

## **PENINGKATAN PENGETAHUAN SISWA TENTANG PUBERTAS MELALUI EDUKASI KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA LEAFLET DAN BANNER**

**Mar'atun Ulaa<sup>1</sup>, Sri Sumaryani<sup>2</sup>, Riska Marlin<sup>3</sup>, Yuniza<sup>4</sup>, Feby Puryanti<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,5</sup>Universitas M uhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang

<sup>4</sup>Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

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

### **ABSTRAK**

Pubertas merupakan perubahan individu yang belum dewasa mengalami perkembangan seksualitas baik perempuan maupun laki-laki. Pengetahuan sebelum masa pubertas sangat penting untuk mengurangi perilaku berisiko. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menganalisis pengetahuan siswa di SB Subang Mewah sebelum dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang pubertas. Metode pra eksperimen one group pretest-posttest design dengan sampel sebesar 29 siswa yang diberikan edukasi tentang pubertas menggunakan media leaflet dan standing banner. Pengambilan data dilakukan sebanyak dua kali, sebelum dan setelah edukasi menggunakan kuesioner pretest dan posttest. Waktu pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 26 September 2024 di Sanggar Belajar (SB) Subang Mewah Kuala Lumpur Malaysia. Pengolahan dan analisis data menggunakan program excel dengan rata-rata pengetahuan sebelum edukasi sebesar 30, pengetahuan setelah edukasi sebesar 87, dengan perbedaan rerata pengetahuan sebelum dan setelah edukasi sebesar 57. Kesimpulan: edukasi tentang pubertas menggunakan media leaflet dan banner efektif meningkatkan pengetahuan siswa

**Kata Kunci:** Edukasi, Pubertas, Remaja.

### **1. PENDAHULUAN**

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

**DedikasiMU (Journal of Community Service)****Volume 7, Nomor 1, Maret 2025**

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 (SP2020 LF) 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 di artikan 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.K Hasanah (2022)

**DedikasiMU (Journal of Community Service)****Volume 7, Nomor 1, Maret 2025**

(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.

**2. METODE**

Metode Pengabdian Masyarakat Internasional “Aku Siap Menghadapi Pubertas” ini dilakukan dengan cara memberikan sebuah pemahaman yang dilakukan di Sanggar Bimbingan (SB) Subang Mewah, Selangor Malaysia. Jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 29 siswa menggunakan media edukasi standing banner dan leaflet. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 26 September 2024, peserta yang hadir diminta untuk mengisi absensi, soal pretest dan mengikuti kegiatan samapai dengan selesai, selanjutnya peserta diberikan kuesioner untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan tentang pubertas. Program pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan mengurus perizinan pengabdian Masyarakat Kemitraan Internasional yang dikoordinir oleh Asosiasi LPTK PTMA Majelis Diktilitbang PP Muhammadiyah bekerjasama dengan Atdikbud KBRI Kuala Lumpur tentang edukasi Pubertas.

**3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan baik dan lancar dilihat dari respon peserta yang antusias dalam mengikuti kegiatan Pendidikan Kesehatan tentang pubertas. Setelah selesai pemberian Pendidikan Kesehatan, seluruh siswa diberikan soal posttest untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan siswa setelah diberikan Pendidikan Kesehatan. Diharapkan setelah kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan siswa SB Subang Mewah mengenai Pubertas dengan rerata nilai pretest sebesar 30, nilai rerata posttest sebesar 87, dengan perbedaan rerata sebelum dan setelah Pendidikan Kesehatan sebesar 57.

Pubertas merupakan tahap perkembangan manusia pada masa remaja ke masa dewasa. 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). Pubertas juga merupakan tanda mulainya perkembangan seksualitas pada masa remaja. Berbagai perubahan fisik, termasuk perubahan hormonal diketahui berpengaruh terhadap masalah sosial dan psikologi.

**DedikasiMU (Journal of Community Service)****Volume 7, Nomor 1, Maret 2025**

---

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).

Peningkatan pengetahuan tentang pubertas sejak dini sangat penting, karena masa remaja adalah waktu terbaik untuk membangun kebiasaan baik dalam menjaga kebersihan yang menjadi aset sangat penting dalam jangka panjang khususnya remaja putri. Pengetahuan masalah reproduksi tidak hanya wajib bagi remaja putri tetapi juga bagi remaja laki-laki agar tidak terjerumus ke pergaulan yang salah yang merugikan bagi remaja (Widiastini et al., 2024).

Menurut E.D. (Kurniawati et al., 2022), pendidikan seks pada anak yang masih dianggap tabu berdampak pada tingginya kasus kekerasan maupun pelecehan seksual pada anak. Pendidikan kesehatan, dapat menambah peningkatan pengetahuan kesehatan, perubahan sikap terhadap kesehatan, dan penerapan perilaku sehat untuk mencegah masalah kesehatan dan berperan penting dalam meningkatkan kesehatan serta mengurangi perilaku beresiko (Salahshouri et al., 2024).

Hasil dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan Pengolahan dan analisis data menggunakan program excel dengan rata-rata pengetahuan sebelum edukasi sebesar 30, pengetahuan setelah edukasi sebesar 87, dengan perbedaan rerata pengetahuan sebelum dan setelah edukasi sebesar 57. Pendidikan kesehatan ini memberikan bukti adanya pengaruh signifikan peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan pendidikan kesehatan. Diharapkan setelah kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan siswa SB Subang Mewah mengenai Pubertas.

Hasil penelitian (Fauzia Nuraina & Nurjaman, 2022) menunjukkan pengetahuan remaja sebelum diberikan penyuluhan 11 orang (39.3%) yang memiliki pengetahuan kurang dan 2 orang (7.1%) memiliki pengetahuan baik, sedangkan setelah diberikan penyuluhan 5 orang (17.9%) memiliki pengetahuan cukup, dan 23 orang (82.1%) memiliki pengetahuan baik. Kesimpulan, pemberian penyuluhan tentang pubertas meningkatkan pengetahuan remaja sebanyak 82.1% dibandingkan sebelum diberikan penyuluhan, dengan nilai P-Value <0.05, terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

Hasil Penelitian (Wahyusari et al., 2023) menunjukkan perbedaan pengetahuan remaja putri tentang menarche antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan p value <0.001, nilai pengetahuan kelompok perlakuan mengalami kenaikan yang signifikan (61,7%) setelah diberikan perlakuan ceramah, sedangkan kelompok kontrol mengalami sedikit kenaikan (1,56%).

Hasil pengabdian Masyarakat (Widiastini et al., 2024), menunjukkan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang pubertas, sebelum diberikan penyuluhan 11 orang (39.3%) memiliki pengetahuan kurang dan 2 orang (7.1%) memiliki pengetahuan baik, sedangkan setelah diberikan penyuluhan 5 orang (17.9%) memiliki pengetahuan cukup, dan 23 orang (82.1%) memiliki pengetahuan baik.



Gambar 1. Pembukaan Pengabdian Masyarakat Kemitraan Internasional Dosen IKesT Muhammadiyah Palembang di KBRI Kuala Lumpur

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dalam upaya meningkatkan pengetahuan siswa tentang tanda-tanda pubertas berjalan dengan lancar dan peserta sangat antusias mengikuti kegiatan. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa tentang pubertas sebelum dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan perbedaan rerata 57. Pendidikan Kesehatan tentang Pubertas sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang pubertas, sehingga pada saat siswa memasuki usia pubertas mereka sudah siap.

#### 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>
- 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>
- Hardy, M. N., Saraswati, L. D., & Udiyono, A. (2016). Gambaran Perkembangan Pubertas dan Perbedaan Usia Awal Pubertas pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar (Studi di Kecamatan Semarang Tengah Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 153–158. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Hastuti, L., Mardiani, R., Syahrudin, E., Hanafi, H., Wiyandani, V., Mayandari, E., Trisyya, M., & Hasanah, U. (2022). Program Pendampingan dan Edukasi tentang Pubertas pada Siswa SMP Muhammadiyah 1 Kota Pontianak. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(2), 164. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i2.297>

**DedikasiMU (Journal of Community Service)****Volume 7, Nomor 1, Maret 2025**

- 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>
- 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>
- 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>
- 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., & Menarache, K. (2023). Edukasi Kesiapan Menarache 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.
- Zantyka, D. A., Kasiati, K., & Handayani, S. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Pra-Pubertas Tentang Menarache. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(3), 258–264. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i3.2019.258-264>