

**MERAIH MASA REMAJA SEHAT : OPTIMALISASI EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA MELALUI PENDEKATAN PHBS**

1. Kurnia Indriyanti Purnama Sari, Program Studi Kebidanan, STIKES Dian Husada Mojokerto, Email : kurnia.indriyanti.purnama@gmail.com
2. Kiftiyah, Program Studi Kebidanan, STIKES Dian Husada Mojokerto, Email : kiftiyahsugiarto@gmail.com
3. Bety Mayasari, Program Studi Kebidanan, STIKES Dian Husada Mojokerto, Email : mayasari.bety@gmail.com  
Korespondensi : kurnia.indriyanti.purnama@gmail.com

**ABSTRAK**

Edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS menjadi suatu aspek penting dalam meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya kesehatan reproduksi dan bagaimana menjaga diri mereka agar tetap sehat selama masa pubertas dan masa remaja. Dengan menekankan pentingnya perilaku hidup sehat, seperti pola makan yang baik, olahraga teratur, pengelolaan stres, serta pencegahan perilaku berisiko, diharapkan remaja dapat menghadapi perubahan ini dengan lebih baik dan meminimalkan risiko masalah kesehatan reproduksi. Sejalan dengan laporan puskesmas yang menyatakan bahwa 75% kesehatan masyarakat terbentuk dari Kesehatan reproduksi, lingkungan yang sehat dengan PHBS. Metode pelaksanaannya dilakukan penyuluhan tentang Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pendekatan PHBS, di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Porong setelah itu diberikan angket tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pendekatan PHBS. Hasilnya adalah Kebiasaan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pendekatan PHBS siswa Sebagian besar baik (61,76%), pengetahuan remaja tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pendekatan PHBS Sebagian besar baik (61,76%), peran guru dalam PHBS Sebagian baik (52,94%), peran orang tua dalam kegiatan PHBS baik (64,71%) dan peran tenaga kesehatan semuanya baik (100%). Kesimpulannya, penerapan PHBS di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Porong sudah baik dan mendapat dukungan dari guru, orang tua dan tenaga kesehatan

**Kata Kunci : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Remaja**

## 1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan salah satu kelompok usia yang memasuki masa transisi menuju kedewasaan, termasuk dalam hal kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi pada remaja menjadi hal yang penting untuk diperhatikan karena pada masa inilah mereka mulai mengalami perubahan fisik dan hormonal yang signifikan (Ariyanti et al., 2019). Dalam menghadapi perubahan ini, pengetahuan dan pemahaman mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam konteks kesehatan reproduksi menjadi sangat relevan (Atik & Susilowati, 2021). Edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS menjadi suatu aspek penting dalam meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya kesehatan reproduksi dan bagaimana menjaga diri mereka agar tetap sehat selama masa pubertas dan masa remaja. Dengan menekankan pentingnya perilaku hidup sehat, seperti pola makan yang baik, olahraga teratur, pengelolaan stres, serta pencegahan perilaku berisiko, diharapkan remaja dapat menghadapi perubahan ini dengan lebih baik dan meminimalkan risiko masalah kesehatan reproduksi (Akbar et al., 2021).

PHBS dapat diartikan sebagai segala perilaku yang dilaksanakan dengan sadar sebagai hasil pembelajaran, yang membentuk seseorang, keluarga, dan masyarakat dapat mandiri di bidang kesehatan dan turut terlibat dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Ezeala et al, 2017; Susanti & Mujahidah, 2023). Penyebaran penyakit umumnya terjadi akibat kurangnya pengetahuan terkait PHBS. PHBS di lingkungan sekolah atau pesantren dapat diwujudkan dengan mencuci tangan dengan sabun saat sebelum dan sesudah makan, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban. bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, membuang sampah pada tempatnya, dan melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat (Aisyaroh et al., 2019). Berdasarkan hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Badan Pusat Statistik (BPS), sebanyak 68,82 juta jiwa penduduk Indonesia masuk kategori pemuda. Angka tersebut persentasenya mencapai 24% dari total penduduk. Tingginya jumlah pemuda / remaja di Indonesia jika tidak dilakukan pengendalian dan pembinaan dengan baik berpotensi menjadikan remaja di Indonesia tidak kreatif dan produktif ketika dewasa (BPS, 2022).

Salah satu upaya yang dilakukan dan dikembangkan untuk mengatasi permasalahan seputar remaja adalah melalui Program kesehatan remaja yang diintegrasikan dalam Program Kesehatan Remaja, Kementerian Kesehatan telah mengembangkan model pelayanan kesehatan yang disebut dengan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). PKPR sangat erat terkait dengan kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang juga dibina oleh puskesmas setempat. Pada akhir tahun 2019 pelaksanaan PKPR masih dibawah target 45% Puskesmas melibatkan sekolah telah menyelenggarakan kegiatan kesehatan remaja. Kegiatan pelayanan kesehatan reproduksi remaja juga terdapat dalam Program Generasi Berencana (Genre) yang diselenggarakan oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) (Fitriyanti & Iswari, 2020). Pemerintah dalam hal ini juga memberikan perhatian terhadap remaja melalui peran Bidan yang tertuang dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/320/2020 Tentang Standar Profesi Bidan yang menyebutkan bahwa bidan memahami dan menyusun serta melaksanakan edukasi kepada perempuan, orang tua bayi, balita dan anak prasekolah, serta remaja perempuan

tentang reproduksi sehat sebagai bagian dari upaya menurunkan angka kematian ibu dan anak, serta kecacatan ibu hamil dan bayi baru lahir. Bidan mempunyai kewenangan untuk melaksanakan edukasi kesehatan sistem reproduksi remaja. Optimalisasi Edukasi merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kemandirian dalam menjaga kesehatan diri pada remaja.

Penyuluhan Kesehatan Reproduksi (Kespro) melalui pendekatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah menengah keatas memiliki peranan penting dalam mempromosikan kesehatan reproduksi yang positif dan bertanggung jawab bagi para remaja dan mahasiswa (Saputra & Fatrida, 2020). Beberapa alasan mengapa penyuluhan Kespro dengan pendekatan PHBS penting di lingkungan sekolah menengah keatas antara lain :

- a. Masa Transisi Menuju Kedewasaan. Sekolah menengah keatas merupakan masa transisi dari remaja ke dewasa. Selama masa ini, remaja mulai menyadari dan menghadapi perubahan fisik dan emosional yang signifikan. Penyuluhan Kespro melalui pendekatan PHBS dapat membantu remaja untuk memahami perubahan ini dengan lebih baik dan mengembangkan sikap bertanggung jawab terhadap kesehatan reproduksi mereka.
- b. Penyuluhan yang Lebih Mendalam. Di tingkat sekolah menengah keatas, penyuluhan Kespro dapat disampaikan dengan lebih mendalam dan mendetail. Remaja dan mahasiswa lebih mampu memahami informasi yang lebih kompleks tentang kesehatan reproduksi, kontrasepsi, dan pencegahan penyakit menular seksual (PMS) karena tingkat kematangan kognitif mereka yang lebih tinggi.
- c. Persiapan Menjadi Orang Dewasa. Penyuluhan Kespro di lingkungan sekolah menengah keatas membantu remaja dan mahasiswa untuk mempersiapkan diri menjadi orang dewasa yang bertanggung jawab terhadap kesehatan reproduksi mereka sendiri dan juga pasangan mereka. Hal ini penting untuk meminimalkan risiko masalah kesehatan reproduksi di masa mendatang.
- d. Kesehatan Mental dan Emosional. Penyuluhan Kespro juga dapat menyentuh aspek kesehatan mental dan emosional yang terkait dengan kesehatan reproduksi. Pentingnya mengelola stres, mengatasi tekanan emosional, serta mendukung kesehatan mental secara keseluruhan dapat diintegrasikan dalam penyuluhan ini.
- e. Dukungan Sosial. Lingkungan sekolah menengah keatas memberikan kesempatan bagi remaja dan mahasiswa untuk saling mendukung dalam menjaga kesehatan reproduksi. Penyuluhan Kespro dengan pendekatan PHBS dapat menciptakan lingkungan sosial yang mendukung dan mempromosikan praktek kesehatan reproduksi yang positif.

Salah satu upaya pemicuan yang dapat dilakukan untuk menciptakan remaja yang aktif dan produktif adalah dengan memberikan stimulus yang positif kepada remaja itu sendiri. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pendekatan PHBS di lingkungan sekolah menengah keatas, diharapkan para remaja dan mahasiswa dapat mengambil keputusan yang bijak dan bertanggung jawab terkait kesehatan reproduksi mereka. Pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh dari penyuluhan ini akan membekali mereka untuk menjalani kehidupan dewasa dengan kesehatan reproduksi yang optimal dan menghindari risiko masalah kesehatan yang berhubungan dengan reproduksi. Target yang diharapkan

siswa SMU bisa melaksanakan Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pendekatan PHBS dengan baik yaitu berupa mencuci tangan dengan sabun saat sebelum dan sesudah makan, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban. bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, membuang sampah pada tempat nya, melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah dan memahami Kesehatan reproduksi pada remaja.

## 2. PELAKSANAAN DAN METODE

Metode pelaksanaan yang dilakukan pengabdian masyarakat sesuai dengan standar pelaksanaan pengabdian masyarakat yang sistematis dan terarah yaitu melalui beberapa tahapan diantaranya :

- a. Observasi lapangan
 

Pada tahapan ini kegiatan dilakukan dengan melakukan kunjungan awal ke tempat pengabdian masyarakat untuk menentukan jumlah sasaran dan bentuk pengabdian masyarakat yang akan dilakukan dan ruangan yang akan dibutuhkan
- b. Perijinan dengan MITRA
 

Pengajuan kegiatan PKM diajukan oleh tim pelaksana PKM saat melakukan kunjungan awal sekaligus dan sekaligus melakukan FGD dengan guru mengenai permasalahan yang ada dan terjadi di sekolah yang berkaitan dengan siswa
- c. Penyuluhan PHBS
 

Memberikan penyuluhan atau edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS pada siswa
- d. Pembagian angket / kuesioner
 

Setelah memberikan edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS siswa diminta untuk mengisi kuesioner tentang edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS disekolah dan peran guru, orang tua dan tenaga kesehatan pada kegiatan PHBS
- e. Evaluasi pengabdian masyarakat
 

Kegiatan evaluasi pelaksanaan PKM dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum kegiatan dilakukan dan setelah kegiatan PKM dilakukan

## 3. HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan tim pelaksana kegiatan pada bulan Juni 2023. Lokasi kegiatan PKM berada di SMU Negeri 1 Porong. Adapun materi yang disampaikan dalam kegiatan ini adalah optimalisasi edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). Dari hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat didapatkan hasil sebagai berikut :

- a. Usia peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Tabel 1 Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan usia di SMU Negeri 1 Porong

No	Keterangan	Frekuensi	%
1	16 tahun	1	2,94
2	17 tahun	13	38,23
3	18 tahun	20	58,82
Total		34	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa lebih dari separuh siswa berusia 18 tahun yaitu sebanyak 30 siswa (58,82%)

b. Kebiasaan kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS

Tabel 2 Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan kebiasaan PHBS di SMU Negeri 1 Porong

No	Keterangan	Frekuensi	%
1	Baik	21	61,76
2	Cukup	11	32,35
3	Kurang	0	0
Total		34	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS pada siswa sebagian besar baik yaitu sebanyak 21 siswa (61,76%).

c. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS

Tabel 3 Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS di SMU Negeri 1 Porong

No	Keterangan	Frekuensi	%
1	Baik	21	61,76
2	Cukup	11	32,35
3	Kurang	0	0
Total		34	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa pengetahuan remaja tentang PHBS Sebagian besar baik yaitu sebanyak 21 siswa (61,76%).

d. Peran guru dalam penerapan kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS di sekolah

Tabel 4 Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan peran guru dalam penerapan kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS di SMU Negeri 1 Porong

No	Keterangan	Frekuensi	%
1	Baik	18	52,94
2	Cukup	16	47,06
3	Kurang	0	0
Total		34	100

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa peran guru dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat siswa lebih dari setengahnya baik yaitu sebanyak 18 siswa (52,94%).

e. Peran orang tua dalam penerapan kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS

Tabel 5 Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan peran orang tua dalam penerapan kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS di SMU Negeri 1 Porong

No	Keterangan	Frekuensi	%
1	Baik	22	64,71
2	Cukup	12	35,29
3	Kurang	0	0
Total		34	100

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa peran orang tua dalam

penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sebagian besar baik yaitu sebanyak 22 siswa (64,71%).

- f. Peran tenaga Kesehatan dalam penerapan kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS

Tabel 6 Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan peran tenaga Kesehatan dalam penerapan kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS di SMU Negeri 1 Porong

No	Keterangan	Frekuensi	%
1	Baik	34	100
2	Cukup	0	0
3	Kurang	0	0
Total		34	100

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa peran petugas Kesehatan dalam penerapan kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS pada siswa seluruhnya baik yaitu sebesar 57 siswa (100%).

Selain meminta siswa mengisi kuesioner tim pelaksana kegiatan PKM juga menyerahkan gambar tentang PHBS dan menyarakannya untuk menempelkan gambar tema “Optimalisasi Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pendekatan PHBS” tersebut dikelas dan kamar sehingga bisa digunakan siswa mengingat untuk selalu melakukan perilaku hidup bersih dan sehat, yang nantinya tidak hanya dilakukan di lingkungan sekolah juga bisa diterapkan di lingkungan keluarga dan masyarakat.

#### 4. PEMBAHASAN

Kebiasaan kesehatan reproduksi remaja merupakan aspek penting dalam memastikan kesehatan dan kesejahteraan generasi muda. Pendekatan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) merupakan salah satu cara efektif untuk mengedukasi dan membimbing remaja dalam mengembangkan perilaku yang baik terkait kesehatan reproduksi (Nugroho & Utama, 2020). Pendekatan PHBS dalam pendidikan kesehatan reproduksi remaja harus melampaui sekadar memberikan informasi tentang anatomi dan fisiologi reproduksi. Lebih dari itu, pendidikan ini harus melibatkan aspek-aspek psikososial, nilai-nilai, dan etika yang berkaitan dengan seksualitas, agar remaja dapat membuat keputusan yang cerdas dan bertanggung jawab terkait kesehatan reproduksi mereka (Widiyanto et al., 2022).

Hasil dari pengabdian masyarakat tentang kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS pada siswa sebagian besar baik yaitu sebanyak 21 siswa (61,76). Hasil ini sejalan dengan penelitian Cicilia (2019) yang menyatakan pelajar yang memiliki sikap yang baik terhadap kelompok eksperimen pre-test sebelum menerima penyuluhan dan leaflet sebelumnya yaitu sikap baik sebesar 17 pelajar (57%) dan sesudahnya post-test sikap baik meningkat menjadi 100%. Sedangkan sikap kurang baik sebelumnya pre-test sebesar 13 pelajar (43%) dan sesudahnya post-test tidak terdapat sikap kurang baik. Salah satu hal yang penting dalam pengabdian masyarakat ini didapatkan. Pengetahuan siswa kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS mencakup berbagai aspek penting yang berfokus pada perilaku hidup bersih dan sehat. Melalui pendekatan PHBS yang terintegrasi, siswa dapat mendapatkan pengetahuan yang menyeluruh dan relevan tentang kesehatan reproduksi remaja, memungkinkan mereka untuk

membuat keputusan yang bijaksana dan bertanggung jawab terkait dengan kesehatan dan kesejahteraan reproduksi mereka (Aisyaroh et al., 2019).

Hasil dari pengabdian masyarakat tentang kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS Sebagian besar baik yaitu sebanyak 21 siswa (61,76%). Kegiatan berupa penyuluhan menurut Sungkar et al (2010; Africia et al., 2023) dalam penelitiannya menyatakan terjadi perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Dimana sebelum penyuluhan, sebanyak 64,2% warga memiliki pengetahuan yang kurang dan hanya 11,3% yang memiliki tingkat pengetahuan baik. Pendekatan PHBS dalam memberikan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja adalah langkah yang sangat tepat dan berharga. Dengan memberikan informasi yang komprehensif dan mendalam, siswa menjadi lebih sadar tentang kesehatan reproduksi mereka, sehingga dapat membuat keputusan yang lebih bijaksana dan bertanggung jawab terkait dengan seksualitas dan kesehatan reproduksi (Hidayat, 2020).

Hasil dari pengabdian masyarakat tentang kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS peran guru dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat siswa lebih dari setengahnya baik yaitu sebanyak 18 siswa (52,94%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Paraso et al (2016; Nugroho & Utama, 2020) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara peran guru dengan PHBS Siswa dengan nilai  $p=0,013$ .

Peran guru dalam kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS sangatlah penting dan berpengaruh dalam membentuk perilaku sehat dan pemahaman yang benar tentang kesehatan reproduksi pada generasi muda. Dalam pendekatan PHBS, peran guru menjadi kunci dalam memberikan pendidikan kesehatan reproduksi remaja yang efektif dan mendukung. Dengan mendukung siswa dalam memahami pentingnya kesehatan reproduksi dan menghormati hak-hak mereka, guru dapat berkontribusi secara signifikan dalam membentuk generasi muda yang sadar, bertanggung jawab, dan sehat terkait kesehatan reproduksi (Ernyasih & Sari, 2021)

Hasil dari pengabdian masyarakat tentang kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS bahwa peran orang tua dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sebagian besar baik yaitu sebanyak 22 siswa (64,71%). Menurut hasil penelitian Thakadu (2018; Bajri et al., 2022) menyatakan siswa yang memiliki kategori peran orang tua tidak baik berisiko 2,567 kali lebih besar memiliki Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pendekatan PHBS tidak baik dibandingkan dengan siswa yang memiliki peran orang tua baik.

Dalam pendekatan PHBS, peran orang tua menjadi kunci dalam membantu anak-anak mengembangkan perilaku sehat terkait kesehatan reproduksi. Dengan memberikan pendidikan, dukungan, dan komunikasi yang terbuka, orang tua dapat berkontribusi secara signifikan dalam membentuk generasi muda yang sadar, bertanggung jawab, dan sehat terkait kesehatan reproduksi

Pentingnya pendidikan berbasis nilai dalam pendekatan PHBS mencerminkan kesetaraan gender, penghargaan terhadap perbedaan, dan penolakan terhadap kekerasan atau pemaksaan. Dengan melibatkan keluarga dan masyarakat, pendekatan PHBS juga memastikan bahwa remaja mendapatkan dukungan dan lingkungan positif untuk mengembangkan kebiasaan kesehatan reproduksi yang baik. Secara keseluruhan, pendekatan PHBS adalah cara yang efektif untuk membentuk kebiasaan kesehatan reproduksi yang bertanggung jawab, sehat, dan menghormati diri sendiri serta orang lain. Dengan memberikan

pendidikan yang menyeluruh dan mendukung remaja dalam menghadapi perubahan dan tantangan kesehatan reproduksi, pendekatan PHBS dapat membantu menciptakan generasi muda yang lebih sadar akan pentingnya kesehatan reproduksi dan mampu mengambil keputusan yang berdampak positif bagi masa depan mereka

## **5. KESIMPULAN**

Pendekatan PHBS merupakan pendekatan yang efektif dan holistik dalam mengedukasi dan membimbing remaja tentang kesehatan reproduksi. Melalui pendekatan ini, remaja diberi pemahaman yang komprehensif tentang kesehatan reproduksi, termasuk aspek fisik, psikososial, dan nilai-nilai yang berkaitan dengan seksualitas. Informasi yang akurat dan mendalam tentang kontrasepsi, pencegahan infeksi menular seksual, dan hubungan yang sehat diberikan kepada remaja, sehingga mereka dapat membuat keputusan yang cerdas dan bertanggung jawab terkait kesehatan reproduksi. Selain itu, kepercayaan diri dan pemahaman tentang perubahan fisik dan emosional selama masa remaja membantu remaja membuat keputusan yang lebih baik dan melindungi diri mereka dari perilaku yang merugikan.

## **6. SARAN**

Untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan PHBS dengan:

- a. Pendidikan kesehatan reproduksi harus menjadi bagian integral dari kurikulum sekolah. Guru-guru dan fasilitator pendidikan harus dilatih untuk memberikan informasi yang akurat, mendalam, dan berlandaskan bukti ilmiah tentang kesehatan reproduksi kepada remaja.
- b. Sediakan fasilitas untuk kelompok diskusi dan pendampingan, di mana remaja dapat berbicara terbuka tentang kesehatan reproduksi, bertukar pengalaman, dan mendapatkan panduan dari ahli kesehatan atau konselor.
- c. Pastikan informasi tentang kesehatan reproduksi mudah diakses oleh remaja melalui media sosial, situs web, atau aplikasi kesehatan yang dapat diandalkan. Informasi tersebut harus jelas, mudah dimengerti, dan berbahasa yang relevan bagi remaja.
- d. Lakukan kampanye penyuluhan dan kesadaran tentang kesehatan reproduksi di sekolah, komunitas, dan media massa. Kampanye ini harus menyoroti pentingnya PHBS dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja.
- e. Tenaga kesehatan seperti dokter, perawat, dan konselor harus diberikan pelatihan tentang pendekatan PHBS dalam memberikan layanan kesehatan reproduksi bagi remaja. Mereka harus mengedepankan pendekatan yang sensitif terhadap kebutuhan dan masalah khusus yang dihadapi oleh remaja.
- f. Melibatkan guru, orang tua dan masyarakat dalam pendidikan kesehatan reproduksi. Mereka harus menjadi mitra yang mendukung dalam membantu remaja memahami pentingnya kesehatan reproduksi dan membuat keputusan yang tepat.
- g. Pastikan kontrasepsi yang aman dan efektif mudah diakses oleh remaja. Sediakan informasi tentang berbagai metode kontrasepsi dan fasilitasi akses remaja untuk mendapatkan kontrasepsi sesuai dengan kebutuhan dan pilihan mereka.

- h. Program pencegahan Infeksi Menular Seksual (IMS) harus menjadi bagian dari pendekatan PHBS. Berikan informasi tentang IMS, cara penularannya, dan cara mencegahnya kepada remaja.
- i. Bentuk kemitraan dengan LSM dan organisasi masyarakat yang peduli tentang kesehatan reproduksi remaja. Bersama-sama, mereka dapat mengadakan kegiatan edukatif, program pencegahan, dan kampanye kesadaran untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja.

Dengan mengimplementasikan saran-saran di atas, pendekatan PHBS dapat menjadi lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan perilaku kesehatan reproduksi remaja. Hal ini akan membantu menciptakan generasi muda yang lebih bertanggung jawab, sadar, dan sehat dalam menghadapi isu-isu kesehatan reproduksi mereka.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Africia, F., Wiseno, B., Atmojo, D. S., Jaya, S. T., & Cahyono, A. D. (2023). PENINGKATAN PERAN KADER KESEHATAN REMAJA (KKR) PADA PELAKSANAAN UKS: ENHANCING THE ROLE OF ADOLESCENT HEALTH CADRES (KKR) IN IMPLEMENTATION SCHOOL HEALTH UNITS (UKS). *Jurnal Abdimas Pamenang*, 1(2), 1–6.
- Aisyaroh, N., Sarjuni, S., & Wahyuni, S. (2019). Metode Tasawuf Meningkatkan Status Kesehatan Reproduksi Remaja melalui Peer Educator Siswa SMP. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 157–168.
- Akbar, H., KM, S., Epid, M., Qasim, N. M., Hidayani, W. R., KM, S., Ariantini, N. S., KM, S., Ramli, S. K. M., & Gustirini, R. (2021). *Teori Kesehatan Reproduksi*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Ariyanti, K. S., Sariyani, M. D., & Utami, L. N. (2019). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Meningkatkan Pengetahuan Siswa di SMP Negeri 3 Selemadeg Timur. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 1(2).
- 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.
- Bajri, F. N., Suherman, A., Dimiyati, A., & Achmad, I. Z. (2022). Analisis Praktik Program Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(1), 59–65.
- BPS, B. P. S. (2022). *Statistik Pemuda Indonesia 2022*. 466. <https://www.bps.go.id/publication/download.html?nrbvfeve=Njc5MWQyMGlwYjRjYWVhZTlkZTcwYTRk&xzmn=aHR0cHM6Ly93d3cuYnBzLmdvLmlkL3B1YmxpY2F0aW9uLzIwMjIvMTIvMjc5Njc5MWQyMGlwYjRjYWVhZTlkZTcwYTRkL3N0YXRpc3Rpay1wZW11ZGEtaW5kb25lc2lhLTIwMjIuaHRtbA%3D%3D&twoadfnarfeauf=MjAyMy0wNy0yNyAyMToxOToxMw%3D%3D>
- Ernyasih, E., & Sari, M. M. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Santri MTS di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tahun 2020. *Environmental Occupational Health And Safety Journal*, 1(2), 205–216.
- Fitriyanti, D., & Iswari, R. (2020). Sosialisasi Pembinaan Karakter dalam Program Generasi Berencana (GenRe) Melalui Pusat Informasi Konseling

- Mahasiswa (PIK-MA) Sahabat Kota Pekalongan. *Solidarity: Journal of Education, Society and Culture*, 9(2), 1014–1025.
- Hidayat, K. (2020). *Peran usaha kesehatan sekolah (UKS) sebagai proses prilaku hidup bersih dan sehat peserta didik*. Universitas Negeri Padang.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/320/2020 Tentang Standar Profesi Bidan, 90 (2020). [https://ktki.kemkes.go.id/info/sites/default/files/KEPMENKES 320 TAHUN 2020 TENTANG STANDAR PROFESI BIDAN.pdf](https://ktki.kemkes.go.id/info/sites/default/files/KEPMENKES_320_TAHUN_2020_TENTANG_STANDAR_PROFESI_BIDAN.pdf)
- Nugroho, P. S., & Utama, D. A. (2020). Fasilitasi kader kesehatan remaja untuk memaksimalkan fungsi usaha kesehatan sekolah (UKS) di SMK Muhammadiyah 1 Samarinda. *Jurnal Pesut: Pengabdian Untuk Kesejahteraan Umat*, 2(1), 1–8.
- Saputra, A., & Fatrida, D. (2020). Edukasi Kesehatan Pentingnya Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Berbasis Audiovisual di Panti Asuhan Al-Mukhtariyah Palembang. *Khidmah*, 2(2), 125–133.
- 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.
- Widiyanto, A., Atmojo, J. T., Duarsa, A. B. S., Kurniawan, H. D., Mubarak, A. S., Al Firdaus, M. F., Anggitasari, S., Awalia, A. W., Ningsih, H. S., & Martaliza, L. P. G. (2022). Pendidikan Kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di TPQ Ar-Rohmah Dusun Kebak, Kecamatan Kebakkramat, Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(1), 41–46.