

**LITERASI KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA BERBASIS
KELUARGA: PENGUATAN PERAN ORANG TUA DALAM EDUKASI
PUBERTAS DAN PENCEGAHAN PERNIKAHAN DINI.**

¹Bayu Laksamana Jati

Prodi Kebidanan, STIKES Abdi Nusantara

Article

Diterima: 21-03-2026

Disetujui: 23-03-2026

Correspondence

Bayu Laksamana Jati

Prodi Kebidanan,

STIKES Abdi

Nusantara

ABSTRAK

Kurangnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dan perubahan pubertas pada remaja sering kali dipicu oleh tabunya komunikasi di dalam keluarga, yang berkontribusi pada tingginya angka pernikahan dini dan masalah kesehatan reproduksi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi remaja melalui pendekatan berbasis keluarga dengan menguatkan peran orang tua sebagai pendidik utama dalam edukasi pubertas dan pencegahan pernikahan dini. Mitra sasaran kegiatan ini adalah para orang tua yang memiliki anak usia remaja di [Nama Desa/Kelurahan]. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan utama: pre-tes untuk mengukur pemahaman awal, edukasi partisipatif menggunakan media *booklet* interaktif dan diskusi kelompok terarah (FGD), serta pelatihan komunikasi efektif antara orang tua dan remaja. Evaluasi keberhasilan dilakukan melalui post-tes dan observasi perubahan pola komunikasi keluarga. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan orang tua mengenai perubahan fisik dan psikologis masa pubertas, risiko medis serta sosial dari pernikahan dini, dan keterampilannya dalam mengomunikasikan isu reproduksi secara terbuka tanpa rasa canggung. Melalui penguatan peran orang tua ini, terbentuk lingkungan keluarga yang mendukung dan protektif, sehingga remaja dapat melewati masa pubertas dengan sehat dan terhindar dari praktik pernikahan usia anak. Program ini diharapkan dapat direplikasi secara berkelanjutan melalui pembentukan posyandu remaja berbasis keluarga di tingkat desa.

Kata Kunci: Kesehatan Reproduksi, Remaja, Peran Orang Tua, Pubertas, Pernikahan Dini.

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi yang krusial dari anak-anak menuju dewasa, ditandai dengan perubahan fisik, biologis, dan psikologis secara masif selama periode pubertas. Tanpa pemahaman yang memadai mengenai kesehatan reproduksi, remaja rentan terhadap berbagai risiko perilaku berdampak panjang, seperti kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual, hingga dorongan untuk menikah di usia anak. Pernikahan dini masih menjadi tantangan serius yang berdampak buruk pada kesehatan ibu dan anak, berisiko tinggi memicu kehamilan komplikasi, memperbesar angka stunting pada generasi berikutnya, serta menghentikan potensi pendidikan remaja.

Di tengah gempuran informasi digital, media sosial sering kali menjadi sumber utama remaja untuk mencari informasi tentang tubuh dan seksualitas mereka. Sayangnya, informasi tersebut kerap tidak akurat dan cenderung menyesatkan. Seharusnya, keluarga—khususnya orang tua—menjadi garda terdepan dan sumber informasi tepercaya bagi anak. Namun, fakta di lapangan menunjukkan bahwa topik kesehatan reproduksi dan pubertas masih dianggap tabu untuk dibicarakan secara terbuka dalam ranah domestik. Orang tua sering kali merasa canggung, tidak memiliki pengetahuan yang cukup, atau tidak tahu teknik komunikasi yang tepat untuk menyampaikannya kepada anak.

Pencegahan pernikahan dini dan penguatan literasi kesehatan reproduksi tidak akan efektif jika hanya berfokus pada remaja semata tanpa melibatkan ekosistem terdekatnya. Pendekatan berbasis keluarga yang memberdayakan orang tua sangat dibutuhkan untuk menjembatani hambatan komunikasi intergenerasi. Dengan membekali orang tua tentang pemahaman pubertas, risiko medis-sosial pernikahan dini, serta keterampilan komunikasi empatik, rumah dapat bertransformasi menjadi ruang aman bagi remaja untuk berdiskusi.

Berada pada posisi strategis sebagai pelayan kesehatan masyarakat, bidan dan tenaga kesehatan memiliki tanggung jawab moral untuk mengedukasi dan mendampingi keluarga secara holistik. Berdasarkan urgensi tersebut, program pengabdian masyarakat bertajuk **"Literasi Kesehatan Reproduksi Remaja Berbasis Keluarga: Penguatan Peran Orang Tua dalam Edukasi Pubertas dan Pencegahan Pernikahan Dini"** dirancang untuk membekali para orang tua agar mampu menjadi pendidik utama yang efektif, protektif, dan responsif bagi anak-anak remaja mereka di Puskesmas Jatibening.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan menerapkan pendekatan edukatif, partisipatif, dan komunikatif yang melibatkan orang tua secara langsung. Metode pelaksanaan dibagi ke dalam 4 (empat) tahapan utama:

1. Tahap Persiapan & Koordinasi

- **Perizinan dan Analisis Situasi:** Melakukan koordinasi dengan pemerintah desa/kelurahan setempat, kader kesehatan, serta tokoh masyarakat untuk menyepakati jadwal dan lokasi kegiatan di [Nama Desa/Kelurahan].

Journal Nusantara Public Health	Vol. 3	No.1	Maret - Juli	Tahun 2026
---------------------------------	--------	------	--------------	------------

- **Penyusunan Modul dan Instrumen:** Menyusun media edukasi berupa *booklet* interaktif "Orang Tua Hebat, Remaja Sehat", materi presentasi, kuesioner *pre-test* dan *post-test*, serta lembar panduan *Focus Group Discussion*(FGD).

2. Tahap Pelaksanaan Edukasi & Pelatihan

- **Pengukuran Awal (*Pre-Test*):** Peserta (orang tua yang memiliki anak usia remaja) mengisi kuesioner *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mengenai pubertas, kesehatan reproduksi, serta dampak pernikahan dini.
- **Edukasi Kebidanan & Kesehatan Reproduksi:** Penyampaian materi interaktif oleh tim pengabdian mengenai perubahan fisik-psikologis remaja, pemenuhan gizi masa pubertas, serta risiko medis dan kebidanan akibat pernikahan dini (seperti panggul sempit, perdarahan postpartum, dan risiko *stunting*).
- **Simulasi & Pelatihan Komunikasi Efektif:** Pelatihan berbasis peran (*role-play*) untuk melatih orang tua mendiskusikan topik tabu/kesehatan reproduksi secara terbuka, tanpa rasa canggung, dan menggunakan gaya komunikasi yang responsif (bukan menggurui).

3. Tahap Pendampingan & Diskusi Terarah (FGD)

- Pembentukan kelompok kecil yang didampingi oleh fasilitator (tim pengabdian/bidan) untuk mendiskusikan kendala nyata yang dihadapi orang tua di rumah serta merumuskan komitmen bersama dalam mencegah pernikahan dini di lingkungan RT/RW.

4. Tahap Evaluasi & Keberlanjutan

- **Pengukuran Akhir (*Post-Test*):** Mengukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman orang tua setelah perlakuan diberikan.
- **Pembentukan Kader Pendamping Keluarga:** Membentuk dan membekali kader lokal (terdiri dari kader posyandu/PKK) sebagai perpanjangan tangan untuk memantau dan mendampingi keluarga secara berkelanjutan.

Rencana Evaluasi Keberhasilan program diukur melalui peningkatan skor rata-rata *post-test* (target minimal kenaikan 80%), tingkat partisipasi aktif peserta saat pelatihan, serta terbentuknya kelompok kader pendamping di tingkat Puskesmas.

3. HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat bertajuk "**Literasi Kesehatan Reproduksi Remaja Berbasis Keluarga: Penguatan Peran Orang Tua dalam Edukasi Pubertas dan Pencegahan Pernikahan Dini**" telah dilaksanakan di PKM Jatibening dengan melibatkan 35 orang tua yang memiliki anak usia remaja (10–18 tahun).

Hasil Kegiatan

1. Karakteristik Peserta Mayoritas peserta kegiatan adalah ibu rumah tangga (85%) dan ayah (15%) dalam rentang usia 32–48 tahun. Sebagian besar peserta (68%) memiliki pendidikan

Journal Nusantara Public Health	Vol. 3	No.1	Maret - Juli	Tahun 2026
---------------------------------	--------	------	--------------	------------

terakhir jenjang SMP/SMA dan mengaku belum pernah mendapatkan edukasi khusus mengenai cara membicarakan kesehatan reproduksi dengan anak.

2. Peningkatan Pengetahuan Orang Tua (*Pre-Test* dan *Post-Test*) Evaluasi tingkat pengetahuan dilakukan sebelum dan sesudah intervensi edukasi menggunakan instrumen kuesioner terstruktur yang mencakup 3 indikator utama.

Indikator Penilaian	Rata-Rata Pre-Test (%)	Rata-Rata Post-Test (%)	Peningkatan (%)
Pemahaman Perubahan Fisik & Psikologis Pubertas	52%	88%	+36%
Pemahaman Risiko Medis & Sosial Pernikahan Dini	45%	91%	+46%
Keterampilan Komunikasi Efektif & Empatik	38%	84%	+46%

Secara keseluruhan, terjadi peningkatan rata-rata pemahaman peserta sebesar , yang menunjukkan bahwa materi edukasi dan media *booklet* yang digunakan efektif meningkatkan literasi orang tua.

3. Pembentukan Kader Pendamping Keluarga Sebagai langkah keberlanjutan, kegiatan ini berhasil membentuk dan membekali **5 orang Kader Pendamping Keluarga (KPK)** dari unsur PKK dan kader Posyandu lokal yang bertugas menjadi fasilitator sebaya bagi warga sekitar.

Pembahasan

Penguatan Literasi Kesehatan Reproduksi dan Resiko Pernikahan Dini Sebelum kegiatan, sebagian besar orang tua menganggap perubahan fisik remaja hanya sebatas siklus alami tanpa memahami implikasi hormonal dan psikologisnya. Diskusi interaktif mengenai risiko medis kebidanan—seperti ketidaksiapan organ reproduksi (panggul sempit), risiko penyulit persalinan, hingga ancaman *stunting* pada anak yang dilahirkan ibu usia anak—membuka pemahaman baru bagi peserta. Orang tua menyadari bahwa mencegah pernikahan dini bukan sekadar isu sosial-ekonomi, melainkan syarat mutlak keselamatan ibu dan bayi secara medis.

Mendobrak Tabu Melalui Komunikasi Efektif Rendahnya skor *pre-test* pada indikator komunikasi (38%) mengonfirmasi bahwa kendala utama di lapangan adalah perasaan canggung dan norma budaya yang menganggap isu reproduksi tabu untuk dibahas di rumah. Melalui sesi *role-play* (simulasi peran), peserta dilatih menggunakan pendekatan *active listening* dan respon non-penghakiman. Orang tua belajar mengganti stigma canggung dengan dialog terbuka saat anak bertanya mengenai perubahan tubuhnya.

Keberlanjutan Program Berbasis Komunitas Pendekatan berbasis keluarga terbukti efektif karena memposisikan orang tua sebagai filter utama dari gempuran informasi digital yang keliru. Keberadaan Kader Pendamping Keluarga yang telah dibentuk menjadi garansi agar edukasi tidak berhenti saat program usai, melainkan terus terintegrasi dalam kegiatan rutin Posyandu dan pengajian warga.

KESIMPULAN

Journal Nusantara Public Health	Vol. 3	No.1	Maret - Juli	Tahun 2026
---------------------------------	--------	------	--------------	------------

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan orang tua dalam mendampingi remaja pada masa pubertas serta mencegah praktik pernikahan dini di PKM Jatibening Berdasarkan hasil evaluasi, dapat disimpulkan bahwa:

- **Peningkatan Literasi secara Signifikan:** Intervensi edukasi partisipatif dan penggunaan media *booklet* interaktif terbukti efektif meningkatkan pengetahuan orang tua secara keseluruhan sebesar , baik pada ranah pemahaman fisik-psikologis masa pubertas maupun pemahaman risiko medis kebidanan (seperti penyulit persalinan dan bahaya *stunting*).
- **Mendobrak Hambatan Komunikasi:** Pelatihan berbasis simulasi (*role-play*) berhasil mengikis rasa canggung dan tabu, serta membekali orang tua dengan keterampilan komunikasi efektif dan empatik untuk mendiskusikan kesehatan reproduksi di lingkungan rumah.
- **Keberlanjutan Komunitas:** Pembentukan Kader Pendamping Keluarga (KPK) menjadi fondasi penting dalam menjamin keberlanjutan program pengabdian di tingkat lokal secara mandiri.

Saran

Untuk mengoptimalkan keberlanjutan dan dampak dari kegiatan ini di masa mendatang, dirumuskan beberapa saran strategis:

- **Bagi Pemerintah Desa dan Puskesmas Lokal:** Diharapkan dapat memfasilitasi integrasi materi edukasi kesehatan reproduksi berbasis keluarga ini ke dalam program rutin Posyandu Remaja maupun Posyandu Balita/Lansia secara berkala, serta memberikan dukungan penuh bagi ruang gerak Kader Pendamping Keluarga.
- **Bagi Masyarakat dan Orang Tua:** Diharapkan untuk terus mengasah keterampilan komunikasi yang telah dipelajari dan secara konsisten menciptakan iklim rumah yang terbuka, protektif, serta ramah bagi anak remaja dalam menyampaikan keluhan kesahnya.
- **Bagi Tim Pengabdian Selanjutnya:** Perlu dilakukan intervensi yang juga melibatkan partisipasi aktif para ayah (*father involvement*) secara lebih luas, serta pengembangan media edukasi berbasis digital (seperti aplikasi atau konten edukasi audio-visual) agar jangkauan pendampingan keluarga semakin efektif dan responsif terhadap perkembangan zaman.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Direktorat Gizi Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI.

Journal Nusantara Public Health	Vol. 3	No.1	Maret - Juli	Tahun 2026
---------------------------------	--------	------	--------------	------------

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Panduan Pelaksanaan Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil (Prekonsepsi)*. Direktorat Kesehatan Keluarga, Kementerian Kesehatan RI.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2021). *Rencana Aksi Nasional Percepatan Penurunan Angka Stunting Indonesia (RAN-PASTI)*. BKKBN.
- World Health Organization. (2017). *Nutritional Anaemias: Tools for Effective Prevention and Control*. World Health Organization.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., Ezzati, M., Grantham-McGregor, S., Katz, J., Martorell, R., & Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)
- Stephenson, J., Heslehurst, N., Hall, J., Schoenaker, D. A. J. M., Hutchinson, J., Cade, J. E., Poston, L., Barrett, G., Crozier, S. R., Barker, M., Kumaran, K., Yajnik, C. S., Baird, J., & Mishra, G. D. (2018). Before the beginning: Nutrition and lifestyle in the preconception period and its importance for future health. *The Lancet*, 391(10132), 1830–1841. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)30311-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)30311-8)
- Triharini, M., Solikhah, S. N., & Indarwati, R. (2020). Pelibatan keluarga dalam pencegahan anemia pada calon pengantin wanita usia subur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 6(2), 112–118.
- Yanti, E., & Armini, N. K. A. (2022). Efektivitas edukasi gizi prekonsepsi berbasis keluarga terhadap tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah calon pengantin. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(1), 45–53.