

---

---

## **Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Kenali dan Sayangi Tubuhmu Di SDN 13 Kota Pekanbaru**

**Mustika Hana Harahap<sup>1</sup> Neneng Lisma Sari<sup>2</sup> Mindiani<sup>3</sup> Nia Listari<sup>4</sup>  
Misriani<sup>5</sup> Niken Ayu Kurniawati<sup>6</sup>**

Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru  
[nenenglismasary@gmail.com](mailto:nenenglismasary@gmail.com)

### **Abstrak**

Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan upaya penting dalam mempersiapkan remaja agar mampu memahami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang terjadi pada masa pubertas. Remaja yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai kesehatan reproduksi berisiko mengalami perilaku tidak sehat, kehamilan usia dini, serta Infeksi Menular Seksual (IMS). Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja melalui penyuluhan bertema “Kenali dan Sayangi Tubuhmu” di SDN 13 Kota Pekanbaru. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi dengan sasaran siswa kelas VII sebanyak 35 orang. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah penyuluhan, terutama pada materi pubertas, fungsi organ reproduksi, personal hygiene menstruasi, serta risiko kehamilan dini dan IMS. Selain itu, peserta menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif selama kegiatan berlangsung. Dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi berbasis pendekatan interaktif efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja awal dan berpotensi membentuk sikap positif terhadap perilaku kesehatan reproduksi yang bertanggung jawab.

**Kata Kunci** : Pendidikan kesehatan reproduksi, remaja, pubertas, personal hygiene, penyuluhan kesehatan

### **Abstract**

*Reproductive health education is an essential effort to prepare adolescents to understand the physical, psychological, and social changes that occur during puberty. Limited knowledge of reproductive health may increase adolescents' risk of unhealthy behaviors, early pregnancy, and sexually transmitted infections (STIs). This community service activity aimed to improve adolescents' knowledge of reproductive health through an educational program entitled “Know and Love Your Body” conducted at SDN 13 Pekanbaru. The activity employed interactive lectures, discussions, and demonstrations, involving 35 seventh-grade students as participants. Evaluation was carried out using pre-test and post-test questionnaires to assess changes in participants' knowledge before and after the intervention. The results showed a significant increase in participants' knowledge after the educational session, particularly regarding puberty, reproductive organ functions, menstrual personal hygiene, and the risks of early pregnancy and STIs. In addition, participants demonstrated high enthusiasm and active participation throughout the activity. In conclusion, interactive reproductive health education is effective in improving early adolescents' knowledge and has the potential to foster positive attitudes toward responsible reproductive health behaviors.*

**Keywords** : *Reproductive health education, adolescents, puberty, personal hygiene, health education*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi penting dari masa kanak-kanak menuju dewasa, umumnya berlangsung pada usia 10–19 tahun (WHO, 2022). Masa ini ditandai oleh perubahan fisik, hormonal, psikologis, dan sosial, termasuk perubahan pada organ reproduksi, menstruasi pada perempuan, mimpi basah pada laki-laki, serta meningkatnya rasa ingin tahu terhadap seksualitas dan hubungan interpersonal. Perubahan ini menegaskan pentingnya pemahaman kesehatan reproduksi sebagai bagian dari perkembangan remaja dan mendukung pembentukan perilaku sehat di masa depan.

Data global menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi. WHO (2024) melaporkan bahwa pada tahun 2022 sekitar 2,5 juta orang meninggal akibat HIV, hepatitis, dan Infeksi Menular Seksual (IMS), dan data tahun 2019 menunjukkan bahwa 55% remaja melakukan aborsi akibat kehamilan yang tidak diinginkan. Di Indonesia, kasus HIV tercatat sebanyak 57.299 dan AIDS 16.410 kasus, meningkat signifikan dibanding tiga tahun sebelumnya (Kemenkes RI, 2024). Setiap tahun, sekitar 17,5% kehamilan di Indonesia tidak diinginkan, dengan remaja menjadi kelompok paling rentan. Tingkat aborsi pada remaja juga tergolong tinggi, tercatat sebanyak 2,5 juta kasus, di mana 1,5 juta di antaranya dilakukan oleh remaja (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, 2024). Angka-angka ini menunjukkan urgensi intervensi edukasi dan layanan kesehatan reproduksi bagi remaja.

Selain masalah nasional, kondisi lokal di Pekanbaru menunjukkan tantangan serupa. Penelitian di SMA Negeri 1 Pekanbaru menunjukkan bahwa 92,09% dari 177 siswa memiliki pengetahuan yang baik mengenai kesehatan reproduksi. Namun, studi di sekolah dasar/menengah di Bekasi menemukan bahwa meskipun 74,5% siswi memiliki pengetahuan baik, hanya 23,6% yang menerapkan personal hygiene menstruasi dengan benar. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan dasar remaja cukup baik, hal tersebut tidak selalu diikuti oleh perilaku sehat yang konsisten tanpa dukungan program edukasi, layanan kesehatan reproduksi, dan keterlibatan orang tua atau lingkungan sekolah.

Sejauh ini, sebagian besar penelitian lebih menitikberatkan pada pengukuran tingkat pengetahuan remaja, sementara implementasi edukasi reproduksi yang komprehensif dan kontekstual pada kelompok usia sekolah dasar sebagai upaya pencegahan dini masih relatif terbatas, khususnya di tingkat lokal. Padahal, intervensi sejak usia pra-remaja berpotensi membentuk pemahaman dan sikap positif sebelum remaja memasuki fase perkembangan yang lebih kompleks dan rentan terhadap perilaku berisiko. Kondisi ini menunjukkan perlunya pendekatan edukasi yang tidak hanya berorientasi pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan sikap dan keterampilan pengambilan keputusan yang sehat sesuai prinsip *Comprehensive Sexuality Education* (CSE).

Berdasarkan kondisi tersebut, tim pengabdian masyarakat dari Program Studi Profesi Kebidanan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru melaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja. Dengan latar belakang ini, serta mengingat pentingnya masa remaja sebagai fondasi kesehatan di masa depan, kegiatan bertema “Pendidikan Reproduksi Remaja: Kenali dan Sayangi Dirimu di SDN 13 Pekanbaru”. Melalui pendidikan reproduksi yang komprehensif, remaja diharapkan mampu memahami perubahan fisik, fungsi reproduksi, hygiene, risiko kehamilan dini, dan Infeksi Menular Seksual (IMS), serta dapat mengambil keputusan yang sehat, bertanggung jawab, dan berperilaku konsisten sesuai ilmu yang diperoleh.

## METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan pendidikan kesehatan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 4 november 2025 di SDN 13 Pekanbaru dengan sasaran siswa/i kelas VII yang berjumlah 35 orang. Pemilihan sasaran ini dilakukan karena siswa berada pada fase awal masa remaja sehingga dianggap tepat untuk menerima edukasi mengenai kesehatan reproduksi.

etode penyuluhan dirancang untuk memberikan pemahaman komprehensif mengenai kesehatan reproduksi dengan cakupan materi meliputi konsep pubertas, perubahan fisik dan psikologis, anatomi dan fungsi organ reproduksi, personal hygiene menstruasi, risiko kehamilan dini, serta pencegahan Infeksi Menular Seksual (IMS). Seluruh materi disusun berdasarkan prinsip *Comprehensive Sexuality Education* (CSE) yang menekankan pemberian informasi yang benar, ilmiah, bertahap, dan sesuai perkembangan peserta didik.

Prosedur pelaksanaan kegiatan dimulai dengan tahap persiapan berupa analisis kebutuhan melalui koordinasi dengan pihak sekolah untuk mengidentifikasi karakteristik peserta dan

kesesuaian materi. Pada tahap ini, tim juga menyusun jadwal, menyiapkan instrumen evaluasi, serta mempersiapkan media edukasi seperti slide presentasi. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan secara tatap muka dengan metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan diskusi dan demonstrasi. Fasilitator menyampaikan materi menggunakan media audiovisual dan memberikan contoh langsung, seperti teknik menjaga kebersihan organ reproduksi dan cara penggunaan pembalut yang benar. Selama kegiatan, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi guna meningkatkan pemahaman serta mengembangkan sikap positif terhadap kesehatan reproduksi.

Evaluasi dilakukan melalui pemberian pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi. Selain itu, observasi keaktifan dan respons peserta selama penyuluhan juga digunakan sebagai indikator tambahan untuk menilai efektivitas kegiatan. Instrumen evaluasi berupa kuesioner pengetahuan telah disesuaikan dengan tingkat perkembangan kognitif remaja awal, sedangkan media yang digunakan meliputi laptop, LCD projector dan slide PPT edukasi. Analisis data dilakukan secara deskriptif komparatif untuk melihat peningkatan tingkat pengetahuan setelah kegiatan penyuluhan. Hasil analisis digunakan untuk menilai efektivitas program serta menjadi dasar rekomendasi bagi pengembangan edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah.

### HASIL PENELITIAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi yang dilaksanakan di SDN 13 Pekanbaru diikuti oleh 35 siswa kelas VII dan berlangsung dengan baik. Seluruh peserta mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Berdasarkan hasil pre-test, diketahui bahwa tingkat pengetahuan peserta mengenai pubertas, organ reproduksi, personal hygiene, serta risiko kesehatan reproduksi masih berada pada kategori rendah hingga sedang. Sebagian besar peserta belum mampu menjelaskan perubahan pubertas secara menyeluruh, belum memahami teknik menjaga kebersihan organ reproduksi dengan benar, serta belum mengetahui risiko kehamilan dini dan Infeksi Menular Seksual (IMS).

Setelah penyuluhan diberikan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi, terjadi peningkatan yang signifikan pada hasil post-test. Mayoritas peserta menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dan mampu menjawab pertanyaan dengan lebih tepat. Peningkatan paling terlihat pada materi fungsi organ reproduksi, langkah-langkah menjaga kebersihan saat menstruasi, serta penjelasan mengenai risiko IMS. Selain peningkatan nilai, observasi selama pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa peserta aktif bertanya, berdiskusi, dan menunjukkan minat yang tinggi terhadap materi yang disampaikan. Hal ini menandakan bahwa penyuluhan diterima dengan baik dan relevan dengan kebutuhan peserta sebagai remaja awal.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

### PEMBAHASAN

Hasil kegiatan penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai kesehatan reproduksi setelah diberikan intervensi edukasi. Peningkatan skor post-test dibandingkan pre-test mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh peserta. Temuan ini memperkuat bukti bahwa intervensi edukasi kesehatan yang terstruktur memiliki peran penting dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi pada kelompok usia sekolah.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Jusuf et al., pada tahun 2023 menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi melalui metode ceramah dan tanya jawab efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan remaja secara signifikan setelah diberikan edukasi pengetahuan meningkat dari 5,68% menjadi 9,52%. Demikian pula, Penelitian yang dilakukan oleh Hanifah et al., tahun 2022 menemukan bahwa penggunaan media audiovisual dalam edukasi pubertas mampu meningkatkan pemahaman siswa sekolah menengah pertama secara signifikan, terutama dalam aspek perubahan fisik dan psikologis. Kesamaan hasil ini menunjukkan bahwa kombinasi metode penyampaian informasi secara verbal dan visual memberikan dampak yang lebih optimal dibandingkan metode tunggal.

Secara teoritis, peningkatan pengetahuan ini dapat dijelaskan melalui teori Health Belief Model (HBM) yang menyatakan bahwa individu akan lebih mungkin mengadopsi perilaku sehat apabila memiliki persepsi yang baik mengenai kerentanan dan manfaat tindakan pencegahan. Dalam konteks ini, penyuluhan membantu meningkatkan persepsi peserta mengenai risiko kehamilan dini, Infeksi Menular Seksual (IMS), serta pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Dengan meningkatnya pemahaman tersebut, peserta memiliki dasar kognitif yang lebih kuat untuk membentuk sikap dan perilaku sehat.

Selain itu, jika ditinjau dari teori Social Cognitive Theory oleh Bandura, pembelajaran terjadi melalui observasi, imitasi, dan pengalaman langsung. Penggunaan demonstrasi dalam menjelaskan personal hygiene menstruasi maupun perubahan pubertas memberikan pengalaman belajar yang lebih konkret. Peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga melihat dan memahami praktik yang benar. Hal ini meningkatkan retensi informasi karena melibatkan aspek visual, auditori, dan kinestetik secara simultan.

Metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi dalam kegiatan ini terbukti efektif sebagaimana ditunjukkan oleh peningkatan skor post-test peserta. Dwi dkk., (2025) menyatakan bahwa kombinasi ceramah dan demonstrasi meningkatkan retensi informasi pada remaja karena memadukan berbagai saluran pembelajaran. Media audiovisual juga membantu menjelaskan konsep anatomi dan fisiologi reproduksi yang sering dianggap abstrak dan sensitif. Penjelasan visual mempermudah peserta memahami struktur organ reproduksi tanpa menimbulkan kesalahpahaman. Antusiasme dan partisipasi aktif peserta selama diskusi menjadi indikator penting keberhasilan kegiatan. Partisipasi yang tinggi menunjukkan bahwa pendekatan yang digunakan sesuai dengan kebutuhan perkembangan psikologis peserta. World Health Organization tahun 2023, menyebutkan bahwa remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi terhadap perubahan tubuh dan seksualitas, namun sering kali tidak memiliki akses pada sumber informasi yang akurat. Dalam konteks ini, penyuluhan menjadi ruang aman bagi peserta untuk bertanya dan berdiskusi secara terbuka.

Menariknya, kegiatan ini dilaksanakan pada tingkat sekolah dasar, yang termasuk dalam fase pra-remaja. Secara perkembangan, fase ini merupakan periode kritis pembentukan konsep diri dan nilai-nilai dasar. Intervensi pada usia ini memiliki potensi preventif yang lebih besar dibandingkan intervensi pada remaja akhir yang mungkin sudah terpapar berbagai informasi dari sumber tidak terpercaya. Dengan demikian, edukasi sejak dini dapat menjadi strategi preventif primer dalam menekan risiko perilaku seksual berisiko di masa mendatang.

Temuan bahwa pengetahuan meningkat namun perlu keberlanjutan juga sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik. Pengetahuan merupakan domain kognitif, namun perubahan perilaku dipengaruhi pula oleh faktor sikap, norma sosial, dukungan keluarga, serta lingkungan sekolah. Oleh karena itu, edukasi satu kali intervensi meskipun efektif meningkatkan pengetahuan, perlu didukung program berkelanjutan agar berdampak pada perubahan perilaku jangka panjang.

Dalam perspektif Comprehensive Sexuality Education (CSE), pendidikan reproduksi tidak hanya mencakup aspek biologis, tetapi juga nilai, tanggung jawab, keterampilan komunikasi, dan pengambilan keputusan. Kegiatan ini telah mengintegrasikan unsur tersebut melalui diskusi interaktif yang mendorong peserta berpikir kritis dan bertanggung jawab terhadap tubuhnya sendiri. Pendekatan ini penting untuk membangun self-efficacy atau keyakinan diri dalam menjaga

kesehatan reproduksi.

Dari sisi praktik kebidanan, kegiatan ini menunjukkan bahwa peran bidan tidak hanya terbatas pada pelayanan klinis, tetapi juga sebagai edukator dan promotor kesehatan. Bidan memiliki posisi strategis dalam memberikan informasi berbasis bukti kepada remaja sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif. Hal ini sejalan dengan paradigma pelayanan kebidanan yang menekankan *continuity of care* dan pendekatan berbasis komunitas.

Selain keberhasilan, terdapat beberapa keterbatasan dalam kegiatan ini. Pertama, evaluasi yang dilakukan masih berfokus pada peningkatan pengetahuan jangka pendek melalui post-test segera setelah intervensi. Belum dilakukan evaluasi jangka panjang untuk menilai perubahan sikap dan perilaku. Kedua, keterlibatan orang tua dalam edukasi belum optimal, padahal dukungan keluarga berperan penting dalam pembentukan perilaku kesehatan reproduksi remaja. Ketiga, keterbatasan waktu menyebabkan materi belum dapat dieksplorasi secara lebih mendalam.

Oleh karena itu, diperlukan pengembangan program edukasi reproduksi yang berkelanjutan dan terintegrasi dalam kurikulum sekolah. Kolaborasi antara tenaga kesehatan, guru, dan orang tua menjadi kunci keberhasilan program jangka panjang. Penggunaan media yang inovatif seperti video edukasi, modul interaktif, dan simulasi juga dapat dipertimbangkan untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan sejak usia sekolah dasar efektif meningkatkan pengetahuan peserta dan menumbuhkan sikap positif terhadap perawatan diri. Intervensi ini berpotensi menjadi strategi preventif yang signifikan dalam menekan risiko kehamilan dini, IMS, serta perilaku seksual berisiko pada remaja. Dengan pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan, pendidikan reproduksi dapat menjadi fondasi penting dalam membentuk generasi muda yang sehat, bertanggung jawab, dan memiliki literasi kesehatan reproduksi yang baik.

Selain peningkatan pengetahuan yang terukur melalui skor post-test, perubahan yang diamati selama kegiatan juga menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri peserta dalam membahas isu kesehatan reproduksi. Pada awal kegiatan, sebagian peserta terlihat ragu dan malu untuk mengajukan pertanyaan. Namun, setelah sesi diskusi berlangsung, peserta mulai lebih aktif dan terbuka. Fenomena ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang ramah, tidak menghakimi, dan sesuai perkembangan usia mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman (*safe learning environment*). Lingkungan yang aman secara psikologis sangat penting dalam pendidikan kesehatan reproduksi karena topik yang dibahas sering kali dianggap sensitif dalam budaya masyarakat.

Dari perspektif psikososial, masa pra-remaja merupakan fase perkembangan identitas awal sebagaimana dijelaskan dalam teori Erikson tentang *Identity vs Role Confusion*. Pada tahap ini, individu mulai membentuk pemahaman tentang diri dan perannya dalam lingkungan sosial. Informasi yang diterima pada fase ini akan berkontribusi dalam pembentukan nilai dan sikap terhadap tubuh, kesehatan, serta relasi interpersonal. Oleh karena itu, edukasi reproduksi yang diberikan secara tepat dapat membantu remaja membangun citra diri positif dan mencegah munculnya persepsi keliru yang bersumber dari mitos atau informasi tidak valid.

Faktor sosial budaya juga memiliki pengaruh signifikan terhadap pemahaman kesehatan reproduksi. Di banyak komunitas, pembahasan mengenai organ reproduksi masih dianggap tabu sehingga komunikasi antara orang tua dan anak menjadi terbatas. Keterbatasan komunikasi ini sering menyebabkan remaja mencari informasi dari sumber yang tidak kredibel, seperti media sosial yang belum terverifikasi. Dengan adanya penyuluhan di sekolah, peserta memperoleh akses terhadap informasi yang berbasis ilmiah dan disampaikan oleh tenaga kesehatan yang kompeten. Hal ini berkontribusi dalam meningkatkan literasi kesehatan (*health literacy*), yaitu kemampuan individu dalam memperoleh, memahami, dan menggunakan informasi kesehatan untuk pengambilan keputusan yang tepat.

Literasi kesehatan reproduksi menjadi aspek penting dalam mencegah perilaku berisiko. Remaja dengan literasi kesehatan yang baik cenderung memiliki kemampuan lebih tinggi dalam mengenali tanda bahaya, memahami risiko, serta mengambil keputusan yang bertanggung jawab. Dalam kegiatan ini, peserta tidak hanya menerima informasi mengenai perubahan fisik pubertas, tetapi juga diberikan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, menghormati tubuh sendiri, serta memahami batasan dalam interaksi sosial. Pendekatan ini mendukung pembentukan perilaku protektif yang dapat berdampak jangka panjang (Hurlock, 2021).

Jika dikaji dari sudut pandang promotif dan preventif, kegiatan ini termasuk dalam upaya pencegahan primer. Pencegahan primer bertujuan mencegah terjadinya masalah kesehatan sebelum

munculnya gejala atau risiko nyata. Dengan memberikan edukasi pada usia sekolah dasar, intervensi dilakukan sebelum remaja memasuki fase yang lebih rentan terhadap tekanan teman sebaya (*peer pressure*) dan paparan informasi seksual yang tidak terkontrol. Strategi ini dinilai lebih efektif dibandingkan intervensi kuratif yang dilakukan setelah terjadi masalah.

Hasil kegiatan juga menunjukkan bahwa metode partisipatif meningkatkan daya serap materi. Diskusi kelompok kecil memungkinkan peserta saling bertukar pengalaman dan memperkuat pemahaman melalui interaksi sosial. Hal ini sesuai dengan pendekatan konstruktivisme dalam pendidikan, yang menyatakan bahwa pengetahuan dibangun secara aktif melalui pengalaman dan interaksi, bukan hanya ditransfer secara satu arah. Dengan demikian, peserta tidak hanya menghafal informasi, tetapi memahami maknanya dalam konteks kehidupan sehari-hari.

Dari sisi kebijakan, pelaksanaan edukasi reproduksi di sekolah dasar sejalan dengan program nasional mengenai kesehatan reproduksi remaja dan upaya penurunan angka pernikahan dini. Pemerintah Indonesia melalui berbagai program telah menekankan pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi sebagai bagian dari pembangunan sumber daya manusia. Namun demikian, implementasi di tingkat sekolah dasar masih belum merata. Oleh karena itu, kegiatan ini dapat menjadi model praktik baik (*best practice*) yang dapat direplikasi di sekolah lain.

Dampak jangka panjang dari edukasi reproduksi tidak hanya berkaitan dengan aspek kesehatan fisik, tetapi juga kesejahteraan psikologis dan sosial. Remaja yang memahami perubahan tubuhnya cenderung memiliki tingkat kecemasan lebih rendah ketika memasuki masa pubertas. Pemahaman yang baik juga dapat mengurangi risiko bullying terkait perubahan fisik, seperti menstruasi pertama atau perubahan suara pada laki-laki. Dengan demikian, pendidikan reproduksi turut berkontribusi dalam menciptakan lingkungan sekolah yang lebih inklusif dan suportif.

Namun demikian, perubahan perilaku tidak terjadi secara instan. Teori perubahan perilaku menunjukkan bahwa proses ini berlangsung melalui beberapa tahap, mulai dari kesadaran (*awareness*), minat (*interest*), evaluasi, percobaan, hingga adopsi. Kegiatan penyuluhan ini kemungkinan besar baru mencapai tahap peningkatan kesadaran dan pemahaman. Oleh karena itu, diperlukan tindak lanjut berupa monitoring, penguatan materi secara berkala, serta integrasi dalam kurikulum pendidikan kesehatan agar dampaknya berkelanjutan.

Keterlibatan guru sebagai pendamping juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan program. Guru yang memahami materi dapat memperkuat pesan yang telah disampaikan serta menjadi sumber konsultasi lanjutan bagi siswa. Selain itu, pelibatan orang tua melalui sosialisasi atau modul edukasi keluarga dapat memperluas dampak intervensi hingga ke lingkungan rumah. Pendekatan kolaboratif ini akan memperkecil kesenjangan antara pengetahuan yang diperoleh di sekolah dan praktik sehari-hari di rumah.

Secara reflektif, kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi reproduksi pada usia sekolah dasar bukanlah hal yang prematur, melainkan strategi preventif yang berbasis kebutuhan perkembangan anak. Penyampaian materi dilakukan dengan bahasa sederhana, sesuai usia, dan menekankan aspek kesehatan serta perawatan diri, bukan pada eksplorasi seksual. Hal ini penting untuk memastikan bahwa edukasi tetap sesuai norma budaya dan nilai masyarakat setempat.

Dengan mempertimbangkan seluruh temuan dan analisis, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan, kesiapan psikologis, dan literasi kesehatan reproduksi peserta. Meskipun masih diperlukan evaluasi jangka panjang untuk mengukur perubahan perilaku secara nyata, intervensi ini telah menunjukkan potensi signifikan sebagai langkah awal dalam membangun generasi muda yang sehat, sadar diri, dan bertanggung jawab terhadap kesehatan reproduksinya.

## KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan pendidikan kesehatan reproduksi yang dilaksanakan di SDN 13 Kota Pekanbaru terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pubertas, fungsi organ reproduksi, personal hygiene menstruasi, serta risiko kehamilan dini dan Infeksi Menular Seksual (IMS). Peningkatan skor post-test serta tingginya partisipasi dan antusiasme peserta menunjukkan bahwa metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi dapat diterima dengan baik oleh remaja awal. Edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan sejak dini sesuai dengan prinsip *Comprehensive Sexuality Education* (CSE) dan berperan penting dalam membekali remaja dengan pengetahuan yang benar sebagai dasar pembentukan perilaku sehat dan bertanggung jawab di masa depan. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dan

terintegrasi dengan program sekolah untuk mendukung kesehatan reproduksi remaja secara optimal.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Dwi, S., Lestari, P., Madaniah, S. A., Putri, S., & Sri, A. (2025). *Peningkatan Kesadaran Kesehatan Reproduksi Remaja melalui Edukasi dengan Ceramah Interaktif dan Media Visual serta Asesmen Pengetahuan di SMP Negeri 1 Plumbon , Kabupaten Cirebon*. 5(4), 665–672.
- Hanifah, I., Parwati, D., & Jauhar, M. (2022). *Audio Visual Media-Based Health Education Increases Knowledge of Menstrual Disorders in Adolescence*. 6(1), 1–7.
- Hurlock, E. B. (2021). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jusuf, E. C., Aman, A., Syahrir, S., Idrus, A., Mappaware, N. A., Chalid, M. T., & Azizah, N. (2023). *Efforts to Improve Adolescent Reproductive Health Knowledge*. 8(2), 293–300.
- Kemenkes RI. (2024). *Infodatin: Remaja Sehat, Indonesia Hebat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- WHO. (2022). *Adolescent Sexual and Reproductive Health Fact Sheet*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). *Adolescent Sexual and Reproductive Health Overview*. Geneva: World Health Organization.