

## **PENINGKATAN KESADARAN KESEHATAN REPRODUKSI DAN LITERASI DIGITAL BAGI REMAJA PUTRI MELALUI PENDEKATAN PSIKOEDUKATIF KOMUNITAS**

**Nurfi Laili<sup>1</sup>, Rafhani Rosyidah<sup>2\*</sup>, Putri Meinita Triana<sup>3</sup>, Ghozali Rusyid Affandi<sup>4</sup>,  
Anggie Erianti<sup>5</sup>**

<sup>1,2,4,5</sup>**Universitas Muhammadiyah Sidoarjo**

<sup>3</sup>**Universitas Muhammadiyah Magelang**

**Email: [rafhani.rosyida@umsida.ac.id](mailto:rafhani.rosyida@umsida.ac.id)**

### **ABSTRAK**

Remaja putri merupakan kelompok strategis dalam siklus kehidupan masyarakat yang memegang peran penting dalam menciptakan generasi sehat dan berkualitas. Di Desa Tambak Kalisogo, Kecamatan Jabon, Kabupaten Sidoarjo, masih ditemukan tantangan terkait rendahnya literasi kesehatan reproduksi dan pemanfaatan teknologi digital di kalangan remaja. Kondisi ini diperburuk oleh tingginya angka pernikahan dini dan risiko stunting. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai kesehatan reproduksi dan literasi digital sebagai bagian dari upaya pencegahan pernikahan dini dan reduksi stunting. Metode yang digunakan adalah pendekatan Community-Based Research (CBR) yang menggabungkan keterlibatan dosen, mahasiswa, dan masyarakat. Kegiatan edukasi dilakukan dalam bentuk psikoedukasi partisipatif, diskusi kelompok, dan simulasi. Evaluasi dilakukan melalui pretest dan posttest yang diberikan kepada 21 peserta pada dua topik utama, yaitu kesehatan reproduksi remaja dan literasi digital. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 8 Mei 2024. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata pada kedua topik. Nilai rata-rata pretest untuk kesehatan reproduksi adalah 8,29 dan meningkat menjadi 9,10 pada posttest. Pada literasi digital, skor meningkat dari 8,43 menjadi 9,43. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan edukatif berbasis komunitas yang disampaikan dengan pendekatan interaktif mampu meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja putri terhadap isu-isu penting yang berkaitan dengan kesehatan dan digitalisasi.

**Kata Kunci:** kesehatan reproduksi, remaja putri, literasi digital, psikoedukasi, pengabdian masyarakat, stunting

### **1. PENDAHULUAN**

Kesehatan remaja, khususnya remaja putri, merupakan fondasi penting dalam menciptakan generasi emas Indonesia. Masa remaja adalah periode transisi krusial yang menuntut perhatian serius terhadap berbagai aspek perkembangan, terutama kesehatan reproduksi, kesehatan mental, gizi, dan literasi digital (Dinas Kesehatan Kabupaten Sidoarjo

2020). Tantangan di tingkat komunitas kerap muncul akibat rendahnya kesadaran dan pengetahuan remaja putri dalam aspek-aspek tersebut, yang pada akhirnya berdampak jangka panjang pada kualitas hidup, kesehatan keluarga masa depan, dan pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs), khususnya SDG ke-3 tentang *kesehatan yang baik dan kesejahteraan* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2020).

Desa Tambak Kalisogo di Kecamatan Jabon, Kabupaten Sidoarjo, sempat menjadi *locus* prioritas penanganan stunting karena tingginya prevalensi anak balita yang mengalami masalah gizi dan anemia. Meskipun status ini telah dicabut pada awal tahun 2025, berbagai faktor risiko seperti pernikahan usia dini, rendahnya literasi kesehatan reproduksi dan kesehatan mental, serta keterbatasan pemanfaatan teknologi digital di kalangan remaja putri tetap menjadi tantangan serius yang memerlukan intervensi berkelanjutan.

Pernikahan dini, yang masih tinggi di desa ini, menjadi salah satu penyumbang risiko terhadap stunting, baik melalui kehamilan yang belum matang secara fisik maupun psikis (Kemenkes RI 2020). Selain itu, pemahaman yang kurang tentang kesehatan reproduksi dan minimnya literasi digital membuat remaja putri tidak memiliki cukup bekal untuk membuat keputusan hidup yang sehat dan produktif. Lebih lanjut, kondisi ini diperburuk oleh terbatasnya akses terhadap informasi berbasis teknologi, terutama dalam memanfaatkan media sosial untuk edukasi dan pemberdayaan diri.

Menanggapi permasalahan tersebut, program pengabdian ini mengusung pendekatan *Community-Based Research (CBR)* melalui kegiatan edukatif berbasis modul *SINERGI* (Sadar Literasi Kesehatan, Nutrisi, Psikologis, dan Kesehatan Mental). Modul ini dirancang secara komprehensif mencakup: (1) edukasi kesehatan reproduksi dan dampak pernikahan dini, (2) pelatihan *goal setting* dan konseling sebaya untuk mendukung kesehatan mental, serta (3) edukasi literasi digital berbasis keluarga yang mendorong pemanfaatan media sosial secara produktif.

Kegiatan pertemuan pertama ini difokuskan pada peningkatan kesadaran dan kapasitas remaja putri dalam aspek kesehatan reproduksi dan mental. Pendekatan psikoedukasi menjadi kunci dalam membekali peserta agar mampu mengenali potensi diri, menetapkan tujuan hidup, serta membangun ketahanan psikologis di tengah berbagai tekanan sosial. Edukasi digital juga menjadi bagian tak terpisahkan, mengingat dunia digital merupakan ruang keseharian remaja saat ini. Dengan melibatkan mahasiswa dan dosen lintas keahlian—psikologi, kebidanan, dan pendidikan dasar—program ini tidak hanya bertujuan memberikan solusi terhadap permasalahan lokal, tetapi juga mendorong sinergi antara perguruan tinggi dan masyarakat dalam membangun fondasi generasi muda yang sehat, cerdas, dan berdaya saing.

## **2. METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan *Community-Based Research (CBR)* yang menempatkan masyarakat sebagai mitra aktif dalam proses perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi program. Pendekatan ini dipilih karena memberikan ruang kolaborasi antara akademisi, mahasiswa, dan warga lokal, khususnya remaja putri, dalam upaya membangun kesadaran akan pentingnya kesehatan reproduksi dan

kemampuan literasi digital.

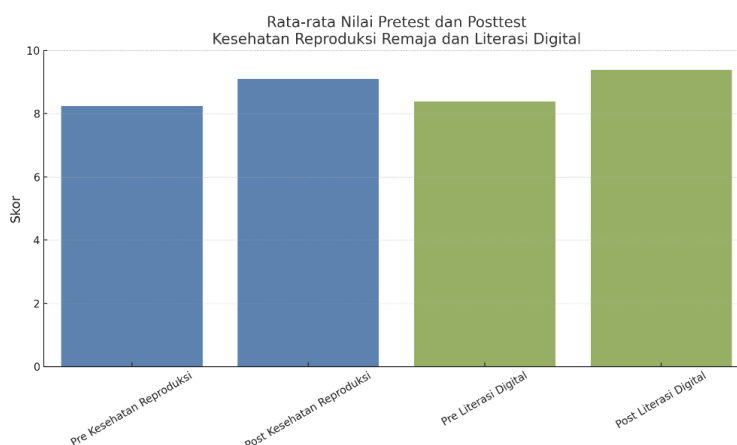
Pertemuan pertama berlangsung pada tanggal 8 Mei 2024 di Desa Tambak Kalisogo, Kecamatan Jabon, Kabupaten Sidoarjo. Peserta kegiatan terdiri dari 21 remaja putri yang merupakan perwakilan dari Pos 1 dan Pos 3 desa tersebut. Kegiatan ini merupakan bagian awal dari rangkaian program berkelanjutan yang bertajuk SINERGI (Sadar Literasi Kesehatan, Nutrisi, Psikologis, dan Kesehatan Mental), yang bertujuan untuk mendukung generasi muda yang sehat secara fisik, mental, dan sosial.

Dalam pertemuan ini, peserta menerima dua materi utama yaitu edukasi kesehatan reproduksi remaja dan literasi digital berbasis keluarga. Sesi edukasi disampaikan dengan metode psikoedukasi partisipatif melalui diskusi, simulasi, dan interaksi langsung yang membangun keterlibatan aktif peserta. Untuk mengukur efektivitas program, kegiatan diawali dengan pretest sebelum materi diberikan, dan diakhiri dengan posttest setelah sesi edukasi selesai. Pretest dan posttest mencakup pertanyaan terkait pemahaman tentang organ reproduksi, risiko pernikahan dini, pentingnya gizi terhadap kesehatan reproduksi, serta pengetahuan dasar tentang penggunaan media sosial secara bijak dan aman.

Hasil dari pretest dan posttest dianalisis untuk melihat adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap kedua topik tersebut. Evaluasi ini tidak hanya digunakan untuk melihat keberhasilan kegiatan pertemuan pertama, tetapi juga menjadi dasar penyusunan pendekatan pada pertemuan selanjutnya dalam rangka memperkuat literasi remaja putri dan mendukung upaya pencegahan stunting secara holistik (Yas, Karimi, and Khadivzadeh 2024).

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pretest dan posttest menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta pada dua topik utama yang diberikan dalam kegiatan, yaitu Kesehatan Reproduksi Remaja dan Literasi Digital. Rata-rata skor pretest untuk kesehatan reproduksi adalah 8,29, dan meningkat menjadi 9,10 pada posttest. Sementara itu, pada aspek literasi digital, skor rata-rata meningkat dari 8,43 menjadi 9,43.



Gambar 1. Nilai Pretest dan Posttest Evaluasi Pengetahuan Sebelum dan Setelah Kegiatan

Diagram batang di atas menggambarkan tren peningkatan skor yang cukup signifikan

pada kedua materi. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode penyampaian edukasi yang digunakan berbasis psikoedukasi interaktif, diskusi kelompok, serta simulasi sederhana—efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri terhadap topik-topik yang disampaikan. Strategi pembelajaran yang partisipatif memungkinkan peserta untuk lebih aktif dalam proses pembelajaran dan lebih mudah menyerap informasi (Wahyuni et al. 2022).

Temuan ini menjadi indikator bahwa kegiatan edukasi yang dilaksanakan pada 8 Mei 2024 berhasil memberikan dampak positif terhadap pemahaman peserta. Hal ini semakin memperkuat pentingnya pelaksanaan edukasi berbasis komunitas dalam mendorong perubahan perilaku dan peningkatan kesadaran kritis di kalangan remaja, khususnya dalam isu kesehatan reproduksi dan pemanfaatan media digital secara sehat dan produktif (Pandow, Inan, and Ananda 2020).

Hasil yang diperoleh ini memberikan dasar kuat untuk melanjutkan program ke tahap berikutnya dengan tetap mempertahankan pendekatan kolaboratif. Ke depan, perlu ditambahkan dukungan pasca-kegiatan berupa media edukasi cetak dan digital, serta forum diskusi berkala yang memungkinkan peserta terus mengembangkan pemahaman dan keterampilan mereka secara berkelanjutan.



Gambar 2. Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Peningkatan skor posttest yang ditunjukkan oleh seluruh peserta mencerminkan bahwa metode penyampaian edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini telah memberikan kontribusi positif terhadap pemahaman peserta (Bredow et al. 2021). Hal ini menjadi sinyal penting bahwa pendekatan partisipatif dan berbasis komunitas tidak hanya relevan, tetapi juga efektif dalam menjangkau kelompok remaja yang selama ini kerap menjadi kelompok rentan terhadap informasi keliru atau minim akses edukasi berkualitas (Taşpolat, Özdamli, and Soykan 2021).

Materi kesehatan reproduksi yang diberikan secara interaktif dengan penekanan pada risiko pernikahan dini, pemahaman organ reproduksi, dan pentingnya gizi sebelum menikah, tampaknya memberikan dampak yang signifikan terhadap cara pandang remaja putri mengenai masa depannya (Lambrechts et al. 2022). Dalam diskusi pasca kegiatan, beberapa peserta menyampaikan bahwa mereka baru mengetahui secara jelas dampak fisik dan psikologis dari pernikahan di usia muda. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif mampu membentuk kesadaran kritis baru di kalangan remaja terhadap isu-isu yang sebelumnya dianggap tabu atau diabaikan (Yoon, Kim, and Kang 2020).

Sementara itu, pada materi literasi digital, peserta tampak antusias saat diberikan simulasi

dan studi kasus mengenai pemanfaatan media sosial untuk pengembangan diri dan edukasi. Peningkatan skor posttest menunjukkan bahwa peserta mulai memahami pentingnya etika digital, keamanan siber, serta cara menyaring informasi yang valid. Ini sangat penting mengingat tingginya intensitas penggunaan media sosial di kalangan remaja dan potensi bahayanya jika tidak diiringi dengan literasi yang baik. Melalui kegiatan ini, peserta didorong untuk melihat media sosial tidak hanya sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai platform untuk belajar, mengekspresikan diri secara positif, dan membangun jaringan yang mendukung cita-cita mereka (Cederbaum et al. 2020).

Dengan hasil yang menggembirakan ini, kegiatan pengabdian diharapkan tidak berhenti pada satu pertemuan, melainkan berlanjut dalam bentuk pendampingan berkala, pemanfaatan media daring untuk edukasi lanjutan, serta pelibatan remaja dalam merancang materi yang relevan dengan kebutuhan mereka sendiri (Rana et al. 2021). Upaya keberlanjutan ini penting untuk memastikan bahwa peningkatan pemahaman yang dicapai dalam satu kali pertemuan dapat berubah menjadi kebiasaan berpikir dan bertindak yang berdampak jangka panjang (Dashraath et al. 2020).

Selain itu, peran mahasiswa dalam kegiatan ini juga sangat penting untuk diberi ruang refleksi dan pembelajaran. Keterlibatan mereka sebagai fasilitator konseling sebaya dan pendamping edukatif memberikan pengalaman lapangan yang tidak hanya mengasah kompetensi sosial dan komunikasi, tetapi juga memperkuat relevansi antara dunia akademik dan realitas sosial (Sirkas et al. 2022).

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini mempertegas bahwa intervensi edukatif berbasis komunitas yang dirancang secara kontekstual dan kolaboratif sangat potensial dalam meningkatkan literasi kesehatan dan digital pada remaja putri di daerah semi-perkotaan. Hal ini sekaligus menjadi kontribusi nyata dalam mendukung pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya tujuan ketiga: *Kesehatan yang Baik dan Kesejahteraan*.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan edukasi kesehatan reproduksi dan literasi digital yang dilaksanakan pada 8 Mei 2024 berhasil meningkatkan pemahaman remaja putri di Desa Tambak Kalisogo. Peningkatan skor posttest menunjukkan bahwa metode psikoedukasi yang digunakan efektif membangun kesadaran peserta terhadap pentingnya menjaga kesehatan sejak usia dini dan memanfaatkan media digital secara bijak. Kegiatan ini juga memperkuat kolaborasi antara dosen, mahasiswa, dan masyarakat dalam membangun pendekatan edukasi yang kontekstual dan partisipatif.

Ke depan, disarankan agar kegiatan serupa dilanjutkan secara berkala dalam bentuk pendampingan, pemanfaatan media digital sebagai alat bantu edukasi, serta pelibatan aktif remaja dalam merancang konten pembelajaran. Kolaborasi dengan pemangku kebijakan desa juga penting agar program dapat berkelanjutan dan terintegrasi dalam upaya pemberdayaan masyarakat. Melalui strategi berkelanjutan ini, hasil positif yang telah dicapai dapat memberi dampak jangka panjang dalam membentuk generasi remaja yang sehat, sadar, dan berdaya.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Bredow, Carrie A., Patricia V. Roehling, Alexandra J. Knorp, and Andrea M. Sweet. 2021. "To Flip or Not to Flip? A Meta-Analysis of the Efficacy of Flipped Learning in Higher Education." *Review of Educational Research* 91(6): 878–918.
- Cederbaum, Julie A., Chung H. Jeong, Chaoyue Yuan, and Jungeun Olivia Lee. 2020. "Sex and Substance Use Behaviors among Children of Teen Mothers: A Systematic Review." *Journal of Adolescence* 79: 208–20.
- Dashraath, Pradip et al. 2020. "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic and Pregnancy." *American Journal of Obstetrics and Gynecology*.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sidoarjo. 2020. *Profil Dinas Kesehatan Sidoarjo 2020*. Sidoarjo.
- Kemenkes RI. 2020. "Angka Kematian Ibu Di Dunia." *Kemenkes* 4(1).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. "Sosialisasi Buku KIA Edisi Revisi Tahun 2020." *Kementrian kesehatan RI*: 1–3.
- Lambrechts, Mark J. et al. 2022. "Team Integrated Enhanced Recovery (TIGER) Protocol after Adolescent Idiopathic Scoliosis Correction Lowers Direct Cost and Length of Stay While Increasing Daily Contribution Margins." *Missouri medicine* 119(2).
- Pandow, Bilal Ahmad, Nihan Kutahnecioglu Inan, and S. Ananda. 2020. "Evaluation of a Flipped Classroom Model: A Case Study from Oman." *FIIB Business Review* 9(1): 15–22.
- Rana, Jayoti et al. 2021. "Survey of Health Care Providers' Practices and Opinions Regarding Bacterial Sexually Transmitted Infection Testing Among Gay, Bisexual, and Other Men Who Have Sex With Men." *Sexually transmitted diseases* 48(2): 94–102.
- Sirkas, Kadri, Anne Juppo, Mirella Miettinen, and Mia Siven. 2022. "Could Paper Package Leaflet Be Left out from Hospital Products?" *Exploratory Research in Clinical and Social Pharmacy* 7.
- Taşpolat, Ata, Fezile Özdamli, and Emrah Soykan. 2021. "Programming Language Training With the Flipped Classroom Model." *SAGE Open* 11(2). <https://doi.org/10.1177/21582440211021403> (December 22, 2021).
- Wahyuni, Widia et al. 2022. "Kajian Pemanfaatan Media Pembelajaran Leaflet Terhadap." *Jurnal Biolokus: Jurnal Penelitian Pendidikan Biologi dan Biologi* 5.
- Yas, Atefeh, Fatemeh Z. Karimi, and Talat Khadivzadeh. 2024. "Breastfeeding Needs in Adolescent Mothers: A Systematic Review." *Sultan Qaboos University medical journal* 24(3): 306–16.
- Yoon, Seonghye, Seyoung Kim, and Minjeng Kang. 2020. "Predictive Power of Grit, Professor Support for Autonomy and Learning Engagement on Perceived Achievement within the Context of a Flipped Classroom." *Active Learning in Higher Education* 21(3): 233–47.