

TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG PERILAKU MENJAGA KESEHATAN REPRODUKSI DI SMAN 4 PALANGKA RAYA

Joanda Gracia Pauline^{1*}, Ravenalla Abdurrahman Al Hakim Sampurna Putra², Natalia Sri Martani³, Margaretha Yayu Indah Anugerahny⁴, Sigit Nurfianto⁵

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

²Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

³Departemen Mikrobiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

⁴Departemen Telinga Hidung Tenggorok Bedah Kepala Leher, Fakultas Kedokteran, Universitas Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

⁵Departemen Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Palangkaraya. RSUD dr. Doris Sylvanus, Palangka Raya, Indonesia

*)Email Korespondensi: joandagraciapauline@gmail.com

Abstract: Overview of Female Adolescents' Knowledge of Reproductive Health Behaviors at SMAN 4 Palangka Raya. Adolescent girls are a group highly vulnerable to reproductive health problems when they lack adequate knowledge and appropriate hygiene practices. Sufficient understanding is essential for recognizing biological changes, maintaining proper personal hygiene, and preventing the risk of reproductive tract infections. SMAN 4 Palangka Raya, as a school with a considerable number of female students, serves as an important setting to observe their level of knowledge related to reproductive health-maintaining behaviors. This study aims to describe the level of knowledge of adolescent girls regarding behaviors for maintaining reproductive health at SMAN 4 Palangka Raya. This research employed a quantitative descriptive design with a survey approach. The sample consisted of 100 female students selected using purposive sampling. Data were collected through a questionnaire containing statements about reproductive health, hygiene practices, biological concepts, and reproductive behavior. Data were analyzed univariately to present the frequency distribution and percentage of respondents' knowledge levels. Most respondents were aged 15–16 years, with 45% and 41% respectively. Items related to genital hygiene and the basic functions of reproductive organs obtained high correct answer percentages, ranging from 77% to 100%. However, several items concerning biological concepts and sexual behavior showed lower accuracy, with correct responses ranging from 26% to 53%. Overall, 73% of the students demonstrated good knowledge levels, while 27% showed moderate knowledge. The majority of adolescent girls at SMAN 4 Palangka Raya possess good knowledge regarding behaviors for maintaining reproductive health. Nonetheless, certain aspects particularly understanding of biological concepts and sexual behavior still require strengthening through more intensive, structured, and interactive educational efforts within the school environment.

Keywords: Adolescent Reproductive Health, Knowledge Level, Reproductive Health Behavior, Personal Hygiene, Female Adolescents.

Abstrak: Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Perilaku Menjaga Kesehatan Reproduksi Di SMAN 4 Palangka Raya. Remaja putri termasuk kelompok yang rawan mengalami masalah kesehatan reproduksi apabila tidak memiliki pengetahuan yang memadai mengenai cara menjaga kebersihan serta

memahami perubahan biologis pada dirinya. Pengetahuan yang baik sangat diperlukan agar remaja mampu mengenali fungsi organ reproduksi, menjaga kebersihan diri dengan benar, serta menghindari risiko infeksi saluran reproduksi. SMAN 4 Palangka Raya, sebagai sekolah dengan jumlah remaja putri yang cukup besar, menjadi lokasi yang relevan untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan siswinya terkait perilaku menjaga kesehatan reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri mengenai perilaku menjaga kesehatan reproduksi di SMAN 4 Palangka Raya. Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei. Sampel berjumlah 100 siswi yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang memuat pernyataan terkait kebersihan organ reproduksi, fungsi organ, konsep biologis, serta perilaku kesehatan reproduksi. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menyajikan distribusi frekuensi dan persentase tingkat pengetahuan responden. Mayoritas responden berada pada rentang usia 15–16 tahun dengan persentase masing-masing 45% dan 41%. Sebagian besar pertanyaan terkait kebersihan dan fungsi organ reproduksi memperoleh persentase jawaban benar yang tinggi, yaitu antara 77% hingga 100%. Sementara itu, beberapa item mengenai konsep biologis dan perilaku seksual menunjukkan persentase jawaban benar lebih rendah, yaitu 26% hingga 53%. Secara keseluruhan, 73% siswi memiliki tingkat pengetahuan kategori baik dan 27% berada pada kategori cukup. Remaja putri di SMAN 4 Palangka Raya secara umum memiliki pengetahuan yang baik mengenai perilaku menjaga kesehatan reproduksi. Meski demikian, aspek yang berkaitan dengan konsep biologis dan pemahaman perilaku seksual masih perlu ditingkatkan melalui edukasi yang lebih intensif, terstruktur, dan interaktif di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Kesehatan Reproduksi Remaja, Tingkat Pengetahuan, Perilaku Menjaga Kesehatan Reproduksi, *Personal Hygiene*, Remaja Putri.

PENDAHULUAN

Upaya untuk mewujudkan generasi penerus bangsa pada remaja memerlukan kekuatan fisik, pengetahuan yang baru, dan tingkat kreativitas yang tinggi. Tanpa adanya peran remaja maka suatu bangsa akan sulit mengalami perubahan. Masa remaja merupakan pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi secara pesat dalam hal fisik, psikologis maupun intelektual (Kemenkes, 2022). Remaja mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi, menyukai tantangan, dan petualangan serta cenderung berani dalam menanggung resiko atas perbuatannya sendiri tanpa membutuhkan pemikiran dan pertimbangan. Pada remaja Sekolah Menengah Atas (SMA) hubungan seksual di luar nikah terjadi akibat dorongan pergaulan bebas, kurangnya perhatian dan kasih sayang dari keluarga serta faktor dari media massa (Virayanti, 2024).

Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan jenjang pendidikan yang dihuni oleh remaja usia 15–18 tahun,

yakni fase akhir masa remaja yang secara psikologis dan sosial berada pada tahap eksplorasi identitas, peningkatan rasa ingin tahu, dan pencarian jati diri. Pada usia ini, remaja cenderung mulai tertarik pada hubungan interpersonal, termasuk ketertarikan terhadap lawan jenis, namun belum sepenuhnya memiliki bekal informasi maupun pemahaman yang utuh mengenai kesehatan reproduksi. SMA menjadi tempat yang strategis untuk melihat sejauh mana tingkat pengetahuan remaja putri mengenai perilaku menjaga kesehatan reproduksi, karena pada usia ini mulai muncul risiko seperti perilaku seksual pranikah, kehamilan tidak diinginkan, infeksi saluran reproduksi, serta kebersihan organ reproduksi yang belum terjaga dengan baik jika tidak dibarengi edukasi yang layak (Addzaky, 2024).

Remaja merupakan sumber daya manusia (SDM) yang paling potensial sebagai tunas dan penerus bagi bangsa. Menurut WHO satu dari lima manusia

yang hidup di dunia ini adalah remaja (Usia 10- 19 tahun) dan 85% berada di negara berkembang. Oleh sebab itu masa remaja perlu diperhatikan secara serius agar dapat menjadi manusia yang mempunyai daya guna yang berarti bagi suatu bangsa serta dapat meningkatkan kualitas dan kemampuannya yang maksimal setidaknya 10 juta kehamilan yang tidak diinginkan terjadi setiap tahun di antara gadis remaja berusia 15-19 tahun di negara berkembang dan diperkirakan terdapat 5,6 juta aborsi yang terjadi setiap tahun pada remaja perempuan berusia 15-19 tahun diantaranya 3,9 juta aborsi secara tidak aman, sehingga berkontribusi pada kematian ibu, morbiditas dan masalah kesehatan yang berkepanjangan (Utama, Jauhari, & others, 2024).

Masalah kesehatan reproduksi pada remaja berkaitan erat dengan berbagai perilaku berisiko, seperti merokok, mengonsumsi minuman beralkohol, dan melakukan hubungan seksual pranikah. Perilaku-perilaku tersebut dapat memicu terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan, penularan infeksi menular seksual (IMS), serta gangguan pada sistem reproduksi remaja. Kurangnya informasi dan pemahaman yang tepat mengenai kesehatan reproduksi sering kali membuat remaja tidak menyadari dampak serius dari tindakan tersebut (Zaein, Fauzan, Tarigan, Hikam, & Ghozali, 2024).

Angka kesehatan reproduksi secara global meliputi tingkat kelahiran pada remaja perempuan usia 15-19 tahun menurun dari 48 per 1.000 pada 2010 menjadi 41 per 1.000 pada 2020 (Menne et al., 2020). Berdasarkan data BKKBN menunjukkan bahwa 17,5% kehamilan di Indonesia merupakan kehamilan yang tidak diinginkan (Lailiyah, 2023). Berdasarkan data BKKBN remaja di provinsi Kalimantan Tengah tepatnya di Kota Palangka Raya, hal ini dapat dibuktikan dengan berdasarkan hasil penelitian data BKKBN provinsi dan PKBI kota Palangka Raya tentang pergaulan bebas remaja, survei menunjukkan bahwa remaja dengan perilaku seksual "resiko rendah" sebesar

(30,37%), level "resiko sedang" (38,15%), dan level "resiko tinggi" (31,48%) (Latifah, Bulkani, & Junaidi, 2025).

Kekhawatiran atas kondisi ini juga tercermin dari pernyataan DPRD Kota Palangka Raya dalam forum resmi. Pada 23 Mei 2024, Anggota Komisi C DPRD Kota Palangka Raya, Susi Idawati, menyuarakan pentingnya penguatan edukasi kesehatan reproduksi, terutama dalam konteks mencegah pernikahan usia dini dan dampaknya terhadap kesehatan fisik serta mental remaja. Ia menyoroti bahwa masih banyak remaja perempuan di Palangka Raya yang kurang mendapatkan informasi mengenai kesehatan reproduksi, padahal mereka adalah calon ibu yang akan menentukan kualitas generasi mendatang. Bahwa remaja yang tidak siap secara biologis dan psikologis berisiko mengalami gangguan seperti anemia, *stunting*, hingga *baby-blues syndrome* setelah melahirkan (Borneonews.co.id, 2025).

Berdasarkan data BKKBN dan pernyataan dari lembaga legislatif daerah ini memperkuat urgensi perlunya penelitian yang menggambarkan sejauh mana remaja putri di Palangka Raya khususnya di lingkungan sekolah memahami dan menerapkan perilaku menjaga kesehatan reproduksi. Hal ini juga menunjukkan adanya kesenjangan antara kebijakan dan implementasi edukasi di tingkat lapangan yang belum sepenuhnya menysasar kebutuhan remaja secara efektif.

Ketidakseimbangan perkembangan mental pada masa transisi tersebut dapat menimbulkan kebingungan remaja yang dikhawatirkan membawa remaja pada perilaku seksual yang tidak bertanggungjawab seperti perilaku pacaran yang mengarah untuk melakukan hubungan seksual pranikah atau seks bebas. Dampak dari perilaku tersebut antara lain terjadinya kehamilan remaja, kehamilan yang tidak diinginkan hingga upaya melakukan pengguguran yang tidak aman. Selain itu remaja dapat tertular penyakit menular seksual (PMS) dan berhadapan dengan dampak sosial seperti putus

sekolah, stigma masyarakat dan sanksi sosial lainnya (Talsania et al., 2024).

Minimnya informasi dan kurangnya peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi sering menjadi salah satu persoalan yang membuat mereka salah dalam memberikan keputusan kurangnya pengetahuan remaja terkait kebersihan alat reproduksi selama menstruasi dapat menyebabkan infeksi saluran reproduksi. Remaja putri rentan sekali terhadap infeksi organ reproduksi yang disebabkan kurangnya perilaku dalam merawat kebersihan diri (Anwar, Rosdiana, Dhirah, & Marniati, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Mareti & Nurasa, 2022) menunjukkan bahwa pengetahuan remaja dalam kategori baik adalah pengetahuan mengenai pengertian kesehatan reproduksi (100%), pengetahuan organ reproduksi (80%), pengetahuan masa subur dan kehamilan (100%), pengetahuan pemeliharaan alat reproduksi (100%). Pengetahuan remaja kategori sedang adalah pengetahuan tentang gizi remaja (66.6%), pengetahuan tentang menstruasi dan mimpi basah (66.6%), pengetahuan masalah kesehatan reproduksi (75%) dan pengetahuan akses informasi kesehatan reproduksi (66.6%).

Penelitian yang dilakukan oleh (Mulyati et al., 2024) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja menunjukkan hasil tingkat pengetahuan terhadap kesehatan reproduksi pada remaja dengan nilai yang rendah sebanyak 195 responden (51,31%). Kemudian setelah dilakukan penyuluhan menunjukkan hasil bahwa tingkat pengetahuan terhadap kesehatan reproduksi pada remaja dengan nilai yang tinggi yaitu sebanyak 299 responden (78,69%). Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan tentang kesehatan reproduksi pada remaja.

Meskipun beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi mampu meningkatkan pengetahuan remaja,

namun belum banyak studi yang secara khusus mengkaji gambaran tingkat pengetahuan remaja putri mengenai perilaku menjaga kesehatan reproduksi di tingkat sekolah menengah atas, khususnya di Kota Palangka Raya. Selain itu, belum ditemukan kajian yang secara spesifik menyoroti kondisi di SMAN 4 Palangka Raya, padahal sekolah ini memiliki jumlah siswi yang cukup besar dan mewakili karakteristik remaja perkotaan di daerah tersebut. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mampu menggambarkan kondisi nyata dan menjadi dasar untuk pengembangan program pendidikan kesehatan reproduksi yang lebih tepat sasaran.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan rancangan survei yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Populasi penelitian adalah seluruh siswi SMAN 4 Palangka Raya sebanyak 506 orang. Sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10%, sehingga diperoleh jumlah sampel minimal 84 responden dan ditingkatkan menjadi 100 responden untuk meningkatkan representativitas penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling* berdasarkan angkatan kelas X dan XI. Kriteria inklusi meliputi siswi kelas X dan XI yang bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi meliputi siswi yang tidak hadir pada saat penelitian, tidak bersedia mengikuti penelitian, atau mengisi kuesioner secara tidak lengkap.

Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan kesehatan reproduksi yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya. Proses adaptasi dilakukan melalui penyesuaian bahasa, konteks, dan isi pertanyaan agar sesuai dengan karakteristik remaja putri di lingkungan sekolah menengah atas, kemudian ditelaah oleh ahli (*expert judgment*) sebelum dilakukan uji coba kepada responden yang memiliki karakteristik serupa dengan subjek

penelitian. Hasil uji validitas menunjukkan 24 item dinyatakan valid, sedangkan hasil uji reliabilitas memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,856, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang baik.

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara langsung setelah responden memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian dan menyatakan kesediaannya untuk berpartisipasi. Data

diolah melalui tahapan editing, coding, entry, processing, dan cleaning menggunakan program SPSS, kemudian dianalisis secara univariat untuk memperoleh distribusi frekuensi dan persentase tingkat pengetahuan remaja putri mengenai kesehatan reproduksi. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Universitas Palangka Raya dengan nomor *Ethical Clearance* 143/UN24.9/LL/2025.

HASIL

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Adapun distribusi usia responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
14 Tahun	3	3
15 Tahun	45	45
16 Tahun	41	41
17 Tahun	10	10
18 Tahun	1	1
Total	100	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas responden berusia 15 tahun sebanyak 45 orang (45%), diikuti oleh usia 16 tahun

sebanyak 41 orang (41%). Sementara itu, jumlah responden paling sedikit adalah yang berusia 18 tahun, yaitu 1 orang (1%).

Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Perilaku Menjaga Kesehatan Reproduksi

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Perilaku Menjaga Kesehatan Reproduksi

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	73	73
Cukup	27	27
Kurang	0	0
Total	100	100

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai perilaku menjaga kesehatan reproduksi, yaitu sebanyak

73 orang (73%), 27 orang (27%) memiliki tingkat pengetahuan cukup dan sebanyak 0 (0%) memiliki tingkat pengetahuan kurang.

Tabel 3. Analisis Hasil Penelitian Berdasarkan Setiap Item Pernyataan Pengetahuan Remaja Putri tentang Kesehatan Reproduksi

Pertanyaan	Jenis Item	Presentase	
		Benar (%)	Salah (%)
Menstruasi atau haid merupakan tanda lain pada wanita memasuki usia remaja.	Favorable	100	0
Faktor hormonal mempunyai peranan penting untuk proses pertumbuhan dan perkembangan tubuh.	Favorable	77	23
Hormon yang dihasilkan oleh alat reproduksi perempuan adalah testosteron dan androgen.	Favorable	99	1
Tempat terjadinya pembuahan atau pertemuan antara sel telur dengan sel sperma disebut rahim atau uterus.	Unfavorable	26	74
Salah satu fungsi vagina adalah untuk mengeluarkan cairan atau darah yang dihasilkan di dalam Rahim.	Unfavorable	69	31
Hymen atau selaput dara adalah selaput tipis yang menutupi seluruh vagina bagian dalam.	Favorable	99	1
Masa subur pada wanita adalah masa yang tidak akan terjadi keputihan.	Unfavorable	89	11
Kejadian pertemuan sel telur dan sel sperma disebut fertilisasi.	Unfavorable	42	58
Membersihkan alat kelamin merupakan salah satu cara untuk menghindari penyakit kelamin.	Favorable	93	7
1. Celana dalam diganti bila lembab dan minimal dua kali sehari.	Favorable	100	0
2. Kloset untuk buang air besar dan buang air kecil harus dalam keadaan bersih.	Favorable	100	0
3. Setelah buang air kecil dan buang air besar sebaiknya membersihkan alat kelamin menggunakan air bersih.	Favorable	100	0
4. Penggunaan pembalut saat keputihan merupakan satu cara untuk menjaga kebersihan alat kelamin.	Favorable	99	1
5. Mengganti pembalut saat menstruasi minimal 2 sampai 3 kali sehari.	Favorable	61	39
6. Jika seks pranikah hanya dilakukan 1-2 kali saja, maka tidak akan menimbulkan kehamilan dan risiko negatif.	Favorable	99	1
7. Pendidikan seksual penting bagi saya untuk saya ketahui.	Unfavorable	43	57
8. Informasi tentang seksual dan kesehatan reproduksi penting untuk remaja.	Favorable	98	2
9. Seksual pranikah boleh dilakukan jika menggunakan kondom/pengaman.	Favorable	98	2
10. Seks bebas yang berulang-ulang menimbulkan risiko penyakit menular seksual.	Unfavorable	26	74
11. Cara yang baik untuk menghindari kehamilan pranikah adalah menyibukkan diri dengan kegiatan positif.	Unfavorable	53	47

Pertanyaan	Jenis Item	Presentase	
		Benar (%)	Salah (%)
1. Seksual pranikah akan menimbulkan kenangan indah yang tidak dapat dilupakan.	Favorable	99	1
2. Kehamilan dini membentuk mental yang siap untuk menjadi seorang ibu.	Favorable	69	31
3. Berciuman tidak merupakan salah satu perilaku seksual pranikah.	Unfavorable	53	47
4. Seks bebas dapat berakibat buruk.	Unfavorable	70	30

Berdasarkan hasil analisis per item pertanyaan mengenai pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi pada Tabel 5.3, secara umum menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden berada pada kategori baik, karena sebagian besar menjawab benar pada sebagian besar item pertanyaan. Mayoritas remaja putri telah memahami konsep dasar kesehatan reproduksi seperti tanda-tanda pubertas, pentingnya kebersihan organ reproduksi, serta bahaya seks pranikah. Hal ini terlihat dari tingginya persentase jawaban benar pada item-item favorable seperti menstruasi (100%), pentingnya menjaga kebersihan alat kelamin (93–100%), dan pemahaman mengenai risiko perilaku seksual bebas (98–99%). Namun demikian, masih terdapat beberapa aspek yang perlu mendapat perhatian, terutama pada pertanyaan-pertanyaan yang bersifat *unfavorable* seperti tempat terjadinya pembuahan (26% benar), makna fertilisasi (42% benar), serta pemahaman masa subur dan cara mencegah kehamilan pranikah (masing-masing 43–53% benar). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan dasar sudah cukup baik, pemahaman mendalam tentang konsep biologis dan reproduksi masih perlu ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan reproduksi yang lebih komprehensif dan berkelanjutan.

PEMBAHASAN

Karakteristik Berdasarkan Usia Siswi SMAN 4 Palangka Raya

Mayoritas responden berada pada rentang usia 15–16 tahun yang termasuk dalam kategori remaja

pertengahan (*middle adolescence*). Pada tahap perkembangan ini, remaja mengalami perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang berlangsung secara cepat, terutama berkaitan dengan kematangan sistem reproduksi. Kondisi tersebut menyebabkan kebutuhan akan informasi dan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi menjadi semakin penting. Pada usia ini, remaja juga mulai memiliki rasa ingin tahu yang tinggi terhadap perubahan yang dialami tubuhnya serta lebih mudah menerima informasi dari lingkungan, baik melalui keluarga, sekolah, teman sebaya, maupun media digital. Oleh karena itu, pemberian edukasi kesehatan reproduksi pada kelompok usia remaja pertengahan menjadi sangat penting untuk membentuk pengetahuan dan perilaku yang tepat dalam menjaga kesehatan reproduksi. Perubahan fisik yang signifikan pada usia 15–16 tahun seperti pertumbuhan payudara, menstruasi pertama, dan perubahan hormon membuat remaja putri menjadi lebih sensitif terhadap kondisi tubuh mereka sendiri maupun pengaruh lingkungan sekitar. Pada tahap ini, remaja mulai memahami fungsi-fungsi tubuh, tetapi pada saat yang sama juga rentan mengalami kesalahpahaman mengenai kesehatan reproduksi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat siswi yang memberikan jawaban salah pada beberapa item penting, misalnya kesalahan dalam menentukan lokasi terjadinya fertilisasi serta organ yang menjadi tempat terjadinya hubungan seksual. Kesalahan ini menggambarkan bahwa pemahaman biologis dasar

mengenai sistem reproduksi belum sepenuhnya terbentuk.

Perkembangan sosial pada rentang usia ini juga berpengaruh. Remaja cenderung memperoleh informasi dari teman sebaya, media sosial, atau sumber lain yang belum tentu akurat. Akibatnya, beberapa siswi cenderung memiliki persepsi keliru mengenai kesehatan reproduksi, termasuk tentang fungsi organ reproduksi dan cara menjaga kebersihan area genital. Kondisi ini menunjukkan bahwa pendidikan usia 15–16 tahun merupakan masa transisi penting dari anak-anak menuju dewasa muda. Pada tahap ini, remaja mulai membentuk jati diri dan memahami tanggung jawabnya, termasuk dalam menjaga kesehatan diri dan kebersihan organ reproduksi (Rahman, 2022). Kesehatan reproduksi pada usia 15–16 tahun sangat penting dilakukan secara terarah dan sistematis (Lilieek Pratiwi et al., 2023).

Pengetahuan yang baik tentang kesehatan reproduksi tidak hanya memengaruhi perilaku saat ini, tetapi juga membentuk kebiasaan sehat jangka panjang. Kemampuan kognitif remaja pada usia ini mulai berkembang secara signifikan, memungkinkan mereka menyerap informasi yang lebih kompleks dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Tingginya rasa ingin tahu pada remaja tidak selalu diimbangi dengan pengetahuan yang benar, sehingga mereka sering mengambil keputusan yang berisiko. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang tepat dan berkelanjutan sangat penting untuk membantu remaja membuat pilihan yang sehat terkait perilaku reproduksi (Amanda, 2022).

Secara psikososial, perkembangan sosial remaja memengaruhi cara mereka memandang norma budaya, pengaruh teman sebaya, serta nilai-nilai keluarga. Remaja yang mendapatkan informasi dari berbagai sumber, termasuk teman, media sosial, dan guru, cenderung lebih siap menerima edukasi kesehatan reproduksi. Teori perilaku kesehatan juga menekankan bahwa pengetahuan yang benar menjadi dasar pembentukan sikap dan perilaku sehat (Amanda,

2022). Edukasi kesehatan reproduksi di SMA N 7 Pekanbaru. Mereka menemukan bahwa peningkatan pemahaman paling besar terjadi pada kelompok usia 15–16 tahun, karena siswa pada usia ini cenderung terbuka terhadap informasi baru dan aktif dalam diskusi (Lestari et al., 2025).

Usia remaja pertengahan merupakan masa ideal untuk memberikan sosialisasi terkait pernikahan dini dan edukasi kesehatan reproduksi. Edukasi pada usia ini dapat mencegah risiko kesehatan seperti stunting dan infeksi menular seksual, karena remaja lebih mudah menyerap informasi dan menerapkannya (Taufikurrahman et al., 2023). Edukasi yang diberikan kepada siswa SMA berusia 15–17 tahun dapat meningkatkan kesadaran pentingnya menjaga kebersihan diri, mengenal perubahan tubuh, serta memahami risiko penyakit menular seksual. Temuan ini memperkuat bahwa usia 15–16 tahun merupakan fase yang paling strategis untuk intervensi pendidikan kesehatan reproduksi (Rahmafritri et al., 2025).

Edukasi kesehatan reproduksi dan praktik personal hygiene berperan penting dalam mencegah masalah seperti keputihan (fluor albus) pada remaja putri. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa informasi yang benar dapat memicu perilaku tidak higienis dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Dengan demikian, pemberian edukasi yang tepat, terutama pada usia yang sedang mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial secara bersamaan, sangat diperlukan untuk membangun pengetahuan yang benar serta mencegah terjadinya misinformasi (Widiarti et al., 2023).

Peneliti berpendapat bahwa usia remaja 15–16 tahun memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat pemahaman kesehatan reproduksi karena pada tahap ini kemampuan kognitif dan berpikir abstrak sudah mulai berkembang. Remaja lebih responsif terhadap informasi kesehatan, tetapi hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa siswi masih memberikan

jawaban yang tidak tepat, seperti kesalahan dalam menentukan lokasi fertilisasi dan organ tempat terjadinya hubungan seksual. Hal ini menandakan bahwa meskipun kemampuan berpikir mereka meningkat, pemahaman biologis dasar belum sepenuhnya terbentuk.

Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswi Mengenai Perilaku Menjaga Kesehatan Reproduksi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswi SMAN 4 Palangka Raya memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai perilaku menjaga kesehatan reproduksi, yaitu 73%, sedangkan 27% memiliki tingkat pengetahuan cukup, yang menunjukkan adanya kesenjangan informasi di kalangan siswi. Tingkat pengetahuan yang baik ini mencerminkan bahwa sebagian besar siswi telah memahami prinsip dasar menjaga kebersihan organ reproduksi, mengenali tanda-tanda awal masalah kesehatan, serta mengetahui perilaku pencegahan yang tepat. Menurut teori perilaku kesehatan, pengetahuan merupakan domain kognitif yang penting dalam membentuk sikap dan perilaku sehat remaja, sehingga pemahaman yang baik akan mendorong perilaku positif (Amanda, 2022). Teori pendidikan kesehatan menekankan bahwa faktor informasi, lingkungan sekolah, dan peran guru sangat menentukan peningkatan pemahaman remaja terhadap kesehatan reproduksi (Asdhar et al., 2025).

Bahwa secara umum siswi memiliki tingkat pengetahuan yang cukup baik mengenai perilaku menjaga kesehatan reproduksi. Hal ini terlihat dari sebagian besar responden yang menjawab benar pada item-item pernyataan terkait kebersihan organ reproduksi. Sebanyak 100% siswi mengetahui bahwa menstruasi merupakan tanda pubertas, serta pentingnya menjaga kebersihan seperti mengganti celana dalam minimal dua kali sehari, menjaga kebersihan kloset, dan membersihkan alat kelamin dengan air bersih. Selain itu, 99% siswi memahami bahwa penggunaan pembalut saat keputihan membantu menjaga kebersihan, dan 93%

mengetahui bahwa menjaga kebersihan alat kelamin dapat mencegah penyakit menular seksual. Data tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan dasar siswi mengenai perilaku menjaga kebersihan dan kesehatan reproduksi sudah tergolong baik dan menunjukkan kesadaran yang tinggi terhadap pentingnya perilaku hidup bersih.

Terdapat beberapa aspek yang menunjukkan kurangnya pemahaman mendalam pada beberapa konsep kesehatan reproduksi. Hanya 26% siswi yang mengetahui bahwa pembuahan terjadi di tuba falopi, 42% yang memahami makna fertilisasi, dan 43% yang menyadari pentingnya pendidikan seksual. Selain itu, pemahaman tentang cara mencegah kehamilan pranikah juga masih rendah, dengan hanya 53% yang menjawab benar, sementara 47% siswi masih memiliki persepsi keliru terhadap perilaku berciuman sebagai bagian dari perilaku seksual pranikah. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan dasar kebersihan reproduksi tergolong baik, pemahaman terkait fungsi biologis, reproduksi, serta risiko perilaku seksual masih perlu ditingkatkan. Oleh karena itu, dibutuhkan edukasi yang lebih komprehensif dan berkelanjutan, baik melalui kegiatan pembelajaran di sekolah maupun penyuluhan kesehatan remaja, agar siswi dapat memiliki pengetahuan yang lebih utuh dan mampu menerapkan perilaku yang bertanggung jawab dalam menjaga kesehatan reproduksi.

Meskipun sebagian besar siswi memiliki pengetahuan baik, adanya siswi dengan tingkat pengetahuan cukup menandakan masih ada celah dalam pemahaman mereka. Kegiatan seperti seminar, diskusi kelompok, penggunaan media interaktif, dan peran aktif guru bimbingan konseling dapat menjadi sarana efektif untuk meningkatkan pemahaman secara menyeluruh. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan secara berulang dan konsisten memiliki efek jangka panjang terhadap perilaku remaja (Rahmafitri et al., 2025).

Teman sebaya juga berperan sebagai sumber informasi, baik positif maupun negatif, sehingga intervensi pendidikan harus mempertimbangkan dinamika sosial ini. Pemahaman remaja terhadap kebersihan genitalia bervariasi sebelum intervensi, namun meningkat signifikan setelah diberikan edukasi yang tepat. Oleh karena itu, penyuluhan dan kegiatan edukatif di sekolah perlu melibatkan pendekatan yang mengedukasi sekaligus membangun interaksi sosial positif di antara siswa (Atik & Susilowati, 2021). Lingkungan sekolah juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan tingkat pengetahuan remaja. Sekolah yang menyediakan informasi yang akurat, konsisten, dan relevan akan memfasilitasi pembentukan pengetahuan yang baik (Amanda, 2022). SMAN Unggul Tunas Bangsa Aceh Barat Daya menunjukkan bahwa 70% remaja yang mendapatkan penyuluhan memiliki pengetahuan baik tentang kesehatan reproduksi, yang menunjukkan efektivitas pendidikan berbasis sekolah (Nurfutriani, Arifarahmi, Putri, & Pebrianti, 2024). Selain sekolah, peran keluarga dan teman sebaya juga memengaruhi pengetahuan dan sikap remaja terhadap kesehatan reproduksi. Komunikasi terbuka dengan orang tua, terutama ibu, dapat meningkatkan pemahaman siswi mengenai perawatan tubuh dan kebersihan organ reproduksi (Hafni & others, 2025).

Tingkat pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan dan kuat dengan perilaku personal *hygiene* selama menstruasi pada remaja putri ($p = 0.000$; $r = 0.624$). Artinya, semakin tinggi pengetahuan remaja, semakin baik pula perilaku mereka dalam menjaga kebersihan organ reproduksi. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa sikap berhubungan dengan perilaku, meskipun kekuatannya lebih lemah ($p = 0.003$; $r = 0.309$), sehingga memperkuat kesimpulan bahwa pengetahuan merupakan faktor kognitif yang paling menentukan dalam pembentukan perilaku kesehatan reproduksi (Samosir, Widodo, Nurfianto, Trisia, & Jabal, 2025). Dengan demikian,

hasil penelitian ini mendukung temuan pada siswi SMAN 4 Palangka Raya, di mana mayoritas siswi dengan pengetahuan baik cenderung menunjukkan pemahaman dan perilaku yang lebih tepat dalam menjaga kesehatan reproduksi.

(Cunningham, 2012) menjelaskan bahwa kesehatan reproduksi mencakup pemahaman menyeluruh mengenai anatomi, fisiologi, serta perubahan biologis yang terjadi sejak masa pubertas. Dalam buku tersebut dijelaskan bahwa pubertas merupakan fase penting di mana terjadi maturasi organ reproduksi, peningkatan aktivitas hormonal, serta munculnya tanda-tanda seks sekunder yang harus dipahami remaja agar mampu menjaga kebersihan dan fungsi organ reproduksinya dengan baik.

Tingkat pengetahuan siswi SMAN 4 Palangka Raya terkait perilaku menjaga kesehatan reproduksi sudah berada pada tingkat yang baik. Program edukasi yang diberikan harus ditargetkan, relevan, dan kontekstual sesuai dengan karakteristik siswi, termasuk usia, kemampuan kognitif, dan latar belakang sosial. Peneliti menekankan perlunya pengembangan metode pembelajaran yang inovatif, seperti simulasi, *role play*, dan media digital, untuk membuat pembelajaran lebih menarik dan efektif. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pendekatan interaktif dan berkelanjutan memiliki efek lebih besar dibandingkan pendekatan pasif seperti ceramah semata. Selain itu, penguatan komunikasi dengan orang tua dan pengawasan guru juga menjadi faktor pendukung keberhasilan edukasi. Dengan strategi yang tepat, peningkatan pengetahuan siswi akan berdampak pada pembentukan perilaku hidup sehat secara konsisten.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMAN 4 Palangka Raya, dapat disimpulkan bahwa karakteristik usia siswi menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 15–16 tahun, yaitu 45% dan 41%. Hal ini menandakan bahwa

sebagian besar siswi berada pada masa remaja pertengahan, di mana kemampuan kognitif dan sosial mereka telah berkembang sehingga lebih mampu memahami informasi mengenai kesehatan reproduksi. Tingkat pengetahuan yang baik mengenai perilaku menjaga kesehatan reproduksi dengan persentase jawaban benar berkisar antara 77% hingga 100% pada sebagian besar item pertanyaan, sementara beberapa aspek seperti pemahaman konsep biologis dan perilaku seksual masih perlu ditingkatkan dengan persentase jawaban benar hanya 26% hingga 53%. Secara keseluruhan, gambaran tingkat pengetahuan siswi menunjukkan bahwa 73% memiliki pengetahuan baik dan 27% memiliki pengetahuan cukup, yang mencerminkan bahwa mayoritas siswi telah memahami pentingnya menjaga kebersihan serta kesehatan organ reproduksi, meskipun masih diperlukan edukasi tambahan dan sosialisasi yang lebih interaktif untuk meningkatkan pemahaman pada aspek-aspek tertentu.

DAFTAR PUSTAKA

- Addzaky, K. U. (2024). Perkembangan peserta didik SMA (Sekolah menengah atas). *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 1(3), 75–85.
- Amanda, F. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Menstrual Hygiene. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, 6(1), 1–6.
- Anwar, C., Rosdiana, E., Dhirah, U. H., & Marniati, M. (2020). Hubungan pengetahuan dan peran keluarga dengan perilaku remaja putri dalam menjaga kesehatan reproduksi di SMP Negeri 1 Kuta Baro Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 393–403.
- Asdhar, A., Ramadhani, A., Pratiwi, R. A., Aisyah, S. N., Kasmin, S., Sulfiatri, S., ... others. (2025). Edukasi Kesehatan Reproduksi sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja di SMA Negeri 2 Kendari. *Mestaka: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 407–412.
- Atik, N. S., & Susilowati, E. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja pada siswa smk kabupaten Semarang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 5(2), 45–52.
- Borneonews.co.id. (2025). DPRD dorong edukasi kesehatan reproduksi untuk remaja di Palangka Raya. Retrieved from <https://www.borneonews.co.id/berita/442896-pemkab-gunung-mas-optimalikan-peran-genre-jadi-agen-perubahan-sosial>
- Cunningham, F. G. (2012). Obstetri Williams Cetakan 23. *Jakarta: EGC*.
- Hafni, R., & others. (2025). Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di SMAN Unggul Tunas Bangsa Aceh Barat Daya. *Future Academia: The Journal of Multidisciplinary Research on Scientific and Advanced*, 3(4), 1623–1633.
- Kemenkes, R. I. (2022). Kesehatan Reproduksi Remaja: Permasalahan dan Upaya Pencegahan. *Jurnal Yankes Kemkes. Tersedia Di: [https://Yankes. Kemkes. Go. Id/View_artikel/29/Kesehatan-Reproduksi-Remaja-Permasalahan-Dan-Upaya-Pencegahan](https://Yankes.Kemkes.Go.Id/View_artikel/29/Kesehatan-Reproduksi-Remaja-Permasalahan-Dan-Upaya-Pencegahan). Diakses Pada Tanggal, 19.*
- Lailiyah, K. (2023). Peran Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Dalam Percepatan Penurunan Stunting Perspektif Perpres Nomor 72 Tahun 2021. *Mendapo: Journal of Administrative Law*, 4(1), 16–33.
- Latifah, W., Bulkani, B., & Junaidi, J. (2025). Peran Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional Kalimantan Tengah Dalam Upaya Menurunkan Angka Pernikahan Dini Di Kalimantan Tengah. *Pencerah Publik*, 12(1), 1–10.
- Lestari, S. S., Oktavianti, N., Rahmawati, S., Yuwandari, N. A.,

- Retno, P. D., & Fridons, A. (2025). Edukasi Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi dan Pencegahan Penyakit Menular Seksual pada Siswa/siswi SMA N 7 Pekanbaru sebagai Latihan Public Speaking Mahasiswa Kebidanan Universitas Abdurrah. *ABDI KARYA: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 1–5.
- Lilieki Pratiwi, M., Putri, R. S. W., Nawangsari, H., S ST, M. K., Damayanti, D. F., Yane Liswanti, M., ... others. (2023). *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Anak dan Remaja (Sudut Pandang Teori dan Penelitian)*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Mareti, S., & Nurasa, I. (2022). Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Kota Pangkalpinang. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 9(2), 25–32.
- Menne, B., de Leon, E., Bekker, M., Mirzikašvili, N., Morton, S., Shriwise, A., ... Wippel, C. (2020). Health and well-being for all: an approach to accelerating progress to achieve the Sustainable Development Goals (SDGs) in countries in the WHO European Region. *European Journal of Public Health*, 30(Supplement_1), i3--i9.
- Mulyati, S., Mahanani, D., Hutapea, J. H. S. M., Fakhirah, A., Fatimah, G. N., Masruroh, S., ... Fasa, S. P. (2024). Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Jakarta. *Mitra Mahajana: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 200–206.
- Nurfitriani, N., Arifarahmi, A., Putri, V. S., & Pebrianti, D. K. (2024). Pengetahuan Remaja dalam Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi di SMAN 13 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 13(2), 316–321.
- Rahmafritri, N. N., Karlina, I., Rohendi, R., Apriani, R., Salsabila, S., Rianti, T., ... others. (2025). Pendidikan Kesehatan “Aksi Mentari” Aku Siap Menjaga Kesehatan Organ Reproduksi Pada Remaja. *Jurnal Abdimas Kartika Wijayakusuma*, 6(3), 1357–1363.
- Rahman, I. (2022). Analisis tingkat pemahaman pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 395–398.
- Samosir, A., Widodo, T., Nurfianto, S., Trisia, A., & Jabal, A. R. (2025). The Relationship Between the Level of Knowledge and Attitudes with Personal Hygiene Behavior During Menstruation in Adolescent. *Barigas: Jurnal Riset Mahasiswa*, 3(2).
- Talsania, T., Nazirah, P., Sari, N. P., Radiah, R., Jumiaty, J., Zahara, C. I., & Dewi, R. (2024). Psikoedukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Perilaku Seks Bebas pada Remaja di SMP Negeri 2 Dewantara. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 2(3), 959–966.
- Taufikurrahman, T., Zulfi, A. N., Irmawati, E. F. F., Setiawan, W. P., Azizah, P. N., & Soelityono, F. F. (2023). Sosialisasi pernikahan usia dini dan edukasi kesehatan reproduksi remaja sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Pabean, Kabupaten Probolinggo. *Scientia: Jurnal Hasil Penelitian*, 8(1), 73–88.
- Utama, R. J., Jauhari, T., & others. (2024). Pemberdayaan Remaja Melalui Pelatihan Keterampilan Sebagai Upaya Meningkatkan Kesejahteraan. *Syarikat: Jurnal Rumpun Ekonomi Syariah*, 7(2), 435–446.
- Virayanti, I. M. (2024). Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Remaja Tentang Bahaya Seks Bebas Di Sma Negeri 3 Ternate. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 4(2).
- Widiarti, A., Arifin, S., Lestaris, T., Putra, R. A. A. H. S., Mutiasari, D., Widodo, T., ... others. (2023). Health education for preventing flour albus with personal hygiene practices of reproductive organs of female students in MAN Palangka

- Raya. *Pengabdian Kampus: Jurnal Informasi Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat*, 10(2), 154–158.
- Zaein, M. R., Fauzan, H. W., Tarigan, K. L., Hikam, A. F., & Ghozali, M. A. (2024). Implikasi Stimulus Kontrol dan Modeling pada Pendekatan Behavioristik terhadap Perilaku Seksual Pranikah di Kalangan Generasi Muda. *Guidance: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 21(02), 276–292.