SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan
Volume 10, Nomor 2, April 2026, hal. 2269-2278
ISSN : 2614-5251 (print) | ISSN : 2614-526X (elektronik)

Penguatan pemahaman kesehatan reproduksi melalui emo demo emergency kit pada remaja sekolah

Erin Tri Ummul Iszati, Naela Elmaghfiroh Affandi, Muhammad Ramdhan Satria Kinayungan, Aprillita Putri Puspitasari, Afinda Nur Prasantiara, Zahara Aprilia, Almaasah Nafi'ah, Marsha Auribi Sefira

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember, Indonesia

Penulis korespondensi : Erin Tri Ummul Iszati
E-mail : eriniszati@gmail.com

Diterima: 12 Maret 2026| Direvisi: 29 April 2026| Disetujui: 30 April 2026| Online: 30 April 2026
© Penulis 2026

Abstrak
Masa pubertas merupakan periode krusial dalam perkembangan remaja ketika terjadi perubahan fisik dan psikologis, seperti menstruasi pada remaja perempuan dan mimpi basah pada remaja laki-laki yang menuntut pemahaman mengenai kebersihan diri. Namun, keterbatasan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, terutama di wilayah terpencil, masih menjadi permasalahan yang dapat memicu kecemasan, kebingungan, hingga perilaku yang berisiko bagi kesehatan. Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan siswa kelas 8 di SMP Negeri 4 Kalisat terkait kebersihan diri saat menstruasi dan mimpi basah melalui penyuluhan interaktif yang dipadukan dengan demonstrasi (*emo demo*), permainan berbasis kuis, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, ditandai dengan kenaikan rata-rata nilai dari 83 pada pre-test menjadi 93 pada post-test. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pendekatan edukatif yang kontekstual dan komunikatif mampu meningkatkan pemahaman siswa terhadap kesehatan reproduksi, serta mengurangi stigma terhadap topik yang selama ini dianggap tabu. Edukasi seperti ini penting untuk dilakukan secara berkala guna membentuk remaja yang sadar, bertanggung jawab, dan mampu menjaga kesehatan reproduksinya secara mandiri.

Kata kunci: kesehatan reproduksi; menstruasi; mimpi basah; pubertas; remaja.

Abstract
Puberty is a crucial period in adolescent development marked by physical and psychological changes, such as menstruation in adolescent girls and wet dreams in adolescent boys, which require an understanding of personal hygiene. However, limited knowledge about reproductive health, particularly in remote areas, remains a problem that can lead to anxiety, confusion, and even behaviors that pose health risks. Given these conditions, this community service activity was conducted to enhance the knowledge of 8th-grade students at SMP Negeri 4 Kalisat regarding personal hygiene during menstruation and wet dreams through interactive counseling combined with demonstrations (emo demo), quiz-based games, and evaluation using pre-tests and post-tests. The results of the activity showed a significant increase in knowledge, marked by a rise in the average score from 83 on the pre-test to 93 on the post-test. This indicates that a contextual and communicative educational approach can enhance students' understanding of reproductive health and reduce stigma surrounding topics previously considered taboo. Education like this is important to conduct on a regular basis to foster adolescents who are aware, responsible, and capable of managing their reproductive health independently.

Keywords: menstruation; puberty; reproductive health; teenagers; wet dreams.

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan reproduksi pada remaja menjadi salah satu isu strategis dalam upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Remaja merupakan kelompok usia yang sedang berada dalam fase transisi menuju dewasa, yang ditandai dengan terjadinya pubertas sebagai proses kematangan seksual (Eka, 2023). Masa pubertas merupakan bagian penting dari kehidupan remaja, karena saat ini mereka mengalami kematangan biologis, psikologis, sosial, dan kognitif (Damayanti & Munawaroh, 2023). Perubahan tersebut seringkali memicu kecemasan, ketakutan, serta kebingungan dalam menghadapi kondisi baru yang belum dipahami dengan baik (Sasmita *et al*., 2024). Dalam kondisi ini, remaja juga rentan menghadapi berbagai permasalahan seperti gangguan kesehatan mental, stres, penyalahgunaan zat, hingga permasalahan seksualitas. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi membuat remaja tidak siap menghadapi masa pubertas, sehingga memunculkan respons negatif terhadap perubahan biologis yang dialami, seperti menstruasi pada perempuan dan mimpi basah pada laki-laki (Sasmita *et al*., 2024). Ketidaksiapan ini tidak hanya berdampak pada aspek psikologis, tetapi juga berpotensi memengaruhi perilaku kesehatan remaja dalam jangka panjang.

World Health Organization menyatakan bahwa jumlah remaja di seluruh dunia diperkirakan mencapai 1,2 miliar, atau sekitar 18% dari populasi global (UNICEF, 2020). Di wilayah Asia-Pasifik, sekitar seperlima dari populasi merupakan remaja usia 10–14 tahun, yang berada pada fase awal pubertas dengan dinamika perkembangan emosional dan psikososial yang cukup kompleks. Di Indonesia, proporsi remaja usia 10–14 tahun juga menunjukkan angka yang cukup besar, sehingga membutuhkan perhatian khusus dalam aspek kesehatan reproduksi (Dzaky & Lestari, 2021). Namun demikian, berbagai data menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja terkait pubertas masih tergolong rendah. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia Remaja (SDKI-R) tahun 2012 menunjukkan bahwa 13,3% remaja perempuan tidak menyadari perubahan fisik yang terjadi selama masa pubertas, dan sebanyak 47,9% tidak mengetahui kapan pubertas akan terjadi (Aprilia *et al*., 2025). Rendahnya literasi ini berimplikasi pada munculnya praktik kebersihan yang kurang tepat, seperti penggunaan pembalut yang tidak sesuai, kurangnya kebersihan diri setelah mimpi basah, serta rendahnya kesadaran dalam menjaga kesehatan organ reproduksi . Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi maupun gangguan kesehatan reproduksi lainnya.

Permasalahan tersebut semakin kompleks pada remaja di wilayah terpencil, yang memiliki keterbatasan akses terhadap informasi dan layanan kesehatan reproduksi. Faktor geografis, kondisi ekonomi, serta norma sosial yang menganggap topik pubertas sebagai hal tabu menjadi hambatan utama dalam pemberian edukasi (Dianasari, 2024). Kondisi ini juga ditemukan di SMP Negeri 4 Kalisat, di mana sebagian besar siswa belum pernah mendapatkan edukasi formal terkait pubertas dan kesehatan reproduksi. Akibatnya, siswa mengalami kebingungan, kecemasan, dan rasa malu dalam menghadapi menstruasi maupun mimpi basah (Rahma *et al*., 2025; Revinel *et al*., 2024). Situasi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan informasi remaja dengan ketersediaan edukasi yang mereka terima, sehingga diperlukan intervensi yang tepat dan kontekstual sesuai dengan karakteristik lingkungan setempat.

Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan intervensi edukatif yang tepat, menarik, dan mudah dipahami oleh remaja. Penyuluhan kesehatan reproduksi berbasis sekolah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pubertas (Hardiyanti & Rahmawati, 2026; Rochmah *et al*., 2023). Sosialisasi terkait pubertas telah terbukti memiliki peran signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan kesiapan remaja menghadapi perubahan fisik dan psikologis (Hardiyanti & Rahmawati, 2026). Selain itu, pendidikan reproduksi juga dapat memberi pemahaman mengenai sikap dan perilaku remaja untuk bertanggung jawab terhadap kesehatan tubuh mereka (Butarbutar *et al*., 2025). Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana

Nasional (BKKBN), pendidikan kesehatan reproduksi yang diberikan sejak dini mampu mencegah perilaku berisiko dan membentuk sikap positif terhadap tubuh dan kesehatannya (Rochmah *et al*., 2023). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui penyuluhan interaktif dan demonstrasi edukatif menggunakan metode *emo demo emergency kit*, yang berfokus pada peningkatan pemahaman kebersihan diri saat menstruasi dan mimpi basah.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan oleh tim mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Jember dengan melibatkan SMP Negeri 4 Kalisat sebagai mitra pelaksanaan. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas 8 yang berada pada fase awal hingga pertengahan pubertas, sehingga membutuhkan bekal pengetahuan yang tepat dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Melalui kegiatan ini, diharapkan siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga mampu menginternalisasi sikap positif terhadap kesehatan reproduksi serta menerapkan perilaku kebersihan diri dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi, khususnya terkait kebersihan diri saat menstruasi dan mimpi basah, sehingga dapat membentuk remaja yang lebih siap, percaya diri, dan bertanggung jawab dalam menjaga kesehatan reproduksinya sejak dini.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 24 Mei 2025 di SMP Negeri 4 Kalisat sebagai lokasi utama kegiatan. Konsep pengabdian yang digunakan adalah pemberdayaan remaja melalui edukasi kesehatan reproduksi dengan pendekatan promotif dan preventif. Fokus kegiatan diarahkan pada peningkatan pengetahuan, pemahaman, serta keterampilan siswa dalam menjaga kebersihan diri selama masa pubertas, khususnya terkait menstruasi pada remaja perempuan dan mimpi basah pada remaja laki-laki. Upaya tersebut dilakukan melalui metode penyuluhan interaktif yang dipadukan dengan demonstrasi edukatif berupa *emo demo emergency kit* dan *emergency hygiene*.

Pendekatan yang digunakan bersifat partisipatif, sehingga siswa tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, tetapi juga dilibatkan secara aktif dalam proses pembelajaran melalui diskusi, demonstrasi, dan permainan interaktif. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman secara lebih mendalam sekaligus membentuk sikap positif terhadap kesehatan reproduksi. Tahapan kegiatan pengabdian ini tersaji pada Gambar 1.



Gambar 1. Kerangka Pelaksanaan Kegiatan

Mitra dan Sasaran Kegiatan

Sasaran utama dalam kegiatan pengabdian ini adalah siswa kelas 8 SMP Negeri 4 Kalisat yang berada pada fase awal hingga pertengahan pubertas, dengan jumlah peserta sebanyak 10 orang. Sasaran sekunder dalam kegiatan ini adalah pihak sekolah, khususnya guru, yang berperan dalam mendukung keberlanjutan edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah.

Mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah SMP Negeri 4 Kalisat yang berperan dalam:

a. Menyediakan tempat dan waktu pelaksanaan kegiatan
b. Mengkoordinasikan peserta kegiatan (siswa kelas 8)
c. Mendampingi pelaksanaan kegiatan selama berlangsung
d. Mendukung keberlanjutan program di sekolah

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan
1. Koordinasi dengan pihak sekolah terkait waktu, tempat, dan teknis pelaksanaan kegiatan
2. Identifikasi kebutuhan serta karakteristik siswa sebagai sasaran kegiatan
3. Penyusunan materi edukasi kesehatan reproduksi remaja
4. Persiapan media pembelajaran berupa PowerPoint dan alat *emo demo emergency kit* dan *emergency hygiene*

b. Tahap Pelaksanaan Edukasi
1. Pemberian pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal siswa
2. Penyampaian materi mengenai kesehatan reproduksi, pubertas, menstruasi, dan mimpi basah
3. Edukasi mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri selama masa pubertas

c. Tahap Demonstrasi dan Praktik
1. Demonstrasi penggunaan *emergency kit* sebagai perlengkapan kebersihan saat menstruasi
2. Edukasi praktik kebersihan diri (*emergency hygiene*) pada remaja laki-laki setelah mengalami mimpi basah
3. Keterlibatan siswa dalam praktik dan diskusi interaktif

d. Tahap Penguatan Pemahaman
1. Pelaksanaan permainan atau kuis interaktif berbasis kelompok
2. Diskusi dan tanya jawab untuk memperdalam pemahaman siswa
3. Penguatan konsep melalui pendekatan komunikatif dan kontekstual

e. Tahap Evaluasi
1. Pemberian post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa
2. Perbandingan hasil pre-test dan post-test
3. Evaluasi keberhasilan kegiatan berdasarkan peningkatan skor pengetahuan

Instrumen Kegiatan

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi:
1. Lembar pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa
2. Materi edukasi kesehatan reproduksi dalam bentuk media presentasi (PPT)
3. Media *emo demo emergency kit* dan *emergency higiene* sebagai alat demonstrasi
4. Media kuis interaktif untuk meningkatkan partisipasi siswa
5. Lembar dokumentasi kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 24 Mei 2025 di SMP Negeri 4 Kalisat dengan mitra pihak sekolah. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas 8 yang berjumlah 10 orang. Kegiatan ini dilaksanakan oleh tim mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Jember. Kegiatan berlangsung secara interaktif melalui beberapa tahapan, yaitu pre-test, penyampaian materi, demonstrasi (*emo demo*), permainan edukatif, dan post-test.

Hasil Pre-test (Pengetahuan Awal Siswa)

Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki pengetahuan dasar mengenai kesehatan reproduksi, namun masih terdapat kesenjangan pemahaman terkait praktik kebersihan diri saat menstruasi dan mimpi basah. Hal ini terlihat dari rata-rata nilai pre-test sebesar 83, dengan beberapa siswa masih memberikan jawaban yang kurang tepat pada pertanyaan terkait praktik kebersihan.



Gambar 2. Pengisian Pre-test oleh Siswa

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Apriliany *et al*. (2022) yang menyatakan bahwa pengetahuan awal remaja terkait kesehatan reproduksi masih cenderung terbatas. Studi tersebut menunjukkan bahwa sebelum intervensi edukasi, sebagian besar siswa memiliki pemahaman yang parsial dan dipengaruhi oleh minimnya akses informasi serta budaya yang menganggap topik reproduksi sebagai hal tabu. Kondisi ini menegaskan pentingnya intervensi edukatif sejak dini di lingkungan sekolah.

Hasil Penyampaian Materi Edukasi

Selama penyampaian materi, siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi. Materi yang disampaikan meliputi pengertian pubertas, perubahan fisik pada remaja, serta pentingnya menjaga kebersihan diri saat menstruasi dan mimpi basah. Interaksi aktif terlihat dari banyaknya siswa yang bertanya dan merespons pertanyaan yang diberikan oleh pemateri. Selain itu, siswa juga mampu mengaitkan materi dengan pengalaman pribadi atau kondisi yang pernah mereka temui, yang menunjukkan bahwa materi dapat dipahami secara kontekstual dan tidak hanya bersifat teoritis.



Gambar 3. Penyampaian Materi Edukasi

Hasil ini sejalan dengan temuan oleh Dewi *et al*. (2023) yang menunjukkan bahwa metode penyuluhan interaktif mampu meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Penyampaian materi secara komunikatif dan kontekstual dinilai lebih efektif dibandingkan metode ceramah konvensional, karena dapat meningkatkan daya serap informasi serta memfasilitasi pemahaman yang lebih mendalam. Selain itu, penelitian oleh Ekawati *et al*. (2021) juga menunjukkan bahwa penyuluhan mengenai perubahan fisik pada masa pubertas secara signifikan mampu meningkatkan pengetahuan siswa, yang ditandai dengan adanya perbedaan nilai sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini memperkuat bahwa penyampaian materi yang terstruktur dan sesuai dengan tahap perkembangan siswa dapat meningkatkan pemahaman mereka terhadap perubahan tubuh selama masa pubertas.

Hasil Demonstrasi Emo Demo (*Emergency Kit* dan *Emergency Higiene*)

Penguatan pemahaman kesehatan reproduksi melalui emo demo emergency kit pada remaja sekolah

Pada tahap demonstrasi, siswa diperkenalkan dengan *emergency kit* sebagai perlengkapan kebersihan saat menstruasi, serta diberikan edukasi mengenai praktik kebersihan diri (*emergency hygiene*) pada remaja laki-laki setelah mengalami mimpi basah. Siswa terlihat aktif mengikuti demonstrasi dan mampu menyebutkan kembali langkah-langkah yang telah dijelaskan.



Gambar 4. Emo Demo

Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan media demonstrasi dalam edukasi kesehatan mampu meningkatkan pemahaman praktis peserta. Media visual dan praktik langsung membantu siswa mengingat informasi lebih lama serta memudahkan penerapan dalam kehidupan sehari-hari, terutama pada materi yang bersifat aplikatif seperti kebersihan diri.

Games/Kuis Interaktif

Pada sesi permainan edukatif berbasis kuis, siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dan diminta menjawab pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Kegiatan ini berlangsung dengan suasana yang menyenangkan dan kompetitif, serta mampu meningkatkan partisipasi aktif siswa.



Gambar 5. Kuis Interaktif

Metode pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*) terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan dan motivasi siswa selama kegiatan berlangsung. Selain memperkuat pemahaman terhadap materi, pendekatan ini juga mampu menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, sehingga siswa menjadi lebih nyaman dalam membahas topik sensitif seperti kesehatan reproduksi.

Hasil Post-test (Evaluasi Pengetahuan)

Setelah mengikuti kegiatan edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan siswa yang cukup signifikan, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil post-test. Rata-rata nilai siswa mengalami kenaikan dari 83 pada pre-test menjadi 93 pada post-test, dengan selisih sebesar 10 poin. Mayoritas siswa menunjukkan peningkatan skor, sementara sebagian lainnya tetap mempertahankan nilai tinggi yang telah diperoleh sebelumnya. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi yang diberikan efektif

dalam meningkatkan pemahaman siswa, khususnya terkait kebersihan diri saat menstruasi dan mimpi basah.

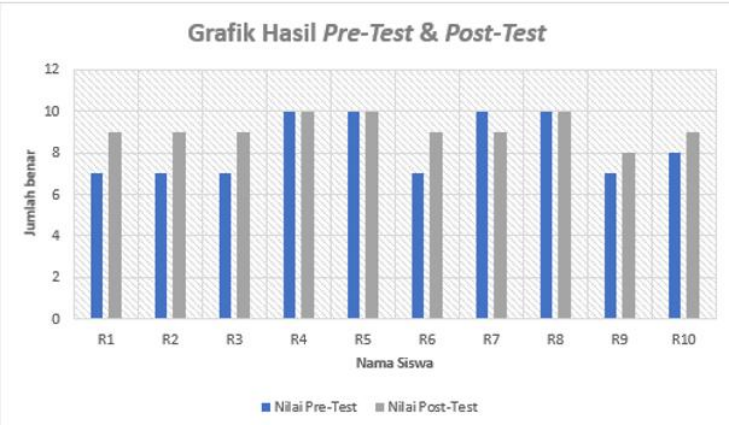
Tabel 1. Nilai *Pre-test* dan *Post-test*

Responden	Nilai	
	Pre-test	**Post-Test**
R1	70	90
R2	70	90
R3	70	90
R4	100	100
R5	100	100
R6	70	90
R7	100	90
R8	100	100
R9	70	80
R10	80	90

Tabel 2. Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Variabel Pengetahuan	N	Mean	Selisih
Pre-Test	10	83	10
Post-test	10	93	

Berdasarkan Tabel 1 dan Tabel 2, terlihat bahwa seluruh peserta menunjukkan peningkatan atau mempertahankan nilai optimal. Rata-rata nilai pre-test sebesar 83 mengindikasikan bahwa sebagian siswa telah memiliki pengetahuan dasar, namun belum merata dan belum sepenuhnya tepat. Setelah diberikan intervensi edukasi, rata-rata nilai meningkat menjadi 93, yang menunjukkan adanya perbaikan pemahaman secara menyeluruh. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebelum edukasi dilakukan, pemahaman siswa terkait kebersihan diri saat menstruasi dan mimpi basah masih belum optimal, serta topik kesehatan reproduksi masih cenderung dianggap sensitif dan jarang dibahas secara terbuka, baik di lingkungan sekolah maupun keluarga.



Gambar 6. Grafik Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Pengetahuan Siswa

Gambar 6 menunjukkan tren peningkatan skor yang relatif merata pada hampir seluruh siswa. Sebagian besar siswa mengalami kenaikan nilai sebesar 10–20 poin. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan, yaitu penyuluhan interaktif yang dipadukan dengan demonstrasi dan permainan edukatif, mampu meningkatkan pemahaman siswa secara efektif. Selain itu, variasi nilai pada pre-test yang cukup beragam menunjukkan adanya perbedaan tingkat pengetahuan awal, yang kemudian menjadi lebih merata setelah intervensi diberikan.

Analisis Per Soal: Tingkat Pemahaman Materi

Tabel 3 menunjukkan adanya peningkatan jumlah jawaban benar pada sebagian besar soal. Peningkatan paling signifikan terlihat pada soal nomor 3 dan 7, di mana jumlah jawaban benar meningkat dari 5 menjadi 10. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang sebelumnya kurang dipahami berhasil disampaikan dengan lebih jelas melalui metode edukasi yang digunakan.

Namun demikian, terdapat penurunan jumlah jawaban benar pada soal nomor 4 dan 8. Pada soal nomor 4, jumlah jawaban benar menurun dari 10 menjadi 6, sedangkan pada soal nomor 8 menurun dari 9 menjadi 7. Penurunan ini mengindikasikan bahwa terdapat materi tertentu yang belum sepenuhnya dipahami oleh siswa. Hal tersebut kemungkinan disebabkan oleh tingkat kompleksitas materi atau kurangnya penekanan pada bagian tertentu selama penyampaian. Oleh karena itu, materi yang berkaitan dengan topik tersebut perlu disampaikan dengan pendekatan yang lebih visual, kontekstual, atau melalui simulasi langsung agar lebih mudah dipahami oleh siswa.

Tabel 3. Jumlah Jawaban Benar Per Soal

No. Soal	Pre-Test		Post-Test	
	Jumlah Benar	Jumlah Salah	Jumlah Benar	Jumlah Salah
1.	9	1	10	-
2.	10	-	10	-
3.	5	5	10	-
4.	10	-	6	4
5.	7	3	9	1
6.	10	-	9	1
7.	5	5	10	-
8.	9	1	7	3
9.	10	-	10	-
10.	9	1	10	-
Total	84	16	91	9

Analisis jumlah jawaban salah juga menunjukkan pola yang sejalan. Penurunan jumlah jawaban salah secara signifikan pada soal nomor 3 dan 7 (dari 5 menjadi 0) menunjukkan keberhasilan metode edukasi, khususnya pada sesi demonstrasi dan interaksi langsung. Sebaliknya, peningkatan jumlah jawaban salah pada soal nomor 4 dan 8 menguatkan indikasi bahwa masih terdapat bagian materi yang perlu diperbaiki dalam penyampaiannya. Temuan ini menjadi bahan evaluasi penting untuk penyempurnaan metode edukasi pada kegiatan selanjutnya.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan reproduksi berbasis sekolah mampu meningkatkan pengetahuan remaja secara signifikan, terutama ketika menggunakan pendekatan interaktif dan kontekstual. Peningkatan tersebut terutama terjadi ketika pembelajaran dilakukan dengan pendekatan yang interaktif dan kontekstual. Penggunaan metode seperti demonstrasi dan permainan edukatif terbukti mampu mempermudah siswa dalam memahami materi yang bersifat sensitif dan aplikatif, khususnya terkait kebersihan reproduksi selama masa pubertas (Aprilia *et al*., 2025; Rochmah *et al*., 2023)

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SMP Negeri 4 Kalisat menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi melalui penyuluhan interaktif dan demonstrasi *emo demo emergency kit* dan *emergency hygiene* efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa kelas 8, khususnya terkait kebersihan diri saat menstruasi dan mimpi basah. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan rata-rata nilai dari 83 pada pre-test menjadi 93 pada post-test, dengan selisih sebesar 10 poin, serta meningkatnya pemahaman siswa dalam menjelaskan dan menerapkan praktik kebersihan

diri selama masa pubertas. Selain itu, kegiatan ini juga berkontribusi dalam mengurangi rasa malu dan stigma terhadap topik kesehatan reproduksi yang sebelumnya dianggap tabu.

Oleh karena itu, disarankan agar edukasi kesehatan reproduksi dapat dilakukan secara berkelanjutan melalui integrasi dalam kegiatan sekolah, dengan melibatkan tenaga pendidik dan tenaga kesehatan serta menggunakan metode yang interaktif dan kontekstual. Selain itu, perlu dilakukan pengembangan kegiatan serupa dengan memperluas cakupan peserta dan disertai evaluasi jangka panjang untuk menilai perubahan perilaku siswa. Dengan pendekatan tersebut, diharapkan dampak yang dihasilkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mampu membentuk perilaku hidup sehat secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada tim pengabdian masyarakat *Camping Literature* Unit Kegiatan Mahasiswa Lingkar Penelitian dan Penalaran Mahasiswa (Lentera), Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember atas dukungan dan partisipasi sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada SMP Negeri 4 Kalisat Jember yang telah menjadi mitra dalam pelaksanaan kegiatan ini. Selain itu, penulis turut menyampaikan apresiasi kepada pembina UKM Lentera atas dukungan dan pendampingan selama proses kegiatan berlangsung hingga dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR RUJUKAN

Aprilia, A. P., Rahayu, T., & Wahyuni, S. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Sikap dan Perilaku Seksual Remaja. *Protein : Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, *3*(2), 83–90. https://doi.org/10.61132/protein.v3i2.1169

Apriliany, F., Cholisah, E., Umboro, R. O., & Bimaharyanto, D. E. (2022). Edukasi Sistem Reproduksi sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Infeksi Menular Seksual pada Remaja. *SELAPARANG. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, *6*(4), 1730–1734. https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i4.1730

Butarbutar, M. H., Yani, A., Hakim, A. R., & Hasibuan, B. (2025). Hubungan Edukasi Kesehatan Dengan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Siswa Sma Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan. *Journal of Innovative and Creativity*, *5*(2), 12505–12511. https://doi.org/https://doi.org/10.31004/joecy.v5i2.2044

Damayanti, D. S., & Munawaroh, M. (2023). Analisis Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Mengenai Pubertas Antara Siswa dan Siswi SMP Negeri 265 Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *15*(2), 211–218. https://doi.org/https://doi.org/10.37012/jik.v15i2.1663

Dewi, S. K., Anggraini, S., & Tutpai, G. (2023). Optimalisasi Penyuluhan Kesehatan dalam Komunitas Remaja Indonesia tentang Kesehatan Reproduksi. *SELAPARANG.Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, *7*(4), 2288–2292. https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i4.2288

Dianasari, N. (2024). Kesehatan Remaja Pelayanan Kesehatan Remaja di Daerah Terpencil: Strategi Holistik untuk Meningkatkan Kesehatan Mental dan Edukasi Seksual. *Prosiding Seminar Nasional Hukum, Bisnis, Sains Dan Teknologi*, 276–283. https://ojs.udb.ac.id/HUBISINTEK/article/view/3455

Dzaky, R. D., & Lestari, S. H. (2021). Pubertas dan Permasalahannya. *Prosiding FK: Gerakan Anak Muda Lindungi Reproduksi Indonesia*, *1*(1), 1–2. https://journal.uc.ac.id/index.php/PFK2021/article/view/2343

Eka, Y. (2023). Pengaruh Pemberian Edukasi Tentang Perubahan Seks Sekunder Masa Pubertas Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, *8*(2), 32–39. https://doi.org/https://doi.org/10.51933/health.v8i2.1135

Ekawati, D., Sabur, F., Umar, S., & Gasma, A. (2021). Efektivitas Penyuluhan tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa di SDN No. 29 Cini Ayo Jeneponto. *Jurnal Inovasi Penelitian*, *2*(7), 2057–2064. https://doi.org/10.47492/jip.v2i7.1052

Hardiyanti, S. A., & Rahmawati, P. (2026). Literasi Menstruasi dan Pubertas pada Santriwati: Studi Tingkat Pengetahuan di Pondok Pesantren Jember. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *6*(1), 79–86.

https://doi.org/https://doi.org/10.56013/jak.v6i1.5040

Rahma, A., Rahman, F., Arifin, S., Anggraini, L., Minasari, M., Raisya, R., Seambaga, A. A., Shafarina, H., Adila, N. A., & Cahyani, S. (2025). Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Edukasi Interaktif di SMAN 5 Banjarbaru. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, *4*(1), 114–122. https://doi.org/https://doi.org/10.56303/jppmi.v4i1.432

Revinel, R., Ani, R. N., Putri, R. A., & Nuryaningsih, N. (2024). Hubungan antara Tingkat Kecemasan dan Kebersihan Diri Saat Menstruasi pada Remaja Putri. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, *5*(2), 129–138. https://doi.org/https://doi.org/10.24853/myjm.5.2.129-138

Rochmah, N., Faizi, M., Hisbiyah, Y., Perwitasari, R. K., Pramesthi, C. N., Ardi, D., & Fatwa, F. (2023). Impact of Educational Intervention of Knowledge about Puberty in Indonesia's Junior High School Students. *International Journal Of Scientific Advances*, *4*(6). https://doi.org/10.51542/ijscia.v4i6.27

Sasmita, A., Hayati, U., Popang, C. T., & Sulistiyowati, A. N. (2024). The Relationship Of The Role Of Parents In Providing Reproductive Health Education And Care Of Genital Organ Hygiene In Adolescent Women In Man Model Manado. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan (KLINIK)*, *3*(1), 258–265. https://doi.org/10.55606/klinik.v3i1.2623

UNICEF. (2020). *Menstrual Health and Hygiene Situation Analysis Indonesia.* UNICEF Indonesia & Indonesian Coalition for Menstrual Health and Hygiene. https://www.unicef.org/indonesia/reports/menstrual-health-and-hygiene-situation-analysis