

## PEMBERDAYAAN REMAJA TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI MELALUI PELATIHAN INTERAKTIF BERBASIS EDUKASI

Lisda Widiyanti Longgupa<sup>1</sup>, Nurmiaty<sup>2</sup>, Muliani<sup>3</sup>, Sri Restu Tempali<sup>4</sup>,  
Fransisca Noya<sup>5</sup>, Sonny Bernike Magdalena Sitorus<sup>6</sup>, Putri Mulia Sakti<sup>7\*</sup>,  
Febti Kuswanti<sup>8</sup>, Khuzaifah<sup>9</sup>, Marlina Fitriya Lailatul<sup>10</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10</sup>Department of Midwifery, Poltekkes Kemenkes Palu, Indonesia  
[putrimuliasakti@gmail.com](mailto:putrimuliasakti@gmail.com)

### ABSTRAK

**Abstrak:** Masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa disebut masa remaja. Pada tahap ini terjadi berbagai macam perubahan seperti fisik, psikis dan sosial. Kegiatan ini bertujuan untuk memberdayakan remaja sebagai upaya meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan remaja dalam menjaga Kesehatan reproduksi. Desa Lantoyaya merupakan desa binaan prodi DIII kebidanan Poso Poltekkes Kemenkes Palu. Di desa Lantoyaya terdapat 284 remaja yang terbagi menjadi 2 kategori usia, yaitu usia 10–14 tahun, jumlah remaja laki laki pada usia ini adalah 67 orang dan remaja perempuan 69 orang. Kategori kelompok usia lainnya adalah 15–19 tahun, jumlah remaja laki-laki pada usia ini adalah 78 orang dan remaja perempuan 70 orang. Metode pelaksanaan meliputi pre-test, ceramah, tanya jawab, *game* edukatif, pelatihan, dan *post-test*. Mitra kegiatan ini meliputi desa lantoyaya, pihak sekolah dan remaja sejumlah 18 orang. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test menggunakan kuesioner. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan remaja terkait Kesehatan reproduksi sebesar 54%. Kegiatan edukasi interaktif melalui *game* menjadi salah satu strategi dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja. Sehingga diharapkan pihak sekolah dapat melanjutkan kegiatan serupa.

**Kata Kunci:** Game Edukatif; Kesehatan Reproduksi; Pelatihan Kesehatan Reproduksi; Pemberdayaan Remaja.

**Abstract:** The transitional period from childhood to adulthood was called adolescence. At this stage, various kinds of changes occurred, such as physical, psychological, and social changes. This activity aimed to empower adolescents as an effort to improve their knowledge, attitudes, and skills in maintaining reproductive health. Lantoyaya Village was a partner village of the DIII Midwifery Program at Poltekkes Kemenkes Palu in Poso. In Lantoyaya Village, there were 284 adolescents divided into two age categories: the 10–14 age group included 67 boys and 69 girls, while the 15–19 age group included 78 boys and 70 girls. The implementation methods included pre-tests, lectures, Q&A sessions, educational games, training, and post-tests. The partners of this activity included Lantoyaya Village, local schools, and approximately 18 adolescents. The evaluation was conducted using pre-tests and post-tests through questionnaires. The evaluation results showed a 54% increase in adolescents' knowledge and skills related to reproductive health. Interactive education activities through games became one of the strategies used to improve adolescents' knowledge and skills. It was therefore expected that schools would continue similar activities in the future.

**Keywords:** Educational Game; Reproductive Health; Reproductive Health Training; Youth Empowerment.



#### Article History:

Received: 01-08-2025  
Revised : 20-08-2025  
Accepted: 25-08-2025  
Online : 01-10-2025



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

## A. LATAR BELAKANG

Masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa disebut masa remaja. Pada tahap ini terjadi berbagai macam perubahan seperti fisik, psikis dan sosial (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Desa Lantojaya merupakan desa binaan prodi DIII kebidanan Poso Poltekkes Kemenkes Palu. Di desa Lantojaya terdapat 284 remaja yang terbagi menjadi 2 kategori usia, yaitu usia 10–14 tahun, jumlah remaja laki laki pada usia ini adalah 67 orang dan remaja perempuan 69 orang. Kategori kelompok usia lainnya adalah 15–19 tahun, jumlah remaja laki-laki pada usia ini adalah 78 orang dan remaja perempuan 70 orang. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja di desa tersebut cukup besar, sehingga peran mereka dalam pembangunan kesehatan perlu mendapatkan perhatian.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan yang terjadi pada tubuh baik secara fisik, psikologi maupun sosial (Rahayu et al., 2017). Percepatan pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada masa ini cenderung menjadi penyebab terjadinya berbagai masalah pada remaja. Termaksud permasalahan kesehatan reproduksi, seperti kehamilan yang tidak di inginkan, aborsi yang tidak aman, dan meningkatnya risiko infeksi menular seksual (IMS). Hal ini di perburuk karena kurangnya Pendidikan kesehatan reproduksi dan seksual yang komperhensif (Castleton et al., 2024; Putri et al., 2025).

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam pembangunan kesehatan masyarakat. *World Health Organization* menekankan bahwa remaja yang tidak memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam menjaga kesehatan reproduksi cenderung menghadapi risiko yang lebih tinggi terhadap perilaku seksual berisiko (World Health Organization, 2025). Selain itu, faktor lingkungan sosial, akses informasi yang terbatas, serta kurangnya keterlibatan keluarga dalam memberikan edukasi, semakin memperparah kerentanan remaja (Janighorban et al., 2022).

Upaya pencegahan masalah kesehatan reproduksi pada remaja perlu dilakukan melalui pendekatan edukasi yang tepat. Pendidikan kesehatan reproduksi berbasis komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja (Mas'udah et al., 2024). Program intervensi yang melibatkan metode interaktif, seperti diskusi kelompok, simulasi, dan permainan edukatif, dapat menumbuhkan partisipasi aktif remaja serta meningkatkan daya ingat terhadap materi yang disampaikan (Alkasan, 2024).

Mengantisipasi hal tersebut, maka pemberdayaan remaja diperlukan sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan remaja. Penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan remaja sebagai strategi dalam meningkatkan kepercayaan diri dan kemandirian sehingga remaja dapat berpartisipasi aktif dalam kehidupan social, ekonomi dan politik. Pemberdayaan melibatkan peningkatan pengetahuan, keterampilan

dan kesempatan yang diberikan untuk membuat keputusan yang tepat dalam mengambil tindakan yang berarti, sehingga dapat mempengaruhi kehidupan komunitas social mereka (Jamatia, 2022; Sitshange, 2024) sehingga edukasi interaktif dipilih sebagai metode pemberdayaan karena lebih meningkatkan motivasi dan keterlibatan remaja dalam edukasi, selain itu meningkatkan cara berpikir kritis dan kerativitas (Alkasan, 2024).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pemberdayaan remaja melalui pendekatan partisipatif berkontribusi signifikan terhadap peningkatan keterampilan hidup sehat (Astuti et al., 2020). Selain itu, strategi edukasi interaktif terbukti lebih efektif dibandingkan metode ceramah konvensional, karena mampu meningkatkan motivasi, berpikir kritis, dan kreativitas remaja dalam memecahkan masalah (Dilonia et al., 2025). Oleh karena itu, pendekatan ini menjadi relevan untuk diimplementasikan di Desa Lantojaya sebagai salah satu bentuk intervensi kesehatan masyarakat.

Berdasarkan hal tersebut, maka prodi DIII Kebidanan Poso melakukan pengabdian masyarakat dengan tema “Pelatihan dasar-dasar kesehatan reproduksi remaja melalui edukasi interaktif”. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan bentuk pengabdian prodi di Desa Lantojaya sebagai desa Binaan prodi DIII Kebidanan Poso. Kegiatan ini bertujuan untuk memberdayakan remaja sebagai upaya meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi.

## B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan bagian dari Program Pengembangan Desa Mitra (PPDM), yang mulai dilaksanakan pada tanggal 07 s/d 22 Juli 2025 di SMP 4 Poso Pesisir, Kabupaten Poso, Sulawesi Tengah. Mitra dalam kegiatan ini pihak desa Lantojaya sejumlah 2 orang, pihak sekolah sejumlah 2 orang, dan remaja sejumlah 18 orang. Pada tahap ini dilakukan koordinasi dengan mitra, penyusunan jadwal kegiatan, persiapan materi edukasi, *instrument pre-test* dan *post-test*, serta media pembelajaran berupa *puzzle*, teka-teki edukatif, *flash card*, dan *role play*. Selain itu, remaja terlebih dahulu mengisi kuesioner pre-test untuk mengukur pengetahuan awal terkait Kesehatan reproduksi.

Tahap pelaksanaan kegiatan diawali dengan penyampaian materi melalui metode ceramah interaktif. Materi yang diberikan meliputi sistem reproduksi, siklus menstruasi, dan pubertas. Selanjutnya, dilakukan kegiatan pembelajaran melalui game edukatif untuk meningkatkan pemahaman remaja. Game edukatif yang digunakan antara lain: (a) flash card untuk mengevaluasi pemahaman tentang sistem reproduksi, (b) puzzle untuk menilai pengetahuan terkait organ reproduksi, (c) teka-teki edukatif untuk mengukur pemahaman mengenai fungsi organ reproduksi, dan (d) role play untuk melatih remaja dalam menghadapi permasalahan kesehatan reproduksi.

Selain itu, dilakukan pendampingan pelatihan personal hygiene yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok perempuan dan kelompok laki-laki. Pada kelompok perempuan diberikan pelatihan mengenai cara membersihkan organ genitalia eksterna, penggunaan pembalut saat menstruasi, serta kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah memegang organ reproduksi eksternal. Pada kelompok laki-laki diberikan pelatihan mengenai cara membersihkan alat genitalia eksternal, pemilihan celana dalam yang tidak terlalu ketat, cara berkemih yang baik, serta kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah memegang organ reproduksi eksternal.

Tahap evaluasi dilakukan dengan memberikan post-test kepada seluruh remaja peserta kegiatan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi dan pelatihan. Selain itu, hasil permainan edukatif juga menjadi indikator untuk menilai pemahaman remaja terkait materi yang telah disampaikan. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test, serta observasi keterlibatan remaja selama proses pembelajaran dan pelatihan berlangsung.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diawali dengan pendataan MoA Bersama pihak desa Lantojaya selaku daerah binaan dari Prodi DIII Kebidanan Poso, kemudian berkomunikasi pihak sekolah SMP 4 Poso Pesisir, agar memudahkan mengumpulkan remaja disaat yang bersamaan. Pada tahap ini juga dilakukan penyusunan rencana kegiatan, pembagian tugas tim, persiapan materi edukasi, instrumen kuesioner pre-test dan post-test, serta media pembelajaran berupa puzzle, teka-teki edukatif, flash card, dan role play. Tahap kedua adalah tahap pelaksanaan. Pelaksanaan kegiatan terbagi menjadi dua kegiatan utama, yaitu (a) edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui metode interaktif; dan (b) peningkatan keterampilan remaja dalam menjaga kebersihan organ genitalia. Edukasi dilaksanakan dalam tiga kali pertemuan dengan metode ceramah partisipatif, diskusi kelompok, dan permainan edukatif yang dipandu oleh tim dosen bersama mahasiswa. Materi yang diberikan meliputi: (1) sistem reproduksi, (2) siklus menstruasi, dan (3) pubertas. Untuk memperkuat pemahaman, dilakukan permainan edukatif seperti puzzle, flash card, teka-teki edukatif, dan role play. Setiap permainan memiliki tujuan berbeda, misalnya puzzle untuk menguji pengetahuan organ reproduksi, flash card untuk mengevaluasi sistem reproduksi, teka-teki edukatif untuk menilai fungsi organ, serta role play untuk melatih keterampilan menghadapi masalah kesehatan reproduksi.

Selain edukasi, dilakukan pula pendampingan pelatihan kebersihan genitalia yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu laki-laki dan perempuan. Pendampingan dilakukan secara terpisah antara laki-laki dan perempuan untuk menghindari hambatan budaya dan menjaga kenyamanan selama proses berlangsung. Pendidikan keterampilan personal *hygiene* pada remaja

merupakan strategi penting dalam mencegah infeksi saluran reproduksi dan penyakit menular seksual serta meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikologis (Utami & Astuti, 2025). Sebaliknya, kebersihan genitalia yang buruk meningkatkan risiko infeksi saluran kemih, vaginitis, servisititis, ureteritis, dan trikomoniasis. Hal ini dapat berdampak signifikan pada kesehatan reproduksi dan kualitas hidup remaja (Pratiwi et al., 2023).

Pada kelompok perempuan, pelatihan mencakup cara membersihkan organ genitalia eksterna, penggunaan pembalut saat menstruasi, serta kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah memegang organ reproduksi eksternal. Sedangkan pada kelompok laki-laki, diberikan pelatihan mengenai cara membersihkan genitalia eksternal, pemilihan celana dalam yang tidak terlalu ketat, cara berkemih yang baik, serta kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah memegang organ reproduksi eksternal. Pemisahan kelompok ini dilakukan untuk menghindari hambatan budaya dan menjaga kenyamanan peserta. Berikut dokumentasi kegiatan pelaksanaan, seperti terlihat pada Gambar 1 dan Gambar 2.

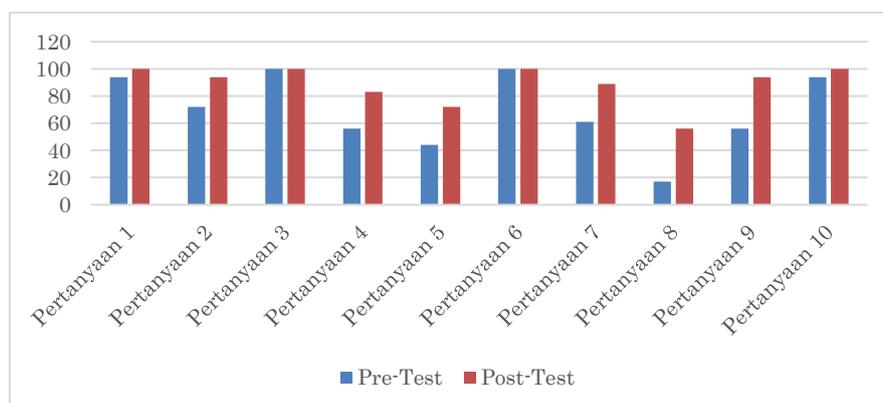


**Gambar 1.** Edukasi materi siklus menstruasi



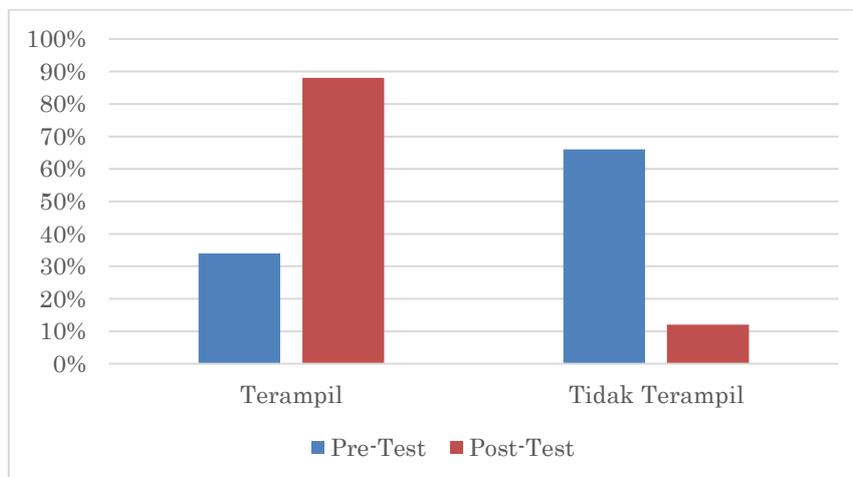
**Gambar 2.** Pendampingan Pelatihan pada Perempuan

Tahap akhir adalah, tahap evaluasi. Evaluasi dilakukan melalui analisis hasil kuesioner pre-test dan post-test baik terkait pengetahuan maupun keterampilan remaja. Hasil dari kuesioner pre-test dan post-test terkait pengetahuan remaja, dapat dilihat pada Gambar 3.



**Gambar 3.** Perubahan Tingkat Pengetahuan Remaja

Hasil Analisa kuesioner yang dilakukan oleh tim pengabdian dari 10 pertanyaan yang terdapat pada kuesioner, pertanyaan yang signifikan terjadi perubahan adalah pertanyaan nomor 2, 4, 5, 7, 8 dan 9. Sedangkan pertanyaan 1, 3, 6, dan 10 merupakan pertanyaan yang sudah diketahui oleh remaja sehingga sebelum dan sesudah kegiatan hasilnya dalam keadaan baik. Pendekatan edukasi interaktif yang diterapkan melalui metode ceramah partisipatif, diskusi kelompok, dan permainan edukatif (*flash card*, *puzzle*, teka-teki silang, dan *role play*) terbukti meningkatkan pengetahuan remaja. Hasil kuantitatif menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mengalami peningkatan pemahaman terutama pada aspek sistem reproduksi, fungsi organ, dan isu-isu seputar pubertas. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Usman et al. (2024) yang menyatakan bahwa metode interaktif dapat meningkatkan pemahaman dan retensi informasi peserta didik, terutama dalam pendidikan kesehatan reproduksi. Selain itu edukasi interaktif dapat meningkatkan motivasi belajar dalam mempelajari pengetahuan baru. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa permainan edukasi meningkatkan motivasi belajar melalui keterlibatan mereka dalam permainan (Li et al., 2024). Selain itu, dilakukan pula evaluasi dari kuesioner terkait keterampilan remaja dalam membersihkan alat genitalia, dapat dilihat pada Gambar 4.



**Gambar 4.** Perubahan Tingkat Keterampilan Remaja

Hasil Analisa kuesioner diperoleh bahwa pada saat pre-test keterampilan remaja dalam membersihkan organ reproduksi sebesar 34% terampil dan terdapat 66% tidak terampil. Tetapi setelah dilakukan pendampingan pelatihan maka terjadi perubahan keterampilan remaja, yaitu terdapat 88% remaja terampil membersihkan alat reproduksi dan 12% yang tidak terampil. Dokumentasi kegiatan ini di publis dalam berita online yang dapat diakses pada website berikut: <https://posonews.id/2025/07/29/prodi-d-iii-kebidanan-poso-latih-pelajar-dasar-kesehatan-reproduksi/>. Selain itu dapat pula diakses pada kanal youtube, <https://youtu.be/0UPuLsJbcQ4>.

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan remaja terkait sistem reproduksi, siklus menstruasi, dan pubertas. Selain itu, terdapat peningkatan yang signifikan terhadap keterampilan remaja dalam personal hygiene alat organ reproduksi sebesar 54%. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif interaktif dapat menjadi strategi yang efektif dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja.

Adapun saran yang dapat diberikan kepada pihak sekolah, diharapkan dapat melanjutkan program ini dengan melakukan kegiatan serupa; pihak Puskesmas, melalui peran bidan dan tenaga kesehatan lainnya, diharapkan dapat memperkuat pembinaan dan supervisi terhadap kader remaja, serta menyediakan materi edukasi tambahan sesuai perkembangan kebutuhan lapangan; dan yang terakhir kepada masyarakat, khususnya remaja diharapkan dapat berperan aktif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam personal hygiene alat genitalia.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Poltekkes Kemenkes Palu yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Selain itu, tim penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak Kelurahan Baiya yang telah memberikan izin dan bersedia menjadi mitra kegiatan pengabdian masyarakat dalam program Pengembangan Desa Mitra. Serta ucapan terima kasih juga penulis ucapkan kepada seluruh pihak-pihak yang terlibat dalam kesuksesan kegiatan ini.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Alkasan, K. S. (2024). A literature review on the impact of interactive learning media in developing high school students' creativity and knowledge in the 21st Century era. *International Seminar Universitas Tulungagung*, 6, 463–479.
- Ananda Dilonia, Refa Ayunda Melki, & Gusmaneli Gusmaneli. (2025). Strategi Pembelajaran Inovatif untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Peserta Didik. *Inovasi Pendidikan Dan Anak Usia Dini*, 2(2), 07–24. <https://doi.org/10.61132/inpaud.v2i2.232>
- Astuti, R. T., Amin, M. K., Listiyani, C., Nafisah, S., Adriani, W., & May S, H. (2020). Pemberdayaan Remaja Melalui Program Kesehatan “Youth Movement” untuk Mewujudkan Indonesia Sehat. *Community Empowerment*, 5(3), 106–112. <https://doi.org/10.31603/ce.3815>
- Castleton, P., Meherali, S., Memon, Z., & Lassi, Z. S. (2024). Understanding the contents and gaps in sexual and reproductive health toolkits designed for adolescence and young adults: a scoping review. *Sexual Medicine Reviews*, 12(3), 387–400. <https://doi.org/10.1093/sxmrev/qeae032>
- Jamatia, P. L. (2022). The Role of Youth in Combating Social Inequality: Empowering the Next Generation. *Journal of Language and Linguistics in Society*, 26, 11–20. <https://doi.org/10.55529/jlls.26.11.20>
- Janighorban, M., Boroumandfar, Z., Pourkazemi, R., & Mostafavi, F. (2022).

- Barriers to vulnerable adolescent girls' access to sexual and reproductive health. *BMC Public Health*, *22*(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14687-4>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Keluarga sehat wujudkan indonesia sehat. *Kemntrian Kesehatan RI*, *6*. [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/Warta-Kemas-Edisi-03-2017\\_955.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/Warta-Kemas-Edisi-03-2017_955.pdf)
- Li, Y., Chen, D., & Deng, X. (2024). The impact of digital educational games on student's motivation for learning: The mediating effect of learning engagement and the moderating effect of the digital environment. *PLOS ONE*, *19*(1), e0294350. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294350>
- Mas'udah, M., Sheilla Tania Marcelina, Astutik, H., & Setyarini, D. I. (2024). Efforts To Prevent Adolescent Reproductive Health Problems Through Game-Based Peer Educator Training for Adolescents in Gedog Wetan Village. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)*, *8*(4), 560–572. <https://doi.org/10.20473/jlm.v8i4.2024.560-572>
- Nugrahaningtyas Wahjuni Utami, J., & Astuti, T. (2025). Science Midwifery Literature review: Personal hygiene genitalia and adolescent reproductive health. *Science Midwifery*, *13*(1), 2721–9453. [www.midwifery.iocspublisher.orgjournalhomepage:www.midwifery.iocspublisher.org](http://www.midwifery.iocspublisher.orgjournalhomepage:www.midwifery.iocspublisher.org)
- Pratiwi, M. R. E., Sasmito, P., & Kase, M. T. (2023). The Relationship of Personal Hygiene Knowledge in the Incidence of Vaginal Discharge A Systematic Review of Cross-Sectional Studies. *Journal of World Future Medicine, Health and Nursing*, *1*(2), 86–94. <https://doi.org/10.55849/health.v1i2.433>
- Putri, Y. H. S., Maryati, I., & Solehati, T. (2025). Interventions to Improve Sexual and Reproductive Health Related Knowledge and Attitudes Among the Adolescents: Scoping Review. *Risk Management and Healthcare Policy*, *18*, 105–116. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S490395>
- Rahayu, A., Noor, M. Sy., Yulidasari, F., Rahman, F., & Putri, A. O. (2017). Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Sitshange, M. (2024). Impact of youth empowerment programmes in low-income settings: A systematic review of the qualitative evidence. *Southern African Journal of Social Work and Social Development*, *36*(1), 1–21. <https://doi.org/10.25159/2708-9355/12087>
- Usman, A., Utomo, A. P., Amilia, F., Dzarna, D., & Galatea, C. K. (2024). Research on Educational Games in Learning in Indonesia: A Systematic Review of the Literatures. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, *10*(3), 105–115. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v10i3.5321>
- World Health Organization. (2025). *Monitoring health for the SDGs*. The global health observatory. <https://www.who.int/data/gho/data/themes/world-health-statistics>