

LITERATUR REVIEW: PENDIDIKAN SEKSUAL REMAJA DALAM UPAYA PENCEGAHAN KEHAMILAN YANG TIDAK DIINGINKAN.

Andre prantino depeda¹, Feby Ratnasari², Hasta Sulistianingrum³, Saskia Azzahra putri⁴, Siti Sholeha Rangkuti⁵

andre@yarsipratama.ac.id

¹ Mechanical Engineering Department, Universitas X, Jakarta, Indonesia

Email: budi@yarsipratama.ac.id

² Civil Engineering Department, Universitas Y, Surabaya, Indonesia*

Email: sinta@yarsipratama.ac.id

³ Industrial Engineering Department, Universitas Z, Semarang, Indonesia

Email: renireni@yarsipratama.ac.id

Submitted: dd-mm-yyyy, Revised: dd-mm-yyyy, Accepted: dd-mm-yyyy

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menilai sejauh mana pendidikan seksual yang menyeluruh dapat membantu menurunkan angka kehamilan yang tidak direncanakan pada remaja. Berdasarkan data dari WHO (2015), sekitar 11% kehamilan tiap tahunnya terjadi pada kelompok usia remaja, dan 40% di antaranya tergolong sebagai kehamilan yang tidak diinginkan. Kajian ini dilakukan melalui metode studi pustaka dengan mengkaji berbagai artikel yang relevan. Temuan menunjukkan bahwa pendidikan seksual yang komprehensif mampu meningkatkan pemahaman, sikap positif, serta kemampuan remaja dalam menghindari hubungan seksual pranikah dan kekerasan seksual. Beberapa faktor yang memengaruhi kesehatan reproduksi remaja mencakup keterbatasan pengetahuan, kurangnya akses terhadap layanan kesehatan reproduksi, serta karakteristik khas remaja seperti rasa ingin tahu yang besar, kecenderungan suka mencoba hal baru, dan keberanian dalam mengambil risiko. Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan pentingnya pendidikan seksual yang menyeluruh dalam mencegah kehamilan yang tidak direncanakan serta dalam mendukung peningkatan kesehatan reproduksi remaja.

Kata kunci: Pendidikan seksual menyeluruh, kehamilan tidak direncanakan.

ABSTRACT

This study aims to assess the extent to which comprehensive sexual education can help reduce the number of unplanned pregnancies in adolescents. Based on data from WHO (2015), around 11% of pregnancies occur each year in the adolescent age group, and 40% of them are classified as unwanted pregnancies. This study was conducted through a literature study method by reviewing various relevant articles. The findings show that comprehensive sexual education can improve understanding, positive attitudes, and the ability of adolescents to avoid premarital sex and sexual violence. Several factors that affect adolescent reproductive health include limited knowledge, lack of access to reproductive health services, and typical characteristics of adolescents such as great curiosity, a tendency to try new things, and courage in taking risks. The conclusion of this study emphasizes the importance of comprehensive sexual education in preventing unplanned pregnancies and in supporting the improvement of adolescent reproductive health.

PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan di Indonesia masih cukup memprihatinkan, terutama yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi mencakup keadaan fisik, mental, dan sosial yang utuh dan sehat pada individu. Berdasarkan data dari WHO (2015), sekitar 11% dari total kehamilan setiap tahunnya terjadi pada kelompok remaja. Dari sekitar 85 juta kehamilan di seluruh dunia, sekitar 40% merupakan kehamilan yang tidak direncanakan (KTD) (WHO, 2015). Berdasarkan data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 dalam komponen Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR), diketahui bahwa pengalaman remaja dalam aktivitas seksual pranikah bervariasi, dengan remaja laki-laki (8%) cenderung lebih banyak melaporkannya dibandingkan remaja perempuan (2%).

Proporsi remaja yang pernah melakukan hubungan seksual juga berbeda berdasarkan usia, lokasi tempat tinggal, serta tingkat pendidikan. Selain itu, proporsi kehamilan yang tidak diinginkan tercatat sebesar 12%. Kelompok usia 15-19 tahun memiliki tingkat kehamilan yang tidak diinginkan sebesar 16%, dua kali lipat lebih tinggi dibandingkan kelompok usia 20-24 tahun yang sebesar 8% (SDKI, 2017).

Salah satu indikasi peningkatan

yang terjadi di wilayah Sleman dapat dilihat dari data Puskesmas Ngemplak II. Berdasarkan catatan dari poli Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) serta poli psikologi selama tahun 2019, tercatat 20 kasus Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD). Dari jumlah tersebut, 14 kasus melibatkan remaja putri berusia antara 14 hingga 20 tahun, sementara 6 kasus lainnya melibatkan perempuan yang berusia di atas 21 tahun.

Kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja umumnya berawal dari adanya hubungan seksual sebelum menikah. Perilaku ini sering dikaitkan dengan seks bebas, hubungan di luar pernikahan (extra-marital intercourse), atau perilaku seksual menyimpang seperti kinky sex, yang dianggap sebagai bentuk kebebasan seksual yang tidak sesuai dengan norma (Nur Lutfiana dkk., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa salah satu faktor utama penyebab kehamilan tidak diinginkan adalah rendahnya tingkat pengetahuan remaja mengenai dampak dari kehamilan tersebut (Wardani dkk., 2023).

Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD) dapat menimbulkan dampak psikologis yang serius bagi remaja, seperti tekanan emosional, gangguan emosi, serta pengalaman stigma dan diskriminasi dari masyarakat. Remaja juga kerap merasa belum siap untuk memikul tanggung jawab sebagai orang tua (Rukmasari, 2024).

Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengalami KTD sering mengalami stres berat, yang terlihat dari gejala seperti muntah berlebihan, depresi yang mendalam, keinginan untuk bunuh diri, serta perasaan terisolasi dari lingkungan sekitar (Dii et al., 2015). Selain itu, dalam banyak kasus, remaja laki-laki yang belum menikah harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga, sementara remaja perempuan terpaksa menghentikan pendidikan formalnya selama masa kehamilan (Fitri et al., 2022).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2012, tercatat bahwa terdapat 48 kasus kehamilan pada remaja usia 15 hingga 19 tahun per 1.000 remaja (BKKBN, 2014). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Australian National University (ANU) bekerja sama dengan Pusat Penelitian Kesehatan Universitas Indonesia (UI) pada tahun 2010/2011 terhadap 3.006 remaja di wilayah Jakarta, Tangerang, dan Bekasi menunjukkan bahwa 20,9 persen remaja berusia 17-24 tahun mengalami kehamilan sebelum menikah. Sementara itu, 38,7 persen lainnya mengalami kehamilan sebelum menikah yang kemudian diikuti dengan kelahiran setelah menikah (poskotanews, 2012). Di Kota Yogyakarta,

kasus kehamilan yang tidak direncanakan juga cukup tinggi, dengan 325 kasus tercatat sepanjang tahun 2013 (Tribunjogja, 2014).

Menurut perkiraan Bank Dunia, persentase remaja yang melahirkan di Indonesia tergolong tinggi, sedikit melebihi rata-rata global sebesar 42% dan tidak menunjukkan perubahan yang signifikan sejak pertengahan 1990-an. Tingkat kehamilan remaja di Indonesia ini lebih tinggi jika dibandingkan dengan Malaysia yang mencatat 13,5% dan India sebesar 12,1% pada tahun 2018 (UNICEF, 2020; World Bank, 2018).

Beberapa penyebab terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja antara lain adalah minimnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi serta kurangnya kesadaran remaja terhadap tanggung jawab mereka sebagai pelajar. Selain itu, faktor eksternal seperti pergaulan bebas tanpa pengawasan orangtua membuat remaja merasa leluasa melakukan apa pun yang mereka inginkan. Ditambah lagi, kemajuan teknologi komunikasi saat ini turut memperbesar peluang bagi remaja

METODE

Artikel yang relevan diperoleh melalui pencarian di basis data seperti PubMed, Scopus, dan Google Scholar dengan menggunakan kata kunci terkait, seperti pendidikan seksual remaja dan pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan. Artikel yang dipilih merupakan publikasi dalam rentang waktu 5 hingga 10 tahun. Hasil Topik seperti kehamilan yang tidak direncanakan, metode pendidikan yang efektif, serta berbagai faktor yang memengaruhi keberhasilan program pendidikan seksual turut dikaji. Hasil dari analisis tersebut kemudian disintesis untuk merumuskan kesimpulan mengenai pentingnya pendidikan seksual bagi remaja dalam upaya mencegah kehamilan yang tidak diharapkan, serta menyusun rekomendasi untuk pengembangan program pendidikan seksual yang lebih efektif di masa depan.

Angka kehamilan yang tidak direncanakan (KTD) di kalangan remaja di Indonesia masih tergolong tinggi, dengan sekitar 11% dari total kehamilan setiap tahunnya terjadi pada usia remaja. Beberapa faktor yang memicu KTD pada remaja antara lain adalah minimnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi, pergaulan bebas tanpa pengawasan dari orang tua, serta kemajuan teknologi yang mempermudah untuk mengakses berbagai konten, termasuk yang bersifat negatif (Kusmiran, 2014). Terakhir, dengan fokus utama pada pendidikan seksual bagi remaja serta strategi pencegahan kehamilan yang tidak direncanakan. Setiap artikel yang terpilih dianalisis untuk mengevaluasi sejauh mana efektivitas program pendidikan seksual dalam mencegah terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan pada kalangan remaja, komunikasi tanpa batas. Selain itu, rendahnya pemahaman remaja akan tanggung jawab mereka sebagai pelajar juga turut berkontribusi. KTD pada remaja dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, terutama dalam aspek psikologis. Hal ini mencakup tekanan emosional, gangguan emosi, stigma sosial, diskriminasi dari lingkungan sekitar, serta stres berat yang ditandai dengan gejala seperti mual berlebihan, perasaan depresi, hingga keinginan untuk bunuh diri. Kehamilan di usia remaja juga sering menyebabkan mereka terpaksa menghentikan pendidikan formal. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk mendapatkan pendidikan mengenai kesehatan reproduksi guna meningkatkan pemahaman dan kesadaran mereka terhadap isu-isu kesehatan tersebut.

PEMBAHASAN

Pembelajaran mengenai kesehatan reproduksi dan seksualitas perlu diintegrasikan dengan pengawasan dari orang tua, termasuk dalam membatasi pergaulan antara remaja laki-laki dan perempuan (Fitri dkk., 2022). Selain itu, penting untuk memberikan pemahaman tentang dampak jangka panjang dari kehamilan yang tidak diinginkan terhadap kondisi psikologis

remaja. Kehamilan di luar pernikahan berisiko menimbulkan berbagai masalah psikologis, seperti stres, depresi, dan potensi terjadinya penganiayaan terhadap anak (Diii dkk., 2015). Hasil studi menunjukkan bahwa pendidikan seksual yang menyeluruh—yang mencakup topik seperti anatomi dan fungsi sistem reproduksi, konsekuensi dari hubungan seksual pranikah, serta hubungan asmara yang sehat—terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja dalam menghindari perilaku seksual sebelum menikah (Badriah et al., 2023). Selain itu, studi tersebut juga menyatakan bahwa pendidikan seksual komprehensif berperan dalam mencegah terjadinya kekerasan seksual di kalangan remaja (Fridha & Haryanti, 2020).

Mayoritas responden pada kelompok kontrol dan intervensi memiliki latar belakang pendidikan terakhir SMA. Tingkat pendidikan memiliki peran penting dalam menentukan pemahaman individu terhadap upaya pencegahan perilaku seksual berisiko. Sebagian besar peserta dalam penelitian ini berasal dari kelompok usia SMA, dengan tingkat partisipasi mencapai 80-90% pada kedua kelompok. Penelitian yang dilakukan oleh Kyilleh pada tahun 2018 menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan dan keterbatasan akses remaja terhadap layanan kesehatan reproduksi dapat meningkatkan risiko kehamilan yang tidak direncanakan, praktik aborsi yang tidak aman beserta komplikasinya, serta penularan infeksi menular seksual (Kyilleh, J. M., Tobong, P. T. N., & Konlaan, 2018).

Tingginya permasalahan reproduksi pada remaja berkaitan erat dengan perilaku seksual yang berisiko. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden dalam kelompok kontrol (80%) berada dalam rentang usia 17-25 tahun, yang termasuk kategori remaja akhir. Sementara itu, pada kelompok intervensi, lebih dari separuh responden (63,3%) juga berada dalam rentang usia yang sama. Fase remaja, khususnya remaja akhir, merupakan masa terjadinya perubahan dan pertumbuhan yang pesat, baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual. Remaja umumnya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, gemar mencoba hal-hal baru, menyukai tantangan, dan cenderung mengambil risiko tanpa mempertimbangkan konsekuensinya secara matang. Karakteristik ini menjadikan remaja rentan terhadap berbagai permasalahan, salah satunya adalah masalah kesehatan reproduksi (BKKBN, 2013).

Kesehatan remaja kini menjadi isu global yang penting, dengan salah satu tantangan utamanya yaitu kehamilan di usia muda. Berdasarkan data dari United Nations Population Fund (UNFPA) tahun 2016, terdapat sekitar 16 juta perempuan berusia 15-19 tahun yang melahirkan setiap tahunnya, dan angka ini diperkirakan akan meningkat hingga 19 juta per bulan pada tahun 2035. Oleh karena itu, penurunan angka kehamilan remaja menjadi salah satu fokus dalam Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) tahun 2030, yang menargetkan penurunan angka kematian ibu (AKI) hingga 70 per 100.000 kelahiran. WHO mencatat bahwa pada tahun 2017, sekitar 810 perempuan meninggal setiap hari akibat komplikasi perinatal.

Salah satu penyebab komplikasi perinatal tersebut adalah kehamilan di usia remaja.

KESIMPULAN

Pendidikan seksual yang komprehensif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja untuk mencegah perilaku seksual sebelum menikah serta kekerasan seksual. Penting untuk menjaga integritas pendidikan kesehatan reproduksi dengan cara membatasi interaksi antara lawan jenis dan memberikan pemahaman mengenai dampak jangka panjang kehamilan yang tidak diinginkan terhadap kondisi psikologis remaja. Beberapa faktor yang memengaruhi kesehatan reproduksi remaja antara lain kurangnya pengetahuan serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan reproduksi, ditambah dengan karakteristik remaja yang cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, menyukai tantangan, dan berani mengambil risiko. Masalah kesehatan reproduksi pada remaja merupakan isu global yang membutuhkan perhatian serius, dengan tujuan menurunkan angka kematian ibu (AKI) menjadi 70 per 100.000 kelahiran pada tahun 2030. Pencegahan kehamilan yang tidak direncanakan di kalangan remaja perlu dilakukan melalui pendidikan seksual yang menyeluruh dan peningkatan akses terhadap layanan kesehatan reproduksi.

SARAN

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai berbagai faktor yang memengaruhi terjadinya kehamilan di usia muda. Dengan demikian, diharapkan informasi yang diperoleh mampu memberikan gambaran yang membantu dalam upaya pencegahan kehamilan remaja. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk melakukan studi literatur yang lebih mendalam dengan fokus pada salah satu faktor penyebab kehamilan remaja, atau dapat juga dilakukan penelitian primer untuk memperoleh data yang lebih aktual.

DAFTAR PUSTAKA

- Salfadila, A., Sutrisminah, E., & Susilowati, E. (2023). Tinjauan pustaka mengenai dampak pendidikan kesehatan dalam mencegah kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja putri di tingkat Sekolah Menengah Pertama. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(8), 1527-1537.
- Fauziah, Hamidah, dan Subiyatin (2022) membahas mengenai fenomena kehamilan yang tidak diinginkan di kalangan remaja dalam *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, edisi 3(2), halaman 53-62.
- Penelitian oleh Pertiwi, Triratnawati, Sulistyaningsih, dan Handayani (2022) mengeksplorasi upaya pencegahan kehamilan tidak diinginkan pada remaja melalui peran komunitas di Kecamatan Srumbung, yang diterbitkan dalam *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, volume 9(1), halaman 47-54.
- Aryanti (2022) menulis buku ajar yang membahas tentang asuhan kebidanan pada masa remaja hingga perimenopause, yang diterbitkan oleh Deepublish.
- Siahaan, Handoyo, Ginting, Batubara, Nurlita, Siahaan, dan Purba (2024) juga berkontribusi dalam kajian ilmiah terbaru, namun informasi lengkap mengenai judul dan penerbitannya belum tersedia. Mohon ditambahkan judul karya atau sumber jurnal/buku agar parafrase dapat disempurnakan
- Denty, Z. N., dan Devy, S. R. (2022) melakukan penelitian tentang pandangan masyarakat terkait kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja menggunakan pendekatan studi fenomenologi. Hasil penelitian ini dipublikasikan dalam *Jurnal Ilmiah Permas*, volume 12, nomor 3, halaman 471 hingga 484.
- Theresa, A. S. D. H. G., dan Batubara, G. M. A. membahas peran pemerintah dalam pencegahan kehamilan tidak terduga pada remaja sebagai upaya menghindari praktik aborsi. Selain itu, Lau, A., Khasanah, U., Lutfitasari, A., dan Nurjanah, S. (2023, November) memaparkan tentang asuhan kebidanan komunitas pada seorang remaja perempuan berusia 16 tahun dengan kehamilan 12 minggu dan penatalaksanaan kehamilan remaja di komunitas, yang disajikan dalam Seminar Nasional Kebidanan di Unimus.
- Siahaan, A., Handoyo, D., Ginting, G. T., Batubara, M. A., Nurlita, N., Siahaan, P. G., & Purba, N. R. (2024). Peran Pemerintah Dalam Mencegah Kehamilan Tidak Diduga pada Remaja Untuk Menghindari Aborsi. *Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 2(2), 1000-1014.
- Putri, D. A. (2025). Hubungan Kehamilan Remaja Terhadap Kejadian Prematuritas dan Kemampuan Perawatan Bayi Baru Lahir di Desa Wonorejo