
**EFEKTIVITAS BUKU SAKU DAN PERAN TEMAN SEBAYA DALAM
MENINGKATKAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA**

Istiana Asrari Bansu ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Program Studi Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Ternate,
Tanah Tinggi Barat. Ternate Selatan, Kota Ternate, Maluku Utara, Indonesia

*email: istianaasrari64@gmail.com

ABSTRAK

Perubahan biologis dan sosiologis pada remaja memungkinkan terjadinya dua bentuk integrasi. Pertama, terbentuknya rasa konsistensi dalam kehidupannya. Kedua, tercapainya peran yang telah ditetapkan. Kenakalan remaja terjadi karena remaja gagal mencapai masa integrasi kedua. Berbagai gejolak emosi muncul dan dapat mempengaruhi kesehatan remaja. Peran orang terdekat ibarat pedang bermata dua yang dapat menjadi penyebab kegagalan atau keberhasilan remaja dalam menjaga dan memelihara kesehatan reproduksinya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas metode buku saku dan peran teman sebaya dalam meningkatkan kesehatan reproduksi siswa. Penelitian ini menggunakan one group pre-posttest design. Metode buku saku efektif, dengan nilai t hitung untuk pengetahuan dan sikap sebesar $6,294 > t$ tabel $2,201$ yang berarti terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan dan sikap atau penerapan metode buku saku mengakibatkan terjadinya perubahan. Buku saku berisi materi yang praktis, memiliki tampilan yang menarik sehingga dapat membuat remaja fokus dalam belajar dan menerima informasi edukasi yang diberikan. Peran teman sebaya berpengaruh, dengan nilai t hitung $7,345 > t$ tabel $2,201$, yang berarti terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan dan sikap, atau penerapan metode teman sebaya mengakibatkan terjadinya perubahan pengetahuan dan sikap. Sebagai individu yang sering berinteraksi dalam lingkungan sosial yang sama, teman sebaya berpotensi menjadi agen perubahan yang efektif. Teman sebaya memiliki pengaruh besar dalam kehidupan remaja dan kelompok masyarakat tertentu. Sebagai individu yang sering berinteraksi dalam lingkungan sosial yang sama, teman sebaya memiliki potensi untuk menjadi agen perubahan yang efektif. Dengan pemahaman yang baik dan komunikasi yang sesuai, teman sebaya dapat membantu mengubah pola pikir, sikap, dan perilaku menuju kehidupan yang lebih positif.

Kata Kunci : Buku Saku, Peran Sebaya, Kesehatan Reproduksi

ABSTRACT

Biological and sociological changes in adolescence allow two forms of integration to occur—first, forming a sense of consistency in life. Second, achieving the assigned role. Juvenile delinquency occurs because teenagers fail to reach the second integration period. Various emotional upheavals arise and can affect adolescent health. The role of those closest to you is like a double-edged sword, which can be the cause of a teenager's failure or success in protecting and maintaining their reproductive health. This research aims to see the effectiveness of the pocketbook method and the role of peers in improving students' reproductive health. This research uses a one-group pre-posttest design. The pocketbook method is effective, with a calculated t value for knowledge and attitudes of $6.294 > t$ table 2.201 , which means there is a difference in average knowledge and attitudes, or the application of the pocketbook method results in changes. The pocketbook contains practical material, has an attractive appearance so that it can make teenagers focus on learning and receive the educational

information provided. The role of peers is influential, with a calculated t value of $7.345 > t$ table 2.201, which means there is a difference in average knowledge and attitudes, or the application of peer methods results in changes in knowledge and attitudes. As individuals who often interact in the same social environment, peers have the potential to be effective agents of change. Peers have a big influence on the lives of teenagers and certain groups of society. As individuals who often interact in the same social environment, peers have the potential to be effective agents of change. With good understanding and appropriate communication, peers can help change thought patterns, attitudes, and behavior towards a more positive life.

Keywords: Handbook, Peer Roles, Reproductive Health

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah aspek kesehatan yang mencakup kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem reproduksi manusia. Dalam arti yang lebih luas, kesehatan reproduksi terdiri dari kemampuan seseorang untuk menjalani kehidupan yang aman dan memuaskan serta mengendalikan sepenuhnya kemampuan reproduksinya. Ini mencakup kesehatan seksual, hak reproduksi, serta kesehatan ibu dan anak. Pentingnya kesehatan reproduksi terkait dengan individu dan memengaruhi kesehatan keluarga, masyarakat, dan generasi mendatang (WHO, 2023).

Menurut data Kementerian Kesehatan RI, angka kehamilan remaja dan penularan infeksi menular seksual (IMS) masih menjadi masalah serius di kalangan remaja. Minimnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan terbatasnya akses terhadap informasi yang akurat kerap membuat remaja berisiko mengalami berbagai masalah kesehatan, seperti kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi yang tidak aman, dan penularan IMS, termasuk HIV/AIDS (Kemenkes RI, 2019).

Di lingkungan sekolah, sebagian besar remaja menghabiskan waktu yang cukup lama di sekolah, dan sekolah merupakan tempat yang strategis untuk memberikan edukasi terkait kesehatan reproduksi. Akan tetapi, masih banyak

remaja yang belum memahami secara utuh tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, baik dari aspek biologis, psikologis, maupun sosial. Minimnya program edukasi kesehatan reproduksi yang komprehensif di sekolah turut menyumbang pada kebutuhan siswa akan pengetahuan mengenai topik ini. Berdasarkan pengamatan awal, banyak siswa yang merasa malu atau enggan untuk berdiskusi tentang isu kesehatan reproduksi, baik dengan teman sebaya maupun guru. Hal ini menunjukkan perlunya pemberian edukasi yang tepat dan ramah remaja, agar mereka lebih terbuka dan memahami kesehatan reproduksi dengan baik.

Sebuah studi yang dilakukan oleh Santelli menemukan bahwa siswa yang menerima pendidikan seks komprehensif cenderung memiliki perilaku seksual yang lebih sehat. Studi tersebut menunjukkan bahwa siswa yang menerima pendidikan seks komprehensif memiliki kemungkinan 50% lebih kecil untuk melakukan hubungan seksual berisiko tinggi, seperti tidak menggunakan alat kontrasepsi, dibandingkan dengan mereka yang tidak menerima pendidikan seks atau hanya menerima pendidikan yang berfokus pada pantang. Pendidikan seks komprehensif tidak hanya mengurangi risiko penyakit menular seksual (PMS) dan kehamilan yang tidak diinginkan, tetapi juga meningkatkan kesadaran siswa tentang

kesehatan seksual dan reproduksi mereka secara keseluruhan (Santelli et al., 2017).

Hal ini lebih lanjut dijelaskan oleh fakta bahwa komunikasi terbuka dengan teman sebaya tentang seksualitas dan kesehatan reproduksi dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi mereka. Di sisi lain, teman sebaya yang memiliki perilaku seksual berisiko dapat meningkatkan kemungkinan remaja melakukan perilaku berbahaya yang sama (Wight et al., 2015).

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas penggunaan media buku saku dan pendekatan sebaya dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik kesehatan reproduksi siswa. Intervensi akan dilakukan untuk mencapai tujuan penelitian dengan membagikan buku saku tentang kesehatan reproduksi dan melatih teman sebaya sebagai konselor sebaya. Peneliti menulis buku saku dengan bahasa yang mudah dipahami dan materi yang relevan dengan kebutuhan remaja. Teman sebaya yang terpilih akan diberikan pelatihan tentang kesehatan reproduksi dan keterampilan komunikasi praktis. Setelah intervensi, evaluasi akan mengukur perubahan pengetahuan, sikap, dan praktik kesehatan reproduksi siswa. Penggunaan media buku saku dan pendekatan sebaya diharapkan secara signifikan lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik kesehatan reproduksi siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan two-group pretest posttest design, yaitu suatu rancangan eksperimen yang dilakukan terhadap dua kelompok yang mendapat pelatihan yang berbeda.

Model ini menggunakan tes awal (pretest). Kemudian setelah diberikan perlakuan, dilakukan pengukuran (posttest) untuk mengetahui pengaruh perlakuan tersebut sehingga dapat diketahui besarnya pengaruh percobaan tersebut secara pasti (Arikunto, 2010). Kelompok responden pertama mendapat perlakuan dengan menggunakan buku saku, dan kelompok kedua peran teman sebaya.

Penelitian ini dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu Tahap Persiapan, yaitu menyusun buku saku kesehatan reproduksi dan memilih serta melatih teman sebaya yang akan menjadi fasilitator. Tahap Pelaksanaan, yaitu melakukan intervensi dengan membagikan buku saku dan sesi diskusi yang dipandu oleh teman sebaya dalam kelompok eksperimen. Tahap Pengukuran, yaitu melakukan pre-test sebelum intervensi dan post-test setelah intervensi untuk menilai efektivitas media dan peran teman sebaya.

Objek penelitian ini adalah 80 siswa SMA kelas X SMA dari 2 kelas. Siswa dipilih karena mereka berada pada masa remaja, yaitu masa kritis dalam memahami kesehatan reproduksi.

Materi penelitian berupa buku saku tentang kesehatan reproduksi yang berisi informasi tentang pubertas, kesehatan seksual, peran penting teman sebaya, dan perilaku yang mendukung kesehatan reproduksi. Sementara itu, alat penelitian berupa kuesioner untuk pretest dan posttest, alat tulis, dan perangkat audio visual yang digunakan selama sesi diskusi teman sebaya.

Pengumpulan data dilakukan dengan metode: Kuesioner dan observasi. Kuesioner disusun berdasarkan indikator pengetahuan dan sikap terkait kesehatan reproduksi. Pretest dilakukan sebelum intervensi dan posttest dilakukan setelah intervensi untuk mengetahui perubahan yang

terjadi. Observasi berupa pengamatan yang dilakukan pada saat sesi diskusi sejawat untuk melihat keaktifan siswa saat berdiskusi.

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah efektivitas, yaitu perubahan pengetahuan dan sikap siswa tentang kesehatan reproduksi sebelum dan sesudah intervensi. Media Buku Saku berisi materi edukasi tentang kesehatan reproduksi yang diberikan kepada siswa sebagai media pembelajaran mandiri. Peran Teman Sebaya adalah Siswa yang dipilih untuk memimpin diskusi dan memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi kepada teman sebayanya. Kesehatan Reproduksi adalah kondisi fisik, mental, dan sosial yang sehat dalam semua aspek sistem reproduksi pada semua tahap kehidupan.

Variabel penelitian terdiri dari variabel bebas yaitu pemanfaatan media buku saku dan peran teman sebaya dalam berdiskusi. Variabel terikat yaitu tingkat pengetahuan dan sikap siswa terhadap kesehatan reproduksi. Variabel kontrol meliputi usia siswa, golongan, jenis kelamin, dan latar belakang pendidikan keluarga.

Data dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan inferensial. Analisis Deskriptif memberikan gambaran umum tentang data *pretest* dan *posttest*. Uji t berpasangan menganalisis perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*. Analisis regresi menentukan kontribusi media buku saku dan peran teman sebaya dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa (Sukardi, 2015).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Deskriptif

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Ciri	Nomor	Persentase
Usia		
Grup A		
16 tahun	8	20%
17 tahun	30	75%
18 tahun	2	5%
Total	40	100%
Grup B		
16 tahun	8	20%
17 tahun	28	70%
18 tahun	4	10%
Total	40	100%
Jenis kelamin		
Grup A		
Pria	17	42,5%
Perempuan	23	57,5%
Total	40	100%
Grup B		
Pria	12	30%
Perempuan	28	70%
Total	40	100%

Tabel 1 menunjukkan karakteristik usia responden pada kelompok A dan B sebagian besar berusia 17 tahun (75%) dan (70%). Karakteristik jenis kelamin responden pada kelompok A dan B sebagian besar berjenis kelamin perempuan (57,5%) dan (70%).

Tabel 2 Tingkat Pengetahuan Responden tentang Kesehatan Reproduksi

Variabel	Pra-ujian		Pasca-ujian	
	Total	Persen	Total	Persen
Grup A				
Tinggi	6	15	15	37,5
Sedang	16	40	20	50
Rendah	18	45	5	12,5
Total	40	100%	40	100%
Grup B				
Tinggi	5	12,5	16	40
Sedang	23	57,5	15	37,5
Rendah	12	30	9	22,5
Total	40	100%	40	100%

Tabel 2 mengenai tingkat pengetahuan responden tentang

kesehatan reproduksi, hasil *Pretest* pada kelompok A menunjukkan mayoritas memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 18 responden (45%). Hasil *Posttest* menunjukkan mayoritas memiliki tingkat pengetahuan sedang sebanyak 20 responden (50%). Sedangkan hasil *Pretest* pada kelompok B menunjukkan mayoritas memiliki tingkat pengetahuan sedang sebanyak 23 responden (57,5%). Hasil *Posttest* menunjukkan mayoritas memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 16 responden (37,5%).

Tabel 3 Tingkat Sikap Responden terhadap Kesehatan Reproduksi

Variabel	Pra-ujian		Pasca-ujian	
	Total	Persen	Total	Persen
Grup A				
Bagus	17	42,5	25	62,5
Buruk	23	57,5	15	37,5
Total	40	100%	40	100%
Grup B				
Bagus	15	37,5	22	55
Buruk	25	62,5	18	45
Total	40	100%	40	100%

Tabel 3 mengenai sikap responden terhadap kesehatan reproduksi, hasil *Pretest* pada kelompok A menunjukkan mayoritas memiliki sikap kategori buruk sebanyak 23 responden (57,5%). Hasil *Posttest* menunjukkan mayoritas memiliki sikap kategori baik sebanyak 25 responden (62,5%). Hasil *Pretest* pada kelompok B menunjukkan mayoritas memiliki sikap kategori buruk sebanyak 25 responden (62,5%). Hasil *Posttest* sebagian besar memiliki sikap kategori baik sebanyak 22 responden (55%).

Tabel 4 Kelompok A Dan B Menuju Peningkatan Pengetahuan

Kelompok	Variabel	Cara	nilai p
A	Pra-ujian	68,3	0,023
	Pasca-tes	87,5	
B	Pra-ujian	72,5	0,025
	Pasca-tes	82,5	

Tabel 4 menunjukkan rata-rata pengetahuan responden kelompok A pada awal sebesar 68,3 dan meningkat menjadi 87,5 setelah diberikan perlakuan berupa pendidikan kesehatan dalam buku saku. Nilai p sebesar $0,023 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan buku saku. Begitu pula dengan rata-rata pemahaman responden kelompok B pada awal sebesar 72,5 dan meningkat menjadi 82,5 setelah diberikan perlakuan berupa peran teman sebaya. Nilai p sebesar $0,025 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa peran teman sebaya.

Tabel 5 Kelompok A Dan B Menuju Peningkatan Sikap

Kelompok	Variabel	Cara	nilai p
A	Pra-ujian	75	0,005
	Pasca-tes	86,2	
B	Pra-ujian	60	0,030
	Pasca-tes	79,4	

Tabel 5 menunjukkan rata-rata sikap responden pada kelompok A pada awal sebesar 75 dan meningkat menjadi 86,2 setelah diberikan pendidikan kesehatan dalam bentuk buku saku. Nilai *p-value* sebesar $0,005 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan buku saku. Selanjutnya pada kelompok B rata-rata sikap responden pada awal sebesar 60 dan meningkat menjadi 79,4 setelah diberikan perlakuan berupa peran teman sebaya. Nilai *p-value* sebesar $0,030 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa peran teman sebaya. Berdasarkan analisis bivariat di atas, baik perlakuan buku saku maupun peran teman sebaya sama-sama berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan

pengetahuan dan sikap responden tentang kesehatan reproduksi.

Uji t berpasangan

Tabel 6 Uji T Berpasangan

Perbedaan berpasangan		T	Sig. (2- ekor)
Standar Pengemb angan	Standar Er Berarti		
Kelompok Pengetahuan A			
17.899	2,44	-2,87	,002
Kelompok Pengetahuan B			
9.121 tahun	3,01	-3,23	,005
Kelompok Sikap A			
9.701 orang	1,35	-3,05	,000
Kelompok Sikap B			
18.002 orang	2,22	-2,55	,010

Tabel 6 menunjukkan bahwa uji t berpasangan digunakan untuk mengetahui apakah penggunaan buku saku dan teman sebaya mempengaruhi pengetahuan dan sikap responden tentang kesehatan reproduksi remaja. Pada pengetahuan dan sikap kelompok A, nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,002 dan $0,005 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh penggunaan buku saku terhadap pengetahuan dan sikap kelompok A. Pada pengetahuan dan sikap kelompok B, nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 dan $0,010 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh teman sebaya terhadap pengetahuan dan sikap kelompok B.

Analisis Regresi

Tabel 7 Statistik Kelompok dan Uji T Independen

Kelompok	Levene untuk Kesetaraan dari Varians	T
Pengetahuan A	.834	6.294
Pengetahuan B		orang
Sikap A	.450	7.345
Sikap B		orang

Berdasarkan Tabel 7, nilai t hitung untuk pengetahuan dan sikap antara kelompok A dan B adalah 6,294 dan 7,345 $>$ t tabel 2,201, hal ini menunjukkan adanya perbedaan rata-rata pengetahuan dan sikap yang signifikan antara kelompok A dan B. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan metode *peer* memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap perubahan yang terjadi dibandingkan dengan metode *pocketbook*.

PEMBAHASAN

a. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan dan berada pada rentang usia 17 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 25 Tahun 2014, remaja diartikan sebagai individu yang berusia 10 sampai dengan 18 tahun. Pada usia ini seorang remaja mulai mengalami perubahan fisik yang sangat pesat, seperti pertumbuhan organ seksual yang mulai matang dan dapat dilihat pada tanda-tanda perubahan kelamin primer seperti menstruasi pada remaja perempuan dan mimpi basah pada remaja laki-laki, maupun sekunder seperti tumbuhnya rambut pada daerah seperti ketiak dan kemaluan, pinggul yang semakin melebar dan yang paling kentara adalah perubahan ukuran payudara pada perempuan dan berkembangnya jakun pada laki-laki. Perubahan tersebut mempengaruhi psikologi atau kejiwaan remaja, sehingga diperlukan dukungan dari berbagai aspek agar remaja dapat mengambil langkah yang tepat dalam menjalani masa remajanya (Widyawati, 2018).

b. Pengetahuan dan Sikap tentang Kesehatan Reproduksi

Hasil pengolahan data dari kuesioner pengetahuan diperoleh hasil

yaitu tingkat pengetahuan responden terkait kesehatan reproduksi pada kelompok A (Pretest) mayoritas berada pada tingkat pengetahuan rendah yaitu sebanyak 18 responden (45%), sedangkan pada kelompok B (Pretest) mayoritas berada pada tingkat pengetahuan sedang yaitu sebanyak 23 responden (57,5%). Pada hasil analisis kuesioner, responden tidak mengetahui risiko kehamilan pada usia muda (71%) dan cara menghindari penularan HIV (76%).

Tingkat pengetahuan seseorang sering dikaitkan dengan faktor pendidikan, paparan informasi, dan pengalaman. Rendahnya pengetahuan responden kelompok A mungkin disebabkan oleh kebutuhan untuk mengakses informasi yang tepat tentang kesehatan reproduksi, baik melalui pendidikan formal maupun informal. Sebaliknya, kelompok B yang menunjukkan pengetahuan sedang mungkin memiliki akses yang lebih baik atau paparan informasi yang lebih banyak terkait kesehatan reproduksi.

Teori terkait menyatakan bahwa kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dapat meningkatkan risiko kehamilan yang tidak diinginkan di usia muda. Ketidaktahuan ini sering dipengaruhi oleh norma sosial, kurangnya pendidikan seksual yang komprehensif, dan tabu dalam membahas masalah reproduksi di lingkungan tertentu. Rendahnya tingkat pengetahuan responden tentang cara mencegah HIV (76%) mencerminkan kurangnya pendidikan kesehatan yang komprehensif. Teori Health Belief Model (HBM) menjelaskan bahwa kurangnya persepsi risiko atau tingkat pengetahuan yang rendah dapat mengurangi motivasi seseorang untuk mengambil tindakan pencegahan

terhadap penyakit menular seksual seperti HIV.

Hasil pengolahan data kuesioner sikap menunjukkan bahwa sebagian besar sikap responden terhadap kesehatan reproduksi pada kelompok A (Pretest) berada pada tingkat sikap buruk sebanyak 23 responden (57,5%). Pada kelompok B (Pretest) sebagian besar memiliki tingkat sikap buruk sebanyak 25 responden (62,5%). Pada hasil analisis kuesioner, responden tidak mengeringkan alat kelaminnya setelah dibersihkan (52%), dan responden mengganti celana dalam sehari 1 kali (85%).

Sikap buruk terutama ditemukan pada kedua kelompok. Sikap buruk terhadap kesehatan reproduksi, seperti kebiasaan tidak menjaga kebersihan dengan baik, dapat membahayakan kesehatan reproduksi dengan meningkatkan risiko infeksi saluran kemih atau penyakit menular seksual (Smith, 2020).

Sebanyak 52% responden tidak mengeringkan area genital setelah buang air kecil atau membersihkan diri. Menurut literatur, tidak mengeringkan area genital dengan benar dapat menyebabkan kelembapan berlebih yang berpotensi menjadi tempat berkembang biaknya bakteri atau jamur, yang pada akhirnya dapat menyebabkan infeksi. Penelitian lain menunjukkan bahwa kebiasaan ini dikaitkan dengan peningkatan risiko vaginosis bakterialis pada wanita (Johnson, 2018).

Sebanyak 85% responden mengganti celana dalam mereka hanya satu kali sehari. Kebiasaan ini kurang ideal untuk menjaga kebersihan organ intim, terutama jika aktivitas sehari-hari melibatkan banyak keringat atau kelembapan. Studi kesehatan reproduksi menunjukkan bahwa pakaian dalam harus diganti lebih sering, terutama setelah aktivitas fisik berat atau terpapar

keringat, untuk mengurangi risiko iritasi atau infeksi jamur (Johnson, 2018).

c. Pengaruh Buku Saku dan Teman Sebaya terhadap Pengetahuan dan Sikap Responden tentang Kesehatan Reproduksi

Analisis regresi pada penelitian ini memperoleh hasil perhitungan nilai t untuk pengetahuan dan sikap yaitu masing-masing 6,294 dan 7,345 > t tabel 2,201. Artinya terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan dan sikap antara kelompok A dan B, atau penerapan metode pocketbook dengan metode peer akan mengakibatkan perubahan pengetahuan dan sikap yang berbeda.

Teori pembelajaran sosial menyatakan bahwa pembelajaran terjadi melalui observasi dan imitasi, di mana individu dapat belajar dari perilaku orang lain (teman sebaya). Dalam konteks penelitian ini, metode teman sebaya cenderung lebih efektif dalam mengubah sikap karena proses identifikasi dan model sosial yang kuat (Bandura, 1986).

Dalam metode *pocketbook*, pengetahuan diperoleh melalui membaca dan memahami materi yang disajikan secara sistematis. Teori ini menjelaskan bagaimana individu memproses informasi dari lingkungan untuk membentuk pengetahuan baru. Metode *pocketbook* kemungkinan lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan karena memungkinkan proses pembelajaran yang bertahap dan sistematis. Sementara itu, sikap dipengaruhi oleh keyakinan tentang hasil suatu tindakan dan evaluasi hasil tersebut. Metode peer lebih berhasil dalam memengaruhi sikap karena pendekatannya melibatkan interaksi sosial dan pengalaman bersama, yang dapat memperkuat keyakinan dan mempercepat perubahan sikap.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Santoso yang

membandingkan dua metode pendidikan kesehatan, yaitu pendidikan sebaya dan buku saku, terkait HIV/AIDS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang mendapatkan pendidikan dari teman sebaya mengalami peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap yang lebih signifikan dibandingkan kelompok yang hanya menggunakan buku saku (Santoso, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan menemukan bahwa edukasi melalui teman sebaya lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap positif terhadap kesehatan reproduksi dibandingkan dengan menggunakan media seperti buku saku atau poster. Interaksi dengan teman sebaya menciptakan suasana belajar yang lebih nyaman dan komunikatif (Kurniawan, 2018).

Studi-studi ini menunjukkan bahwa pendekatan sebaya lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap daripada metode buku saku karena melibatkan interaksi sosial langsung, kehadiran panutan yang dekat, dan suasana diskusi yang mendukung pembelajaran aktif dan kolaboratif. Sebaya dapat mengatasi hambatan komunikasi dan menciptakan lingkungan yang lebih kondusif untuk perubahan perilaku.

SIMPULAN

Metode buku saku memiliki efektivitas dengan nilai t hitung sebesar 6,294 pada pengetahuan dan sikap > t tabel 2,201 yang berarti terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan dan sikap atau penerapan metode buku saku mengakibatkan terjadinya perubahan pengetahuan dan sikap. Peran teman sebaya memiliki efektivitas dengan nilai t hitung sebesar 7,345 > t tabel 2,201 yang berarti terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan dan sikap dalam penerapan

metode teman sebaya yang mengakibatkan terjadinya perubahan pengetahuan dan sikap yang lebih efektif atau signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- WHO. (2023). Reproduksi kesehatan . <https://www.who.int/westernpacifi c/health-topics/reproductive-health> Kementerian Indonesia dari Kesehatan . (2019). Reproduksi Kesehatan di Indonesia. Jakarta
- Santelli, J. S., et al. (2017). "Abstinence-Only-Until-Marriage :An Updated Review of U.S. Policies and Programs and Their Impact." *Journal of Adolescent Health*.
- Wight, D., & Fullerton, D. (2015). "A Review of Interventions With Peers to Promote Sexual and Reproductive Health in Adolescents." *Journal of Adolescence*.
- Eisenberg, M. E., Bernat, D. H., Bearinger, L. H., & Resnick, M. D. (2019). "Supportive Peer Relationships & Sexual Behavior Among Adolescents: The Influence of Social Norms and Media." *Journal of School Health*.
- Arikunto, S. (2010). *Penelitian Prosedur : Praktikum Mendekati* . Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi, S. (2015). *Teori Dan Praktik dari Pendidikan Riset* . Jakarta: Bumi Aksara.
- Widyawati. (2018). Untuk remaja , dapatkan ke tahu fisik Perubahan ke menghindari seksual masalah [internet]. 2018 [dikutip 18 Okt 2022]. Tersedia dari : <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20181219/-2228898/bagi-para-remaja-kenali-perubahan-fisik-menghindari-masalah-seksual/>
- Wulansari, DA, Winarni, S., Lala, H. (2021). Pengaruh dari Saku Buku Kesehatan Media Promosi di Remaja Reproduksi Kesehatan Pengetahuan di MAN 1 Kota Blitar. *JURNAL PENDIDIKAN KESEHATAN, VOLUME 10, NO.2, OKTOBER 2021: 227 – 234*
- Yanti, DS, Agrina , Elita, V. (2014). Hubungan di antara Pengetahuan dari Remaja Cewek-cewek Tentang Haid Dan Higienis Perilaku Selama Menstruasi . *Jurnal Online dari Siswa dari itu Kesehatan Program Studi Sains Keperawatan Universitas dari Riau*. 1(2):1-8
- Smith, A., et al. (2020). "Hygiene Practices and Reproductive Health." *Journal of Public Health*.
- Johnson, L., et al. (2018). " The Impact of Daily Underwear Changing on Reproductive Health." *Women's Health Research*.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice H
- Santoso, M. dan al. (2020): Pengaruh dari Kesehatan Pendidikan dengan Teman sejawat Pendidikan Metode Dan Saku Buku pada Pengetahuan Remaja Dan Sikap tentang HIV/AIDS di Kota Yogyakarta.
- Kurniawan, A. dan al. (2018): Efektivitas dari Kesehatan Pendidikan dengan Teman sejawat Pendidikan Mendekati pada Pengetahuan Dan Sikap tentang Reproduksi Kesehatan pada Remaja