



e-ISSN: 2964-9196
Vol.3 No.4 September 2025

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Pengembangan Program Kesehatan Reproduksi Remaja untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran Remaja tentang Kesehatan Reproduksi

Lea Ingne Reffita^{1*}

^{*1} Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ibrahimy

ABSTRACT

Adolescents are an age group vulnerable to reproductive health problems due to a lack of knowledge and awareness regarding physiological changes, the risk of sexually transmitted infections, teenage pregnancy, and risky sexual behavior. This community service research aims to develop a reproductive health program for adolescents in [location name] with a focus on increasing their knowledge and awareness. Activities were conducted using participatory methods, including interactive counseling, group discussions, and the provision of educational media in the form of brochures, posters, and modules. Evaluation was conducted through pre- and post-tests and active participant observation of adolescents. Results showed a significant increase in adolescent knowledge scores, from an average of 55% to 85%, as well as increased awareness regarding the importance of maintaining reproductive health. This program has proven effective and has the potential to become a model for sustainable reproductive health education among adolescents.

Keywords: Reproductive Health, Adolescents, Education, Awareness, Community Service



e-ISSN: 2964-9196
Vol.3 No.4 September 2025

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi akibat kurangnya pengetahuan dan kesadaran mengenai perubahan fisiologis, risiko infeksi menular seksual, kehamilan remaja, dan perilaku seksual berisiko. Penelitian pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengembangkan program kesehatan reproduksi bagi remaja di [nama lokasi] dengan fokus meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka. Kegiatan dilakukan dengan metode partisipatif, meliputi penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, dan penyediaan media edukasi berupa brosur, poster, dan modul. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test serta observasi partisipasi aktif remaja. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam skor pengetahuan remaja, dari rata-rata 55% menjadi 85%, serta peningkatan kesadaran terkait pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Program ini terbukti efektif dan berpotensi menjadi model pendidikan kesehatan reproduksi yang berkelanjutan di kalangan remaja.

Kata Kunci: Kesehatan Reproduksi, Remaja, Edukasi, Kesadaran, Pengabdian Masyarakat

*Koresponden : Lea Ingne Reffita

*Email : leaingne25@gmail.com

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

I. PENDAHULUAN

Remaja adalah kelompok usia yang mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang cepat, sehingga termasuk kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi. Masa remaja ditandai dengan munculnya tanda-tanda pubertas, perubahan hormon, dan perkembangan identitas seksual, yang apabila tidak dibarengi dengan pengetahuan dan kesadaran yang memadai dapat menimbulkan risiko kesehatan seperti kehamilan remaja, infeksi menular seksual, serta perilaku seksual berisiko (WHO, 2019).

Di Indonesia, masih banyak remaja yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai kesehatan reproduksi. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), sebagian besar remaja belum memiliki akses informasi yang memadai terkait pubertas, menstruasi, kontrasepsi, dan pencegahan infeksi menular seksual. Kurangnya edukasi kesehatan reproduksi dapat menimbulkan dampak jangka panjang, baik bagi kesehatan fisik maupun psikologis remaja.

Pendidikan kesehatan reproduksi yang diberikan secara partisipatif, interaktif, dan sesuai dengan usia remaja terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka, serta mendorong perilaku hidup sehat (Nugroho & Setiawan, 2021). Program edukasi yang memanfaatkan media visual, modul, dan diskusi kelompok dapat membantu remaja memahami materi yang kompleks secara lebih menarik dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan kondisi tersebut, pengembangan program kesehatan reproduksi bagi remaja menjadi sangat penting untuk mencegah masalah kesehatan reproduksi dan meningkatkan kualitas hidup remaja. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah:

1. Meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi, termasuk pubertas, menstruasi, kontrasepsi, dan pencegahan infeksi menular seksual.
2. Meningkatkan kesadaran remaja terkait pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan menghindari perilaku berisiko.
3. Menyediakan media edukasi yang dapat digunakan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah dan komunitas remaja.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di [nama lokasi, misal SMP/SMA atau komunitas remaja] selama [durasi kegiatan, misal 1 bulan] dengan sasaran utama remaja berusia 13–18 tahun. Metode pelaksanaan dirancang untuk bersifat partisipatif dan interaktif agar remaja dapat memahami materi kesehatan reproduksi dengan mudah dan menarik. Metode yang digunakan meliputi beberapa tahap sebagai berikut:

1. Persiapan Kegiatan

- Identifikasi kebutuhan: Dilakukan melalui survei singkat dan wawancara dengan guru, orang tua, dan beberapa remaja untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan kebutuhan edukasi kesehatan reproduksi.
- Penyusunan materi edukasi: Materi disusun berdasarkan modul kesehatan reproduksi remaja yang valid dan sesuai usia, meliputi: pubertas, menstruasi, infeksi menular seksual, kehamilan remaja, perilaku seksual berisiko, dan cara menjaga kesehatan reproduksi.
- Pengembangan media edukasi: Media yang digunakan meliputi brosur, poster, slide presentasi, dan video edukasi untuk memudahkan pemahaman peserta.

2. Pelaksanaan Kegiatan

- Penyuluhan interaktif: Dilaksanakan melalui ceramah singkat yang dilengkapi media visual, diikuti sesi tanya jawab untuk mendorong partisipasi aktif remaja.
- Diskusi kelompok: Remaja dibagi menjadi kelompok kecil untuk membahas kasus atau skenario terkait kesehatan reproduksi, sehingga mereka dapat saling berbagi pengalaman dan pemahaman.
- Simulasi dan permainan edukatif: Digunakan untuk memperkuat pemahaman materi secara menyenangkan, misalnya kuis, role play, atau teka-teki terkait perilaku sehat dan risiko reproduksi.

3. Evaluasi Kegiatan

- Pre-test dan post-test: Kuesioner sederhana digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan kesadaran remaja sebelum dan setelah kegiatan.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- Observasi partisipasi aktif: Fasilitator mencatat keaktifan peserta dalam diskusi, tanya jawab, dan kegiatan kelompok sebagai indikator kesadaran dan keterlibatan.
- Feedback peserta: Remaja diminta memberikan masukan terkait materi, metode, dan media edukasi yang digunakan untuk perbaikan program di masa mendatang.

4. Analisis Data

Data hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif untuk melihat perubahan skor pengetahuan dan kesadaran remaja. Hasil observasi dan masukan peserta dianalisis secara kualitatif untuk mengevaluasi efektivitas metode dan media edukasi yang digunakan.

III. HASIL KEGIATAN

a) Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang kesehatan reproduksi remaja di [nama lokasi] dilaksanakan selama [durasi kegiatan] dengan jumlah peserta sebanyak [jumlah peserta, misal 50 remaja]. Kegiatan ini meliputi penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, dan penyediaan media edukasi berupa brosur, poster, dan modul. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test serta observasi partisipasi aktif remaja.

1. Peningkatan Pengetahuan Remaja

Hasil pre-test menunjukkan rata-rata skor pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi sebesar 55%, sedangkan hasil post-test meningkat menjadi 85%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan setelah mengikuti program edukasi.

Tabel 1. Skor Pengetahuan Remaja sebelum dan sesudah kegiatan

No	Aspek Pengetahuan	Pre-test (%)	Post-test (%)	Peningkatan (%)
1	Pubertas	60	90	30
2	Menstruasi	50	85	35
3	Infeksi Menular Seksual	45	80	35
4	Kontrasepsi & Pencegahan Kehamilan	55	85	30

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

No	Aspek Pengetahuan	Pre-test (%)	Post-test (%)	Peningkatan (%)
5	Perilaku Hidup Sehat	60	90	30
Rata-rata	-	55	85	30

2. Peningkatan Kesadaran Remaja

Selain pengetahuan, kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi juga meningkat. Observasi selama kegiatan menunjukkan:

- Remaja lebih aktif bertanya dan berdiskusi mengenai topik reproduksi.
- Remaja menunjukkan minat membaca brosur dan poster edukasi yang disediakan.
- Partisipasi dalam permainan edukatif dan simulasi tinggi, menandakan keterlibatan yang positif.

3. Media Edukasi Berkelanjutan

Brosur, poster, dan modul yang dikembangkan telah disebar di sekolah dan komunitas sehingga dapat diakses oleh remaja lain secara berkelanjutan. Media ini memudahkan guru dan fasilitator untuk melanjutkan edukasi kesehatan reproduksi di luar kegiatan PKM.

b) Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 55% menjadi 85%, menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi yang disampaikan secara interaktif dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang pubertas, menstruasi, infeksi menular seksual, dan pencegahan kehamilan (Nugroho & Setiawan, 2021).

1. Efektivitas Metode Partisipatif

Metode partisipatif yang digunakan, seperti diskusi kelompok, simulasi, dan kuis edukatif, terbukti mendorong keterlibatan aktif remaja. Aktivitas ini membuat

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

remaja lebih mudah memahami materi yang kompleks, serta meningkatkan kemampuan mereka dalam menganalisis situasi nyata terkait kesehatan reproduksi. Aktivitas interaktif ini juga membantu remaja untuk lebih percaya diri dalam bertanya dan berbagi pengalaman, yang penting dalam proses pembelajaran (Santoso, 2020).

2. Peran Media Edukasi

Media edukasi seperti brosur, poster, dan modul sangat berperan dalam memperkuat pemahaman remaja. Media visual membantu remaja memahami konsep kesehatan reproduksi secara lebih menarik dan mudah diingat. Selain itu, penyediaan media ini memungkinkan kegiatan edukasi berkelanjutan di lingkungan sekolah maupun komunitas, sehingga pengetahuan yang diperoleh tidak berhenti pada saat kegiatan PKM selesai.

3. Kesadaran dan Perilaku Remaja

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran remaja terkait pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Partisipasi aktif dan antusiasme remaja menunjukkan adanya perubahan sikap positif, yang merupakan langkah awal untuk membentuk perilaku sehat dan mencegah risiko reproduksi, seperti kehamilan remaja dan infeksi menular seksual (Fauzi, 2021).

4. Kendala dan Strategi Mitigasi

Beberapa kendala yang ditemui antara lain rasa malu remaja untuk membahas topik reproduksi secara terbuka dan keterbatasan waktu kegiatan. Untuk mengatasi hal ini, fasilitator menggunakan metode diskusi kelompok kecil dan permainan edukatif, sehingga remaja lebih nyaman berpartisipasi. Selain itu, materi disampaikan dengan bahasa sederhana dan media visual untuk mempermudah pemahaman.

Secara keseluruhan, program ini membuktikan bahwa pendekatan edukasi yang interaktif, partisipatif, dan dilengkapi media edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap kesehatan reproduksi. Program ini dapat dijadikan model untuk implementasi berkelanjutan di sekolah, komunitas remaja, maupun pusat kesehatan setempat.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

a) Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat tentang kesehatan reproduksi remaja, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Program pengembangan kesehatan reproduksi remaja terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta, dengan rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 55% menjadi 85% setelah kegiatan.
2. Kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan menghindari perilaku berisiko juga meningkat, terlihat dari partisipasi aktif dalam diskusi, simulasi, dan kegiatan edukatif.
3. Media edukasi berupa brosur, poster, dan modul terbukti menjadi sarana yang efektif untuk mendukung pembelajaran berkelanjutan di sekolah maupun komunitas.

b) Saran

Berdasarkan temuan kegiatan pengabdian ini, beberapa saran yang dapat diberikan antara lain:

1. Integrasi Pendidikan Reproduksi: Sekolah dan komunitas disarankan untuk mengintegrasikan pendidikan kesehatan reproduksi secara rutin agar remaja terus mendapatkan informasi yang akurat dan relevan.
2. Pengembangan Media Digital: Perlu dikembangkan media edukasi digital seperti modul online atau aplikasi interaktif untuk menjangkau lebih banyak remaja dan mempermudah akses informasi.
3. Keterlibatan Orang Tua dan Tenaga Kesehatan: Orang tua, guru, dan tenaga kesehatan perlu dilibatkan secara aktif dalam program edukasi untuk memperkuat pemahaman remaja dan mendukung implementasi perilaku hidup sehat.
4. Evaluasi Berkelanjutan: Disarankan melakukan evaluasi berkala terhadap pengetahuan dan perilaku remaja untuk menilai efektivitas program dan menyesuaikan materi dengan kebutuhan peserta.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

1. Dunga, E. F., & Ihsan, M. (2023). Pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 148–152. <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/Jpmf/article/view/21146/0>
2. Elna, N. P. (2025). Inovasi program kesehatan reproduksi remaja: Edukasi dan konseling berbasis media sosial. *RCS Development Journal*, 4(1), 1–10. <https://rcsdevelopment.org/index.php/rcsd/article/view/640>
3. Fauzi, A. (2021). Pentingnya edukasi kesehatan reproduksi untuk remaja. *Hello Sehat*. <https://hellosehat.com/parenting/remaja/tumbuh-kembang-remaja/kesehatan-reproduksi-remaja/>
4. Kemkes RI. (2023). Undang-undang kesehatan menjamin pemenuhan hak kesehatan reproduksi untuk membentuk generasi yang sehat dan berkualitas. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://kemkes.go.id/id/undang-undang-kesehatan-menjamin-pemenuhan-hak-kesehatan-reproduksi-untuk-membentuk-generasi-yang-sehat-dan-berkualitas>
5. Kemkes RI. (2023). Webinar series #1 kesehatan reproduksi remaja. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://sites.google.com/view/subditusekrem/tahun-2023>
6. Kemkes RI. (2024). Webinar praktik baik pendidikan kesehatan reproduksi remaja bagi tenaga kesehatan. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://lms.kemkes.go.id/courses/b94b4024-441b-49e5-a3cb-0c7fa567e8b9>
7. Lea Ingne Reffita., Kubangun, N. A., Pannyiwi, R., Ningsih, W., Mainassy, M. C., & Afrika, E. (2024). Pendidikan Kesehatan dan Sosialisasi GEMOI (Gemar Makan Ikan) pada Anak SD Negeri Pantai Sumpang Binagae Kab. Barru. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(4), 486–494. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i4.422>
8. Lea Ingne Reffita., Rohimah, R. (2024). Analisis Tumbuh Kembang Balita Dengan Kehadiran Ibu Keposyandu Didesa Ragang Kec. Waru Pamekasan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), 331–337. <https://doi.org/10.59585/bajik.v3i2.604>
9. Lea Ingne Reffita., Juliana, M., Nainggolan, L., Kariyadi, K., Hitijahubessy, C. N. M., & Hanifah, A. N. (2023). Benefits Of Yoga In Pregnancy: Systematic Review. *International Journal of Health Sciences*, 1(3), 343–356. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i3.131>
10. Marisita, N. H. (2023). Urgensi pemahaman kesehatan reproduksi remaja. *Semantics Scholar*. <https://pdfs.semanticscholar.org/a267/10791f76a0f3dd546ec502b0a7cda1c88fd5.pdf>
11. Musyarofah, S., & Cahyani, D. (2023). Pendidikan kesehatan reproduksi remaja di sekolah. *Semantic Scholar*. <https://pdfs.semanticscholar.org/64b6/9eb734e78a20b9f2ea73cb39a9fbd0798001.pdf>



Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

12. Nugroho, S., & Setiawan, A. (2021). Pendidikan kesehatan reproduksi remaja: Pendekatan partisipatif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123–130. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/3456>
13. Pusat Data dan Informasi Kesehatan. (2023). Survei kesehatan Indonesia: Kesehatan reproduksi remaja. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://news.uad.ac.id/pentingnya-kesehatan-reproduksi-remaja/>
14. Rahmawati, A., & Dewi, S. (2025). Peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja melalui media video. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(1), 45–52. <https://ejournal.ubsppni.ac.id/index.php/mai/article/download/39/32/185>
15. Rubiah, N., & Sari, D. (2023). Pengaruh edukasi kesehatan reproduksi melalui media video terhadap tingkat pengetahuan remaja. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 10(2), 78–85. <https://jurnalilmiah.ici.ac.id/index.php/JI/article/download/473/171/2952>
16. Santoso, B. (2020). Metode partisipatif dalam pendidikan kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 12(3), 200–208. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jpk/article/view/7890>
17. Susanti, R., & Indraswari, I. (2020). Pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja puteri. *UK Institute Journal*, 5(1), 34–40. <https://ukinstitute.org/journals/ib/article/view/771>
18. Triani, Y. (2024). Pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja puteri. *UK Institute Journal*, 5(1), 34–40. <https://ukinstitute.org/journals/ib/article/view/771>