

**PROMOSI KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA DALAM OPTIMALISASI PHBS DI
PANTI ASUHAN VINCENTIUS****Tuti Asrianti Utami^{1*}, Isti Daryati², Diana Tarigan³, Lestari Sondang⁴, Yuliana
Ivanka⁵**¹⁻⁵Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus

Email Korespondensi: tutichaidir18@gmail.com

Disubmit: 09 Januari 2024

Diterima: 16 Februari 2024

Diterbitkan: 01 April 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13770>**ABSTRAK**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada sistem reproduksi remaja perempuan perlu dilakukan secara benar, agar remaja dapat mengambil keputusan yang bijak terkait dengan kesehatan reproduksi mereka di masa depan. Promosi kesehatan merupakan upaya penting dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan sistem reproduksi. Tujuan promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang perubahan perkembangan fisik remaja dan perilaku hidup bersih dan sehat terkait sistem reproduksi melalui praktik-praktik seperti mencuci tangan dengan sabun, melakukan aktivitas fisik teratur, menghindari perilaku berisiko, cara membersihkan organ reproduksi bahkan menjaga kebersihan lingkungan dengan mencuci dan membuang bekas pembalut dengan benar. Sasaran program adalah remaja putri yang tinggal di Panti Asuhan Vincentius Puteri Jakarta Timur. Promosi kesehatan yang diberikan dengan metode ceramah, memberikan leaflet, video demonstrasi efektif cara mencuci pembalut Wanita diakhiri dengan tanya jawab. Hasil dari promosi kesehatan terdapat peningkatan pengetahuan tentang PHBS sistem reproduksi remaja. Saran promosi kesehatan penting dilakukan secara berkala dan optimal, agar seluruh anak-anak dan remaja mampu secara mandiri mengambil keputusan yang baik terkait kesehatannya dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Promosi Kesehatan, Remaja, Sistem Reproduksi

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in the reproductive system of adolescent girls needs to be carried out correctly so that adolescents can make wise decisions regarding their reproductive health in the future. Health promotion is an important effort to increase understanding and awareness of the importance of maintaining the health of the reproductive system. Health promotion aims to increase adolescent girls' knowledge about changes in adolescent physical development and clean and healthy living behavior related to the reproductive system through practices such as washing hands with soap, doing regular physical activity, avoiding risky behavior, cleaning reproductive organs and even maintaining environmental cleanliness by washing and disposing of used sanitary napkins properly. The program targets young women living at

the Vincentius Puteri Orphanage, East Jakarta. Health promotion is provided using the lecture method, giving leaflets, and effective video demonstrations on how to wash sanitary napkins, ending with questions and answers. The result of health promotion is an increase in knowledge about PHBS regarding the adolescent reproductive system. Health promotion suggestions are important to carry out regularly so that all children and adolescents can be independent make good decisions regarding their health and improve their overall quality of life.

Keywords: *Clean and Healthy Living Behavior, Health Promotion, Adolescents, Reproductive System*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi sangat penting bagi pria dan wanita. Kesehatan reproduksi, mencakup kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang utuh, tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan, tetapi juga melibatkan fungsi dan proses sistem reproduksi (Yarza et al., 2019). Sistem reproduksi terdiri dari organ dan jaringan dalam tubuh manusia yang bertanggung jawab untuk reproduksi dan perkembangan manusia. Sistem reproduksi wanita terdiri dari ovarium, tuba falopi, uterus, dan vagina, sementara pada pria terdiri dari testis, epididimis, saluran deferens, vesikula seminalis, prostat, dan penis (Charles, 2019; Hockenberry et al., 2017).

Data dari *United Nations Fund for Population Activities* (UNFPA) mencatat bahwa sekitar 121 juta kehamilan yang terjadi setiap tahun di dunia adalah kehamilan tidak direncanakan, yang menyumbang sekitar 60% dari total kehamilan (UNFPA, 2022). Di Indonesia, menurut laporan *estabillity* tahun 2022 oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), sekitar 40% kehamilan antara tahun 2015 hingga 2019 adalah kehamilan tidak diinginkan, mendekati angka kehamilan tidak diinginkan di dunia (BKKBN, 2021).

Remaja adalah kelompok usia antara 10 hingga 19 tahun. Masa remaja ditandai oleh perubahan fisik, emosional, dan psikologis yang merupakan bagian dari proses menuju kedewasaan (Efodia, Utami & Novita, 2022). Kesehatan reproduksi remaja menjadi masalah penting yang memerlukan perhatian, karena terbatasnya informasi, minimnya akses pelayanan kesehatan dan kurangnya kelembagaan yang secara khusus menangani masalah kesehatan reproduksi remaja (Rima & Riris, 2020; Susanto et al., 2020). Remaja di panti asuhan Vincentius telah mengalami perubahan fisik dan masuk masa pubertas, sehingga penting bagi mereka untuk memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan organ reproduksi, menghindari perilaku berisiko seperti seks bebas, penyebaran penyakit kelamin, dan kehamilan di luar nikah (Admin & Sri Emilda, 2021; Maisaroh., 2019).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit melalui praktik-praktik seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, mengonsumsi makanan bergizi, melakukan aktivitas fisik teratur, dan menghindari perilaku berisiko (Harahap, 2023; Utami et al., 2022). PHBS memiliki peran penting dalam mencegah penyakit menular, termasuk yang terkait dengan sistem reproduksi (Amalia et al., 2023; Kemenkes RI, 2021)

Kegiatan pengabdian masyarakat ini, tujuan utamanya adalah memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja dan pentingnya

PHBS, serta mengurangi, mencegah perilaku penyimpangan seksual. Panti asuhan Vincentius Putri merupakan lembaga penampungan untuk anak-anak yatim piatu, saat ini usia yang ada antara usia anak-remaja. Hasil wawancara dengan pengurus panti Vincentius Putri, diketahui bahwa diantara 5 remaja terdapat 4 remaja belum pernah mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian Masyarakat melalui promosi kesehatan ini diharapkan dapat mengkomunikasikan pentingnya kesehatan reproduksi dan PHBS kepada remaja (Widayati, 2022) di Panti asuhan Vincentius Putri.

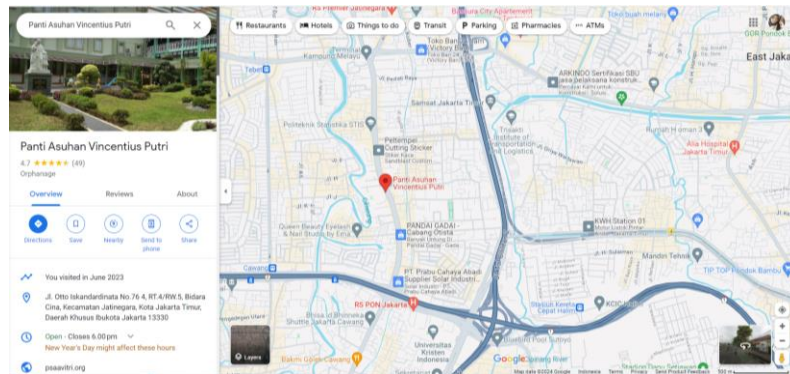
Promosi kesehatan adalah upaya yang dilakukan terhadap masyarakat sehingga mereka mau dan mampu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri (Notoatmojo, 2020; Utami et al., 2023). Tujuan promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang perubahan perkembangan fisik remaja dan perilaku hidup bersih dan sehat terkait sistem reproduksi melalui praktik-praktik seperti mencuci tangan dengan sabun, melakukan aktivitas fisik teratur, menghindari perilaku berisiko, cara membersihkan organ reproduksi bahkan menjaga kebersihan lingkungan dengan mencuci dan membuang bekas pembalut dengan benar.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Alasan kami memilih tempat kegiatan di Panti Asuhan Vincentius Putri karena sebagian besar remaja putri belum pernah mendengarkan informasi tentang bagaimana perilaku menjaga kesehatan tubuhnya. Kekhawatiran dan ketidaknyamanan terkait perubahan bentuk tubuh remaja putri, dapat menyebabkan salah dalam berperilaku menjaga kesehatan tubuhnya. Padahal pertumbuhan payudara, menstruasi, kehamilan adalah bagian normal dari perkembangan reproduksi. Namun remaja harus menyikapi hal ini dengan hal positive, sehingga tidak ada perilaku yang menyimpang, seperti adanya seks bebas dan tidak memiliki perilaku hidup bersih dan sehat untuk reproduksinya bahkan dapat berdampak serius pada kesehatan fisik, emosional dan sosialnya.

Promosi kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat terkait sistem reproduksi putri belum pernah diberikan. Sehingga perlu dilakukan program pengabdian masyarakat melalui promosi kesehatan dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan meningkatkan pemahaman mereka tentang kesehatan reproduksi dan mengadopsi perilaku hidup bersih dan sehat yang tepat. Hal ini akan membantu mereka dalam mengambil keputusan yang bijak terkait dengan kesehatan mereka di masa depan.

Rumusan pertanyaan : Bagaimanakah pengetahuan dan perilaku remaja di Panti Asuhan Vincentius Putri tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terkait sistem reproduksi?



Gambar 1. Peta lokasi Panti Asuhan Vincentius Putri Jakarta Timur

3. METODE

a. Tahap Persiapan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bekerjasama dengan Panti Asuhan Vincentius Putri di Jakarta Timur, sebelumnya dengan menginformasikan dan menawarkan kegiatan ini kepada kepala sekolah Vincentius Putri. Kegiatan ini diawali dengan melakukan pengkajian sejauh mana pengetahuan remaja tentang perkembangan dan perubahan yang terjadi pada tubuh remaja. Tahap persiapan kegiatan ini dengan pembuatan *pre planning*, persiapan materi dengan *power point* dan *leaflet*, pembuatan video cara mencuci pembalut menstruasi dan membuangnya dengan benar, pada tanggal 31 Mei 2023 dilakukan pengecekan untuk persiapan promosi kesehatan pada hari Jumat tanggal 02 Juni 2023. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada sistem reproduksi Perempuan. Tim pengabdian Masyarakat menginformasikan kepada kepala sekolah Vincentius Putri tentang jadwal kegiatan secara *offline*.

b. Tahap Pelaksanaan

Acara ini dengan pemberitahuan kepada kepala sekolah Panti Asuhan Vincentius Putri untuk mengarahkan remaja agar terlibat dalam promosi kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Sistem Reproduksi dengan tema Hidup Sehat Bersama Tubuhku.

c. Evaluasi

1) Struktur

Target peserta remaja dari panti asuhan vincentius putri di Jakarta Timur kelas 1 SMP - kelas 3 SMA sebanyak 60 remaja, dilakukan secara *offline* di aula ruang pertemuan panti asuhan. Tujuan kegiatan adalah meningkatnya pengetahuan dan pemahaman remaja tentang perkembangan, perubahan yang terjadi pada remaja dan cara melakukan perilaku hidup bersih dan sehat terkait sistem reproduksi wanita. Kegiatan promosi kesehatan dilakukan dengan komunikatif, peserta dapat memahami materi yang telah disampaikan oleh tim pengabdian masyarakat.

2) Proses

Promosi kesehatan secara terstruktur, jelas, menarik dan relevan tentang perkembangan perubahan fisik sistem reproduksi Wanita dan PHBS terkait sistem reproduksi.

Sebelum diberikan promosi kesehatan dilakukan pre-test untuk pengetahuan

4) Hasil

Promosi Kesehatan Perkembangan dan Perubahan Fisik pada Remaja, Games edukasi dan Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Sistem Reproduksi, Praktik Mencuci Pembalut dan Mencuci Tangan.

4. KAJIAN PUSTAKA

Remaja merupakan masa peralihan dari usia anak-anak menuju usia dewasa (Hockenberry et al., 2017). Usia remaja dibedakan menjadi remaja awal usia 12 - 15 tahun, remaja pertengahan usia 16 -18 tahun, dan remaja akhir usia 19 -22 tahun (Kemenkes RI, 2022). Remaja akan mengalami perubahan dari segi hormon, fisik, dan juga psikologisnya. Pertumbuhan dan perkembangan ini harus dilalui oleh remaja, jika tidak dilewati dengan baik maka akan timbul hambatan pada tahap menuju kedewasaan selanjutnya (Charles, 2019). Perubahan secara biologis dan psikososial yang cepat terjadi dan mempengaruhi setiap aspek kehidupan remaja. Di Indonesia belum tentu semua remaja memiliki keluarga yang lengkap sehingga beberapa diantaranya tinggal di panti asuhan, tempat ini merupakan Lembaga yang diharapkan sebagai pengganti peran orangtua dimana di dalamnya ada pengasuh dan bertugas mengasuh, merawat dan mendidik remaja menjadi orang dewasa yang produktif, memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat.

Pengabaian remaja terhadap perubahan dan perkembangan sistem reproduksinya merupakan satu perilaku acuh yang menimbulkan penyimpangan tingkah laku terhadap masalah kesehatan (lin Setiawati et al., 2023). Hal ini dikarenakan remaja memiliki sisi positif maupun negatif dalam dirinya, yaitu adanya keinginan untuk selalu didengarkan dan mencoba melawan terhadap hal yang tidak disukai (Umami, 2019). Remaja penting memahami kesehatan reproduksi agar mempunyai informasi yang benar tentang proses reproduksi dan berbagai faktor yang ada disekitarnya. Kesehatan reproduksi remaja dipengaruhi oleh PHBS (lin Setiawati et al., 2023).

PHBS merupakan segala upaya perilaku yang dilaksanakan secara sadar sebagai hasil pembelajaran, membentuk seseorang, keluarga dan Masyarakat dapat mandiri dalam hal kesehatan sehingga terwujud kesehatan Masyarakat (Efodia, Utami & Novita, 2022; Susanti & Mujahidah, 2023). PHBS penting dijaga untuk mencapai kesehatan maksimal, mulai dari melakukan aktivitas fisik keseharian, menghindari perilaku berisiko, cara membersihkan organ reproduksi bahkan menjaga kebersihan lingkungan dengan mencuci dan membuang bekas pembalut dengan benar, menjaga kesehatan sistem reproduksi remaja putri. Dimana mereka merasakan perubahan hormon dengan datangnya menstruasi pada setiap bulan (Rahayu & Fauzia, 2020). Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Kegiatan menjaga kebersihan seluruh tubuh dan lingkungan dengan mencuci bekas pembalut, merupakan kegiatan yang harus dilakukan oleh remaja puteri, sebagai kegiatan PHBS pada sistem reproduksi (Setianingsih & Septiyana, 2020).

Pengetahuan berhubungan erat dengan keputusan yang akan diambil seseorang, karena dengan pengetahuan yang dimiliki dapat menjadi landasan dalam menentukan pilihan (Efodia, Utami & Novita, 2022). Remaja puteri

perlu mendapatkan promosi kesehatan tentang PHBS sistem reproduksi untuk meningkatkan pengetahuannya (Sumarna et al., 2022). Optimalisasi edukasi merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kemandirian dalam menjaga kesehatan diri pada remaja (Dwihestie & Daryanti, 2021), karena hal ini akan berpengaruh terhadap status kesehatan seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti & Mujahidah, 2023 bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat dengan status kesehatan.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan promosi kesehatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada sistem reproduksi "Hidup Sehat Bersama TubuhKu" Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan bekerja sama dengan Panti Asuhan Vincentius Putri Jakarta Timur telah berhasil dilaksanakan dengan baik, pada Jumat, 02 Juni 2023 cara dimulai pukul 15.00 - 17:00, Peserta yang hadir mencakup siswa kelas 1 SMP hingga kelas 3 SMA, sebanyak 62 siswa-siswi, terdiri dari: usia remaja awal (12-14 tahun) sebanyak 13 siswi, remaja pertengahan (15-17 tahun) sebanyak 37 siswi dan remaja akhir (18-21 tahun) sebanyak 12 siswi.

Remaja merupakan salah satu kelompok usia yang memasuki masa transisi menuju kedewasaan, termasuk dalam hal kesehatan reproduksi (Rima et al., 2020). Kesehatan reproduksi pada remaja perlu diperhatikan karena pada masa ini mulai mengalami perubahan fisik dan hormonal yang signifikan (Yarza et al., 2019).

Dalam menghadapi perubahan ini, pengetahuan dan pemahaman mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam konteks kesehatan reproduksi menjadi sangat relevan.

Berdasarkan asumsi tim pengabdian masyarakat bahwa remaja yang tinggal di Panti Asuhan juga mendapat kesempatan untuk mengembangkan diri dan ikut serta sebagai generasi penerus cita - cita bangsa sehingga wajib menjaga kesehatan dirinya secara maksimal. Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan salah satu pendukung terbentuknya kualitas kesehatan jasmani bagi generasi muda oleh karena itu promosi kesehatan dibutuhkan dalam tahapan pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat pada sistem reproduksi remaja putri.

Menstruasi adalah perdarahan dari uterus yang keluar melalui vagina selama 5-7 hari (Susanti & Mujahidah, 2023). Proses menstruasi dapat terjadi dikarenakan sel telur pada organ wanita tidak dibuahi, hal ini menyebabkan endometrium atau lapisan dinding rahim menebal dan menjadi luruh yang kemudian akan mengeluarkan darah melalui saluran reproduksi wanita. Normal siklus menstruasi adalah 21 hari sampai 35 hari yang ditandai dengan keluarnya darah sebanyak 10 hingga 80 ml perhari (Susanti & Mujahidah, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Amanda, tahun 2022 mengatakan bahwa remaja perlu mendapatkan informasi tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi terutama pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang perlu dilakukan selama menstruasi, agar terhindar dari masalah kesehatan reproduksi dan mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan remaja tersebut.

Berdasarkan pertanyaan yang disampaikan ketika *pre-test* tentang bagaimana cara menjaga kebersihan organ reproduksi kepada para remaja yang hadir, ternyata belum banyak diketahui oleh remaja, sehingga hal ini penting diberikan penjelasan. Praktik *hygiene genitalia* saat menstruasi yaitu dengan membiasakan mencuci tangan sebelum dan sesudah menyentuh vagina, membersihkan bekas keringat dan darah menstruasi di sekitar alat genitalia dengan air bersih terutama setelah buang air kecil, buang air besar dan mengganti pembalut, membasuh alat genitalia dari arah depan (vagina) ke belakang (anus) secara hati-hati dan berulang-ulang dengan menggunakan air bersih yang lembut (*mild*). Vagina harus dikeringkan menggunakan tisu atau handuk agar tidak lembab. Tidak dianjurkan menggunakan cairan pembersih atau cairan antiseptik karena akan merusak flora normal (*bakteri dodierlii* sp) yang berfungsi menghasilkan asam dan mencegah bakteri masuk ke dalam vagina sehingga kuman patogenik tidak mudah masuk ke dalam tubuh. Akibat tidak menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi saluran reproduksi wanita lebih pendek dan lebih dekat ke anus atau uretra, wanita lebih rentan terhadap infeksi saluran reproduksi (ISR) dibandingkan pria (Ladimo, 2023; Susanti & Mujahidah, 2023). Infeksi saluran reproduksi bisa disebabkan oleh kurangnya kebersihan saat mencuci organ kewanitaan saat buang air kecil atau pun buang air besar, terutama akibat sisa debu akibat kurang higienisnya saat haid. ISR adalah merupakan infeksi yang disebabkan oleh masuk dan berkembangbiaknya kuman penyebab infeksi ke dalam saluran reproduksi, kuman penyebab infeksi tersebut dapat berupa jamur, virus, dan parasit (Amanda, 2022; Sulistiani & Hanum, 2020).

Pakaian dalam harus diganti setiap hari yang kering dan menyerap keringat agar tidak mempermudah tumbuhnya jamur, hindari yang terlalu ketat agar tidak terjadi iritasi kulit. Gunakan pembalut yang memiliki daya serap tinggi ketika menstruasi, tidak lembab pada permukaannya ketika dipakai, bersih dan tidak berwarna, nyaman dipakai agar tidak mengganggu aktivitas, tidak mempunyai aroma tertentu, kemasan baik dan tertutup rapat dan ada *expired date* nya terutama pada pembalut *disposable*, bahan sangat lembut dan lentur untuk mengurangi iritasi daerah kulit vagina, tidak terbuat dari kertas daur ulang (*pulp*), tidak mengandung gel (Batubara, 2020).

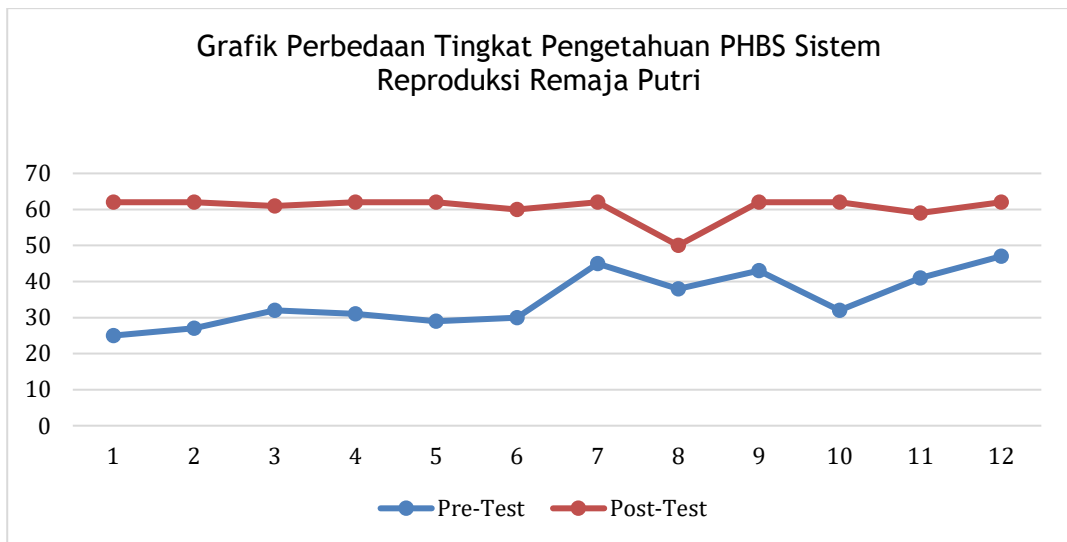
Kesalahan yang sering dilakukan saat menggunakan pembalut adalah membuka dan memasang pembalut tanpa mencuci tangan terlebih dahulu, menyimpan pembalut di tempat lembab seperti kamar mandi, menggunakan pembalut yang telah kedaluwarsa, pemilihan pembalut tanpa mempertimbangkan kualitas pembalut (tidak memiliki daya serap yang tinggi). Ganti segera pembalut dan cuci pembalut dengan benar sebelum membuangnya (Amanda, 2022). Jaga kebersihan sekitar lingkungan, jangan membuang pembalut sehabis pakai di sembarang tempat.



Gambar 2. Kegiatan promosi kesehatan



Gambar 3. Kegiatan promosi kesehatan



Grafik 1. Perbedaan tingkat pengetahuan tentang PHBS sistem reproduksi remaja putri.

Grafik 1 dibawah ini, menjelaskan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri antara sebelum dengan setelah dilakukan pengabdian Masyarakat, ada peningkatan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada sistem reproduksi remaja putri dari nilai *pre-test* sebesar 35 (56,45%) dan nilai rata-rata *post-test* sebesar 60,5 (97,58), sehingga ada peningkatan nilai sebesar 25,5.

Hasil promosi kesehatan ini sejalan dengan (Yunika et al., 2022) bahwa ada peningkatan pengetahuan responden tentang PHBS pada saat *pre-test* adalah 11,72 dan pada *post-test* meningkat menjadi 20,22, ada kenaikan sebanyak 8,5. Karena ada pengaruh edukasi PHBS terhadap tingkat pengetahuan pada anak usia sekolah di Yayasan Jage Kestare. Peningkatan pengetahuan ini terjadi karena diberikan promosi kesehatan yang interaktif dan kooperatif. Hal ini juga sejalan dengan hasil analisis rerata pengetahuan responden sebelum dilakukan dilakukan intervensi menggunakan media Hygienic didapatkan rerata sebelum 6.33 dan setelah dilakukan intervensi menggunakan media Hygenic meningkat menjadi 9.36 (Ervina & Ismiati, 2022).

Penelitian yang dilakukan Anastasia, et al (2020) serta kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Novita & Anastasia (2023)

bahwa metode promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait kesehatan reproduksi dan *PreMenstrual Syndrom*(PMS)dengan menggunakan *peer group* atau teman sebaya (Purwarini et al., 2019).

Menurut tim pengabdian masyarakat bahwa adanya peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja diperoleh dari hasil melihat, mendengar, merasakan dan berfikir, yang kemudian akan menjadi dasar manusia dalam bertindak. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seperti umur, tingkat pendidikan, pengalaman, pekerjaan, dan paparan informasi (Notoatmojo, 2014).

Remaja cenderung lebih tertarik dengan metode penyampaian yang interaktif disertai alat atau media yang melibatkan semua indera yang dimiliki, dalam hal ini mengajak remaja secara langsung terlibat dalam satu permainan edukatif (R. Sinaga & Sianipar, 2021).

Berdasarkan asumsi tim pengabdian masyarakat bahwa peningkatan pengetahuan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat tentang kesehatan reproduksi pada remaja sangat penting untuk dilakukan dalam upaya meningkatkan kesehatan remaja terutama untuk remaja putri. Remaja membutuhkan informasi yang baik dan benar tentang kesehatan reproduksi sehingga remaja dapat mengetahui apa saja yang sebaiknya mereka lakukan dan apa saja yang harus dihindari.

Kegiatan diakhiri dengan penyampaian ucapan terima kasih kepada seluruh peserta yang telah berperan aktif. Tanggapan yang positif dari penanggung jawab panti asuhan Vincentius Puteri mengatakan harapannya agar kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja dalam menjaga kebersihan diri terutama pada sistem reproduksinya.



Gambar 4. Foto Bersama remaja PAnti Asuhan Vincentius Jakarta Timur.



Gambar 5. Foto Panitia bersama Narasumber dari STIK Sint Carolus

6. KESIMPULAN

Kegiatan promosi kesehatan reproduksi remaja dalam optimalisasi PHBS di panti asuhan Vincentius puteri berlangsung dengan baik dan efektif, kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah, demonstrasi mencuci pembalut bekas, *games* dan tanya jawab. Promosi kesehatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan kegiatan efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku remaja di panti asuhan Vincentius Puteri. Harapannya hasil ini tidak hanya sementara, namun bisa diaplikasikan setiap hari di lingkungan panti asuhan, dibutuhkan monitoring dan evaluasi dari pengawas panti asuhan. Penting juga memberikan kontak tenaga medis atau konselor yang dapat dikonsultasikan jika peserta memiliki pertanyaan lebih lanjut atau membutuhkan bantuan terkait kesehatan reproduksi.

Program promosi kesehatan mengenai reproduksi remaja dalam optimalisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada remaja puteri direkomendasikan untuk dilaksanakan kembali sebagai kegiatan pengabdian masyarakat berikutnya di institusi pendidikan seperti SMP, SMA dan SMK. Keterlibatan aktif berbagai pihak khususnya di Masyarakat seperti guru, kader, tenaga kesehatan dan petugas promkes, juga pemerintah terkait dalam mendukung edukasi ini.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Admin, & Sri Emilda. (2021). Analisis Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 11(21), 93-101. <https://doi.org/10.52047/jkp.v11i21.104>
- Amalia, S., Marliyati, S. A., Dewi, M., & Utami, D. W. (2023). Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dengan Kadar Hemoglobin Dan Feritin Serum Pada Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 7(1), 54-62. <https://doi.org/10.20473/Amnt.v7i1.2023.54-62>
- Amanda Florica. (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. <http://jurnalilmiah.stikescitradelima.ac.id/index.php/>
- Batubara, S. K. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remajaterhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 2 Batang Angkola Tapanuli Selatantahun 2017. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 5(3), 167-187. <https://www.makarioz.science.makarioz.org/index.php/jim/article/view/190>
- Charles G. D. Brook, M. T. D. (2019). *Clinical Pediatric Endocrinology*. United Kingdom: Wiley.
- Dwihestie, L. K., & Daryanti, M. S. (2021). Optimalisasi Reproduksi Sehat Bagi Remaja. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(3), 233-240. <https://doi.org/10.37287/jpm.v3i3.570>
- Efodia Desilina Gulo, T. A. U., & Novita, R. V. T. (2022). Hubungan Karakteristik Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kecemasan Remaja Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 5(10), 1296-1302. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i10.2717>
- Ervina, L., & Ismiati, I. (2022). Sulistiani, O. D., Patroni, R., Andeka, W., Pengaruh Media Hygenic Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Di Smpn 5 Kota

- Bengkulu. (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).
- Eva Sri Rahayu, Sst, M. K., & Ir. Fauzia Djamilus, Dcn, M. K. (2020). "Ibu Sahabat Remaja." In *Program Studi Kebidanan Bogor* (Pp. 0-43).
- Harahap, S. G. (2023). Family Awareness Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Keluarga Melalui Pendidikan Komunitas Interaktif Di Desa Susukan Rw 05 Kecamatan Bojonggede. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (Pmc)*, 2(2), 42-45. <https://doi.org/10.55426/Pmc.V2i2.249>
- Hockenberry, M. ., Wilson, D., & Rodgers, C. (2017). *Wong's Essentials Of Pediatrics Nursing*. Elsevier.
- Iin Setiawati, Zainiyah, Z., & Hamimatus Zainiyah. (2023). Optimalisasi Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja (Phbs). *Gemassika: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 41-47. <https://doi.org/10.30787/Gemassika.V7i1.783>
- Kemendes Ri. (2021). Situasi Global. In *Situasi Terkini Novel Coronavirus (Covid-19)*. File:///C:/Users/Asus/Downloads/Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (Covid-19) 04 April 2021.Pdf
- Kemendes Ri. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemendes.Go.Id*.
- Ladimo, P. (2023). *Literasi Kesehatan Menggunakan Media Buklet Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri Pesantren Hubulo Kabupaten Bone Bolango; Health Literacy Using Booklet Media About Menstrual Hygiene In Young Women Of Pesantren Hubulo, Bone Bolango Regency. (Doctoral)*.
- Maisaroh. (2019). *Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja. A. Dalam. Mencegah Penyimpangan Seksual*.
- Notoatmojo, Soekidjo. (2014). *Promosi Kesehatan Dan Prilaku Kesehatan* (1st Ed.). Pt Rineka Cipta.
- Notoatmojo, Soekidjo. (2020). *Ilmu Prilaku Kesehatan.Pdf* (2nd Ed.). Pt Rineka Cipta.
- Purwarini, J., Novita, R. V. T., Dikara, Y. C., & Fatima, M. (2019). Kesehatan Reproduksi Remaja Wanita " Sehat , Cantik Dan Berprestasi ." *Sigdimas: Publikasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat*, Xx(Xx), 51-61.
- Rima Wirenviona, S. S. T., Riris, A. A. I. D. C., & St, S. (2020). *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Airlangga University Press.
- Setianingsih, S., & Septiyana, R. (2020). Studi Deskriptif Penerapan Prinsip "Enam Tepat" Dalam Pemberian Obat. *Nurscope: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 6(2), 88. <https://doi.org/10.30659/Nurscope.6.2.88-95>
- Sulistiani, S., & Hanum, N. A. (2020). Efektifitas Penyuluhan Dengan Metode Ceramah Disertai Demonstrasi Secara Virtual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Menyikat Gigi Anak Kelas 5 Sd. *Jurnal Kesehatan Gigi Dan Mulut (Jkgm)*, 2(2), 23-26.
- Sumarna, U., Rosidin, U., Sumarni, N., & M Noor, R. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Pada Siswi Mts Persis Tarogong Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(11), 3853-3862. <https://doi.org/10.33024/Jkpm.V5i11.7467>
- Susanti, R., & Mujahidah, Z. (2023). Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dan Kesehatan Mental Terhadap Sikap Remaja Dalam Meningkatkan Kesadaran Hidup Bersih Dan Sehat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(01), 93-98.

<https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i01.699>

- Susanto, T., Nur, K. R. M., & Astuti, S. Y. (2020). Short Film Of Adolescent Reproductive Health Based On Friendly Of Local Wisdom For Junior High School In Bondowoso. *Journal Of Community Empowerment For Health*, 3(1), 49. <https://doi.org/10.22146/jcoemph.48978>
- Umami, I. (2019). *Psikologi Remaja*.
- Unfpa. (2022). *Press Release - 121 Million Pregnancies Are Unintended—A Global Crisis, Says New Unfpa Report*. <https://indonesia.unfpa.org/en/news/press-release-121-million-pregnancies-are-unintended--global-crisis-says-new-unfpa-report>
- Utami, T. A., Heru, A., & Chintyani, Y. (2023). *Optimalisasi Kebiasaan Cuci Tangan Sebagai Upaya Pencegahan Hepatitis Di Taman Kanak-Kanak Riandha*. 6(6), 1-10. <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/8778>
- Utami, T. A., Yulisa, I., & Neonbeni, Y. (2022). Promosi Kesehatan Mencegah Infeksi Saluran Pernafasan Atas Dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat. *Jurnal Asawika*, 07(02), 7-13.
- Widayati, D. (2022). Strategi Edukasi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Melalui Pendekatan Komunikasi Perubahan Perilaku. ...: *Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan ...*, 01(01), 135-138. <http://spikesnas.khkediri.ac.id/spikesnas/index.php/moo/article/view/30%0ahttp://spikesnas.khkediri.ac.id/spikesnas/index.php/moo/article/view/30/34>
- Yarza, H. N., Maesaroh, & Kartikawati, E. (2019). Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Dalam Mencegah Penyimpangan Seksual. *Sarwahita*, 16(01), 75-79. <https://doi.org/10.21009/sarwahita.161.08>
- Yunika, R. P., Al Fariqi, M. Z., Cahyadi, I., Yunita, L., & Rahmiati, B. F. (2022). Pengaruh Edukasi Phbs Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Yayasan Jage Kestare. *Karya Kesehatan Siwalima*, 1(1), 28-32. <https://doi.org/10.54639/kks.v1i1.735>