

# PENDIDIKAN KESEHATAN SEBAGAI UPAYA PREVENTIF DALAM MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA

Enok Nurliawati<sup>1\*</sup>, Soni Hersoni<sup>2</sup>, Etty Komariah Sambas<sup>1</sup>,  
Rifky Rifaldi<sup>1</sup>, Mila Rosa<sup>1</sup>, Fera Sri Handayani<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya

<sup>2</sup>Program Studi D3 Keperawatan Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya

\*Korespondensi: [enoknurliawati@universitas-bth.ac.id](mailto:enoknurliawati@universitas-bth.ac.id)

## ABSTRACT

*Adolescent reproductive health is an important issue in efforts to improve the overall quality of public health. Several problems that frequently occur in Indonesia include early marriage, premarital sexual relations, drug abuse, and the transmission of HIV/AIDS. Based on existing data, these problems are caused by a lack of knowledge among adolescents regarding reproductive health, which increases the risk of unhealthy practices. One of the preventive efforts to address these issues is by providing health education to adolescents and their families. The purpose of this community service activity was to increase adolescents' knowledge about the Adolescent Reproductive Health Triad (KRR). The method used was online health education conducted via the Zoom application, utilizing PowerPoint presentations and interactive explanations. The total number of participants was 34 individuals. Evaluation was carried out by comparing the average pre-test and post-test scores using a questionnaire distributed through Google Forms. The results showed an average score increase of 2.94, indicating that online health education methods are effective in improving participants' knowledge of the Adolescent Reproductive Health Triad (KRR).*

**Keywords:** *Adolescent Reproductive Health Triad (KRR), Community service, Health education*

## ABSTRAK

Kesehatan reproduksi pada remaja merupakan isu penting dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Beberapa permasalahan yang sering terjadi di Indonesia antara lain pernikahan dini, hubungan seksual pranikah, penyalahgunaan NAPZA, dan penularan HIV/AIDS. Berdasarkan data yang ada, permasalahan tersebut disebabkan oleh kurangnya pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi, yang berisiko terhadap praktik kesehatan yang tidak sehat. Salah satu upaya preventif untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja serta keluarga yang memiliki remaja. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai Triad Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR). Metode yang digunakan adalah pemberian pendidikan kesehatan secara daring melalui aplikasi Zoom, dengan media presentasi *Power Point* dan penjelasan interaktif. Jumlah peserta kegiatan sebanyak 34 orang. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan skor rata-rata pre-test dan post-test menggunakan instrument berupa kuesioner yang dibagikan melalui Google Form. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor sebesar 2,94, yang mengindikasikan bahwa metode pendidikan kesehatan secara daring efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai Triad Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR).

**Kata kunci:** pendidikan kesehatan, Triad KRR, pengabdian kepada masyarakat.

## PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi pada remaja merupakan hal yang krusial dalam skala global maupun nasional. Masa remaja adalah masa transisi antara masa anak-anak dengan masa dewasa. Pada masa ini terjadi paku tumbuh, timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan kognitif dan psikologis. Peristiwa yang penting semasa remaja adalah pubertas, yaitu perubahan morfologis dan fisiologis yang pesat dari masa anak-anak ke masa dewasa, termasuk maturasi sistem reproduksi (Hadi,2017)

Masalah yang sering terjadi pada remaja di Indonesia adalah kawin di usia muda, melakukan hubungan seksual pra nikah, menggunakan NAPZA, serta terinfeksi HIV dan AIDS. Menurut data hasil penelitian Depkes di empat kota besar yaitu Medan, Jakarta Pusat, Bandung, dan

Surabaya, 39,5% remaja mengaku temannya pernah melakukan hubungan seksual. Remaja yang menggunakan NAPZA tercatat 51.986 atau sekitar 45% dari total pengguna NAPZA. Serta tercatat 45,9% remaja hidup dengan AIDS(BKKBN, 2018). Remaja dengan permasalahan pengetahuan kesehatan reproduksi yang terjadi pada saat ini sangat kompleks hal ini ditunjukkan pada hasil SDKI 2018 yaitu pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi belum memadai yang dapat dilihat dengan hanya 35,3% remaja perempuan dan 31,2 % remaja laki laki usia 15-19 tahun mengetahui bahwa perempuan dapat hamil dengan satu kali berhubungan seksual. Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia, atau hasil informasi yang terserap melalui indra yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2018). Pengetahuan seseorang tentang kesehatan reproduksi sangat penting, karena jika seseorang tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang kesehatan reproduksi, mereka akan mengabaikan kesehatan reproduksinya dan membahayakan dirinya sendiri (Widiastuti. 2017).

Remaja yang tidak mengetahui dan menjaga kesehatan reproduksinya akan mengakibatkan praktik kesehatan yang buruk, kejadian Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD), anemia, aborsi, meningkatnya kejadian HIV/AIDS dan penyakit menular seksual lainnya (BKKBN, 2016). Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dari Kurniawati (2017) bahwa tingkat pengetahuan tentang Kesehatan reproduksi berhubungan dengan perilaku seks bebas pada remaja di 4 sekolah lanjut atas di Kecamatan Ciawi Kabupaten Tasikmalaya. Dampak lain yang ditimbulkan akibat ketidaktahuan mengenai kesehatan reproduksi adalah terjadinya penyimpangan perilaku seksual, yaitu melakukan berbagai penyimpangan hubungan seksual yang tentunya beresiko menyebabkan terjadinya Infeksi Menular Seksual (IMS).

Salah satu upaya preventif untuk mengatasi permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja tersebut dapat dilakukan dengan cara pemberian edukasi. mengingat pada masa ini mereka berada dalam fase krusial perkembangan fisik dan emosional. Tanpa adanya pengetahuan yang tepat tentang kesehatan reproduksi, mereka bisa terjebak dalam perilaku yang berisiko, seperti hubungan seksual pranikah tanpa perlindungan yang bisa mengakibatkan kehamilan tidak diinginkan, pernikahan pada usia anak, dan penggunaan napza atau penularan HIV/AIDs. Pendidikan Kesehatan merupakan salah satu upaya yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang tiga risiko kesehatan reproduksi remaja atau yang lebih dikenal dengan triad KRR. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dan pengabdian kepada Masyarakat yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Pendidikan Kesehatan dengan peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang Kesehatan Reproduksi Aisyah Nur Cahyani,dkk 2019)

Berdasarkan paparan tersebut maka Kami akan mengadakan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan judul Pendidikan kesehatan Sebagai Upaya Preventif dalam Menjaga Kesehatan Remaja yang dilaksanakan secara daring dalam acara Webinar Diseminasi dan kegiatan PkM yang diselenggarakan oleh Universitas Bakti Tunas Husada.

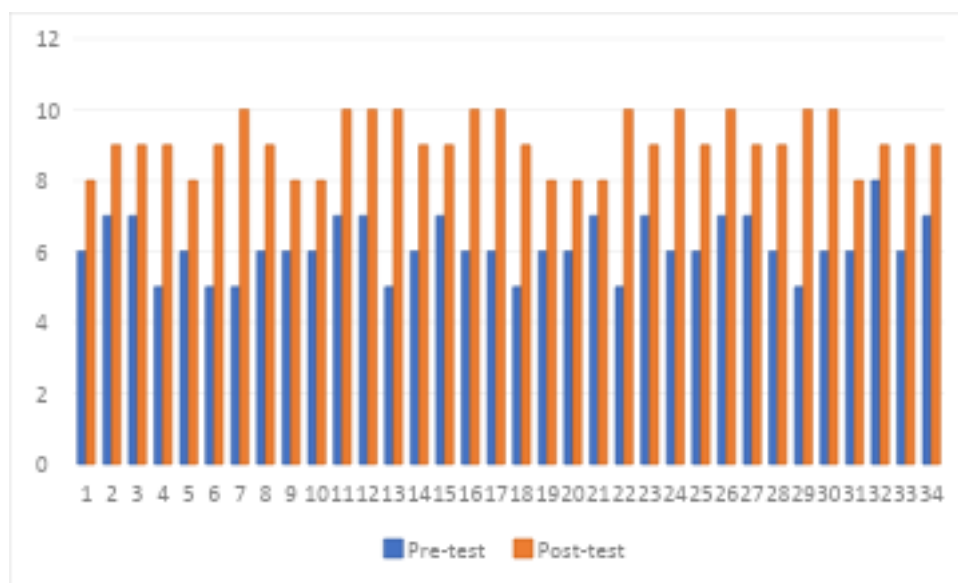
## METODE

Tim pelaksana telah menyelenggarakan kegiatan PkM berupa pendidikan kesehatan Triad-KRR secara daring menggunakan aplikasi zoom. Peserta PkM adalah seluruh peserta yang hadir pada ruang zoom dari berbagai daerah dan sampling data diambil dari peserta yang mengisi kuesioner *pre-test* dan *post-test* secara lengkap. Jumlah sampel sebanyak 34 orang. Kegiatan dilaksanakan dengan pengenalan, melaksanakan *pre-test*, penyampaian materi mengenai KRR, diskusi dan pelaksanaan *post-test*. Dengan demikian maka pengambilan data dilaksanakan sebelum dan setelah kegiatan dengan menggunakan kuesioner yang menggunakan *google forms* yang berisi 10 butir soal. Kuesioner terdiri dari pertanyaan mengenai seksualitas, HIV/AIDs dan Napza. Pengolahan data menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk rata-rata, skor minimal dan skor maksimal dari *pre-test* dan *post-test* serta perubahan rata-rata. Data disajikan dalam bentuk grafik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagian besar peserta berusia 18 – 22 tahun sebanyak 31 orang (91%) dan 3 orang (9%) berusia lebih dari 24 tahun. Hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan PKM ini tepat sasaran sesuai dengan BKKBN bahwa sasaran triad KRR adalah usia remaja dan keluarga yang memiliki anak usia remaja. Berdasarkan BKKBN yang dimaksud dengan remaja adalah seseorang yang berusia 14 – 24 tahun (Dahlia, 2022). Dimana pada usia tersebut merupakan masa transisi dalam perkembangan seseorang dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa remaja ini akan terjadi perubahan-perubahan yang signifikan baik secara fisik maupun psikologis. Pemahaman terhadap perubahan fisik terutama pada sistem reproduksi dan perubahan psikologi tentunya seorang remaja akan memiliki perilaku yang bertanggung jawab terhadap dirinya sehingga mampu mengendalikan diri dalam pergaulan dan menentukan pilihan yang terbaik untuk dirinya (Meitria, 2020)

Hasil pre test dan post test dapat dilihat pada gambar 1 berikut ini.



**Gambar 1.** Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Peserta PKM

Berdasarkan gambar di atas dapat dilihat bahwa nilai hasil *pre-test* dan *post-test* mengalami peningkatan. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa skor minimal adalah 5 dan skor maksimal adalah 8. Hasil *post-test* menunjukkan adanya perubahan dari skor *pre-test* yaitu skor minimal menjadi 8 dan skor maksimal menjadi 10. Hasil pengolahan data lebih lanjut yaitu rata-rata skor menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor sebesar 2.94 dari rata-rata skor *pre-test* sebesar 6,15 menjadi 9.09 skor *post-test*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan mengenai triad KRR dapat meningkatkan pemahaman peserta PkM terhadap materi yang disampaikan oleh Pemateri.

Hal tersebut sesuai dengan hasil PkM dari Amelia (2023) dan (Setianingsih et al., 2022) yang menyatakan bahwa setelah diberikan edukasi, Peserta kegiatan PkM menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai triad KRR. Menurut Notoatmodjo (2019) pengetahuan adalah hasil proses kognitif yang terjadi ketika seseorang menerima informasi melalui panca indera, lalu mengolahnya dan kemudian menjadi pemahaman dan keyakinan yang dapat mempengaruhi perilakunya. Pemberian pendidikan kesehatan dengan menggunakan media visual berupa power point yang disajikan melalui aplikasi zoom dan materi disajikan dengan penjelasan interaktif. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Putri Fina A'rafiani Safitri (2024) yang melaporkan bahwa media *power point* efektif untuk meningkatkan pengetahuan responden. Materi yang disajikan dalam bentuk power point dan penjelasan

dari narasumber dapat memberikan rangsangan pada indera penglihatan dan pendengaran sehingga informasi yang diterima akan merangsang otak kiri dan kanan secara bersamaan, meningkatkan perhatian, konsentrasi serta daya ingat jangka panjang (Hasan et al., 2025).

Efektivitas intervensi ini didukung kuat oleh teori pembelajaran sosial (*Social Learning Theory*) yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Teori ini menekankan pentingnya interaksi dalam proses *transfer* pengetahuan yang kompleks seperti topik dalam PkM ini yaitu Triad KRR (Seksualitas, HIV/AIDS, dan NAPZA). Interaksi langsung antara pemateri dan peserta selama sesi penyuluhan memfasilitasi transfer pengetahuan yang lebih mendalam dibandingkan dengan metode pasif. Peserta dapat secara langsung mengajukan pertanyaan dan mengklarifikasi keraguan mengenai stigma atau mitos-mitos tentang triad KRR khususnya yang paling sensitif di masyarakat yaitu tentang seksualitas dalam lingkungan yang aman dan mendukung (Kemenkes RI, 2021). Dengan demikian, peserta tidak hanya menerima informasi satu arah, tetapi terlibat aktif dalam proses pembelajaran konstruktif yang memperkuat pemahaman mereka secara kognitif.

Secara kontekstual, hasil ini menegaskan peran penting PkM dalam menjembatani kesenjangan informasi kesehatan di masyarakat khususnya kalangan remaja, terutama mengenai triad KRR. Program edukasi ini sangat krusial, mengingat remaja seringkali kesulitan mengakses informasi yang akurat mengenai bahaya seksualitas bebas, HIV/AIDS, dan penyalahgunaan NAPZA dari sumber terpercaya (Dahlia, 2022). Intervensi ini secara khusus memberdayakan remaja sebagai aset bangsa di masa depan dengan pengetahuan esensial mengenai triad KRR. Peningkatan pemahaman yang terukur menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan adalah strategi preventif yang berhasil dan efisien (*cost-effective*). Hal ini membekali remaja dengan kapasitas untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab terkait kesehatan reproduksi mereka, yang secara langsung berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

## SIMPULAN

Pendidikan kesehatan mengenai triad KRR yang dilakukan secara daring terbukti dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang kesehatan reproduksi. Pemberian materi secara interaktif melalui aplikasi zoom dan penggunaan media visual seperti PowerPoint serta penjelasan yang interaktif memberikan dampak positif pada pemahaman peserta. Dengan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, program ini dapat dianggap sebagai upaya preventif yang efisien dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja. Pendidikan Kesehatan seperti ini sangat penting untuk memberdayakan remaja dalam membuat keputusan yang lebih bijak terkait masalah seksual, HIV/AIDS, dan penyalahgunaan NAPZA. Program ini juga dapat menjadi model yang efektif dalam menyebarkan informasi kesehatan yang relevan kepada masyarakat luas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian kepada Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Universitas Bakti Tunas Husada atas penyelenggaraan Webinar Diseminasi dan kegiatan PkM ini, serta atas kesempatan dan fasilitas yang telah diberikan untuk menjadi narasumber. Kami juga berterima kasih kepada seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif dalam pendidikan kesehatan mengenai Triad KRR.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah Nur Cahyani, Moch. Y. D. A. (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Hubungan Seksual Pranikah. *Sport Sciene and Health*, 1(2), 92–101.
- Amelia, M. (2023). Peningkatan Kualitas Kesehatan Remaja melalui Edukasi Triad KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja) di Desa Tangkolo Kabupaten Kuningan. *Abdi Wiralodra: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 296–306. <https://doi.org/10.31943/abdi.v5i2.103>

- BKKBN. (2018). *Pedoman Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Remaja dan Mahasiswa*. Direktur Bina Ketahanan Remaja.
- Dahlia.(2022), Pembinaan Remaja, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, <https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/11017/intervensi/471694/pembinaan-remaja>, diakses 1 Nopember 2025
- Hadi. (2017). *Kesehatan Reproduksi dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Hasan, H., Bagus Sanjaya, D., & Suastika, I. N. (2025). Analysis of Audio Visual Learning Media on Students. *Critical Thinking Skills. Journal Eduvest*, 5(1), 944–953. <http://eduvest.greenvest.co.id>
- Kemenkes RI. (2021). *Modul: Kesehatan Reproduksi Remaja Luar Sekolah*.
- Kurniawati, A. (2017). Faktro-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Remaja SMA dan SMK di Kecamatan Ciawi Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2016 . *BIMTAS: Jurnal Kebidanan UMTAS* (Vol. 1).
- Margareth Sutjianto. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan remaja di SMA Negeri 7 Manado. *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropik*, 10(2), 403–408.
- Meitria, et al. (2020). *Panduan Kesehatan Reproduksi pada Remaja*. Yogyakarta: Mine
- Notoatmodjo.(2019). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Roneka Cipta
- Putri Fina A'rafiani Safitri, A. S. K. (2024). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan dengan Media Power Poin Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita tentang Stunting di Desa Karang Sari Kabupaten Garut Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(5), 2236–2246.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik & Kementrian Kesehatan RI. (2018). Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017, *Kesehatan Reproduksi Remaja*
- Setianingsih, F., Fadillah Adina Putri, D., Agustikawati, N., (2022). Edukasi Tiga Ancaman Dasar Kesehatan Reproduksi Remaja (TRIAD KRR) Kepada Siswa SMA Se-Kab Sumbawa. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia*, 2(2), 149–155. <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/jpkmi> <https://journal.amikveteran.ac.id/>
- Tina Mawardika, D. I. L. (2019). Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Kesehatan Reproduksi Melalui Pendidikan Kesehatan Berupa Aplikasi Layanan Keperawatan Kesehatan Reproduksi Remaja (LAWAN ROMA) di SMA Wilayah Kerja Puskesmas Bawean Kabupaten Semarang. *Jurnak Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat: Cendekia Utama*, 8(2), 99–198.