

EDUKASI PERILAKU SEHAT DALAM MENJAGA KESEHATAN ORGAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH DASAR MIS AL-KAUTSAR TAHUN 2025

HEALTH BEHAVIOR EDUCATION IN MAINTAINING REPRODUCTIVE ORGAN HEALTH AMONG FEMALE ADOLESCENTS AT MIS AL-KAUTSAR ELEMENTARY SCHOOL IN 2025

Rani Cahya¹, Sah Marianta Ginting², Melisa Anggryani Sitorus³, Debora Keresya Pane⁴, Hikmah Mia Syahira⁵

1,2,3 Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Sehati, Medan, Indonesia

4,5 Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Sehati, Medan, Indonesia

*Email korespondensi : (ranicahya@stikesmitrasehati.ac.id)¹

Article History:

Received: September 12, 2025;

Revised: Oktober 18, 2025;

Accepted: November 27, 2025;

Online Available: November 29, 2025;

Published: November 29, 2025;

Keywords: reproductive health, female adolescents, participatory education, social change, primary school

Abstract: Adolescent reproductive health is a crucial issue often overlooked in primary education, especially for young girls. The lack of accurate and age-appropriate information causes confusion among students when experiencing puberty, including menarche. This community service project aims to increase the knowledge and awareness of female students at MIS AL-KAUTSAR regarding reproductive organ health through an educational and participatory approach. The method used is Participatory Action Research (PAR), consisting of needs identification, program planning, educational implementation, and evaluation stages. The results indicate a significant increase in students' understanding of reproductive anatomy and hygiene, as well as behavioral changes such as greater openness to discussing menstruation and the emergence of local leaders among students. The program also led to the creation of new social structures in the school, such as a youth information corner and the involvement of female teachers as mentors. This initiative proves effective as an educational intervention model that can be replicated in other primary schools.

Abstrak

Kesehatan reproduksi remaja merupakan isu penting yang kerap diabaikan dalam dunia pendidikan dasar, khususnya bagi remaja putri. Minimnya informasi yang akurat dan ramah usia mengakibatkan banyak siswa mengalami kebingungan dalam menghadapi pubertas, termasuk saat mengalami menarche. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri di MIS AL-KAUTSAR mengenai kesehatan organ reproduksi melalui pendekatan edukatif dan partisipatif. Metode yang digunakan adalah *Participatory Action Research (PAR)* dengan tahapan identifikasi kebutuhan, perencanaan program, pelaksanaan edukasi, dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada pemahaman siswa mengenai anatomi dan kebersihan reproduksi, serta perubahan perilaku seperti meningkatnya keterbukaan dalam diskusi seputar menstruasi dan tumbuhnya pemimpin lokal dari kalangan siswi. Kegiatan ini juga menghasilkan pranata baru di sekolah seperti pojok informasi remaja dan pelibatan guru perempuan sebagai mentor. Program ini efektif sebagai model intervensi edukatif yang dapat direplikasi di sekolah dasar lainnya.

Kata Kunci: kesehatan reproduksi, remaja putri, pendidikan partisipatif, perubahan sosial, sekolah dasar

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja, khususnya remaja putri, karena berkaitan erat dengan fungsi biologis dan kesejahteraan psikososial mereka di masa depan. Sayangnya, pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi masih tergolong rendah di kalangan anak-anak usia sekolah dasar, terutama di wilayah dengan akses informasi dan pendidikan yang terbatas. Di Indonesia, menurut *BKKBN (2022)*, sekitar 54% remaja putri belum memiliki pemahaman dasar tentang menstruasi dan perawatan organ reproduksi secara benar. Hal ini berdampak pada meningkatnya risiko infeksi saluran reproduksi, kecemasan saat menarche, dan pola perilaku higienitas yang buruk.

Komunitas dampingan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah siswa-siswi Sekolah Dasar MIS AL-KAUTSAR, yang berlokasi di lingkungan semi-urban dengan karakteristik masyarakat yang masih memegang nilai-nilai tradisional dan terbatasnya akses pada edukasi kesehatan seksual dan reproduksi yang komprehensif. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa lebih dari 60% siswi kelas V dan VI belum mengetahui cara menjaga kebersihan area reproduksi selama menstruasi dan memiliki pemahaman yang minim tentang anatomi tubuh mereka. Mereka juga cenderung menerima informasi dari teman sebaya yang belum tentu akurat, daripada dari sumber resmi atau tenaga kesehatan (*Khoirunisa, 2025*).

Fokus dari kegiatan pengabdian ini adalah memberikan edukasi perilaku sehat dalam menjaga kesehatan organ reproduksi kepada remaja putri di sekolah dasar melalui pendekatan yang edukatif, komunikatif, dan berbasis gender-sensitive. Alasan pemilihan subyek ini adalah karena fase pra-remaja (usia 10–13 tahun) merupakan momen krusial dalam membentuk sikap dan perilaku yang berkelanjutan terhadap tubuh mereka. Selain itu, edukasi sejak dini terbukti dapat menurunkan risiko perilaku seksual berisiko dan meningkatkan kesadaran terhadap kesehatan diri (*Cerlyawati & Ashari, 2025*).

Perubahan sosial yang diharapkan dari kegiatan ini adalah tumbuhnya kesadaran kritis siswa terhadap pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi serta peningkatan kepercayaan diri remaja putri dalam menghadapi perubahan biologisnya. Lebih jauh lagi, program ini diharapkan dapat menjadi model intervensi edukatif yang dapat direplikasi di sekolah dasar lainnya sebagai upaya promotif dan preventif terhadap masalah kesehatan reproduksi remaja di Indonesia.

Studi sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis sekolah mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap kesehatan reproduksi secara signifikan. Misalnya, penelitian di SDN Wanajaya 03 Cibitung menemukan bahwa pemberian pendidikan tentang menstruasi dapat menurunkan tingkat kecemasan siswi terhadap menarche hingga 70% (Khoirunisa, 2025). Selain itu, edukasi yang disampaikan dalam bentuk interaktif seperti diskusi kelompok dan simulasi juga terbukti lebih efektif dalam membentuk pemahaman yang berkelanjutan dibandingkan metode ceramah konvensional (Wahyuni, 2021).

Dengan landasan data empiris dan hasil studi tersebut, kegiatan ini diharapkan menjadi kontribusi nyata dalam membentuk generasi muda yang lebih sadar dan peduli terhadap kesehatan reproduksi sejak usia dini.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui pendekatan partisipatif berbasis komunitas dengan strategi *Participatory Action Research* (PAR) yang menekankan pada keterlibatan aktif subyek dampingan dalam setiap tahapan perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Pendekatan ini dipilih untuk memastikan bahwa intervensi edukatif yang diberikan benar-benar sesuai dengan kebutuhan dan kondisi sosial budaya komunitas sasaran.

Subyek pengabdian adalah siswi kelas V dan VI di Sekolah Dasar MIS AL-KAUTSAR yang berlokasi di Kecamatan Sukarame, Kota Bandar Lampung. Sekolah ini dipilih karena berada di lingkungan dengan akses terbatas terhadap informasi kesehatan reproduksi, serta minimnya program edukasi formal terkait isu tersebut. Selain itu, sebagian besar orang tua siswa memiliki latar belakang pendidikan rendah sehingga peran sekolah sebagai agen perubahan menjadi sangat strategis. Proses pengorganisasian komunitas diawali dengan kegiatan identifikasi kebutuhan yang dilakukan melalui wawancara informal, diskusi kelompok terarah (FGD) dengan guru dan orang tua, serta observasi langsung di lingkungan sekolah. Data yang diperoleh menjadi dasar dalam merancang program edukasi yang kontekstual dan mudah dipahami oleh remaja putri usia sekolah dasar. Subyek dampingan (siswi) terlibat aktif dalam perencanaan melalui forum diskusi dan kegiatan penyusunan materi edukasi yang dikembangkan secara kolaboratif bersama guru dan tim pengabdian. Pendekatan ini bertujuan membangun rasa memiliki terhadap program serta meningkatkan efektivitas penyampaian informasi.

Strategi riset PAR dipilih karena mampu menjembatani kebutuhan intervensi edukatif yang bersifat aplikatif dan sekaligus memberdayakan komunitas. Metode ini menekankan pada siklus berkelanjutan: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi, yang dapat terus diadaptasi sesuai dinamika di lapangan.

Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat disusun sebagai berikut:

1. Identifikasi Kebutuhan: Melalui survei awal dan FGD dengan pihak sekolah dan orang tua.
2. Perencanaan Program: Penyusunan materi edukasi dan metode penyampaian berbasis partisipatif.
3. Pelaksanaan Edukasi: Kegiatan edukasi dilakukan melalui penyuluhan, simulasi, dan diskusi interaktif.
4. Evaluasi dan Refleksi: Dilakukan penilaian pengetahuan awal dan akhir, serta wawancara untuk mengevaluasi dampak program.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di MIS AL-KAUTSAR menghasilkan beberapa temuan penting yang berkaitan dengan dinamika proses pendampingan serta perubahan sosial yang diharapkan. Seluruh proses berjalan melalui tahapan yang dirancang secara partisipatif, sehingga keterlibatan siswa, guru, dan orang tua sangat terlihat dalam setiap kegiatan.

Ragam Kegiatan yang Dilaksanakan

Selama proses pendampingan, telah dilaksanakan berbagai kegiatan edukatif dan interaktif, antara lain:

1. Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Dasar
2. Simulasi Praktik Menjaga Kebersihan Saat Menstruasi
3. Kuis Interaktif
4. Forum Diskusi Remaja
5. Pelibatan Guru Sebagai Fasilitator

Bentuk Aksi Program Teknis

Sebagai bagian dari program, tim pengabdian menyediakan modul edukasi visual, leaflet, serta poster tentang anatomi organ reproduksi dan cara perawatan dasar. Sekolah juga menetapkan pojok informasi remaja dan guru perempuan diposisikan sebagai mentor sebaya.

Gambar 1. Kegiatan Edukatif Dan Interaktif Saat Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat



Perubahan Sosial yang Muncul

Setelah program dijalankan, berbagai perubahan positif mulai tampak:

1. Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Siswi
2. Kesadaran Baru tentang Kesehatan Reproduksi
3. Munculnya Pemimpin Lokal di Kalangan Siswi
4. Dukungan Sekolah Terhadap Program

Tabel 1. Pengetahuan Siswi Sebelum dan Sesudah Program Edukasi

Uji	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pengetahuan					
Pre-Test	30	30	65	46.20	9.43
Post-Test	30	60	90	75.33	8.76

Gambar 2. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Bersama Dosen dan Mahasiswa



DISKUSI

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di MIS AL-KAUTSAR dalam bentuk edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja putri menunjukkan dinamika yang signifikan baik dari segi proses maupun dampaknya terhadap perubahan sosial komunitas sekolah. Program ini dirancang secara partisipatif dan dilaksanakan dengan keterlibatan aktif berbagai pihak, termasuk guru, siswa, dan orang tua. Hal ini sejalan dengan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR), yang menempatkan komunitas bukan sekadar sebagai objek, melainkan subjek perubahan. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini telah memenuhi prinsip-prinsip dasar pengabdian berbasis komunitas, yaitu keterlibatan, pemberdayaan, dan transformasi sosial (Bhwa et al., 2025). Penyuluhan yang dilakukan secara interaktif tidak hanya memberikan pengetahuan kognitif, tetapi

juga memfasilitasi siswa untuk mengekspresikan pengalaman dan persepsi mereka seputar pubertas, menstruasi, dan kesehatan diri.

Secara teoritik, perubahan perilaku kesehatan dapat dijelaskan melalui *Health Belief Model* (HBM) yang menyatakan bahwa seseorang akan mengadopsi perilaku sehat apabila mereka menyadari manfaat tindakan tersebut, merasa rentan terhadap risiko, dan mendapatkan dukungan lingkungan yang memadai (Rhamadiano & Shalihah, 2025). Dalam konteks ini, hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan signifikan, yang mengindikasikan terbentuknya persepsi baru terhadap pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Lebih lanjut, pendekatan peer-to-peer dalam pelibatan siswa sebagai duta sanitasi mencerminkan teori *Social Learning* oleh Bandura, di mana perilaku sehat ditularkan melalui pengamatan dan interaksi sosial. Dalam program ini, munculnya local leader di kalangan siswi merupakan indikasi adanya pengaruh sosial positif dalam lingkungan sekolah yang mulai berubah menjadi lebih terbuka terhadap isu-isu reproduksi (Yati, 2024).

Pengalaman praktik ini juga menegaskan temuan Nuraini *et al.* (2023), bahwa edukasi partisipatif lebih efektif dalam menciptakan transformasi sosial yang berkelanjutan, khususnya dalam komunitas dengan akses informasi terbatas. Kegiatan edukasi yang dikemas dengan metode simulasi, diskusi kelompok, dan pendekatan sensitif gender turut mempercepat penerimaan informasi oleh peserta didik, serta membangun kepercayaan diri mereka. Secara struktural, hasil kegiatan ini mendorong terbentuknya pranata baru di sekolah seperti pojok informasi remaja dan peran guru perempuan sebagai fasilitator tetap. Ini merupakan bentuk institusionalisasi perubahan yang memperkuat dampak dari proses pengabdian jangka panjang. Sebagaimana dikemukakan oleh Agma (2025), keberhasilan edukasi kesehatan reproduksi tidak hanya terletak pada pencapaian individu, tetapi juga pada perubahan ekosistem sosial tempat individu tersebut berada. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berdampak pada peningkatan pemahaman individual, tetapi juga menghasilkan perubahan sosial pada tataran komunitas. MIS AL-KAUTSAR kini memiliki model pemberdayaan remaja putri yang dapat direplikasi di sekolah lain sebagai upaya preventif terhadap masalah kesehatan reproduksi.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di MIS AL-KAUTSAR membuktikan bahwa pendekatan edukatif dan partisipatif dalam penyuluhan kesehatan reproduksi kepada remaja putri sekolah dasar mampu menghasilkan dampak positif yang nyata. Edukasi yang dikemas dengan metode interaktif seperti diskusi kelompok, simulasi, dan keterlibatan peer educator telah meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran siswi terhadap pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi.

Dari sudut pandang teoritis, temuan ini menguatkan relevansi *Health Belief Model (HBM)* dan *Social Learning Theory* dalam konteks pemberdayaan kesehatan di kalangan remaja. Peningkatan pemahaman dan munculnya perilaku sehat menunjukkan bahwa persepsi risiko dan manfaat, serta pengaruh sosial dari lingkungan sekolah, sangat berperan dalam membentuk perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Transformasi sosial yang terjadi, seperti terbentuknya pranata baru (pojok informasi remaja), peran guru perempuan sebagai mentor, dan lahirnya pemimpin lokal dari kalangan siswi, menjadi indikasi keberhasilan pengorganisasian komunitas yang berbasis kesadaran kolektif dan pembelajaran sosial.

Rekomendasi yang dapat diberikan untuk pengembangan program ini ke depan adalah:

1. Institusionalisasi Program – Sekolah perlu mengintegrasikan materi kesehatan reproduksi dalam kurikulum non-formal seperti kegiatan ekstrakurikuler atau kelas tematik.
2. Pelatihan Lanjutan untuk Guru – Guru perlu dibekali pelatihan lanjutan agar mampu menjadi fasilitator kesehatan reproduksi yang sensitif terhadap usia dan gender.
3. Replikasi Model di Sekolah Lain – Model pengabdian ini layak direplikasi di sekolah dasar lain, terutama di wilayah dengan akses informasi kesehatan terbatas.
4. Monitoring Berkelanjutan – Evaluasi jangka panjang perlu dilakukan untuk melihat keberlanjutan dampak dan adaptasi perilaku siswi dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi yang dikembangkan secara partisipatif bukan hanya mampu menjawab permasalahan pengetahuan, tetapi juga menjadi sarana efektif untuk membentuk lingkungan sosial yang mendukung tumbuh kembang remaja putri secara sehat dan bermartabat.

DAFTAR REFERENSI

- Agma, A. R. (2025). Efektivitas edukasi kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan remaja putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1), 45–53. <https://ejournal.pustakabangsaindonesia.com/index.php/jik/article/download/20/20>
- Amelia, R., & Delfita, N. (2023). Penyuluhan kesehatan reproduksi bagi remaja wanita di Madrasah Tsanawiyah. *Indonesian Journal of Emerging Trends in Community Engagement*, 2(3), 112–120. <https://ejournal.pabki.org/index.php/ETCE/article/download/75/40>.
- Aswar, A., Adam, A., Alim, A., & Munadhir, M. (2025). Studi kualitatif pengalaman remaja menghadapi tantangan kesehatan reproduksi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 99–110. <http://e-jurnal.stikmar.ac.id/index.php/jkm/article/view/150>.
- Bhwa, D. A. V. P., Tulasi, O. A., & Bria, J. X. G. (2025). Peningkatan pemahaman siswa tentang kesehatan reproduksi melalui penyuluhan partisipatif. *Daarul Ilmi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(2), 132–140. <https://ojs.stikesmucis.ac.id/index.php/daipkm/article/view/749>.
- Cerlyawati, H., & Ashari, A. (2025). Manajemen kebersihan menstruasi bagi anak pekerja migran di Malaysia. *Abdimasku: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(1), 87–96. <http://abdimasku.lppm.dinus.ac.id/index.php/jurnalabdimasku/article/view/3055>.
- Hasibuan, A. R., & Muhammad, W. (2025). Membangun kesadaran remaja tentang dampak pernikahan dini melalui program edukasi partisipatif. *Ambacang Journal of Community Service*, 4(1), 34–42. <https://journal-ambacang.willyprint-art.my.id/index.php/ojs/article/view/74>.
- Khoirunisa, N. (2025). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri di SDN Wanajaya 03. *Repository Medikasuherman*. <https://repository.medikasuherman.ac.id/xmlui/handle/123456789/7930>
- Lubis, H., Susanti, N., & Sitompul, H. S. (2025). Peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja putri tentang kesehatan reproduksi. *Journal of Golden Generation*, 8(1), 20–28. <https://ejournal.lppnusantara.com/index.php/JGGA/article/view/18>
- Moligay, E. (2026). Penyuluhan remaja melalui edukasi kesehatan reproduksi sebagai upaya pencegahan pernikahan dini. *Abdimas Simulajaji: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 10–19. https://pusdig.biz.id/index.php/abdimas_simulajaji/article/view/8
- Nuraini, L., Afidah, I. N., & Chasannudin, A. (2023). Edukasi kesehatan reproduksi remaja untuk menyongsong Indonesia emas 2045. *Jurnal Indonesia Sehat*, 5(1), 75–82. <https://www.academia.edu/download/102486992/pdf.pdf>

- Rhamadiano, M. I., & Shalihah, N. M. (2025). Edukasi kesehatan reproduksi sebagai upaya preventif permasalahan remaja. *Room of Civil Society Development*, 8(2), 90–98. <https://rcsdevelopment.org/index.php/rcsd/article/view/750>
- Sholihah, A. (2025). Pemberdayaan peran remaja dalam program pemahaman kesehatan reproduksi. *Edukasi Masyarakat Sehat*, 6(1), 27–34. <https://ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/emass/article/view/787>
- Susilowati, E., & Maryam, M. (2024). Analisis dampak penyuluhan kesehatan reproduksi dengan metode ceramah terhadap pengetahuan pranikah. *Jurnal Cahaya Mandalika*, 5(3), 87–95. <https://ojs.cahayamandalika.com/index.php/jcm/article/view/3111>
- Wahyuni, R. (2021). Efektivitas metode edukasi interaktif terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi siswa SD. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 135–142.
- Yati, D. (2024). *Peer power: Strategi efektif edukasi kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta: Literasi Cendekia.
- Yusnaini, Y., Novita, M., & Elna, N. P. (2025). Inovasi program kesehatan reproduksi remaja: Edukasi dan layanan untuk menunjang kesehatan seksual. *Room of Civil Society Development*, 9(1), 51–59. <https://rcsdevelopment.org/index.php/rcsd/article/view/640>.
- Zulkarnain, A., & Hidayati, S. (2022). Pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah dasar: Strategi, tantangan, dan peluang. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Reproduksi*, 1(1), 88–97.