

## Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Puteri Di PPA GMIT Bet'el Oesapa

Ester Ingrida Agninoy Jarut<sup>1</sup>, Margareta Maria Elisa<sup>2</sup>, Prisca Huan Saudale<sup>3</sup>,  
Jlistini Mertiana Lape<sup>4</sup>, Yetream Sintiche Missa<sup>5</sup>, Wilhelmina Velayolanda Dhera  
Dhadho<sup>6</sup>, Afrona Elisabeth Lelan Takaeb<sup>7</sup>, Marni Marni<sup>8</sup>, Indriati Tedju Hinga<sup>9</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9</sup> Universitas Nusa Cendana, Indonesia

### Corresponding Author

Nama Penulis: Ester Ingrida Agninoy Jarut

E-mail: [ijarut@gmail.com](mailto:ijarut@gmail.com)

### Abstrak

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting yang perlu dipahami sejak usia remaja, khususnya bagi remaja putri yang sedang mengalami masa pubertas. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi remaja putri usia 11–14 tahun di PPA GMIT Bet'el Oesapa dalam menjaga kesehatan reproduksi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta dari rata-rata nilai pre-test sebesar 76% menjadi 84,5% pada post-test. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, terutama selama masa menstruasi. Kegiatan ini mendapat respon positif dari peserta dan diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap perilaku sehat remaja dalam menjaga kesehatan reproduksinya.

**Kata kunci** – kesehatan reproduksi, remaja putri, penyuluhan, edukasi, PPA GMIT Bet'el Oesapa

### Abstract

Reproductive health is an important aspect that needs to be understood from adolescence, especially for young women who are going through puberty. This community service activity aims to increase the knowledge and motivation of young women aged 11-14 years at PPA GMIT Bet'el Oesapa in maintaining reproductive health. The results of the activity showed an increase in participant knowledge from an average pre-test score of 76% to 84.5% in the post-test. This shows that the counseling carried out is effective in increasing participants' understanding of the importance of maintaining reproductive health, especially during menstruation. This activity received a positive response from participants and is expected to have a long-term impact on healthy behavior of adolescents in maintaining their reproductive health.

**Keywords** - reproductive health, adolescent girls, counseling, education, PPA GMIT Bet'el Oesapa

## **PENDAHULUAN**

Remaja merupakan usia yang dikelompokkan berdasarkan usia 12-18 tahun. Remaja menjadi populasi prioritas untuk masalah kesehatan seksual dan reproduksi karena proporsi infeksi menular seksual (IMS) dan perilaku seksual berisiko yang lebih tinggi daripada kelompok populasi lainnya. Salah satu yang menyebabkannya adalah masih terbatasnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas. Jumlah remaja yang cukup besar di Indonesia sekitar 30% dari total penduduk, diantaranya sekitar 15-20% sudah melakukan hubungan seks pranikah. Hal ini senada dengan tingginya angka perkawinan anak tertinggi di dunia (sebelum 18 tahun) (Yunanda et al., 2023).

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 (Djama, 2017). Kesehatan reproduksi remaja diartikan sebagai kondisi sehat secara sistem, fungsi dan proses reproduksi yang termasuk didalamnya kesehatan mental, sosial dan juga kultural. Hasil International Conference On Population Development (ICPD) tahun 1994 menerangkan bahwa remaja kedepannya harus mengetahui dan memahami kesehatan reproduksi dan seksual (Mareti & Nurasa, 2022).

Hasil yang dilaporkan berdasarkan dengan survey demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) menyatakan bahwa perilaku seks pada remaja sebesar 59% terjadi para pria dan 74% terjadi pada wanita yang melakukan hubungan seksual pada usia 15-19 tahun. Pengetahuan yang kurang pada remaja mengakibatkan berbagai hal yang tidak diinginkan atau malah menjadikan remaja berperilaku menyimpang. Hal yang dapat terjadi adalah penyalahgunaan narkoba, seks bebas, penyakit menular seksual, HIV/AIDS, kehamilan tidak diinginkan dan sebagainya (Widiarta et al., 2023).

Permasalahan yakni masih kurangnya pengetahuan remaja atau peserta didik dalam mengetahui tentang kesehatan reproduksinya, kurang paparan tentang menjaga kesehatan reproduksinya dan berbagai penyimpangan yang terkadang mereka lebih banyak ketahui dari media sosial. Maka diperluakannya kegiatan pengabdian ini dilaksanakan (Yarza et al., 2019).

Keterbatasan akses dan informasi mengenai seksualitas dan kesehatan reproduksi bagi remaja di Indonesia bisa dipahami karena masyarakat umumnya masih menganggap seksualitas sebagai sesuatu yang tabu dan tidak untuk dibicarakan secara terbuka. Orang tua biasanya enggan untuk memberikan penjelasan masalah-masalah seksualitas dan reproduksi kepada/remajanya, dan anak pun cenderung malu bertanya secara terbuka kepada orang tuanya. Kalaupun ada orang tua atau guru di sekolah yang ingin memberi penjelasan kepada anaknya, mereka seringkali kebingungan bagaimana caranya dan apa saja yang harus dijelaskan (Yunanda et al., 2023)

## **METODE**

### **1. Sosialisasi**

Kegiatan sosialisasi atau yang lebih dikenal dengan teori peranan (role theory) merupakan teknik yang dilakukan dengan tujuan untuk mempengaruhi kepribadian seseorang. Pada sosialisasi, individu diajak dan diajarkan peran apa yang harus dilakukan dan tidak dilakukan agar tujuan tercapai. Menurut hasil penelitian yang dilakukan Surani Dewi dkk kegiatan Sosialisasi ini mampu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan (Surani et al., 2021).

### **2. Leaflet**

Media leaflet dipilih karena mudah disimpan, ekonomis dan bisa berfungsi sebagai pengingat bagi sasaran. Olehsebab itu, salah satu usaha yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan adalah memberikan penyuluhan dengan pemberian leaflet (Ramadhanti et al., 2019). Leaflet sebagai salah satu media promosi kesehatan masih menjadi pilihan karena keunggulannya yang ringkas, mudah disimpan, ditemukan dan dibawa kemanapun. Meskipun perkembangan ilmu dan teknologi sudah meluas, namun tidak semua masyarakat Indonesia familiar dengan internet sehingga sebagian masih merasa nyaman dengan membaca secara langsung. Media leaflet

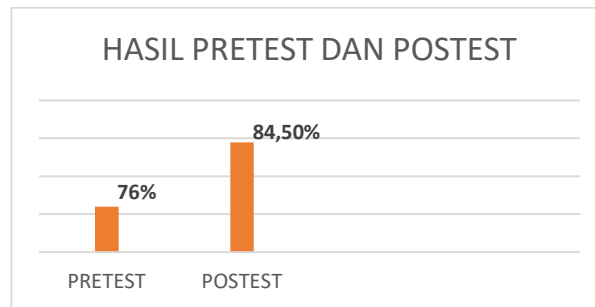
dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami dapat membantu masyarakat dalam menerima informasi (Pratiwi et al., 2022)

#### Sasaran

Sasaran kegiatan ini adalah remaja putri usia 11-14 tahun di PPA GMIT Bet'el Oesapa. PPA 0623 terletak di Jln Damai no 5 kampung nelayan Kelurahan Oesapa kecamatan Kelapa Lima Kota Kupang. Remaja putri PPA usia 11-14 tahun mengetahui apa itu kesehatan reproduksi namun tidak mengetahui cara menjaga kesehatan reproduksi yang baik dan benar termasuk pada saat menstruasi. Mereka rata-rata sudah mendapatkan pengetahuan melalui pelajaran di sekolah namun masih banyak yang lupa.

Dari beberapa masalah yang terjadi maka kelompok menyadari bahwa pentingnya melakukan penyuluhan kepada remaja putri usia 11-14 tahun di PPA GMIT Bet'el Oesapa yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi dan pengetahuan remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN



**Gambar 1.**

Hasil pre-test dan post-test

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test dalam kegiatan penyuluhan yang dilakukan di PPA GMIT Bet'el Oesapa, didapatkan hasil pre-test 76%. Setelah diberikan penyuluhan terkait kesehatan reproduksi dalam bentuk pemaparan materi melalui power point dan pembagian leaflet didapatkan hasil post-test 84,5% hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta.

Pengabdian masyarakat oleh Indarwati (2022), menyatakan bahwa Sebanyak 20 peserta mengikuti proses edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Mencapai Kualitas Hidup Yang Optimal (Monifa Putri, 2023). Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan yaitu penyuluhan dan media leaflet mampu meningkatkan pemahaman responden mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Sebelumnya peserta sudah memiliki pengetahuan dasar, yang dilihat dari nilai pre-test yang cukup tinggi. Namun setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan.

Kegiatan penyuluhan ini diawali dengan pembukaan oleh Pembina PPA GMIT Bet'el Oesapa terkait topik kesehatan reproduksi remaja. Sesi berikutnya yaitu perkenalan anggota kelompok. Setelah sesi pembukaan anggota kelompok formulir pre-test kepada peserta untuk di isi untuk mengukur tingkat pengetahuan awal remaja PPA. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi pengertian kesehatan reproduksi, usia pubertas pada remaja putri, cara menjaga kesehatan reproduksi dan dampak yang terjadi jika tidak menjaga kesehatan reproduksi. Materi ini disampaikan secara komunikatif dan interaktif agar mudah dipahami oleh peserta.

Kelompok juga melakukan ice breaking yang telah disiapkan sebelumnya, untuk meningkatkan semangat peserta dalam mengikuti kegiatan penyuluhan. Menurut penelitian Afifah dkk tahun 2023 penerapan kegiatan ice breaking efektif dalam meningkatkan konsentrasi anak di

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

dalam kelas (Afifah et al., 2023). Setelah itu peserta diminta untuk kembali focus pada materi yang disampaikan. Sesi dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab dan diakhiri dengan kuis berhadiah. Kemudian peserta diarahkan untuk mengisi post-test sebagai evaluasi setelah penyuluhan. Kegiatan ini diakhiri dengan foto dan makan bersama sebagai bentuk kebersamaan dan penutup kegiatan.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja putri di PPA GMT Bet'el Oesapa efektif dan mencapai tujuan yang diharapkan.



**Gambar 2.**  
Pelaksanaan Kegiatan

## KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi bagi remaja putri usia 11–14 tahun di PPA GMT Bet'el Oesapa berhasil meningkatkan pengetahuan peserta. Hal ini terlihat dari peningkatan hasil pre-test sebesar 76% menjadi 84,5% pada post-test setelah diberikan materi edukatif dan leaflet. Penyuluhan yang dilakukan secara interaktif dan komunikatif ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, khususnya saat menstruasi. Kegiatan juga berjalan lancar dan disambut antusias oleh peserta.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi ini. Rasa terima kasih kami sampaikan kepada pimpinan dan pembina PPA GMT Bet'el Oesapa yang telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitas yang dibutuhkan selama kegiatan berlangsung.

Kami juga berterima kasih kepada para remaja putri yang telah mengikuti kegiatan ini dengan penuh antusias dan semangat, serta kepada seluruh anggota tim yang telah bekerja sama dengan baik dalam merancang dan melaksanakan kegiatan ini secara maksimal. Dukungan dari pihak sekolah dan orang tua juga sangat kami hargai karena turut mendorong keterlibatan aktif para peserta.

Semoga kegiatan ini memberikan manfaat yang berkelanjutan dan menjadi langkah awal dalam meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, A., Rastiya, A., Nafi'ah, N., Sabaniah, S., & Wardhana, K. E. (2023). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Kegiatan Ice Breaking Pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Nurul Iman Samarinda. *BOCAH: Borneo Early Childhood Education and Humanity Journal*, 2(2), 71–81. <https://doi.org/10.21093/bocah.v2i2.7550>
- Djama, N. T. (2017). Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Ternate*, 10(1), 30. <https://doi.org/10.32763/juke.v10i1.15>

- Mareti, S., & Nurasa, I. (2022). Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Kota Pangkalpinang. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 9(2), 25–32. <https://doi.org/10.32539/jks.v9i2.154>
- Monifa Putri, R. P. R. (2023). Sosialisasi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di SMP N 2 Rengat. *Jurnal Pengabdian*, 1, 30–35.
- Pratiwi, G. D., Vita Lucy, & Paramitha. (2022). Efektifitas Penggunaan Media Leaflet Dalam Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Tuberkulosis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(3), 8–13. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i3.1153>
- Ramadhanti, C. A., Adespin, D. A., & Julianti, H. P. (2019). Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan Dengan Dan Tanpa Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Tumbuh Kembang Balita. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(1), 99–120.
- Surani, D., Imelda, Y., & Saputra, D. A. (2021). *Penyuluhan dan sosialisasi bijak dalam menggunakan media sosial*. 2(1), 54–59.
- Widiarta, M. B. ., Megaputri, P. S., & Armayanti, L. Y. (2023). Akses Informasi Melalui Orang Tua Dapat Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Ilmiah Permas : Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(1), 307–314.
- Yarza, H. N., Maesaroh, & Kartikawati, E. (2019). Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Dalam Mencegah Penyimpangan Seksual. *Sarwahita*, 16(01), 75–79. <https://doi.org/10.21009/sarwahita.161.08>
- Yunanda, R., Suwarni, L., Hartini, L., Delvita, Y., & Palge, G. (2023). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Posyandu Pondok Pesantren Al-Muqorrabun Pontianak. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS*, 1(5), 689–695. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v1i5.137>