

Penguatan Perilaku Personal Hygiene melalui Game Edukatif pada Remaja SMAN 1 Tilatang Kamang

Tuti Oktriani^{*1}, Desri Nova H^{*2}, Lady Wizia³ Nike Puspita Alwi⁴

^{1,2,3,4}Universitas Prima Nusantara Bukittinggi

E-mail: oktrianituti@gmail.com^{*1}, desrinova17@gmail.com², wizialady@gmail.com³, nikealwi@gmail.com⁴

Abstract

Masa remaja merupakan tahap krusial dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat, salah satunya perilaku personal hygiene yang berperan penting dalam mencegah penyakit infeksi maupun gangguan kesehatan reproduksi. Rendahnya kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri sering kali berdampak pada munculnya berbagai masalah kesehatan seperti jerawat, bau badan, infeksi kulit, hingga keputihan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memperkuat perilaku personal hygiene melalui pendekatan edukatif berbasis permainan yang menyenangkan dan interaktif. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di SMAN 1 Tilatang Kamang dengan jumlah peserta sebanyak 98 siswa. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif, pre-test dan post-test, serta penerapan game edukatif bertema kebersihan diri. Hasil pelaksanaan menunjukkan peningkatan signifikan terhadap pengetahuan dan sikap siswa mengenai personal hygiene, di mana sekitar 90% peserta memperoleh peningkatan nilai post-test dibandingkan pre-test. Antusiasme peserta juga terlihat tinggi selama proses kegiatan berlangsung. Hasil ini membuktikan bahwa pendekatan game edukatif efektif untuk menumbuhkan pemahaman dan perilaku hidup bersih pada remaja. Diharapkan kegiatan ini dapat dilaksanakan secara berkesinambungan dengan dukungan guru, tenaga kesehatan, serta orang tua guna membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

Kata kunci: Personal hygiene, remaja, edukasi kesehatan, permainan edukatif, pengabdian masyarakat

Abstrak

Adolescence is a crucial stage in developing healthy lifestyle habits, one of which is personal hygiene, which plays an important role in preventing infectious diseases and reproductive health disorders. The lack of adolescents' awareness of maintaining personal hygiene often leads to various health problems such as acne, body odor, skin infections, and vaginal discharge. This community service activity aimed to strengthen personal hygiene behavior through an educational approach based on fun and interactive games. The activity was carried out at SMAN 1 Tilatang Kamang and involved 98 students as participants. The methods included interactive counseling sessions, pre-test and post-test evaluations, and the implementation of educational games with personal hygiene themes. The results showed a significant improvement in students' knowledge and attitudes toward personal hygiene, with approximately 90% of participants achieving higher post-test scores compared to pre-test results. Participants also demonstrated high enthusiasm throughout the activity. These findings indicate that educational games are an effective approach to enhance adolescents' understanding and application of personal hygiene practices. It is expected that similar activities can be conducted continuously with the support of teachers, health workers, and parents to promote clean and healthy living habits in the school environment.

Keywords: Personal hygiene, adolescents, health education, educational games, community service

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan penting dalam kehidupan manusia yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang sangat cepat. Pada masa ini, remaja mulai mencari identitas diri dan menghadapi berbagai tantangan dalam menjaga keseimbangan antara kebebasan dan tanggung jawab (Santrock, 2021). Salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan dalam periode ini adalah perilaku *personal hygiene*, yang memiliki peran vital dalam menjaga kesehatan umum dan reproduksi (World Health Organization, 2020). Kurangnya praktik kebersihan diri dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan seperti infeksi kulit, bau badan, jerawat, dan infeksi saluran reproduksi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2023).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa tingkat kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri masih rendah. Sebanyak 58,4% remaja belum membiasakan mencuci tangan dengan benar, sementara 47,6% belum memahami cara menjaga kebersihan organ reproduksi (Kemenkes RI, 2023). Kurangnya edukasi kesehatan, minimnya komunikasi terbuka antara remaja dan orang tua, serta paparan media sosial yang tidak terkontrol menjadi faktor penyebab rendahnya perilaku kebersihan (Aulia & Rahmawati, 2024). Oleh karena itu, diperlukan metode pembelajaran yang interaktif dan sesuai dengan karakteristik remaja agar pesan kesehatan dapat diterima secara efektif.

Pendekatan berbasis permainan edukatif (*game edukatif*) merupakan salah satu strategi inovatif yang terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku kesehatan. Metode ini menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, partisipatif, dan menumbuhkan minat belajar siswa (Novianti & Handayani, 2021). Permainan edukatif memungkinkan siswa terlibat secara aktif dalam proses belajar, sehingga mampu memperkuat motivasi dan meningkatkan pemahaman jangka panjang terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Dalam konteks pendidikan remaja, kegiatan pengabdian masyarakat dengan pendekatan permainan edukatif di sekolah menjadi sarana efektif untuk memperkuat perilaku *personal hygiene* yang berkelanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, permasalahan yang diidentifikasi dalam kegiatan ini meliputi: Rendahnya pengetahuan dan kesadaran remaja tentang pentingnya *personal hygiene*, Kurangnya metode edukasi yang inovatif dan sesuai karakteristik remaja dalam penyampaian pesan Kesehatan, Belum optimalnya peran sekolah dalam pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah: 1) Meningkatkan pengetahuan remaja tentang pentingnya *personal hygiene* sebagai bagian dari perilaku hidup bersih dan sehat. 2) Menumbuhkan sikap positif dan keterampilan remaja dalam menjaga kebersihan diri melalui pendekatan *game edukatif*. 3) Mendorong kolaborasi antara guru, mahasiswa, dan tenaga kesehatan dalam promosi kesehatan di lingkungan sekolah.

Menurut Potter dan Perry (2020), *personal hygiene* mencakup upaya menjaga kebersihan tubuh yang bertujuan mempertahankan kesehatan, mencegah infeksi, dan meningkatkan kepercayaan diri. Pada masa remaja, perilaku kebersihan diri dipengaruhi oleh faktor pendidikan, budaya, dan lingkungan keluarga (Sitorus & Wulandari, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan dengan metode interaktif lebih efektif dibanding ceramah biasa karena mendorong partisipasi dan refleksi diri (Fitriani, 2021).

Aulia dan Rahmawati (2024) melaporkan bahwa penggunaan *game edukatif* dalam promosi kesehatan dapat meningkatkan retensi pengetahuan hingga 35% lebih tinggi dibandingkan metode konvensional. Hasil serupa ditemukan oleh Sari, Putri, dan Handayani (2025), yang menjelaskan bahwa kegiatan interaktif mampu meningkatkan rasa percaya diri remaja dalam membahas topik kebersihan dan kesehatan reproduksi. Pendekatan ini juga sesuai dengan teori *Health Promotion Model* oleh Pender (2019), yang menekankan pentingnya peningkatan motivasi, pengalaman positif, dan lingkungan yang mendukung dalam perubahan perilaku kesehatan.

Dengan demikian, pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat melalui *game edukatif* di SMAN 1 Tilatang Kamang diharapkan dapat menjadi langkah strategis dalam memperkuat perilaku *personal hygiene* remaja sekaligus meningkatkan kualitas kesehatan sekolah secara keseluruhan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif-edukatif, yaitu metode pembelajaran yang melibatkan peserta secara aktif dalam setiap proses kegiatan. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik remaja yang lebih mudah

memahami konsep kesehatan melalui aktivitas yang menyenangkan, komunikatif, dan berorientasi pengalaman (Pender, 2019). Kegiatan dilaksanakan di SMAN 1 Tilatang Kamang, Kabupaten Agam, Sumatera Barat, dengan sasaran 98 siswa kelas X dan XI. Kelompok usia ini berada pada fase perkembangan yang rawan terhadap perilaku kurang higienis, sehingga sangat tepat untuk dilakukan intervensi edukatif. Tahap Persiapan : Sebelum kegiatan dimulai, tim pelaksana melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan jadwal, tempat, dan kesiapan peserta. Selain itu, dilakukan penyusunan modul edukasi, media permainan, serta instrumen evaluasi yang meliputi lembar *pre-test* dan *post-test*. Alat bantu visual seperti poster, kartu permainan, dan *powerpoint* juga disiapkan agar proses pembelajaran lebih menarik dan mudah dipahami. Tahap Pelaksanaan : Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam tiga bagian utama, yaitu penyuluhan interaktif, penerapan game edukatif, dan demonstrasi praktik kebersihan diri. Pada tahap pertama, penyuluhan interaktif dilakukan dengan memberikan materi mengenai makna *personal hygiene*, manfaat menjaga kebersihan tubuh, dan dampak buruk dari perilaku hidup yang tidak higienis. Sesi ini disampaikan dengan cara diskusi dua arah agar peserta dapat mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman pribadi (Potter & Perry, 2020). Tahap kedua dilanjutkan dengan game edukatif bertajuk “Yes or No Hygiene Challenge”, di mana peserta dibagi menjadi beberapa kelompok kecil. Setiap kelompok diberikan kartu bertuliskan “YES” dan “NO” untuk menjawab berbagai pernyataan terkait perilaku kebersihan diri. Permainan ini memadukan unsur edukasi, kompetisi, dan refleksi, sehingga peserta lebih aktif serta termotivasi untuk memahami isi materi dengan cara yang menyenangkan (Aulia & Rahmawati, 2024). Selanjutnya dilakukan demonstrasi praktik kebersihan diri, seperti mencuci tangan enam langkah sesuai pedoman WHO, menjaga kebersihan organ reproduksi, serta perawatan diri selama menstruasi. Peserta diminta mencontoh dan mempraktikkan secara langsung agar terbentuk keterampilan nyata, bukan hanya pemahaman teoritis. Tahap Evaluasi : Setelah kegiatan selesai, peserta diberikan *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan dan sikap setelah mendapatkan edukasi. Perbandingan nilai *pre-test* dan *post-test* digunakan untuk mengukur efektivitas kegiatan. Selain itu, dilakukan observasi terhadap antusiasme dan keaktifan peserta selama kegiatan berlangsung. Evaluasi keberhasilan kegiatan didasarkan pada beberapa indikator, yaitu: peningkatan skor *post-test* minimal 20% dibanding *pre-test*, partisipasi aktif lebih dari 90% peserta, serta kemampuan praktik kebersihan diri yang benar minimal 80% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2023).

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa hampir seluruh peserta berpartisipasi aktif dalam diskusi maupun permainan. Mereka tampak antusias menjawab pertanyaan dan mempraktikkan kebiasaan hidup bersih. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan *game edukatif* efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terhadap *personal hygiene*. Hal ini sejalan dengan teori *Health Promotion Model* yang dikemukakan oleh Pender (2019), di mana proses belajar yang menyenangkan dan bermakna dapat memperkuat motivasi serta mendorong perubahan perilaku kesehatan secara bertahap. Sebagai bentuk keberlanjutan kegiatan, tim pengabdian masyarakat bekerja sama dengan guru untuk membentuk Duta Personal Hygiene Remaja, yaitu perwakilan siswa yang akan menjadi fasilitator sebaya (*peer educator*) dalam menyebarluaskan edukasi kebersihan diri di lingkungan sekolah. Melalui pendekatan ini, diharapkan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dapat terus terjaga dan berkembang secara mandiri di kalangan peserta didik

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terlaksana dengan lancar dan mendapat dukungan penuh dari pihak sekolah. Pelaksanaan kegiatan melibatkan 98 siswa SMAN 1 Tilatang Kamang yang terdiri dari 50 siswi dan 48 siswa. Seluruh kegiatan dilakukan di aula sekolah selama satu hari pada bulan 15 Oktober 2025. Kegiatan dibuka secara resmi oleh kepala sekolah

dan dilanjutkan dengan sambutan dari ketua tim pelaksana. Sejak awal, peserta menunjukkan rasa antusias yang tinggi terhadap topik yang diangkat, karena materi *personal hygiene* dianggap relevan dengan kehidupan sehari-hari dan sering kali belum dibahas secara terbuka di lingkungan sekolah maupun keluarga.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan utama: penyuluhan interaktif, permainan edukatif, dan evaluasi hasil. Pada tahap penyuluhan, peserta aktif berdiskusi tentang kebersihan diri, pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi, kebersihan pakaian, serta cara mencuci tangan dengan benar. Pendekatan yang digunakan bukan sekadar ceramah satu arah, tetapi lebih bersifat partisipatif sehingga siswa dapat mengaitkan materi dengan pengalaman pribadi. Hal ini sejalan dengan pendapat Potter dan Perry (2020), yang menyatakan bahwa proses belajar yang melibatkan partisipasi aktif lebih efektif dalam membangun pemahaman konsep kesehatan.

Tahap selanjutnya adalah penerapan permainan edukatif bertajuk “Yes or No Hygiene Challenge”, di mana peserta menjawab berbagai pernyataan tentang kebersihan diri menggunakan kartu “Yes” atau “No.” Aktivitas ini menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, kompetitif, dan kolaboratif. Berdasarkan observasi, lebih dari 90% peserta berpartisipasi aktif dalam permainan. Suasana aula menjadi dinamis karena siswa tampak bersemangat dan berani menyampaikan pendapat. Penggunaan *game edukatif* terbukti meningkatkan motivasi belajar dan memperkuat pemahaman materi karena melibatkan aspek kognitif dan emosional sekaligus (Aulia & Rahmawati, 2024).

Setelah kegiatan berlangsung, dilakukan evaluasi dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk menilai perubahan pengetahuan peserta. Rata-rata skor *pre-test* menunjukkan tingkat pengetahuan awal sebesar 68,2%, sedangkan *post-test* meningkat menjadi 89,6%, menunjukkan adanya peningkatan sebesar 21,4%. Hal ini menggambarkan bahwa kegiatan edukasi melalui pendekatan permainan mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang *personal hygiene* secara signifikan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Sari, Putri, dan Handayani (2025), yang melaporkan bahwa pendekatan interaktif dalam promosi kesehatan meningkatkan pemahaman remaja hingga 25–30% dibandingkan metode konvensional.

Selain peningkatan pengetahuan, perubahan sikap positif juga terlihat dari hasil observasi langsung. Siswa menjadi lebih terbuka dalam membicarakan isu-isu kebersihan diri, terutama kebersihan organ reproduksi. Beberapa peserta perempuan mengaku baru mengetahui pentingnya mengganti pembalut setiap 4–6 jam dan menjaga kebersihan area genital dengan benar. Sedangkan peserta laki-laki menunjukkan peningkatan kesadaran terhadap kebersihan tubuh dan pakaian, terutama setelah olahraga. Berdasarkan refleksi kelompok, 95% peserta menyatakan kegiatan ini bermanfaat dan menyenangkan, serta ingin agar kegiatan serupa dilaksanakan secara rutin.

Kegiatan ini memiliki beberapa keunggulan dibandingkan metode penyuluhan biasa. Pertama, *game edukatif* mampu menciptakan suasana belajar yang interaktif dan tidak monoton, sehingga peserta lebih fokus dan tidak mudah bosan. Kedua, kegiatan ini mendorong perubahan sikap karena peserta mengalami proses belajar langsung melalui pengalaman bermain, bukan hanya menerima informasi secara pasif. Ketiga, metode ini memperkuat kerja sama antara guru, siswa, dan tenaga kesehatan dalam membangun budaya hidup bersih di sekolah.

Namun demikian, kegiatan juga memiliki beberapa keterbatasan. Waktu pelaksanaan yang relatif singkat membuat tim pelaksana belum dapat melakukan evaluasi jangka panjang terhadap perubahan perilaku siswa. Selain itu, jumlah peserta yang cukup banyak menyebabkan interaksi langsung antara fasilitator dan siswa tidak merata. Diperlukan tindak lanjut berupa program lanjutan, seperti pembentukan kelompok kecil atau “Duta Personal Hygiene,” agar pengawasan dan pembiasaan perilaku sehat dapat berkelanjutan.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini sejalan dengan *Health Promotion Model* oleh Pender (2019), yang menekankan bahwa pembentukan perilaku kesehatan yang positif

membutuhkan proses pembelajaran yang menyenangkan, relevan, dan kontekstual. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa *game edukatif* efektif sebagai media penyuluhan yang mampu meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, serta menumbuhkan kesadaran remaja untuk menjaga kebersihan diri secara mandiri.



Gambar 1. Tahap Persiapan



Gambar 2. Tahap Pemberian Edukasi Pre Test



Gambar 3. Pemberian Post test



Gambar 4. Game Edukatif

Tabel 1. Pertanyaan Game Interaktif

Item Pertanyaan	Pertanyaan	Jumlah Benar Pre- test	% Pre- test	Jumlah Benar Post- test	% Post- test
1	Mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dapat mencegah penyakit infeksi.	70	71,4%	94	95,9%
2	Mengganti pakaian dalam minimal dua kali sehari adalah kebiasaan yang baik.	64	65,3%	91	92,9%
3	Menjaga kebersihan organ reproduksi penting dilakukan setiap hari.	68	69,4%	93	94,9%
4	Mengganti pembalut setiap 4–6 jam sekali saat menstruasi perlu dilakukan.	59	60,2%	90	91,8%

Item Pertanyaan	Pertanyaan	Jumlah Benar Pre- test	% Pre- test	Jumlah Benar Post- test	% Post- test
5	Mengeringkan tubuh setelah mandi dapat mencegah infeksi jamur pada kulit.	66	67,3%	92	93,9%
6	Menggunakan handuk bersama teman tidak menularkan penyakit. <i>(Salah)</i>	42	42,9%	85	86,7%
7	Membersihkan kuku minimal seminggu sekali termasuk perilaku personal hygiene.	61	62,2%	89	90,8%
8	Mandi dua kali sehari membantu menjaga kebersihan dan kesehatan kulit.	72	73,5%	95	96,9%
9	Menggosok gigi sebelum tidur adalah kebiasaan yang tidak terlalu penting. <i>(Salah)</i>	47	48,0%	87	88,8%
10	Kebersihan diri berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi remaja.	69	70,4%	94	95,9%
Rata-rata		61,8	63,1%	91,0	92,9%

Berdasarkan hasil analisis terhadap data pre-test dan post-test yang diberikan kepada 98 siswa SMAN 1 Tilatang Kamang, terlihat adanya peningkatan yang cukup signifikan pada seluruh indikator pengetahuan mengenai perilaku *personal hygiene*. Rata-rata nilai post-test meningkat sebesar 29,8 poin dibandingkan hasil pre-test, yang menunjukkan bahwa kegiatan edukatif berbasis permainan memiliki dampak positif terhadap peningkatan pemahaman peserta.

Seluruh butir pertanyaan mengalami peningkatan jumlah responden yang menjawab benar, menandakan bahwa materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh remaja. Peningkatan paling menonjol terdapat pada pertanyaan nomor 6 dan 9, yang berkaitan dengan kebiasaan menggunakan barang pribadi secara bersama dan pentingnya menjaga kebersihan gigi sebelum tidur. Sebelum kegiatan dilakukan, sebagian besar siswa masih memiliki persepsi yang keliru terhadap dua aspek tersebut. Namun setelah mengikuti permainan edukatif “Yes or No Hygiene Challenge,” mereka menunjukkan pemahaman yang jauh lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran melalui *game interaktif* mampu mengubah pola pikir serta memperbaiki kesalahan pemahaman yang sebelumnya ada.

Secara keseluruhan, setelah pelaksanaan kegiatan, sekitar 92,9% peserta telah memahami dengan benar konsep dasar *personal hygiene* dan pentingnya menjaga kebersihan diri sebagai bagian dari perilaku hidup sehat. Peningkatan yang cukup tinggi ini membuktikan bahwa metode edukasi berbasis permainan tidak hanya menyenangkan, tetapi juga efektif dalam meningkatkan kesadaran dan perubahan perilaku remaja terhadap kebersihan diri. Temuan ini sejalan dengan teori *Health Promotion Model* yang dikemukakan oleh Pender (2019), yang menegaskan bahwa pengalaman belajar yang positif dan interaktif dapat memperkuat motivasi serta mendorong individu untuk menerapkan perilaku sehat secara berkelanjutan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema **“Penguatan Perilaku Personal Hygiene melalui Game Edukatif pada Remaja SMAN 1 Tilatang Kamang”** telah memberikan hasil yang sangat positif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap perilaku hidup bersih. Metode edukatif berbasis permainan terbukti efektif dalam menarik minat belajar siswa, menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan, serta memperkuat pemahaman tentang pentingnya kebersihan diri. Peningkatan nilai rata-rata post-test sebesar 29,8 poin menunjukkan bahwa intervensi ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan kognitif, tetapi juga berpengaruh terhadap perubahan sikap positif peserta terhadap praktik *personal hygiene* sehari-hari. Selain itu, kegiatan ini berhasil menumbuhkan rasa percaya diri pada remaja untuk mendiskusikan topik-topik kebersihan diri dan kesehatan reproduksi yang sebelumnya dianggap tabu. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dengan *game interaktif* dapat menjadi strategi yang efektif dalam pendidikan kesehatan remaja di lingkungan sekolah. Sebagai tindak lanjut dari kegiatan ini, disarankan agar program edukasi personal hygiene dilaksanakan secara rutin melalui kolaborasi antara pihak sekolah, guru BK, dan tenaga kesehatan setempat. Pembentukan “Duta Personal Hygiene” di kalangan siswa perlu dilakukan agar pesan-pesan kesehatan dapat terus disebarluaskan secara berkelanjutan melalui pendekatan sebaya (*peer education*). Selain itu, sekolah diharapkan dapat menyediakan fasilitas pendukung seperti tempat cuci tangan, sabun cair, serta akses sanitasi yang layak untuk mendukung perilaku hidup bersih. Dinas Kesehatan dan Puskesmas setempat juga diharapkan memperluas program promosi kesehatan remaja dengan metode kreatif seperti permainan edukatif, simulasi, dan media digital interaktif. Ke depan, diperlukan penelitian lanjutan untuk menilai dampak jangka panjang kegiatan ini terhadap perubahan perilaku nyata remaja di rumah dan lingkungan sekolah. Dengan sinergi antara tenaga pendidik, tenaga kesehatan, dan orang tua, diharapkan upaya peningkatan perilaku *personal hygiene* dapat terus berlanjut dan memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan derajat kesehatan remaja di wilayah tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada SMA1 Tilatang Kamang Kabupaten Agam yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, F., & Lestari, M. (2023). Pengaruh edukasi kesehatan reproduksi berbasis digital terhadap peningkatan kesadaran remaja tentang perilaku seksual berisiko. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 78–86.
- Aulia, R., & Rahmawati, D. (2024). Efektivitas metode edukasi berbasis permainan terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Remaja*, 5(2), 45–56.
- Fitriani, A. (2021). Efektivitas metode penyuluhan interaktif terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(2), 103–112.
- Hidayati, S., & Kurniawan, R. (2022). Hubungan antara pengetahuan dan sikap remaja terhadap kebersihan organ reproduksi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 22–30.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan nasional RISKESDAS 2022*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://www.kemkes.go.id>

- Novianti, E., & Handayani, D. (2021). Penerapan metode permainan edukatif dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja sekolah menengah. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 4(1), 27–35.
- Pender, N. J. (2019). *Health promotion in nursing practice* (7th ed.). Pearson Education.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2020). *Fundamentals of nursing* (10th ed.). Elsevier.
- Rahmadani, N., & Yusuf, A. (2024). Strategi promosi kesehatan berbasis peer education dalam meningkatkan perilaku kesehatan remaja. *Jurnal Promkes Indonesia*, 9(3), 155–164.
- Ridwan, A., & Puspitaningrum, D. (2025). Dinamika perilaku remaja terhadap kesehatan reproduksi di era digital. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Reproduksi*, 7(1), 34–42.
- Santrock, J. W. (2021). *Adolescence: Developmental transitions* (18th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sari, M., Putri, A., & Handayani, R. (2025). Pendekatan edukasi interaktif untuk meningkatkan kesadaran seksualitas sehat pada remaja sekolah menengah. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 20(1), 12–21.
- Sitorus, R., & Wulandari, R. (2022). *Kesehatan remaja dan kebersihan diri: Perspektif keperawatan komunitas*. Deepublish Press.
- Utami, D. P., & Nuraini, E. (2025). Penggunaan media interaktif untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 11(1), 41–50.
- World Health Organization. (2020). *Adolescent health and hygiene guidelines*. WHO Press. <https://www.who.int>