

### PENDIDIKAN KESEHATAN PENGENALAN MASA PUBERTAS PADA ANAK SEKOLAH SDN PUNCAKMULYA KABUPATEN TASIKMALAYA

**Ade Yulia Citra<sup>1</sup>, Ayi Ihsan Taopik<sup>1</sup>, Faisal Lutfi<sup>1</sup>, Hilda Agustina<sup>1</sup>, Imel Pratiwi Imanda<sup>1</sup>, Intan Nuramalasari<sup>1</sup>, Nazwa Isni Fauza<sup>1</sup>, Rahma Aulia Pratiwi<sup>1</sup>, Rexza Dwi Anggara<sup>1</sup>, Rhinda Putri M Permana<sup>1</sup>, Salwa Aulia<sup>1</sup>, Vira Nian Nandini<sup>1</sup>, Yusep<sup>1</sup>, Zidane Kurniawan Nur Ramdani<sup>1</sup>**

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.

---

#### **Article Information**

Vol. 1 No. 2 Hal 19-21

©The Author(s) 2026

---

#### **Keywords**

Pubertas, pendidikan kesehatan, anak sekolah dasar, Kesehatan reproduksi, perubahan fisik

---

#### **Correspondence**

Vira nian nandini

Phone: (+62) 81318669371

E-mail: [viranian89@gmail.com](mailto:viranian89@gmail.com)

---

#### **ABSTRAK**

Masa pubertas merupakan tahap perkembangan penting yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial pada anak. Kurangnya pemahaman mengenai perubahan tersebut dapat menimbulkan kecemasan, rasa malu, serta sikap yang kurang tepat dalam menghadapi masa pubertas, khususnya pada anak sekolah dasar yang mulai mengalaminya. Oleh karena itu, diperlukan upaya pendidikan kesehatan yang sesuai dengan usia dan tingkat perkembangan anak. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai pengertian masa pubertas, ciri-ciri pubertas pada laki-laki dan perempuan, serta sikap yang tepat dalam menghadapinya. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan dengan pendekatan ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Media yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi leaflet, banner, dan presentasi materi. Kegiatan dilaksanakan pada siswa kelas 3 dan 4 di SDN Puncakmulya Kabupaten Tasikmalaya pada bulan Desember 2025. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa mengikuti penyuluhan dengan antusias dan mampu menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan, termasuk pengertian pubertas, tanda-tanda pubertas pada laki-laki dan perempuan, serta sikap yang perlu dilakukan dalam menghadapi perubahan pada masa pubertas. Secara umum, kegiatan penyuluhan ini berjalan dengan lancar dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan serta kesiapan siswa dalam menghadapi masa pubertas.

## PENDAHULUAN

Masa pubertas merupakan tahap perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial sebagai bagian dari proses menuju kedewasaan. Pada fase ini, anak mulai mengalami perubahan pada tubuh dan emosinya, termasuk perubahan pada organ reproduksi, pertumbuhan fisik yang cepat, serta ketidakstabilan emosi. Apabila anak tidak memperoleh informasi yang benar dan sesuai dengan tingkat usianya, perubahan tersebut dapat dipersepsi sebagai sesuatu yang menakutkan dan memalukan. Kurangnya pemahaman mengenai pubertas menjadi masalah yang perlu mendapat perhatian karena dapat memengaruhi sikap dan perilaku anak dalam menghadapi perubahan dirinya.

Ketidaktahuan dan kesalahpahaman anak mengenai masa pubertas dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti kecemasan, rasa malu, rendahnya kepercayaan diri, serta sikap penolakan terhadap perubahan fisik yang dialami. Dalam jangka panjang, kondisi ini berpotensi memengaruhi kesehatan mental anak dan membentuk sikap negatif terhadap kesehatan reproduksi. Anak yang tidak dibekali pemahaman sejak dini juga berisiko mencari informasi dari sumber yang tidak tepat, sehingga menimbulkan persepsi yang keliru tentang pubertas.

Secara global dan nasional, masa pubertas diakui sebagai fase perkembangan yang memerlukan pendampingan dan edukasi kesehatan sejak usia sekolah dasar. Di berbagai wilayah, masih ditemukan keterbatasan pemberian pendidikan kesehatan reproduksi yang terstruktur pada anak usia sekolah. Berdasarkan hasil observasi dan koordinasi dengan pihak SDN Puncakmulya Kabupaten Tasikmalaya, diketahui bahwa sebagian siswa kelas 3 dan 4 belum memahami pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas pada laki-laki dan perempuan, serta sikap yang tepat dalam menghadapinya. Selain itu, masih terdapat siswa yang merasa malu dan takut terhadap perubahan fisik yang mulai dialami.

Solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui kegiatan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan pengenalan masa pubertas. Intervensi ini dilaksanakan dengan metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab menggunakan media leaflet, banner, dan presentasi. Pemilihan intervensi penyuluhan

kesehatan didasarkan pada pertimbangan bahwa metode ini mudah diterima oleh anak sekolah dasar, efektif dalam meningkatkan pengetahuan, serta memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah antara pemateri dan peserta.

Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan melalui penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap positif anak dalam menghadapi perubahan masa pubertas. Penyampaian materi yang sesuai dengan usia dan disertai media pendukung terbukti membantu anak memahami perubahan fisik dan emosional sebagai proses yang normal. Hasil kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan juga menunjukkan bahwa siswa mampu menjelaskan kembali materi yang disampaikan dan menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai masa pubertas.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa sekolah dasar mengenai masa pubertas, meliputi pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas pada laki-laki dan perempuan, serta sikap yang tepat dalam menghadapi masa pubertas, sehingga siswa lebih siap secara fisik dan psikologis dalam menjalani fase perkembangan tersebut.

## METODE

Desain pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan deskriptif evaluatif dengan metode pre-post edukatif secara lisan. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui manfaat kegiatan penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai masa pubertas melalui tanya jawab dan kemampuan siswa menjelaskan kembali materi setelah intervensi diberikan.

Variabel yang dievaluasi dalam kegiatan ini adalah pengetahuan siswa tentang masa pubertas. Indikator pengetahuan meliputi pemahaman tentang pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas pada laki-laki, ciri-ciri pubertas pada perempuan, serta sikap yang tepat dalam menghadapi masa pubertas.

Sasaran pengabdian masyarakat adalah siswa kelas 3 dan 4 SDN Puncakmulya Kabupaten Tasikmalaya dengan jumlah peserta sebanyak 31 siswa. Subjek merupakan anak usia sekolah dasar yang berada pada tahap awal memasuki masa pubertas dan bersedia mengikuti kegiatan penyuluhan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan pengenalan masa pubertas dilaksanakan pada hari Kamis, 18 Desember 2025 di SDN Puncakmulya Kabupaten Tasikmalaya. Kegiatan diikuti oleh 31 siswa kelas 3 dan 4. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pembukaan, penyampaian materi, diskusi interaktif, sesi tanya jawab, evaluasi lisan, dan penutup.

Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan respon yang positif dan antusias. Hal ini terlihat dari perhatian siswa saat pemaparan materi, partisipasi aktif dalam sesi tanya jawab, serta kemampuan siswa dalam menjawab pertanyaan yang diajukan oleh pemateri. Media edukasi berupa leaflet, banner, dan presentasi membantu siswa memahami materi dengan lebih mudah.



**Gambar 1.** Penyuluhan pubertas



**Gambar 2.** Dokumentasi anak SD

## REFERENSI

- Anderson, J. E., & Widman, L. (2016). Sexual health education for children and adolescents: A review of evidence-based approaches. *Journal of Adolescent Health, 58*(2), 145–152.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2020). *Pedoman pendidikan kesehatan reproduksi remaja*. BKKBN.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed* methods (5th ed.). SAGE Publications.
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2019). *Wong's nursing care of infants and children* (11th ed.). Elsevier.
- Janiwarty, B., & Pieter, H. Z. (2016). *Pendidikan psikologi untuk tenaga kesehatan*. Rapha Publishing.
- Kemenkes Republik Indonesia. (2018). *Modul kesehatan reproduksi anak usia sekolah*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes Republik Indonesia. (2020). *Promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kusmiran, E. (2017). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* (Edisi revisi). Rineka Cipta.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2016). *Menarche dan menstruasi pertama*. Nuha Medika.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sari, D. P., & Lestari, R. (2021). Pendidikan kesehatan tentang pubertas terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar. *Jurnal Keperawatan Komunitas, 9*(1), 45–52.
- Susanto, T., Rahmawati, I., & Wantiyah. (2020). School-based health education to improve children's knowledge of puberty. *Journal of Public Health Research, 9*(2), 181–186.
- UNICEF. (2021). *Adolescent development and participation*. UNICEF Publications.
- World Health Organization. (2020). *Adolescent health and development*. WHO hshs