



**PENINGKATAN PEMAHAMAN REMAJA MENGENAI KESEHATAN REPRODUKSI
 DENGAN PENYULUHAN KESEHATAN DI SMA N 1 BATANG ANGKOLA**

*IMPROVING ADOLESCENTS' UNDERSTANDING OF REPRODUCTIVE HEALTH
 WITH HEALTH COUNSELING AT SMA N 1 BATANG ANGKOLA*

Fatma Mutia^{1*}, Masnawati Harahap², Arisa Harfa Said Lubis³, Nur Arfah Nasution⁴

^{1,2}Kebidanan Program Sarjana, Universitas Aupa Royhan, Padangsidempuan, Indonesia

³Kebidanan Program Diploma, Universitas Aupa Royhan, Padangsidempuan, Indonesia

⁴Keperawatan Program Sarjana, Universitas Aupa Royhan, Padangsidempuan, Indonesia

*fatmamutia024@gmail.com

Abstrak

Kesehatan reproduksi remaja merupakan isu penting dalam bidang kesehatan masyarakat karena masa remaja ditandai oleh perubahan fisik, sosial, dan psikologis yang signifikan, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap berbagai permasalahan kesehatan reproduksi. Kurangnya pengetahuan serta minimnya akses terhadap informasi yang benar dan komprehensif dapat berdampak negatif, antara lain kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual, perilaku seksual berisiko, serta gangguan psikologis pada remaja. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang sistematis dan berkelanjutan untuk meningkatkan pemahaman remaja terkait kesehatan reproduksi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta mengevaluasi dampak penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja di SMA Negeri 1 Batang Angkola. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 16 Oktober 2025 dengan melibatkan 96 siswa dari kelas X-1, XI-1, dan XII-1. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan melalui diskusi interaktif, penyampaian materi menggunakan media PowerPoint, serta pemanfaatan poster sebagai media edukasi pendukung. Evaluasi efektivitas kegiatan dilakukan dengan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah penyuluhan, ditandai dengan perubahan proporsi pengetahuan dari 100% kategori kurang sebelum intervensi menjadi 75% kategori baik setelah intervensi. Selain itu, partisipasi aktif peserta juga terlihat dari keterlibatan siswa dalam sesi tanya jawab dan diskusi. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja dan berpotensi mencegah permasalahan kesehatan reproduksi sejak dini.

Kata Kunci: Edukasi Remaja, Intervensi Kesehatan, Kesehatan Reproduksi

Abstract

Adolescent reproductive health is an important issue in the field of public health, as adolescence is characterized by significant physical, social, and psychological changes that increase vulnerability to various reproductive health problems. Limited knowledge and inadequate access to accurate and comprehensive information can lead to negative outcomes, including unintended pregnancy, sexually transmitted infections, risky sexual behavior, and psychological problems among adolescents. Therefore, systematic and sustainable educational efforts are needed to improve adolescents' understanding of reproductive health. This community service activity aimed to improve knowledge and evaluate the impact of reproductive health education among adolescents at SMA Negeri 1 Batang Angkola. The activity was conducted on October 16, 2025, involving 96 students from classes X-1, XI-1, and XII-1. The methods used included health education through interactive discussions, delivery of material using PowerPoint presentations, and the use of posters as supporting educational media. The effectiveness of the activity was evaluated using pre-test and post-test assessments to measure changes in participants' knowledge before and after the intervention. The results of the activity showed a significant increase in knowledge after the counseling, marked by a change in the proportion of knowledge from 100% in the poor category before the intervention to 75% in the good category after the intervention. In addition, active participation was observed, as indicated by the involvement of 15 students in the question-and-answer and discussion sessions. Based on these findings, it can be concluded that reproductive health education is effective in improving adolescents' understanding and has the potential to prevent reproductive health problems from an early age.

Keywords : Youth Education, Health Intervention, Reproductive Health

PENDAHULUAN

Remaja berasal dari bahasa Latin *adolescence* yang berarti tumbuh ke arah kematangan. Kematangan yang dimaksud adalah bukan hanya matang fisik saja, tetapi juga matang sosial dan psikologis. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 10 sampai 19 tahun sedangkan menurut Kementerian Kesehatan RI adalah antara 10 sampai 18 tahun dan belum menikah (1).

Masa remaja diawali oleh masa pubertas, yaitu masa terjadinya perubahan-perubahan fisik (meliputi penampilan fisik seperti bentuk tubuh dan proporsi tubuh) dan fungsi fisiologis (kematangan organ-organ seksual). Perubahan tubuh ini disertai dengan perkembangan bertahap dari karakteristik seksual primer dan karakteristik seksual sekunder. Karakteristik seksual primer mencakup perkembangan organ-organ reproduksi, sedangkan karakteristik seksual sekunder mencakup perubahan bentuk (2). Perkembangan seksualitas pada remaja juga ditandai dengan orientasi seksual dan peran seksual. Orientasi seksual adalah ketertarikan remaja terhadap segala informasi yang berkaitan dengan seks dan lawan jenis sedangkan peran seks adalah menerima dan mengembangkan peran serta kemampuan tertentu sesuai dengan jenis kelaminnya atau gender (3).

Menurut *World Health Organization* (WHO) adanya informasi yang baik dan benar, dapat menurunkan permasalahan remaja salah satunya mengenai kesehatan reproduksi pada remaja (4). Permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja merupakan isu serius yang nyata terjadi di lapangan. Data survei menunjukkan bahwa sekitar 83% remaja belum memahami konsep kesehatan reproduksi dengan benar, termasuk 61,8% tidak mengetahui masalah masa subur dan haid, serta 40,6% tidak mengetahui risiko kehamilan remaja dan 42,4% tidak mengetahui risiko penyakit menular seksual menunjukkan tingginya celah pengetahuan yang berpotensi mengarah pada perilaku berisiko di kalangan remaja (5). Permasalahan remaja dalam hal minimnya kurangnya pengetahuan tentang seks dan kesehatan reproduksi pada remaja dapat memicu berbagai permasalahan kesehatan reproduksi, antara lain kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual, perilaku seksual berisiko, pernikahan dini, serta gangguan psikologis, yang pada akhirnya dapat mengancam kesehatan, kesejahteraan, dan kualitas hidup remaja (6).

Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk mengatasi permasalahan kesehatan remaja adalah pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang diampu Dinas Kesehatan di tingkat Kabupaten/Kota dijalankan oleh Puskesmas (7). Selain tindakan preventif, kuratif dan rehabilitatif, pelayanan yang dapat diberikan untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja antara lain edukasi dan konseling, pendidikan keterampilan hidup sehat, dan *peer counselor* (8). Masalah reproduksi pada remaja perlu mendapat penanganan serius, karena masalah tersebut banyak muncul di Indonesia salah satunya disebabkan karena faktor pengetahuan dan perilaku yang kurang baik dalam mencegah infeksi penyakit menular, kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi, atau bahkan anemia (9).

Sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi, dilakukan kegiatan penyuluhan kepada siswa di SMA Negeri 1 Batang Angkola dengan sasaran kelas X-1, XI-1, dan XII-1. Kegiatan ini dilatarbelakangi oleh hasil survei awal melalui pre-test yang menunjukkan bahwa seluruh peserta (100%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan reproduksi remaja. Kondisi tersebut menunjukkan masih rendahnya pemahaman siswa terhadap isu kesehatan reproduksi, sehingga diperlukan intervensi edukatif yang sistematis. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan melalui beberapa tahapan, meliputi pengerjaan pre-test, penyampaian materi kesehatan reproduksi, diskusi atau tanya jawab, serta evaluasi melalui pengerjaan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan.

METODE DAN BAHAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini mencakup diskusi interaktif dengan pemanfaatan media PowerPoint dan poster untuk menyampaikan materi penyuluhan. Sasaran kegiatan adalah seluruh siswa dari kelas X-1, XI-1, dan XII-1 yang dipilih berdasarkan pertimbangan

keterwakilan tingkat kelas serta kesiapan sekolah dalam pelaksanaan kegiatan. Tahapan kegiatan dimulai dengan persiapan, di mana tujuan kegiatan ditetapkan, rencana penyuluhan disusun, dan media penyuluhan disiapkan dengan baik. Proses persiapan ini juga melibatkan koordinasi intensif dengan pihak sekolah untuk memastikan kelancaran seluruh rangkaian acara. Kegiatan penyuluhan terdiri dari empat sesi. Sesi pertama dimulai dengan persiapan alat dan media, serta penyediaan konsumsi sebagai bentuk apresiasi bagi peserta. Sesi kedua melibatkan pembukaan acara yang dipandu oleh MC, dengan penyampaian sambutan dan penjelasan mengenai tujuan dari kegiatan ini. Sesi ketiga, yang merupakan sesi utama, fokus pada penyampaian materi.

WAKTU DAN TEMPAT

Pelaksanaan Penyuluhan pada Remaja yang bertema "Sekolah Sehat Remaja Hebat" dilaksanakan pada tanggal 16 Oktober 2025 di SMAN 1 Batang Angkola yang beralamat di Kelurahan Pintu Padang Raya, Kec Batang Angkola, Kab. Tapanuli Selatan, Sumatera Utara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Penyuluhan pada remaja yang bertema "Sekolah Sehat Remaja Hebat" dihadiri oleh 96 siswa-siswi kelas X-1, XI-1, XII-1, dengan tingkat kehadiran mencapai 100%. Pada tahap pelaksanaan, kegiatan dimulai dengan penataan alat dan media yang diperlukan, serta pembagian konsumsi kepada peserta sebagai bentuk apresiasi atas kehadiran mereka. Acara dibuka dengan ucapan salam, pengenalan anggota tim penyuluh, serta penjelasan mengenai tujuan dan pentingnya kegiatan ini. 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 kesehatan reproduksi remaja yang diberikan kepada peserta meliputi beberapa topik utama, yaitu:

1. **Pengertian Kesehatan Reproduksi Remaja** : Materi ini menjelaskan definisi dan komponen kesehatan reproduksi, serta bagaimana hal tersebut berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik serta psikologis remaja.
2. **Pentingnya Menjaga Kesehatan Reproduksi** Dalam bagian ini, peserta diajak untuk memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sebagai bagian dari kesehatan secara keseluruhan, serta dampaknya terhadap kualitas hidup di masa depan.
3. **Cara Memelihara Kesehatan Reproduksi**
Penyuluhan meliputi penjelasan berbagai cara dan kebiasaan yang dapat dilakukan untuk memelihara kesehatan reproduksi, termasuk pola hidup sehat, rutin berolahraga, dan pemahaman akan kebersihan tubuh.
4. **Tips Menjaga Kesehatan Reproduksi Remaja**
Pada bagian ini, siswa-siswi diajarkan langkah- langkah konkret yang dapat mereka terapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kesehatan reproduksi, seperti mengenali siklus tubuh dan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Penyuluhan disampaikan dengan memanfaatkan media pendukung seperti PowerPoint, dan poster. Sesi ini diikuti dengan tanya jawab, yang memungkinkan peserta untuk mengajukan pertanyaan dan berpartisipasi secara aktif dalam diskusi. Untuk meningkatkan antusiasme, hadiah kecil diberikan kepada peserta yang mampu menjawab pertanyaan dari pemateri. Penyuluhan dilakukan dengan cara yang interaktif, melibatkan diskusi dan tanya jawab. Para peserta menunjukkan ketertarikan yang tinggi, seperti terlihat dari antusiasme dan partisipasi aktif mereka saat sesi tanya jawab. Ketertarikan ini diperkuat oleh antusiasme penyuluh dalam menyampaikan materi dan melakukan interaksi yang baik dengan peserta.

Pada tahap akhir, dilakukan evaluasi menggunakan instrumen *post-test* berupa kuesioner tertulis

yang terdiri dari 9 soal esai yang bertujuan untuk menilai pengetahuan peserta mengenai kesehatan reproduksi remaja. Instrumen ini disusun berdasarkan materi penyuluhan kesehatan reproduksi remaja yang telah diberikan, meliputi pengertian kesehatan reproduksi, perubahan pada masa pubertas, cara menjaga kesehatan reproduksi, serta risiko permasalahan kesehatan reproduksi remaja. *Post-test* diberikan kepada seluruh peserta setelah kegiatan penyuluhan selesai untuk mengukur tingkat pemahaman dan peningkatan pengetahuan peserta.

Berikut hasil test pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi pada remaja

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Remaja

No	Pengetahuan	Post Test		Post Test	
		F	%	F	%
1	Baik	0	0	72	75
2	Kurang	96	100	24	25
	Total	96	100	96	100

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa sebelum diberikan penyuluhan, seluruh remaja (100%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan reproduksi. Namun setelah dilakukan penyuluhan, terjadi peningkatan yang signifikan, dimana mayoritas remaja (75%) memiliki pengetahuan baik dan hanya (25%) yang masih berada katategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat dengan penyuluhan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi (10).

Peningkatan pemahaman dan pengetahuan remaja setelah diberikan penyuluhan juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahlan (2020) dimana Persepsi siswa kelas XI SMA Negeri Jejangkit tentang seksualitas remaja sesudah diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi remaja, mengalami peningkatan (11).



Gambar. Pemberian Penyuluhan dan Foto Bersama

Acara diakhiri dengan foto bersama sebagai kenang-kenangan dan salam penutup dari tim penyuluh. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil menarik perhatian peserta, yang terlihat dari keterlibatan aktif mereka sepanjang acara. Hasil evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test* diharapkan dapat memberikan gambaran tentang efektivitas program dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi (12).

Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh,

tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, serta fungsi dan prosesnya (13). Penyuluhan yang dilakukan oleh Wardiyah (2022) mengenai pentingnya menjaga kesehatan alat reproduksi menyimpulkan bahwa beberapa penyakit infeksi yang dapat menyerang organ reproduksi baik pria maupun wanita diakibatkan oleh kurang diperhatikannya organ tersebut secara teliti. Terdapat beberapa faktor yang dapat mengakibatkan infeksi pada organ reproduksi seperti malas mengganti pakaian dalam, seks bebas dan lain sebagainya (14). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pandelaki (2020) bahwa ada hubungan antara Personal Hygiene dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 7 Manado (15). Hal tersebut menunjukkan bahwa pentingnya memahami dan mengetahui mengenai kesehatan reproduksi remaja secara menyeluruh.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah penyuluhan kesehatan reproduksi dapat membantu remaja di SMA N 1 Batang Angkola dalam memahami mengenai kesehatan reproduksinya sehingga dapat menjaga organ reproduksi serta mengetahui resiko gangguan kesehatan reproduksi. Diharapkan kepada seluruh remaja agar dapat menjaga dan memperhatikan kesehatan reproduksi dan mengetahui resiko dari gangguan kesehatan reproduksi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Batang Angkola atas izin, dukungan, dan fasilitas yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Terima kasih juga kepada para guru serta seluruh siswa-siswi kelas X-1, XI-1, dan XII-1 atas partisipasi dan antusiasme selama kegiatan penyuluhan. Apresiasi turut disampaikan kepada Universitas Aupa Royhan Kota Padangsidempuan, khususnya Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Diploma, atas dukungan institusional yang diberikan, serta kepada seluruh tim pengabdian atas kerja sama yang baik sejak tahap persiapan hingga evaluasi kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rahma A, Rahman F, Arifin S, Anggraini L, Minasari M, Raisya R, et al. Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Edukasi Interaktif di SMAN 5 Banjarbaru: Improving Adolescent Reproductive Health Knowledge Through Interactive Education at SMAN 5 Banjarbaru. *J Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*. 2025;4(1):114–22.
2. Hartini H. Perkembangan Fisik dan Body Image Remaja. *Islam Couns J Bimbingan Konseling Islam*. 2017;1(2):27–54.
3. Manuata AL. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Pubertas Terhadap Gambaran Diri di SMP Corpatarin Utama Jakarta Timur. [Thesis]. Universitas Binawan; 2022.
4. Pinem LH, Panjaitan EA, Hartati S. Optimasi Kapasitas Masyarakat dalam Mencegah Krisis Kesehatan Reproduksi Remaja. *J Mitra Masyarakat*. 2023;4(2):95–102.
5. Basana LDU. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Siswa SMK Negeri 1 Adam Dewi Kecamatan Barus Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2024. *SINERGI J Ris Ilm*. 2024;1(7):559–64.
6. Fatkhiyah N, Masturoh M, Atmoko D. Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja. *J Abdimas Mahakam*. 2020;4(1):84–9.
7. Ariani A, Sutriyawan A, Mulyati I, Winengsih E, Juarta T. Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja melalui Pos Kesehatan Remaja di SMPN 1 Rancaekek dan SMA 5 Muhammadiyah Wilayah Puskesmas Rancaekek. *J ABDIMAS-HIP Pengabdian Kpd Masyarakat*. 2024;5(1):60–7.
8. Rima Wirenvion SST, Riris AAIDC, St S. Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja. Surabaya: Airlangga University Press; 2020.
9. Marisita NH, Zuhroidaturrahmah A, Nurfatimah AS, Aini NN. Urgensi Pemahaman Kesehatan Reproduksi Remaja Sebagai Bekal Pencegahan Stunting di Desa Mendalanwangi Kecamatan Wagir. *MEUSEURAYA-Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2024;12–26.

10. Chanty Yunie H, ST S, Fitriani S, KM S, KM M. Edukasi Kesehatan Sukses Menghadapi Masa Pubertas Pada Siswa SDN Sukasenang Kecamatan Singaparna Tahun 2023. *J Abdimas Kesehat Tasikmalaya*. 2024;6(1):1–5.
11. Mahlan M, Muflihah M, LAILY R. Hubungan Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja dengan Persepsi Siswa Tentang Seksualitas Remaja pada Kelas XI SMA Negeri 1 Jejangkit Kecamatan Jejangkit Kabupaten Barito Kuala. *J Midwifery Reprod*. 2020;3(2):18.
12. Muharrina CR, Yustendi D, Sarah S, Herika L, Ramadhan F. Kesehatan Reproduksi. *J Pengabd Masy Kebidanan*. 2023;5(1):26–9.
13. Ratu Matahari SKM, Utami FP, SKM MK. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Infeksi Menular Seksual. *Pustaka Ilmu*; 2018.
14. Wardiyah A, Aryanti L, Marliyana M, Oktaliana O, Khoirudin P, Dea MA. Penyuluhan Kesehatan Pentingnya Menjaga Kesehatan Alat Reproduksi. *J Public Heal Concerns*. 2022;2(1):41–53.
15. Pandelaki L, Rompas S, Bidjuni H. Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi dengan Kejadian Pruritus Vulvae pada Remaja di SMA Negeri 7 Manado. *J Keperawatan*. 2020;8(1):68.