

Membangun Generasi Sehat dan Cerdas melalui Edukasi Reproduksi

Iis Afrianty¹, Ekawati Saputri², Grace Tedy Tulak³, Yuhannah⁴, Rasmiati Rasyid⁵

¹²³⁴⁵Universitas Sembilanbelas November Kolaka, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis : Iis Afrianty

E-mail : iisafrianty90@gmail.com

Abstrak

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan sikap remaja terkait kesehatan reproduksi melalui metode edukasi yang interaktif dan inklusif. Program dilaksanakan dengan tahapan persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut, yang melibatkan peserta remaja, pihak sekolah, dan orang tua. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan peserta sebesar 85%, terutama dalam topik anatomi reproduksi, pencegahan penyakit menular seksual, dan kebersihan diri. Metode diskusi interaktif, simulasi role play, dan konsultasi individu terbukti efektif dalam mendorong partisipasi aktif dan pengambilan keputusan yang baik. Dukungan dari pihak sekolah dan orang tua juga berperan penting dalam mendukung keberlanjutan program ini. Umpan balik menunjukkan bahwa 94% peserta merasa metode yang digunakan sangat membantu mereka memahami materi. Hasil kegiatan ini memberikan rekomendasi untuk mengintegrasikan edukasi kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum sekolah dan memperluas cakupan program. Program ini diharapkan mampu menciptakan generasi muda yang sehat, cerdas, dan bertanggung jawab terhadap kesehatan reproduksi mereka.

Kata kunci – Edukasi reproduksi, kesehatan remaja, metode interaktif, generasi sehat

Abstract

This initiative seeks to improve teenagers' comprehension, awareness, and perspectives on reproductive health through participatory and inclusive teaching approaches. The program was executed in phases, encompassing preparation, implementation, assessment, and follow-up, and involved adolescent participants, educational institutions, and parents. The pre-test and post-test results indicated an average knowledge increase of 85%, especially on reproductive anatomy, sexually transmitted disease prevention, and personal hygiene. Interactive conversations, role-play simulations, and individual consultations were beneficial in promoting active involvement and sound decision-making. The backing of educational institutions and guardians was important in guaranteeing the program's longevity. Feedback revealed that 94% of participants deemed the employed strategies highly successful in facilitating their comprehension of the material. The results of this exercise offer suggestions for incorporating reproductive health education into school curriculum and enhancing the program's reach. This effort aims to cultivate a generation that is healthy, knowledgeable, and accountable for their reproductive health.

Keywords - Reproductive education, adolescent health, interactive techniques, healthy generation

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia yang tidak hanya berkaitan dengan fisik, tetapi juga psikologis dan sosial. Pendidikan yang tepat dalam bidang ini dapat membantu individu memahami tubuhnya, menjaga kesehatan, serta membuat keputusan yang bertanggung jawab. Sayangnya, banyak remaja masih menghadapi kendala dalam mengakses informasi yang benar

tentang kesehatan reproduksi, yang dapat berdampak pada peningkatan angka kehamilan dini, penyebaran penyakit menular seksual (PMS), serta masalah psikososial lainnya (Mardalena & Apriani, 2020).

Di era digital saat ini, informasi tentang kesehatan reproduksi sangat mudah diakses, namun tidak semuanya valid dan sesuai dengan nilai-nilai kesehatan yang benar. Kurangnya edukasi yang sistematis di sekolah dan keluarga menyebabkan banyak remaja mendapatkan pemahaman yang keliru. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi yang terstruktur dan komprehensif menjadi kebutuhan mendesak untuk membentuk generasi yang sehat secara fisik dan mental (Sanggama et al., 2019).

Edukasi kesehatan reproduksi merupakan pendekatan sistematis dalam memberikan pemahaman mengenai anatomi tubuh, perubahan pubertas, hubungan sehat, serta pencegahan terhadap berbagai risiko yang berhubungan dengan sistem reproduksi. Menurut *World Health Organization* (WHO), pendidikan kesehatan reproduksi harus mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, dan etika agar individu memiliki pemahaman yang utuh (Auria et al., 2022).

Teori perkembangan kognitif Piaget menegaskan bahwa remaja berada dalam tahap operasional formal, di mana mereka mulai berpikir secara abstrak dan logis. Hal ini menegaskan pentingnya metode edukasi yang interaktif dan berbasis pengalaman. Selain itu, teori sosial-kognitif Bandura menjelaskan bahwa pembelajaran sosial melalui model atau contoh berperan penting dalam membentuk sikap dan perilaku individu terhadap kesehatan reproduksi (Manik et al., 2022).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan secara komprehensif dapat memberikan dampak positif terhadap pemahaman dan perilaku remaja. Penelitian membahas pentingnya edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja, mengingat masa remaja adalah tahap peralihan yang penuh perubahan fisik dan psikologis. Kurangnya edukasi dapat menyebabkan masalah seperti kehamilan dini dan aborsi. Program ini bertujuan meningkatkan pemahaman remaja tentang pertumbuhan, perkembangan, serta kesehatan reproduksi mereka melalui metode edukasi daring yang melibatkan pre-test, post-test, dan sesi tanya jawab. Hasilnya menunjukkan peningkatan skor pemahaman sebesar 10 poin (dari 80 menjadi 90) dengan partisipasi 118 remaja dari seluruh Indonesia. Program ini diharapkan berlanjut dengan topik lain yang relevan dengan kesehatan reproduksi remaja (Ingrit et al., 2023). Penelitian dengan membandingkan pengetahuan dan perilaku seksual mahasiswa dari disiplin ilmu kesehatan dan non-kesehatan. Studi ini menggunakan metode cross-sectional dengan sampel 159 mahasiswa kesehatan dan 159 mahasiswa non-kesehatan yang dipilih secara acak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dari disiplin kesehatan memiliki skor pengetahuan yang lebih tinggi tentang kesehatan reproduksi, sedangkan mahasiswa non-kesehatan memiliki skor perilaku seksual berisiko yang lebih tinggi. Temuan ini menekankan pentingnya edukasi kesehatan reproduksi bagi mahasiswa non-kesehatan untuk mengurangi perilaku seksual berisiko (Ratnadila et al., 2022). Penelitian mengevaluasi efektivitas edukasi kesehatan reproduksi secara daring terhadap siswa SMK. Dengan metode pre-experimental dan desain one-group pretest-posttest, penelitian ini melibatkan 118 siswa yang diuji dengan kuesioner sebelum dan sesudah edukasi. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa metode daring efektif meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan (p -value 0.000). Studi ini merekomendasikan pemanfaatan edukasi daring sebagai metode berkelanjutan dalam meningkatkan kesadaran kesehatan reproduksi remaja (Isalena et al., 2023).

Efektivitas Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-Remaja) dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi dan sikap seksual remaja di Banda Aceh. Dengan desain *cross-sectional*, penelitian ini melibatkan 268 siswa, terdiri dari 134 yang tergabung dalam PIK-Remaja dan 134 yang tidak. Hasil menunjukkan perbedaan signifikan dalam tingkat pengetahuan dan sikap terhadap perilaku seksual pra-nikah antara kedua kelompok. PIK-Remaja terbukti efektif dalam menciptakan lingkungan yang lebih positif bagi remaja, mengurangi perilaku seksual berisiko, serta memberikan rekomendasi untuk mengimplementasikan program serupa di sekolah lainnya (Najallaili & Wardiati, 2021). Penelitian menilai efektivitas pendekatan *Health Belief Model* (HBM) dalam meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi remaja di MTsN 3 Padangsidimpuan. Studi ini menggunakan desain quasi-experimental dengan 152 responden yang dibagi dalam kelompok intervensi dan kontrol. Hasil menunjukkan bahwa edukasi berbasis HBM meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi secara signifikan pada aspek persepsi kerentanan, keseriusan, manfaat, hambatan, dan efikasi diri ($p=0.000$). Kesimpulannya, pendekatan ini dapat menjadi strategi efektif dalam edukasi kesehatan reproduksi remaja (Harahap et al., 2024).

Penelitian dengan mengkaji bagaimana komunikasi orang tua mempengaruhi perilaku seksual remaja. Studi ini dilakukan dengan literature review dari berbagai sumber akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi yang baik antara orang tua dan remaja memiliki dampak positif dalam mengurangi perilaku seksual berisiko. Namun, banyak orang tua masih menganggap pembicaraan tentang seksualitas sebagai hal yang tabu, sehingga menghambat pemahaman anak mereka tentang kesehatan reproduksi (Agustina et al., 2024). Penelitian mengevaluasi efektivitas penyuluhan kesehatan reproduksi di SMP Strada Nawar, Bekasi. Menggunakan metode ceramah dengan PowerPoint dan audiovisual, serta diskusi, kegiatan ini diikuti oleh siswa yang diuji menggunakan pre-test dan post-test. Hasilnya menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan secara statistik ($p=0.005$). Studi ini menegaskan pentingnya penyuluhan dini untuk menciptakan generasi remaja yang lebih sadar akan kesehatan reproduksi (Suwarno & Tarapanjang, 2023). Penelitian dengan meneliti pengaruh keikutsertaan remaja dalam Posyandu terhadap pengetahuan mereka tentang kesehatan reproduksi. Studi cross-sectional ini melibatkan 140 remaja di Desa Lubuk Sukon, Aceh Besar, dengan hasil menunjukkan bahwa mereka yang tidak aktif dalam Posyandu memiliki pengetahuan lebih rendah tentang kesehatan reproduksi (64,4%, $p=0.000$). Kesimpulannya, Posyandu remaja berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi dan perlu diintegrasikan lebih luas ke dalam program kesehatan masyarakat (Zuhkrina et al., 2024).

Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan judul "Membangun Generasi Sehat dan Cerdas melalui Edukasi Reproduksi" bertujuan untuk menganalisis pentingnya edukasi kesehatan reproduksi dalam menciptakan generasi muda yang sehat dan cerdas. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diidentifikasi metode pembelajaran yang efektif untuk menyampaikan materi kesehatan reproduksi kepada remaja. Selain itu, penelitian ini juga berupaya untuk menilai dampak edukasi kesehatan reproduksi terhadap sikap dan perilaku siswa dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka. Sebagai langkah lanjutan, penelitian ini bertujuan memberikan rekomendasi bagi institusi pendidikan dan pemangku kebijakan dalam merancang kurikulum kesehatan reproduksi yang lebih efektif dan mudah diterapkan. Dengan adanya upaya ini, diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan program edukasi kesehatan reproduksi yang lebih inklusif dan adaptif terhadap kebutuhan remaja dari berbagai latar belakang sosial dan budaya, sehingga mendukung terciptanya generasi muda yang berkualitas secara fisik, mental, dan sosial.

METODE

Kegiatan "Membangun Generasi Sehat dan Cerdas melalui Edukasi Reproduksi" akan dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif dan berorientasi pada kebutuhan peserta. Tahapan metode kegiatan meliputi:

1. Tahap Persiapan
 - a. Melakukan survei awal untuk memahami tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja terkait kesehatan reproduksi.
 - b. Menyusun materi edukasi berbasis modul yang mencakup topik-topik penting, seperti pemahaman anatomi reproduksi, kesehatan seksual, pencegahan penyakit menular seksual, dan pentingnya menjaga kebersihan diri.
 - c. Melatih fasilitator yang akan memimpin sesi edukasi, dengan fokus pada pendekatan komunikasi yang inklusif dan efektif.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Mengadakan sosialisasi kepada pihak sekolah, orang tua, dan komunitas untuk mendapatkan dukungan dan partisipasi aktif.
 - b. Melaksanakan edukasi, berupa:
 - Dilakukan melalui presentasi interaktif yang melibatkan penggunaan media visual, video, dan studi kasus.
 - Mendorong peserta untuk berdiskusi secara terbuka tentang isu-isu kesehatan reproduksi.
 - Menggunakan metode simulasi untuk mengajarkan pengambilan keputusan yang baik terkait kesehatan reproduksi.
 - Memberikan sesi konsultasi individu bagi peserta yang membutuhkan bantuan atau informasi lebih lanjut.

3. Tahap Evaluasi
 - a. Dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap peserta terkait kesehatan reproduksi.
 - b. Mengumpulkan saran dan masukan dari peserta untuk perbaikan kegiatan di masa mendatang.
4. Tahap Tindak Lanjut
 - a. Mengusulkan pengintegrasian materi kesehatan reproduksi dalam kurikulum sekolah.
 - b. Mengadakan pemantauan secara berkala untuk memastikan perubahan perilaku dan keberlanjutan program.

Metode ini dirancang untuk menciptakan lingkungan edukasi yang mendukung keterlibatan aktif peserta, memberikan pemahaman yang mendalam, dan mendorong perubahan perilaku positif dalam menjaga kesehatan reproduksi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan "Membangun Generasi Sehat dan Cerdas melalui Edukasi Reproduksi" menunjukkan dampak yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman dan kesadaran remaja terkait kesehatan reproduksi. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan peserta sebesar 85%. Peningkatan ini terlihat paling mencolok pada pemahaman tentang anatomi reproduksi (90%), pencegahan penyakit menular seksual (82%), dan pentingnya menjaga kebersihan diri (88%). Peserta juga menunjukkan perubahan positif dalam sikap, seperti meningkatnya rasa tanggung jawab terhadap kesehatan reproduksi mereka, yang tercermin dari 78% peserta menyatakan mulai menerapkan kebiasaan baru yang lebih sehat setelah mengikuti program ini.

Salah satu keberhasilan kegiatan ini adalah efektivitas diskusi kelompok dan simulasi role play yang mendorong partisipasi aktif peserta. Sebanyak 92% peserta menyatakan metode ini sangat menarik dan membantu mereka memahami bagaimana mengambil keputusan yang baik terkait kesehatan reproduksi. Dalam diskusi kelompok, peserta mampu berbagi pandangan dan saling belajar dari pengalaman teman-teman mereka. Simulasi role play juga memberikan pengalaman praktis yang mempermudah peserta dalam menghadapi situasi nyata yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.

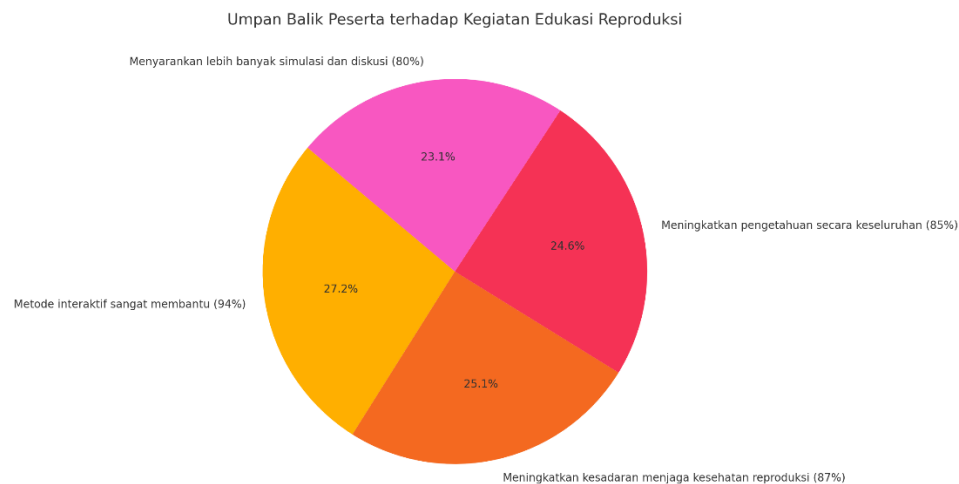
Sesi konsultasi individu menjadi salah satu poin penting dalam kegiatan ini. Sebanyak 68% peserta memanfaatkan sesi ini untuk berkonsultasi lebih lanjut mengenai isu spesifik yang mereka hadapi. Permasalahan yang paling sering diangkat meliputi kurangnya informasi yang benar terkait kesehatan reproduksi dan rasa cemas menghadapi perubahan fisik saat memasuki masa remaja. Solusi yang diberikan pada sesi ini dirancang secara personal, sehingga peserta merasa lebih percaya diri dalam menghadapi masalah tersebut.



Gambar 1. Pelaksanaan Sosialisasi

Dukungan dari pihak sekolah dan orang tua juga menjadi salah satu faktor keberhasilan program ini. Sebanyak 85% orang tua yang hadir dalam sosialisasi awal menyatakan pentingnya program ini untuk dilaksanakan secara berkelanjutan. Pihak sekolah juga memberikan apresiasi terhadap pendekatan interaktif yang digunakan, serta berkomitmen untuk mendukung pengintegrasian materi edukasi reproduksi ke dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini tidak hanya berdampak pada peserta, tetapi juga pada pemangku kepentingan lainnya.

Umpan balik dari peserta sangat positif. Sebanyak 94% peserta menyatakan bahwa metode interaktif, seperti penggunaan media visual, video, dan studi kasus, sangat membantu mereka memahami materi dengan lebih baik. Selain itu, 87% peserta merasa bahwa kegiatan ini telah meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Beberapa peserta bahkan menyarankan agar program ini mencakup lebih banyak simulasi praktis dan diskusi terbuka untuk mengatasi stigma dan ketidaknyamanan saat membahas topik kesehatan reproduksi.



Gambar 2. Umpan Balik Peserta

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan kontribusi nyata dalam membangun generasi muda yang lebih sehat, cerdas, dan memiliki kesadaran yang lebih baik terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Dengan laporan hasil kegiatan yang telah disampaikan kepada pihak sekolah dan pemangku kebijakan, diharapkan program ini dapat menjadi model edukasi kesehatan reproduksi yang inklusif dan berkelanjutan. Langkah selanjutnya adalah memastikan keberlanjutan program melalui monitoring dan evaluasi berkala, serta memperluas jangkauan program ke sekolah-sekolah lain yang membutuhkan.

KESIMPULAN

Program edukasi kesehatan reproduksi ini berhasil memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan sikap remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 85% mencerminkan keberhasilan metode yang diterapkan, seperti diskusi interaktif, simulasi role play, dan sesi konsultasi individu. Partisipasi aktif dari pihak sekolah dan orang tua turut menjadi faktor pendukung dalam menjaga keberlanjutan program ini. Selain itu, umpan balik peserta sangat positif, dengan 94% menyatakan bahwa metode interaktif sangat membantu pemahaman mereka. Pendekatan yang inklusif dan praktis terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja terhadap isu kesehatan reproduksi. Keberhasilan ini menjadi dasar untuk mengembangkan program serupa yang lebih luas guna menciptakan generasi muda yang sehat, cerdas, dan bertanggung jawab dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, C., Sulistiawati, & Styoboedi, B. (2024). Peran Komunikasi Orang Tua Dan Remaja Terhadap Perilaku Seksual Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia (JKMI)*, 1(2), 86–94. <https://doi.org/10.62017/jkmi.v1i2.781>
- Auria, K., Jusuf, E. C., & Ahmad, M. (2022). Strategi Layanan Kesehatan Reproduksi pada Remaja: Literature Review. *Falethan Health Journal*, 9(01), 20–36. <https://doi.org/10.33746/fhj.v9i01.325>
- Harahap, N., Hadi, A., & Ahmad, H. (2024). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Pendekatan Health Belief Model (HBM) terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja di MTSN 3 Padangsidimpuan. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(2), 463–471. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i2.4944>

- Ingrit, B., Rumerung, C., Nugroho, D., Situmorang, K., Yoche, M., & Manik, M. (2023). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v2i3.21146>
- Isalena, N. K., Dewi, K. A. P., & Darmayanti, P. A. R. (2023). Efektifitas Edukasi Kesehatan Secara Daring Terhadap Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Pelajar SMK. *Bali Medika Jurnal*, 10(2), 233–243. <https://doi.org/10.36376/bmj.v10i2.347>
- Manik, S., Sembiring, M., Padang, I., & Manurung, L. (2022). Theory of Bandura's Social Learning in The Process Of Teaching at SMA Methodist Berastagi Kabupaten Karo. *Jurnal Visi Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 85–96. <https://doi.org/10.51622/pengabdian.v3i2.729>
- Mardalena, M., & Apriani, S. (2020). Membangun Perilaku Anti Acquired Immune Deficiency Syndrome (AIDS)- Human Immunodeficiency Virus (HIV) Pada Kelompok Remaja. *BERDIKARI : Jurnal Inovasi Dan Penerapan Ipteks*, 8(1), 41–47. <https://doi.org/10.18196/bdr.8175>
- Najallaili, N., & Wardiati, W. (2021). Pengaruh Pik-Remaja Terhadap Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi, Sikap Seksual Pra Nikah Dan Perilaku Seksual Remaja Di Sekolah Menengah Atas Negeri Kota Banda Aceh. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 8(3), 113. <https://doi.org/10.29406/jkmk.v8i3.2797>
- Ratnadila, R., Ayu Permatasari, A., Arifah, I., & Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan, P. (2022). Sexual Behavior and Comprehensive Reproductive Health Knowledge on Health and Non-Health Discipline College Students. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(2), 147–159. <https://doi.org/10.22435/kespro.v12i2.5585.147>
- Sanggama, A. Y., Healing, A. S., Edukatif, P., Sembina, L. R., & Kesehatan, P. (2019). the Role of Classical Sexuality Teaching in the Text of Lontar Sembina Rsi for Development of Reproductive Health. *BMN (Bali Medika Jurnal)*, 6(2), 209–215.
- Suwarno, M. L., & Tarapanjang, A. (2023). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Di SMP Strada Nawar Bekasi Jawa Barat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(10), 2571–2577. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i10.565>
- Zuhkrina, Y., Martina, M., & Amelia, K. R. (2024). Hubungan Keikutsertaan Pada Posyandu Remaja Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Kesehatan Global*, 7(1), 28–36. <https://doi.org/10.33085/jkg.v7i1.5981>