



## PENINGKATAN PEMAHAMAN PHBS PADA SISWA SDN 010 MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI

Yulinda Laska<sup>\*1</sup>, Viona<sup>2</sup>, Afizah Ratu Amarylis<sup>3</sup>, Arfa Nur Faizatul Rizky<sup>4</sup>, Bela Nova Hartanti<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Program Studi Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Awal Bros



**\*Corresponding author**

Yulinda Laska

Email: [yulinda2laska@gmail.com](mailto:yulinda2laska@gmail.com)

HP: +62 821-6923-9619

**Kata Kunci:**

Kesehatan Reproduksi, PHBS, Pendidikan Kesehatan Remaja

**Keywords:**

*Reproductive Health, Clean And Healthy Living Behavior, Health Education.*

**ABSTRAK**

Kesehatan reproduksi remaja semakin menjadi perhatian utama dalam bidang pendidikan dan kesehatan masyarakat. Terutama di lingkungan sekolah dasar, di mana informasi tentang gaya hidup bersih dan sehat belum cukup, hal ini dapat mempengaruhi kesehatan mereka di masa mendatang. Tujuan: meningkatkan pemahaman murid di SDN 010 Batam mengenai pentingnya merawat kesehatan reproduksi dengan cara penyuluhan yang interaktif. Metode: penyuluhan yang melibatkan interaksi, diskusi dalam kelompok, dan materi edukasi yang sesuai, materi mencakup pengetahuan tentang struktur organ tubuh baik luar maupun dalam, pertumbuhan, kebersihan, dan reproduksi, serta gaya hidup sehat sehari-hari. Hasil: meningkatnya pemahaman siswa tentang kebersihan dan kesehatan hidup serta pengaruhnya pada kesehatan reproduksi. Siswa menunjukkan tingkat antusiasme yang tinggi dan kemampuan untuk menggunakan pengetahuan yang didapat dalam kehidupan sehari-hari. Penemuan ini menunjukkan urgensi perlunya pendidikan kesehatan reproduksi yang terstruktur dan terus-menerus di lingkungan pendidikan. Sama halnya, program pengabdian masyarakat telah sukses dalam meningkatkan kesadaran dan membentuk pola hidup sehat yang terus-menerus di kalangan remaja. Kesimpulan: langkah ini sangat penting dalam membentuk generasi yang sehat dan peduli terhadap masalah kesehatan reproduksi.

**ABSTRACT**

*Adolescent reproductive health is increasingly becoming a major concern in education and public health. Especially in elementary school environment, where there is not enough information about clean and healthy lifestyle, it may affect their health in the future. Objective: To improve the understanding of students at SDN 010 Batam on the importance of reproductive health care through interactive*



*counseling. Method: counseling that involves interaction, group discussion, and appropriate educational materials, materials include knowledge about the structure of body organs both inside and outside, growth, hygiene, and reproduction, as well as daily healthy lifestyle. Results: increased student understanding of hygiene and healthy living and its effect on reproductive health. Students showed a high level of enthusiasm and the ability to use the knowledge gained in daily life. These findings demonstrate the urgency of the need for structured and continuous reproductive health education in educational settings. Similarly, the community service program has been successful in raising awareness and shaping a continuous healthy lifestyle among adolescents. Conclusion: this step is very important in shaping a healthy generation that cares about reproductive health issues.*

## PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi sangat penting dalam kehidupan manusia, terutama bagi remaja yang sedang mengalami masa transisi. Masalah kesehatan reproduksi di kalangan remaja di Indonesia menunjukkan angka yang mengkhawatirkan, termasuk tingginya kasus infeksi menular seksual dan kurangnya pengetahuan tentang 196 endidika reproduksi. Menurut data yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan, sekitar 30% remaja di Indonesia tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang 196 endidika reproduksi. (Kesehatan, 2020)

Kesehatan reproduksi mencakup kondisi fisik, mental, dan kesejahteraan sosial yang komprehensif dalam semua hal yang terkait dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi, bukan hanya menghindari penyakit atau kecacatan. (Subiyatin, 2024) Semua remaja rentan terhadap masalah reproduksi karena proses pertumbuhan mereka, dampak negatif kemajuan teknologi informasi, dan kurangnya pengetahuan tentang seksualitas dan kesehatan reproduksi. (Atik, 2021). Sebagai remaja, mereka merasakan dorongan seksual dan memiliki keinginan untuk memahami seksualitas serta reproduksi baik dari segi fisiologis maupun psikologis. (Hapsari, 2019).

PHBS sangat penting untuk menjaga kesehatan siswa di sekolah. PHBS mencakup tindakan kebersihan individu seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan organ reproduksi, dan mengikuti pola makan yang sehat. Melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dapat mencegah berbagai penyakit, termasuk infeksi yang terkait dengan kesehatan reproduksi. (Endah Nurmahmudah, 2018) menyatakan bahwa menjaga kesehatan anak-anak sekolah dengan PHBS sangat vital untuk mencegah berbagai penyakit.

Pentingnya pendidikan kesehatan remaja dalam merawat organ reproduksi secara benar diteliti oleh (Wirata, Sari, Listyaningsih, & Saputro, 2023) di Kampung Mergansan Lor Yogyakarta. Hasilnya menunjukkan bahwa banyak remaja kurang mendapatkan informasi yang memadai tentang perawatan organ reproduksi. Remaja mengalami perubahan fisik dan psikologis yang kompleks. (Wulandari, 2014) mengulas ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangan remaja beserta dampaknya pada isu kesehatan dan keperawatan. Memahami sifat-sifat tersebut penting untuk

memberikan dukungan yang sesuai kepada remaja dalam menghadapi tantangan kesehatan.

Membersihkan alat reproduksi dengan baik sangat dibutuhkan agar terhindar dari infeksi dan masalah kesehatan lain yang dapat memengaruhi kualitas hidup remaja. Suatu artikel dari STIKES Yarsi Pontianak menekankan betapa pentingnya merawat kebersihan alat reproduksi remaja dalam upaya mencegah penyakit. Merawat kebersihan tubuh juga berperan penting dalam merawat kesehatan pribadi.

Pengetahuan tentang PHBS dan cara melaksanakannya dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman individu tentang kesehatan dan kebersihan. Hal ini bisa mendukung penerapan perilaku hidup bersih dan sehat baik secara perorangan maupun dalam kelompok. Dengan pemahaman terhadap konsep PHBS, kita bisa merancang intervensi atau program yang lebih efektif untuk meningkatkan pola hidup bersih dan sehat di masyarakat. Dengan demikian, kesehatan, kesejahteraan individu dan masyarakat secara keseluruhan bisa menjadi lebih baik. (Salim, Syairaji, Santoso, Pramono, & Askar, 2021)

Studi pustaka menunjukkan bahwa pembelajaran kesehatan yang efisien dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku sehat remaja. (Subiyatin, 2024) menyoroti signifikansi pendidikan kesehatan reproduksi bagi murid SD, terutama untuk bersiap menghadapi fase pubertas. Pendidikan ini tak hanya memberikan pengetahuan tentang perubahan fisik, tapi juga membantu siswa memahami aspek emosional dan sosial yang berhubungan dengan masa pubertas. Pada penelitiannya tentang pendidikan kesehatan, (Sumarna, 2022) menemukan bahwa siswi remaja putri kekurangan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Hal ini menegaskan perlunya intervensi pendidikan yang terfokus.

Kurangnya akses informasi yang akurat dan edukasi yang memadai di lingkungan sekolah semakin memperburuk kondisi ini. Di SDN 010 Batam Kota, survei awal menunjukkan bahwa banyak siswa tidak mengetahui cara menjaga kebersihan diri dan reproduksi dengan baik. Ini menimbulkan keperluan yang mendesak akan penyuluhan yang dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta kesehatan reproduksi.

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan informasi yang tepat mengenai PHBS dan pengaruh pada kesehatan reproduksi, serta meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa di SDN 010 Batam Kota. Diharapkan bahwa kegiatan ini akan berdampak besar pada kesehatan reproduksi siswa dan menciptakan lingkungan yang lebih sehat untuk generasi berikutnya.

Berdasarkan situasi dan peluang di daerah tersebut, serta data empiris yang tersedia, program pengabdian masyarakat ini disusun untuk memberikan pengetahuan yang sesuai dan berguna bagi para siswa. Dengan menggunakan teknik interaktif seperti diskusi dalam kelompok dan membagikan materi edukatif, diharapkan murid dapat lebih aktif terlibat dan menggunakan pengetahuan yang mereka pelajari dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, tujuan dari kegiatan ini bukan hanya untuk meningkatkan pengetahuan siswa, tetapi juga untuk mengembangkan kebiasaan hidup sehat yang berlangsung terus-menerus.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman dan sikap siswa dengan edukasi pendidikan kesehatan reproduksi dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Kegiatan ini berlangsung di SDN 010 Batam, pada 19 Oktober 2024. Semua siswa SDN 010 berpartisipasi dalam kegiatan ini, dengan 18 siswa kelas VI sebagai sampel, termasuk siswi dan siswa.

Kuesioner digunakan dalam kegiatan pengabdian ini untuk menilai perubahan pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah penyuluhan. Pada pelaksanaan kegiatan ini, berbagai media pendidikan interaktif digunakan, seperti leaflet, video animasi, gambar, dan demonstrasi praktek mengenai cara mencuci tangan yang benar. Alat visual telah disesuaikan dengan kemampuan siswa, dan materi yang digunakan telah dirancang berdasarkan survei awal tentang kebutuhan informasi siswa.

Data didapat melalui proses wawancara, observasi, dan kuesioner yang telah direncanakan dengan baik. Wawancara digunakan untuk mendalami pemahaman siswa tentang perilaku hidup sehat dan bersih serta kesehatan reproduksi. Pengamatan berlangsung saat penyuluhan untuk mengevaluasi partisipasi siswa dalam kegiatan pendidikan, dan pemahaman mereka tentang kesehatan reproduksi.

Data yang terkumpul akan dianalisis dan disajikan secara deskripsi naratif. Dalam kegiatan ini, siswa menunjukkan antusiasme tinggi dan mampu mengaplikasikan pengetahuan yang didapat ke dalam kehidupan sehari-hari.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilakukan di perpustakaan SDN 010 di Kelurahan Belian, yang melibatkan 18 siswa siswi SDN 010 yang dipilih secara acak. Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran para siswa tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam merawat kesehatan reproduksi. Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, mahasiswi terlibat sebagai pembicara menggunakan metode ceramah dan interaktif seperti diskusi serta demonstrasi praktik seperti mencuci tangan yang benar. Langkah pertama dalam kegiatan ini adalah melakukan pretest lisan mencakup, definisi kesehatan reproduksi, perkembangan tubuh, area pribadi yang tidak boleh disentuh orang lain dan cara-cara menjaga kebersihan organ reproduksi, untuk mengevaluasi pemahaman awal siswa tentang perilaku hidup sehat, terutama dalam konteks kesehatan reproduksi.

Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa. Mayoritas siswa memberikan jawaban yang benar pada hampir semua pertanyaan, seperti pengenalan organ reproduksi, cara menjaga kebersihan, dan pentingnya mengganti pembalut saat menstruasi. Sebagai contoh, semua siswa dapat menjawab dengan benar bahwa organ reproduksi merupakan bagian tubuh yang penting dalam proses reproduksi, dan 94,44% siswa memahami bahwa menggunakan produk pembersih beraroma untuk membersihkan organ reproduksi adalah tidak tepat. Sebanyak 88,89% siswa menjawab benar tentang cara membersihkan organ reproduksi dengan benar, yaitu membasuh dari depan ke

belakang. Meski demikian, pemahaman tentang beberapa aspek, seperti fungsi lilin telinga, masih perlu ditingkatkan, karena hanya 83,33% siswa yang menjawab benar.

Selain penilaian melalui post-test, siswa diberikan leaflet bertema PHBS dan kesehatan reproduksi untuk membantu mereka mengulang materi yang telah dipelajari. Praktik yang dilakukan, seperti mencuci tangan dengan benar, juga meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat.

Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai PHBS. Mayoritas siswa berhasil menjawab pertanyaan dengan tepat setelah penyuluhan, menunjukkan peningkatan pemahaman berdasarkan hasil pretest dan post-test. Ini menunjukkan bahwa pendekatan pendidikan interaktif, seperti diskusi dalam kelompok dan praktik refleksi, dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap konsep-konsep kesehatan yang sulit dipahami.

Namun terdapat beberapa kekurangan seperti kurangnya pemahaman siswa terhadap aspek tertentu, misalnya mengenai fungsi lilin telinga. Hal ini menandakan bahwa penyuluhan materi masih dapat ditingkatkan dengan memberikan penjelasan yang lebih rinci dan contoh yang ada di kehidupan sehari-hari.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa menyelenggarakan program edukasi kesehatan seperti perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak-anak dapat meningkatkan pengetahuan mereka hingga 40 poin (Subratha, Giri, Sulyastini, Widiarta, & Wulandari, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan penting sebagai sarana untuk mengembangkan kebiasaan hidup yang sehat secara berkelanjutan.

Meningkatnya kesadaran siswa terhadap pentingnya merawat kebersihan organ reproduksi terlihat dari kepatuhan siswa dalam mengganti pembalut secara teratur dan membersihkan organ reproduksi dengan benar. Oleh karena itu, pendidikan ini tidak hanya sekedar menambah wawasan tetapi juga membentuk kebiasaan-kebiasaan positif yang dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.





Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabmas

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan perencanaan yang cermat, termasuk menetapkan tujuan dan menyusun materi penyuluhan. Persiapan meliputi penelitian lokasi dan persetujuan untuk menggunakan fasilitas sekolah. Pelaksanaan kegiatan mencakup penyampaian materi secara interaktif, diskusi kelompok, dan pemaknaan praktis, serta dilengkapi dengan evaluasi melalui survei feedback dari peserta. Evaluasi menunjukkan bahwa peserta merespons dengan baik dan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Harapan bagi peserta adalah agar mereka dapat menggunakan pengetahuan yang mereka peroleh dalam kehidupan sehari-hari, sekaligus pelaksana berharap bahwa kegiatan ini akan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan kesehatan reproduksi. Penyelesaian pengabdian masyarakat meliputi pembuatan laporan akhir yang mencakup semua kegiatan dan hasil yang telah dicapai. Para siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi saat mengikuti penyuluhan yang disajikan secara menarik. Namun hasil observasi menunjukkan masih ada beberapa siswa yang tidak aktif berpartisipasi dalam diskusi kelompok. Agar dapat mengatasi isu tersebut, pada acara serupa di masa mendatang, diperlukan upaya untuk meningkatkan partisipasi siswa.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "Peningkatan Pemahaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SDN 010 Melalui Penyuluhan Kesehatan Reproduksi". Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan laporan ini, terdapat berbagai kendala yang dihadapi. Namun, berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, semua kendala tersebut dapat teratasi. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada: Rianawati, S.Pd., M.M. selaku Kepala Sekolah SDN 010 yang telah memberikan kesempatan dan dukungan penuh terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Atik, N. &. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Kesehatan Remaja Pada Siswa SMK Kabupaten Semarang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, Vol 5 No 2: 45-52.
- Endah Nurmahmudah, e. a. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah. *JURNAL ABDIMAS UMTAS*.
- Hapsari, A. (2019). *Buku ajar kesehatan reproduksi modul kesehatan reproduksi remaja*. Malang: Wineka Medika.
- Kesehatan, K. (2020). Data Kesehatan Reproduksi Remaja.
- Salim, M. F., Syairaji, M., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2021). EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI 2 SAMIGALUH KULONPROGO. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat*.
- Subiyatin, A. S. (2024). Menyambut Perubahan Pubertas dengan Bijak pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 1(2), 103–107.
- Subratha, H. F., Giri, K. E., Sulyastini, N. K., Widiarta, M. B., & Wulandari, L. L. (2022). CHILDREN'S CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOR GUIDANCE IN WIDYA ASIH ORPHANAGE SINGARAJA DURING THE COVID-19 PANDEMIC. *Proceeding Senadimas Undiksha*.
- Sumarna, A. e. (2022). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri di MTs Persis Tarogong Garut. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 45-50.
- Wirata, R. B., Sari, M. K., Listyaningsih, E., & Saputro, D. N. (2023). EDUKASI MENJAGA DAN MERAWAT ORGAN REPRODUKSI PADA REMAJA DI KAMPUNG MERGANGSAN LOR KELURAHAN WIROGUNAN, YOGYAKARTA. *JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT SISTHANA*.
- Wulandari, A. (2014). KARAKTERISTIK PERTUMBUHAN PERKEMBANGAN REMAJA DAN IMPLIKASINYA TERHADAP MASALAH KESEHATAN DAN KEPERAWATANNYA. *Jurnal Keperawatan Anak*.