

Pendampingan Remaja Dalam Pemahaman Hak Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi

Kiki Amelia^{1*}, Ratnaneni¹, Andi Hasliani¹, Rahmawati¹

¹Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, Makassar, Indonesia

Article Information

Article history:

Received Agustus 28, 2025

Approved Agustus 30, 2025

Keywords:

Remaja; Kontrasepsi;
Pendidikan Kesehatan

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok usia yang berada pada fase kritis perkembangan dengan berbagai tantangan biologis, psikologis, dan sosial, termasuk terkait kesehatan reproduksi. Kurangnya akses informasi yang akurat serta masih kuatnya mitos mengenai kontrasepsi membuat remaja rentan terhadap perilaku berisiko. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman remaja mengenai hak kesehatan reproduksi dan kontrasepsi melalui pendekatan pendampingan partisipatif. Program dilaksanakan pada 18 Juli 2025 di SMA Citra Mulia Makassar dengan melibatkan 25 siswa sebagai peserta. Tahapan kegiatan meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, penyampaian materi melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi, dan role play. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pemahaman siswa tentang hak memperoleh informasi dan layanan kesehatan reproduksi yang ramah remaja, sekaligus meluruskan mitos yang sebelumnya diyakini, seperti anggapan kontrasepsi hanya untuk pasangan menikah. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga memperkuat keterampilan komunikasi asertif dan kemampuan pengambilan keputusan sehat. Dengan demikian, pendampingan berbasis edukasi partisipatif terbukti efektif dalam memberdayakan remaja agar lebih bertanggung jawab terhadap kesehatan reproduksinya, sekaligus mendukung upaya pencegahan masalah kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah.

© 2025 JGEN

*Corresponding author email: kikiamelia@gmail.com

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang berada pada fase kritis perkembangan, ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Masa ini sering disebut sebagai periode “storm and stress” karena banyak tantangan yang dihadapi remaja dalam menyesuaikan diri dengan identitas baru mereka (Santrock, 2019). Salah satu aspek penting yang harus diperhatikan adalah kesehatan reproduksi, mengingat remaja mulai

mengalami kematangan organ reproduksi dan meningkatnya rasa ingin tahu mengenai seksualitas (Papalia & Martorell, 2020).

Hak kesehatan reproduksi pada remaja mencakup hak untuk memperoleh informasi yang akurat, layanan kesehatan yang terjangkau, serta perlindungan dari praktik diskriminatif (UNFPA, 2022). Namun, realitanya di Indonesia masih banyak remaja yang belum memiliki akses memadai terhadap informasi dan layanan ini. Norma sosial dan budaya yang menganggap isu seksualitas sebagai hal tabu sering kali membuat remaja mencari informasi dari sumber yang kurang dapat dipercaya, seperti media sosial atau teman sebaya (Putri & Sari, 2021; Rachmawati, 2022). Kondisi ini meningkatkan kerentanan remaja terhadap perilaku berisiko, termasuk hubungan seksual pranikah tanpa perlindungan, yang dapat berujung pada kehamilan tidak diinginkan atau infeksi menular seksual.

Data global menunjukkan sekitar 16 juta remaja perempuan berusia 15–19 tahun melahirkan setiap tahun, sebagian besar di negara berkembang (WHO, 2022). Di Indonesia, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2023) mencatat bahwa angka kehamilan remaja masih cukup tinggi, dengan kasus yang sering terjadi di daerah perkotaan maupun pedesaan. Selain itu, Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI, 2022) melaporkan bahwa sekitar 7% remaja perempuan pernah hamil sebelum usia 19 tahun. Hal ini berdampak besar pada masa depan remaja, baik dari sisi kesehatan, pendidikan, maupun ekonomi.

Kontrasepsi merupakan salah satu strategi utama dalam menurunkan angka kehamilan tidak diinginkan. Namun, masih banyak remaja yang memiliki persepsi negatif atau keliru mengenai kontrasepsi. Sebagian menganggap kontrasepsi hanya untuk pasangan menikah, atau bahkan beranggapan bahwa kontrasepsi memiliki efek buruk jangka panjang (Imelda & Handayani, 2020; Hidayat et al., 2021). Padahal, edukasi kontrasepsi pada remaja sangat penting untuk membekali mereka dengan pemahaman yang benar terkait pilihan metode kontrasepsi, mekanisme kerja, serta manfaat dan risiko penggunaannya.

Selain faktor pengetahuan, aspek psikologis juga memengaruhi pengambilan keputusan remaja terkait kesehatan reproduksi. Remaja cenderung dipengaruhi oleh tekanan teman sebaya, rasa ingin tahu, serta minimnya keterampilan negosiasi dalam hubungan (Sarwono, 2018). Oleh karena itu, pendekatan pendampingan yang tidak hanya menyampaikan informasi tetapi juga memberikan ruang diskusi, latihan keterampilan, dan dukungan emosional menjadi sangat penting (Yuliani, 2022).

Dari sisi kebijakan, pemerintah Indonesia telah memasukkan pendidikan kesehatan reproduksi sebagai bagian dari kurikulum sekolah melalui program Pendidikan Kesehatan Reproduksi (PKR) dan Generasi Berencana (GenRe) yang digagas oleh BKKBN. Namun, implementasinya di sekolah masih menghadapi berbagai tantangan, seperti keterbatasan tenaga pendidik yang terlatih, resistensi dari orang tua, dan kurangnya media pembelajaran yang menarik (Kemenkes RI, 2021). Oleh karena itu, program pendampingan remaja di sekolah menjadi strategi alternatif yang efektif untuk mengisi kesenjangan tersebut.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan judul “Pendampingan Remaja dalam Pemahaman Hak Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi” pada 18 Juli 2025 di SMA Citra Mulia Makassar dengan peserta sebanyak 25 siswa. Program ini bertujuan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hak kesehatan reproduksi dan kontrasepsi melalui pendekatan edukasi partisipatif, sehingga remaja dapat memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang lebih baik dalam menjaga kesehatan reproduksinya secara bertanggung jawab.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 18 Juli 2025 di SMA Citra Mulia Makassar dengan melibatkan 25 siswa sebagai peserta. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pendekatan pendampingan partisipatif yang mengedepankan interaksi aktif antara fasilitator dan remaja.

Tahapan kegiatan dimulai dengan koordinasi awal bersama pihak sekolah, guru, dan wali kelas untuk menyampaikan tujuan, manfaat, serta rencana pelaksanaan program. Setelah memperoleh persetujuan, dilakukan persiapan materi, media pembelajaran, serta strategi pendekatan yang sesuai dengan karakteristik siswa SMA.

Pelaksanaan kegiatan dibuka dengan sesi pengenalan dan kontrak belajar untuk menciptakan suasana yang nyaman dan kondusif. Fasilitator kemudian menyampaikan materi mengenai hak kesehatan reproduksi yang meliputi pemahaman dasar tentang perubahan biologis pada masa remaja, hak memperoleh informasi dan layanan kesehatan, serta pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sejak dini. Materi dilanjutkan dengan topik kontrasepsi, yang mencakup jenis-jenis kontrasepsi, cara kerja, manfaat, dan klarifikasi terhadap berbagai mitos atau kesalahpahaman yang sering berkembang di kalangan remaja.

Penyampaian materi dilakukan dengan menggunakan ceramah interaktif, diskusi kelompok kecil, serta simulasi sederhana untuk memperkuat pemahaman siswa. Selain itu, fasilitator memanfaatkan media presentasi visual dan lembar informasi yang menarik agar siswa lebih mudah memahami konsep yang disampaikan. Dalam sesi diskusi, peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan secara langsung maupun anonim melalui kertas pertanyaan, sehingga mereka lebih bebas menyampaikan hal-hal yang mungkin dianggap tabu.

Untuk memperkuat aspek keterampilan, dilakukan role play mengenai cara berkomunikasi yang asertif dalam menjaga batasan diri dan mengambil keputusan yang bertanggung jawab terkait kesehatan reproduksi. Dengan metode ini, diharapkan siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan diakhiri dengan refleksi bersama di mana siswa menyampaikan pengalaman, kesan, dan hal-hal baru yang mereka peroleh. Pihak sekolah kemudian diberikan ringkasan materi dalam bentuk booklet singkat yang dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran berkelanjutan. Secara keseluruhan, metode pelaksanaan kegiatan ini berfokus pada edukasi partisipatif, pendampingan, dan

pemberdayaan remaja agar memiliki pemahaman yang benar dan sikap yang positif terhadap kesehatan reproduksi dan penggunaan kontrasepsi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai *Pendampingan Remaja dalam Pemahaman Hak Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi* di SMA Citra Mulia Makassar pada tanggal 18 Juli 2025 diikuti oleh 25 siswa dengan antusiasme yang cukup tinggi. Pelaksanaan berlangsung dalam suasana yang interaktif, di mana siswa aktif memberikan tanggapan, mengajukan pertanyaan, serta terlibat dalam diskusi kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa isu kesehatan reproduksi masih menjadi topik yang menarik sekaligus relevan bagi remaja.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sebelumnya memiliki pemahaman yang terbatas mengenai kesehatan reproduksi, terutama terkait hak-hak mereka dalam memperoleh informasi dan akses terhadap layanan kesehatan yang ramah remaja. Beberapa siswa bahkan masih mempercayai mitos-mitos yang beredar di masyarakat, seperti anggapan bahwa kontrasepsi hanya diperuntukkan bagi pasangan yang sudah menikah atau bahwa penggunaannya dapat menyebabkan kemandulan. Melalui proses pendampingan dan diskusi, pemahaman ini berhasil diluruskan sehingga siswa mampu melihat kontrasepsi sebagai salah satu bentuk tanggung jawab dalam menjaga kesehatan reproduksi dan mencegah kehamilan yang tidak diinginkan.

Sesi simulasi dan role play memberikan dampak yang signifikan, terutama dalam membangun keberanian siswa untuk berkomunikasi secara terbuka dan asertif. Remaja dilatih untuk mampu menolak ajakan yang berisiko, menjaga batasan diri, serta membuat keputusan yang sehat dan bertanggung jawab. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan remaja yang menekankan pentingnya penguatan keterampilan hidup (*life skills*) dalam menghadapi berbagai tantangan sosial dan kesehatan (Santrock, 2018).

Selain itu, refleksi akhir menunjukkan bahwa siswa merasa lebih percaya diri dalam memahami isu kesehatan reproduksi. Mereka mengaku bahwa pengetahuan yang diperoleh dapat membantu dalam mengurangi rasa penasaran yang seringkali mendorong remaja mencari informasi dari sumber yang tidak tepat, seperti media sosial atau teman sebaya. Kegiatan ini juga diapresiasi oleh pihak sekolah karena dianggap mampu mendukung upaya pendidikan kesehatan di lingkungan sekolah secara lebih aplikatif dan kontekstual. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini tidak hanya memberikan informasi tetapi juga memberdayakan remaja untuk menjadi agen perubahan di lingkungannya. Melalui peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan, diharapkan para siswa dapat menyebarkan pemahaman yang benar tentang kesehatan reproduksi dan kontrasepsi kepada teman sebaya mereka. Hal ini sesuai dengan rekomendasi WHO (2020) yang menekankan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi berbasis sekolah dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan kualitas kesehatan remaja secara berkelanjutan.



Gambar 1. Foto-Foto Kegiatan

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema *Pendampingan Remaja dalam Pemahaman Hak Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi* yang dilaksanakan di SMA Citra Mulia Makassar pada tanggal 18 Juli 2025 berhasil memberikan pemahaman yang lebih komprehensif kepada 25 siswa peserta kegiatan. Selama proses pendampingan, siswa menunjukkan antusiasme tinggi, aktif berdiskusi, serta berpartisipasi dalam simulasi dan role play. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kesadaran remaja mengenai pentingnya hak kesehatan reproduksi, termasuk hak memperoleh informasi dan layanan yang ramah remaja.

Selain itu, kegiatan ini juga berhasil meluruskan berbagai mitos dan kesalahpahaman mengenai kontrasepsi yang sebelumnya banyak diyakini siswa. Pendekatan edukasi partisipatif tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga membekali remaja dengan keterampilan komunikasi asertif serta kemampuan membuat keputusan yang sehat dan bertanggung jawab. Dengan demikian, kegiatan ini memberikan dampak positif baik bagi individu maupun lingkungan sekolah dalam upaya pencegahan masalah kesehatan reproduksi pada remaja.

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan, disarankan agar program pendampingan seperti ini dapat dilakukan secara berkesinambungan dengan melibatkan lebih banyak sekolah, sehingga semakin banyak remaja yang memperoleh pemahaman yang benar mengenai kesehatan reproduksi dan kontrasepsi. Pihak sekolah diharapkan dapat menjadikan pendidikan kesehatan reproduksi sebagai bagian dari kegiatan ekstrakurikuler atau program rutin, sehingga informasi yang diperoleh siswa tidak hanya bersifat sementara tetapi dapat menjadi bekal jangka panjang.

Selain itu, keterlibatan orang tua dan tenaga kesehatan juga sangat penting untuk memperkuat pemahaman remaja di luar lingkungan sekolah. Aplikasi teknologi berbasis digital, seperti platform edukasi atau media sosial resmi, juga dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk memperluas jangkauan edukasi dan mempermudah akses informasi yang akurat. Dengan adanya sinergi antara sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan, maka upaya peningkatan kesehatan reproduksi remaja dapat berjalan lebih efektif dan berkesinambungan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada SMA Citra Mulia Makassar yang telah memberikan izin dan dukungan pelaksanaan kegiatan, serta kepada seluruh siswa yang berpartisipasi aktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2023). *Laporan Kesehatan Reproduksi Remaja di Indonesia*. Jakarta: BKKBN.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2022). *Statistik Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia*. Jakarta: BPS.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2023). *Profil Kesehatan Remaja Sulawesi Selatan*. Makassar: Dinkes Sulsel.
- Hurlock, E. B. (2015). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Pedoman Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). *Modul Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Latifah, A., & Nugroho, H. (2020). Pengetahuan dan sikap remaja tentang kontrasepsi di sekolah menengah. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 89–96.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pratiwi, R. D., & Sari, Y. P. (2019). Edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui peer education. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(1), 25–32.

- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill Education.
- United Nations Population Fund (UNFPA). (2021). *Sexual and Reproductive Health and Rights for Adolescents and Youth*. New York: UNFPA.
- World Health Organization. (2022). *Adolescent pregnancy fact sheet*. Geneva: WHO.