

**PENINGKATAN PENGETAHUAN MELALUI PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PUBERTAS PADA SISWA SEKOLAH DASAR**

Islamiyah¹, Asri Dwi Novianti¹, Wa Ode Rahmadania¹, Dwi Wulandari Ningtias Purnama¹, Cece Indriani¹, Cici Yusnayanti¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya

ABSTRAK

Pubertas merupakan masa awal kematangan seksual, yakni suatu periode di mana seorang anak mengalami perubahan fisik, hormonal, dan seksual serta mampu melakukan proses reproduksi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang puberitas. Metode yang digunakan yaitu memberikan pendidikan kesehatan tentang puberitas kepada siswa sekolah dasar. Kegiatan diikuti oleh 40 siswa dari kelas 5 dan 6 SDN 6 Wolasi. Pelaksanaan kegiatan ini dibagi menjadi tiga tahapan. Tahapan pertama yaitu pretest untuk menilai pengetahuan peserta kegiatan. Kuesioner yang diberikan berisi 10 pertanyaan tentang pubertas yang di damping oleh tim pengabdian. Tahapan kedua dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang pubertas. Tahapan ketiga berupa terminasi dan evaluasi yang diberikan berupa pertanyaan-pertanyaan langsung kepada peserta kegiatan dan kuesioner posttest. Hasil yang di dapatkan pada evaluasi akhir adalah peserta sudah dapat memahami dengan baik cara mengenai pubertas dan tanda-tandanya. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kesiapan siswa tentang pubertas jika tanda-tandanya sudah muncul.

Kata kunci: Pubertas, Kesehatan Reproduksi, Edukasi Kesehatan, Siswa Sekolah Dasar, SDN 6 Wolasi

ABSTRACK

Puberty is the beginning of sexual maturity, a period in which a child experiences physical, hormonal, and sexual changes and is able to reproduce. This community service activity aims to increase elementary school students' knowledge about puberty. The method used is to provide health education about puberty to elementary school students. The activity was attended by 40 students from grades 5 and 6 of SDN 6 Wolasi. The implementation of this activity was divided into three stages. The first stage was a pretest to assess the knowledge of the participants. The questionnaire provided contained 10 questions about puberty, which was accompanied by the community service team. The second stage continued with providing education about puberty. The third stage was a termination and evaluation given in the form of direct questions to the participants and a posttest questionnaire. The results obtained in the final evaluation were that participants were able to understand puberty and its signs well. This activity is expected to provide students with readiness for puberty if the signs have appeared.

Keywords: Puberty, reproductive health, health education, elementary school students, SDN 6 Wolasi



PENDAHULUAN

Pubertas merupakan masa awal kematangan seksual, yakni suatu periode di mana seorang anak mengalami perubahan fisik, hormonal, dan seksual serta mampu melakukan proses reproduksi. Masa puber adalah masa perubahan. Pubertas Menjadi salah satu tahap perkembangan manusia yang dinilai cukup penting pada masa remaja. Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan ke masa dewasa (Wahyusari et al., 2023).

Remaja diharapkan dapat mencegah dan melindungi diri dari berbagai perilaku seksual berisiko dan perilaku berisiko lainnya yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi. Selain itu, setiap remaja diharapkan bisa mempersiapkan diri agar mampu menjalani kehidupan reproduksi yang sehat dan bertanggungjawab. Pemberian edukasi untuk remaja terkait kesehatan reproduksi diantaranya adalah pengetahuan tentang anatomi dan fisiologi serta proses reproduksi, perilaku seksual, keluarga berencana, edukasi keterampilan hidup sehat, keterampilan sosial untuk ketahanan mental, dan perilaku berisiko yang dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi (Fauzia Nuraina & Nurjaman, 2022)(World Health Organization (WHO), UNFPA, World Bank Group, 2024). Menurut world Health organization (WHO), UNFPA, World Bank Group, 2024), Yang termasuk kedalam kelompok remaja adalah mereka yang berusia 10-19 tahun, dan secara demografis kelompok remaja dibagi menjadi kelompok usia 10-14 tahun dan kelompok usia 15-19 tahun.

Berdasarkan Badan Pusat Statistik & UNFA, 2023(Badan Pusat Statistik & UNFA, 2023), angka kesuburan remaja usia 10-14 tahun di Indonesia masih di bawah satu kelahiran hidup per 1.000 perempuan usia 10-14 tahun berdasarkan seluruh data sensus/survei. Berdasarkan hasil Sensus Penduduk Long Form (SP2020LF) tahun 2020, angka kesuburan remaja usia 10-14 tahun yang dikumpulkan dari semua metode berkisar antara 0,079 hingga 0,297 kelahiran hidup per 1.000 anak perempuan usia 10-14 tahun Salah satu permasalahan terkait kesehatan reproduksi adalah kurangnya pengetahuan orang tua yang cukup dan



remaja yang belum siap membicarakan masalah kesehatan sistem reproduksi, sehingga mempengaruhi kesiapan remaja untuk menghadapi pubertas dengan kesiapan yang lebih matang (Subekti et al., 2020). Apabila remaja mengetahui lebih dalam tentang kesehatan reproduksi, remaja dapat mengambil keputusan yang lebih bijak tentang apa yang seharusnya boleh mereka lakukan dan apa yang tidak boleh mereka lakukan (Sumiati et al., 2023). Pendidikan karakter kesehatan dalam mempersiapkan pubertas merupakan intervensi pada titik kritis dan potensial meningkatkan dan meletakkan dasar dalam pembentukan pribadi yang sehat dan bertanggung jawab saat ini dan masa mendatang (Nurfadhilah et al., 2022) Pubertas dapat diartikan sebuah proses dimana individu yang belum dewasa akan mendapatkan ciri-ciri fisik yang memungkinkannya mampu bereproduksi. Masa pubertas mengakibatkan seorang individu mengalami kematangan seksual yang terjadi pada usia 9-14 tahun, yang merupakan sebuah proses berkelanjutan menuju ke tahap matang secara biologis dan diferensiasi sel (Hardy et al., 2016) (Hastuti et al., 2022) (Widiastini et al., 2024). Pubertas juga merupakan tanda mulainya perkembangan seksualitas pada masa remaja. Berbagai perubahan fisik, termasuk perubahan hormonal diketahui berpengaruh terhadap masalah sosial dan psikologi (Nurfadhilah et al., 2022). Pubertas pada perempuan ditandai dengan menstruasi pertama (menarche), kebersihan dan stigma seputar menstruasi di negara-negara berkembang dapat menyebabkan sejumlah dampak negatif bagi anak perempuan, termasuk ketidakhadiran di sekolah, putus sekolah, dan sebagainya (Crockett et al., 2019). Pada laki-laki ditandai dengan mimpi basah (semenarche), Remaja harus memiliki pemahaman yang cukup tentang pubertas, perlu identifikasi pemahaman tentang pubertas yang dapat dijadikan acuan atau dasar pemberian konseling pada siswa. Pengetahuan yang cukup tentang pubertas membuat remaja siap menghadapi masa pubertas (Hastuti et al., 2022).

Menurut E.D. Kurniawati, R. P. Novemberiani, N. R. Suprobo & W.KHasanah (2022) (Kurniawati et al., 2022), pendidikan seks pada anak masih dianggap tabu berdampak pada tingginya kasus kekerasan maupun pelecehan seksual pada anak. Beberapa kasus kekerasan seksual yang terjadi pada anak telah diidentifikasi bahwa anak tidak tahu dan tidak menyadari tindakan yang dilakukan oleh pelaku kekerasan seksual merupakan tindakan yang salah. Maka dari itu, pendidikan seks penting

diberikan pada anak usia sekolah. Pendidikan kesehatan, dapat menambah peningkatan pengetahuan kesehatan, perubahan sikap terhadap kesehatan, dan penerapan perilaku sehat untuk mencegah masalah Kesehatan dan dapat berperan penting dalam meningkatkan kesehatan serta mengurangi perilaku beresiko (Salahshouri et al., 2024). Sehingga kegiatan pengabdian Masyarakat ini bertujuan menstimulus responden untuk meningkatkan pengetahuan tentang pubertas.

METODE

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan menggunakan metode pemberian Pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pubertas pada siswa kelas 5 dan 6 SDN 6 Wolasi secara langsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di SDN 06 Wolasi dengan sasaran siswa kelas 5 dan 6 sebanyak 40 siswa untuk diberikan edukasi mengenai pubertas. Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 07 Agustus 2025.

Pelaksanaan kegiatan ini dibagi menjadi tiga tahapan. Tahapan pertama, dimulai dengan pembukaan dan perkenalan tim pengabdian. Setelah pembukaan berlangsung, diberikan kuesioner pretest untuk menilai pengetahuan peserta kegiatan. Kuesioner yang diberikan berisi 10 pertanyaan tentang pubertas. Pengisian kuesioner di damping oleh tim pengabdian.

Tahapan kedua dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang pubertas. Materi yang diberikan berupa pengertian pubertas, tanda pubertas pada perempuan dan tanda pubertas pada laki-laki. Edukasi diakhiri dengan sesi tanya jawab langsung untuk meningkatkan pemahaman peserta tentang pubertas.

Tahapan ketiga berupa terminasi dan evaluasi. Evaluasi yang diberikan berupa pertanyaan-pertanyaan langsung kepada peserta kegiatan dan kuesioner posttest. Hasil yang di dapatkan pada evaluasi akhir adalah peserta sudah dapat memahami dengan baik cara mengenai pubertas dan tanda-tandanya.



Gambar 1. Pendidikan Kesehatan tentang Pubertas di SDN 6 Wolasi

KESIMPULAN

Kesimpulan pada kegiatan pengabdian ini adalah telah dilakukan pemberian pendidikan kesehatan tentang pubertas kepada siswa kelas 5 dan 6 SDN 6 Wolasi sebanyak 40 siswa.yang dapat meningkatkan pengetahuan siswa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Yayasan Mandala Waluya Kendari yang telah memberikan pendanaan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Mandala Waluya yang telah menerima proposal pengabdian ini untuk didanai. Serta kepada Kepala Kepala Sekolah SDN 6 Wolasi Provinsi Sulawesi Tenggara yang telah menjadi Lokasi pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik, & UNFA. (2023). Kajian Fertilitas Remaja Umur 10-14 Tahun di Indonesia Hasil Long Form.
- Crockett, L. J., Deardorff, J., Johnson, M., Irwin, C., & Petersen, A. C. (2019). Puberty Education in a Global Context: Knowledge Gaps, Opportunities, and Implications for Policy. *Journal of Research on Adolescence*, 29(1), 177–195. <https://doi.org/10.1111/jora.12452>
- Deani, A. (2023). Efektivitas pendidikan Kesehatan terhadap penigkatan pengetahuan terkait. Lutfiya, I. (2017). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam



- Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(2), 135.
<https://doi.org/10.20473/jbk.v5i2.2016.135-145>
- Fauzia Nuraina, V., & Nurjaman, J. (2022). Promosi Kesehatan Melalui Edukasi Mengenai Pubertas Pada Remaja Di Smpit Al-Munawwar Jarnauziyah. *Jurnal Abdimas Kesehatan Tasikmalaya*, 4(1), 7–11.
<https://doi.org/10.48186/2vjk4917>
- Kurniawati, E. D., Novembriani, R. P., Suprobo, N. R., & Hasanah, W. K. (2022). Edukasi Perubahan Masa Pubertas dan Upaya Perlindungan Diri untuk Pencegahan Kekerasan Seksual pada Anak. *Genitri Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan*, 1(2), 171–175.
<https://doi.org/10.36049/genitri.v1i2.86>
- Nurfadhilah, N., Namira, S., Patmawati, I., & ... (2022). Peningkatan Kapasitas Orang Tua Tentang Pubertas. ... *Masyarakat LPPM UMJ*, 1–5.
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat/article/view/14851%0Ahttps://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat/article/download/14851/7860>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. In Jakarta: Rineka Cipta.
- Saddiyah Rangkuti. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Persiapan Menghadapi Menarche pada Siswa SD 060963 Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JURKESMAS)*, 1(1), 1–6.
<https://doi.org/10.53842/jkm.v1i1.6>
- Salahshouri, A., Raisi-Philabadi, P., Ghanbari, S., Stein, L., & Araban, M. (2024). Using the health beliefs model to implement mobile puberty health education in Iranian adolescent boys: a randomized controlled trial. *Frontiers in Public Health*, 12, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1175262>
- Sanjiwani, I. A., Pramitaresthi, I. G. A., & Pramitaresthi, I. G. A. (2020). Gambaran Kesiapan Menarche Siswi Di Sd 2 Dalung. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(2), 169. <https://doi.org/10.24843/coping.2020.v08.i02.p09>
- Subekti, N. M., Prasetyanti, D. K., & Nikmah, A. N. (2020). Gambaran faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi pubertas pada remaja. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), 159–165.
<https://doi.org/10.30737/jumakes.v1i2.775>



- Sumiati, T., Lestari, T., Andiani, A., Surasno, D. M., Rahayu, A., & Mansur, S. (2023). Edukasi tentang Pubertas dan Upaya Perlindungan Diri pada Remaja. *Health Promotion and Community Engagement Journal*, 1(2), 20–25. <https://doi.org/10.70041/hpcej.v1i2.38>
- UNICEF INDONESIA. (2022). 1 dari 9 Perempuan Indonesia Menikah saat Usia Anak. In <https://www.unicef.org/indonesia/id/AirSanitasi-DanKebersihan-Wash/1-Dari-perempuan-Indonesia-Menikah-Saat-Uusia-Anak>.
- Wahyusari, S., Puji Hastuti, A., Shofa Ilmiah, W., Ilmu Kesehatan, F., Studi Profesi Ners, P., Teknologi Sains dan Kesehatan Soepraoen, I. R., Studi Sarjana Keperawatan, P., Studi Sarjana Kebidanan, P., Kunci, K., & Menarche, K. (2023). Edukasi Kesiapan Menarche Dan Pubertas Di SDN Ngadas 01 Desa Ngadas Kec. Poncokusumo Kab. Malang. *AMMA : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(7), 777–781.
- Widiastini, L. P., Karuniadi, I. G. A. M., & Saraswati, P. A. D. (2024). Kenali Masa Pubertas Pada Remaja Melalui Pendidikan Kesehatan. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 65–69. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i1.1478>
- World Health Organization (WHO), UNFPA, World Bank Group, U. N. P. D. (2024). Adolescent health.