

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Masa remaja merupakan fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, hormonal, dan psikologis yang signifikan. Perubahan kompleks yang terjadi pada periode ini membutuhkan pemahaman dan pengenalan yang baik agar remaja mampu beradaptasi secara sehat dengan perubahan tersebut. Masa remaja adalah masa yang rawan dan penuh risiko sehingga diperlukan kesehatan diri yang baik untuk mendukung perkembangan yang optimal (Helmaliah *et al.*, 2024)

Remaja sering mengalami berbagai persoalan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi, termasuk keterbatasan dalam memahami perubahan pubertas, aspek fisik maupun emosional, serta pemahaman mengenai hak mereka atas tubuh sendiri. Kondisi ini semakin dipersulit oleh komunikasi yang kurang terbuka dengan orang tua dan kuatnya anggapan tabu yang menghalangi akses mereka terhadap informasi yang benar. Di sisi lain, materi kesehatan reproduksi di sekolah belum diberikan secara komprehensif, sementara paparan informasi yang tidak tepat dari media dan konten yang tidak sesuai usia menyebabkan peningkatan perilaku berisiko, kehamilan yang tidak direncanakan, tindakan kekerasan seksual, dan perundungan terkait isu reproduksi. Karena itu, remaja membutuhkan pendidikan kesehatan reproduksi yang terstruktur dan disesuaikan dengan tahap perkembangan untuk membantu mereka memahami perubahan tubuh, membuat pilihan yang aman, serta

menjaga diri dari berbagai risiko fisik, sosial, dan psikologis(Yunus *et al.*, 2025).

Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya atau proses penyampaian informasi, pengetahuan, keterampilan, dan pemahaman kepada individu atau kelompok masyarakat untuk membantu mereka membuat pilihan yang sehat, mengadopsi perilaku sehat, serta meningkatkan derajat kesehatan secara umum (Milahet *al.*, 2020). Melalui pendidikan kesehatan, individu dapat mengalami perubahan perilaku yang didasari oleh peningkatan pengetahuan dan kesadaran terhadap pentingnya menjaga kesehatan. Pendidikan kesehatan berperan penting dalam membentuk pola pikir dan tindakan masyarakat, khususnya remaja, agar mampu mengambil keputusan yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari (Millenia *et al.* 2022).

Pendidikan kesehatan dengan metode audiovisual juga membantu menumbuhkan minat belajar dan pemahaman siswa terhadap materi kesehatan reproduksi. Dengan kombinasi suara, gambar, dan teks, peserta didik dapat menerima pesan pembelajaran melalui berbagai saluran sensorik, yang menjadikan pengalaman belajar lebih menarik dan efektif. (Wahyuni M. P. Hutomo *et al.*, 2025). Salah satu pendekatan efektif dalam meningkatkan pemahaman dan *Self-Efficacy* remaja terhadap kesehatan reproduksi adalah melalui pendidikan berbasis media audiovisual. Media audiovisual dinilai lebih menarik, mudah dipahami, dan mampu meningkatkan perhatian serta retensi informasi dibandingkan dengan metode konvensional. Penelitian oleh Putri, Santoso, dan Nuraini (2024) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan

reproduksi berbasis audiovisual secara signifikan meningkatkan *Self-Efficacy* remaja putri dalam menjaga kesehatan reproduksi.

Self-Efficacy atau efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Allsopet *al.*, 2022). Konsep ini berperan penting dalam membentuk perilaku seseorang, termasuk dalam konteks remaja yang sedang berada pada masa perkembangan fisik, psikologis, dan sosial yang pesat.

Menurut Kholifah dan Utami (2024), peningkatan *Self-Efficacy* pada remaja sangat penting karena efikasi diri yang baik dapat membantu mereka mengambil keputusan yang lebih bijak dan bertanggung jawab terhadap kesehatan serta perilaku sosialnya. Remaja dengan *Self-Efficacy* yang tinggi memiliki kemampuan lebih baik dalam mengendalikan diri, menolak ajakan negatif, serta mampu menghadapi tekanan lingkungan secara positif.

Menurut *World Health Organization/WHO* (2024), sekitar 16 juta remaja perempuan di seluruh dunia melahirkan setiap tahun, dan sebagian besar terjadi di negara berkembang. *UNICEF* (2023) juga menegaskan bahwa rendahnya kesadaran remaja terhadap kesehatan reproduksi berdampak pada meningkatnya risiko perilaku seksual berisiko dan rendahnya kontrol diri dalam pengambilan keputusan yang sehat. Di Indonesia, Kemenkes RI (2023) melaporkan bahwa remaja belum pernah menerima pendidikan kesehatan reproduksi yang komprehensif, sehingga berpengaruh pada kemampuan mereka dalam mengelola kesehatan reproduksi secara mandiri. Temuan tersebut menegaskan perlunya intervensi pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah, termasuk penggunaan media audiovisual.

Penelitian sebelumnya oleh Putri, Santoso, dan Nuraini (2024) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi berbasis audiovisual dapat *Self-Efficacy* remaja putri di tingkat SMA. Namun, penelitian tersebut belum meneliti secara spesifik efektivitas metode ini pada remaja putri tingkat SMP yang sedang berada pada fase awal pubertas.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa media audiovisual dapat meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi, namun sebagian besar masih berfokus pada aspek pengetahuan, bukan pada *Self-Efficacy* sebagai kemampuan remaja dalam meyakini diri untuk mengambil keputusan sehat. Selain itu, penelitian yang memanfaatkan media audiovisual umumnya dilakukan pada tingkat SMA, sehingga efektivitas intervensi pada remaja putri tingkat SMP yang sedang memasuki fase pubertas awal belum banyak dieksplorasi. Keterbatasan lain adalah belum adanya standar penggunaan media audiovisual dalam pendidikan reproduksi di sekolah menengah pertama, sehingga hasil antar penelitian sulit dibandingkan.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengisi celah yang ada dengan menguji pengaruh PERSADA (Pendidikan Kesehatan Reproduksi berbasis audiovisual) terhadap perubahan *Self-Efficacy* remaja putri di SMP N 4 Ungaran sebelum dan sesudah intervensi diberikan.

Berdasarkan fenomena tersebut, diperlukan upaya *Self-Efficacy* remaja putri melalui pendidikan kesehatan reproduksi berbasis audiovisual. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan *Self-Efficacy* sebelum dan sesudah diberikan PERSADA

(Pendidikan Kesehatan Reproduksi berbasis audiovisual) pada remaja putri di SMP N 4 Ungaran”.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 4 Ungaran terdapat 10 remaja putri. Peneliti membagikan kuesioner kepada siswa yang didapatkan hasil bahwa SMP Negeri 4 Ungaran ini belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan reproduksi. Dari hasil kuesioner yang sudah dibagikan rata-rata nilai *Self-Efficacy* mengenai kesehatan reproduksi masih rendah. *Self-efficacy* remaja putri dikatakan rendah apabila responden menunjukkan kurangnya keyakinan dalam memahami, mengambil keputusan, serta menerapkan perilaku kesehatan reproduksi, yang tercermin dari skor kuesioner *self-efficacy* dengan nilai rata-rata rendah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat Perbedaan *Self-Efficacy* sebelum dan sesudah diberikan PERSADA (Pendidikan Kesehatan Reproduksi berbasis audiovisual) pada remaja putri di SMP Negeri 4 Ungaran”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan *Self-Efficacy* sebelum dan sesudah diberikan PERSADA (Pendidikan Kesehatan Reproduksi Berbasis Audiovisual) pada remaja putri di SMP Negeri 4 Ungaran.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi skor *Self-Efficacy* remaja putri sebelum diberikan PERSADA (Pendidikan Kesehatan Reproduksi Berbasis Audiovisual) pada remaja putri di SMP Negeri 4 Ungaran.
- b. Mengidentifikasi skor *Self-Efficacy* remaja putri sesudah diberikan PERSADA (Pendidikan Kesehatan Reproduksi Berbasis Audiovisual) pada remaja putri di SMP Negeri 4 Ungaran.
- c. Menganalisis perbedaan rerata skor *Self-Efficacy* sebelum dan sesudah diberikan PERSADA (Pendidikan Kesehatan Reproduksi Berbasis Audiovisual) pada remaja putri di SMP Negeri 4 Ungaran.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi ilmu pengetahuan

Diharapkan untuk pedoman intervensi pendidikan kesehatan reproduksi dan *Self-Efficacy*.

2. Bagi pengguna

a. Bagi sekolah

Sebagai masukan penyusunan program pendidikan kesehatan reproduksi berbasis audiovisual.

b. Bagi peneliti lain

Dapat memberikan sumber referensi dan bahan untuk perbandingan dalam melakukan penelitian lain atau sejenis khususnya untuk variabel-variabel yang belum diteliti seperti sikap dan perilaku tentang kesehatan reproduksi.

c. Bagi mahasiswa

Dapat digunakan bahan pembelajaran dan kajian mengenai Perbedaan *Self-Efficacy* sebelum dan sesudah diberikan PERSADA (Pendidikan Kesehatan Reproduksi Berbasis Audiovisual) pada remaja putri di SMP Negeri 4 Ungaran.