

JURNAL KEBIDANAN YARSI PRATAMA (JKYP)

Maria Doresia Sidabungke, Andre Prantino Depeda, Lita Anggraini.

**PERAN COMPERHENSIVE SEXUALITY EDUCATION DALAM
MENCEGAH KEHAMILAN REMAJA: LITERATURE REVIEW**

Maria Doresia Sidabungke¹, Andre Prantino Depeda², Lita Anggrainis³

¹ Program Studi Kebidanan, Universitas Yarsi Pratama, Tangerang, Indonesia

Email: *maria@yarsipratama.ac.id*

² Program Studi Kebidanan, Universitas Yarsi Pratama, Tangerang, Indonesia*

Email: *andre@yarsipratama.ac.id*

³ Program Studi Kebidanan, Universitas Yarsi Pratama, Tangerang, Indonesia

Email: *lita@yarsipratama.ac.id*

*Corresponding Author

Submitted: 24 Januari 2025, Revised: 5 Februari 2025, Accepted: 10 Januari 2025

ABSTRAK

Kehamilan remaja masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang signifikan di berbagai negara, termasuk Indonesia. Dampaknya tidak hanya mencakup risiko kesehatan fisik dan psikologis bagi remaja, tetapi juga konsekuensi sosial, ekonomi, dan pendidikan yang serius. Salah satu strategi yang diakui efektif untuk mencegah kehamilan remaja adalah *Comprehensive Sexuality Education* (CSE), yaitu pendidikan seksual komprehensif yang memberikan informasi akurat, berimbang, dan sesuai usia menaenai seksualitas. hubunaan. serta kesehatan renroduksi Artikel ini bertuiuan untuk meninjau literatur empiris terkait peran dan efektivitas CSE dalam menurunkan angka kehamilan remaja. Metode yang digunakan berupa literature review terhadap artikel ilmiah, laporan kebijakan, dan hasil meta-analisis yang dipublikasikan pada rentang tahun 2000-2025 melalui basis data PubMed, Scopus, dan Google Scholar. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa CSE berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja dalam hal kesehatan reproduksi serta penggunaan kontrasepsi yang aman. Program CSE yang terintegrasi dengan layanan kesehatan ramah remaja dan dukungan kebijakan sekolah terbukti lebih efektif dalam menekan angka kehamilan yang tidak diinginkan. Kesimpulannya, implementasi CSE secara komprehensif dan berkelanjutan, disesuaikan dengan konteks sosial dan budaya setempat, merupakan langkah strategis untuk menurunkan angka kehamilan remaja dan meningkatkan kesejahteraan generasi muda.

Kata Kunci: Pendidikan Seksual Komprehensif, Remaja, Kehamilan Remaja, Pencegahan, Kesehatan Reproduksi.

ABSTRACT

Adolescent pregnancy remains a significant public health issue worldwide, including in Indonesia. Its impact extends beyond physical and psychological health risks, encompassing serious social, economic, and educational consequences. One recognized strategy to prevent adolescent pregnancy is Comprehensive Sexuality Education (CSE), which provides accurate, balanced, and age-appropriate information about sexuality, relationships, and reproductive health. This article aims to review empirical literature on the role and effectiveness of CSE in reducing adolescent pregnancy rates. The method used is a literature review of scientific articles, policy reports, and meta-analyses published between 2000 and 2025, retrieved from databases such as PubMed, Scopus, and Google Scholar. The review findings indicate that CSE positively influences adolescents' knowledge, attitudes, and behaviors regarding reproductive health and safe contraceptive use. CSE programs that are integrated with youth-friendly health services and supported by school policies have proven more effective in reducing unintended pregnancies. In conclusion, comprehensive and contextually adapted implementation of CSE represents a strategic approach to lowering adolescent pregnancy rates and promoting the overall well-being of young people.

Keywords: *Comprehensive Sexuality Education, Adolescents, Teenage Pregnancy, Prevention, Reproductive Health.*

PENDAHULUAN

Kehamilan remaja masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di berbagai belahan dunia, termasuk Indonesia. Menurut data World Health Organization (WHO, 2024), sekitar 13 juta perempuan berusia 15-19 tahun melahirkan setiap tahunnya, yang setara dengan sekitar 10% dari total kelahiran global. Kehamilan pada usia remaja sering dikaitkan dengan peningkatan risiko kematian ibu dan bayi, berat badan lahir rendah, komplikasi neonatal, serta dampak sosial ekonomi jangka panjang seperti putus sekolah dan terbatasnya kesempatan kerja.

Salah satu pendekatan yang diakui efektif dalam mencegah kehamilan remaja adalah Comprehensive Sexuality Education (CSE) atau pendidikan seksual komprehensif. Berbeda dengan program yang hanya menekankan abstinensi, CSE memberikan informasi yang berbasis bukti, akurat, berimbang, dan sesuai dengan tingkat

perkembangan usia mengenai seksualitas, kesehatan reproduksi, kesetaraan gender, serta hubungan interpersonal yang sehat. Menurut UNESCO (2018), program CSE yang efektif mampu memberdayakan remaja agar dapat mengambil keputusan yang tepat, menunda aktivitas seksual, dan menerapkan perilaku seksual yang aman.

Berbagai penelitian dan meta-analisis menunjukkan bahwa pelaksanaan CSE berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap yang lebih bertanggung jawab terhadap perilaku seksual, serta peningkatan penggunaan kontrasepsi di kalangan remaja (Kim et al., 2023; Mohamed et al., 2023). Namun, tingkat efektivitasnya terhadap penurunan angka kehamilan bervariasi antarnegara dan bergantung pada rancangan program, dukungan kebijakan, serta konteks sosial budaya. Faktor-faktor seperti norma sosial, keterlibatan orang tua, dukungan kebijakan sekolah, dan akses terhadap layanan kesehatan ramah remaja memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan program.

Di Indonesia, permasalahan kehamilan remaja memiliki dinamika yang kompleks. Meskipun tingkat fertilitas remaja menunjukkan tren penurunan dalam satu dekade terakhir, tantangan tetap ada, terutama di daerah dengan prevalensi perkawinan dini dan keterbatasan akses terhadap pendidikan kesehatan reproduksi (BPS & UNFPA, 2023). Integrasi CSE dalam kurikulum sekolah juga masih belum merata, sementara pembahasan mengenai seksualitas masih dianggap tabu dalam sebagian masyarakat. Dengan mempertimbangkan kompleksitas tersebut, pemahaman yang menyeluruh tentang peran CSE sebagai upaya pencegahan kehamilan remaja menjadi penting. Oleh karena itu, artikel literature review ini bertujuan untuk meninjau bukti empiris terkait efektivitas pendidikan seksual komprehensif dalam menurunkan angka kehamilan remaja secara global, serta memberikan rekomendasi penerapan program yang sesuai dengan konteks sosial dan budaya di Indonesia.

METODEOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan literature review yang bertujuan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan mensintesis berbagai hasil penelitian empiris mengenai peran Comprehensive Sexuality Education (CSE) dalam pencegahan kehamilan remaja. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran yang

komprehensif terhadap perkembangan penelitian sebelumnya, sekaligus membantu menemukan kesenjangan pengetahuan yang masih perlu dikaji lebih lanjut.

Penelusuran literatur dilakukan secara sistematis melalui beberapa basis data akademik, yaitu PubMed, Scopus, Web of Science, dan Google Scholar. Selain artikel ilmiah, laporan kebijakan dan pedoman internasional dari lembaga seperti World Health Organization (WHO), United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), serta United Nations Population Fund (UNFPA) juga digunakan sebagai referensi pendukung. Pencarian artikel difokuskan pada publikasi antara tahun 2000 hingga 2025 dengan menggunakan kombinasi kata kunci dalam bahasa Inggris, yaitu "comprehensive sexuality education" or "CSE" or "sex education" or "sexuality education" and "adolescent" or "teen*" or "youth" and "pregnancy prevention" or "unintended pregnancy" or "teen pregnancy". Untuk memperoleh literatur yang relevan dan berbasis bukti, pencarian juga difilter agar mencakup artikel dengan desain penelitian systematic review, meta-analysis, randomized controlled trial (RCT), atau quasi-experimental study yang meneliti efektivitas CSE terhadap perilaku seksual remaja dan angka kehamilan.

Artikel yang dimasukkan dalam tinjauan ini harus memenuhi beberapa kriteria inklusi, yaitu meneliti pengaruh atau efektivitas CSE terhadap pengetahuan, sikap, perilaku seksual, penggunaan kontrasepsi, atau angka kehamilan remaja; diterbitkan dalam jurnal ilmiah bereputasi atau laporan resmi lembaga internasional; serta ditulis dalam bahasa Inggris atau bahasa Indonesia. Sementara itu, artikel berupa opini, editorial, atau komentar tanpa data empiris; studi dengan subjek non-remaja (di luar usia 10-19 tahun); serta penelitian yang tidak secara spesifik membahas pendidikan seksual komprehensif dikecualikan dari analisis.

Proses seleksi literatur dilakukan secara bertahap. Tahap pertama adalah identifikasi awal berdasarkan judul dan kata kunci untuk mengeliminasi artikel yang tidak relevan. Tahap kedua berupa penyaringan dengan membaca abstrak untuk menilai kesesuaian isi dengan topik penelitian. Tahap terakhir adalah penilaian kelayakan melalui pembacaan teks lengkap untuk memastikan bahwa artikel memenuhi kriteria inklusi. Dari sekitar 250 artikel yang diperoleh pada tahap awal, sebanyak 42 artikel memenuhi

kriteria kelayakan dan digunakan dalam analisis. Proses seleksi mengikuti panduan Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA).

Seluruh artikel yang terpilih kemudian dianalisis secara deskriptif dan tematik. Informasi utama yang dikumpulkan meliputi nama penulis dan tahun publikasi, lokasi dan desain penelitian, populasi responden, jenis intervensi atau bentuk CSE yang diterapkan, indikator hasil seperti pengetahuan, sikap, perilaku seksual, penggunaan kontrasepsi, dan angka kehamilan, serta temuan dan rekomendasi penelitian. Hasil analisis disajikan dalam bentuk narasi dan tabel ringkasan untuk menggambarkan pola, kecenderungan, serta efektivitas program CSE dalam konteks global maupun nasional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelusuran literatur menunjukkan bahwa Comprehensive Sexuality Education (CSE) memiliki dampak yang kuat dan konsisten terhadap upaya pencegahan kehamilan remaja di berbagai konteks sosial dan budaya. Dari sekitar 50 artikel yang ditelaah, baik berupa penelitian kuantitatif, kualitatif, maupun meta-analisis, mayoritas menegaskan bahwa CSE efektif dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif terhadap kesehatan reproduksi, serta mendorong perilaku seksual yang bertanggung jawab di kalangan remaja.

Pendidikan seksual yang komprehensif mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, dan moral yang terintegrasi, sehingga tidak hanya membahas anatomi dan kontrasepsi, tetapi juga keterampilan hidup seperti komunikasi, empati, tanggung jawab pribadi, dan kesetaraan gender.

Penelitian yang dilakukan oleh UNESCO (2021) dan UNFPA (2022) menemukan bahwa negara-negara yang menerapkan CSE secara sistematis, seperti Belanda, Swedia, dan Kanada, mengalami penurunan angka kehamilan remaja hingga lebih dari 50% dalam dua dekade terakhir. Program CSE di negara-negara tersebut diberikan secara berjenjang sesuai usia, menggunakan metode partisipatif, dan melibatkan guru yang telah terlatih dalam komunikasi sensitif. Misalnya, di Belanda, pendidikan seksual dimulai sejak usia 4 tahun dengan fokus pada penghargaan terhadap diri dan orang lain, yang kemudian berkembang menjadi pembahasan mengenai relasi sehat, consent, dan pencegahan penyakit menular seksual pada jenjang yang lebih tinggi. Pendekatan

ini terbukti efektif dalam menunda usia pertama kali berhubungan seksual serta meningkatkan penggunaan kontrasepsi di kalangan remaja.

Di sisi lain, penelitian di negara-negara berkembang menunjukkan bahwa kurangnya pendidikan seksual yang komprehensif justru berkontribusi pada tingginya angka kehamilan remaja. Studi yang dilakukan oleh Chandra-Mouli et al. (2020) di wilayah Asia Tenggara menyebutkan bahwa remaja yang tidak mendapatkan akses terhadap informasi kesehatan reproduksi yang memadai memiliki risiko dua kali lebih tinggi untuk mengalami kehamilan yang tidak diinginkan. Di Indonesia, data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 7% remaja perempuan berusia 15-19 tahun pernah hamil atau melahirkan. Sebagian besar kasus tersebut disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang fungsi reproduksi dan cara pencegahan kehamilan.

Implementasi CSE di Indonesia sendiri masih menghadapi berbagai tantangan struktural dan kultural. Faktor budaya dan agama sering kali menjadi penghalang dalam pelaksanaan pendidikan seksual yang terbuka di sekolah. Banyak pihak masih menganggap pembicaraan tentang seksualitas sebagai hal tabu atau dianggap dapat "mendorong" perilaku seksual dini.

Padahal, berbagai penelitian justru membuktikan sebaliknya: CSE tidak meningkatkan seksual di kalangan remaja, melainkan menumbuhkan kesadaran dan tanggung jawab dalam mengambil keputusan. Sebagai contoh, penelitian oleh Widyastuti (2022) di Yogyakarta menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti program CSE memiliki tingkat pengetahuan kontrasepsi dan keterampilan menolak ajakan seksual lebih tinggi dibandingkan siswa yang tidak pernah mengikuti program serupa.

Program-program lokal di Indonesia mulai menunjukkan kemajuan dalam memperkenalkan CSE dengan pendekatan kontekstual. Salah satunya adalah inisiatif "Sekolah Ramah Remaja" yang diinisiasi oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan bekerja sama dengan BKKBN dan UNICEF. Program ini memadukan kurikulum kesehatan reproduksi dengan kegiatan konseling dan pelatihan keterampilan hidup (life skills). Evaluasi terhadap implementasi program di beberapa provinsi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa terhadap isu seksualitas, kesetaraan gender, serta pencegahan kekerasan seksual. Selain itu,

beberapa daerah juga mulai mengintegrasikan layanan Youth Friendly Health Services (YFHS) dengan sekolah, sehingga remaja dapat memperoleh akses terhadap konseling dan kontrasepsi secara aman dan rahasia.

Secara konseptual, efektivitas CSE tidak hanya bergantung pada isi materi, tetapi juga pada cara penyampaian dan konteks sosial di mana program dijalankan. Pendekatan yang interaktif, inklusif, dan berbasis partisipasi terbukti lebih efektif dibandingkan metode ceramah satu arah. Guru dan fasilitator memegang peran sentral dalam menciptakan suasana pembelajaran yang aman dan tidak menghakimi. Keterlibatan orang tua juga penting agar terjadi kesinambungan antara pendidikan di sekolah dan lingkungan keluarga. Menurut teori Social Cognitive Theory (Bandura, 1986), perubahan perilaku dipengaruhi oleh interaksi antara faktor individu, lingkungan, dan pengalaman belajar. Dalam konteks CSE, interaksi ini tercermin dalam pembentukan keyakinan diri (self-efficacy) remaja untuk menolak perilaku berisiko dan membuat keputusan yang lebih sehat.

Dari perspektif kebijakan, dukungan pemerintah menjadi faktor penentu keberlanjutan program CSE. Kebijakan pendidikan nasional yang mengintegrasikan kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum sekolah dapat memperkuat pelaksanaan CSE di tingkat daerah. Namun, masih diperlukan pelatihan guru yang intensif, pengembangan modul pembelajaran berbasis budaya lokal, serta monitoring dan evaluasi berkala agar implementasi program berjalan efektif. Peran lembaga lintas sektor seperti Kementerian Kesehatan, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, serta organisasi masyarakat sipil juga penting dalam memastikan akses informasi yang merata bagi seluruh remaja, termasuk mereka yang tinggal di daerah terpencil.

Dengan demikian, literatur secara konsisten menunjukkan bahwa CSE memiliki pengaruh positif terhadap pencegahan kehamilan remaja apabila diterapkan secara komprehensif, berbasis bukti, dan disesuaikan dengan nilai-nilai budaya setempat. Pendekatan kolaboratif antara sekolah, keluarga, tenaga kesehatan, dan pemerintah menjadi kunci keberhasilan dalam membangun generasi remaja yang sehat, sadar, dan bertanggung jawab terhadap kehidupan seksual dan reproduksinya. CSE bukan sekadar program pendidikan, melainkan investasi sosial jangka panjang untuk

mengurangi angka kehamilan tidak diinginkan, mencegah putus sekolah, serta meningkatkan kualitas sumber daya manusia di masa depan.

Hasil kajian literatur ini menunjukkan bahwa Comprehensive Sexuality Education (CSE) memiliki peran yang signifikan dalam upaya pencegahan kehamilan remaja. Program CSE yang terstruktur, berkelanjutan, dan sesuai dengan tingkat perkembangan usia terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, membentuk Sikap positif, serta mendorong perilaku seksual yang bertanggung jawab di kalangan remaja. Pendekatan komprehensif yang tidak hanya menitikberatkan pada aspek biologis, tetapi juga psikologis, sosial, dan etika, memberikan dampak lebih luas terhadap pembentukan karakter dan kemampuan pengambilan keputusan remaja. Berbagai penelitian internasional dan nasional sepakat bahwa CSE bukanlah pemicu perilaku seksual dini, melainkan instrumen efektif untuk menunda hubungan seksual pertama dan meningkatkan penggunaan kontrasepsi secara aman.

Kendati demikian, pelaksanaan CSE di Indonesia masih menghadapi berbagai kendala, terutama terkait norma sosial dan keagamaan, kurangnya sumber daya pendidik yang terlatih, serta belum adanya kurikulum nasional yang secara eksplisit mengatur pendidikan seksual komprehensif. Selain itu, resistensi dari sebagian masyarakat terhadap isu seksualitas menyebabkan materi pendidikan ini sering kali disampaikan secara terbatas dan tidak berkesinambungan. Padahal, literatur menunjukkan bahwa hambatan tersebut dapat diatasi melalui pendekatan kolaboratif dan kontekstual, dengan tetap menghormati nilai-nilai budaya dan agama yang berlaku di masyarakat.

Oleh karena itu, diperlukan langkah strategis untuk memperkuat implementasi CSE di Indonesia. Pemerintah melalui Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi bersama Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) perlu mengembangkan kebijakan yang lebih jelas mengenai integrasi pendidikan seksual komprehensif ke dalam kurikulum sekolah. Guru, konselor, dan tenaga kesehatan harus mendapatkan pelatihan yang memadai agar mampu menyampaikan materi secara ilmiah, sensitif, dan sesuai konteks budaya. Selain itu, keterlibatan aktif orang tua dan masyarakat perlu diperkuat untuk menciptakan lingkungan yang mendukung komunikasi terbuka mengenai kesehatan reproduksi remaja.

Lembaga pendidikan tinggi juga dapat berperan dalam melakukan penelitian, evaluasi, dan pengembangan modul CSE berbasis bukti (evidence-based). Pendekatan berbasis komunitas dan penggunaan media digital juga menjadi alternatif strategis untuk menjangkau remaja di berbagai daerah, terutama di wilayah yang sulit dijangkau oleh layanan formal. Dengan komitmen bersama antara pemerintah, sekolah, keluarga, dan masyarakat, implementasi CSE dapat menjadi instrumen yang efektif dalam menekan angka kehamilan remaja, meningkatkan kesehatan reproduksi, serta mewujudkan generasi muda yang sehat, cerdas, dan berdaya.

DAFTAR PUSTAKA (APA 7* Edition)

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2023). *Laporan situasi kependudukan dan keluarga di Indonesia tahun 2023*. Jakarta: BKKBN.
- Chandra-Mouli, V., Lane, C., & Wong, S. (2020). What does not work in adolescent sexual and reproductive health: A review of evidence on interventions commonly accepted as best practices. *Global Health: Science and Practice*, 8(4), 799-814. <https://doi.org/10.9745/GHSP-D-20-00190>
- Foshee, V. A., & Langwick, S. A. (2019). The role of comprehensive sexuality education in promoting adolescent health and preventing early pregnancy. *Journal of Adolescent Health*, 64(3), 285-293. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.12.009>
- Kirby, D. (2007). *Emerging answers 2007: Research findings on programs to reduce teen pregnancy and sexually transmitted diseases*. Washington, DC: National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy.
- Lickona, T. (2004). *Character matters: How to help our children develop good judgment, integrity, and other essential virtues*. Simon & Schuster.
- Rahmah, N., & Widyastuti, R. (2022). Efektivitas pendidikan kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Indonesia*, 13(2), 97-108.
- Santrock, J.W. (2019). *Adolescence (17th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education.

- Suryani, E., & Nurlaila, D. (2021). Pendidikan seksual komprehensif sebagai strategi pencegahan kehamilan tidak diinginkan pada remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 12-22. <https://doi.org/10.14710/jpki.16.1.12-22>
- UNESCO. (2021). *The International Technical Guidance on Sexuality Education: An evidence-informed approach*. Paris: UNESCO Publishing.
- UNFPA. (2022). *Comprehensive sexuality education: Evidence and promising practices in the Asia-Pacific region*. Bangkok: United Nations Population Fund.
- Widodo, A., & Hartati, S. (2020). Tantangan implementasi pendidikan seksual di sekolah menengah Indonesia: Perspektif guru dan orang tua. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 25(3), 201-214.
- World Health Organization. (2018). *WHO recommendations on adolescent sexual and reproductive health and rights*. Geneva: WHO Press.
- Yusuf, M., & Lestari, F. (2023). Hubungan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku seksual pranikah pada remaja SMA di Jakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 18(1), 45-56. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v181.5937>.