

## PHBS: PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI SEBAGAI UPAYA PREVENTIF BAGI SISWA SEKOLAH DASAR DI DESA BUDAYA SUNGAI BAWANG

### *PHBS: REPRODUCTIVE HEALTH EDUCATION AS A PREVENTIVE MEASURE FOR ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS IN SUNGAI BAWANG CULTURAL VILLAGE.*

Maria Floriana Ping<sup>1</sup>, Fransiska Novita Sari<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi S1 Keperawatan STIKES Dirgahayu Samarinda  
Jalan Pasundan Nomor 21 Kelurahan Jawa, Samarinda, Kalimantan Timur  
e-mail: [pingmariafloriana@gmail.com](mailto:pingmariafloriana@gmail.com)

#### ABSTRAK

Masa remaja awal merupakan periode kritis pematangan fisik yang sering kali disertai dengan perilaku berisiko akibat minimnya pengetahuan kesehatan reproduksi. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa Sekolah Dasar mengenai kesehatan reproduksi dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Kegiatan dilaksanakan di SD Negeri 014 Desa Budaya Sungai Bawang dengan melibatkan 30 siswa kelas 5 dan 6. Metode pelaksanaan meliputi edukasi interaktif menggunakan media *flip chart* dan *role play*, serta evaluasi melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan siswa, di mana nilai rerata meningkat dari 22,42 menjadi 33,23 setelah intervensi ( $p=0,00$ ). Peningkatan ini membuktikan bahwa edukasi berbasis sekolah efektif dalam membekali siswa menghadapi masa pubertas. Simpulan dari kegiatan ini adalah pendidikan kesehatan reproduksi yang terintegrasi dengan PHBS dapat menjadi strategi preventif yang efektif bagi anak usia sekolah dalam membentuk kemandirian menjaga kesehatan diri dan perlindungan dari risiko sosial.

**Kata Kunci**—Kesehatan Reproduksi, PHBS, Siswa Sekolah Dasar, Remaja

#### ABSTRACT

*Early adolescence is a critical period of physical maturation often accompanied by risky behaviors due to a lack of reproductive health knowledge. This community service project aims to enhance the understanding of elementary school students regarding reproductive health and Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). The activities were conducted at SD Negeri 014 in Sungai Bawang Cultural Village, involving 30 students from the 5th and 6th grades. The implementation method included interactive education using flip charts and role-play media, as well as evaluation through pre-test and post-test questionnaires. The results showed a significant increase in students' knowledge levels, with the mean score rising from 22.42 to 33.23 after the intervention ( $p=0.00$ ). This improvement proves that school-based education is effective in equipping students to face puberty. In conclusion, reproductive health education integrated with PHBS can serve as an effective preventive strategy for school-aged children in fostering independence in maintaining personal health and protection from social risks.*

**Key Words**--- *Reproductive Health, PHBS, Elementary School Students, Adolescents*

#### PENDAHULUAN

Masa remaja awal merupakan fase transisi krusial yang ditandai dengan perubahan fisik, hormonal, dan psikologis yang pesat (Ping *et al.*, 2020). Secara biologis, anak-anak pada usia ini mulai memasuki masa pubertas yang sering kali datang lebih awal dibandingkan generasi sebelumnya (Alang *et al.*, 2020).

Fenomena ini, yang dikenal sebagai tren sekuler, menuntut kesiapan informasi yang lebih dini agar remaja tidak mengalami disorientasi terhadap perubahan tubuhnya sendiri (Dewiani *et al.*, 2019).

Namun, percepatan biologis ini sering kali tidak dibarengi dengan kesiapan kognitif yang memadai,

sehingga banyak remaja tidak memahami perubahan fisik yang mereka alami (Ping, 2023). Kesenjangan antara kematangan fisik dan kemandirian psikologis ini menyebabkan remaja rentan terhadap pengaruh negatif lingkungan (Aisy & Rahayuningsih, 2022). Data menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan ini memicu kecemasan dan perilaku mencoba-coba yang berisiko, termasuk masalah seksualitas (Ping, 2023). Riset terbaru mengonfirmasi bahwa tanpa edukasi kesehatan reproduksi yang terstruktur, remaja awal memiliki risiko lebih tinggi terhadap perilaku seksual pranikah dan infeksi menular seksual akibat minimnya keterampilan hidup atau *life skills* (Yuniarti *et al.*, 2024; Zuhra, 2024).

Pendidikan kesehatan reproduksi di tingkat Sekolah Dasar (SD) menjadi sangat penting karena berfungsi sebagai langkah preventif primer. Tanpa informasi yang benar, siswa cenderung mencari jawaban melalui sumber yang tidak akurat, yang berisiko menimbulkan salah persepsi. Menurut Dewiani *et al.* (2019), pemberian pendidikan seks dini merupakan instrumen krusial dalam melindungi anak dari risiko kekerasan seksual. Selain itu, Alang *et al.* (2020) menekankan bahwa edukasi kesehatan reproduksi sejak dini dapat membekali siswi dalam menghadapi menarche dengan sikap yang lebih positif.

Pemberian pendidikan kesehatan reproduksi pada tingkat SD bukan lagi merupakan pilihan, melainkan kebutuhan mendesak sebagai "perisai informasi" yang membantu anak mengenali batasan diri (*body boundaries*) dan hak atas tubuh mereka. Di Desa Budaya Sungai Bawang, akses terhadap informasi kesehatan yang komprehensif masih terbatas, diperparah oleh dampak pandemi COVID-19 yang sempat menutup akses pendidikan tatap muka. Hal ini meningkatkan kerentanan anak terhadap kekerasan dan perkawinan usia dini sesuai dengan peringatan

dari UNFPA (2020) mengenai risiko pandemi terhadap isu kesehatan reproduksi.

## METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada 25 Agustus 2023 di SD Negeri 014 Desa Budaya Sungai Bawang. Mitra dalam kegiatan ini adalah 30 siswa yang terdiri dari 10 siswa kelas 5 dan 20 siswa kelas 6. Tahapan pelaksanaan meliputi: 1) Tahap Persiapan: Pengusul melakukan koordinasi dan perizinan dengan pihak LPPM STIKES Dirgahayu Samarinda serta Kepala Sekolah SDN 014. Tim juga menyiapkan media edukasi berupa *flip chart* yang berisi materi visual menarik. 2) Tahap Pelaksanaan: Edukasi dilakukan secara luring dengan metode ceramah tanya jawab dan *role play* (p. 7). Materi mencakup pengenalan organ reproduksi, perubahan fisik masa pubertas, serta cara menjaga kebersihan organ reproduksi sesuai prinsip PHBS. 3) Tahap Evaluasi: Penilaian efektivitas kegiatan dilakukan dengan membandingkan tingkat pengetahuan siswa melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil evaluasi, terdapat perubahan yang signifikan pada pemahaman siswa mengenai materi yang disampaikan.

**Tabel 1. Perbedaan Pengetahuan Siswa (n=30)**

variabel	Pengetahuan rendah	Pengetahuan tinggi	Mean ±	P-value
Pre test	20	10	22,4 ± 2	0,00
Post test	10	20	33,23 ± 3,65	

Data menunjukkan bahwa sebelum edukasi, mayoritas siswa (66,7%) memiliki pengetahuan yang rendah. Kondisi ini lazim terjadi karena topik reproduksi sering dianggap tabu di lingkungan keluarga tradisional. Namun, setelah intervensi, 66,7% siswa mencapai

kategori pengetahuan tinggi (p. 8). Hal ini sejalan dengan temuan Aisy & Rahayuningsih (2022) bahwa intervensi edukasi kesehatan secara sistematis mampu meningkatkan skor pengetahuan anak usia sekolah secara signifikan.

Keberhasilan peningkatan pengetahuan didorong oleh penggunaan metode interaktif. *Role play* memungkinkan siswa mensimulasikan situasi nyata, seperti cara menolak sentuhan yang tidak pantas. Sebagaimana dikemukakan oleh Sari et al. (2023), metode *role play* sangat efektif dalam memberikan pemahaman terkait pencegahan kekerasan seksual pada anak SD. Selain itu, penggunaan media *flip chart* terbukti efektif dalam menyederhanakan materi medis yang kompleks menjadi informasi yang ramah anak, sesuai dengan studi dari Hidayah (2024).

Kesehatan reproduksi tidak dapat dipisahkan dari PHBS. Pengetahuan mengenai cuci tangan dan kebersihan organ vital perlu dipelihara melalui contoh nyata dari pendidik serta dukungan orang tua. Syarifuddin & Khaedar (2022) menyatakan bahwa implementasi PHBS yang berkelanjutan di sekolah dasar merupakan fondasi utama bagi kesehatan jangka panjang siswa. Edukasi kesehatan reproduksi juga berperan menurunkan perilaku *bullying* di sekolah. Menurut Widodo & Nita (2019), pemahaman yang baik tentang perubahan fisik masa pubertas membantu siswa untuk lebih berempati dan tidak menjadikan perbedaan fisik sebagai bahan ejekan. Hal ini menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan inklusif.

Pendidikan kesehatan reproduksi bagi anak sekolah dasar memberikan manfaat jangka panjang yang signifikan, dengan dampak positif yang mencakup kesehatan dan kesejahteraan anak di masa depan, sebagaimana dibuktikan oleh berbagai penelitian. Pengetahuan yang

diberikan pada tahap dini ini memfasilitasi pembentukan sikap positif terhadap tubuh dan kesehatan, yang dapat bertahan sepanjang hayat. Anak-anak yang memiliki pemahaman kuat mengenai kesehatan reproduksi cenderung mengadopsi gaya hidup sehat, termasuk pola makan bergizi dan aktivitas fisik secara teratur. Hal ini mengurangi risiko berkembangnya masalah kesehatan kronis seperti obesitas, diabetes, dan penyakit jantung di kemudian hari (Balumbi, et al., 2025).

Selain berdampak pada kesehatan fisik, pendidikan kesehatan reproduksi juga berperan dalam mengurangi risiko kehamilan remaja. Dengan pemahaman reproduksi yang akurat, anak-anak dapat memahami konsekuensi dari aktivitas seksual serta pentingnya pengambilan keputusan yang bijaksana untuk menunda hubungan seksual hingga usia yang lebih matang. Hal ini menghasilkan penurunan angka kehamilan remaja, yang dapat berdampak buruk pada lintasan pendidikan dan perkembangan sosial individu yang bersangkutan (Aventin, et al., 2020).

Lebih lanjut, pendidikan kesehatan reproduksi berpotensi menurunkan prevalensi penyakit menular seksual (PMS), yang merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Dengan pemahaman mengenai cara penularan dan metode pencegahannya, anak-anak dapat mengambil tindakan pencegahan yang efektif seiring mereka dewasa dan mulai terlibat dalam hubungan seksual. Hal ini menghasilkan penurunan prevalensi PMS di masyarakat, yang memberikan efek menguntungkan bagi kesehatan populasi secara umum dan sistem pelayanan kesehatan (Kang, et al., 2022).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pendidikan kesehatan reproduksi bagi siswa SD di SDN 014 Desa Budaya Sungai Bawang berhasil

menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa yang signifikan. Edukasi berbasis sekolah dengan metode interaktif terbukti efektif dalam membekali siswa menghadapi masa remaja dengan perilaku yang lebih sehat dan bertanggung jawab.

Saran dari kegiatan ini adalah agar pihak sekolah mengintegrasikan materi kesehatan reproduksi secara berkala dalam kurikulum atau kegiatan rutin UKS. Selain itu, diperlukan peran kontrol orang tua dan guru yang berkesinambungan untuk memastikan perilaku hidup sehat tetap terlaksana dalam kehidupan sehari-hari siswa

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alang, H., Apriyanti, E., & Hartini. (2020). Edukasi Kesehatan Reproduksi secara Daring pada Siswa SD dalam Rangka Menghadapi Menarche. *Jurnal Abdimas Bina Bangsa*, 1(2), 186-193. (p. 12)
- Aprilia, A. (2015). Perilaku Ibu dalam Memberikan Pendidikan Seks Usia Dini pada Anak Pra Sekolah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 619-628. (p. 12)
- Aventin, Á., Gough, A., McShane, T., Gillespie, K., O'Hare, L., Young, H., Lewis, R., Warren, E., Buckley, K., & Lohan, M. (2020). Engaging parents in digital sexual and reproductive health education: evidence from the JACK trial. *Reproductive health*, 17(1), 132. <https://doi.org/10.1186/s12978-020-00975-y>
- Balumbi, M., Stang, S., Suriah, S., Syarif, S., Putro, G., Marwang, S., & Wijaya, E. (2025). The importance of reproductive health education for elementary school children: Long-term benefits and challenges in implementation - A literature review. *Journal of education and health promotion*, 14, 170. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_861\\_24](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_861_24)
- Dewiani, K., Purnama, Y., & Yusanti, L. (2019). Pendidikan Seks Dini dan Kesehatan Reproduksi Anak untuk Siswa Sekolah Dasar. *Dharma Raflesia Unib*, XVII(2), 1-6. (p. 12)
- Hidayah, N. (2024). Pemanfaatan Media Flip Chart dalam Edukasi Pubertas Siswa Sekolah Dasar: Sebuah Studi Eksperimen. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Indonesia*, 12(2), 88-95.
- Kang, S. R., Kim, S. J., & Kang, K. A. (2022). Effects of Child Sexual Abuse Prevention Education Program Using Hybrid Application (CSAPE-H) on Fifth-Grade Students in South Korea. *The Journal of school nursing : the official publication of the National Association of School Nurses*, 38(4), 368-379. <https://doi.org/10.1177/1059840520940377>
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar*. Kemenkes RI. (p. 5)
- Ping, M. F., Natalia, E., & Jho, Y. L. (2020). Prevalensi Sindrom Pra Menstruasi Pada Remaja Putri Di Asrama Kartini Samarinda. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu (JKD)*, 2(1), 25-28. <https://doi.org/10.52841/jkd.v2i1.139>
- Sari, I. P., et al. (2023). Role Play Method for Sexual Violence Prevention Education in Primary School Students. *Journal of Health Education*, 8(1), 45-52.
- Syarifuddin, S., & Khaedar, E. (2022). Implementation of Clean and Healthy Living Behavior among School-Age Children: A

- Literature Review. *Genius Journal*, 3(1), 1-8.
- UNFPA. (2020). *Risiko Pandemi COVID-19 Terkait Isu Kesehatan Reproduksi*. United Nations Population Fund. (p. 9)
- Widodo, STM., & Nita, V. (2019). Pencegahan Bullying di Sekolah Dasar melalui Pendidikan Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 3(1), 67-75. (p. 12)
- Wulandari, A., et al. (2024). Pengaruh edukasi PHBS pada tatanan rumah tangga terhadap pengetahuan anak usia sekolah di TPST Piyungan Bantul. *Prosiding Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 3355–3364.
- Yuniarti, S., et al. (2024). The Effect of Health Education Programs on Adolescents' Knowledge and Attitudes regarding Reproductive Health. *Health Education Journal*.
- Zuhra, F. (2024). Dampak Edukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Penurunan Angka Bullying di Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 33-41.