

Received: 22-07-2026

Accepted: 04-08-2026

Published: 15-08-2026

Media Edukasi Untuk Memahami Gangguan Menstruasi Pada Remaja Gereja Katolik Paroki Santo Damian

**Yulinda Laska¹, Tariana Kewa Wuwur², Wan Desvalia Salsya Juwita Sari³,
Natasya Putri Sarusuk⁴, Farhana Nur Faizah⁵, Vinkan Mayang Sari⁶**

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Awal Bros, Batam, Indonesia

e-mail: ²tari11359@gmail.com

Abstrak

Gangguan menstruasi merupakan masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami remaja putri, namun masih banyak yang belum mampu mengenali tanda dan gejalanya akibat kurangnya pengetahuan. Kondisi ini dapat berdampak pada kesehatan, aktivitas belajar, dan kualitas hidup. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja tentang menstruasi, gangguan menstruasi, serta pentingnya deteksi dini melalui penyuluhan menggunakan Banner Monopoli Edukasi Gangguan Menstruasi dan media *PowerPoint* (PPT). Sasaran kegiatan adalah remaja putri usia 15–18 tahun di Gereja Katolik Paroki Santo Damian, Bengkong di Kota Batam. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif disertai *pre-test* dan *post-test* untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta. Diharapkan kegiatan ini mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi serta mengenali gangguan menstruasi sejak dini.

Kata Kunci: Kesehatan Reproduksi, Gangguan Menstruasi, Banner Interatif, Deteksi Dini, Media Edukasi.

Abstract

Menstrual disorders are common reproductive health problems experienced by adolescent girls; however, many are still unable to recognize their signs and symptoms due to limited knowledge. These conditions can negatively affect health, academic performance, daily activities, and overall quality of life. This community service program aimed to improve adolescents' knowledge of menstruation, menstrual disorders, and the importance of early detection through health education using the Menstrual Disorders Educational Monopoly Banner and PowerPoint (PPT) presentations. The target participants were adolescent girls aged 15–18 years at Saint Damian Catholic Parish Church, Bengkong, Batam City. The program employed an interactive educational approach accompanied by pre-tests and post-tests to evaluate participants' knowledge improvement. It is expected that this activity will enhance adolescents' understanding and awareness of reproductive health and enable them to recognize menstrual disorders at an early stage.

Keywords: Reproductive Health, Menstrual Disorders, Interactive Banner, Early Detection, Educational Media

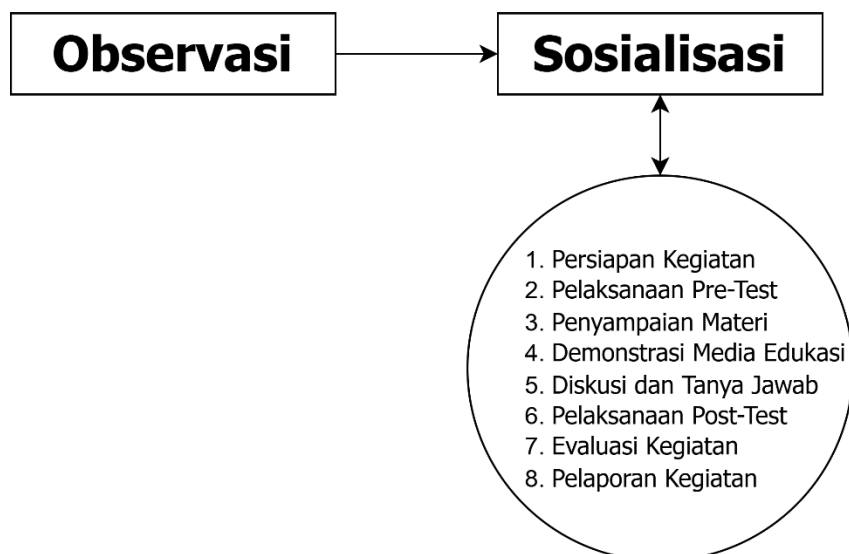
PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan kesehatan reproduksi yang ditandai dengan terjadinya menstruasi sebagai proses fisiologis normal. Menstruasi yang berlangsung dengan siklus teratur menjadi salah satu indikator kesehatan reproduksi perempuan. Namun, tidak semua remaja mengalami menstruasi yang normal. Berbagai gangguan menstruasi, seperti dismenore, amenore, menoragia, oligomenore, polimenore, dan metroragia, dapat dipengaruhi oleh faktor hormonal, stres, pola makan, aktivitas fisik, maupun kondisi kesehatan tertentu. Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi menyebabkan banyak remaja belum mampu membedakan kondisi menstruasi normal dan tidak normal, sehingga gangguan menstruasi sering tidak dikenali sejak dini dan berpotensi memengaruhi kesehatan fisik, psikologis, aktivitas belajar, serta kesehatan reproduksi di masa mendatang.

Sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap kesehatan reproduksi, dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi mengenai gangguan menstruasi dan pentingnya deteksi dini. Kegiatan ini ditujukan kepada remaja putri usia 15–18 tahun di SMP dan SMA sederajat di Kota Batam melalui penyuluhan menggunakan Banner Monopoli Edukasi Gangguan Menstruasi sebagai media utama dan *PowerPoint* (PPT) sebagai media pendukung. Melalui kegiatan ini diharapkan peserta mampu memahami menstruasi dan berbagai gangguannya, mengenali tanda dan gejala sejak dini, serta menerapkan perilaku yang mendukung pemeliharaan kesehatan reproduksi secara optimal.

METODE

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui kegiatan sosialisasi gangguan menstruasi menggunakan Banner Monopoli Edukasi Gangguan Menstruasi sebagai media utama dan *PowerPoint* (PPT) sebagai media pendukung. Kegiatan dilaksanakan di SMP dan SMA sederajat di Kota Batam diharapkan remaja putri dapat lebih memahami gangguan menstruasi, mengenali tanda dan gejalanya sejak dini. Metode yang digunakan adalah metode Pendidikan Kesehatan dengan Metode penyuluhan (ceramah interaktif) dengan media visual dan demonstrasi dan evaluasi pengetahuan peserta.



Bagan 1. Kerangka Pemecahan Masalah

1. Tahap Observasi

Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan jadwal, lokasi, dan sasaran kegiatan. Selanjutnya dilakukan penyusunan materi edukasi Kesehatan reproduksi mengenai gangguan menstruasi yang meliputi remaja sebagai upaya meningkatkan pengetahuan remaja tentang menstruasi, gangguan menstruasi, faktor-faktor yang memengaruhinya, penatalaksanaan medisnya serta pentingnya deteksi dini dalam menjaga kesehatan reproduksi. Tim juga menyiapkan Banner Monopoli Edukasi Gangguan Menstruasi sebagai media utama dan *PowerPoint* (PPT) sebagai media pendukung dan instrumen evaluasi berupa kuesioner *Pre-Test* dan *Post-Test*.

2. Tahap Pelaksanaan Sosialisasi Kegiatan

Sosialisasi dilaksanakan secara tatap muka di sekolah dengan tahapan berikut:

1) Persiapan Kegiatan

- Menyusun materi edukasi tentang menstruasi dan gangguan menstruasi.
- Menyiapkan Banner Monopoli Edukasi Gangguan Menstruasi sebagai media utama.
- Menyiapkan *PowerPoint* (PPT) sebagai media pendukung.
- Menyiapkan kuesioner *Pre-Test* dan *Post-Test*.
- Menyiapkan tempat, perlengkapan, dan dokumentasi kegiatan.

2) Pelaksanaan *Pre-Test*

- Membagikan kuesioner *Pre-Test* kepada peserta.
- Mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai menstruasi dan gangguan menstruasi.

3) Penyampaian Materi

- Menjelaskan pengertian menstruasi dan menstruasi normal.
- Menjelaskan jenis-jenis gangguan menstruasi.
- Menjelaskan faktor-faktor yang memengaruhi menstruasi.
- Menjelaskan tanda dan gejala gangguan menstruasi.
- Menjelaskan cara deteksi dini dan penanganan gangguan menstruasi.

4) Demonstrasi Media Edukasi

- Menampilkan Banner Monopoli Edukasi Gangguan Menstruasi.
- Menjelaskan isi dan fungsi setiap bagian Banner.
- Menggunakan maket sebagai media pembelajaran visual dan interaktif.

5) Diskusi dan Tanya Jawab

- Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya.
- Mendiskusikan materi yang belum dipahami.
- Memberikan penguatan terhadap materi yang telah disampaikan.

6) Pelaksanaan *Post-Test*

- Membagikan kuesioner *Post-Test* kepada peserta.
- Mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti sosialisasi.

7) Evaluasi Kegiatan

- Membandingkan hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*.
- Menilai tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.
- Mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan pelaksanaan kegiatan.

- 8) Pelaporan Kegiatan
 - a) Menyusun laporan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.
 - b) Mengolah dan menganalisis data hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*.
 - c) Melampirkan dokumentasi kegiatan, daftar hadir, serta hasil evaluasi.
 - d) Menyusun kesimpulan dan rekomendasi untuk kegiatan selanjutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keberhasilan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ditunjukkan melalui terlaksananya seluruh rangkaian sosialisasi sesuai dengan rencana yang telah disusun. Seluruh peserta mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dengan baik serta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama proses penyuluhan berlangsung. Hal tersebut terlihat dari keaktifan peserta dalam sesi diskusi dan tanya jawab, di mana peserta mengajukan berbagai pertanyaan dan memberikan tanggapan terkait materi mengenai menstruasi, gangguan menstruasi, serta pentingnya menjaga kesehatan reproduksi.

Selain keberhasilan pelaksanaan kegiatan, peningkatan pengetahuan peserta juga menjadi indikator utama yang ditunjukkan melalui hasil evaluasi *pre-test* dan *Post-Test*. Nilai rata-rata *post-test* yang lebih tinggi dibandingkan *pre-test* menunjukkan bahwa penyuluhan mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai menstruasi normal dan berbagai gangguan menstruasi. Peserta juga mampu mengenali tanda dan gejala gangguan menstruasi serta memahami pentingnya deteksi dini sebagai langkah pencegahan. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat mendorong tumbuhnya kesadaran remaja putri untuk menjaga kesehatan reproduksi dan mengambil tindakan yang tepat apabila mengalami gangguan menstruasi.



Gambar 1. Dokumentasi Sosialisasi Media Edukasi Untuk Memahami Gangguan Menstruasi

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi mengenai menstruasi, gangguan menstruasi, dan pentingnya deteksi dini berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan, yaitu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri tentang kesehatan reproduksi. Penggunaan Banner Monopoli Edukasi Gangguan Menstruasi dan media *PowerPoint* (PPT) sebagai sarana penyuluhan terbukti efektif dalam membantu peserta memahami perbedaan antara menstruasi normal dan gangguan menstruasi, mengenali tanda dan gejalanya, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sejak dini. Peningkatan pengetahuan peserta diharapkan dapat mendorong remaja untuk lebih peduli terhadap kondisi kesehatannya dan melakukan konsultasi dengan tenaga kesehatan apabila menemukan tanda-tanda gangguan menstruasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Gereja Paroki Santo Damian Bengkong, Kota Batam yang telah memberikan izin, dukungan, serta memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh remaja putri yang telah berpartisipasi secara aktif selama kegiatan berlangsung, sehingga proses edukasi mengenai gangguan menstruasi dan deteksi dini dapat terlaksana dengan baik.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat yang telah bekerja sama dalam proses perencanaan, penyusunan media edukasi, pelaksanaan penyuluhan, serta evaluasi kegiatan. Semoga hasil kegiatan ini dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan reproduksi serta menjadi referensi bagi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di masa mendatang.

REFERENSI

- Ajeng Novita Sari¹, Suryo Ediyono². (2024) 'TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG GANGGUAN MENSTRUASI', *Avicenna : Journal Of Health Research*, Vol 7 No 1. Maret 2024 (54 - 63).
- Pertiwi Perwiraningtyas¹, Linda Juwita². (2025) 'PENYULUHAN KESEHATAN: GANGGUAN MENSTRUASI PADA REMAJA'. *LENTERA (Jurnal Pengabdian)* – Vol.5, No.1 (2025),. SSN 2774-812X (Print); ISSN 2774-9274 (Online).
- INTAN SWANDI, WIWI ISNAINI. (2021) 'Pencegahan Gangguan Menstruasi Melalui Perancangan Buku Interaktif Nutrisi Tepat Bagi Remaja Putri'. ©DKV Itenas | No.1 | Vol. 02 Institut Teknologi Nasional Bandung Desember 2021.
- MULIANI, M. (2025). EDUKASI DETEKSI DINI KANKER SERVIKS MELALUI APLIKASI BERBASIS ANDROID MADISING PADA WANITA USIA SUBUR (WUS)= EDUCATION ON EARLY DETECTION OF CERVICAL CANCER THROUGH AN ANDROID-BASED APPLICATION MADISING FOR WOMEN OF ROLLING AGE (WUS (Doctoral Dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Ristiyana, S., & ST, S. (2024). DETEKSI DINI KOMPLIKASI PERMASALAHAN KESEHATAN REPRODUKSI PEREMPUAN. *Perempuan Dan Kesehatan Keluarga*, 47.