

## PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN PENDIDIK SEBAYA DI SDN I LANGENSARI

**Luvi Dian Afriyani<sup>1</sup>, Vistra Veftisia<sup>2</sup>, Eti Salafas<sup>3</sup>**

Program Studi Profesi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

Program Studi D IV Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

Program Studi D IV Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

[luviqanaiz@gmail.com](mailto:luviqanaiz@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar Belakang** :Infeksi genitalia adalah penyakit yang sering terjadi pada wanita. Infeksi tidak hanya disebabkan karena hubungan seksual, namun bisa disebabkan karena masalah hygiene. Saat menstruasi lebih beresiko terjadi infeksi. Infeksi ini jika tidak ditangani bisa menyebabkan penyakit berat bahkan bisa sampai terjadi infertilitas ( kemandulan ). Banyak siswa yang belum memiliki pengetahuan tentang perubahan organ reproduksi, sehingga ketika datang menstruasi siswa tidak tau bagaimana cara melakukan perawatan yang baik dan siswa cenderung malu untuk menanyakan atau berkonsultasi. Peran pendidik sebaya dapat membantu para remaja untuk lebih nyaman berdiskusi perubahan reproduksi dan perawatannya saat menstruasi.

**Tujuan** :untuk meningkatkan pengetahun siswa tentang perubahan organ reproduksi dan perawatan saat menstruasi melalui pelatihan dan pendampingan pendidik sebaya.

**Metode** :Diawali dengan pelatihan pendidik sebaya sejumlah 10 siswi melalui metode pembelajaran active learning, selanjutnya pendampingan pendidik sebaya untuk melakukan pendidikan kesehatan dengan teman sebaya sejumlah 13 siswi, dan evaluasi kegiatan bersama kepala sekolah dan penelora UKS

**Hasil** :Hasilnya terjadi peningkatan pengetahuan anatara sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pendidik sebaya

**Kesimpulan** :terjadi peningkatan pengetahuan anatara sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pendidik sebaya

**Kata Kunci** :Hygiene Menstruasi, Pendidik Sebaya

### Abstract

## SCIENCE FOR COMMUNITY SDN I LANGENSARI

**Background**: Genitalia infection is a disease that often occurs in women. Infection is not only caused by sexual intercourse, but can be caused by hygiene problems. When menstruation is more at risk of infection. This infection, if left untreated, can cause serious illness or even infertility. Many students do not have knowledge about changes in reproductive organs, so when menstruation comes students do not know how to do good care and students tend to be ashamed to ask or consult. The role of peer educators can help teens to be more comfortable discussing reproductive changes and their care during menstruation.

**Objective**: to improve student knowledge about changes in reproductive organs and care during menstruation through training and mentoring peer educators.

**Method**: Starting with 10 peer educator training through active learning methods, then mentoring peer educators to conduct health education with peers totaling 13 students, and evaluating activities with principals and managers of School Health Unit.

**Results**: The result is an increase in knowledge between before and after being given peer educator training

**Conclusion**: there was an increase in knowledge between before and after being given peer educator training

**Keywords**: Hygiene Menstruation, Peer Educator

## PENDAHULUAN

Data Survei yang dilakukan *World Health Organization* (WHO) di beberapa negara, remaja putri berusia 10-14 tahun mempunyai permasalahan terhadap reproduksinya. Data WHO tahun 2010, Angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%), angka prevalensi *candidiasis* (25-50%), *bacterial vaginosis* (20-40%) dan *trichomoniasis* (5- 15%), sedangkan data statistik di Indonesia tahun 2012 dari 43,3 juta jiwa remaja putri berusia 10-14 tahun berperilaku hygiene sangat buruk (Priyitno, S. 2014).

Data Badan Pusat Statistik dan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional pada tahun 2010, 63 juta remaja di Negara Indonesia berisiko melakukan perilaku yang kurang sehat. Misal, kurangnya tindakan merawat kebersihan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi. Angka insiden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10–18 tahun) yaitu 35-42%, serta dewasa muda (18–22 tahun) sebesar 27-33%.

Menurut Rahmatika (2010), faktor pemicu kasus infeksi saluran reproduksi (ISR) antara lain imunitas yang rendah 10%, perilaku kurang dalam merawat hygiene ketika menstruasi 30%, lingkungan buruk dan tata cara dalam penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi 50%.

Dampak yang terjadi bila tidak menjaga kebersihan saat menstruasi akan rentan terjadinya infeksi saluran kencing, infeksi saluran reproduksi, dan iritasi pada kulit.

SD N 1 Langensari terletak di Jalan Sudirman No 138 Langensari Ungaran Barat berada di jalan utama kota ungaran dan jalan profinsi. Layanan Usaha kesehatan Sekolah (UKS) yang dikelola

sekolah dalam memberikan pelayanan kesehatan difokuskan ke pelayanan kuratif pada siswa yang sakit disekolah, sedangkan pelayanan yang dilakukan puskesmas berupa pelayanan preventif dalam pemberian imunisasi, namun pelayanan promotif masih belum berjalan.

Menstrual Hygiene sangat penting dilakukan dalam mencegah terjadinya kejadian Infeksi Saluran Reproduksi (ISR). Secara umum perilaku menstrual hygiene pada masa remaja dapat dilakukan dengan cara menjaga kesehatan kulit dan wajah, rambut, kebersihan tubuh khususnya organ reproduksi terluar yang perlu secara cermat untuk dibersihkan yang menyangkut cara membersihkan, penggunaan sabun antiseptic, pemanfaatan celana dalam, pemanfaatan pembalut, kebersihan pakaian serta mandi.

Program pendidik sebaya terkait pengetahuan siswa tentang perubahan organ reproduksi dan perawatan saat menstruasi pada siswa SD N 1 Langensari Kelas 5 dan kelas kelas 6 karena Infeksi genitalia tidak hanya disebabkan karena hubungan seksual, namun bisa disebabkan karena masalah hygiene. Saat menstruasi lebih beresiko terjadi infeksi. Infeksi ini jika tidak ditangani bisa menyebabkan penyakit berat bahkan bisa sampai terjadi infertilitas (kemandulan). Banyak siswa yang belum memiliki pengetahuan tentang perubahan organ reproduksi, sehingga ketika datang menstruasi siswa tidak tau bagaimana cara melakukan perawatan yang baik dan siswa cenderung malu untuk menanyakan atau berkonsultasi. Peran pendidik sebaya dapat membantu para remaja untuk lebih nyaman berdiskusi perubahan reproduksi dan perawatannya saat menstruasi sehingga setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat diharapkan ada peningkatan pengetahuan siswa tentang hygiene saat menstruasi. Peran penanggung jawab UKS sangat diperlukan untuk keberlangsungan dan

keberlanjutan program, sehingga tim pengusul juga melibatkan penanggung jawab UKS.

Tujuan kegiatannya adalah melaksanakan evaluasi pengetahuan siswa tentang kesehatan reproduksi remaja sebelum dan sesudah diberikan pelatihan dan pendampingan, dengan Manfaatnya adalah Meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan reproduksi remaja dan Meningkatkan pelayanan pada usaha kesehatan sekolah.

## **METODE**

Metode kegiatan dilakukan dalam bentuk 3 tahap, dimana tahap 1 yaitu persiapan dilakukan dengan melakukan survey awal kebutuhan informasi pengetahuan pada Desember 2018, tahap 2 pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan beberapa tahap yaitu pelatihan pendidik sebaya, coaching pendidik sebaya sebanyak 10 siswa, pendampingan pendidikan kesehatan dengan pendidik sebaya sebanyak 13 siswa pada tanggal 18 Januari 2019, tahap 3 evaluasi kegiatan dilakukan untuk menilai keberhasilan program bersama dengan kepala sekolah dan penanggung jawab UKS pada tanggal 25 Januari 2019.

Sarana yang digunakan untuk mendukung kegiatan adalah media promosi kesehatan berupa kartu kesehatan reproduksi. Sarana untuk kelancaran komunikasi dengan mitra menggunakan telepon dan *whatts up*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Metode penilaian dengan pre dan post tes kegiatan dan data dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dan tendensi sentral mean dan median.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Kegiatan Persiapan**

Kegiatan persiapan diawali dengan melakukan perijinan kepada mitra. Perijinan dilakukan untuk mendapatkan dukungan dari mitra

terhadap kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan. Perijinan merupakan upaya advokasi yaitu upaya pendekatan kepada pimpinan/pengambil keputusan agar dapat memberi dukungan, kemudahan, dan semacamnya pada kegiatan yang diusulkan. Menurut Maulana, HD.J (2009). Advokasi dilakukan untuk mendapatkan dukungan baik berupa kebijakan, tenaga, dana, sarana, kemudahan, keikutsertaan dalam kegiatan maupun berbagai bentuk lainnya sesuai keadaan dan usaha. Menurut Kementrian Kesehatan RI (2000) dalam Sulaeman (2013) advokasi menjadi salah satu strategi promosi kesehatan, advokasi diarahkan pada sasaran tersier yang menghasilkan kebijakan yang sehat. Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat melakukan perijinan kepada Kepala Sekolah SD N I Langensari dengan menyertakan bukti telah melakukan perijinan dari Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Dan Politik.

Kegiatan lain yang dilakukan dalam upaya advokasi adalah dengan menyampaikan kegiatan dan manfaat program pengabdian masyarakat untuk mengatasi masalah kesehatan di SD N I Langensari. Sasaran Primer dalam kegiatan ini adalah siswi kelas IV dan V sedangkan sasaran sekundernya adalah pengelola UKS. Menurut Bensley, Robert J dan Fisher, Jodi B (2009) bahwa sasaran primer adalah mereka yang perilakunya perlu diubah sedangkan sasaran sekundernya adalah sasaran yang dapat mempengaruhi mereka yang akan diubah, sehingga perlu dilakukan persiapan dengan melibatkan pengelola UKS. Siswi kelas IV dan V berkisar antara usia 10 sampai dengan usia 12 yaitu pada usia pra remaja/ atau usia pra pubertas. Masa pubertas merupakan masa perubahan dari anak-anak menjadi dewasa, pada fase ini banyak terjadi perubahan terutama pada sistem

reproduksi. Menurut Yulaikhah L(2009) pada masa pubertas terjadi perubahan perubahan pada ovarium yang mengakibatkan perubahan besar pula pada seluruh tubuh wanita. Perlu upaya pemahaman yang baik tentang perubahan yang terjadi pada sistem reproduksi agar remaja bisa memahami bahwa proses ini adalah normal tanpa harus memiliki rasa takut. Pemberian pemahaman ini akan lebih baik dilakukan sejak dini sebelum siswa tersebut menginjak masa pubertas sehingga sasaran primer pada kegiatan ini adalah siswa putri kelas IV dan V dengan usia pra pubertas. Peran Sasaran sekunder yaitu pengelola UKS adalah menyiapkan waktu, tempat dan memilih pendidik sebaya. Pendidik sebaya yang dipilih adalah mereka yang memiliki motivasi belajar dan kemampuan akademik yang baik, dimana setelah diseleksi oleh pengelola terdapat 10 pendidik sebaya yang terdiri dari 5 siswi kelas IV dan 5 siswi kelas V.

## 2. Pelaksanaan

### a. Pelatihan Pendidik Sebaya

Kegiatan pelatihan pendidik sebaya dilakukan pada tanggal 18 Januari 2019, yang diikuti oleh 10 siswi yang berasal dari kelas IV dan V. Kegiatan diawali dengan pemberian pre test untuk mengetahui pengetahuan awal siswa, dilanjutkan dengan pemberian materi tentang Kesehatan reproduksi remaja putri yang terdiri dari teori remaja, pubertas, perubahan perubahan yang dialami, perubahan sistem reproduksi dan bagaimana melakukan perawatan/ *hygiene* terutama saat mengalami menstruasi. Materi disampaikan dengan tujuan agar dapat menambah pengetahuan siswi sehingga diharapkan nanti dapat memberikan informasi yang

didapatkan kepada teman sebaya di SDN I LAngensari.

Penyampaian materi dilakukan dengan pendekatan *active learning*, dimana metode ini melibatkan peserta secara aktif dalam proses pembelajaran. Beberapa metode dalam *active learning* yang digunakan adalah *games* dan *role play*. Sesuai dengan hasil penelitian Baharudin Hasan (2015) bahwa pendekatan *active learning* pada mata pelajaran Aqidah Akhlak dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas XI IPS di MA Darul Lughah Wal Karomah Kraksaan Probolonggo. Berdasarkan hasil observasi pembelajaran dengan menggunakan *games* menjadikan peserta lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran dan lebih mudah dalam mengingat materi yang diajarkan. *Role Play* dilakukan untuk memberikan pengalaman kepada peserta bagaimana menerapkan pendidikan kesehatan kepada teman sebaya, dengan mencoba menyampaikan informasi kepada sesama peserta.

Proses penyampaian materi dibantu menggunakan media dengan harapan dapat membatu proses penyampain pesan sehingga lebih mudah di pahami oleh peserta. Hal ini sesuai dengan teori menurut Notoadmojo (2012), Media sebagai alat bantu menyampaikan pesan-pesan kesehatan, alat-alat bantu tersebut mempunyai fungsi menimbulkan minat sasaran pendidikan, mencapai sasaran yang lebih banyak, membantu dalam mengatasi banyak hambatan dan pemahaman, mestimulasi sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima orang lain, mempermudah penyampaian bahan atau informasi kesehatan,

mempermudah penyampaian bahan atau informasi kesehatan, mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran/ masyarakat, mendorong keinginan orang untuk mengetahui, kemudian lebih mendalami, dan akhirnya mendapatkan pengertian yang lebih baik, membantu menegakkan pengertian yang diperoleh. Media

yang digunakan dalam penyampaian materi ini adalah kartu yang berisikan materi dilengkapi dengan gambar yang menarik Menurut Retamero dan Cokely ( 2013 ) manfaat alat bantu visual sangat efektif, transparan, dan dapat membantu dalam pengambilan keputusan serta mengubah perilaku beresiko.

1) Pengetahuan Pendidik Sebaya Tentang Perubahan Sistem Reproduksi dan Perawatannya Saat Menstruasi Sebelum Dilakukan Pelatihan di SD N I Langensari

Tabel 1. Pengetahuan Pendidik Sebaya Tentang Perubahan Sistem Reproduksi dan Perawatannya Saat Menstruasi Sebelum dan setelah Dilakukan Pelatihan

	Mean	Median	Minimal	Maksimal
Pre	32	26.67	20	53
Post	68	66.67	53	80

Hasil *pre test* pendidik sebaya didapatkan bahwa bahwa nilai terendah 20 dan tertinggi adalah 53 sementara nilai rata ratanya adalah 32. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan pendidik sebaya tentang perubahan sistem organ reproduksi dan perawatannya saat menstruasi. Kurangnya pengetahuan ini disebabkan karena siswi belum pernah mendapatkan informasi sebelumnya dan baru 4 siswi (40%) yang telah memiliki pengalaman perawatan saat menstruasi karena sudah mendapatkna menstruasi sementara 6 orang (60 %) belum mendapatkan menstruasi. Menurut Mubarak (2011) beberapa factor yang mempengaruhi pengetahuan

seseorang adalah pendidikan, pekerjaan, umur, minat, pengalaman, kebudayaan lingkungan sekitar dan informasi. Dari teori tersebut jelas disebutkan bahwa pengalaman dan informasi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang.

Hasil post test didapatkan bahwa ada perubahan nilai terendah menjadi 53 dan nilai tertinggi adalah 80 sedangkan nilai rata-ratanya menjadi 68, hasil ini menunjukkan bahwa pemberian informasi tentang perubahan sistem organ reproduksi dan perawatannya saat menstruasi. Hal ini dikarenakan informasi memang sangat diperlukan untuk peningkatan pengetahuan

Tabel 2 Distribusi frekuensi jawaban pendidik sebaya sebelum dilakukan pelatihan

NO	Pertanyaan	Benar (%)	Salah (%)	Total (%)
1	Batasan Usia Remaja	40	60	100
2	Hormon pubertas pada wanita	40	60	100
3	Perubahan fisik perempuan saat pubertas	50	50	100
4	Tujuan personal <i>Hygiene</i> saat menstruasi	20	80	100
5	Penyebab sering timbulnya jerawat saat menstruasi	0	100	100
6	Menjaga kebersihan rambut saat menstruasi	80	20	100
7	Cara membersihkan organ kewanitaan	20	80	100
8	Cara pembersihan organ kewanitaan dengan memperhatikan PH tetap normal	0	100	100

9	PH Vagina	10	90	100
10	Cara membersihkan organewanitaan setelah dibersihkan dengan air	60	40	100
11	Alasan pembersihan vagina tidak menggunakan sabun khusus	0	100	100
12	Bahan celana dalam yang baik	70	30	100
13	Membersihkan celana dalam saat menstruasi	20	80	100
14	Waktu penggunaan Pantyliner	40	60	100
15	Penggantian pembalut saat menstruasi	40	60	100

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner pre test dapat ditunjukkan dengan masih kurangnya pengetahuan terutama pada pertanyaan no 5 “penyebab sering timbulnya jerawat pada saat menstruasi”, pertanyaan no 8 “cara pembersihan organewanitaan dengan memperhatikan PH tetap normal, dan pertanyaan no 11 “Alasan pembersihan vagina tidak menggunakan sabun khusus. Seluruh siswa (100%) menjawab salah yang dapat diartikan mereka tidak mengetahui perawatan wajah dan organewanitaan saat menstruasi. Peningkatan produksi keringat yang berlebih saat menstruasi bisa menyebabkan jerawat jika tidak dibersihkan dengan baik. Perawatan organewanitaan menjadi

sangat penting sekali pada masa menstruasi karena saat menstruasi organewanitaan menjadi lebih rentan terkena bakteri.

Menurut teori Renda dan Permai (2013) dalam Sinaga dan Erna (2017), menyatakan Wajah merupakan bagian yang paling sensitive bagi seorang remaja terutama remaja putri. Pada saat menstruasi kelenjar sebaceous akan meningkat sehingga produksi keringat meningkat, oleh sebab itu mencuci muka dua sampai tiga kali sehari dapat membantu mencegah timbulnya jerawat dan untuk kebersihan organewanitaan Tidak perlu menggunakan cairan pembersih karena cairan tersebut akan makin merangsang bakteri yang menyebabkan infeksi.

Tabel 3 Distribusi frekuensi jawaban pendidik sebaya setelah dilakukan pelatihan

NO	Pertanyaan	Benar (%)	Salah (%)	Total (%)
1	Batasan Usia Remaja	60	40	100
2	Hormon pubertas pada wanita	80	20	100
3	Perubahan fisik perempuan saat pubertas	70	30	100
4	Tujuan personal <i>Hygiene</i> saat menstruasi	60	40	100
5	Penyebab sering timbulnya jerawat saat menstruasi	60	40	100
6	Menjaga kebersihan rambut saat menstruasi	90	10	100
7	Cara membersihkan organewanitaan	50	50	100
8	Cara pembersihan organewanitaan dengan memperhatikan PH tetap normal	100	0	100
9	PH Vagina	100	0	100
10	Cara membersihkan organewanitaan setelah dibersihkan dengan air	80	20	100
11	Alasan pembersihan vagina tidak menggunakan sabun khusus	40	60	100
12	Bahan celana dalam yang baik	100	0	100
13	Membersihkan celana dalam saat menstruasi	20	80	100
14	Waktu penggunaan Pantyliner	30	70	100
15	Penggantian pembalut saat menstruasi	90	10	100

Setelah pendidik sebaya diberikan informasi tentang perubahan sistem organ reproduksi dan perawatannya saat menstruasi ada peningkatan pengetahuan responden yang dapat dilihat dari pengisian kuesioner pada pertanyaan no 8 “cara pembersihan

organewanitaan dengan memperhatikan PH tetap normal”, pertanyaan no 9 “PH vagina” dan pertanyaan no 12 “bahan celana dalam yang baik” seluruh siswa (100%) menjawab benar pada pertanyaan

tersebut hal ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan.

Menurut teori Renda dan Permai (2013) dalam Sinaga dan Erna (2017), menyatakan Vagina memiliki pH yang asam, yakni sekitar 3,5-4,5. Tingkat keasaman ini memungkinkan vagina untuk memelihara bakteri baik,

b. Pendampingan Pendidik Sebaya

Kegiatan pendampingan pendidik sebaya dilakukan pada tanggal 22 Januari 2019 di ruang kelas. Kegiatan pendampingan ini ditujukan agar pendidik sebaya dapat melakukan kegiatan pendidikan sebaya dengan baik. Kegiatan diawali dengan

- 1) Pengetahuan Penampingan Pendidik Sebaya Tentang Perubahan Sistem Reproduksi dan Perawatannya Saat Menstruasi Sebelum Dilakukan Pelatihan di SD N I Langensari

Tabel 4 Pengetahuan Pendampingan Pendidik Sebaya Tentang Perubahan Sistem Reproduksi dan Perawatannya Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendampingan

	Mean	Median	Minimal	Maksimal
Pre	29.74	29.63	20	40
Post	54.24	54.16	33	67

Hasil *pre test* pendampingan pendidik sebaya didapatkan bahwa nilai terendah 20 dan tertingginya adalah 40 sementara nilai rata ratanya adalah 29.74. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan siswa tentang perubahan sistem organ reproduksi dan perawatannya saat menstruasi.

Sedangkan hasil *post test* pendampingan pendidik sebaya

Tabel 5 Distribusi frekuensi jawaban sebelum dilakukan pelatihan pendampingan

NO	Pertanyaan	Benar (%)	Salah (%)	Total (%)
1	Batasan Usia Remaja	0	100	100
2	Hormon pubertas pada wanita	38.46	61.54	100
3	Perubahan fisik perempuan saat pubertas	46.15	53.85	100
4	Tujuan personal <i>Hygiene</i> saat menstruasi	38.46	61.54	100
5	Penyebab sering timbulnya jerawat saat menstruasi	23.08	76.92	100
6	Menjaga kebersihan rambut saat menstruasi	76.92	23.08	100
7	Cara membersihkan organ kewanitaan	15.38	84.62	100
8	Cara pembersihan organ kewanitaan, memperhatikan PH tetap normal	0	100	100
9	PH Vagina	7.69	92.31	100

sehingga tidak diperlukan penggunaan sabun khusus pembersih vagina yang dapat membahayakan bakteri baik tersebut mati kemudian bakteri jahat dan jamur jadi akan lebih mudah bersarang dan untuk pemilihan celana dalam gunakan celana katunserta dapat mencover daerah pinggul agar dapat menopang pembalut dengan kuat.

melakukan *pre test* pada teman sebaya sedangkan pendidik sebaya mempersiapkan diri untuk menyampaika informasi kepada teman sebaya. Media yang digunakan pada kegiatan ini adalah kartu dengan metode diskusi.

didapatkan ada peningkatan pengetahuan siswa didapatkan hasil nilai terendah 33 dan tertingginya adalah 67 sementara nilai rata ratanya adalah 54.24. Sehingga bisa dikatakan bahwa dengan adanya informasi yang diberikan teman (pendidik sebaya) dapat meningkatkan pengetahuan dan memudahkan pemberian informasi tentang perubahan sistem reproduksi dan perawatannya saat menstruasi.

10	Cara membersihkan organewanitaan setelah dibersihkan dengan air	30.77	69.23	100
11	Alasan pembersihan vagina tidak menggunakan sabun khusus	7.69	92.31	100
12	Bahan celana dalam yang baik	38.46	61.54	100
13	Membersihkan celana dalam saat menstruasi	7.69	92.31	100
14	Waktu penggunaan Pantyliner	53.85	46.15	100
15	Penggantian pembalut saat menstruasi	23.08	76.92	100

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner pre test dapat ditunjukkan dengan masih kurangnya pengetahuan siswa sebelum diberikan pendampingan pendidik sebaya dapat dilihat dari pengisian kuesioner pada pertanyaan no 1 “Batasan Usia Remaja”, pertanyaan no 8 “Cara pembersihan organ kewanitaan dengan memperhatikan PH tetap normal” seluruh siswa (100%) menjawab salah, untuk pertanyaan no 9 “PH Vagina”, no 11 “Alasan pembersihan vagina tidak menggunakan sabun khusus”, dan no 13 “Membersihkan celana dalam saat menstruasi” sebagian besar (92, 31%) menjawab salah pada pertanyaan tersebut.

Menurut teori Renda dan Permai (2013) dalam Sinaga dan Erna (2017),

meyatakan Vagina memiliki pH yang asam, yakni sekitar 3,5-4,5. Tingkat keasaman ini memungkinkan vagina untuk memelihara bakteri baik, sehingga tidak diperlukan penggunaan sabun khusus pembersih vagina yang dapat membahayakan bakteri baik tersebut mati kemudian bakteri jahat dan jamur jadi akan lebih mudah bersarang dan untuk membersihkan celana dalam saat menstruasi adalah Cuci menggunakan air hangat agar bercak darah lebih cepat hilang, Selanjutnya tambahkan sabun mandi atau sabun mild, dan Jangan menggunakan detergen karena akan mengubah sifat dari celana dalam dan berpengaruh terhadap daerah kewanitaan wanita

Tabel 6 Distribusi frekuensi jawaban pendampingan pendidik sebaya setelah dilakukan pelatihan

NO	Pertanyaan	Benar (%)	Salah (%)	Total (%)
1	Batasan Usia Remaja	61.54	38.46	100
2	Hormon pubertas pada wanita	69.23	30.77	100
3	Perubahan fisik perempuan saat pubertas	23.08	76.92	100
4	Tujuan personal <i>Hygiene</i> saat menstruasi	38.46	61.54	100
5	Penyebab sering timbulnya jerawat saat menstruasi	38.46	61.54	100
6	Menjaga kebersihan rambut saat menstruasi	76.92	23.08	100
7	Cara membersihkan organ kewanitaan	15.38	84.62	100
8	Cara pembersihan organ kewanitaan dengan memperhatikan PH tetap normal	46.15	53.85	100
9	PH Vagina	92.31	7.69	100
10	Cara membersihkan organ kewanitaan setelah dibersihkan dengan air	53.85	46.15	100
11	Alasan pembersihan vagina tidak menggunakan sabun khusus	53.85	46.15	100
12	Bahan celana dalam yang baik	92.31	7.69	100
13	Membersihkan celana dalam saat menstruasi	15.38	84.62	100
14	Waktu penggunaan Pantyliner	30.77	69.23	100
15	Penggantian pembalut saat menstruasi	53.85	46.15	100

Setelah siswa diberikan pendampingan pendidik sebaya diberikan informasi tentang perubahan sistem organ reproduksi dan perawatannya saat menstruasi

ada peningkatan pengetahuan responden yang dapat dilihat dari pengisian kuesioner pada pertanyaan no 9 “PH vagina” dan pertanyaan no 12 “bahan celana

dalam yang baik” seluruh siswa (100%) menjawab benar pada pertanyaan tersebut hal ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan.

2) Peningkatan pengetahuan terutama siswa sudah mengetahui PH vagina normal dan celana dalam yang baik, sesuai Menurut teori Renda dan Permai (2013) dalam Sinaga dan Erna (2017), bahwa Gunakan celana katunserta dapat mencover daerah pinggul agar dapat menopang pembalut dengan kuat, Tidak menggunakan sejenis G-string atau yang minimalis, dan tidak ketat karena apabila ketat akan membuat sirkulasi udara tidak lancar yang dapat membuat kulit iritasi dan keringat yang tidak terserap dengan baik juga beresiko mengundang kuman jahat untuk bersarang

3. Evaluasi  
Kegiatan evaluasi dilakukan pada tanggal 22 Januari 2019 di SDN N I Langensari. Kegiatan ini bertujuan untuk menyampaik hasil pelaksanaan kegiatan kepada pihak sekolah dan menyusun rencana tindak lanjut untuk keberlanjutan program. Tim menyampaikan hasil kegiatan kepada Pihak Sekolah yaitu Kepala Sekolah dan pengelola UKS. Keberhasilan kegiatan dapat dilihat dengan terjadi peningkatan pengetahuan pada pendidik sebaya maupun pada siswi kelas IV dan V setelah dilakukan pendidikan sebaya. Keberhasilan ini tak lepas dari peran media promosi kesehatan yang digunakan yaitu kartu yang sangat memudahkan siswa menyampaikan informasi kepada

teman sebayanya sehingga tim pengabdian memberikan media pembelajaran yaitu kartu tentang kesehatan reproduksi kepada pihak sekolah agar dapat digunakan secara mandiri.

Dalam kegiatan tersebut didiskusikan upaya tindak lanjut yang akan dilaksanakan oleh Sekolah sehingga program pendidikan sebaya ini bisa dilanjutkan pada tahun mendatang. Sesuai dengan hasil pengolahan data bahwa pendidik sebaya cukup mampu dalam memberikan informasi kepada teman sebayanya sehingga tahun ajaran baru nanti dapat diterapkan dengan sasaran siswi kelas IV yang saat ini sedang berada di kelas III.

## **SIMPULAN**

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang perubahan organ reproduksi dan perawatan saat menstruasi melalui pelatihan dan pendampingan pendidik sebaya. Kegiatan diawali dengan pelatihan pendidik sebaya sejumlah 10 siswi melalui metode pembelajaran *active learning*. Dari kegiatan tersebut didapatkan ada peningkatan pengetahuan pendidik sebaya setelah dilakukan pelatihan. Kegiatan selanjutnya adalah pendampingan pendidik sebaya untuk melakukan pendidikan kesehatan dengan teman sebaya yang terdiri dari kelas IV dan V sejumlah 13 siswi. Hasilnya terjadi peningkatan pengetahuan. Kegiatan selanjutnya adalah evaluasi kegiatan bersama kepala sekolah dan pengelola UKS SD N I Langensari untuk menyampaikn hasil kegiatan dan merumuskan rencana tindak lanjut dari Sekolah

## DAFTAR PUSTAKA

- Baharudin Hasan.2015. Penerapan Pembelajaran *Aktive Learning* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa di Madrasah. *Jurnal Pendidikan Paedagogik*. Vol 1(1).
- Bensley,Robert J & Fisher, Jodi B. 2009.*Metode Pendidikan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta;EGC
- Dewi RNVR, 2010. *Hubungan Penggunaan Media Massa Dengan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Sman 8 Surakarta*. Skripsi.  
<https://eprints.uns.ac.id/10322/1/153992108201005581.pdf>
- Maulana, HD.J. 2009.Promosi Kesehatan. EGC.Jakarta
- Notoatmodjo,Soekidjo.2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta;Rineka Cipta.
- Retamero.Cokely.2013.*Communicating Health Risks with Visual Aids*.SAGE Journals. Vol 22,Issues.392-399
- Saputro DNAA. 2015. *Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Kesehatan Reproduksi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Seks Pranikah Di Sma Muhammadiyah 4 Kartasura*. Naskah publikasi.  
[eprints.ums.ac.id/36817/1/Naskah%20Publikasi.pdf](http://eprints.ums.ac.id/36817/1/Naskah%20Publikasi.pdf)
- Sinaga E. dkk. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Universitas Nasional. IWWASH. Global One.
- Sulaeman ES.2013. *Promosi Kesehatan Teori dan Implementasi Di Indonesia*. Surakarta;UNS Press
- Yulaikhah L.2009.*Seri Asuhan Kehamilan*.EGC:Jakarta