



Utilization of Soursop Leaf Tea in Improving Adolescent Reproductive Health in Majasto Village, Sukoharjo

Pemanfaatan Teh Daun Sirsak dalam Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Remaja di Desa Majasto, Sukoharjo

Endang Widhiyastuti¹, Stefanus Khrismasagung Trikusumaadi^{2*}, Yesa Anasstasya³, Nasyabilla Putri T⁴, Salma Yuki⁵

^{1,2,3,4}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional, Grogol, Indonesia

Email: dr.endang.widhiyastuti@stikesnas.ac.id¹, khrismasa@stikesnas.ac.id^{2*}

Abstrak: Kesehatan Reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial yang utuh dalam semua aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi, dan prosesnya. Ini bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan, tetapi juga mencakup kemampuan untuk memiliki kehidupan seks yang memuaskan dan aman, serta kemampuan untuk bereproduksi. Banyak remaja mendapatkan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dari media sosial yang tidak tepat terjamin kebenarannya. Minimnya informasi masalah kesehatan reproduksi dan cara pencegahannya dari bahan alami yaitu daun sirsak untuk resiko terjadinya infeksi penyakit pada organ reproduksi. Oleh karena itu diperlukannya penyuluhan sebagai salah satu sarana untuk mendapatkan informasi yang tepat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesadaran remaja mengenai Kesehatan reproduksi. Mitra kegiatan ini adalah remaja putri di Desa Majasto. Kecamatan Tawang Sari, Kabupaten Sukoharjo. Evaluasi efektifitas kegiatan ini dilakukan dengan menilai perubahan pengetahuan dan kesadaran peserta sebelum dan juga sesudah intervensi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman tentang kesehatan reproduksi di kalangan peserta dan juga adanya dorongan yang kuat untuk melakukan gaya hidup sehat, yang menandakan keberhasilan program dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

Kata Kunci: Daun Sirsak; Remaja; Reproduksi; Teh

Abstract: Reproductive Health is a state of complete physical, mental, and social health in all aspects related to the reproductive system, its functions, and processes. This is not only the absence of disease or disability, but also includes the ability to have a satisfying and safe sex life, and the ability to reproduce. Many teenagers get knowledge about reproductive health from social media that is not exactly guaranteed to be true. The lack of information on reproductive health problems and how to prevent them from natural ingredients, namely soursop leaves, for the risk of infection of diseases in the reproductive organs. Therefore, counseling is needed as a means to obtain the right information. This activity aims to improve the quality of adolescent awareness of reproductive health. The partners of this activity are teenagers in Majasto Village. Tawang Sari District, Sukoharjo Regency. Evaluation of the effectiveness of this activity was carried out by assessing changes in participant knowledge and awareness before and after the intervention. The evaluation results showed a significant increase in understanding of reproductive health among participants and also a strong drive to adopt a healthy lifestyle, which indicates the success of the program in achieving the desired goals.

Keywords: Soursop Leaves; Teenagers; Tea; Reproduction

A. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi sangat penting baik bagi individu maupun masyarakat karena mempengaruhi siklus hidup manusia dan kelangsungan hidup. Kesehatan reproduksi didefinisikan sebagai keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh



dalam segala hal yang mempengaruhi sistem reproduksi dan fungsinya, serta bebas dari penyakit dan kecacatan. Pada masa remaja, banyak perubahan yang terjadi baik secara fisik maupun psikis seiring seseorang mulai beranjak remaja. Beberapa permasalahan terkait dengan kesehatan reproduksi remaja yang masih aktual antara lain ancaman HIV pada remaja, aborsi, kehamilan, dan kontrasepsi pada remaja, serta infeksi menular seksual (IMS) pada remaja (Bulan, 2023).

Salah satu perilaku yang menjadi muara atas permasalahan tersebut adalah seks bebas di kalangan remaja. Dari sisi sosial ekonomi, seks bebas di kalangan remaja merupakan fenomena transaksional yang dimotivasi oleh asumsi implisit bahwa hubungan seks akan ditukar dengan dukungan materi atau keuntungan lain (Ningsi, 2022). Dalam penelitian yang dilakukan pada kelompok remaja, ditemukan bahwa perilaku seksual remaja yang masuk dalam kategori berisiko terkait dengan pola asuh orang tua, pengaruh teman sebaya, paparan media pornografi, serta pengetahuan remaja tentang seks (Dalima Padut et al., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Aryati, dkk 2019 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara paparan pornografi, sosial budaya, dan peran orang tua terhadap perilaku seks remaja. Ajakan teman, dukungan orang tua terhadap remaja untuk berpacaran, serta tidak adanya teguran dari tokoh masyarakat mendukung perilaku pacaran yang tidak sehat, bahkan melakukan seks pranikah (Aryati et al., 2019)

Remaja cenderung ingin selalu mencoba mencari tahu. Remaja enggan untuk bertanya kepada orang tua karena sebagian besar keluarga di Indonesia menganggap tabu untuk membicarakan masalah seksualitas dengan anak yang belum menikah. Karena alasan inilah, remaja seringkali mencari informasi melalui teman sebaya ataupun lingkungannya yang belum tentu memiliki pengetahuan yang benar tentang Kesehatan reproduksi remaja (Dhafir & Agustin, 2014).

Salah satu upaya dalam mengatasi dan mencegah penyakit yang dapat diakibatkan gangguan alat reproduksi adalah melakukan pola hidup bersih dan sehat, serta perawatan organ reproduksi menggunakan bahan alami yang tidak menimbulkan efek samping. Salah satu alternatifnya adalah daun sirih, yang memiliki manfaat sebagai antiseptik untuk permasalahan keputihan dan penyakit degeneratif seperti Ca Cerviks, Erosi Posionis, serta penyakit yang terkait dengan keluhan organ reproduksi Wanita bagian luar



maupun dalam. (Rustanti & Fatmawati, 2020). Dalam penelitian tersebut juga disebutkan bahwa Rebusan Daun Sirsak 70% efektif dapat digunakan sebagai alternatif dalam mengatasi keputihan pada wanita.

Daun sirsak mengandung senyawa flavonoid, triterpenoid, saponin, polifenol, dan metabolit sekunder lainnya yang diduga dapat menjadi bahan antikanker. Sebagai Antikanker Hasil penelitian menemukan bahwa acetogenin menghambat sintesis adenosine trifosfat (ATP) oleh mitokondria sel. ATP merupakan sumber energi bagi sel kanker. Sebagai Anti inflamasi Daun sirsak memiliki anti kandungan flavonoid yang bisa digunakan sebagai anti inflamasi. Ada beberapa manfaat daun sirsak yang sering digunakan untuk obat tradisional, antar lain sebagai anti diabetes dan sebagai anti bakteri (Bilqistriputri, 2014). Kandungan aktif acetogenin, flavonoid, dan tanin selain berfungsi sebagai anti kanker, juga sebagai antioksidan dan antimikroba (Ernawati, 2018).

Untuk dapat digunakan sebagai herbal, daun sirsak perlu memenuhi standar yang ditentukan bentuk sediaan semi padat yaitu apabila cemaran mikroba memiliki angka lempeng total maksimal 104 koloni/g (Putri et al., 2020). Pengolahan secara sederhana, yaitu dengan cara direbus telah terbukti efektif dalam mengobati keputihan pada wanita usia subur secara mandiri (Puspitasari et al., 2023). Produk lain dari olahan daun sirsak adalah dibuat sirup. Sifat kimia daun sirsak dipengaruhi oleh konsentrasi gula dalam sirupnya. Pada konsentrasi 80%, efektivitas antioksidan mendapat nilai terendah (Husni Noormala et al., 2022)

Teh daun sirsak adalah minuman herbal yang dibuat dari daun tanaman sirsak (*Annona muricata L.*), yang dikenal memiliki banyak manfaat kesehatan. Proses pembuatan teh daun sirsak melibatkan pengeringan daun sirsak segar, kemudian mengemasnya dalam bentuk kantong teh celup untuk memudahkan penyeduhan.. Senyawa bioaktif yang terdapat dalam kandungan daun sirsak tetap terjaga dalam bentuk kantong teh celup, sehingga manfaat kesehatannya tetap optimal meskipun dalam bentuk yang praktis dan mudah digunakan (Muizuddin & Zubaidah, 2015).

Pergeseran nilai-nilai budaya menjadi pemicu kerawanan kesehatan reproduksi remaja, yang menjadi hak setiap remaja. Edukasi tentang kesehatan reproduksi remaja menjadi penting untuk dihadirkan kembali dalam kehidupan sosial remaja. Edukasi ini



disertai dengan pelatihan pemanfaatan sumber daya alam yang tersedia disekitar kita untuk upaya mandiri bagi masalah kesehatan reproduksi pada usia remaja.

B. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Balai Pertemuan Desa Majasto, Kecamatan Tawangsari, Sukoharjo. Audiens yang ditetapkan adalah remaja yang merupakan anggota Karangtaruna Desa. Sebagai bentuk praktik Pembangunan Kesehatan Masyarakat, kegiatan ini menggunakan metode antara lain: a) Pendidikan Masyarakat, yaitu dilakukan penyuluhan yang bertujuan meningkatkan pemahaman serta kesadaran remaja akan pentingnya Kesehatan reproduksi, b) Difusi Ipteks, dengan menghasilkan produk berbahan dasar alami yaitu daun sirsak yang dibuat teh c) Pelatihan, demonstrasi untuk memahami cara pembuatan teh dari daun sirsak sehingga para remaja mampu menerapkan keterampilan kepada diri sendiri, keluarga atau masyarakat sekitar

Peningkatan pemahaman audiens diukur dengan pre-test dan post test. Nilai pre-test dan post-test, selain dilihat secara deskriptif, juga dianalisis menggunakan *Wilcoxon signed rank Test* untuk menguji ada tidaknya perbedaan yang signifikan. Sedangkan difusi informasi diperkuat dengan pembagian materi secara ringkas yang terangkum dalam buku saku.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dihadiri oleh 34 peserta dari 40 undangan yang ditargetkan. Sebelum kegiatan inti edukasi tentang reproduksi, acara diawali dengan kegiatan posyandu remaja. Kegiatan posyandu remaja tersebut meliputi pemeriksaan tinggi badan, berat badan, Indeks Massa Tubuh dan cek gula darah. Hal ini bertujuan untuk memantau kesehatan remaja sejak dini. Teknis pelaksanaan posyandu remaja dilakukan oleh Bidan Desa dan Kader Posyandu Desa Majasto.



Gambar. 1 Kegiatan Posyandu Remaja

Selanjutnya masuk pada kegiatan pemaparan materi tentang kesehatan reproduksi remaja. Terdapat tiga materi yang disampaikan, yaitu tentang anatomi dan fisiologi reproduksi manusia, Nilai-nilai Budaya dalam Kesehatan Reproduksi, serta pemaparan mengenai pentingnya pemeriksaan laboratorium di kalangan remaja. Materi pertama dan kedua disampaikan oleh dosen dari disiplin ilmu kedokteran dan sosial humaniora, Materi ketiga disampaikan oleh praktisi, yang merupakan tenaga kesehatan dari Puskesmas Kecamatan Cawas. Usai pemaparan materi, dilakukan sesi tanya jawab untuk memperdalam maupun memperluas pemahaman peserta.

Kegiatan pengabdian dilanjutkan dengan kegiatan pelatihan pembuatan teh daun sirsak. Pelatihan ini dilaksanakan dengan metode demonstrasi, menggunakan alat dan bahan yang telah disediakan sebelumnya. Untuk mengatasi keterbatasan durasi, kegiatan pelatihan ini juga dilengkapi dengan tayangan audio visual, untuk merepresentasikan proses pembuatan yang tidak mungkin dihadirkan pada pelatihan. Kegiatan pelatihan ini juga diakhiri dengan sesi tanya jawab..

Pemahaman peserta diukur dengan melihat nilai 15 pertanyaan *pretest* dan *posttest*. Score tertinggi yang mungkin dicapai adalah 15. Berdasarkan penilaian hasil *pretest* dan *posttest* peserta, diperoleh distribusi perolehan score pada Tabel 1.

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Score Pretest dan Posttest

Score	Distribusi frekuensi	
	Pretest	Posttest
0 – 3	0	0
4	1	0
5	0	0
6	1	0



Score	Distribusi frekuensi	
	Pretest	Posttest
7	0	0
8	2	0
9	2	3
10	6	1
11	8	3
12	8	5
13	6	7
14	0	10
15	0	5
TOTAL	34	34

Gambaran umum dari distribusi perolehan nilai *pretest* dan *posttest* menunjukkan adanya kenaikan nilai hasil *posttest* dibandingkan nilai hasil *pretest*. Selisih perolehan nilai pretest dan post test menunjukkan 29 peserta mengalami peningkatan (85%), 3 orang tetap (9%), dan 2 orang (6%) mengalami penurunan score.

Untuk lebih memastikan peningkatan pemahaman peserta, maka dilakukan uji beda terhadap hasil *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Uji beda yang dilakukan terhadap hasil pretest dan post test menunjukkan bahwa Nilai signifikansi Sig. (2-tailed) sebesar 0.000 atau jauh dibawah 0.005, yang menunjukkan ada perbedaan signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*.

Tabel. 2 hasil uji Wilcoxon

Test Statistics ^a	
	Posttest - Pretest
Z	-4.345 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Peserta memberikan respon antusias pada sesi diskusi dan tanya jawab. Respon tersebut ditujukan terhadap narasumber untuk ketiga sub topik. Pembagian sub topik tentang kesehatan reproduksi remaja dari sudut pandang ilmu kesehatan, budaya, maupun terkait pemeriksaan laboratorium penunjang kesehatan reproduksi remaja menjadi umpan



pemicu berbagai minat peserta dalam diskusi. Dampak positif bagi peserta adalah perluasan wawasan terkait kesehatan reproduksi, khususnya bagi remaja.

Kegiatan penyuluhan memang telah cukup terbukti menunjukkan hasil untuk pencapaian tujuan pengetahuan dan kesadaran terhadap kesehatan reproduksi remaja. Isu yang relevan untuk disampaikan mengenai konsep remaja, pengertian kesehatan reproduksi, masa remaja, perilaku seksual remaja, dan kesehatan reproduksi, pemeliharaan organ reproduksi, dan seksualitas remaja (Nasution et al., 2022). Isu tentang penyakit menular seksual dan HIV menurun juga menjadi topik yang menarik untuk ditampilkan dalam edukasi tentang kesehatan reproduksi remaja (Sagitarini, 2022).

Relevansi pesan terhadap audiens bukan hanya berhubungan dengan usia peserta dan kondisi sosipsikologis yang menyertai. Pesan yang disampaikan juga menyinggung kondisi sosio budaya peserta, potensi sosial budaya yang dimiliki, serta risiko-risiko kesehatan terkait kesehatan reproduksi. Lebih lanjut, edukasi tentang reproduksi remaja juga dapat diarahkan pada suatu tujuan yang lebih luas, seperti menyongsong bonus demografi Indonesia (Amalia et al., 2022).

D. KESIMPULAN

Praktik pembangunan kesehatan masyarakat yang dilaksanakan di Kelurahan Majasto, Kecamatan Tawang Sari, Kabupaten Sukoharjo ini mendapat respon yang baik dari pemangku desa dan remaja. Hal tersebut dibuktikan dengan antusias peserta saat diberikan pemaparan materi dan demonstrasi pembuatan teh celup daun sirsak.

Untuk menjaga keberlanjutan hasil positif dari program ini, disarankan supaya kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan secara berkala dan melibatkan berbagai elemen masyarakat, termasuk orang tua, tokoh masyarakat, tokoh agama, dan tokoh pemuda, dalam mendukung upaya-upaya kesehatan reproduksi remaja dan tenaga kesehatan setempat. Selain itu, pengembangan materi penyuluhan yang lebih komprehensif dan melibatkan teknologi digital, seperti aplikasi kesehatan atau media sosial yang dapat membantu memperluas jangkauan dan efektivitas program dalam jangka panjang. Untuk itu, upaya pencegahan



penyakit reproduksi dikalangan remaja dapat lebih optimal dan berkesinambungan.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih banyak atas kesempatan yang diberikan oleh Pemerintah Desa Majasto, Kecamatan Tawang Sari, Kabupaten Sukoharjo untuk berinteraksi dengan karang taruna desa dalam rangka kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Penulis juga menyampaikan terimakasih kepada Puskesmas Kecamatan Tawang Sari yang telah memberikan dukungan dalam bentuk informasi, SDM, serta pengawasan dalam persiapan dan pelaksanaan kegiatan

F. DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A., Sari, A., Sari, N. R. D., Fadillah, R., & Pratiwi, S. T. (2022). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dalam Menyikapi Bonus Demografi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 81–84.
<https://journals.sagamediaindo.org/index.php/jpmsk/article/view/28%0Ahttps://journals.sagamediaindo.org/index.php/jpmsk/article/download/28/26>
- Aryati, H., Suwarni, L., & Ridha, A. (2019). Paparan Pornografi, Sosial Budaya, Dan Peran Orang Tua Dalam Perilaku Berpacaran Remaja Di Kabupaten Sekadau Provinsi Kalimantan Barat. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 6(3), 127. <https://doi.org/10.29406/jkmk.v6i3.1775>
- Bilqistriputri, F. (2014). *Efek kemopreventif pemberian infusa daun sirsak (Annona muricata L.) pada epitel duktus jaringan payudara tikus betina galur Sprague Dawley yang diinduksi senyawa 7, 12-dimethylbenz [a] anthracene (DMBA)*.
- Bulan, A. (2023). *KEGIATAN OPERASIONAL KETAHANAN KELUARGA BERBASIS KELOMPOK KEGIATAN DI KAMPUNG KB*. Kampung KB BKKBN.
<https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/7525/intervensi/599232/kegiatan-operasional-ketahanan-keluarga-berbasis-kelompok-kegiatan-di-kampung-kb>
- Dalima Padut, R., Nggarang, B. N., Eka, A. R., Sarjana Keperawatan FIKP Unika St



- Paulus Ruteng Jl Jend Ahmad Yani, P., & Flores, R. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Berisiko Pada Remaja Kelas Xii Di Man Manggarai Timur Tahun 2021. *Jwk*, 6(1), 2548–4702.
- Dhafir, F., & Agustin, S. (2014). Pengetahuan Remaja Mengenai Kesehatan Reproduksi Di SMA Negeri 1 Dolo. *Jurnal Kreatif Tadulako*, 17(1).
- Ernawati, H. (2018). PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA DI DAERAH PEDESAAN. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2, 58.
<https://doi.org/10.24269/ijhs.v2i1.820>
- Husni Noormala, R., Wely Asmoro, N., & Widyastuti, R. (2022). Sifat kimia dan organoleptik sirup daun sirsak (*annona muricata* l.) dengan variasi konsentrasi gula
Chemical and Organoleptic Properties of Soursop Leaf Syrup With Variations in Sugar Concentration. *Journal of Food and Agricultural Product*, 2(2), 102–113.
- Muizuddin, M., & Zubaidah, E. (2015). STUDI AKTIVITAS ANTIBAKTERI KEFIR TEH DAUN SIRSAK (*Annona Muricata* linn.) DARI BERBAGAI MERK TEH DAUN SIRSAK DIPASARAN [IN PRESS SEPTEMBER 2015]. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 3(4), 1662–1672.
- Nasution, L. K., Siregar, R. J. S., & ... (2022). Penyuluhan Pentingnya Kesadaran Kesehatan Reproduksi Remaja Di Sma Negeri 8 Padangsidempuan Tahun 2022. *Jurnal ...*, 1(2), 10–13.
<https://ejournal.stikesdarmaispadangsidempuan.ac.id/index.php/jpmd/article/view/35%0Ahttps://ejournal.stikesdarmaispadangsidempuan.ac.id/index.php/jpmd/article/download/35/28>
- Ningsi, N. (2022). Seks Bebas Dan Pernikahan Dini Masalah Utama Remaja (Remaja Dan Kesehatan Reproduksi Untuk Hari Esok Yang Lebih Baik. *Seminar Dan Call For Paper*, 36–51.
- Puspitasari, D., Ginting, A. S. B., & Astarie, A. D. (2023). EFEKTIVITAS REBUSAN DAUN SIRSAK (*Annona Muricata* L) TERHADAP KEPUTIHAN PADA WANITA USIA SUBUR DI PMB NY. D KABUPATEN GARUT TAHUN 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(10), 4095–4106.
<https://doi.org/10.55681/sentri.v2i10.1648>
- Putri, A., Sudimartini, L., & Dharmayudha, A. (2020). Standarisasi Cemarkan Mikrob



Daun Sirsak (*Annona muricata* L.) sebagai Bahan Baku Sediaan Obat Tradisional.
Indonesia Medicus Veterinus, 9, 305–313.

<https://doi.org/10.19087/imv.2020.9.3.305>

Rustanti, E., & Fatmawati, Z. (2020). The active compound of soursop leaf extract (*Annona muricata*, L.) as anti-vaginal discharge (Fluor albus). *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 456, 12071.

<https://doi.org/10.1088/1755-1315/456/1/012071>

Sagitarini, P. N. (2022). Penyuluhan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Di Smk Kesehatan Bali Khresna Medika. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 3(1), 23–30. <https://doi.org/10.47859/wuj.v3i1.54>