

EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN KESIAPAN PUBERTAS SISWI DI SDN KARANGBESUKI 2 KOTA MALANG

**Nisa'ul Magfiroh^{1*}, Pradifta Nindya Arthaputri Wibawanto², Novita Dwi Rosadi³,
Pramadita Intari Rahayu⁴, dan Rike Fitria Ainur Rohmah⁵**

^{1,2,3,4,5} Program Sudi Farmasi, Univeritas Ma Chung
Jalan Villa Puncak Tidak N-01, Kabupaten Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65151

***Email korespondensi:** nisaafiro22@gmail.com

Received: 27 05 2026 – Revised: 29 06 2026 - Accepted: 07 07 2026 - Published: 01 08 2026

Abstrak. Pubertas merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan psikologis, termasuk terjadinya menstruasi pertama dan keputihan fisiologis. Namun, masih banyak siswi sekolah dasar yang belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai perubahan tersebut sehingga berpotensi menimbulkan kecemasan, kesalahpahaman, dan perilaku kebersihan yang tidak tepat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesiapan siswi SDN Karangbesuki 2 Kota Malang dalam menghadapi masa pubertas melalui program edukasi kesehatan reproduksi "Kenali Tubuhmu". Kegiatan dilaksanakan pada periode Maret hingga Juni 2026 dengan melibatkan 45 siswi kelas IV, V, dan VI, sedangkan seminar edukasi dilaksanakan pada April 2026. Metode yang digunakan meliputi seminar interaktif, diskusi tanya jawab, dan lomba poster bertema kesehatan reproduksi. Materi yang disampaikan mencakup menstruasi, keputihan normal dan tidak normal, serta pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Hasil observasi dan tanya jawab menunjukkan bahwa peserta memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai menstruasi sebagai proses fisiologis yang normal, mampu membedakan keputihan normal dan tidak normal, serta memiliki kesadaran yang lebih baik terhadap pentingnya personal hygiene selama menstruasi. Selain itu, peserta tampak lebih terbuka dalam mendiskusikan topik kesehatan reproduksi dan menunjukkan antusiasme yang baik selama kegiatan berlangsung. Kegiatan ini direkomendasikan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan orang tua dan pihak sekolah agar edukasi kesehatan reproduksi dapat diberikan secara konsisten sejak usia dini.

Kata kunci: Pubertas, menstruasi, keputihan, kesehatan reproduksi, edukasi kesehatan

PENDAHULUAN

Masa pubertas merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan emosional, termasuk terjadinya menstruasi pertama pada perempuan. *Menarche* atau menstruasi pertama merupakan tanda kematangan sistem reproduksi yang umumnya terjadi pada usia 12–14 tahun, meskipun

saat ini terdapat kecenderungan penurunan usia *menarche* akibat berbagai faktor, seperti status gizi, kondisi kesehatan, dan lingkungan. Kurangnya pengetahuan mengenai menstruasi dapat menyebabkan siswi merasa takut, cemas, bingung, dan tidak siap menghadapi menstruasi pertama. Kesiapan menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh informasi yang diperoleh dari orang tua, sekolah, maupun lingkungan sekitar. Namun, masih banyak orang tua yang menganggap pembahasan mengenai menstruasi sebagai hal yang tabu sehingga tidak memberikan edukasi yang memadai kepada anak. Kondisi tersebut dapat menimbulkan kesalahpahaman mengenai kesehatan reproduksi serta memengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi masa pubertas (Fiah & Futriani, 2023).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan mengenai menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Siswi yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung lebih siap secara fisik maupun psikologis ketika mengalami menstruasi pertama. Meskipun demikian, kondisi tersebut belum sepenuhnya tercapai pada siswi sekolah dasar yang mulai memasuki masa pubertas. SDN Karangbesuki 02 Kota Malang merupakan salah satu sekolah dasar yang memiliki siswi kelas IV, V, dan VI dengan rentang usia 9–12 tahun yang mulai mengalami perubahan fisik dan psikologis pada masa pubertas. Berdasarkan hasil observasi, masih terdapat keterbatasan pemahaman mengenai menstruasi, keputihan, serta pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Sebagian siswi juga memperoleh informasi dari teman sebaya yang belum tentu berasal dari sumber yang benar dan terpercaya sehingga berpotensi menimbulkan kesalahpahaman mengenai kesehatan reproduksi.

Sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan kesiapan siswi dalam menghadapi masa pubertas, dilaksanakan program "*Kenali Tubuhmu*" berupa edukasi kesehatan reproduksi mengenai menstruasi dan keputihan. Kegiatan ini dilakukan melalui seminar interaktif, diskusi, tanya jawab, serta lomba poster edukatif sebagai media penguatan materi. Program ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman siswi mengenai menstruasi dan keputihan, menumbuhkan kesadaran untuk menjaga kebersihan diri, serta membantu siswi menghadapi masa pubertas dengan lebih percaya diri dan siap secara fisik maupun psikologis. Adapun tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan siswi SDN Karangbesuki 02 Kota Malang mengenai menstruasi dan keputihan serta meningkatkan kesiapan dalam menghadapi masa pubertas melalui edukasi kesehatan reproduksi sejak dini.

MASALAH

Siswi sekolah dasar yang memasuki masa pubertas memerlukan pemahaman yang baik mengenai menstruasi dan keputihan agar dapat menghadapi perubahan fisik dan psikologis secara tepat serta menjaga kesehatan reproduksi sejak dini. Pemahaman yang memadai mengenai kesehatan reproduksi juga penting untuk mengurangi kecemasan, kesalahpahaman, serta membentuk perilaku hidup bersih dan sehat.

Berdasarkan hasil observasi dan identifikasi kebutuhan di SDN Karangbesuki 2 Kota Malang, masih terdapat keterbatasan pengetahuan siswi mengenai menstruasi dan keputihan. Sebagian siswi belum memahami proses terjadinya menstruasi, cara menjaga kebersihan diri selama menstruasi, serta perbedaan antara keputihan normal dan tidak normal. Selain itu, informasi yang diperoleh sering kali berasal dari teman sebaya atau lingkungan sekitar yang belum tentu akurat, sehingga berpotensi menimbulkan pemahaman yang kurang tepat mengenai kesehatan reproduksi.

Kurangnya pengetahuan mengenai menstruasi dan keputihan dapat menyebabkan siswi merasa takut, malu, atau bingung ketika menghadapi perubahan pada tubuhnya serta memengaruhi kemampuan mereka dalam menjaga kebersihan organ reproduksi secara benar. Oleh karena itu, diperlukan program edukasi yang mampu memberikan informasi yang tepat, mudah dipahami, dan sesuai dengan usia peserta. Melalui edukasi mengenai menstruasi dan keputihan, diharapkan pengetahuan dan kesiapan siswi dalam menghadapi masa pubertas dapat meningkat sekaligus mendorong terbentuknya perilaku hidup bersih dan sehat untuk menjaga kesehatan reproduksi sejak dini.

METODE PELAKSANAAN

Kurangnya pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai menstruasi dan keputihan dapat menimbulkan kesalahpahaman serta kurangnya kesiapan dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pendidikan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai menstruasi dan keputihan sebagai upaya pencegahan gangguan kesehatan reproduksi. Metode ini dilaksanakan melalui seminar edukasi, diskusi interaktif, dan media pembelajaran visual kegiatan dilaksanakan di SDN Karangbesuki 2 Kota Malang dengan sasaran siswa kelas IV, V, dan VI yang berada pada rentang usia 9–12 tahun. Tahap awal kegiatan diawali dengan

koordinasi dan perizinan kepada pihak sekolah, penyusunan materi, serta persiapan media edukasi dan sarana pendukung kegiatan. Materi yang diberikan kepada siswa kelas IV dan V meliputi pubertas, menstruasi, keputihan, cara menjaga kebersihan diri, serta pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sejak dini. Sementara itu, materi untuk siswa kelas VI lebih difokuskan pada pendalaman pemahaman mengenai menstruasi, keputihan, dan upaya menjaga kesehatan reproduksi.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui seminar menggunakan metode ceramah interaktif, tanya jawab, dan diskusi ringan. Seminar untuk siswa kelas IV dan V dilaksanakan pada tanggal 17 April 2026, sedangkan seminar untuk siswa kelas VI dilaksanakan pada tanggal 24 April 2026. Penyampaian materi dilakukan menggunakan bahasa yang sederhana dan komunikatif agar mudah dipahami oleh siswa sehingga tercipta suasana belajar yang aktif dan interaktif.

Sebagai bentuk penguatan materi sekaligus evaluasi pemahaman, siswa kelas IV dan V mengikuti lomba poster edukasi yang dilaksanakan secara individu dengan tema yang disesuaikan dengan materi seminar, yaitu pubertas, menstruasi, keputihan, kebersihan diri, dan kesehatan reproduksi. Poster dinilai berdasarkan kesesuaian isi, kejelasan pesan, kreativitas, dan kerapian penyajian. Berdasarkan hasil penilaian tersebut, dipilih tiga poster terbaik pada masing-masing kelas, yaitu juara I, juara II, dan juara III. Pengumuman pemenang serta pemberian hadiah dilaksanakan pada tanggal 24 April 2026 sebelum kegiatan seminar untuk siswa kelas VI dimulai. Berbeda dengan siswa kelas IV dan V, siswa kelas VI tidak mengikuti lomba poster karena materi yang diberikan lebih difokuskan pada pendalaman pemahaman mengenai kesehatan reproduksi serta mempertimbangkan persiapan siswa menghadapi ujian sekolah.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi selama kegiatan berlangsung dan tanya jawab dengan siswa. Aspek yang diamati meliputi partisipasi siswa, antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan, serta kemampuan siswa dalam menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan mendeskripsikan respons, partisipasi, dan pemahaman siswa selama pelaksanaan program.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Program Edukasi

Program edukasi kesehatan reproduksi "Kenali Tubuhmu" dilaksanakan di SDN

Karangbesuki 2 dengan sasaran siswi kelas IV, V, dan VI yang berjumlah sekitar 45 peserta. Kegiatan ini dilaksanakan selama periode Maret hingga Juni 2026 melalui seminar edukatif, diskusi interaktif, dan lomba poster sebagai media penguatan materi. Pemilihan sasaran didasarkan pada pertimbangan bahwa peserta berada pada rentang usia yang mulai memasuki masa pubertas sehingga membutuhkan pemahaman yang memadai mengenai perubahan tubuh dan kesehatan reproduksi.

Materi yang diberikan meliputi menstruasi, keputihan, perubahan fisik pada masa pubertas, serta pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Seluruh materi disampaikan menggunakan bahasa yang sederhana dan disesuaikan dengan tingkat pemahaman peserta. Pendekatan tersebut dilakukan agar peserta dapat memahami informasi yang diberikan tanpa merasa kesulitan memahami istilah-istilah kesehatan yang relatif baru bagi mereka.

Pada awal kegiatan, sebagian peserta terlihat malu dan kurang percaya diri untuk membahas topik yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Ketika sesi diskusi dimulai, hanya beberapa peserta yang berani mengajukan pertanyaan atau memberikan tanggapan. Kondisi ini menunjukkan bahwa pembahasan mengenai menstruasi dan keputihan masih dianggap sebagai topik yang sensitif oleh sebagian peserta. Selain itu, sebagian peserta juga mengaku belum pernah memperoleh penjelasan secara khusus mengenai kesehatan reproduksi sehingga masih merasa canggung ketika topik tersebut dibahas secara terbuka. Seiring berjalannya kegiatan, suasana diskusi menjadi lebih aktif. Peserta mulai menunjukkan ketertarikan terhadap materi yang diberikan dan lebih berani menyampaikan pertanyaan mengenai perubahan tubuh yang mereka alami maupun yang akan mereka hadapi di masa pubertas. Meningkatnya partisipasi peserta menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang komunikatif dan interaktif mampu menciptakan suasana belajar yang nyaman sehingga peserta lebih mudah menerima informasi yang diberikan.



Gambar 1. Foto saat pemateri menjelaskan

Temuan tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi pada usia sekolah dasar perlu dilakukan dengan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik peserta. Lingkungan belajar yang nyaman dan tidak menghakimi menjadi faktor penting dalam mendorong peserta untuk lebih terbuka dalam membahas kesehatan reproduksi. Hasil ini sejalan dengan Harahap et al. (2024) yang menyatakan bahwa metode edukasi yang interaktif dapat meningkatkan keterlibatan peserta dan membantu proses pemahaman materi kesehatan reproduksi secara lebih efektif.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Program Edukasi

Karakteristik	Kategori	Jumlah
Jenis Kelamin	Perempuan	45
Kelas	IV	15
	V	15
	VI	15
Total	-	45

Peningkatan Pemahaman Siswa

Salah satu temuan utama dalam kegiatan ini adalah masih rendahnya pemahaman peserta mengenai menstruasi, keputihan, dan kesehatan reproduksi. Sebelum edukasi dilaksanakan, sebagian besar peserta telah mengenal istilah menstruasi, tetapi belum memahami proses terjadinya menstruasi maupun perubahan yang akan terjadi ketika memasuki masa pubertas. Beberapa peserta menganggap menstruasi sebagai sesuatu yang menakutkan karena identik dengan darah dan rasa sakit. Selain itu, masih terdapat peserta yang merasa cemas ketika membayangkan menstruasi pertama karena belum mengetahui apa yang harus dilakukan ketika kondisi tersebut terjadi.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa informasi mengenai kesehatan reproduksi yang dimiliki peserta masih terbatas. Sebagian besar informasi yang diperoleh peserta berasal dari lingkungan sekitar, seperti teman sebaya atau anggota keluarga. Namun, informasi yang diperoleh tidak selalu lengkap dan terkadang menimbulkan kesalahpahaman. Akibatnya, peserta memiliki pemahaman yang kurang tepat mengenai menstruasi dan perubahan tubuh selama masa pubertas.

Selain menstruasi, pemahaman peserta mengenai keputihan juga masih tergolong rendah. Sebagian peserta belum mengetahui bahwa keputihan dapat dibedakan menjadi keputihan normal dan keputihan tidak normal. Beberapa peserta menganggap seluruh jenis keputihan sebagai kondisi yang berbahaya, sedangkan peserta lainnya belum memahami

tanda-tanda keputihan yang perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai kesehatan reproduksi masih sangat dibutuhkan untuk membantu peserta memahami kondisi tubuhnya sendiri.

Kurangnya pemahaman mengenai keputihan berpotensi menyebabkan peserta mengabaikan gejala yang seharusnya perlu diperhatikan atau justru merasa khawatir secara berlebihan terhadap kondisi yang sebenarnya normal. Oleh karena itu, edukasi mengenai keputihan tidak hanya bertujuan menambah pengetahuan, tetapi juga membantu peserta membedakan kondisi fisiologis dan kondisi yang memerlukan penanganan lebih lanjut. Temuan ini sejalan dengan Rusmita dan Herawati (2024) yang menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri mengenai keputihan masih perlu ditingkatkan, terutama terkait penyebab, pencegahan, dan penanganannya.

Temuan lain yang cukup menonjol adalah masih rendahnya kesadaran peserta mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Beberapa peserta belum mengetahui frekuensi penggantian pembalut yang dianjurkan, cara membersihkan area genital dengan benar, maupun pentingnya menjaga kebersihan tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut. Padahal, kebiasaan menjaga kebersihan diri memiliki peran penting dalam mencegah infeksi dan menjaga kesehatan reproduksi.

Selama sesi diskusi berlangsung, materi mengenai personal hygiene menjadi salah satu topik yang paling banyak menarik perhatian peserta. Banyak peserta mengajukan pertanyaan mengenai penggunaan pembalut, cara menjaga kebersihan saat menstruasi, serta langkah yang perlu dilakukan ketika mengalami menstruasi pertama. Tingginya rasa ingin tahu peserta menunjukkan bahwa kebutuhan informasi mengenai kesehatan reproduksi pada usia sekolah dasar cukup besar, namun belum sepenuhnya terpenuhi melalui sumber informasi yang mereka miliki sebelumnya.

Setelah pelaksanaan edukasi, terlihat adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi. Peserta mulai memahami bahwa menstruasi merupakan proses fisiologis yang normal dan merupakan bagian dari perkembangan tubuh perempuan. Selain itu, peserta juga mulai memahami bahwa setiap individu dapat mengalami perubahan tubuh yang berbeda selama masa pubertas sehingga tidak perlu membandingkan dirinya dengan orang lain. Peningkatan pemahaman juga terlihat pada materi mengenai keputihan. Setelah memperoleh edukasi, peserta mulai mampu mengenali ciri-ciri keputihan normal serta memahami tanda-tanda yang perlu diwaspadai. Pemahaman tersebut penting karena dapat membantu peserta mengenali kondisi tubuhnya sendiri dan meningkatkan kesadaran untuk menjaga kesehatan

reproduksi sejak dini.

Pada aspek personal *hygiene*, peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi. Peserta mulai memahami pentingnya mengganti pembalut secara berkala, menjaga kebersihan organ reproduksi, menggunakan pakaian dalam yang bersih, serta menjaga kebersihan tubuh secara umum. Pengetahuan tersebut diharapkan dapat menjadi dasar dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat yang akan terus diterapkan hingga masa remaja dan dewasa.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan peserta menghadapi masa pubertas. Temuan ini sejalan dengan Ratnaningsih et al. (2026) yang menyatakan bahwa pengetahuan mengenai personal *hygiene* saat menstruasi berperan dalam mendukung kesehatan reproduksi remaja putri. Selain itu, Indah dan Khalisa (2024) juga menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan yang baik berkaitan dengan perilaku vulva *hygiene* yang lebih baik pada remaja putri.

Secara keseluruhan, peningkatan pemahaman yang terlihat selama kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi perlu diberikan sejak usia sekolah dasar. Selain membantu peserta memahami perubahan tubuh yang akan dialami, edukasi juga berperan dalam membangun kesiapan psikologis, meningkatkan kesadaran mengenai kesehatan reproduksi, serta membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini.

Kreativitas Melalui Lomba Poster

Sebagai bentuk penguatan materi, kegiatan edukasi dilengkapi dengan lomba poster yang mengangkat tema menstruasi, keputihan, dan kesehatan reproduksi. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada peserta dalam mengekspresikan pemahaman mereka mengenai materi yang telah diberikan sekaligus meningkatkan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil poster yang dikumpulkan, sebagian besar peserta mampu menyampaikan kembali informasi yang diperoleh selama kegiatan edukasi. Tema yang paling banyak muncul dalam poster adalah pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi, penggunaan pembalut yang benar, menjaga kebersihan organ reproduksi, serta pentingnya memahami perubahan tubuh selama masa pubertas. Hal tersebut menunjukkan bahwa materi yang berkaitan dengan praktik sehari-hari lebih mudah dipahami dan diingat oleh peserta.

Kegiatan pembuatan poster tidak hanya berfungsi sebagai sarana kreativitas, tetapi

juga menjadi indikator sederhana untuk melihat sejauh mana peserta memahami materi yang telah diberikan. Melalui poster yang dibuat, peserta menunjukkan informasi apa saja yang dianggap penting dan relevan dengan kehidupan mereka. Kemampuan peserta dalam menyampaikan kembali informasi tersebut menunjukkan bahwa proses pembelajaran tidak hanya berhenti pada tahap menerima informasi, tetapi juga telah mencapai tahap memahami dan mengomunikasikan kembali informasi kepada orang lain.

Selain meningkatkan pemahaman, kegiatan poster juga mendorong keterlibatan aktif peserta dalam proses pembelajaran. Selama pembuatan poster, peserta terlihat berdiskusi mengenai pesan yang ingin disampaikan dan menentukan informasi yang dianggap paling penting. Aktivitas tersebut membantu peserta mengingat kembali materi yang telah diberikan sekaligus memperkuat pemahaman mereka mengenai kesehatan reproduksi.

Poster terbaik dipajang di lingkungan sekolah sebagai media edukasi yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan. Dengan demikian, manfaat kegiatan tidak hanya dirasakan oleh peserta yang mengikuti program secara langsung, tetapi juga dapat memberikan informasi kepada siswa lain di lingkungan sekolah.



Gambar 2. Hasil Poster Edukasi Kesehatan Reproduksi Karya Peserta



Gambar 3. Pengumuman pemenang poster hasil karya peserta

Kendala dan Solusi

Selama pelaksanaan program, terdapat beberapa kendala yang dihadapi baik dari sisi peserta maupun pelaksanaan kegiatan. Salah satu kendala utama adalah masih adanya rasa malu pada peserta ketika membahas topik kesehatan reproduksi. Pada awal kegiatan, sebagian peserta terlihat pasif dan cenderung enggan mengajukan pertanyaan meskipun materi yang disampaikan berkaitan langsung dengan kondisi yang akan mereka alami.

Kondisi tersebut dapat dipahami karena kesehatan reproduksi masih sering dianggap sebagai topik yang bersifat pribadi. Selain dipengaruhi oleh faktor usia, kondisi ini juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan sosial yang menyebabkan peserta merasa kurang nyaman untuk membicarakan perubahan tubuh yang mereka alami. Akibatnya, peserta cenderung menyimpan pertanyaan atau kebingungan yang mereka rasakan tanpa mencari informasi yang tepat.

Kendala lain yang ditemukan adalah adanya perbedaan tingkat pemahaman antar peserta. Peserta berasal dari kelas IV, V, dan VI sehingga memiliki pengalaman dan pengetahuan yang berbeda mengenai menstruasi maupun pubertas. Sebagian peserta telah memperoleh informasi dari keluarga atau lingkungan sekitar, sedangkan peserta lainnya belum pernah mendapatkan informasi yang memadai mengenai kesehatan reproduksi. Selain itu, keterbatasan waktu pelaksanaan juga menjadi tantangan tersendiri karena materi kesehatan reproduksi mencakup berbagai aspek yang cukup luas. Oleh karena itu, penyampaian materi dilakukan dengan memprioritaskan informasi yang paling penting dan relevan dengan kebutuhan peserta.

Untuk mengatasi berbagai kendala tersebut, pemateri menggunakan bahasa yang

sederhana, memberikan contoh yang dekat dengan kehidupan sehari-hari, serta menciptakan suasana diskusi yang santai dan tidak menghakimi. Pendekatan tersebut membantu peserta merasa lebih nyaman untuk bertanya dan menyampaikan pendapat. Seiring berjalannya kegiatan, tingkat partisipasi peserta menunjukkan peningkatan yang cukup baik.

Secara umum, kendala yang muncul selama kegiatan tidak menghambat pelaksanaan program. Dukungan dari pihak sekolah, antusiasme peserta, serta metode penyampaian yang interaktif menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan program edukasi kesehatan reproduksi di SDN Karangbesuki 2. Temuan ini didukung oleh Harahap et al. (2024) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan melalui pendekatan yang sesuai dengan karakteristik peserta mampu meningkatkan pemahaman dan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran.

KESIMPULAN

Program edukasi kesehatan reproduksi “Kenali Tubuhmu” yang dilaksanakan di SDN Karangbesuki 2 telah mencapai tujuan yang ditetapkan, yaitu meningkatkan pemahaman siswi mengenai menstruasi, keputihan, perubahan tubuh pada masa pubertas, serta pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Berdasarkan hasil observasi dan diskusi selama kegiatan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai menstruasi sebagai proses fisiologis yang normal, mampu mengenali perbedaan antara keputihan normal dan tidak normal, serta memahami pentingnya personal *hygiene* dalam menjaga kesehatan reproduksi. Kegiatan ini juga memberikan dampak positif berupa meningkatnya kesiapan peserta dalam menghadapi masa pubertas, berkurangnya rasa malu untuk membahas kesehatan reproduksi, serta tumbuhnya kesadaran untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Selain itu, lomba poster yang dilaksanakan sebagai penguatan materi membantu peserta mengingat kembali informasi yang telah diberikan sekaligus meningkatkan kreativitas dalam menyampaikan pesan kesehatan. Oleh karena itu, kegiatan serupa disarankan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan dengan cakupan peserta yang lebih luas serta melibatkan orang tua dan pihak sekolah agar edukasi kesehatan reproduksi dapat diberikan secara konsisten dan berkesinambungan sejak usia

dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan penyusunan artikel ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Sekolah, guru, serta siswi kelas IV, V, dan VI SDN Karangbesuki 2 Kota Malang atas partisipasi dan kerja sama yang telah diberikan selama pelaksanaan program Edukasi Kesehatan Reproduksi "Kenali Tubuhmu". Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada dosen pengampu Mata Kuliah Kewarganegaraan Universitas Ma Chung atas arahan, bimbingan, dan dukungan yang diberikan sejak tahap perencanaan, pelaksanaan kegiatan, hingga penyusunan artikel ini. Semoga kegiatan yang telah dilaksanakan dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan siswi menghadapi masa pubertas serta mendorong terbentuknya kesadaran akan pentingnya kesehatan reproduksi sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Fiah, Z. A., & Futriani, E. S. (2023). *Hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menstruasi pertama pada siswi kelas VI SDN Jakamulya V Bekasi Selatan*. MAHESA: Malahayati Health Student Journal, 3(8), 2411–2423.
- Harahap, M. H., Ningsih, R. A., SN, T. H., Andriani, A., Mulyani, S., & Batubara, H. S. (2024). *Edukasi tentang personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri*. Jurnal Abdimas DOSMA (JAD), 3(1), 31–36. <https://doi.org/10.70522/jad.v3i1.51>
- Harahap, N. H., Nasution, N. A., Siregar, R., Harahap, I., Tanjung, H., & Lubis, M. S. (2024). *Pendidikan kesehatan personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri tahap awal dalam upaya peningkatan kesehatan reproduksi*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA), 6(2).
- Indah, I., & Khalisa, P. D. (2024). *Hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri*. Jakiyah: Jurnal Ilmiah Umum dan Kesehatan Aisyiyah, 9(2), 48–51.
- Ratnaningsih, D., Wongso, D. N., Susilani, A. T., & Yuliasri, T. R. (2026). *Evaluasi pengetahuan remaja putri mengenai kebersihan diri saat menstruasi dalam mendukung kesehatan reproduksi remaja*. Jurnal Permata Indonesia, 17(1). <https://doi.org/10.59737/jpi.v17i1.402>
- Rusmita, E., & Herawati, Y. (2024). *Pengetahuan remaja putri kelas X dan XI tentang keputihan di SMA Kartika XIX-1 Bandung*. Jurnal Kesehatan Aeromedika, 10(1), 88–96.



© 2026 by authors. Content on this article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International license.
(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).