

Pelatihan Remaja SMA Imelda Medan dalam Menjaga Kebersihan dan Kesehatan Organ Reproduksi

¹ Lamtiur Purba, ²Ali Asman Harahap, ³Satriani H Gultom, ⁴Candra Meriani Damanik

^{1,2,3,4} Universitas Imelda Medan, Medan, Indonesia

Email: Purbalamtiur0107@gmail.com

ABSTRACT

Adolescent reproductive health is a crucial aspect of public health development, particularly in high school settings. Many students lack accurate knowledge and sufficient skills to maintain the cleanliness and health of their reproductive organs. This community service research aims to improve the knowledge and skills of students at SMA Imelda Medan through educational and demonstrative training. The methods employed included interactive counseling, practical demonstrations on reproductive organ hygiene, and group discussions. Evaluations were conducted using pre-tests and post-tests, accompanied by practical skill observations. The results indicated a significant increase in both knowledge scores and practical skills among students after the training, reflecting the effectiveness of this educational approach. This program is expected to equip students with practical understanding and skills that support healthy behaviors and responsible reproductive health practices.

Keywords: *reproductive health, adolescents, reproductive organ hygiene, educational training, health education, healthy living practices*

Copyright © 2026 Marsipature Hutanabe.

All rights reserved is Licensed under a [Creative Commons Attribution- NonCommercial 4.0 International License \(CC BY-NC 4.0\)](#)

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi penting antara masa kanak-kanak dan dewasa, ditandai oleh perubahan fisik dan hormonal yang memengaruhi perkembangan organ reproduksi. Pengetahuan yang kurang tentang kebersihan organ reproduksi membuat remaja rentan terhadap infeksi, penyakit menular seksual, dan perilaku tidak sehat (Utami & Fidora, 2022). Di SMA Imelda Medan, hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang terbatas dan praktik kebersihan organ reproduksi yang kurang konsisten.

Pendidikan kesehatan reproduksi berbasis sekolah terbukti meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja. Metode interaktif, demonstrasi, dan diskusi kelompok dianggap lebih efektif daripada ceramah konvensional dalam membentuk perilaku sehat (Widianingtyas, Yuliana, & Wiguna, 2023). Gap yang ada di SMA Imelda Medan, termasuk kurangnya keterampilan praktis dan informasi yang benar, menjadi dasar bagi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Secara internasional, literatur juga menunjukkan pentingnya edukasi kesehatan reproduksi dan kebersihan organ reproduksi pada remaja. Menurut WHO (2021), program edukasi kesehatan reproduksi di sekolah dapat menurunkan risiko infeksi dan perilaku seksual berisiko pada remaja. Sharma et al. (2020) menemukan bahwa intervensi berbasis sekolah yang menggabungkan praktik langsung dan diskusi kelompok efektif meningkatkan literasi kesehatan reproduksi pada remaja di Asia Selatan. De Jonge et al. (2019) melaporkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi yang komprehensif berkontribusi pada peningkatan

Pelatihan Remaja SMA Imelda Medan dalam Menjaga Kebersihan dan Kesehatan Organ Reproduksi- Lamtiur Purba, et.al

perilaku higienis dan pengurangan stigma terkait organ reproduksi di kalangan remaja. UNICEF (2020) menekankan bahwa program pengabdian masyarakat dan pendidikan berbasis sekolah membantu remaja mengembangkan keterampilan praktis dalam menjaga kebersihan pribadi dan reproduksi. Selain itu, penelitian oleh Basch et al. (2018) menunjukkan bahwa pelatihan praktis yang berfokus pada hygiene reproduksi meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap positif remaja secara signifikan.

Dengan menggabungkan bukti lokal dan internasional, jelas bahwa intervensi edukatif dan praktik merupakan strategi efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi remaja. Gap yang ada di SMA Imelda Medan, termasuk kurangnya keterampilan praktis dan informasi yang benar, menjadikan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat relevan dan mendesak (Purba, 2025).

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan desain penelitian pre-experimental dengan pendekatan pre-test dan post-test satu kelompok. Sampel penelitian terdiri dari 60 siswa SMA Imelda Medan dari kelas X hingga XII yang dipilih secara purposive. Instrumen penelitian meliputi kuesioner pengetahuan sebanyak 25 item, checklist observasi praktik, serta lembar evaluasi keterampilan.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam beberapa tahap. Pertama, siswa mengikuti pre-test untuk mengukur pengetahuan awal terkait kesehatan dan kebersihan organ reproduksi. Kedua, dilakukan penyuluhan edukatif yang menjelaskan anatomi dasar, fungsi organ reproduksi, dan pentingnya kebersihan pribadi. Penyuluhan ini dilengkapi dengan demonstrasi praktik kebersihan organ reproduksi secara benar. Ketiga, siswa mengikuti sesi diskusi kelompok untuk membahas kasus nyata, tanya jawab, dan praktik langsung, sehingga mereka memperoleh pengalaman interaktif yang memperkuat pembelajaran. Akhirnya, post-test dilaksanakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa setelah pelatihan. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan skor rata-rata pre-test dan post-test, serta dilengkapi narasi hasil observasi praktik siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis data menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan siswa SMA Imelda Medan setelah mengikuti pelatihan kesehatan reproduksi. Berdasarkan pre-test, rata-rata skor pengetahuan siswa adalah 45,23 dari 100, dengan distribusi sebagai berikut: 20% siswa memiliki skor tinggi (>60), 55% skor sedang (40–59), dan 25% skor rendah (<40). Setelah pelatihan, rata-rata skor post-test meningkat menjadi 78,40, dengan 70% siswa berada pada kategori tinggi, 25% kategori sedang, dan hanya 5% kategori rendah. Hal ini menunjukkan peningkatan rata-rata sebesar 33,17 poin atau 73% dari skor awal, yang menegaskan efektivitas metode penyuluhan interaktif dan demonstrasi praktik dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang kesehatan reproduksi.

Tabel 1 merangkum distribusi skor pengetahuan pre-test dan post-test siswa, menunjukkan peningkatan signifikan pada seluruh kategori.

Tabel 1. Skor Pengetahuan Pre-Test dan Post-Test Siswa SMA Imelda Medan				
Kategori Skor Pengetahuan	Pre-Test (n=60)	Persentase (%)	Post-Test (n=60)	Persentase (%)
Tinggi (>60)	12	20	42	70
Sedang (40–59)	33	55	15	25

Rendah (<40)	15	25	3	5
Rata-rata Skor	45,23	-	78,40	-

Dari aspek keterampilan praktik, hasil observasi menunjukkan peningkatan signifikan pada tiga indikator utama. Pertama, penerapan cuci tangan sebelum dan sesudah kegiatan meningkat dari 52% siswa yang melakukan dengan benar menjadi 93% setelah pelatihan. Kedua, pemahaman dan pengenalan anatomi dasar organ reproduksi meningkat dari 48% menjadi 88% siswa yang mampu menjawab dan mempraktikkan dengan benar. Ketiga, kebiasaan hidup sehat sehari-hari, termasuk penggunaan pakaian bersih dan menjaga kebersihan organ reproduksi, meningkat dari 35% menjadi 84% siswa yang menunjukkan praktik baik.

Tabel 2 menunjukkan perbandingan persentase keterampilan praktik sebelum dan sesudah pelatihan serta peningkatannya.

Tabel 2. Peningkatan Keterampilan Praktik Kebersihan Organ Reproduksi

Indikator Praktik	Sebelum Pelatihan (%)	Sesudah Pelatihan (%)	Peningkatan (%)
Cuci tangan sebelum & sesudah kegiatan	52	93	41
Pengenalan anatomi dasar organ reproduksi	48	88	40
Penerapan kebiasaan hidup sehat sehari-hari	35	84	49

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa pelatihan tidak hanya meningkatkan pengetahuan teoretis siswa, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan praktis yang dapat diterapkan secara langsung. Tingkat peningkatan pengetahuan dan keterampilan yang signifikan ini menegaskan bahwa kombinasi penyuluhan interaktif, demonstrasi praktik, dan diskusi kelompok merupakan metode yang efektif dalam program pengabdian masyarakat untuk remaja SMA.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan baik pada pengetahuan maupun keterampilan praktik siswa SMA Imelda Medan setelah mengikuti pelatihan kesehatan reproduksi. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 45,23 pada pre-test menjadi 78,40 pada post-test, sedangkan keterampilan praktik juga meningkat pada tiga indikator utama: cuci tangan sebelum dan sesudah kegiatan, pengenalan anatomi dasar organ reproduksi, serta penerapan kebiasaan hidup sehat sehari-hari.

Peningkatan ini menegaskan bahwa metode pengajaran yang digunakan – penyuluhan interaktif, demonstrasi praktik, dan diskusi kelompok – efektif dalam membekali siswa dengan informasi dan keterampilan praktis. Hasil ini sejalan dengan temuan Widianingtyas, Yuliana, dan Wiguna (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi interaktif lebih efektif daripada ceramah tradisional dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan remaja tentang kesehatan reproduksi.

Secara lebih rinci, peningkatan keterampilan praktik siswa menunjukkan bahwa peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan teoretis, tetapi juga mampu menerapkan langkah-langkah kebersihan organ reproduksi dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya, proporsi siswa yang melakukan cuci tangan dengan benar meningkat dari 52% menjadi 93%, menunjukkan

adopsi praktik higienis yang nyata. Hal ini sejalan dengan prinsip pembelajaran experiential learning, di mana keterlibatan aktif dalam praktik dapat meningkatkan retensi pengetahuan dan keterampilan (Setiyorini, Mahayanti, & Wulandari, 2025).

Selain itu, pelatihan ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk berdiskusi dan bertanya langsung tentang isu-isu yang mungkin sebelumnya tabu, seperti anatomi dan kebersihan organ reproduksi. Diskusi kelompok ini tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga membentuk sikap positif siswa terhadap pentingnya kesehatan reproduksi, mengurangi miskonsepsi, dan mendorong perilaku hidup sehat. Purba (2025) juga menekankan pentingnya pendekatan kontekstual dan partisipatif dalam pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah menengah, yang terbukti mampu menutup gap pengetahuan dan praktik yang ada di kalangan remaja.

Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa intervensi pengabdian masyarakat berbasis sekolah dapat memberikan dampak signifikan dalam waktu singkat. Peningkatan pengetahuan sebesar 73% dan keterampilan praktik antara 40-49% menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif yang terpadu, mencakup aspek kognitif dan praktik. Dengan demikian, pelatihan ini bukan hanya memberikan informasi, tetapi juga membentuk kemampuan praktis dan sikap positif yang dapat diterapkan secara berkelanjutan oleh siswa.

Keseluruhan temuan ini menguatkan bahwa program pengabdian masyarakat yang menggabungkan edukasi interaktif, demonstrasi praktik, dan diskusi kelompok merupakan strategi efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi remaja di sekolah menengah. Pendekatan semacam ini dapat direplikasi di sekolah lain untuk membekali generasi muda dengan pengetahuan, keterampilan, dan sikap positif dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka.

KESIMPULAN

Pelatihan kesehatan reproduksi yang dilaksanakan di SMA Imelda Medan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan praktik siswa dalam menjaga kebersihan organ reproduksi. Rata-rata skor pengetahuan meningkat secara signifikan dari 45,23 pada pre-test menjadi 78,40 pada post-test, sedangkan keterampilan praktik pada indikator cuci tangan, pengenalan anatomi, dan penerapan kebiasaan hidup sehat juga mengalami peningkatan antara 40-49%. Pendekatan edukatif yang interaktif, yang menggabungkan penyuluhan, demonstrasi praktik, dan diskusi kelompok, tidak hanya meningkatkan pemahaman teoritis siswa, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pelatihan ini membantu membentuk sikap positif siswa terhadap kesehatan reproduksi dan mengurangi miskonsepsi yang sering muncul akibat informasi yang tidak akurat. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan reproduksi berbasis sekolah dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan remaja. Hasil ini dapat dijadikan model bagi sekolah lain dalam mengembangkan program serupa yang berfokus pada peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap positif siswa terhadap kesehatan reproduksi.

REFERENSI

Basch, C. E., Zybert, P., & Raj, A. (2018). School-based interventions for reproductive health and hygiene in adolescents: A systematic review. *Journal of Adolescent Health*, 62(3), 242-253. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2017.09.005>

- De Jonge, H., van den Berg, J. P., & Kuhlmann, M. (2019). Impact of school-based reproductive health education on adolescent hygiene practices. *International Journal of Public Health*, 64(6), 825–835. <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01299-7>
- Sharma, S., Singh, P., & Verma, A. (2020). Effectiveness of interactive reproductive health education among high school adolescents in South Asia. *Asian Journal of Adolescent Health*, 15(2), 45–53.
- UNICEF. (2020). *Adolescent reproductive health and hygiene education in schools: Global guidance*. United Nations Children's Fund. <https://www.unicef.org/reports/adolescent-reproductive-health-2020>
- World Health Organization (WHO). (2021). *Adolescent health and development: Reproductive health and hygiene*. WHO Press. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240034863>
- Fatkhayah, N., Masturoh, M., & Atmoko, D. (2020). Edukasi kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Abdimas Mahakam*, 4(1), 84–89.
- Purba, L., Harahap, A. A. ., & Gultom, S. H. . (2025). Peningkatan Kesadaran Kesehatan Reproduksi Remaja melalui Edukasi Seksual yang Sehat di SMK Imelda Medan. *Marsipature Hutanabe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(01), 53–57. <https://jurnal.devitara.or.id/index.php/abdimas/article/view/175>
- 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. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i8.1426>
- Setiyorini, A., Mahayanti, A., & Wulandari, R. (2025). Edukasi kesehatan reproduksi remaja berbasis sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa*, 7(3), 1–8.
- Utami, A. S., & Fidora, I. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap tingkat pengetahuan remaja. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 5(2).
- Widianingtyas, S., Yuliana, W., & Wiguna, Y. (2023). Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi pada remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 11(1).
- Yunita, P., & Mona, S. (2022). Reproductive health education in adolescents. *Indonesian Community Empowerment Journal*, 2(2), 95–98.
- Nisa, A. A., et al. (2025). Reproductive health education based on positive youth development through youth posyandu. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 13(2), 129–134.
- Erawati, N. L. P. S., et al. (2024). Pembentukan dan pelatihan kader kesehatan reproduksi remaja di Kelurahan Serangan. *Sasambo: Jurnal Abdimas*, 6(2), 230–242.
- Fitria, D., & Wulandari, S. (2023). Pengembangan modul edukasi kesehatan reproduksi remaja berbasis sekolah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1), 11–20.