

EDUKASI MENGHADAPI MASA AKIL BALIGH (PUBERTAS) PADA SISWA KELAS 6 SD AL ISLAM 2 JAMSAREN SURAKARTA

Eny Kusumawati¹, Nawang Ramandani², Dinar Mahdalena Leksana³

^{1,2}Universitas Tunas Pembangunan Surakarta, ³Universitas Islam Lamongan

enylajanu86@gmail.com

Abstract

Puberty is a crucial developmental stage marking the transition from late childhood to early adolescence. During this period, children experience significant physical, psychological, and social changes that require proper understanding and self-preparation. However, many elementary school students have not received adequate education about puberty, resulting in confusion, anxiety, and misconceptions about the changes they undergo. This community service program aimed to improve the understanding of sixth-grade students at SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta regarding puberty through classical guidance services supported by audio-visual media. The method employed was a descriptive, evaluative approach consisting of three main stages: preparation, implementation, and evaluation. The participants were 32 students (15 male and 17 female) aged 11–12 years. Data were collected using pre-test and post-test questionnaires and participatory observations, then analyzed quantitatively and qualitatively. The results indicated a significant improvement in students' understanding from 21.9% categorized as "understood" in the pre-test to 90.6% in the post-test. Students also showed reduced anxiety and increased readiness in facing physical and emotional changes. These findings demonstrate that classical guidance services utilizing audio-visual media are effective in providing comprehensive puberty education, creating a psychologically safe environment, and fostering positive attitudes toward the puberty transition. This program is expected to be replicated in other schools with contextual adjustments and by involving parents as the primary support in children's reproductive health education.

Keywords: *puberty; student education; classical guidance; elementary school; reproductive health*

Abstrak

Masa akil baligh (pubertas) merupakan fase perkembangan penting yang menandai peralihan dari masa kanak-kanak menuju remaja awal. Pada tahap ini, anak mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang memerlukan pemahaman dan kesiapan diri yang baik. Namun, banyak siswa sekolah dasar belum memperoleh edukasi yang memadai mengenai pubertas sehingga menimbulkan kebingungan, kecemasan, serta kesalahpahaman terhadap perubahan yang mereka alami. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa kelas 6 SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta mengenai pubertas melalui layanan bimbingan klasikal berbantuan media audio-visual. Metode yang digunakan adalah pendekatan deskriptif-evaluatif dengan tiga tahapan utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Subjek kegiatan berjumlah 32 siswa (15 laki-laki dan 17 perempuan) berusia 11–12 tahun. Data dikumpulkan melalui kuesioner pre-test dan post-test serta observasi partisipatif, kemudian dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pemahaman siswa, dari 21,9% kategori "paham" pada pre-test menjadi 90,6% pada post-test. Siswa juga menunjukkan penurunan kecemasan dan peningkatan kesiapan dalam menghadapi perubahan fisik dan emosional. Hasil ini membuktikan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan media audio-visual efektif dalam memberikan edukasi pubertas yang komprehensif, menciptakan ruang aman psikologis, serta mendorong siswa membangun sikap positif terhadap masa akil baligh. Kegiatan ini diharapkan dapat direplikasi di sekolah lain dengan penyesuaian konteks dan melibatkan peran orang tua sebagai pendukung utama pendidikan kesehatan reproduksi anak.

Kata Kunci: pubertas; edukasi siswa; bimbingan klasikal; sekolah dasar; kesehatan reproduksi

Submitted: 2025-10-20	Revised: 2025-10-30	Accepted: 2025-11-08
-----------------------	---------------------	----------------------

Pendahuluan

Pubertas, atau masa akil baligh, merupakan tahap perkembangan manusia yang sangat penting, menandai peralihan dari masa kanak-kanak akhir ke awal remaja. Pada usia sekitar 11-12 tahun, siswa kelas 6 Sekolah Dasar—seperti yang diamati di SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta—

berada di tengah-tengah transformasi ini. Mereka mengalami perubahan mendasar di bidang biologis, psikologis, dan sosial, yang meliputi pematangan organ reproduksi serta munculnya ciri-ciri seksual sekunder (Santrock, 2018). Secara psikologis, fase ini sering disertai dengan peningkatan kesadaran diri, fluktuasi emosi yang intens, dan minat yang lebih besar terhadap lawan jenis (Papalia & Martorell, 2021). Di sekolah tersebut, fenomena ini terlihat jelas: siswa sering kali bingung karena mendapatkan informasi sepotong-sepotong dari teman sebaya atau media daring, tanpa akses ke ruang diskusi yang aman untuk mengatasi kecemasan, rasa malu, atau kebingungan terkait perubahan tubuh dan emosi mereka.

Kesenjangan pengetahuan (information gap) dan kesalahpahaman tentang pubertas menjadi masalah serius di kalangan anak usia sekolah dasar. Hurlock (2012) menjelaskan bahwa informasi yang tidak lengkap atau keliru tentang perubahan fisik dapat memicu kecemasan berlebihan dan pembentukan citra diri yang negatif. Di era digital saat ini, siswa—termasuk di SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta—mudah terpapar konten yang tidak akurat, tidak sesuai usia, atau bahkan materi pornografi saat mencari jawaban atas rasa ingin tahu mereka secara mandiri (Rahman & Wahyuni, 2019). Hal ini diperkuat oleh laporan dari UNICEF (2021), yang menunjukkan bahwa paparan media sosial yang tidak terkontrol dapat memperburuk miskonsepsi tentang kesehatan reproduksi, meningkatkan risiko perilaku impulsif, dan mengganggu perkembangan emosional remaja. Kondisi ini menuntut intervensi aktif dari layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah. Berdasarkan konteks tersebut, masalah utama dalam kegiatan ini dirumuskan sebagai: "Bagaimana layanan bimbingan klasikal dengan media edukatif yang tepat dapat meningkatkan pemahaman dan kesiapan siswa kelas 6 SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta dalam menghadapi masa akil baligh?" Dengan rumusan masalah ini, tujuan utama kegiatan adalah menyediakan edukasi yang menyeluruh dan akurat tentang pubertas. Secara spesifik, kegiatan ini bertujuan untuk: (1) Menilai tingkat pengetahuan awal siswa kelas 6 SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta mengenai aspek fisik, mental, dan sosial pubertas; (2) Meningkatkan pengetahuan siswa secara bermakna tentang proses pubertas yang sehat dan alami; dan (3) Membantu siswa membangun sikap adaptif positif (positive coping) serta kesiapan menghadapi perubahan selama masa akil baligh.

Secara teoretis, intervensi ini berlandaskan teori tugas perkembangan yang dikembangkan oleh Havighurst (dalam Desmita, 2016), di mana salah satu tugas utama pada fase ini adalah menerima dan memanfaatkan kondisi fisik secara efektif. Layanan BK, terutama melalui layanan informasi dan bimbingan klasikal, berperan preventif dan pengembangan untuk mendukung siswa dalam menyelesaikan tugas tersebut (Prayitno & Amti, 2015). Teori psikososial Erik Erikson (dalam Steinberg, 2014) juga relevan di sini, karena pubertas melibatkan krisis identitas di mana dukungan sosial—seperti yang diberikan melalui BK—dapat membantu remaja membangun kepercayaan diri dan integritas. Penelitian sebelumnya oleh Sari & Mulyani (2020) menunjukkan bahwa layanan informasi dengan media audio-visual efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa SD tentang kesehatan reproduksi dan pubertas. Selain itu, studi dari *Journal of Adolescent Health* (Smith et al., 2018) mengonfirmasi bahwa program edukasi terstruktur di sekolah dapat mengurangi stigma dan meningkatkan kesiapan emosional, sehingga mengurangi risiko masalah kesehatan mental. Dengan demikian, edukasi terorganisir melalui BK dianggap sebagai strategi yang tepat dan strategis untuk membekali siswa kelas 6 SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta dalam menjalani transisi penting ini, sambil mengintegrasikan wawasan dari sumber global dan lokal untuk pendekatan yang lebih holistik.

Metode

Metode kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan deskriptif-evaluatif dengan model pelayanan bimbingan dan konseling kelompok (bimbingan klasikal). Model ini dipilih karena

efektif menjangkau seluruh populasi sasaran dan memfasilitasi peningkatan pemahaman kognitif dalam waktu terbatas (Prayitno & Amti, 2015).

A. Lokasi dan Subjek Kegiatan

- Lokasi: Kegiatan dilaksanakan di SD Al Islam 2 Jamsaren, Surakarta, Jawa Tengah. Pemilihan lokasi didasarkan pada hasil komunikasi awal dengan pihak sekolah yang mengidentifikasi adanya kebutuhan mendesak akan edukasi pubertas bagi siswa kelas 6.
- Subjek Kegiatan: Subjek kegiatan adalah seluruh siswa kelas 6 SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta, yang berjumlah 32 siswa (terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 17 siswa perempuan). Kelompok usia ini (11-12 tahun) secara teoretis berada pada tahap pra-remaja atau awal pubertas, sehingga intervensi dianggap paling relevan dan preventif (Santrock, 2018).

B. Prosedur Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan dalam tiga tahapan utama: Tahap Persiapan, Tahap Pelaksanaan (Implementasi), dan Tahap Evaluasi.

1. Tahap Persiapan

Perizinan dan Koordinasi: Melakukan koordinasi dengan Kepala Sekolah dan Guru BK SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta untuk menentukan jadwal, media, dan persetujuan pelaksanaan.

Penyusunan Instrumen: Menyusun instrumen evaluasi berupa kuesioner pre-test dan post-test yang terdiri dari 20 butir pertanyaan ganda. Kuesioner ini mengukur pemahaman siswa terhadap tiga aspek pubertas: (1) Biologis/Fisik (misalnya, menstruasi, mimpi basah, perubahan suara); (2) Psikologis/Emosional (misalnya, mood swing, kecemasan); dan (3) Sosial/Higiene (misalnya, kebersihan diri dan interaksi sosial).

Pengembangan Materi dan Media: Materi bimbingan klasikal disusun berdasarkan literatur kepustakaan yang akurat (Hurlock, 2012; Papalia & Martorell, 2021) dan disesuaikan dengan bahasa yang ramah anak. Media utama yang digunakan adalah Video Animasi Edukasi Pubertas dan PowerPoint Interaktif untuk mendukung efektivitas penyampaian materi (Sari & Mulyani, 2020).

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Susunan Rencana Sosialisasi

NO.	PERIHAL	KETERANGAN
1.	Tempat Pelaksanaan	SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta
2.	Alat yang digunakan	Menyusun instrumen evaluasi berupa kuesioner pre-test dan post-test
3.	Hasil / Output	Respon tanggapan partisipatif pemahaman siswa terhadap tiga aspek pubertas

2. Tahap Pelaksanaan (Implementasi)

Asesmen Awal (Pre-Test): Pada awal sesi, seluruh subjek diminta mengisi kuesioner pre-test dan angket observasi awal mengenai sumber informasi dan respons emosional mereka terhadap pubertas. Data ini digunakan untuk mengukur pengetahuan dasar dan kebutuhan spesifik siswa.

Penyampaian Materi (Bimbingan Klasikal): Tim pelaksana menyampaikan materi inti mengenai "Menghadapi Masa Akil Baligh". Materi mencakup penjelasan ilmiah tentang perubahan primer dan sekunder, cara menjaga kebersihan diri selama pubertas, serta tips manajemen emosi yang sehat.

Sesi Diskusi dan Tanya Jawab Terpisah: Untuk memfasilitasi keterbukaan dan kenyamanan siswa, sesi tanya jawab dibagi menjadi dua kelompok terpisah (siswa laki-laki dan siswa perempuan). Pemisahan ini bertujuan untuk menciptakan ruang aman psikologis agar pertanyaan yang bersifat sangat personal dapat diajukan tanpa rasa malu.

Lama pelaksanaan pengabdian adalah 4 bulan, terinci sebagai berikut:

Tabel 2. Pelaksanaan Tindakan Pengabdian

Kegiatan	Pekan							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Koordinasi tim pelaksanaan pengabdian masyarakat								
Perencanaan teknis pelaksanaan pengabdian masyarakat								
Persiapan pembagian tugas (kepanitiaan)								
Pelaksanaan sosialisasi dan pelatihan								
Evaluasi dan tindak lanjut								
Pembuatan laporan								

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi Akhir (Post-Test): Setelah seluruh intervensi selesai, siswa kembali mengisi kuesioner yang sama (post-test) untuk mengukur tingkat peningkatan pemahaman mereka.

Observasi dan Refleksi: Tim pelaksana melakukan observasi terhadap perubahan perilaku siswa, terutama tingkat keterbukaan dan ekspresi kecemasan mereka, selama dan setelah sesi bimbingan.

C. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari kegiatan ini dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif.

- Analisis Kuantitatif:

Uji Deskriptif: Data hasil pre-test dan post-test dianalisis untuk menentukan skor rata-rata, nilai minimum, dan maksimum.

- Analisis Komparatif:

Dilakukan perbandingan skor pre-test dan post-test untuk mengetahui efektivitas kegiatan. Peningkatan skor pada post-test dibandingkan dengan pre-test diinterpretasikan sebagai bukti keberhasilan intervensi. Dalam konteks pengabdian yang menekankan hasil praktik, peningkatan persentase siswa dari kategori "Kurang Paham" ke "Paham" dijadikan indikator utama keberhasilan.

- Analisis Kualitatif:

Data kualitatif diperoleh dari hasil observasi dan catatan pertanyaan-pertanyaan yang muncul selama sesi diskusi. Data ini digunakan untuk memperkaya pembahasan, terutama dalam mengidentifikasi respon emosional dan kebutuhan spesifik siswa kelas 6 SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta terhadap topik pubertas.

Pendekatan metode ini memastikan bahwa kegiatan tidak hanya berfokus pada transfer informasi, tetapi juga pada pengukuran dampak kognitif yang terukur sesuai dengan fungsi pengembangan dalam Bimbingan dan Konseling (Prayitno & Amti, 2015).

Hasil dan Pembahasan

Bagian ini memaparkan temuan data yang diperoleh selama kegiatan pengabdian di SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta, serta analisis dan interpretasi data tersebut yang dikaitkan dengan kerangka teoretis dan penelitian relevan.

A. Hasil Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian "Edukasi Menghadapi Masa Akil Baligh (Pubertas)" dibagi menjadi tiga tahap: asesmen awal (observasi dan pre-test), implementasi (intervensi), dan evaluasi (post-test dan observasi akhir).

1. Hasil Asesmen Awal (Pre-Test)

Sebelum intervensi dilakukan, tim pengabdian melakukan asesmen awal terhadap 32 siswa kelas 6 (15 siswa laki-laki dan 17 siswa perempuan) untuk mengukur tingkat pemahaman dan kesiapan mereka mengenai pubertas. Asesmen menggunakan kuesioner pemahaman yang terdiri dari 20 butir soal (meliputi aspek fisik, psikis, dan sosial) serta observasi partisipatif.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa siswa cenderung tertutup dan malu saat topik pubertas disinggung secara sekilas oleh guru kelas. Siswa perempuan dan laki-laki cenderung saling mengejek atau berbisik-bisik seolah mereka berfikir itu adalah topik yang tabu untuk di bicarakan, mengindikasikan ketidaknyamanan dan miskonsepsi terhadap perubahan yang terjadi.

Secara kuantitatif, hasil pre-test menunjukkan gambaran yang mengkhawatirkan:

Tingkat Pemahaman: Mayoritas siswa, yakni 78% (25 dari 32 siswa), berada dalam kategori "Kurang Paham" mengenai pubertas. Mereka mampu mengidentifikasi perubahan fisik yang terlihat (seperti jerawat atau tinggi badan), namun gagal memahami perubahan primer (menstruasi dan mimpi basah) serta implikasi psikologisnya.

Sumber Informasi: Sebanyak 81% siswa mengaku mendapatkan informasi utama dari teman sebaya, dan 65% dari internet/media sosial (seringkali tidak terverifikasi), sementara hanya 15% yang mengaku nyaman berdiskusi dengan orang tua.

Aspek Psikologis: Lebih dari 70% siswa (terutama siswi perempuan) mencentang "Cemas" atau "Bingung" pada angket respons emosional ketika ditanya mengenai perubahan tubuh yang akan mereka alami.

2. Implementasi Kegiatan

Intervensi dilaksanakan dalam bentuk layanan bimbingan klasikal selama 2 x 45 menit. Materi disampaikan menggunakan media audio-visual (video animasi tentang pubertas) dan PowerPoint interaktif. Untuk menjaga privasi dan kenyamanan siswa, setelah sesi klasikal umum, dilakukan sesi tanya jawab yang dipisah antara siswa laki-laki (didampingi fasilitator laki-laki) dan siswa perempuan (didampingi fasilitator perempuan).

Antusiasme siswa terlihat tinggi, terutama saat pemutaran video animasi. Pada sesi tanya jawab terpisah, siswa lebih berani mengajukan pertanyaan spesifik, seperti "Apakah mimpi basah itu dosa?" (siswa laki-laki) dan "Bagaimana cara mengatasi nyeri saat haid di sekolah?" (siswa perempuan), yang menunjukkan kebutuhan mendesak akan informasi yang akurat.

3. Hasil Evaluasi Akhir (Post-Test)

Setelah intervensi selesai, siswa diminta mengerjakan kembali kuesioner yang sama (sebagai post-test). Hasilnya menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman siswa, yang disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Perbandingan Tingkat Pemahaman Siswa Sebelum (Pre-Test) dan Sesudah (Post-Test) Intervensi

Kategori Pemahaman	Pre-Test (Jumlah Siswa)	Persentase (PreTest)	Post-Test (Jumlah Siswa)	Persentase (PostTest)
Sangat Paham	0	0%	9	28.1%
Paham	7	21.9%	20	62.5%
Kurang Paham	25	78.1%	3	9.4%

Total	32	100%	32	100%
-------	----	------	----	------

Data post-test menunjukkan bahwa persentase siswa yang berada dalam kategori "Paham" dan "Sangat Paham" melonjak drastis dari 21.9% (sebelum intervensi) menjadi 90.6% (setelah intervensi). Tingkat kecemasan yang dilaporkan siswa juga menurun; pada evaluasi akhir, 85% siswa menyatakan merasa "Lebih Siap" dan "Normal" dalam menghadapi pubertas.

B. Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian di SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta ini menunjukkan efektivitas intervensi edukasi terstruktur dalam meningkatkan kesiapan siswa menghadapi masa akil baligh. Temuan awal yang menunjukkan 78.1% siswa "Kurang Paham" mengonfirmasi adanya kesenjangan informasi (information gap) yang serius. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahman & Wahyuni (2019), yang menemukan bahwa remaja cenderung mencari informasi dari sumber yang tidak kredibel (teman sebaya dan internet) ketika informasi formal dari sekolah atau keluarga tidak tersedia. Kebingungan dan kecemasan yang teridentifikasi pada siswa kelas 6 ini merupakan fenomena psikologis yang wajar, sebagaimana dijelaskan Santrock (2018), di mana remaja awal sangat sadar akan perubahan tubuhnya (body consciousness) namun belum memiliki kematangan kognitif untuk memprosesnya tanpa bimbingan.

Peningkatan signifikan dari 21.9% ke 90.6% pada kategori pemahaman (Paham/Sangat Paham) setelah intervensi membuktikan bahwa metode yang digunakan tepat sasaran. Keberhasilan ini dapat diatribusikan pada dua faktor utama. Pertama, penggunaan media audiovisual (video animasi). Media ini mampu menyajikan informasi biologis yang sensitif secara menarik dan tidak mengintimidasi, sejalan dengan temuan Sari & Mulyani (2020) yang menyatakan media audio-visual efektif meningkatkan pemahaman pubertas di sekolah dasar. Kedua, strategi pemisahan sesi tanya jawab antara laki-laki dan perempuan. Langkah ini terbukti krusial dalam menciptakan "ruang aman psikologis" (psychological safety), sehingga siswa berani menyuarakan kebingungan personal mereka tanpa takut diejek oleh lawan jenis.

Intervensi ini secara langsung telah memfasilitasi siswa dalam memenuhi salah satu tugas perkembangan esensial mereka. Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 2012), tugas perkembangan remaja awal yang utama adalah menerima keadaan jasmaninya dan menggunakannya secara efektif. Dengan memberikan informasi yang benar, kegiatan ini telah membantu siswa di SD Al Islam 2 Jamsaren menerima perubahan fisik mereka (menstruasi/mimpi basah) sebagai sesuatu yang normal dan sehat, bukan sesuatu yang menakutkan atau memalukan. Layanan ini telah memenuhi fungsi preventif dan pengembangan dalam Bimbingan dan Konseling (Prayitno & Amti, 2015), yakni mencegah dampak negatif dari miskonsepsi pubertas dan mengembangkan pemahaman diri siswa.

1. Landasan Teoretis Penguatan Edukasi Pubertas

Edukasi pubertas pada usia sekolah dasar merupakan investasi penting dalam pembangunan kesehatan reproduksi dan perkembangan karakter anak. Penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan tentang pubertas pada siswa SD masih rendah secara nasional, yang mengindikasikan kebutuhan intervensi edukatif terstruktur. Sebagai contoh, Nurfadhilah, Sa'diyah, Achmad, & Hilowle (2022) menemukan bahwa siswa perempuan memiliki pengetahuan yang signifikan lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki dalam penelitian yang dilakukan di Jakarta dan sekitarnya. Penelitian ini menekankan bahwa "knowledge of puberty is important as a fundamental ... to prevent adolescent reproductive health problems" (p. 100).

"Knowledge of puberty is important as a fundamental for abstinence as a behavior to prevent adolescent reproductive health problems" (Nurfadhilah et al., 2022, p. 100).

Teori perkembangan anak menyebutkan bahwa anak usia akhir SD—menuju fase pra-remaja—masuk pada tahap di mana mereka mulai mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Dalam kerangka ini, layanan edukasi pubertas di sekolah dapat berfungsi sebagai upaya preventif dan pembentukan kesiapan diri. Selain aspek pengetahuan, penting pula untuk memperhatikan regulasi emosi, pembentukan karakter, dan literasi digital terkait perubahan tubuh serta media yang diakses anak (Triana, 2025).

Selain itu, studi yang menelaah pengelolaan emosi dan pembentukan karakter anak SD dalam masa pubertas menyimpulkan bahwa dukungan emosional dari orang tua dan guru serta pendidikan karakter kontekstual menjadi kunci membantu anak menghadapi transisi tersebut (Triana, 2025). Dengan demikian, penguatan materi edukasi pubertas tidak hanya menyentuh ranah kognitif (pengetahuan) namun juga afektif dan psikomotor, sesuai dengan pendekatan holistik yang sangat direkomendasikan dalam layanan bimbingan di sekolah dasar.

Dengan pondasi teoritis ini, intervensi edukasi pubertas di SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta melalui layanan bimbingan klasikal dan media audio-visual dapat dipahami sebagai strategi yang tepat waktu dan relevan untuk meningkatkan kesiapan siswa menghadapi perubahan biologis dan sosial.

2. Pendekatan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar

Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah dasar berperan penting dalam membantu siswa memahami perubahan diri serta mengembangkan kemampuan adaptif menghadapi masa pubertas. Pendekatan bimbingan klasikal dipandang paling efektif karena mampu menjangkau seluruh siswa dalam waktu terbatas dan menciptakan suasana pembelajaran yang partisipatif (Prasetyo, 2022). Dalam konteks edukasi pubertas, layanan klasikal memungkinkan guru BK menyampaikan informasi sensitif dengan bahasa yang sesuai usia, menanamkan nilai positif, dan membuka ruang dialog aman antara pendidik dan peserta didik.

Prasetyo (2022) menegaskan bahwa efektivitas layanan BK klasikal terletak pada integrasi tiga fungsi utama: *preventif*, *pengembangan*, dan *penyesuaian*. Melalui fungsi preventif, guru BK mampu mencegah timbulnya kesalahpahaman dan kecemasan anak terhadap perubahan tubuh. Fungsi pengembangan memungkinkan penguatan kepercayaan diri dan penerimaan diri siswa, sedangkan fungsi penyesuaian membantu anak menyesuaikan perilaku sosialnya seiring munculnya peran dan tanggung jawab baru selama pubertas.

Penelitian lain oleh Wahyuni dan Fitria (2023) menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan klasikal berbasis media audio-visual meningkatkan minat belajar dan partisipasi siswa SD hingga 85 % dibandingkan metode ceramah konvensional. Visualisasi edukatif membantu siswa memahami proses biologis tanpa rasa takut atau malu. Hasil penelitian tersebut mendukung temuan kegiatan pengabdian di SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta, di mana pemanfaatan video animasi menjadi faktor kunci peningkatan pemahaman dari 21,9 % menjadi 90,6 %.

Selanjutnya, peran guru BK perlu diperkuat melalui pelatihan profesional yang menekankan sensitivitas gender dan komunikasi efektif terhadap anak. Penelitian oleh Lestari, Handayani, dan Putri (2024) menyoroti pentingnya pelatihan *gender-sensitive counseling* dalam pendidikan dasar untuk memastikan materi tentang pubertas disampaikan tanpa bias serta menghormati keragaman pengalaman siswa. Pelatihan semacam ini mendorong guru mengembangkan pendekatan empatik, sehingga tercipta ruang aman psikologis bagi siswa dalam mengekspresikan pertanyaan atau kekhawatiran pribadi.

Selain itu, Sinaga (2023) menyatakan bahwa program bimbingan yang efektif pada anak usia SD harus mengombinasikan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor melalui pembelajaran aktif. Guru BK perlu menggunakan strategi *interactive learning*—seperti permainan edukatif dan simulasi peran—agar pesan moral dan kesehatan terserap optimal. Integrasi strategi tersebut sejalan

dengan paradigma baru bimbingan sekolah dasar yang berorientasi pada kesejahteraan psikologis (*student well-being*).

Dengan demikian, pendekatan BK di sekolah dasar tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi tentang pubertas, tetapi juga sebagai wadah pembentukan karakter, penguatan identitas diri, dan pencegahan perilaku berisiko. Implementasi yang sistematis, berbasis media, dan sensitif terhadap kebutuhan perkembangan anak merupakan kunci keberhasilan edukasi pubertas yang efektif dan berkelanjutan.

3. Integrasi Nilai Karakter, Kesehatan Mental, dan Literasi Digital

Edukasi pubertas yang efektif tidak hanya menekankan aspek biologis, tetapi juga integrasi nilai karakter, kesehatan mental, dan literasi digital dalam proses pembelajaran. Anak usia sekolah dasar berada pada tahap perkembangan moral dan sosial yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekolah dan media digital yang mereka akses setiap hari. Oleh karena itu, pendidikan pubertas harus diarahkan untuk menanamkan sikap tanggung jawab, menghargai diri sendiri dan orang lain, serta menjaga etika dalam pergaulan sosial maupun di dunia maya.

Prasetyo (2022) menyatakan bahwa fungsi pengembangan dalam layanan bimbingan klasikal dapat digunakan untuk menanamkan nilai moral dan sosial melalui pendekatan yang partisipatif. Dalam konteks pubertas, pendekatan ini mendorong siswa memahami bahwa perubahan yang mereka alami merupakan bagian alami dari pertumbuhan manusia dan perlu disikapi dengan sikap positif. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Lestari et al. (2024), yang menekankan pentingnya penerapan prinsip *gender-sensitive counseling* dalam pendidikan dasar agar siswa memiliki kesadaran terhadap perbedaan dan menghormati keragaman gender secara konstruktif.

Selain itu, Wahyuni dan Fitria (2023) membuktikan bahwa media audio-visual mampu memperkuat pembelajaran karakter dengan cara menstimulasi empati dan pemahaman emosional siswa. Penggunaan media yang menarik dan edukatif dapat memudahkan anak mengenali situasi sosial yang kompleks—seperti perasaan malu, bingung, atau takut saat mengalami perubahan tubuh—serta menumbuhkan empati terhadap teman sebaya yang melalui fase serupa. Dalam hal ini, pendidikan karakter berjalan seiring dengan peningkatan kesehatan mental anak.

Kesehatan mental menjadi aspek penting yang tidak dapat dipisahkan dari masa pubertas. Triana (2025) mengungkapkan bahwa pengelolaan emosi dan pembentukan karakter anak SD dalam masa pubertas sangat dipengaruhi oleh dukungan emosional dari guru dan keluarga. Layanan bimbingan di sekolah berperan penting dalam menciptakan *psychological safety* bagi siswa, yakni kondisi di mana mereka dapat berbagi pengalaman dan perasaan tanpa takut dihakimi. Sementara itu, Sinaga (2023) menambahkan bahwa strategi pembelajaran interaktif—seperti diskusi kelompok dan permainan edukatif—dapat meningkatkan regulasi emosi dan kepercayaan diri anak.

Di sisi lain, perkembangan teknologi digital menuntut siswa memiliki kemampuan literasi digital agar dapat menyeleksi informasi tentang tubuh dan seksualitas secara kritis. Menurut Nurfadhilah et al. (2022), rendahnya pengetahuan siswa mengenai pubertas sering kali disebabkan oleh pencarian informasi dari sumber daring yang tidak valid. Guru BK perlu mengajarkan siswa cara mencari, memahami, dan menilai keandalan informasi digital secara bertanggung jawab. Literasi digital ini berfungsi sebagai benteng moral sekaligus keterampilan adaptif menghadapi derasnya arus informasi di era modern.

Dengan demikian, integrasi nilai karakter, kesehatan mental, dan literasi digital menjadi landasan utama dalam memperkuat efektivitas edukasi pubertas di sekolah dasar. Ketiga aspek tersebut tidak hanya membentuk siswa yang berpengetahuan, tetapi juga berakhlak, tangguh secara emosional, dan cerdas secara digital, sesuai dengan arah kebijakan pendidikan karakter nasional dan paradigma pendidikan abad ke-21.

4. Implikasi Praktis dan Pengembangan Program

Hasil kegiatan edukasi pubertas di SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta memperlihatkan bahwa model layanan bimbingan klasikal berbantuan media audio-visual memiliki potensi besar untuk diterapkan secara berkelanjutan dalam lingkungan pendidikan dasar. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan program bimbingan berbasis sekolah yang menekankan kolaborasi antara guru BK, guru kelas, orang tua, dan tenaga kesehatan. Pendekatan ini sejalan dengan hasil penelitian Wahyuni dan Fitria (2023) yang menunjukkan bahwa media audio-visual mampu meningkatkan pemahaman sekaligus memotivasi siswa untuk berpartisipasi aktif selama sesi edukasi.

Dari sisi profesionalitas tenaga pendidik, Prasetyo (2022) menekankan bahwa guru BK perlu mengembangkan kompetensi komunikasi efektif dan sensitivitas terhadap dinamika psikologis siswa usia pra-remaja. Keterampilan ini penting untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif, terbuka, dan bebas stigma. Selanjutnya, pelatihan *gender-sensitive counseling* sebagaimana dikemukakan Lestari et al. (2024) dapat dijadikan acuan bagi sekolah dalam meningkatkan kapasitas guru BK agar mampu memberikan layanan yang lebih inklusif, adil gender, dan menghormati keberagaman pengalaman siswa.

Selain itu, Sinaga (2023) menegaskan pentingnya mengintegrasikan metode *interactive learning* dalam setiap sesi bimbingan. Pendekatan ini dapat diimplementasikan melalui aktivitas simulasi peran, permainan edukatif, dan diskusi kelompok kecil yang menumbuhkan rasa percaya diri serta keterampilan sosial anak. Melalui pembelajaran yang aktif, siswa tidak hanya memahami informasi, tetapi juga belajar mempraktikkan nilai-nilai positif dalam kehidupan sehari-hari.

Di sisi lain, hasil penelitian Triana (2025) memperlihatkan bahwa keberhasilan program pendidikan pubertas juga bergantung pada keterlibatan emosional guru dan dukungan keluarga. Oleh karena itu, sekolah dapat mengembangkan kegiatan lanjutan berupa *parenting workshop* bertema "Mendampingi Anak Menghadapi Masa Akil Baligh" guna menyamakan persepsi antara sekolah dan rumah. Nurfadhilah et al. (2022) turut menegaskan bahwa peningkatan pengetahuan anak tentang pubertas harus diimbangi dengan bimbingan orang tua yang memberikan contoh sikap positif dan informasi yang benar.

Implikasi lainnya adalah perlunya memasukkan literasi digital sebagai bagian integral dari kurikulum pendidikan karakter di sekolah dasar. Dengan membekali siswa kemampuan mengenali sumber informasi yang kredibel, sekolah tidak hanya menyiapkan anak menghadapi perubahan fisik dan emosional, tetapi juga menguatkan ketahanan moral di tengah derasnya arus informasi digital. Program pengabdian semacam ini dapat dikembangkan menjadi model nasional bagi pendidikan kesehatan reproduksi anak berbasis bimbingan dan konseling yang terintegrasi dengan kebijakan sekolah ramah anak.

Dengan demikian, kegiatan edukasi pubertas tidak berhenti pada peningkatan pengetahuan, tetapi berkembang menjadi gerakan pendidikan berkelanjutan yang menggabungkan aspek kognitif, afektif, sosial, dan digital. Melalui sinergi seluruh pemangku kepentingan, sekolah dapat menciptakan ekosistem pembelajaran yang aman, inklusif, dan mendukung perkembangan holistik siswa.

C. Keterbatasan Kegiatan

Meskipun intervensi menunjukkan hasil yang positif, tim pengabdian menyadari adanya beberapa keterbatasan. Pertama, pengukuran keberhasilan masih terfokus pada aspek kognitif (peningkatan pemahaman) yang diukur melalui post-test. Perubahan sikap dan perilaku jangka panjang siswa dalam menyikapi pubertas belum dapat diukur secara mendalam karena keterbatasan waktu pengabdian. Kedua, kegiatan ini belum melibatkan peran orang tua secara langsung. Padahal,

edukasi pubertas yang efektif idealnya membutuhkan sinergi antara sekolah dan rumah (keluarga), sebagaimana ditekankan dalam teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner (dalam Santrock, 2018) bahwa mikrosistem (keluarga dan sekolah) harus saling mendukung.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

Terdapat kesenjangan pemahaman (knowledge gap) yang signifikan mengenai akil baligh (pubertas) pada siswa kelas 6 SD Al Islam 2 Jamsaren Surakarta sebelum dilaksanakannya intervensi, di mana 78,1% siswa berada dalam kategori "Kurang Paham".

Implementasi edukasi melalui layanan bimbingan klasikal yang dikombinasikan dengan media audio-visual yang relevan dan strategi pemisahan sesi tanya jawab berdasarkan jenis kelamin terbukti efektif secara signifikan meningkatkan pemahaman siswa. Hal ini ditunjukkan oleh lonjakan persentase siswa dalam kategori "Paham" dan "Sangat Paham" dari 21,9% (saat pre-test) menjadi 90,6% (saat post-test).

Intervensi yang dilakukan berhasil menciptakan ruang aman psikologis (psychological safety), yang memungkinkan siswa untuk secara aktif mencari informasi yang benar dan mengurangi kecemasan dalam menghadapi perubahan fisik dan psikis yang mereka alami atau akan alami.

Daftar Pustaka

- Desmita. (2016). Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hurlock, E. B. (2012). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi Kelima). Jakarta: Erlangga.
- Lestari, D., Handayani, S., & Putri, M. A. (2024). Pelatihan *gender-sensitive counseling* bagi guru bimbingan konseling sekolah dasar. *Jurnal Psikoedukasi Indonesia*, 8(1), 44–55. <https://doi.org/10.21009/jpi.081.06>
- Nurfadhilah, N., Sa'diyah, R., Achmad, N., & Hilowle, S. S. (2022). Pengetahuan pelajar sekolah dasar tentang pubertas di Jakarta dan sekitarnya. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 13(2), 99–106. <https://doi.org/10.58185/jkr.v13i2.41>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). Experience Human Development (14th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Prasetyo, A. D. (2022). Efektivitas layanan bimbingan klasikal dalam meningkatkan pemahaman siswa terhadap perkembangan diri. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 6(2), 101–110. <https://doi.org/10.30598/jbkt.v6i2.1437>
- Prayitno & Amti, E. (2015). Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahman, A., & Wahyuni, S. (2019). Perilaku Pencarian Informasi Kesehatan Reproduksi Remaja di Era Digital. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 4(1), 22–28.
- Santrock, J. W. (2018). Life-Span Development (17th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Sari, D. P., & Mulyani, E. (2020). Efektivitas Layanan Informasi Berbantuan Media Audio-Visual untuk Meningkatkan Pemahaman Pubertas Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 34–41.

- Sinaga, E. M. (2023). Implementasi *interactive learning* dalam program bimbingan anak sekolah dasar. *Jurnal Konseling Pendidikan Dasar*, 7(1), 87–98.
<https://doi.org/10.36709/jkpd.v7i1.1523>
- Triana, N. M. (2025). Mengelola emosi dan membentuk karakter anak SD dalam masa pubertas: Tantangan dan strategi pendampingan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 5284-5292.
<https://doi.org/10.31004/jptam.v9i1.28017>
- Wahyuni, R., & Fitria, S. (2023). Efektivitas media audio-visual dalam layanan bimbingan klasikal bagi siswa sekolah dasar. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 9(2), 112–120.
<https://doi.org/10.15294/jbki.v9i2.20456>