

## **MEMBANGUN KESADARAN KESEHATAN REPRODUKSI DI KALANGAN REMAJA PUTRI DI KAMPUNG SEMPU RT01/RW03 PASIR GOMBONG**

**Yulianti<sup>1</sup>, Sri Wulandari<sup>2</sup>, Nabila Maulida Abbas<sup>3</sup>, Putri Sindi Apriyanti<sup>4</sup>, Elis<sup>5</sup>, Nur Apipah<sup>6</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan Dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Medika Suherman

Email Corresponding : [wulansubih123@gmail.com](mailto:wulansubih123@gmail.com)

### **Abstract**

*This community empowerment program aimed to improve adolescent girls' reproductive health knowledge using interactive lectures and visual media such as posters and leaflets. The intervention was conducted in Pasir Gombang Village, North Cikarang, Bekasi Regency, involving 20 adolescent girls. The methods included counseling, discussion, simulation, and the distribution of educational materials. Results indicated a significant increase in participants' understanding of reproductive health concepts, benefits, and personal hygiene practices. The interactive and engaging approach effectively raised awareness and encouraged adolescents to maintain reproductive health independently and responsibly.*

**Keywords:** reproductive health, adolescent girls, health education, health promotion, health literacy.

### **Abstrak**

Program pemberdayaan masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja putri dengan menggunakan ceramah interaktif dan media visual seperti poster dan leaflet. Intervensi dilakukan di Desa Pasir Gombang, Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi, dengan melibatkan 20 remaja putri. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, diskusi, simulasi, dan pembagian materi edukasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta secara signifikan terhadap konsep, manfaat, dan praktik kebersihan diri kesehatan reproduksi. Pendekatan yang interaktif dan menarik ini efektif meningkatkan kesadaran dan mendorong remaja untuk menjaga kesehatan reproduksi secara mandiri dan bertanggung jawab.

**Kata Kunci:** kesehatan reproduksi, remaja putri, edukasi kesehatan, promosi kesehatan, literasi kesehatan.

Submitted: 2025-06-04

Revised: 2025-06-16

Accepted: 2025-06-30

### **Pendahuluan**

Masa remaja merupakan periode transisi penting yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Pada fase ini, remaja mengalami perkembangan organ reproduksi dan mulai menunjukkan minat terhadap identitas seksual. Namun, banyak remaja yang belum dibekali dengan pengetahuan dan pemahaman yang cukup tentang kesehatan reproduksi. Kurangnya informasi yang benar dan akurat dapat meningkatkan risiko terjadinya perilaku seksual berisiko, infeksi menular seksual (IMS), kehamilan yang tidak diinginkan, serta masalah kesehatan lainnya yang dapat berdampak jangka panjang.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri masih memiliki pengetahuan yang rendah tentang manajemen kebersihan menstruasi dan kesehatan reproduksi (Junias et al., 2023; Meinarisa et al., 2023). Hal ini diperkuat oleh studi Rosyidah et al. (2025) yang menemukan bahwa rendahnya literasi kesehatan reproduksi di daerah tertentu berkorelasi dengan tingginya angka pernikahan dini dan risiko stunting. Di Desa Pasir Gombang, Kabupaten Bekasi, masih ditemukan minimnya edukasi kesehatan reproduksi yang terintegrasi dan rendahnya pemahaman remaja putri terhadap pentingnya menjaga kebersihan reproduksi.

Di Desa Pasir Gombang, Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi, hasil survei awal menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja masih minim, bahkan sebagian remaja menganggap pembahasan mengenai reproduksi adalah sesuatu yang tabu. Kurangnya program edukasi yang terstruktur dan keterbatasan akses informasi yang sesuai usia menjadi salah satu faktor utama. Dengan demikian, penting untuk melakukan intervensi edukasi yang tepat sasaran, menggunakan media yang menarik dan metode yang mudah dipahami. Media poster dan metode ceramah interaktif dipilih dalam kegiatan ini karena dinilai mampu menyampaikan pesan secara visual dan memfasilitasi partisipasi aktif peserta. Oleh karena itu, tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri di Kampung Sempu RT01/RW03 Pasir Gombang mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi melalui penyuluhan dengan media visual.

### **Metode**

Kegiatan edukasi ini dilaksanakan dengan pendekatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi. Desain kegiatan menggunakan metode penyuluhan dengan evaluasi melalui pre-test dan post-test untuk mengetahui peningkatan pemahaman peserta.

Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan berikut:

1. Pre-Test

Pada tahap awal, dilakukan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai kesehatan reproduksi. Pre-test diberikan dalam bentuk pertanyaan lisan dan tertulis yang mencakup pengertian kesehatan reproduksi, manfaat menjaga kesehatan reproduksi, dan cara menjaga kebersihan diri, khususnya pada masa menstruasi.

2. Penyuluhan Edukasi

Penyuluhan dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah interaktif dan media visual berupa poster serta leaflet. Materi yang disampaikan meliputi:

- Pengertian kesehatan reproduksi.
- Manfaat menjaga kesehatan reproduksi sejak usia remaja.
- Cara menjaga kebersihan diri pada masa menstruasi.
- Dampak buruk jika kesehatan reproduksi diabaikan.

Media poster dan leaflet dipilih untuk membantu visualisasi materi sehingga mudah dipahami oleh remaja putri. Ceramah disampaikan dengan metode partisipatif yang melibatkan peserta secara aktif melalui diskusi dan tanya jawab.

3. Post-Test

Setelah penyuluhan selesai, dilakukan post-test dengan soal yang sama seperti pada pre-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Post-test ini bertujuan mengevaluasi efektivitas kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan.

4. Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk menganalisis perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Penilaian tingkat pengetahuan peserta dikategorikan berdasarkan skala berikut:

- Kategori Baik: Jika peserta memperoleh skor  $\geq 75\%$ .
- Kategori Cukup: Jika peserta memperoleh skor  $56\% - 74\%$ .
- Kategori Kurang: Jika peserta memperoleh skor  $\leq 55\%$ .

Evaluasi juga mempertimbangkan karakteristik peserta seperti usia, pendidikan, dan keaktifan dalam kegiatan diskusi, untuk melihat pengaruhnya terhadap peningkatan pengetahuan.

Metode ini dipilih karena pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang kesehatan reproduksi. Selain itu, penggunaan media visual seperti poster dan leaflet membantu meningkatkan daya tarik dan pemahaman peserta, khususnya dalam menyampaikan materi yang berkaitan dengan personal hygiene pada area genital dan pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi. Diharapkan, hasil dari penyuluhan ini dapat diterapkan oleh peserta dalam kehidupan sehari-hari dan disebarluaskan kepada teman sebaya dan keluarga.

### **Hasil dan Pembahasan**

Menstruasi merupakan salah satu aspek penting dalam kesehatan reproduksi yang dialami oleh seluruh perempuan sejak masa pubertas. Bagi remaja putri, memahami proses menstruasi dan cara merawat diri selama periode tersebut sangat penting untuk menjaga kebersihan, kesehatan, dan kenyamanan fisik. Kesadaran terhadap kesehatan reproduksi yang berfokus pada manajemen menstruasi memberikan berbagai manfaat positif, baik dari segi kesehatan fisik maupun psikologis.

Beberapa manfaat utama adalah mencegah terjadinya infeksi saluran reproduksi, seperti keputihan patologis, iritasi, dan infeksi bakteri atau jamur akibat kebiasaan tidak menjaga kebersihan saat menstruasi. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang cukup akan memahami pentingnya mengganti pembalut setiap 4–6 jam, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta memilih pembalut yang bersih dan tidak berbau (Laksmi et al., 2022). Selain itu, mereka akan terhindar dari kebiasaan buruk seperti menggunakan pembalut dalam waktu lama atau memakai pembalut yang tidak layak, yang berisiko menyebabkan dermatitis kontak atau bahkan sindrom syok toksik (TSS).

Selain aspek kebersihan, kesadaran tentang menstruasi juga membantu remaja dalam mengelola emosi dan nyeri haid (dismenore) dengan lebih baik. Banyak remaja mengalami kecemasan atau ketakutan saat pertama kali menstruasi karena minimnya informasi. Dengan edukasi yang baik, remaja bisa memahami bahwa menstruasi adalah proses alami dan bukan hal yang memalukan. Hal ini berdampak langsung pada peningkatan kepercayaan diri dan kesehatan mental, serta mencegah stigma yang sering melekat pada perempuan saat menstruasi (Ayu, 2010).

Lebih jauh lagi, pengetahuan mengenai siklus menstruasi membantu remaja putri mengenali kondisi tubuh mereka secara lebih mendalam. Misalnya, mereka dapat mengetahui siklus yang tidak teratur sebagai tanda gangguan hormonal atau masalah kesehatan reproduksi lainnya. Kesadaran ini akan memotivasi mereka untuk lebih peduli pada perubahan tubuh, serta mencari bantuan medis bila ditemukan kelainan, seperti nyeri hebat, perdarahan berlebihan, atau keterlambatan menstruasi yang tidak wajar (WHO, 2018).

Pendidikan tentang menstruasi juga dapat mendorong praktik personal hygiene yang baik dalam jangka panjang. Menurut Siswono (2011), menjaga kebersihan saat menstruasi secara konsisten sejak remaja terbukti dapat menurunkan risiko penyakit reproduksi di masa depan dan membentuk pola hidup bersih yang akan terbawa hingga dewasa.

Dengan demikian, edukasi mengenai menstruasi sebagai bagian dari kesehatan reproduksi memiliki peran strategis dalam membentuk generasi remaja putri yang sehat secara fisik, siap secara mental, dan mampu menjaga tubuhnya secara bertanggung jawab. Kesadaran ini sebaiknya ditanamkan sejak dini melalui penyuluhan, diskusi kelompok, dan media edukatif seperti poster atau leaflet yang disesuaikan dengan usia dan budaya setempat.

Tabel dan gambar merupakan bagian dari naskah dan tidak dipisah dari badan naskah. Letakkanlah tabel dan gambar di tempat yang sesuai dengan narasi sehingga mereka melengkapi narasi. Tabel dan gambar diberi nomor urut berdasarkan urutan kemunculannya pada naskah.

Tabel dan gambar harus diberi judul. Nomor-nomor tersebut diikuti dengan judul tabel dan gambarnya. Tampilan tabel dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Pengetahuan remaja sebelum diberikan edukasi dan sesudah diberikan tentang kesehatan reproduksi

Peserta	Pre-test	Post-test	Kenaikan Presentasi %
P1	60	76	26,67%
P2	56	80	42,86%
P3	56	80	42,86%
P4	60	100	66,67%
P5	70	90	28,57%
P6	56	76	35,71%
P7	56	90	60,71%
P8	60	80	33,33%
P9	60	76	26,67%
P10	56	90	60,71%
P11	56	90	60,71%
P12	60	80	33,33%
P13	60	100	60,71%
P14	56	90	60,71%
P15	60	100	78,57%
P16	56	80	42,86%
P17	60	85	41,67%
P18	56	100	78,57%
P19	60	80	33,33%
P20	56	77	37,50%
Rata-Rata	58,00	88,50	52,59%

Berdasarkan hasil post-test, terjadi peningkatan pengetahuan peserta dari rata-rata 58,00 menjadi 88,50 dengan peningkatan sebesar 52,59%. Hal ini menunjukkan efektivitas penyuluhan dengan media poster dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai kesehatan reproduksi.

Penyuluhan kemudian dilakukan dengan menggunakan media poster sebagai alat bantu edukasi. Materi yang disampaikan mencakup pengenalan organ reproduksi, pentingnya kebersihan area kewanitaan, serta sikap bijak dalam menjaga kesehatan reproduksi sejak usia dini. Penyuluhan dilaksanakan secara interaktif, melibatkan sesi tanya jawab dan diskusi kelompok kecil.

Setelah dilakukan penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi remaja putri di Kampung Sempu RT 01/RW 03 Pasir Gombang dengan media poster, dilakukan pre-test dan post-test kepada 20 peserta. Hasil rata-rata pre-test menunjukkan nilai sebesar 58,00, yang mencerminkan masih rendahnya pemahaman peserta terhadap materi kesehatan reproduksi.

Setelah kegiatan penyuluhan, dilakukan post-test dengan hasil rata-rata sebesar 88,50. Terjadi peningkatan nilai yang signifikan dengan kenaikan persentase sebesar 52,59%. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan menggunakan media poster sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi.

**Tabel 2 :** Gambaran tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan reproduksi

Tingkat Pengetahuan	Sebelum n	Sebelum %	Sesudah n	Sesudah %
Kurang	5	25,00%	0	0,00%

Cukup	10	50,00%	4	20,00%
Baik	5	25,00%	16	80,00%
Total	20	100%	20	100%

Berdasarkan hasil dari pengumpulan data setelah dilaksanakannya penyuluhan di kampung sempu, Setelah kegiatan penyuluhan dilakukan di Kampung Sempu RT 01/RW 03 Pasir Gombang, dilakukan post-test untuk mengetahui dampak dari intervensi. Hasil menunjukkan bahwa rata-rata nilai post-test sebesar 88,50, meningkat dari nilai rata-rata pre-test sebesar 58,00, sehingga terdapat kenaikan presentase sebesar 52,59%. Ini menunjukkan bahwa penyuluhan dengan media poster sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, khususnya saat menstruasi.

Selain dilihat dari nilai rata-rata, peningkatan pengetahuan peserta juga tergambar dari perubahan kategori tingkat pengetahuan. Berdasarkan Tabel 2, sebelum penyuluhan terdapat 5 orang (25%) dengan kategori pengetahuan kurang, 10 orang (50%) kategori cukup, dan hanya 5 orang (25%) dengan pengetahuan baik. Setelah penyuluhan, tidak ada lagi peserta yang berada dalam kategori kurang, hanya 4 orang (20%) masih berada dalam kategori cukup, dan mayoritas yakni 16 orang (80%) telah memiliki pengetahuan dalam kategori baik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Iswatun (2021) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan remaja putri dalam menjaga kebersihan area reproduksi. Hasil uji statistik menunjukkan perbedaan signifikan ( $p=0,000$ ) pada pengetahuan, sikap, dan tindakan setelah diberikan penyuluhan kesehatan. Dengan demikian, edukasi kesehatan terbukti menjadi strategi efektif dalam mencegah masalah reproduksi seperti keputihan dan menjaga kebersihan saat menstruasi.

Penelitian ini juga diperkuat oleh temuan dari Indriati Andolita Tedju Hinga (2019) yang menyoroti pentingnya pemilihan media edukasi yang sesuai, seperti leaflet dan poster. Media visual terbukti dapat meningkatkan fokus dan minat peserta selama penyuluhan, sehingga informasi dapat terserap lebih maksimal. Tanpa media yang mendukung, penyuluhan berisiko menjadi membosankan dan materi cenderung mudah dilupakan. Oleh karena itu, penggunaan poster pada kegiatan ini membantu peserta memahami secara lebih efektif tentang pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi.

Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan membangun kesadaran baru tentang praktik menjaga kebersihan diri selama menstruasi, seperti rutin mengganti pembalut, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta menjaga area kewanitaan tetap bersih dan kering. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis media visual sangat efektif dalam promosi kesehatan reproduksi di kalangan remaja putri (Iswatun, 2021; Hinga, 2019).



Gambar 1. Pemberian Leaflet



Gambar 2. Leaflet



Gambar 3. Pemberian Pre-Test



Gambar 5. Pengisian Pre-Test    Gambar 6. Pemberian Materi    Gambar

7. Pengisian Post- Test



Gambar 8. Penutupan Kegiatan

## Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi yang dilaksanakan di Kampung Sempu RT01/RW03 Pasir Gombang telah menunjukkan hasil yang sangat positif. Edukasi yang dilakukan melalui media poster dan ceramah interaktif berhasil meningkatkan pemahaman peserta secara signifikan, terbukti dari kenaikan nilai rata-rata dari 58,00 menjadi 88,50 setelah kegiatan. Selain itu, terjadi peningkatan persentase pengetahuan kategori "baik" dari 25% menjadi 80%. Metode partisipatif dan media visual terbukti efektif dalam menyampaikan materi yang sensitif seperti kesehatan reproduksi kepada remaja putri. Meskipun masih terdapat keterbatasan dari segi waktu dan cakupan, kegiatan ini menjadi model edukasi yang potensial untuk diterapkan di daerah lain, terutama yang memiliki keterbatasan akses informasi. Ke depan, kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan pendekatan yang lebih luas untuk menjangkau kelompok usia remaja lainnya dan masyarakat umum.

## Ucapan Terima Kasih

Segala puji dan syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan lancar. Dengan ini, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Yulianti, SST., M.Keb., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, dukungan, dan bimbingan selama proses pelaksanaan kegiatan hingga selesai.
2. Bapak Nyamin selaku Ketua RT Kampung Sempu, yang telah membantu mengoordinasikan partisipasi remaja dan mendukung penuh kelancaran jalannya kegiatan penyuluhan.
3. Ibu kader kesehatan, yang telah membantu dalam mengoordinasikan dan menjembatani partisipasi para remaja serta turut aktif mendampingi pelaksanaan kegiatan.

4. Para remaja yang telah berpartisipasi aktif dan antusias dalam mengikuti penyuluhan dari awal hingga akhir kegiatan.

Penulis menyadari bahwa dalam pelaksanaan dan penyusunan laporan ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, kami sangat terbuka terhadap saran dan kritik yang membangun untuk perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi nyata bagi masyarakat.

#### **Daftar Pustaka (10 pt)**

- Junias, M. S., et al. (2023). Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja dan Manajemen Kebersihan Menstruasi pada Remaja Putri Sekolah Menengah Pertama. *Abdimas Galuh*, 5(1), 69-78. Format pengutipan dalam naskah dan tampilan daftar pustaka mengikuti *American Psychological Association (APA)*. Lebih lengkapnya, penulis dapat mempelajari penulisannya pada *APA Format Citation Guide*, atau dapat mengikuti petunjuk pada pedoman penulisan.
- Meinarisa, M., et al. (2023). Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Putri dan Pembentukan Kader Remaja Sehat Reproduksi. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 4(4), 880-885.
- Rahmayani. (2024). Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Perilaku Reproduksi Sehat Remaja Putri. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(4), 856–860.
- Rosyidah, R., et al. (2025). Peningkatan Kesadaran Kesehatan Reproduksi dan Literasi Digital Bagi Remaja Putri Melalui Pendekatan Psikoedukatif Komunitas. *DedikasiMU*, 7(2), 190-195.
- SAP Kelompok 6. (2025). Satuan Acara Promosi Kesehatan: Membangun Kesadaran Kesehatan Reproduksi di Kalangan Remaja Putri. Cikarang Utara.
- Laksmi, D., Astuti, P., & Maulida, N. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Remaja. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(2), 100–110.
- WHO. (2018). *Reproductive Health Overview*. World Health Organization.