

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Penguatan Literasi Kesehatan Reproduksi Untuk Membentuk Perilaku Seksual Berisiko Rendah Di Kalangan Remaja

Yarnita^{1*}, Rezqiah Aulia Rahmat², Natalia Debi Subani³, Cakrawati R⁴

^{*1} Program Studi Kebidanan, STIKes Piala Sakti Pariaman

² Program Studi Kedokteran, Universitas Bosowa Makassar

³ Program Studi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kupang

⁴ Program Studi Kebidanan, Poltekkes Ummi Khasanah

¹yarnita1987@gmail.com*, ²rezqihika@gmail.com, ³nataliadebi@gmail.com, ⁴cakrawati@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is a developmental period characterized by biological, psychological, and social changes that can influence health behaviors, including reproductive health-related behaviors. Low reproductive health literacy can lead to adolescents receiving inaccurate information, being less able to recognize the risks of sexual behavior, and experiencing difficulties in making healthy and responsible decisions. Community Service activities were carried out for adolescents aged 15–19 years in school/community settings, involving 30 participants. The activities used interactive educational methods, group discussions, case studies, educational games, and mentoring. The material covered the concepts of adolescent reproductive health, pubertal changes, reproductive organ hygiene and care, self-limitation, healthy relationships, decision-making, sexual behavior risks, prevention of sexually transmitted infections, prevention of unplanned pregnancies, and utilization of youth-friendly health services. Evaluation was conducted using pretests and posttests. The activities showed an increase in participants' knowledge about reproductive health. The average knowledge score increased from 60.7 before education to 86.3 after education. Improvements were primarily seen in understanding risk factors for sexual behavior, the ability to recognize risky situations, self-limitation, prevention of sexually transmitted infections, and access to appropriate sources of information and health services. Participants also demonstrated improved skills in analyzing cases and determining safer and more responsible behavioral choices. Strengthening reproductive health literacy through interactive education, discussions, case studies, and mentoring can improve adolescents' knowledge and decision-making skills. Reproductive health education activities need to be carried out sustainably, involving schools, families, health workers, and adolescents' social environments.

Keywords: Adolescents; Health Literacy; Reproductive Health; Sexual Behavior; Health Education.

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang dapat memengaruhi perilaku kesehatan, termasuk perilaku terkait kesehatan reproduksi. Rendahnya literasi kesehatan reproduksi dapat menyebabkan remaja memperoleh informasi yang tidak tepat, kurang mampu mengenali risiko perilaku seksual, serta mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan yang sehat dan bertanggung jawab. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan pada remaja usia 15–19 tahun di lingkungan sekolah/komunitas dengan melibatkan 30 peserta. Kegiatan menggunakan metode edukasi interaktif,

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

diskusi kelompok, studi kasus, permainan edukatif, dan pendampingan. Materi meliputi konsep kesehatan reproduksi remaja, perubahan pubertas, kebersihan dan perawatan organ reproduksi, batasan diri, hubungan yang sehat, pengambilan keputusan, risiko perilaku seksual, pencegahan infeksi menular seksual, pencegahan kehamilan tidak direncanakan, serta pemanfaatan layanan kesehatan ramah remaja. Evaluasi dilakukan menggunakan pretest dan posttest. Kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai kesehatan reproduksi. Rata skor pengetahuan meningkat dari 60,7 sebelum edukasi menjadi 86,3 setelah edukasi. Peningkatan terutama terlihat pada pemahaman mengenai faktor risiko perilaku seksual, kemampuan mengenali situasi berisiko, batasan diri, pencegahan infeksi menular seksual, dan akses terhadap sumber informasi serta pelayanan kesehatan yang tepat. Peserta juga menunjukkan peningkatan kemampuan dalam menganalisis kasus dan menentukan pilihan perilaku yang lebih aman dan bertanggung jawab. Penguatan literasi kesehatan reproduksi melalui edukasi interaktif, diskusi, studi kasus, dan pendampingan dapat meningkatkan pengetahuan serta kemampuan pengambilan keputusan kesehatan pada remaja. Kegiatan edukasi kesehatan reproduksi perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan sekolah, keluarga, tenaga kesehatan, dan lingkungan sosial remaja.

Kata Kunci: Remaja; Literasi Kesehatan; Kesehatan Reproduksi; Perilaku Seksual; Pendidikan Kesehatan.

Korespondensi Penulis: Yarnita

I. PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial secara cepat. Perubahan tersebut merupakan bagian normal dari proses perkembangan, tetapi pada saat yang sama dapat menimbulkan berbagai tantangan dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan.

Salah satu aspek yang penting diperhatikan adalah kesehatan reproduksi. Remaja membutuhkan informasi yang benar, sesuai usia, ilmiah, dan mudah dipahami agar mampu memahami perubahan tubuh, menjaga kesehatan reproduksi, membangun hubungan yang sehat, menetapkan batasan diri, serta mengambil keputusan yang bertanggung jawab.

Perkembangan teknologi informasi memberikan kemudahan bagi remaja untuk memperoleh informasi. Namun, tidak semua informasi yang tersedia di internet maupun media sosial memiliki dasar ilmiah yang benar. Informasi yang keliru dapat membentuk persepsi dan perilaku yang kurang tepat mengenai kesehatan reproduksi dan hubungan interpersonal.

Literasi kesehatan reproduksi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengetahui organ reproduksi atau perubahan pubertas, tetapi juga mencakup kemampuan memperoleh, memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan untuk mengambil keputusan yang tepat. Literasi yang baik diharapkan dapat membantu remaja mengenali situasi berisiko dan memilih perilaku yang lebih sehat.

Perilaku seksual berisiko dapat memiliki konsekuensi terhadap kesehatan reproduksi dan psikososial remaja, termasuk risiko infeksi menular seksual, kehamilan tidak direncanakan, tekanan psikologis, serta gangguan terhadap pendidikan dan kehidupan sosial. Oleh karena itu, pendekatan pendidikan kesehatan perlu diarahkan pada peningkatan kemampuan remaja dalam membuat keputusan, bukan sekadar memberikan informasi.

Pendidikan kesehatan reproduksi yang efektif perlu dilakukan secara terbuka, ilmiah, tidak menghakimi, dan sesuai tahap perkembangan remaja. Materi perlu mencakup kemampuan menetapkan batasan diri, komunikasi

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

asertif, pengenalan tekanan teman sebaya, kemampuan menolak ajakan yang berisiko, serta kemampuan mencari bantuan ketika menghadapi situasi yang tidak aman.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan dengan tema “Penguatan Literasi Kesehatan Reproduksi untuk Membentuk Perilaku Seksual Berisiko Rendah di Kalangan Remaja.” Kegiatan diarahkan untuk meningkatkan kemampuan remaja dalam memperoleh informasi kesehatan yang benar, mengenali risiko, dan membuat keputusan yang mendukung kesehatan reproduksi.

II. METODE

Sasaran kegiatan adalah remaja berusia 15–19 tahun di lingkungan sekolah atau komunitas dengan jumlah peserta sebanyak 30 remaja. Kegiatan dilaksanakan di lingkungan sekolah dengan memanfaatkan ruang pertemuan yang tersedia. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak sekolah atau pengelola komunitas, identifikasi kebutuhan edukasi remaja, penentuan peserta kegiatan, penyusunan materi kesehatan reproduksi, penyusunan media edukasi, penyusunan instrumen pretest dan posttest, serta penyiapan studi kasus, lembar diskusi, materi pendampingan, dan informasi layanan kesehatan.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pretest untuk mengetahui pengetahuan awal peserta mengenai kesehatan reproduksi, faktor risiko perilaku seksual, pencegahan infeksi menular seksual, dan sumber layanan kesehatan. Selanjutnya diberikan edukasi interaktif dengan metode komunikasi dua arah dan bahasa yang sesuai dengan karakteristik remaja. Materi yang diberikan meliputi pengertian kesehatan reproduksi, perubahan pubertas, kebersihan organ reproduksi, kesehatan menstruasi, hubungan interpersonal yang sehat, batasan diri, komunikasi asertif, tekanan teman sebaya, risiko perilaku seksual, infeksi menular seksual, kehamilan tidak direncanakan, literasi informasi kesehatan digital, serta akses layanan kesehatan ramah remaja. Setelah edukasi, peserta dibagi menjadi kelompok kecil untuk melakukan diskusi mengenai situasi yang sering dihadapi remaja, seperti tekanan teman sebaya, penyebaran informasi kesehatan yang tidak benar, komunikasi dalam hubungan, dan cara menolak ajakan yang berisiko.

Peserta kemudian diberikan studi kasus untuk mengidentifikasi risiko, menentukan pilihan yang lebih aman, dan menjelaskan alasan keputusan tersebut. Permainan edukatif digunakan untuk memperkuat kemampuan peserta dalam membedakan informasi kesehatan yang benar dan keliru serta mengenali situasi yang membutuhkan bantuan orang dewasa atau tenaga kesehatan. Selanjutnya dilakukan pendampingan dengan memberikan informasi mengenai sumber informasi kesehatan yang terpercaya dan akses terhadap tenaga kesehatan, termasuk kemampuan mencari bantuan ketika menghadapi masalah kesehatan reproduksi atau situasi yang tidak aman. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, peserta mengerjakan posttest untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah mengikuti kegiatan edukasi.

III. HASIL PELAKSANAAN DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Pelaksanaan

a. Karakteristik Peserta

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
15–16 tahun	12	40,0
17–18 tahun	14	46,7
19 tahun	4	13,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	13	43,3
Perempuan	17	56,7
Pendidikan		
SMP	9	30,0
SMA/SMK	21	70,0

Sebagian besar peserta berada pada kelompok usia 17–18 tahun (46,7%), berjenis kelamin perempuan (56,7%), dan sedang menempuh pendidikan SMA/SMK (70,0%).

b. Hasil Pretest dan Posttest

Tabel 2. Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Pengukuran	Mean	SD	Minimum	Maksimum
Pretest	60,7	9,4	43	77
Posttest	86,3	6,8	72	97
Peningkatan	25,6			

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan rerata pengetahuan peserta dari 60,7 menjadi 86,3 setelah mengikuti kegiatan. Peningkatan sebesar 25,6 poin menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai kesehatan reproduksi.

c. Peningkatan Pemahaman Berdasarkan Materi

Tabel 3. Tingkat Pemahaman Peserta

Materi	Sebelum Kegiatan (%)	Sesudah Kegiatan (%)
Konsep kesehatan reproduksi	66,7	93,3
Perubahan pubertas	73,3	96,7
Batasan diri dan hubungan sehat	50,0	90,0
Faktor risiko perilaku seksual	46,7	86,7
Pencegahan infeksi menular seksual	53,3	90,0
Pencegahan kehamilan tidak direncanakan	50,0	86,7
Literasi informasi kesehatan digital	43,3	90,0
Akses layanan kesehatan remaja	40,0	83,3

Peningkatan pemahaman terjadi pada seluruh materi yang diberikan. Peningkatan paling besar terlihat pada aspek literasi informasi kesehatan digital, batasan diri dan hubungan sehat, serta pemahaman mengenai akses layanan kesehatan remaja.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

2. Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa penguatan literasi kesehatan reproduksi dapat meningkatkan pengetahuan remaja. Peningkatan rerata skor dari 60,7 menjadi 86,3 menunjukkan bahwa pendekatan edukasi interaktif dapat menjadi strategi yang efektif dalam menyampaikan materi yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.

Kesehatan reproduksi remaja merupakan bagian penting dari kesehatan sepanjang siklus kehidupan. Informasi yang tepat membantu remaja memahami perubahan tubuh dan psikologis serta membentuk kemampuan untuk mengambil keputusan yang bertanggung jawab.

Salah satu temuan penting adalah meningkatnya pemahaman peserta mengenai batasan diri dan hubungan yang sehat. Aspek tersebut penting karena perilaku kesehatan remaja tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan biologis, tetapi juga oleh kemampuan komunikasi, pengambilan keputusan, tekanan teman sebaya, dan lingkungan sosial.

Diskusi dan studi kasus memberikan kesempatan kepada peserta untuk menghadapi situasi yang menyerupai permasalahan sehari-hari. Melalui metode tersebut, peserta tidak hanya menghafal informasi tetapi belajar mengenali risiko dan mempertimbangkan konsekuensi dari suatu pilihan.

Peningkatan pemahaman mengenai literasi informasi kesehatan digital juga merupakan aspek penting. Remaja merupakan pengguna aktif media digital dan sering memperoleh informasi kesehatan melalui internet dan media sosial. Kemampuan mengevaluasi sumber informasi diperlukan agar remaja tidak mudah menerima informasi yang keliru sebagai fakta.

Literasi kesehatan yang baik mencakup kemampuan memperoleh, memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi sebaiknya tidak hanya memberikan materi, tetapi juga melatih kemampuan berpikir kritis terhadap informasi.

Pencegahan infeksi menular seksual dan kehamilan tidak direncanakan juga menjadi bagian penting dari edukasi. Informasi yang disampaikan perlu dilakukan secara ilmiah, sesuai usia, tidak menghakimi, dan berorientasi pada perlindungan kesehatan. Pendekatan seperti ini memungkinkan remaja lebih terbuka dalam mencari informasi dan bantuan ketika menghadapi masalah.

Akses terhadap layanan kesehatan juga perlu diperkuat. Remaja perlu mengetahui bahwa ketika menghadapi masalah kesehatan reproduksi, mereka dapat mencari bantuan dari tenaga kesehatan, konselor, guru atau pembimbing yang dipercaya, serta orang tua atau anggota keluarga yang mendukung.

Kegiatan ini juga menunjukkan pentingnya pendekatan kolaboratif. Sekolah atau komunitas tidak dapat bekerja sendiri dalam membentuk perilaku kesehatan remaja. Keluarga, tenaga kesehatan, pendidik, dan lingkungan sosial memiliki peran yang saling melengkapi.

Penguatan literasi kesehatan reproduksi perlu dilakukan secara berkelanjutan. Edukasi satu kali dapat meningkatkan pengetahuan, tetapi pembentukan perilaku membutuhkan penguatan pesan secara berkala, lingkungan yang mendukung, akses layanan yang mudah, dan pendampingan yang konsisten.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat mengenai **penguatan literasi kesehatan reproduksi** berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi serta faktor risiko perilaku seksual.

Rerata skor pengetahuan meningkat dari 60,7 sebelum kegiatan menjadi 86,3 setelah kegiatan. Peningkatan terlihat pada pemahaman mengenai kesehatan reproduksi, batasan diri, hubungan sehat, faktor

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

risiko perilaku seksual, pencegahan infeksi menular seksual, literasi informasi digital, dan akses terhadap layanan kesehatan.

Edukasi interaktif yang dikombinasikan dengan diskusi, studi kasus, permainan edukatif, dan pendampingan dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam memperkuat literasi kesehatan reproduksi remaja.

2. Saran

Remaja diharapkan aktif mencari informasi kesehatan reproduksi dari sumber terpercaya serta mengembangkan kemampuan berpikir kritis terhadap informasi yang diperoleh melalui media sosial. Sekolah dan komunitas perlu melaksanakan edukasi kesehatan reproduksi secara berkala, sedangkan keluarga diharapkan membangun komunikasi yang terbuka dan suportif. Tenaga kesehatan perlu memperkuat layanan kesehatan yang ramah remaja, disertai pendampingan dan akses rujukan ketika remaja membutuhkan bantuan. Program selanjutnya dapat melibatkan orang tua, guru, kader, dan tenaga kesehatan untuk memperkuat lingkungan yang mendukung kesehatan remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana Pengabdian kepada Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah/pengelola komunitas yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh peserta remaja yang telah mengikuti kegiatan secara aktif mulai dari pretest, edukasi, diskusi, studi kasus, hingga posttest.

Terima kasih juga disampaikan kepada tenaga kesehatan, pendidik, dan seluruh pihak yang telah mendukung kegiatan sehingga dapat terlaksana dengan baik. Diharapkan kegiatan ini dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi dan membantu remaja membangun perilaku kesehatan yang bertanggung jawab.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adam, A., Alim, A., Edison Nufninu, R., Zamli, & Bahri, S. (2026). Strengthening Oral Health and Oral Hygiene Behaviour among School-Aged Children through the Healthier Smiles Phase 7 Programme: Results of an End-line Assessment in North Luwu and East Luwu Regencies, South Sulawesi, Indonesia. *International Journal of Health Sciences*, 4(3), 696–709. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v4i3.1407>
2. Centers for Disease Control and Prevention. *Adolescent and School Health: Sexual Health*. Atlanta: CDC; 2024.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2024.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Petunjuk Teknis Pelaksanaan Posyandu Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022.
6. Patton GC, Sawyer SM, Santelli JS, Ross DA, Afifi R, Allen NB, et al. Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *Lancet*. 2016;387(10036):2423-78.
7. Rizki Andita Noviar, S.Kep, Ns ; Ramli Muhammad, S.pd, Akp, M.Kes ; Supriadin, S.Kep, Ns, M.Kep,(2026). Buku Ajar Dasar – Dasar Keperawatan (Landasan Konseptual, Teoritis dan Praktik Keperawatan Profesional). No. ISBN: 978-634-96835-1-7. Penerbit AGDOSI Makassar. <https://agdosi.com/2026/01/15/buku-ajar-dasar-dasar-keperawatan-konsep-teori-dan-praktik-keperawatan-profesional/>

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

8. Sudaryono, S., Manurung, H., & Pannyiwi, R. (2024). The European Union's (Eu) Contribution As A Global Defense And Security Actor In The International System. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(1), 43–57. <https://doi.org/10.59585/jimad.v2i1.532>
9. Saragih, H., Marunung, H., Harfika, M., Saputra, M. K. F., Treasa, A. D., Fitriana, F., & Pannyiwi, R. (2024). Pemeriksaan Hemoglobin (Hb) Kolaborasi Universitas Pertahanan RI Dengan PMI Kota Bogor. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 346–352. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i3.357>
10. Santelli JS, Haerizadeh S, Bauserman M. The importance of adolescent reproductive health literacy. *J Adolesc Health*. 2021;68(2):S1-S7.
11. UNESCO. *International Technical Guidance on Sexuality Education: An Evidence-Informed Approach*. Paris: UNESCO; 2021.
12. United Nations Population Fund. *My Body Is My Own: Claiming the Right to Autonomy and Self-Determination*. New York: UNFPA; 2021.
13. World Health Organization. *Global Accelerated Action for the Health of Adolescents (AA-HA!): Guidance to Support Country Implementation*. Geneva: WHO; 2023.
14. World Health Organization. *Adolescent Health and Development*. Geneva: WHO; 2024.
15. World Health Organization. *Global Health Estimates 2023: Adolescent Health*. Geneva: WHO; 2023.
16. World Health Organization. *WHO Guidelines on Self-Care Interventions for Health and Well-Being*. Geneva: WHO; 2022.
17. World Health Organization. *Comprehensive Sexuality Education: Facts and Evidence*. Geneva: WHO; 2021.
18. World Health Organization. *Global Status Report on Preventing Violence Against Children 2020*. Geneva: WHO; 2021.
19. World Health Organization. *Global Sexually Transmitted Infections Programme*. Geneva: WHO; 2024.
20. World Health Organization. *Adolescent Pregnancy*. Geneva: WHO; 2024.
21. World Health Organization. *Global Strategy for Women's, Children's and Adolescents' Health 2016–2030*. Geneva: WHO; 2021.