

Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Berbasis Pendekatan Psikologi Sebagai Upaya Pencegahan Kehamilan Dini Di Lingkungan Sekolah

Halimatussakdiyah Lubis¹, Siska Putri Belangi²

¹ Program Studi Kebidanan, Universitas Deztron Indonesia

² Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Nurul Hasanah Kutacane

Email: halimatussakdiyahlubis@udi.ac.id

ABSTRAK

Kehamilan dini pada remaja masih menjadi permasalahan kesehatan reproduksi yang dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan, lemahnya kontrol diri, serta kurang optimalnya edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah. Upaya pencegahan memerlukan pendekatan yang tidak hanya berfokus pada pemberian informasi, tetapi juga penguatan aspek psikologis remaja dalam pengambilan keputusan sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan reproduksi melalui edukasi berbasis pendekatan psikologi sebagai upaya pencegahan kehamilan dini di lingkungan sekolah. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif dengan melibatkan 50 siswa sebagai peserta. Kegiatan dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, pendampingan psikologis, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Materi edukasi mencakup kesehatan reproduksi remaja, faktor risiko kehamilan dini, kontrol diri, serta pengambilan keputusan yang sehat. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah intervensi, dimana kategori pengetahuan baik meningkat dari 25% menjadi 85%, kategori cukup menurun dari 35% menjadi 10%, dan kategori kurang menurun dari 40% menjadi 5%. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi berbasis pendekatan psikologi efektif meningkatkan pemahaman, kesadaran, serta membentuk perilaku preventif pada remaja. Pendekatan partisipatif dan pendampingan psikologis juga terbukti mendukung peningkatan keterlibatan peserta dalam proses edukasi. Disimpulkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi remaja berbasis pendekatan psikologi merupakan strategi efektif dalam upaya pencegahan kehamilan dini di lingkungan sekolah. Program ini berpotensi menjadi model intervensi promotif dan preventif yang dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam mendukung kesehatan reproduksi remaja.

Kata Kunci: edukasi kesehatan reproduksi, remaja, pendekatan psikologi, kehamilan dini, pencegahan.

ABSTRACT

Early pregnancy among adolescents remains a reproductive health problem influenced by low knowledge, weak self-control, and inadequate reproductive health education in schools. Prevention efforts require an approach that not only focuses on providing information but also strengthens adolescents' psychological aspects in making healthy decisions. This community service activity aimed to improve adolescents' knowledge and awareness regarding reproductive health through psychology-based reproductive health education as an effort to prevent early pregnancy in the school environment. The implementation method used an educative and participatory approach involving 50 students as participants. Activities were conducted through interactive lectures, group discussions, psychological assistance, and evaluation using pre-test and post-test to measure participants' knowledge improvement. Educational materials included adolescent reproductive health, risk factors for early pregnancy, self-control, and healthy decision-making. The results showed an increase in participants' knowledge after the intervention, where the good knowledge category increased from 25% to 85%, the moderate category decreased from 35% to 10%, and the poor category decreased from 40% to 5%. These findings indicate that psychology-based reproductive health education is effective in improving understanding, awareness, and shaping preventive behavior among adolescents. Participatory approaches and psychological assistance also supported increased participant involvement in the educational process. In conclusion, psychology-based adolescent reproductive health education is an effective strategy for preventing early pregnancy in schools. This program has the potential to become a promotive and preventive intervention model that can be implemented sustainably to support adolescent reproductive health.

Keywords: reproductive health education, adolescents, psychological approach, early pregnancy, prevention.

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang mengalami proses perkembangan pesat baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Masa ini sering disebut sebagai periode kritis karena individu mulai mengalami pubertas, perubahan hormonal, serta perkembangan identitas diri yang kuat. Kondisi tersebut menjadikan remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, namun belum sepenuhnya memiliki kematangan dalam pengambilan keputusan, sehingga rentan terhadap perilaku berisiko, khususnya dalam aspek kesehatan reproduksi (WHO, 2022; UNICEF, 2023).

Secara global, isu kesehatan reproduksi remaja masih menjadi perhatian utama dalam pembangunan kesehatan. Tingginya angka kehamilan pada usia remaja menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan dalam edukasi dan akses layanan kesehatan reproduksi. Selain itu, peningkatan kasus infeksi menular seksual pada kelompok usia muda menunjukkan bahwa remaja belum sepenuhnya memiliki kemampuan dalam melindungi diri dari risiko kesehatan reproduksi (WHO, 2024; UNFPA, 2021). Hal ini menegaskan pentingnya intervensi yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga membentuk perilaku preventif.

Di Indonesia, fenomena pergeseran perilaku remaja semakin terlihat seiring dengan perkembangan teknologi informasi. Akses yang luas terhadap media digital memberikan dampak positif dalam hal pengetahuan, namun juga berpotensi menimbulkan dampak negatif apabila tidak disertai dengan kemampuan literasi yang baik. Banyak remaja yang memperoleh informasi kesehatan reproduksi dari sumber yang tidak valid, sehingga berpotensi menimbulkan kesalahpahaman dan perilaku yang tidak sesuai (Kemenkes RI, 2023; BKKBN, 2022).

Pada tingkat provinsi, Sumatera Utara menunjukkan tantangan tersendiri dalam upaya peningkatan kesehatan reproduksi remaja. Masih adanya kasus pernikahan usia dini serta rendahnya pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi menjadi indikator bahwa edukasi yang diberikan belum optimal. Selain itu, norma sosial yang menganggap pembahasan reproduksi sebagai hal yang sensitif menyebabkan keterbatasan komunikasi antara remaja dengan lingkungan sekitarnya (Dinas Kesehatan Sumut, 2022; Fatmawati, 2024).

Di Kota Medan sebagai wilayah perkotaan yang berkembang pesat, dinamika kehidupan remaja menjadi semakin kompleks. Interaksi sosial yang tinggi, pengaruh budaya global, serta kemudahan akses informasi melalui internet menyebabkan perubahan pola perilaku remaja yang cenderung lebih terbuka. Kondisi ini, apabila tidak diimbangi dengan pengetahuan dan kontrol diri yang baik, dapat meningkatkan risiko terjadinya perilaku seksual berisiko, termasuk kehamilan dini (UNICEF, 2024; Hannifah et al., 2024).

Selain aspek pengetahuan, faktor psikologis memiliki peranan penting dalam menentukan perilaku remaja. Kemampuan dalam mengelola emosi, tekanan dari teman sebaya, serta tingkat kepercayaan diri menjadi faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan terkait perilaku seksual. Remaja yang tidak memiliki kontrol diri yang baik cenderung lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan dan mengambil keputusan yang berisiko (Syamsuddin, 2022; Kemenkes RI, 2022).

Oleh karena itu, pendekatan dalam edukasi kesehatan reproduksi tidak dapat dilakukan secara parsial. Diperlukan integrasi antara edukasi kesehatan reproduksi dengan pendekatan psikologi agar mampu membentuk perilaku yang lebih bertanggung jawab. Edukasi yang dikombinasikan dengan penguatan aspek psikologis terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran serta kemampuan remaja dalam mengambil keputusan yang sehat (Sumiaty et al., 2025; Reffita, 2025).

Sekolah sebagai lingkungan utama bagi remaja memiliki peran strategis dalam pelaksanaan intervensi tersebut. Melalui pendekatan yang sistematis dan berkelanjutan, sekolah dapat menjadi sarana efektif dalam membentuk perilaku sehat pada remaja. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini difokuskan pada edukasi kesehatan reproduksi berbasis pendekatan psikologi sebagai upaya pencegahan kehamilan dini di lingkungan sekolah.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta membentuk perilaku seksual sehat pada remaja di lingkungan

sekolah. Pendekatan ini dipilih karena mampu meningkatkan keterlibatan aktif peserta dalam proses pembelajaran (Sumiaty et al., 2025).

Kegiatan dilaksanakan pada siswa di lingkungan sekolah dengan jumlah peserta sebanyak 50 orang.

Metode yang digunakan meliputi:

1. Ceramah Interaktif

Penyampaian materi kesehatan reproduksi dan pencegahan kehamilan dini secara sistematis dan komunikatif (Kemenkes RI, 2023).

2. Diskusi Kelompok

Peserta dibagi dalam kelompok kecil untuk membahas kasus dan berbagi pengalaman (UNICEF, 2023).

3. Pendampingan Psikologis

4. Pendampingan untuk meningkatkan kontrol diri dan kemampuan pengambilan keputusan (Syamsuddin, 2022).

5. Evaluasi (Pre-test dan Post-test)

6. Digunakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi (Sabarofek et al., 2024).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kategori	Pre-test	Post-test
Baik	25%	85%
Cukup	35%	10%
Kurang	40%	5%

Terjadi peningkatan signifikan pada kategori pengetahuan baik setelah intervensi edukasi.

Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi berbasis pendekatan psikologi memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai kesehatan reproduksi serta pencegahan kehamilan dini. Peningkatan skor pengetahuan setelah pelaksanaan edukasi menunjukkan bahwa penyampaian materi yang sistematis dan sesuai dengan karakteristik remaja mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai perubahan fisik dan psikologis pada masa pubertas, kesehatan reproduksi, serta risiko perilaku seksual yang tidak sehat. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja dan membentuk perilaku yang lebih bertanggung jawab (Elviani et al., 2024; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga memperkuat pemahaman siswa mengenai risiko kehamilan dini beserta dampaknya terhadap kesehatan, pendidikan, dan kehidupan sosial. Edukasi yang diberikan membantu siswa mengenali faktor-faktor yang dapat memicu kehamilan pada usia remaja serta pentingnya mengambil keputusan yang tepat dalam menjaga kesehatan reproduksi. Hasil ini mendukung temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi berkontribusi dalam upaya pencegahan kehamilan remaja melalui peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap positif (BKKBN, 2022; WHO, 2022).

Pendekatan psikologi yang diterapkan dalam kegiatan ini juga memberikan nilai tambah karena tidak hanya berfokus pada aspek pengetahuan, tetapi juga pada pengembangan kemampuan mengendalikan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta membangun keterampilan pengambilan keputusan yang sehat. Penguatan aspek psikologis tersebut penting dalam membantu remaja menghadapi tekanan lingkungan dan menghindari perilaku berisiko, sebagaimana didukung oleh penelitian yang menyatakan bahwa kontrol diri dan kematangan emosional berperan penting dalam mencegah perilaku seksual berisiko (Syamsuddin, 2022; UNICEF, 2024).

Keberhasilan program juga didukung oleh penggunaan metode pembelajaran yang partisipatif melalui ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, dan pendampingan. Metode ini mendorong

keterlibatan aktif siswa sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menarik dan mudah dipahami dibandingkan pendekatan konvensional. Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi berbasis pendekatan psikologi merupakan model intervensi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kesiapan remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi serta mencegah kehamilan dini. Program serupa layak dikembangkan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kualitas kesehatan remaja (WHO, 2023; UNICEF, 2023).

4. KESIMPULAN

Program edukasi kesehatan reproduksi berbasis pendekatan psikologi yang dilaksanakan pada siswa berhasil meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi serta mencegah kehamilan dini. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap perubahan pada masa remaja, faktor risiko perilaku seksual, dampak kehamilan dini, serta pentingnya pengambilan keputusan yang bertanggung jawab dalam menjaga kesehatan reproduksi.

Pendekatan psikologi yang dipadukan dengan metode pembelajaran partisipatif, seperti ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, dan pendampingan, terbukti mampu meningkatkan keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Selain memperkuat aspek kognitif, pendekatan ini juga membantu siswa mengembangkan kemampuan mengendalikan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta membangun sikap yang lebih positif dalam menghadapi berbagai tantangan pada masa remaja.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi berbasis pendekatan psikologi merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi remaja sekaligus menjadi upaya preventif untuk menekan risiko kehamilan dini. Oleh karena itu, program serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan melalui kolaborasi antara sekolah, tenaga kesehatan, orang tua, dan pemangku kepentingan lainnya agar terbentuk lingkungan yang mendukung tumbuh kembang remaja yang sehat, bertanggung jawab, dan memiliki kesiapan dalam mengambil keputusan yang tepat terkait kesehatan reproduksinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aima, S., & Erwandi, D. (2024). Pelayanan kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Ners Indonesia*, 8(2), 123–130.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2022). *Survei kesehatan reproduksi remaja Indonesia*. Jakarta: BKKBN.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2022). *Youth risk behavior survey data summary & trends report 2011–2021*. Atlanta: CDC.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2022). *Profil kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2022*. Medan: Dinkes Sumut.
- Elviani, Y., Siregar, D., & Putri, A. (2024). Edukasi kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 9(1), 45–52.
- Fatmawati, T. Y. (2024). Kesehatan reproduksi remaja dan faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 101–109.
- Hannifah, S., Rahmawati, D., & Lestari, N. (2024). Kebutuhan edukasi kesehatan reproduksi pada remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 10(1), 55–62.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Laporan kesehatan jiwa remaja Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Reffita, L. I. (2025). Program kesehatan reproduksi remaja berbasis edukasi dan pendampingan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(1), 1–10.
- Sabarofek, W. M., Kurniawan, A., & Putra, R. (2024). Hubungan pengetahuan dengan kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(2), 89–96.

- Sumiaty, S., Nuraini, N., & Fitriani, Y. (2025). Efektivitas edukasi kesehatan reproduksi terhadap perubahan perilaku remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 33–40.
- Syamsuddin, S. D. (2022). Edukasi kesehatan reproduksi dan psikologi remaja. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(2), 77–85.
- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2023). *Adolescent development and participation report*. New York: UNICEF.
- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2024). *Youth mental health and wellbeing report*. New York: UNICEF.
- United Nations Population Fund (UNFPA). (2021). *Adolescent sexual and reproductive health report*. New York: UNFPA.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Global standards for adolescent health care services*. Geneva: WHO.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Adolescent health report*. Geneva: WHO.
- World Health Organization (WHO). (2023). *Sexual and reproductive health guidelines*. Geneva: WHO.
- World Health Organization (WHO). (2024). *Global adolescent health update*. Geneva: WHO.