



Program Penyuluhan Bagi Siswa SMP-SMA Dan Orang Tua Tentang Perkembangan Biologi Dan Kesehatan Remaja Di Kec. Monta

Sukami¹, Hartati²

Universitas Nggusuwaru (UNSWA)

Email Corresponden: sukarnahmad24@gmail.com

Abstrak

Masa remaja merupakan fase perkembangan biologis yang kritis, ditandai oleh perubahan fisik, hormonal, dan psikologis yang kompleks. Kurangnya pemahaman yang benar tentang proses ini—baik di kalangan siswa maupun orang tua sering menjadi akar dari perilaku berisiko dan permasalahan kesehatan reproduksi pada usia muda. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa SMP-SMA serta orang tua mengenai perkembangan biologi remaja dan kesehatan reproduksi melalui program penyuluhan terstruktur. Metode pelaksanaan meliputi ceramah interaktif, pemutaran media audiovisual, serta diskusi kelompok terarah yang melibatkan peserta secara aktif. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan instrumen pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan, serta skala Likert untuk menilai perubahan persepsi peserta. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 42,6% setelah pelaksanaan program, disertai perubahan sikap yang signifikan ke arah positif pada aspek kesehatan reproduksi, pencegahan perilaku berisiko, dan komunikasi antara remaja dengan orang tua. Kegiatan ini memberikan bukti bahwa pendekatan kolaboratif yang melibatkan sekolah, keluarga, dan perguruan tinggi secara sinergis efektif dalam membangun literasi kesehatan remaja di masyarakat.

Kata Kunci: Kesehatan remaja, Penyuluhan masyarakat, Literasi Kesehatan.

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan secara biologis dan psikososial. Menurut World Health Organization (WHO, 2022), remaja didefinisikan sebagai individu berusia 10–19 tahun yang tengah mengalami proses transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada fase ini, tubuh mengalami serangkaian perubahan hormon yang memengaruhi pertumbuhan fisik, pematangan organ reproduksi, serta perkembangan emosi dan perilaku sosial (Santrock, 2019). Pemahaman yang benar dan memadai tentang proses-proses biologis tersebut menjadi fondasi bagi terbentuknya perilaku kesehatan yang bertanggung jawab.

Data nasional menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan reproduksi remaja di Indonesia masih menjadi isu serius. Kementerian Kesehatan RI (2020) mencatat bahwa tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi masih tergolong rendah, di mana hanya sekitar 35% remaja usia 15–19 tahun yang memiliki pemahaman komprehensif tentang kesehatan seksual dan reproduksi. Kondisi ini berkorelasi dengan meningkatnya angka pernikahan dini, kehamilan tidak direncanakan, serta penularan infeksi menular seksual di kalangan usia muda (Batubara, 2016).

Salah satu faktor penyebab rendahnya literasi kesehatan remaja adalah minimnya komunikasi yang terbuka antara remaja dan orang tua. Zuhroh et al. (2023) menemukan bahwa sebagian besar orang tua merasa tidak nyaman atau tidak memiliki pengetahuan yang cukup untuk membahas topik tersebut bersama anak remaja mereka. Akibatnya, remaja cenderung

mencari informasi dari sumber yang tidak terverifikasi (Sari et al., 2022). Penyuluhan kesehatan berbasis komunitas terbukti menjadi salah satu strategi yang efektif. Pratiwi dan Wahyuni (2021) melaporkan bahwa program penyuluhan terstruktur mampu meningkatkan skor pengetahuan remaja secara signifikan. Suryani dan Hendrawati (2020) membuktikan bahwa penggunaan media audiovisual meningkatkan retensi informasi pada kelompok remaja.

Perguruan tinggi memiliki tanggung jawab strategis dalam menerjemahkan pengetahuan ilmiah ke dalam program layanan masyarakat. Notoatmodjo (2018) menegaskan bahwa promosi kesehatan yang efektif harus bersifat partisipatif dan melibatkan berbagai pemangku kepentingan. Yuliani dan Pertiwi (2021) menunjukkan bahwa pengabdian berbasis sekolah menghasilkan dampak yang lebih berkelanjutan. Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian ini dirancang untuk memberikan penyuluhan terpadu mengenai perkembangan biologi dan kesehatan remaja kepada siswa SMP-SMA beserta orang tua mereka.

METODE PELAKSANAAN

1. Desain dan Pendekatan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan pendekatan *participatory action*, di mana peserta tidak hanya menjadi penerima informasi tetapi juga dilibatkan secara aktif dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini dipilih karena terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan perubahan sikap jangka panjang dibandingkan metode penyampaian satu arah (Notoatmodjo, 2018). Desain kegiatan mengacu pada model penyuluhan kesehatan terstruktur yang terdiri atas tiga tahap utama: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi (Pratiwi & Wahyuni, 2021).

2. Waktu, Tempat, dan Peserta

Kegiatan dilaksanakan selama dua hari penuh di aula SMAN 1 sasaran program. Peserta kegiatan terdiri atas dua kelompok utama: (1) siswa SMP kelas VII–IX dan siswa SMA kelas X–XII yang dipilih secara acak dari masing-masing angkatan, serta (2) orang tua atau wali murid yang diundang melalui koordinasi dengan pihak sekolah.

3. Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan program dibagi menjadi empat tahap yang saling berkesinambungan. Tahap pertama adalah *need assessment*, yaitu identifikasi kebutuhan awal peserta melalui wawancara singkat dan pengisian formulir prapenyuluhan. Tahap kedua adalah penyampaian materi melalui ceramah interaktif yang dibawakan oleh tim pengabdian dari program studi pendidikan biologi. Materi mencakup perkembangan biologis pubertas, anatomi dan fisiologi sistem reproduksi, serta isu-isu kesehatan remaja yang relevan (Batubara, 2016). Tahap ketiga adalah diskusi kelompok terarah (*focused group discussion*) yang memisahkan peserta ke dalam tiga kelompok: siswa putra, siswa putri, dan orang tua, guna memungkinkan pembahasan yang lebih terbuka dan kontekstual (Yuliani & Pertiwi, 2021). Tahap keempat adalah sesi tanya jawab terbuka dan penutupan dengan penyerahan buku panduan kesehatan remaja kepada seluruh peserta.

4. Materi dan Media Penyuluhan

Materi penyuluhan disusun oleh tim dosen dan mahasiswa program studi pendidikan biologi dengan merujuk pada pedoman kesehatan reproduksi remaja yang diterbitkan oleh

Kementerian Kesehatan RI (2020) serta literatur ilmiah terkini. Media yang digunakan mencakup tayangan presentasi visual berbasis PowerPoint, video animasi 2D yang menjelaskan proses pubertas secara biologis, serta leaflet ringkasan materi yang dapat dibawa pulang peserta. Penggunaan media audiovisual dipilih berdasarkan bukti bahwa media tersebut secara signifikan meningkatkan pemahaman dan retensi materi pada kelompok remaja (Suryani & Hendrawati, 2020). Selain itu, disediakan pula modul panduan untuk orang tua yang memuat strategi komunikasi efektif dengan remaja dalam membahas topik kesehatan reproduksi (Zuhroh et al., 2023).

5. Instrumen Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan menggunakan dua instrumen utama. Pertama, instrumen tes pengetahuan berbentuk pilihan ganda yang terdiri atas 25 butir soal, diberikan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) kegiatan penyuluhan untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta. Validitas dan reliabilitas instrumen telah diuji sebelumnya menggunakan uji korelasi Pearson dan koefisien Alpha Cronbach (Pratiwi & Wahyuni, 2021). Kedua, skala sikap model Likert yang terdiri atas 20 pernyataan digunakan untuk mengukur perubahan persepsi peserta terhadap kesehatan reproduksi, komunikasi dengan orang tua, dan perilaku berisiko (Sari et al., 2022). Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dan inferensial menggunakan uji *Wilcoxon signed-rank test* untuk menguji signifikansi perbedaan sebelum dan sesudah intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Peserta

Kegiatan ini diikuti oleh 120 peserta yang terdiri atas 80 siswa SMP-SMA dan 40 orang tua, dengan tingkat kehadiran mencapai 96,7%. Hasil pengisian formulir prapenyuluhan menunjukkan bahwa 68,75% siswa belum pernah mendapat informasi terstruktur tentang perkembangan biologis remaja dari sumber yang kredibel, sementara 72,5% orang tua mengaku tidak percaya diri dalam membahas topik kesehatan reproduksi bersama anak (Zuhroh et al., 2023). Kondisi awal ini mencerminkan kesenjangan informasi antargenerasi yang menjadi akar permasalahan utama yang hendak diatasi oleh program ini.

Peningkatan Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan menggunakan instrumen pre-test dan post-test 25 butir pilihan ganda menunjukkan peningkatan yang konsisten pada seluruh kelompok peserta. Siswa SMP mencatat kenaikan skor dari rata-rata 48,3 menjadi 74,6, siswa SMA dari 55,2 menjadi 81,9, dan kelompok orang tua dari 42,7 menjadi 68,4. Secara keseluruhan, rata-rata peningkatan skor pengetahuan seluruh peserta mencapai 53,8%, dengan perbedaan yang signifikan secara statistik berdasarkan uji *Wilcoxon signed-rank test* ($p < 0,001$) (Pratiwi & Wahyuni, 2021). Peningkatan tertinggi justru terjadi pada kelompok orang tua (60,2%), yang diduga disebabkan oleh rendahnya pengetahuan awal mereka yang disertai motivasi tinggi untuk mendukung kesehatan anak (Sari et al., 2022).

Perubahan Sikap

Evaluasi menggunakan skala Likert pada tiga aspek utama kesehatan reproduksi, komunikasi orang tua–remaja, dan pencegahan perilaku berisiko menunjukkan hasil yang positif. Sebanyak 87,5% peserta mengalami peningkatan sikap pada ketiga aspek tersebut. Perubahan paling signifikan terjadi pada aspek komunikasi orang tua remaja, yang skornya meningkat dari 2,8 menjadi 4,3 dari skala 5. Temuan ini mempertegas argumen bahwa intervensi yang secara eksplisit menyertakan orang tua dalam program edukasi kesehatan remaja menghasilkan dampak relasional yang lebih dalam dibandingkan program yang hanya menyasar siswa (Sari et al., 2022). Perubahan positif pada aspek pencegahan perilaku berisiko (skor meningkat dari 3,1 menjadi 4,4) juga menunjukkan bahwa pemahaman biologis yang akurat berkontribusi langsung pada pembentukan sikap protektif remaja (Batubara, 2016).

Efektivitas Media dan Metode

Berdasarkan lembar refleksi akhir kegiatan, 91,4% peserta menyatakan bahwa media audiovisual berupa video animasi perkembangan biologis remaja sangat membantu pemahaman mereka. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Suryani dan Hendrawati (2020) yang membuktikan bahwa media audiovisual secara signifikan meningkatkan retensi informasi pada kelompok remaja. Sementara itu, 88,3% peserta menilai sesi *focused group discussion* yang memisahkan kelompok berdasarkan jenis kelamin menciptakan ruang diskusi yang lebih nyaman dan terbuka untuk membahas topik sensitif (Yuliani & Pertiwi, 2021). Kombinasi kedua metode ini mencerminkan prinsip promosi kesehatan partisipatif yang dikemukakan Notoatmodjo (2018), bahwa pelibatan aktif peserta merupakan kunci efektivitas intervensi.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menegaskan bahwa model pengabdian kolaboratif yang melibatkan perguruan tinggi, sekolah, dan keluarga secara sinergis terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja. Pemahaman yang benar tentang proses pubertas dan perkembangan biologis menjadi landasan bagi remaja dalam membuat keputusan kesehatan yang bertanggung jawab. Data juga menunjukkan bahwa pendekatan berbasis biologi yang dikemas secara kontekstual dan interaktif merupakan strategi pengabdian yang tepat sasaran. Ke depan, program serupa perlu direplikasi secara lebih luas dengan mengintegrasikan komponen tindak lanjut berbasis komunitas agar dampaknya bersifat jangka panjang dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Batubara, J. R. L. (2016). Adolescent development (perkembangan remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21–29.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman pelaksanaan program kesehatan reproduksi remaja. Direktorat Kesehatan Keluarga.
- Notoatmodjo, S. (2018). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan (Rev. ed.). Rineka Cipta.
- Pratiwi, A., & Wahyuni, S. (2021). Efektivitas penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan dan sikap remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 113–121.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill Education.



- Sari, D. P., Rahmawati, I., & Kurniawan, A. (2022). Peran orang tua dalam pembentukan perilaku kesehatan reproduksi remaja: Sebuah tinjauan sistematis. *Jurnal Pendidikan Biologi Indonesia*, 8(1), 45–56.
- Suryani, L., & Hendrawati, S. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan berbasis audiovisual terhadap pengetahuan remaja tentang pubertas. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 8(3), 201–210.
- World Health Organization. (2022). Adolescent health. <https://www.who.int/health-topics/adolescent-health>
- Yuliani, T., & Pertiwi, D. (2021). Pengabdian masyarakat: Penyuluhan kesehatan reproduksi remaja berbasis sekolah di Kabupaten Bandung. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 88–97.
- Zuhroh, F., Munawaroh, S., & Lestari, R. (2023). Keterlibatan orang tua dalam program pendidikan seksualitas komprehensif: Studi kasus di sekolah menengah. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 29(1), 34–44.