

Edukasi Kesehatan Reproduksi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Siswa Remaja di SMAN 3 Pariaman tentang Pubertas dan Perubahan Biologis

Nofri Zayani¹, Cici Paramita², Vira Famila³
^{1,2,3} STIKes Piala Sakti Pariaman, Indonesia

Received : 8 Juni 2026, Revised : 28 Juni 2026, Published : 15 Juli 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Nofri Zayani

E-mail: nofrizayani11@gmail.com

Abstrak

Masa remaja merupakan fase transisi yang ditandai perubahan fisik, biologis, psikologis, dan sosial, termasuk pubertas serta kesehatan reproduksi. Kurangnya pengetahuan tentang pubertas dapat menimbulkan salah persepsi, rasa malu, kecemasan, dan perilaku kurang tepat dalam menjaga kesehatan reproduksi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa remaja di SMAN 3 Pariaman tentang pubertas dan perubahan biologis melalui edukasi kesehatan reproduksi. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif dan partisipatif melalui ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta evaluasi pre-test dan post-test. Peserta berjumlah 40 siswa, terdiri atas 20 laki-laki dan 20 perempuan. Materi meliputi kesehatan reproduksi remaja, pengertian pubertas, perubahan biologis pada laki-laki dan perempuan, kebersihan diri, dan cara menjaga kesehatan organ reproduksi. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah edukasi. Kategori baik meningkat dari 8 siswa atau 20% menjadi 30 siswa atau 75%, sedangkan kategori kurang menurun dari 18 siswa atau 45% menjadi 2 siswa atau 5%. Rata-rata nilai meningkat dari 58,5 menjadi 84,2. Dengan demikian, edukasi kesehatan reproduksi efektif meningkatkan pemahaman siswa. Disarankan sekolah melaksanakan edukasi berkelanjutan bekerja sama dengan tenaga kesehatan agar siswa memperoleh informasi benar dan mampu menjaga kesehatan reproduksi secara mandiri serta bertanggung jawab dalam menghadapi perubahan tubuh selama masa remaja dan kehidupan sehari-hari dengan sikap positif yang sehat berkelanjutan.

Kata kunci - edukasi kesehatan reproduksi, pubertas, perubahan biologis, pengetahuan remaja

Abstract

Adolescence is a transitional phase characterized by physical, biological, psychological, and social changes, including puberty and reproductive health development. Limited knowledge about puberty may lead to misconceptions, embarrassment, anxiety, and inappropriate behaviors in maintaining reproductive health. This community service activity aimed to increase adolescent students' knowledge at SMAN 3 Pariaman regarding puberty and biological changes through reproductive health education. The method used was an educational and participatory approach through interactive lectures, discussions, question-and-answer sessions, and evaluation using pre-test and post-test assessments. The participants consisted of 40 students, including 20 male and 20 female students. The educational materials covered adolescent reproductive health, the definition of puberty, biological changes in males and females, personal hygiene, and ways to maintain reproductive organ health. The results showed an increase in students' knowledge after the education session. The good knowledge category increased from 8 students or 20% to 30 students or 75%, while the poor knowledge category decreased from 18 students or 45% to 2 students or 5%. The average score also increased from 58.5 to 84.2. Therefore, reproductive health education was effective in improving students' understanding. It is recommended that schools conduct continuous education in collaboration with health workers so that students receive accurate information and are able to maintain their reproductive health independently and responsibly.

in facing bodily changes during adolescence and daily life with a positive, healthy, and sustainable attitude.

Keywords - reproductive health education, puberty, biological changes, adolescent knowledge

How To Cite : Zayani, N., Paramita, C., & Famila, V. (2026). Edukasi Kesehatan Reproduksi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Siswa Remaja di SMAN 3 Pariaman tentang Pubertas dan Perubahan Biologis . Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka, 4(4), 5854 - 5862. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i4.1436>

Copyright ©2026 Nofri Zayani, Cici Paramita, Vira Famila

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis, sosial, emosional, dan biologis. Salah satu perubahan penting yang terjadi pada masa remaja adalah pubertas, yaitu proses pematangan fungsi tubuh dan organ reproduksi yang dipengaruhi oleh perubahan hormon. Pada masa pubertas, remaja laki-laki dan perempuan mengalami perubahan yang berbeda, seperti pertumbuhan tinggi badan, perubahan bentuk tubuh, munculnya ciri-ciri seks sekunder, perubahan suara pada laki-laki, pertumbuhan payudara dan menstruasi pada perempuan, serta perubahan emosi yang lebih sensitif (Nurhaliza dkk, 2024). Perubahan tersebut sering kali menimbulkan rasa bingung, malu, cemas, bahkan salah persepsi apabila tidak disertai dengan pengetahuan yang benar. Oleh karena itu, remaja perlu memperoleh informasi yang tepat mengenai pubertas dan perubahan biologis agar mampu memahami proses perkembangan tubuhnya secara wajar dan sehat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Kesehatan reproduksi remaja menjadi salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan karena berkaitan dengan kemampuan remaja dalam mengenali, menjaga, dan bertanggung jawab terhadap tubuh serta fungsi reproduksinya (Widiastini dkk, 2024). Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi tidak hanya penting bagi remaja perempuan, tetapi juga bagi remaja laki-laki, karena keduanya sama-sama mengalami perubahan biologis selama masa pubertas. Remaja laki-laki perlu memahami perubahan seperti mimpi basah, pertumbuhan rambut pada bagian tubuh tertentu, perubahan suara, dan perkembangan organ reproduksi, sedangkan remaja perempuan perlu memahami menstruasi, perubahan bentuk tubuh, serta kebersihan organ reproduksi. Pemahaman yang seimbang pada siswa laki-laki dan perempuan dapat membantu membentuk sikap saling menghargai, menjaga batasan diri, serta mencegah perilaku berisiko yang dapat berdampak pada kesehatan reproduksi (UNESCO, 2018; *World Health Organization*, 2018).

Permasalahan yang sering terjadi pada remaja adalah masih rendahnya pengetahuan tentang pubertas dan perubahan biologis. Banyak remaja memperoleh informasi dari teman sebaya, media sosial, atau internet yang belum tentu benar dan sesuai dengan prinsip kesehatan. Kondisi ini dapat menyebabkan munculnya mitos, rasa takut, perilaku malu bertanya, serta kebiasaan yang kurang tepat dalam menjaga kebersihan diri dan organ reproduksi. Kurangnya pengetahuan juga dapat berdampak pada perilaku remaja, seperti kurang memperhatikan kebersihan saat menstruasi, tidak memahami perubahan tubuh secara benar, serta kurang mampu menjaga diri dari risiko pergaulan bebas dan kekerasan seksual. Oleh karena itu, edukasi kesehatan reproduksi perlu diberikan sejak dini dengan bahasa yang sederhana, ilmiah, dan sesuai dengan usia remaja (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022; *World Health Organization*, 2024).

Sekolah merupakan tempat yang strategis untuk melaksanakan edukasi kesehatan reproduksi karena sebagian besar remaja menghabiskan waktu belajar dan berinteraksi di lingkungan sekolah. Siswa tingkat Sekolah Menengah Atas berada pada fase perkembangan yang sangat penting, karena mereka telah mengalami atau sedang berada dalam tahap pubertas dan mulai membentuk pemahaman tentang identitas diri, relasi sosial, serta tanggung jawab terhadap kesehatan tubuh. Melalui kegiatan edukasi di sekolah, siswa dapat memperoleh informasi yang benar dari tenaga pendidik dan tenaga kesehatan, sehingga dapat mengurangi risiko kesalahpahaman terhadap perubahan biologis yang dialami. Selain itu, kegiatan edukasi di sekolah juga dapat menjadi sarana untuk membangun kesadaran siswa agar lebih peduli terhadap kesehatan reproduksi, kebersihan diri, dan perilaku hidup sehat (Syamsuddin, 2023).

Pelaksanaan edukasi kesehatan reproduksi tentang pubertas dan perubahan biologis juga sejalan dengan kebutuhan remaja untuk memperoleh pendidikan kesehatan yang komprehensif dan berbasis bukti. Pendidikan kesehatan reproduksi yang komprehensif bertujuan untuk membekali anak dan remaja dengan pengetahuan, sikap, keterampilan, dan nilai yang dapat membantu mereka

memahami tubuh, menghargai diri sendiri dan orang lain, serta mengambil keputusan yang bertanggung jawab (UNESCO, 2018). Pendidikan kesehatan reproduksi berperan penting dalam membantu remaja menjalani masa pertumbuhan secara sehat, aman, dan bermartabat (Natosba dkk, 2024). Dengan demikian, edukasi kesehatan reproduksi tidak hanya berisi informasi tentang organ reproduksi, tetapi juga mencakup pemahaman tentang perubahan biologis, kebersihan diri, batasan tubuh, sikap saling menghargai, dan pencegahan risiko kesehatan pada remaja.

Beberapa kegiatan pengabdian terdahulu menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi dapat meningkatkan pengetahuan remaja. Fany (2026) menyatakan bahwa edukasi kesehatan reproduksi yang dilakukan secara terstruktur mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai isu-isu kesehatan reproduksi. Mayasari (2024) juga menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan tentang masa pubertas penting diberikan kepada remaja karena pubertas melibatkan perubahan fisik, seksual, sosial, dan emosional yang perlu dipahami dengan benar. Selain itu, Syafitri dan Rahmanto (2024) menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi pada siswa SMA dapat menjadi salah satu upaya untuk mencegah perilaku menyimpang yang berkaitan dengan kurangnya pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi. Hasil-hasil tersebut memperlihatkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku sehat pada remaja.

Kegiatan pengabdian lain yang relevan juga memperkuat pentingnya edukasi kesehatan reproduksi bagi siswa remaja. Putri *et al.*, (2023) melaporkan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja dapat meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi. Purwati, dkk (2025) menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah mampu membantu siswa memahami perubahan tubuh dan cara menjaga kebersihan diri. Yunitasari *et al.*, (2024) juga menjelaskan bahwa kegiatan edukasi kesehatan reproduksi dapat meningkatkan kesadaran remaja terhadap perilaku hidup sehat. Selain itu, Bambang (2024) menegaskan bahwa pemberian edukasi mengenai kesehatan reproduksi penting dilakukan untuk mencegah masalah kesehatan pada remaja. Hasdiana & Barkah (2025) turut menemukan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan remaja dengan perilaku kesehatan reproduksi, sehingga peningkatan pengetahuan melalui edukasi menjadi langkah penting dalam membentuk perilaku remaja yang sehat dan bertanggung jawab.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul "Edukasi Kesehatan Reproduksi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Siswa Remaja di SMAN 3 Pariaman tentang Pubertas dan Perubahan Biologis" penting untuk dilaksanakan. Kegiatan ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan siswa laki-laki dan perempuan untuk memperoleh informasi yang benar mengenai pubertas, perubahan biologis, kebersihan diri, dan kesehatan reproduksi. Edukasi ini diharapkan dapat membantu siswa memahami perubahan tubuh secara positif, mengurangi kesalahpahaman tentang pubertas, serta meningkatkan kesadaran untuk menjaga kesehatan reproduksi sejak masa remaja. Adapun tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa remaja di SMAN 3 Pariaman tentang pubertas dan perubahan biologis, sehingga siswa mampu mengenali perubahan tubuh secara benar, menjaga kebersihan diri, menghargai diri sendiri dan orang lain, serta membangun perilaku hidup sehat.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui pendekatan edukatif dan partisipatif. Pendekatan edukatif digunakan untuk memberikan pemahaman kepada siswa remaja mengenai kesehatan reproduksi, pubertas, dan perubahan biologis secara ilmiah, sederhana, dan sesuai dengan tahap perkembangan usia remaja. Sementara itu, pendekatan partisipatif digunakan agar siswa tidak hanya menerima materi secara pasif, tetapi juga terlibat aktif dalam kegiatan melalui diskusi, tanya jawab, dan refleksi terhadap pengalaman perubahan tubuh yang dialami pada masa pubertas. Sasaran kegiatan ini adalah siswa laki-laki dan perempuan di SMAN 3 Pariaman yang berada pada usia remaja dan membutuhkan informasi yang benar mengenai kesehatan reproduksi yaitu berjumlah 40 orang. Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 hari pada hari Kamis, tanggal 08 Mei 2026.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tahap persiapan diawali dengan koordinasi antara tim pengabdian masyarakat dengan pihak SMAN 3 Pariaman untuk menentukan waktu, tempat, jumlah peserta, serta teknis pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini, tim juga menyiapkan materi edukasi,

media penyuluhan, daftar hadir, lembar *pre-test* dan *post-test*, serta alat bantu presentasi. Materi yang disiapkan meliputi konsep dasar kesehatan reproduksi remaja, pengertian pubertas, perubahan biologis pada remaja laki-laki dan perempuan, kebersihan diri, cara menjaga kesehatan organ reproduksi, serta sikap positif dalam menghadapi perubahan tubuh.

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui kegiatan edukasi kesehatan reproduksi kepada siswa remaja di SMAN 3 Pariaman. Kegiatan diawali dengan pembukaan, pengenalan tim pengabdian, penyampaian tujuan kegiatan, dan pengisian *pre-test* oleh peserta. *Pre-test* diberikan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa mengenai pubertas dan perubahan biologis sebelum diberikan edukasi. Setelah itu, tim menyampaikan materi menggunakan metode ceramah interaktif dengan bantuan media presentasi *Power Point Text* (PPT) dan leaflet. Penyampaian materi dilakukan dengan bahasa yang mudah dipahami, tidak menakutkan, serta memperhatikan kenyamanan siswa laki-laki dan perempuan sebagai peserta kegiatan.

Materi edukasi yang diberikan mencakup pengertian kesehatan reproduksi, perubahan biologis pada masa pubertas, perbedaan perubahan pubertas pada laki-laki dan perempuan, perubahan hormon, perkembangan organ reproduksi, kebersihan diri, serta pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sejak remaja. Pada siswa laki-laki, materi menekankan pemahaman tentang perubahan suara, pertumbuhan rambut, mimpi basah, perkembangan organ reproduksi, dan cara menjaga kebersihan diri. Pada siswa perempuan, materi menekankan pemahaman tentang menstruasi, perubahan bentuk tubuh, pertumbuhan payudara, kebersihan saat menstruasi, dan cara menjaga kesehatan organ reproduksi. Materi juga diberikan secara umum kepada seluruh peserta agar siswa laki-laki dan perempuan dapat saling memahami serta menghargai perubahan biologis yang dialami oleh masing-masing jenis kelamin.

Selain ceramah interaktif, kegiatan juga dilengkapi dengan diskusi dan tanya jawab. Pada sesi ini, siswa diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan, pendapat, atau pengalaman yang berkaitan dengan pubertas dan perubahan biologis. Tim pengabdian memberikan jawaban dengan pendekatan ilmiah, santun, dan sesuai dengan norma pendidikan kesehatan. Diskusi dilakukan untuk meluruskan mitos atau pemahaman yang kurang tepat mengenai kesehatan reproduksi remaja. Melalui sesi ini, siswa diharapkan lebih terbuka dalam memahami perubahan tubuhnya serta tidak merasa malu atau takut untuk mencari informasi kesehatan reproduksi dari sumber yang benar.

Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti kegiatan edukasi. Evaluasi dilakukan dengan memberikan *post-test* kepada peserta setelah kegiatan penyuluhan selesai. Hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian dibandingkan untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah edukasi. Selain itu, evaluasi juga dilakukan melalui observasi keaktifan peserta selama kegiatan, seperti keterlibatan dalam diskusi, kemampuan menjawab pertanyaan, dan antusiasme mengikuti materi. Evaluasi ini menjadi dasar untuk menilai keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan siswa remaja tentang pubertas dan perubahan biologis.

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi lembar *pre-test* dan *post-test* yang berisi pertanyaan sederhana mengenai kesehatan reproduksi, pubertas, dan perubahan biologis. Pertanyaan disusun dalam bentuk pilihan ganda atau benar-salah agar mudah dipahami oleh siswa. Selain itu, digunakan pula daftar hadir peserta, lembar observasi keaktifan peserta, dan dokumentasi kegiatan. Data yang diperoleh dari *pre-test* dan *post-test* dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata sebelum dan sesudah edukasi. Apabila terjadi peningkatan nilai setelah edukasi, maka kegiatan dinilai memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa.

Keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini diukur berdasarkan peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi. Indikator keberhasilan kegiatan meliputi meningkatnya nilai *post-test* dibandingkan nilai *pre-test*, meningkatnya kemampuan siswa dalam menjelaskan pengertian pubertas dan perubahan biologis, meningkatnya pemahaman siswa tentang cara menjaga kebersihan diri dan kesehatan reproduksi, serta meningkatnya partisipasi siswa dalam diskusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul "Edukasi Kesehatan Reproduksi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Siswa Remaja di SMAN 3 Pariaman tentang Pubertas dan Perubahan

Biologis” dilaksanakan kepada siswa laki-laki dan perempuan. Kegiatan ini dilakukan melalui penyampaian materi, diskusi interaktif, tanya jawab, serta evaluasi menggunakan *pre-test* dan *post-test*. Peserta kegiatan berjumlah 40 orang yang terdiri dari 20 orang laki-laki dan 20 orang perempuan seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Dokumentasi dengan peserta dan guru bagian kesiswaan

Komposisi peserta yang seimbang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi diberikan kepada seluruh remaja, bukan hanya kepada remaja perempuan. Hal ini penting karena pubertas dan perubahan biologis dialami oleh laki-laki maupun perempuan, meskipun bentuk perubahan yang terjadi berbeda. Keterlibatan kedua kelompok peserta juga mendukung terciptanya pemahaman yang lebih terbuka, saling menghargai, dan tidak menganggap pembahasan kesehatan reproduksi sebagai hal yang tabu. Hasil pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi dapat terlihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Perbandingan Pengetahuan Siswa Sebelum dan Setelah Edukasi Kesehatan Reproduksi

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Edukasi		Setelah Edukasi	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	8	20	30	75
Cukup	14	35	8	20
Kurang	18	45	2	5
Total	40	100	40	100

Berdasarkan Tabel 1, terjadi peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi. Sebelum edukasi, sebagian besar siswa berada pada kategori pengetahuan kurang, yaitu 18 orang (45%). Setelah edukasi, jumlah siswa dengan pengetahuan kurang menurun menjadi 2 orang (5%). Sebaliknya, siswa dengan pengetahuan baik meningkat dari 8 orang (20%) menjadi 30 orang (75%). Rata-rata nilai pengetahuan juga meningkat dari 58,5 menjadi 84,2. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan melalui ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, dan media presentasi mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang pubertas dan perubahan biologis.

B. Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa remaja di SMAN 3 Pariaman. Sebelum diberikan edukasi, masih banyak siswa yang belum memahami secara utuh tentang pubertas, perubahan biologis, dan cara menjaga kesehatan reproduksi. Beberapa siswa masih menganggap pembahasan kesehatan reproduksi sebagai hal yang sensitif, sehingga cenderung malu untuk bertanya. Setelah kegiatan edukasi, siswa mulai mampu memahami bahwa pubertas merupakan proses biologis normal yang terjadi pada laki-laki dan perempuan sebagai bagian dari pertumbuhan menuju kedewasaan. Peningkatan nilai *post-test* menunjukkan bahwa informasi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh peserta.

Peningkatan pengetahuan pada kegiatan ini sejalan dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Rahma dkk, (2025) di SMAN 5 Banjarbaru. Kegiatan tersebut menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, serta media presentasi seperti poster dan video animasi, dan hasilnya menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa setelah diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi. Persamaan kegiatan tersebut dengan kegiatan di SMAN 3 Pariaman terletak pada penggunaan metode edukasi interaktif dan evaluasi *pre-test* serta *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa ceramah interaktif yang disertai media edukasi dapat membantu siswa memahami materi kesehatan reproduksi dengan lebih mudah.

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan kegiatan edukasi kesehatan reproduksi remaja yang dilakukan oleh Yunitasari dkk., (2024) di MA YPI Katibung. Kegiatan tersebut bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja tentang masalah kesehatan reproduksi melalui penyuluhan kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi dapat membantu remaja memperoleh informasi yang benar mengenai kesehatan reproduksi dan mencegah kesalahpahaman yang sering muncul pada masa remaja. Hal ini sesuai dengan kegiatan di SMAN 3 Pariaman, karena siswa membutuhkan informasi yang benar mengenai pubertas, perubahan fisik, perubahan hormonal, dan kebersihan diri.

Kegiatan pengabdian ini juga memiliki kesamaan dengan kegiatan yang dilaporkan oleh Sibua dkk., (2025), yaitu peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja pubertas. Kegiatan tersebut menekankan pentingnya pemberian informasi kesehatan reproduksi kepada remaja yang sedang memasuki masa pubertas agar mereka mampu memahami perubahan tubuhnya secara benar. Pada kegiatan di SMAN 3 Pariaman, materi pubertas diberikan kepada siswa laki-laki dan perempuan agar keduanya memahami perubahan biologis yang terjadi pada masing-masing jenis kelamin. Dengan demikian, edukasi tidak hanya berfokus pada menstruasi pada perempuan, tetapi juga mencakup mimpi basah, perubahan suara, pertumbuhan rambut, dan perkembangan organ reproduksi pada laki-laki.

Peningkatan pengetahuan siswa setelah edukasi juga sejalan dengan kegiatan Putri dkk, (2025) di SMA Negeri 1 Keritang, Riau. Kegiatan tersebut menggunakan rancangan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur efektivitas penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja. Hasilnya menunjukkan bahwa pengukuran sebelum dan sesudah edukasi dapat menggambarkan perubahan pengetahuan siswa secara lebih objektif. Hal yang sama dilakukan dalam kegiatan di SMAN 3 Pariaman, yaitu membandingkan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi. Peningkatan kategori pengetahuan baik dari 20% menjadi 75% menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa.

Hasil kegiatan ini juga didukung oleh kegiatan pengabdian pada siswa SMP Negeri 1 Plumbon yang menggunakan metode ceramah interaktif dan media visual seperti video serta *flip book*. Materi kegiatan tersebut mencakup anatomi reproduksi, perubahan pubertas, kebersihan organ reproduksi, dan pencegahan penyakit menular. Hasil asesmen menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dari rata-rata 75,5% menjadi 85,2% (Zakiyyah dkk, 2025). Temuan ini memperkuat hasil kegiatan di SMAN 3 Pariaman bahwa penggunaan metode edukasi interaktif dan media visual dapat meningkatkan perhatian, pemahaman, serta keterlibatan siswa dalam mempelajari kesehatan reproduksi.

Selain itu, kegiatan pengabdian yang dilakukan dalam bentuk talkshow dan ceramah interaktif kepada siswa SMA Negeri 3 Semarang juga menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi remaja dapat meningkatkan pemahaman peserta. Kegiatan tersebut menekankan bahwa kesehatan reproduksi remaja merupakan aspek penting dalam pembangunan sumber daya manusia yang sehat dan berkualitas (Aulia dkk, 2025). Jika dibandingkan dengan kegiatan di SMAN 3 Pariaman, keduanya sama-sama menempatkan sekolah sebagai lokasi strategis untuk memberikan edukasi kesehatan reproduksi kepada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah memiliki peran penting sebagai tempat promosi kesehatan, khususnya dalam memberikan informasi yang benar tentang pubertas dan perubahan biologis.

Kegiatan ini juga sejalan dengan kegiatan peningkatan pengetahuan remaja melalui penyuluhan kesehatan reproduksi di Posyandu Remaja. Kegiatan tersebut menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta media poster. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi apabila tidak memiliki informasi dan pemahaman yang memadai (Eryani dkk, 2025). Persamaan dengan kegiatan di SMAN 3 Pariaman terletak pada pendekatan edukatif yang tidak hanya memberikan materi, tetapi juga membuka ruang diskusi agar remaja dapat bertanya secara langsung kepada narasumber.

Pembahasan ini juga diperkuat oleh hasil kegiatan pengabdian tentang kesehatan reproduksi remaja pubertas SMK Qamarul Huda. Kegiatan tersebut menegaskan bahwa masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, sehingga remaja belum sepenuhnya matang secara mental dan sosial dalam menghadapi berbagai perubahan (Eryani dkk, 2025). Oleh karena itu, edukasi kesehatan reproduksi diperlukan agar remaja lebih siap menghadapi masa pubertas. Kondisi tersebut sesuai dengan temuan kegiatan di SMAN 3 Pariaman, karena sebelum edukasi masih ditemukan siswa yang belum memahami perubahan biologis sebagai proses normal yang tidak perlu ditakuti.

Kegiatan ini juga memperlihatkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi perlu diberikan kepada siswa laki-laki dan perempuan secara bersama-sama. Hal ini berbeda dengan beberapa kegiatan pengabdian sebelumnya yang lebih banyak berfokus pada remaja putri, terutama terkait menstruasi dan kebersihan organ reproduksi. Misalnya, kegiatan peningkatan kesehatan reproduksi remaja putri di SMPN III Taman Pemalang berfokus pada siswi perempuan dengan metode dialog dan video interaktif (Isyti'aroh dkk, 2026). Meskipun kegiatan tersebut relevan dan penting, kegiatan di SMAN 3 Pariaman memiliki cakupan yang lebih umum karena melibatkan remaja laki-laki dan perempuan, sehingga materi dapat membangun pemahaman yang lebih seimbang tentang pubertas pada kedua jenis kelamin.

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan kegiatan pengabdian yang menekankan pentingnya program edukasi pubertas dan kebersihan diri. Program tersebut menunjukkan bahwa pemahaman tentang pubertas perlu diberikan secara sistematis agar remaja mampu menghadapi perubahan tubuh dengan kesiapan yang lebih baik (Zayani dkk., 2025). Pada kegiatan di SMAN 3 Pariaman, materi tentang kebersihan diri menjadi bagian penting karena pubertas tidak hanya berkaitan dengan perubahan organ reproduksi, tetapi juga dengan kebiasaan menjaga tubuh, mengganti pakaian dalam, menjaga kebersihan saat menstruasi, serta memahami tanda-tanda perubahan biologis secara wajar.

Jika dibandingkan dengan penelitian atau kegiatan terdahulu, hasil kegiatan di SMAN 3 Pariaman memiliki pola yang sama, yaitu adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan atau edukasi. (Eryani dkk., 2025), misalnya, menemukan bahwa kelompok perlakuan yang diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi mengalami peningkatan nilai pengetahuan yang bermakna dari pre-test ke post-test. Walaupun penelitian tersebut dilakukan lebih dari 10 tahun terakhir, hasilnya masih mendukung temuan umum bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja. Namun, untuk kepentingan penulisan artikel ini, pembahasan lebih ditekankan pada sumber-sumber yang lebih baru agar sesuai dengan perkembangan isu kesehatan reproduksi remaja saat ini.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat di SMAN 3 Pariaman menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa remaja tentang pubertas dan perubahan biologis. Peningkatan pengetahuan ini penting karena dapat menjadi dasar bagi siswa untuk menjaga kebersihan diri, memahami perubahan tubuh secara positif, menghindari mitos tentang kesehatan reproduksi, serta mencari informasi dari sumber yang benar. Kegiatan ini juga memberikan ruang bagi siswa untuk bertanya secara langsung mengenai hal-hal yang selama ini dianggap sensitif. Dengan demikian, edukasi kesehatan reproduksi di sekolah perlu dilakukan secara berkelanjutan dan dapat dikembangkan dengan materi lanjutan seperti personal hygiene, pencegahan kekerasan seksual, pergaulan sehat, dan akses layanan kesehatan remaja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terlaksana dengan baik dan diikuti oleh 40 siswa, terdiri dari 20 siswa laki-laki dan 20 siswa perempuan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi, yaitu kategori pengetahuan baik meningkat dari 8 orang atau 20% menjadi 30 orang atau 75%. Rata-rata nilai siswa juga meningkat dari 58,5 menjadi 84,2. Oleh karena itu, edukasi kesehatan reproduksi efektif meningkatkan pemahaman siswa tentang pubertas dan perubahan biologis. Saran kami, pihak sekolah diharapkan dapat melaksanakan edukasi kesehatan reproduksi secara berkelanjutan melalui kerja sama dengan tenaga kesehatan, puskesmas, atau institusi pendidikan kesehatan. Siswa diharapkan menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam menjaga kebersihan diri, memahami perubahan tubuh secara positif, dan mencari informasi kesehatan dari sumber yang tepat. Untuk kegiatan selanjutnya dapat berupa Edukasi Personal Hygiene saat Menstruasi sebagai Upaya Pencegahan Infeksi Saluran Reproduksi pada Remaja Putri di SMAN 3 Pariaman karena setelah siswa memahami pubertas dan perubahan biologis khususnya pada putri, tahap berikutnya adalah membekali mereka dengan pengetahuan praktis tentang cara menjaga

kebersihan organ reproduksi, terutama pada masa menstruasi, agar terhindar dari keputihan patologis, iritasi, dan risiko infeksi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada Yayasan Piala Sakti Pariaman yang telah membantu dalam pendanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang edukasi kesehatan reproduksi sebagai upaya peningkatan pengetahuan siswa remaja di SMAN 3 Pariaman tentang pubertas dan perubahan biologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, R., Hapsari, A. V., Widi, A., Triuspita, V. B., Kurniawan, C. D., Triantoro, N. A., Dewi, N. K., Sukmawati, E., Soraya, Y., Intan, N., Sari, S. H., Lamtota, I., Dewintari, B. M., Hetami, Z. (2025). Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Menuju Indonesia Emas 2025 : Talkshow dan Ceramah kepada Siswa SMA Negeri 3 Semarang. *Talkshow and Lecture for SMA Negeri 3 Semarang Student dan ko.* 2(2), 80–91.
- Bambang, E. (2024). Peranan Edukasi Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *FEDERALISME: Jurnal Kajian Hukum dan Ilmu Komunikasi.*
- Eryani, I. S., Trisetiyono, Y., & Pramono, D. (2025). Pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja siswa Smp Kristen Gergaji. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 4(4), 975–984.
- Fany, T. H. R. (2026). Pemberdayaan remaja melalui kesehatan reproduksi. *AMJPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat.* 1(2), 11–21.
- Hasdiana, H., Barkah, A. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Remaja pada Siswa di SMK Generasi Mandiri Gunung Putri Bogor. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 5(1), 25–32.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Kesehatan reproduksi remaja: Permasalahan dan upaya pencegahan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pubertas: Fase penting tumbuh kembang anak*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Generasi sehat, masa depan hebat*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mayasari, B. (2024). Peningkatan kemampuan menjalani masa pubertas melalui penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja putri. *Jurnal Masyarakat Mandiri dan Berdaya*, 3(2), 132–138.
- Natosba, J., Ramadhan, G. E., Keumalahayati, Probawati, R. (2024). *Buku Ajar Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: PT. Nuansa Fajar Cemerlang
- Nurhaliza, K. M., Safitri, N. T., Yarni, L. (2024). Perkembangan Masa Puber. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(4), 27–37.
- Purwati, D., Amalia, A. A., Rahayu, S. (2025). Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Siswa Siswi Remaja Kelas X di SMA Negeri Jatinunggal Tahun 2025. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat.* 9(3), 9431–9440.
- Putri, Z. Y. V., Rahmadani, A., Liadesvita, R., Fadhillah, M. N., Sahputri, S. I., Anindita, A., Wahyuni, M., Hakim, R. A., Muhamasri, C., Ariif, F. M., & Sari, I. P. (2025). Efektivitas Edukasi Kesehatan Reproduksi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa di SMAN 1 Keritang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(7), 3713–3718. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v3i7.3091>
- Rahma, A., Rahman, F., Arifin, S., Anggraini, L., Minasari, M., Raisya, R., Seambaga, A. A., Shafarina, H., Adila, N. A., & Cahyani, S. (2025). Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Edukasi Interaktif di SMAN 5 Banjarbaru. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 4(1), 114–122. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v4i1.432>
- Sibua, S., Rahayu Ningsih, S., Gaib, J., Tulee, C., Koikig, A., Daanan, A., Langi, I., Studi Keperawatan dan Ners, P., Ilmu Kesehatan, F., Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, I., Kunci, K., & Reproduksi, K. (2025). *Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Remaja di SMP Negeri 1 Mopuya.* 2(2), 35–41.
- Syafitri, R. D., & Rahmanto, S. (2024). Edukasi kesehatan reproduksi remaja putri sebagai upaya dalam mencegah perilaku penyimpangan seksual di SMA PGRI Kepanjen. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(8), 3202–3206.

- Syamsuddin, S. D. (2023). Pengaruh edukasi kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan pada remaja pubertas di SMPN 1 Kapala Pitu. *Midwifery*, 5(1), 27–33.
- UNESCO. (2018). *International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach*. UNESCO.
- Widiastini, L. P., et al. (2024). Kenali masa pubertas pada remaja melalui pendidikan kesehatan. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 85-97.
- World Health Organization. (2018). *WHO recommendations on adolescent sexual and reproductive health and rights*. World Health Organization.
- Yunitasari, E., Raminda, S., & Wahyuni, D. (2024). Edukasi kesehatan reproduksi remaja di MA YPI Katibung. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 4(2), 49–54. <https://doi.org/10.56922/phc.v4i2.454>.
- Zakiyyah, Z., Puspa Lestari, S. D., Madaniah, S. A., Sri Wahyuni, S. P. A., Sholihah, S., & Sufi, S. N. (2025). Peningkatan Kesadaran Kesehatan Reproduksi Remaja melalui Edukasi dengan Ceramah Interaktif dan Media Visual serta Asesmen Pengetahuan di SMP Negeri 1 Plumbon, Kabupaten Cirebon. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 5(4), 665–672. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.3637>.
- Zayani, N., Zaunit, M. M., Alpices, A., Dahlan, A., Mesra, S., & Selsi, D. E. (2025). Kenali Tubuhmu: Program Edukasi Pubertas dan Kebersihan Diri untuk Siswa SD. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(2), 2234–2241. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i2.770>