increase in adolescent knowledge after being given education. **Conclusion:** Education on early detection and emergency maternal neonatal care is effective in improving Reproductive health education activities carried out through interactive lectures, discussions, and the use of multimedia media have been proven to be able to increase the knowledge of grade VII students of SMPN 1 Waluran regarding important aspects of reproductive health..

Keywords: Adolescence, Knowledge, Puberty**PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan periode penting dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai oleh berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Fase ini menjadi jembatan antara masa kanak-kanak dan kedewasaan, di mana individu mulai membentuk identitas diri, mengembangkan kemandirian, serta mengalami proses pencarian makna hidup. Perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang kompleks pada masa ini berperan

penting dalam membentuk perilaku serta memengaruhi kesehatan jangka panjang individu. Remaja juga menghadapi tugas perkembangan utama seperti pencapaian kematangan biologis, pembentukan identitas, serta peningkatan otonomi dalam konteks sosial budaya (Benson & Bundick, 2020; Sawyer et al., 2018). Selain itu, masa remaja dan dewasa muda dapat dikategorikan ke dalam beberapa tahap perkembangan, yaitu remaja awal, remaja menengah, dan remaja akhir hingga dewasa muda, yang masing-masing memiliki karakteristik perkembangan yang berbeda sesuai dengan rentang usia dan tugas perkembangannya (Arini, 2021)

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai oleh berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Pada fase ini, individu mulai mengembangkan identitas diri, mengeksplorasi peran sosial, serta membentuk pandangan hidup, termasuk dalam aspek hubungan interpersonal dan seksualitas. Salah satu aspek penting yang memerlukan perhatian khusus adalah pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Pendidikan kesehatan reproduksi yang komprehensif terbukti berperan penting dalam membantu remaja membuat keputusan yang tepat dan bertanggung jawab terkait perilaku seksual, serta dalam mencegah berbagai risiko kesehatan seperti infeksi menular seksual (IMS) dan kehamilan yang tidak diinginkan (Goldfarb & Lieberman, 2021). Selain itu, remaja sebagai generasi penerus memiliki peran strategis dalam pembangunan masyarakat, sehingga peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi yang sesuai dengan tahap perkembangan usia dapat memperkuat kapasitas mereka dalam menjaga kesehatan diri, berpartisipasi secara sosial, serta meningkatkan kesejahteraan individu dan masyarakat secara luas (UNESCO, 2018; Mmari et al., 2020)

Kurangnya edukasi kesehatan reproduksi pada remaja merupakan permasalahan penting yang dapat berdampak jangka panjang terhadap kesehatan fisik, mental, dan sosial. Remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan sehingga membutuhkan pemahaman yang tepat terkait kesehatan reproduksi (Sari, 2020). Meskipun banyak remaja telah memasuki masa pubertas, masih banyak yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai kesehatan reproduksi, termasuk pencegahan penyakit menular seksual, penggunaan kontrasepsi, serta pemahaman tentang hak reproduksi. Pengetahuan yang tidak memadai ini dipengaruhi oleh keterbatasan akses informasi dari keluarga, sekolah, maupun lingkungan sosial. Berdasarkan teori perilaku kesehatan, pengetahuan merupakan faktor penting yang memengaruhi sikap dan perilaku individu, sehingga rendahnya pengetahuan dapat meningkatkan risiko perilaku seksual yang tidak sehat

pada remaja (Gustiawan et al., 2021; Pradja, 2023). Akibatnya, remaja cenderung membuat keputusan yang kurang tepat terkait kesehatan reproduksi mereka

Kondisi ini menunjukkan pentingnya intervensi berupa edukasi kesehatan reproduksi yang terstruktur dan sesuai dengan tahap perkembangan remaja, khususnya pada masa pubertas. Remaja merupakan kelompok usia yang sedang mengalami transisi perkembangan fisik, psikologis, dan sosial sehingga memerlukan informasi yang tepat untuk mendukung perilaku kesehatan yang optimal (Kusnianto et al., 2023). Edukasi kesehatan reproduksi yang tepat tidak hanya dapat meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membantu remaja dalam membentuk sikap dan perilaku sehat. Hal ini sejalan dengan teori Health Belief Model yang menjelaskan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap kerentanan, manfaat, hambatan, dan isyarat untuk bertindak dalam menjaga kesehatannya (Ningrum, 2021). Dengan memberikan pemahaman sejak dini, remaja akan lebih mampu mengenali perubahan yang terjadi dalam diri mereka, memahami risiko yang mungkin timbul, serta mengambil keputusan yang lebih bijak dalam menjaga kesehatan reproduksinya. Selain itu, edukasi kesehatan juga terbukti berperan penting dalam meningkatkan pemanfaatan layanan kesehatan reproduksi remaja (Violita & Hadi, 2019). Oleh karena itu, peran sekolah sebagai lembaga pendidikan formal sangat strategis dalam menyampaikan informasi yang benar, ilmiah, dan mudah dipahami oleh remaja

Secara teoritis, pemahaman remaja terhadap kesehatan reproduksi dapat ditingkatkan melalui intervensi berbasis edukasi. Teori perkembangan psikososial dari Erik Erikson menjelaskan bahwa remaja berada pada tahap *identity versus role confusion*, yaitu fase pencarian jati diri yang krusial dalam pembentukan konsep diri, termasuk identitas seksual dan pemahaman terhadap tubuhnya (Crocetti et al., 2019). Sementara itu, teori perubahan perilaku seperti Health Belief Model menjelaskan bahwa individu akan cenderung mengubah perilaku kesehatan apabila memiliki persepsi terhadap kerentanan dan manfaat dari suatu tindakan kesehatan (Ningrum, 2021; Kim et al., 2022). Oleh karena itu, pemberian edukasi kesehatan reproduksi yang sistematis dan tepat sasaran berpotensi besar untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus membentuk sikap positif remaja terhadap isu-isu yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.

Sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SMP Negeri 1 Waluran Kabupaten Sukabumi dengan sasaran siswa kelas VII. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang kesehatan reproduksi remaja dilaksanakan melalui beberapa tahapan-

tahapan antara lain pengerjaan pre-test, penyampaian materi, diskusi atau tanya jawab kemudian dilakukan evaluasi berupa pengerjaan post-test.

METODE

Kegiatan dilaksanakan di SMP Negeri 1 Waluran Kabupaten Sukabumi pada bulan Mei 2025, dengan sasaran siswa-siswi kelas VII. Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini mencakup ceramah dan diskusi interaktif, dengan pemanfaatan media berupa PowerPoint, untuk menjelaskan materi yang relevan tentang kesehatan reproduksi remaja. Tahapan kegiatan dimulai dengan persiapan, di mana tujuan kegiatan ditetapkan, rencana penyuluhan disusun, dan media penyuluhan disiapkan dengan baik.

Sebagai bagian dari evaluasi awal, peserta diberikan pre-test untuk mengukur pengetahuan mereka tentang kesehatan reproduksi sebelum materi disampaikan. Setelah pembukaan, sesi inti kegiatan dilaksanakan, di mana materi penyuluhan diberikan dengan memanfaatkan media pendukung seperti PowerPoint. Sesi ini diikuti dengan tanya jawab, yang memungkinkan peserta untuk mengajukan pertanyaan dan berpartisipasi secara aktif dalam diskusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat yang bertema " Edukasi Kesehatan Reproduksi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Pada Masa Pubertas " dilaksanakan pada tanggal bulan Mei 2025 di SMP Negeri 1 Waluran. Kegiatan ini dihadiri oleh 37 siswa-siswi kelas VII. Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan tingkat partisipasi yang tinggi dari peserta, yang tercermin dari keterlibatan aktif selama seluruh rangkaian kegiatan berlangsung. Evaluasi yang dilakukan melalui pre-test dan post-test memberikan gambaran mengenai efektivitas intervensi edukasi dalam meningkatkan pemahaman remaja terkait kesehatan reproduksi. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa pendekatan edukatif yang digunakan mampu meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan.

Materi edukasi disampaikan menggunakan media PowerPoint untuk meningkatkan daya tarik visual serta mempermudah pemahaman peserta terhadap informasi yang diberikan. Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Sesi ini bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada siswa dalam mengeksplorasi materi yang belum sepenuhnya dipahami serta mengklarifikasi berbagai pertanyaan yang muncul selama proses pembelajaran. Narasumber turut memberikan penjelasan tambahan terhadap topik-topik yang dianggap masih kurang jelas oleh peserta, sehingga dapat memastikan tercapainya pemahaman yang lebih komprehensif. Sebagai tahap akhir evaluasi, peserta diberikan post-test

untuk mengukur peningkatan pengetahuan setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Post-test dilakukan dengan prosedur yang sama seperti pre-test, yaitu menggunakan kuesioner yang terdiri dari 10 pertanyaan pilihan ganda.

Tabel 1. Rata-rata Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sebelum (Pre-Test) dan Sesudah (Post-Test) Diberikan Edukasi Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Masa Pubertas.

Variabel	n	Mean	Min	Max
Pengetahuan				
Sebelum	37	6,19	5	7
Sesudah	37	8,41	6	10

Berdasarkan tabel 1 didapatkan rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi adalah 6,19 dengan nilai minimal 5 serta nilai maksimal 7. Sedangkan rata-rata pengetahuan sesudah diberikan edukasi adalah 8,41 dengan nilai minimal 6 serta nilai maksimal 10. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi remaja telah dilaksanakan secara efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Peningkatan skor yang terjadi menunjukkan adanya perubahan pemahaman yang signifikan setelah intervensi edukasi diberikan.

Selain itu, peningkatan pemahaman peserta juga tercermin selama sesi diskusi, di mana siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam menjawab dan menanggapi pertanyaan yang diajukan. Hal ini mengindikasikan adanya keterlibatan aktif peserta dalam proses pembelajaran serta keberhasilan metode edukasi yang digunakan dalam mendorong partisipasi dan interaksi.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon

Variabel	n	Mean	Beda Mean	Z	P- Value
Pengetahuan					
Sebelum	37	6,19	2,22	-4,648	0,000
Sesudah	37	8,41			

Berdasarkan tabel 2 didapatkan ada pengaruh edukasi kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan masa pubertas pada remaja putri dibuktikan dengan p-value $0,000 < 0,05$. Pengetahuan sebelum dan sesudah dengan beda mean 2,22 yang berarti ada pengaruh edukasi tentang kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan masa pubertas pada remaja putri di SMP Negeri 1 Waluran.

Pengetahuan siswa tentang pubertas, yang mencakup pengertian, perubahan fisik dan psikologis, serta dampak yang terjadi selama masa pubertas, sangat dipengaruhi oleh tingkat akses informasi yang mereka peroleh. Kurangnya pengetahuan tersebut umumnya disebabkan oleh keterbatasan informasi yang diterima siswa mengenai aspek-aspek dasar pubertas, seperti

ciri-ciri, tahapan perkembangan, serta faktor penyebab terjadinya pubertas. Pubertas merupakan periode transisi yang ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan, sehingga memerlukan pemahaman yang memadai dari remaja (Muhamad et al., 2021; Kas & Istiqamah, 2023). Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa remaja masih memiliki pengetahuan yang terbatas terkait pubertas, yang dapat menyebabkan kebingungan, kecemasan, serta perilaku yang kurang tepat dalam menghadapi perubahan tersebut (Coast et al., 2019).

Pendidikan pubertas merupakan proses pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesiapan remaja dalam menghadapi perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang terjadi selama masa pubertas (Hadiwardjo et al., 2020). Masa remaja merupakan fase transisi dari anak-anak menuju dewasa yang membutuhkan pemahaman yang memadai terkait perubahan tersebut agar tidak menimbulkan masalah kesehatan maupun perkembangan (Silalahi, 2021). Oleh karena itu, pemberian informasi yang tepat, benar, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak sangat penting agar remaja memiliki kesiapan yang optimal dalam menghadapi masa pubertas. Pendidikan kesehatan reproduksi terbukti dapat meningkatkan pengetahuan serta kesiapan remaja dalam menghadapi menarche maupun perubahan pubertas lainnya (Silalahi, 2021).

Selain itu, penggunaan media edukasi seperti leaflet terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman karena mampu menyajikan informasi secara ringkas, jelas, dan mudah dipahami. Media leaflet juga terbukti meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja secara signifikan setelah intervensi edukasi (Octavariny et al., 2025). Dengan demikian, pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet lebih efektif dibandingkan tanpa media dalam meningkatkan pengetahuan dan mencegah perilaku berisiko pada remaja (Hadiwardjo et al., 2020).



Gambar 1. Foto Bersama dengan siswa kelas VII SMPN 1 Waluran



Gambar 2. Pemberian Materi dengan media power point

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi kesehatan reproduksi yang dilaksanakan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, serta pemanfaatan media multimedia terbukti mampu meningkatkan pengetahuan siswa kelas VII SMPN 1 Waluran mengenai aspek-aspek penting kesehatan reproduksi. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan skor rata-rata post-test sebesar 8,41 poin dibandingkan dengan pre-test. Selain itu, hasil analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi ($p=0,000$). Temuan ini mengindikasikan bahwa edukasi yang diberikan memiliki pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Dengan demikian, pendekatan penyuluhan berbasis ceramah interaktif yang dipadukan dengan diskusi dan media multimedia dapat dijadikan sebagai model intervensi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja terkait kesehatan reproduksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, D. P. (2021). Emerging adulthood: Pengembangan teori Erikson mengenai teori psikososial pada abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(1). <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v15i01.1377>
- Benson, P. L., & Bundick, M. J. (2020). Erikson and adolescent development: Contemporary views on an enduring legacy. *Journal of Child and Youth Care Work*, 25, 195–205. <https://doi.org/10.5195/jcycw.2015.81>
- Coast, E., Lattof, S. R., & Strong, J. (2019). Puberty and menstruation knowledge among young adolescents in low- and middle-income countries: A scoping review. *International Journal of Public Health*, 64(2), 293–304. <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01209-0>
- Goldfarb, E. S., & Lieberman, L. D. (2021). Three decades of research: The case for comprehensive sex education. *Journal of Adolescent Health*, 68(1), 13–27. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.036>
- Gustiawan, R., Mutmainnah, M., & Kamariyah, K. (2021). Hubungan pengetahuan dan religiusitas dengan perilaku kesehatan reproduksi pada remaja. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 2(2), 89–98. <https://doi.org/10.22437/jini.v2i2.9970>
- Hadiwardjo, Y. H., Asiyanto, M. C., & Aprilia, C. A. (2020). Efektivitas media leaflet dan film dalam peningkatan pengetahuan pubertas di SMP N 226 Pondok Labu. *Disease Prevention and Public Health Journal*, 14(1), 46–50. <https://doi.org/10.12928/dpphj.v14i1.1812>

- Kas, S. R., & Istiqamah, N. F. (2023). Tingkat pengetahuan terhadap pubertas pada perubahan fisik remaja putri. *Jurnal Keolahragaan JUARA*, 3(1). <https://doi.org/10.37304/juara.v3i1.9301>
- Kim, H. W., Kang, S. Y., & Kim, J. (2022). Factors influencing adolescents' healthy pregnancy preparation behavior: A cross-sectional gender comparison applying the Health Belief Model. *Reproductive Health*, 19, 90. <https://doi.org/10.1186/s12978-022-01392-z>
- Kusnianto, H., Handayani, H., Ananingsih, I., & Fadila, S. K. (2023). Reproductive health knowledge correlated with adolescent attitudes towards the perception of early marriage. *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 12(2), 170–176. <https://doi.org/10.26699/jnk.v12i2.ART.p170-176>
- Mmari, K., Moreau, C., & Gibbs, S. (2020). 'Yeah, I've grown; I can do things': Adolescent girls' sexual and reproductive health in low- and middle-income countries. *Reproductive Health*, 17(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12978-020-00989-2>
- Muhamad, Z., Zakaria, F., Indarwaty, A., & Anastasia, H. (2021). Behind the knowledge and attitude: Female adolescent in looking at physical appearance change during puberty. *Journal of Community Health Provision*, 1(1). <https://doi.org/10.55885/jchp.v1i1.24>
- Ningrum, P. (2021). The risk sexual behavior of adolescents reviewed based on Health Belief Model. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 9(4), 280–289. [https://doi.org/10.21927/jnki.2021.9\(4\).280-289](https://doi.org/10.21927/jnki.2021.9(4).280-289)
- Ningrum, P. (2021). The risk sexual behavior of adolescents reviewed based on Health Belief Model. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 9(4), 280–289. [https://doi.org/10.21927/jnki.2021.9\(4\).280-289](https://doi.org/10.21927/jnki.2021.9(4).280-289)
- Octavariny, R., Bangun, S. M. B., Siregar, W. W., & Simarmata, H. W. L. (2025). The role of leaflets as a means of reproductive health education for adolescents. *Jurnal Kebidanan Kestra*, 8(1), 74–78. <https://doi.org/10.35451/7av5yf11>
- Pradja, D. A. A. (2023). Literature review: Hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja dengan perilaku seksual berisiko pada remaja. *Midwife Care Journal*, 2(1). <https://doi.org/10.65344/micare.v2i1.94>
- rocetti, E., Rubini, M., & Meeus, W. (2019). Capturing the dynamics of identity formation in various ethnic groups: Development and validation of a measure. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(6), 1082–1100. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01096-x>
- Sari, L. A. (2020). Tingkat pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi pada remaja laki-laki di SMP Negeri Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 7(1). <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v7i1.484>
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(3), 223–228. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(18\)30022-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(18)30022-1)
- Silalahi, V. (2021). Efektifitas pendidikan kesehatan dengan media audiovisual dan leaflet terhadap sikap remaja putri menghadapi menarche. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v6i2.8183>

- UNESCO. (2018). *International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach*. <https://doi.org/10.54675/UQRM6395>
- Violita, F., & Hadi, E. N. (2019). Determinants of adolescent reproductive health service utilization by senior high school students in Makassar, Indonesia. *BMC Public Health*, 19, 286. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6587-6>