



INFORMASI ARTIKEL

Received: April, 19, 2025

Revised: June, 13, 2025

Available online: June, 20, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk>

## Edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa

Wahyu Aditya Alfath, Sulastri\*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Korespondensi penulis: Sulastri. \*Email: [sulastri@ums.ac.id](mailto:sulastri@ums.ac.id)

### Abstract

**Background:** Adolescence is a transitional phase that is vulnerable to various risky behaviors, including premarital sex. Data shows an increase in the number of pregnancies and early marriages at the age of 15-19 years, both at the national, provincial, and city levels. The main factor behind this condition is the low understanding of adolescents regarding reproductive health. At State Vocational High School 4 Surakarta, informal findings indicate dating behavior that leads to physical contact, emphasizing the importance of educational interventions. The use of appropriate learning media, such as Index Card Match (ICM), is considered capable of increasing adolescent understanding in an interactive and interesting way.

**Purpose:** To evaluate reproductive health education on preventing premarital sex using the index card match (ICM) method on students' knowledge.

**Method:** Quantitative research with pre-experimental design using one-group pretest-posttest. Participants consisted of 57 female students of State Vocational High School 4 Surakarta who were selected by purposive sampling. Measurement of knowledge level was conducted before and after counseling using a questionnaire instrument and data analysis using a paired sample t-test.

**Results:** Before the intervention, 75.4% of female students showed a low level of knowledge. After being given ICM education, 86% of respondents increased to the good category. Statistical tests showed a p value <0.05, meaning that there was a clear difference between before and after the intervention.

**Conclusion:** Learning with the index card match method has a significant effect on efforts to develop adolescent knowledge about preventing premarital sex.

**Suggestion:** Schools are expected to integrate the ICM method in reproductive health learning so that students better understand the risks and prevention of premarital sex interactively. In addition, parents should also play a more active role in providing sexual education to adolescents from an early age, so that they have the correct understanding and do not only rely on information from peers or social media.

**Keywords:** Education; Index Card Matching (ICM); Knowledge; Premarital Sex Prevention; Reproductive Health.

**Pendahuluan:** Remaja merupakan fase transisi yang rentan terhadap berbagai perilaku berisiko, termasuk seks pranikah. Data menunjukkan meningkatnya angka kehamilan dan pernikahan dini pada usia 15–19 tahun, baik di tingkat nasional, Provinsi, maupun Kota. Faktor utama yang melatarbelakangi kondisi tersebut adalah rendahnya pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi. Di SMK Negeri 4 Surakarta, temuan informal mengindikasikan adanya perilaku pacaran yang mengarah pada kontak fisik, menegaskan pentingnya intervensi edukatif. Penggunaan media pembelajaran yang tepat, seperti *Index Card Match* (ICM), dinilai mampu meningkatkan pemahaman remaja secara interaktif dan menarik.

Edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa

**Tujuan:** Untuk mengevaluasi edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa.

**Metode:** Penelitian kuantitatif dengan rancangan pre-eksperimen menggunakan *one-group pretest-posttest*. Peserta terdiri dari 57 siswi SMK Negeri 4 Surakarta yang dipilih secara *purposive sampling*. Pengukuran tingkat pengetahuan dilakukan sebelum dan sesudah edukasi menggunakan instrumen kuesioner dan analisis data menggunakan *paired sample t-test*.

**Hasil:** Sebelum intervensi, 75.4% siswi menunjukkan tingkat pengetahuan yang buruk. Sesudah diberikan edukasi ICM, 86% responden mengalami peningkatan ke kategori baik. Uji statistik menunjukkan *p-value* < 0.05, berarti ada perbedaan yang terlihat jelas sebelum dan sesudah intervensi.

**Simpulan:** Pembelajaran menggunakan metode *index card match* berpengaruh signifikan dalam upaya mengembangkan pengetahuan remaja tentang pencegahan seks pranikah.

**Saran:** Pihak sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan metode ICM dalam pembelajaran kesehatan reproduksi agar siswa lebih memahami risiko dan pencegahan seks pranikah secara interaktif. Selain itu, orang tua juga sebaiknya lebih berperan aktif dalam memberikan pendidikan seksual kepada anak remaja sejak dini, sehingga mereka memiliki pemahaman yang benar dan tidak hanya bergantung pada informasi dari teman sebaya atau media sosial.

**Kata Kunci:** Edukasi; *Index Card Match* (ICM); Kesehatan Reproduksi; Pencegahan Seks Pranikah; Pengetahuan.

## PENDAHULUAN

Remaja sebagai fase ketika perpindahan dari masa kanak-kanak ke usia dewasa. Saat fase ini, seorang remaja telah melewati tahap kekanak-kanakan, namun belum sepenuhnya mencapai kematangan dewasa (Lamazi, 2023). Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) yang dikutip oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2012, remaja merupakan orang-orang dengan rentang usia kisaran 10-19 tahun. Di sisi lain, Peraturan Menteri Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 menafsirkan remaja selaku orang-orang dengan rentang usia 10–18 tahun. Sementara itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mencatat remaja sebagai orang-orang berusia 10–24 tahun yang tidak terikat pernikahan (Hapsari, 2019).

Di Indonesia, total populasi pada kelompok umur 15-19 tahun adalah 22,081,528 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2025c). Pada usia ini, remaja rentan terhadap perilaku seksual sebelum menikah dan mengalami pubertas, perkembangan emosional dan mental yang semakin matang. Perubahan yang terjadi selama fase ini merupakan bagian penting dari proses pembentukan karakter remaja (Rahman, Pramudian, & Raudhoh, 2021). Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyatakan bahwa terjadi peningkatan frekuensi kelahiran hidup pada remaja berusia 15-19 tahun di Indonesia. Oleh karena itu, diperlukan tindakan untuk meningkatkan

pemahaman dan kesadaran remaja tentang kesehatan reproduksi. Pada tahun 2021, angka kelahiran remaja yang tercermin dari rata-rata jumlah kelahiran per 1,000 perempuan usia 15–19 tahun mencapai 20,49 kelahiran, namun pada tahun 2022 meningkat menjadi 26,64 kelahiran per 1.000 perempuan pada kelompok usia yang sama. Informasi yang dikumpulkan dari BKKBN ini menunjukkan korelasi kuat antara meningkatnya kasus pernikahan dini dan kehamilan pada usia remaja. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya memberikan perhatian yang lebih besar untuk menjaga arah pembangunan kualitas sumber daya manusia di Indonesia agar berkelanjutan. Pendidikan seksual sejak usia dini adalah salah satu cara untuk mencegah dan melawan pornografi. Menurut Kepala BKKBN Hasto Wardoyo, materi pelajaran harus disesuaikan dengan tingkat kelas siswa dan berfokus pada cara menjaga kesehatan dan melindungi organ reproduksi dari bahaya lingkungan (Shanti & Santoso, 2023).

Provinsi Jawa Tengah berdasarkan data pada tahun 2024, banyaknya penduduk dengan umur 15-19 tahun berjumlah 2,783,700 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2025b). Kehamilan usia remaja juga terjadi. Berdasarkan (Badan Pusat Statistik, 2024) Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2023, persentase perempuan yang pernah hamil berumur kurang dari

Wahyu Aditya Alfath, Sulastri\*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Korespondensi penulis: Sulastri. \*Email: sulastri@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i4.880>

Edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa

19 tahun sebanyak 21,06%. Menurut Pengadilan Tinggi Agama Semarang, pada tahun 2022 tercatat 11.392 permohonan dispensasi nikah di wilayah Jawa Tengah. Jumlah ini lebih rendah dari 13.560 kasus pada tahun sebelumnya, tetapi ada faktor utama yang menyebabkan tingginya angka pernikahan dini di wilayah tersebut. Seorang pejabat di Pengadilan Tinggi Agama Semarang, Ma'sum Umar, mengatakan sebagian besar permohonan dispensasi nikah disebabkan oleh kehamilan di luar pernikahan (Huda, 2023).

Di kota Surakarta sendiri berdasarkan data pada tahun 2024, frekuensi penduduk dengan usia 15-19 tahun berjumlah 39.621 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2025a). Pernikahan usia dini di kota solo meningkat tiap tahunnya. Kepala bagian Bimbingan Masyarakat Islam (Bimas) Kementerian Agama Kota Solo, Umi Khozanah, memberikan pernyataan bahwa angka pernikahan dini meningkat pada tahun 2021. Jika antara satu atau keduanya pasangan berusia di bawah 19 tahun, pernikahan dianggap sebagai pernikahan dini. Pada usia tersebut, banyak pengajuan pernikahan terjadi, dan sebagian besar kasus tersebut disebabkan oleh kehamilan di luar nikah. Hal tersebut karena remaja tidak ada pembelajaran di sekolah, hal ini seringkali dimulai dengan kegiatan belajar kelompok di luar sekolah. Sementara itu, pimpinan kantor Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk, dan Keluarga Berencana (DP3AP2KB) Kota Surakarta, Purwanti, menyatakan bahwa dari tahun 2022-2023, jumlah permohonan dispensasi pernikahan meningkat. Bahkan pada awal tahun 2024, sebanyak 24 permohonan dispensasi oleh orang tua telah diajukan ke kantornya. Data pada tahun 2023 mencatat 119 permohonan dispensasi pernikahan, meningkat dari 109 kasus pada tahun 2022. Menurut data dari Kantor Agama Solo, kebanyakan alasan pernikahan dini adalah kehamilan di luar nikah. Purwanti menjelaskan bahwa mereka sudah melaksanakan berbagai upaya untuk mengurangi jumlah pernikahan dini, termasuk meningkatkan peran keluarga dalam menjaga anak dan menanamkan nilai-nilai agama. Ia juga menekankan bahwa salah satu unsur yang mendasari kehamilan yang tidak diharapkan adalah terbatasnya pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, DP3AP2KB tidak hanya fokus pada keluarga, dia juga melakukan hal-hal lain, seperti

melatih pendidik sebaya, menyediakan layanan konsultasi remaja di lingkungan lokal, mengadakan *roadshow* ke sekolah-sekolah, dan mengembangkan program pendidik sebaya di lingkungan pendidikan. Data yang mereka kumpulkan menunjukkan bahwa mayoritas permohonan dispensasi pernikahan berasal dari remaja perempuan berusia 16 hingga 18 tahun (Febrianto & Aji, 2024).

SMK Negeri 4 Surakarta, sebagai salah satu institusi pendidikan di Jawa Tengah memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi kepada siswa mengenai kesehatan reproduksi dan pencegahan perilaku berisiko seperti seks pranikah. Berdasarkan hasil dari survei yang bersifat informal pada 10 siswi di kelas X dan XI SMK Negeri 4 Surakarta pada 30 Januari 2024, ditemukan 8 remaja mempunyai pacar dan 2 diantaranya pernah berciuman. Remaja usia muda sangat penting untuk dididik tentang kesehatan reproduksi karena tahap ini penting dalam membangun kesiapan mereka demi membuat keputusan yang bijak dan bertanggung jawab terkait kesehatan reproduksinya. Metode melalui pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja, terutama jika digunakan dengan cara dan media yang tepat (Sitompul & Ananda, 2022).

Media pembelajaran memegang peranan penting dalam meningkatkan motivasi dan kegairahan belajar para siswa (Ardiansa, Sukartiningih, & Subroto, 2023). Pada remaja, penggunaan kartu sebagai media pembelajaran kreatif dapat efektif karena melibatkan penggunaan kartu yang berisi materi pelajaran dalam bentuk pertanyaan atau jawaban yang selaras dengan materi yang disajikan. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian mengenai pengaruh edukasi menggunakan media *Index Card Match* (ICM) untuk siswa dalam upaya pencegahan seks pranikah.

## METODE

Penelitian kuantitatif dengan berlandaskan desain pre-eksperimen sebagai dasar metodologinya, menggunakan strategi *one-group pretest-posttest*, variabel dependen dibandingkan pada satu kelompok sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) diberikan intervensi. Setelah intervensi diterapkan, hasil sebelum dan sesudah intervensi diukur kembali untuk melihat efektivitasnya. Penelitian dilakukan di kelas X

**Wahyu Aditya Alfath, Sulastri\***

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Korespondensi penulis: Sulastri. \*Email: sulastri@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i4.880>

Edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa

dan XI jurusan kecantikan SMK Negeri 4 Surakarta pada tanggal 6 Maret 2025.

Intervensi diberikan dengan cara memaparkan materi yang berisikan tentang pencegahan seks pranikah menggunakan alat bantu *lcd* dan media yang digunakan adalah *Index Card Match* (ICM) dengan melibatkan 57 siswa, dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu siswa/siswi berusia 15-18 tahun dan merupakan siswa aktif di sekolah tersebut. Selanjutnya, kriteria eksklusi meliputi siswa yang tidak mampu ataupun mengalami kesulitan dalam membaca dan menulis serta enggan berkontribusi dalam survei.

Instrumen penelitian yang diterapkan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden mengenai pencegahan seks pranikah adalah kuesioner yang terdiri dari 14 pertanyaan berbasis skala guttman, yang mana pertanyaan tersebut hanya terdiri dari 1 jenis yaitu *favourable* (mendukung pengetahuan positif). Jawaban benar (b) pada pernyataan *favourable* diberi skor 1, sedangkan salah (s) diberi skor 0. Penilaian hasil diberikan dalam kategori baik (76–100%), cukup (56–75%), dan buruk (<55%).

Sebelum penelitian ini diselenggarakan, instrumen di uji validitas dan reliabilitasnya di SMK Negeri 6 Surakarta dengan jumlah responden 35 siswa dan menggunakan uji korelasi *product moment*.

Instrumen dianggap valid jika nilai *r* hitung lebih besar dari *r* tabel. Hasil uji validitas kuesioner menunjukkan bahwa dari 15 butir pertanyaan yang diuji, sebanyak 14 pertanyaan dinyatakan valid sebab memiliki nilai *r* hitungnya lebih besar dari 0.3338, sedangkan 1 pertanyaan dinyatakan tidak valid karena memiliki nilai *r* hitung yang berada di bawah angka tersebut. Dalam menguji reliabilitas, digunakan uji *cronbach's alpha*. Tercatat reliabel jika nilai *r* hitung lebih besar dari konstanta 0.5. Hasil uji reliabilitas dalam instrumen penelitian kuesioner ini adalah 0.706, sehingga item pertanyaan dinyatakan reliabel.

Analisis data menggunakan analisis bivariat yang digunakan dalam pengujian hipotesis terkait perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, serta menentukan apakah edukasi dengan *index card match* memberikan pengaruh yang signifikan melalui *paired t-test*. Sementara analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik pengetahuan remaja saat awal dan sesudah intervensi dengan melihat distribusi skor, frekuensi, dan statistik deskriptif.

Penelitian ini sudah memperoleh izin etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nomor: 934/KEPK-FIK/II/2025.

Wahyu Aditya Alfath, Sulastri\*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Korespondensi penulis: Sulastri. \*Email: sulastri@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i4.880>

Edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Partisipan (N=57)**

| Variabel                                    | Hasil                |
|---------------------------------------------|----------------------|
| <b>Umur (n/%) (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)</b> | (17.53±3.791)(13-19) |
| 13 – 15                                     | 21/36.8              |
| 16 – 19                                     | 36/63.2              |
| <b>Kelas (n/%)</b>                          |                      |
| X                                           | 28/49.1              |
| XI                                          | 29/50.9              |
| <b>Tinggal Dengan (n/%)</b>                 |                      |
| Kedua orang tua                             | 31/54.4              |
| Ayah/Ibu saja                               | 10/17.5              |
| Lainnya                                     | 16/28.1              |
| <b>Pendidikan Orang Tua (n/%)</b>           |                      |
| SD                                          | 10/17.5              |
| SMP                                         | 11/19.3              |
| SMA                                         | 18/31.6              |
| Sarjana                                     | 18/31.6              |
| <b>Pekerjaan Orang Tua (n/%)</b>            |                      |
| Wiraswasta                                  | 14/24.6              |
| Wirausaha                                   | 12/21.0              |
| PNS                                         | 13/22.8              |
| Petani                                      | 18/31.6              |
| <b>Tingkat Pengetahuan (n/%)</b>            |                      |
| <b>Pretest</b>                              |                      |
| Baik                                        | 0/0                  |
| Cukup                                       | 14/24.6              |
| Buruk                                       | 43/75.4              |
| <b>Posttest</b>                             |                      |
| Baik                                        | 49/86.0              |
| Cukup                                       | 8/14.0               |
| Buruk                                       | 0/0                  |

Berdasarkan Tabel 1. teridentifikasi bahwa, dari 57 partisipan kebanyakan responden berada pada usia 16-19 tahun, dengan persentase sebesar 63.2%. Sebagian besar adalah siswa kelas XI (50.9%) dibandingkan dengan siswa kelas X (49.1%). Mayoritas partisipan menetap bersama kedua orang tua (54.4%), sementara sisanya tinggal dengan salah satu orang tua (17.5%) atau dalam keadaan lainnya (28.1%). Dalam hal tingkat pendidikan orang tua, mayoritas memiliki pendidikan terakhir setara SMA (31.6%) atau sarjana (31.6%), diikuti dengan pendidikan SMP (19.3%) dan SD (17.5%). Sementara untuk pekerjaan orang tua, mayoritas bekerja sebagai petani (31.6%), diikuti mayoritas bekerja sebagai petani (31.6%), diikuti oleh wiraswasta (24.6%), wirausaha (21.0%), dan PNS (22.8%).

**Wahyu Aditya Alfath, Sulastri\***

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Korespondensi penulis: Sulastri. \*Email: sulastri@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i4.880>

Edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa

Hasil analisis menunjukkan bahwa klasifikasi pemahaman mengenai pencegahan seks berdasarkan *pretest*, menunjukkan sebagian besar partisipan sebanyak 43 (75.4%) berada dalam kategori pemahaman yang buruk. Tidak ada responden yang termasuk dalam kategori baik. Namun, setelah diterapkan intervensi berupa edukasi mengenai pencegahan seks, hasil *posttest* menunjukkan perubahan yang signifikan. Sebanyak 49 (86%) kini masuk dalam kategori baik dan tidak ada lagi partisipan yang tergolong dalam kategori buruk.

**Tabel 2. Uji Normalitas Distribusi Tingkat Pengetahuan Pencegahan Seks Pranikah (N=57)**

| Kategori | Mean  | Std. Deviation | Sign  | Keterangan |
|----------|-------|----------------|-------|------------|
| Pretest  | 47.82 | 11.554         | 0.072 | Normal     |
| Posttest | 87.33 | 9.142          | 0.052 | Normal     |

Berdasarkan Tabel 2. hasil uji normalitas, menandakan bahwa data pada variabel tingkat pengetahuan mengenai pencegahan seks pranikah berdistribusi normal dengan nilai signifikansi *pretest* sebesar 0.072 dan *posttest* sebesar 0.052. Dengan demikian, data memenuhi asumsi normalitas, sehingga analisis yang sesuai untuk diterapkan yakni uji t sampel berpasangan (*paired sample t-test*).

**Tabel 3. Hasil Analisis Paired Sample T-test (N=57)**

| Kategori                       | Mean     | Std. Deviation | Std. Error Mean | Sign  |
|--------------------------------|----------|----------------|-----------------|-------|
| Nilai pretest - nilai posttest | - 39.509 | 14.394         | 1.907           | 0.001 |

Berdasarkan Tabel 3. menunjukkan yakni nilai *asym.sign* (2-tailed) adalah 0.001, artinya terdapat peningkatan pengetahuan setelah intervensi karena *p-value* < 0.05.

## PEMBAHASAN

Remaja merujuk pada fase kehidupan seseorang yang berlangsung selama belasan tahun, ketika individu telah melewati tahap anak-anak namun belum sepenuhnya siap untuk dianggap sebagai orang yang telah dewasa. Pada masa ini, mereka tengah mencari cara menjalani kehidupan yang cocok, seringkali melalui eksperimen dan pembelajaran dari kesalahan. Oleh karena itu, seorang remaja tidak dapat sepenuhnya disebut sebagai anak-anak, tetapi juga belum mencapai kedewasaan penuh (Karlina, 2020). Remaja di Indonesia dikategorikan berusia 11-24 tahun dengan syarat belum menikah (Sarwono, 2010; Firdaus & Marsudi, 2021). Dilihat dari kondisi remaja saat ini, sebanyak 57 siswi menjadi responden dalam penelitian ini, dan hanya 54,4% di antaranya tinggal bersama orang tua. Selain itu, seluruh responden menyatakan bahwa mereka belum pernah berkomunikasi dengan orang tua mengenai

pencegahan seks pranikah. Padahal kontribusi orang tua itu bernilai strategis dalam mengatur kemajuan anak agar tidak terjerumus dalam perilaku berisiko. Kurangnya pengawasan dan perhatian yang memadai menyebabkan semakin mudahnya remaja terpapar berbagai hal-hal yang dapat meningkatkan rangsangan seksual.

Penelitian ini mengacu pada studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa *p-value* 0.026 (<0.05), maka mampu ditarik konklusi bahwa ditemukan hubungan di dalam peran orang tua pada remaja terhadap perilaku seksual pranikah di SMA Darrul Falahiyah 2019. Nilai OR sebesar 4.000 mengindikasikan bahwa remaja yang mendapatkan peran orang tua yang kurang baik memiliki risiko 4 kali lebih tinggi guna mempraktikkan seks pranikah apabila dibanding dengan remaja yang menerima peran orang tua yang positif. Meskipun nilai OR ini bersifat protektif, tetap menunjukkan bahwa dukungan dan bimbingan orang tua berperan penting dalam mencegah perilaku tersebut (Afrilia, Musa, & Nurpasila, 2019).

Pengetahuan yang luas tentang seksualitas memungkinkan individu agar dapat membuat pilihan yang lebih tepat, memahami konsekuensi dari aksi

**Wahyu Aditya Alfath, Sulastri\***

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Korespondensi penulis: Sulastri. \*Email: sulastri@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i4.880>

# Edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa

mereka, menyempurnakan sikap dan perilaku seksual yang sehat, serta menghindari perilaku seksual pranikah (Putri & Ibrahim, 2023). Diberikan edukasi mengenai seks pranikah memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik. Berbagai faktor yang menentukan tingkat pemahaman remaja menunjukkan bahwa minimnya pembelajaran seksual di sekolah dan kurangnya obrolan terbuka di rumah sanggup menjadi alasan utama lemahnya pemahaman remaja (Ulfa, 2024). Sebagian responden masih belum memiliki pengetahuan tentang seks pranikah, yang disebabkan oleh beberapa faktor, seperti minimnya kegiatan penyuluhan tentang pendidikan seks yang didapat di sekolah serta masih banyak orang yang menganggap seks tabu, sehingga remaja merasa enggan untuk mempelajari tentang seksual pranikah. sebuah jalan yang mampu diambil untuk memperbanyak pengetahuan remaja seputar seks pranikah adalah dengan pemberian penyuluhan seksual secara tepat.

Setelah dilakukan edukasi tentang seks pranikah pada remaja, sebanyak 49 (86%) responden memiliki pengetahuan yang baik. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan yang disalurkan berhasil tersampaikan dan dapat diterima dengan baik oleh responden. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, ditunjukkan oleh lonjakan nilai antara *pretest* dan *posttest* penyuluhan. Reduksi jumlah remaja yang memiliki pemahaman cukup terlihat yakni senilai 34.8%, lebih rendah dibandingkan dengan nilai *pretest* awal yang mencapai 55%, yang kemudian turun menjadi 20.2% pada *posttest*. Namun, pengetahuan remaja yang cukup ini kemudian berkembang menjadi kategori pengetahuan baik setelah mendapatkan *treatment*. Selain itu, jumlah remaja dengan pemahaman terbatas mengalami penurunan signifikan, dari 24.6% pada *pretest* menjadi 0%, yang menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan, tidak terdapat remaja yang memiliki pemahaman yang minim (Cahyani, Yunus, & Ariwinanti, 2019).

*Output* penelitian ini selaras dengan hasil yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar responden berada dalam klasifikasi pengetahuan kurang. Sebanyak 35 responden, 23 peserta (65.7%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, sementara sebagian kecil responden mempunyai pengetahuan dalam kategori

baik 12 responden (34.3%). Mengacu pada *output* penelitian menunjukkan bahwa, tingkat pengetahuan sebelum diberikannya penyuluhan kesehatan sebagian berpengetahuan cukup disebabkan karena kurangnya informasi menyeluruh atau pengetahuan tentang perilaku seksual di sekolah. Namun setelah diberikan pendidikan kesehatan, responden berpengetahuan baik 35 (100%). Berdasarkan hasil penelitian di SMK Muhammadiyah Manado, didapatkan peningkatan pengetahuan siswa perilaku seksual. Adanya pengetahuan dapat memicu seseorang dengan berkelakuan sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. Semakin baik tingkat pengetahuan responden maka semakin tinggi juga kesadarannya untuk merubah perilaku sesuai dengan pengetahuan tersebut (Mootapu, Desiyanti, & Sunarmi, 2025).

Metode kartu indeks termasuk bentuk pembelajaran aktif yang digunakan untuk meninjau kembali topik yang usai diterima sebelumnya (Silberman, 2016). Dalam metode ini, peserta belajar berpasangan dan saling bertukar informasi melalui permainan kuis bersama peserta lainnya. Pembelajaran aktif ini melibatkan berbagai pendekatan yang mendorong keterlibatan peserta sejak awal kegiatan. Strategi ini bertujuan untuk meningkatkan partisipasi peserta dalam memahami kembali materi yang telah disampaikan (Syafil, Fatmawati, Qomariah, & Firdani, 2021).

Hasil analisis terhadap data pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai seks pranikah menunjukkan hasil *p-value* adalah 0.001. Temuan ini mengindikasikan bahwa pemberian pendidikan seks pranikah efisien dalam mengoptimalkan pengetahuan remaja, ditunjukkan dengan *p-value*  $0.001 < 0.05$  secara makna, terlihat adanya perubahan yang mencolok dalam pengetahuan remaja di awal waktu serta pasca *treatment* edukasi seks pranikah dengan menggunakan kartu indeks. Peningkatan tingkat pengetahuan ini, selaras dengan temuan riset yang mengemukakan keterangannya untuk nilai signifikansi diperoleh yaitu sebesar 0.001 (Fauziah & Halimatussaadah, 2024). Pemberian metode dengan menjodohkan kartu indeks berdampak perihal capaian pembelajaran siswa sehubungan dengan mata pelajaran pendidikan agama islam, jika nilai 0.001 lebih kecil dari 0.05, memperlihatkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Ini menandakan tentang metode *Index Card Match* memberikan pengaruh yang mencolok terhadap pencapaian belajar siswa dalam mata pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI). Keadaan tersebut

**Wahyu Aditya Alfath, Sulastri\***

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Korespondensi penulis: Sulastri. \*Email: sulastri@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i4.880>

# Edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa

selaras dengan temuan studi yang mengungkapkan luaran tingkat pengetahuan peserta sebelum dilakukan intervensi edukasi kesehatan memakai alat *index card match* mengenai menstrual hygiene menunjukkan hasil, sebanyak 17 peserta (51.5%) berada dalam tingkatan baik, tetapi masih ada 2 peserta (6.1%) tergolong dalam tipe kurang. Setelah dilakukan pembelajaran kesehatan menggunakan media yang sama tentang menstrual hygiene diperoleh *output* 33 peserta (100%) dengan klasifikasi baik. Hal ini menyatakan bahwa, adanya transformasi nilai pengetahuan tentang menstrual hygiene setelah memperoleh pendidikan kesehatan melalui media *index card match* (Ananda, Suparmi, & Widiastuti, 2023).

## SIMPULAN

Terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi diberikan. Kondisi ini membuktikan bahwa penggunaan metode pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan seperti ICM, efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja terkait risiko dan pencegahan seks pranikah. Peningkatan pengetahuan ini menegaskan pentingnya metode edukasi yang melibatkan partisipasi aktif siswa, dengan demikian materi yang disampaikan efisien dikuasai dan dapat diingat. Dengan demikian, metode ICM cocok digunakan sebagai alat edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja di lingkungan sekolah.

## SARAN

Sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan metode ICM dalam pembelajaran kesehatan reproduksi agar siswa lebih memahami risiko dan pencegahan seks pranikah secara interaktif. Selain itu, orang tua juga sebaiknya lebih berperan aktif dalam memberikan pendidikan seksual kepada anak remaja sejak dini, sehingga mereka memiliki pemahaman yang benar dan tidak hanya bergantung pada informasi dari teman sebaya atau media sosial. Di sisi lain, remaja diharapkan lebih terbuka dalam menelusuri isu kesehatan reproduksi dari sumber yang jelas dan terpercaya, serta berani berdiskusi dengan guru atau tenaga kesehatan mengenai pencegahan seks pranikah.

## DAFTAR PUSTAKA

Afrilia, E. M., Musa, S. M., & Nurpasila, T. (2019). Hubungan Peran Orang Tua Terhadap Prilaku Seksual Pranikah Remaja Di Sma Darrul Falahiyah Tahun 2019. *Indonesia Midwifery Journal*, 3(1), 1–10.

Wahyu Aditya Alfath, Sulastri\*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Korespondensi penulis: Sulastri. \*Email: sulastri@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i4.880>

Ananda, R., Suparmi, S., & Widiastuti, D. (2023). Efektivitas Media Index Card Match Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Menstrual Hygiene. *Midwifery Care Journal*, 4(4), 123–130.

Ardiansa, J., Sukartiningsih, W., & Subroto, W. T. (2023). Pengembangan Media Kartu Gambar Digital Untuk Meningkatkan Kemampuan Kognitif dan Rasa Cinta tanah Air Pada Pembelajaran IPS Siswa Kelas V di Sekolah Dasar. *Edukasia: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(1), 163–172.

Badan Pusat Statistik. (2024). Persentase Perempuan Berumur 15-49 Tahun yang Pernah Hamil menurut Kabupaten/Kota di Jawa Tengah dan Umur Saat Hamil Pertama Kali (Persen), 2022-2023. Diakses dari: <https://jateng.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTg3NCMy/persentase-perempuan-berumur-15-49-tahun-yang-pernah-hamil-menurut-kabupaten-kota-di-jawa-tengah-dan-umur-saat-hamil-pertama-kali.html>

Badan Pusat Statistik. (2025a). Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin (jiwa), 2023-2025. Diakses dari: <https://surakartakota.bps.go.id/id/statistics-table/2/MzE5Izl=/jumlah-penduduk-menurutkelompok-umur-dan-jenis-kelamin.html>

Badan Pusat Statistik. (2025b). Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Provinsi Jawa Tengah (Jiwa), 2023-2024. Diakses dari: <https://jateng.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTg3MyMy/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-jawa-tengah.html>

Badan Pusat Statistik. (2025c). *Jumlah Penduduk Usia 15 tahun ke Atas Menurut Golongan Umur*, 2024. Diakses dari: <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/NzE1Izl=/jumlah-penduduk-usia-15-tahun-ke-atas-menurut-golongan-umur.html>

Cahyani, A. N., Yunus, M., & Ariwinanti, D. (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Hubungan Seksual Pranikah. *Sport Science and Health*, 1(2), 92–101.

Edukasi kesehatan reproduksi pencegahan seks pranikah menggunakan metode *index card match* (ICM) terhadap pengetahuan siswa

- Fauziah, H., & Halimatussaadah, N. (2024). Pengaruh Metode Pembelajaran Index Card Match Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAI. *Junral Masagi*, 3(1), 53–62.
- Febrianto, A. S., & Aji, N. H. P. (2024). *Tren Pernikahan Dini di Kota Solo Meningkat, Persentase Paling Banyak Karena Hamil Dulu*. Tribunsolo.Com, Solo. Diakses dari: <https://solo.tribunnews.com/2024/03/21/tren-pernikahan-dini-di-kota-solo-meningkat-persentase-paling-banyak-karena-hamil-dulu>?page=1
- Firdaus, W., & Marsudi, M. S. (2021). Konseling Remaja yang Kecanduan Gadget Melalui Terapi Kognitif Behavior. *Studia: Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa*, 6(1), 15–24.
- Hapsari, A. (2019). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Modul Kesehatan Reproduksi Remaja. In *Wineka Media*. Diakses dari: [http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN\\_MENTAL.pdf](http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf)
- Huda, M. N. (2023). Ribuan Remaja di Jateng Hamil Sebelum Nikah, 11.392 Pasangan Terpaksa Dispensasi Nikah. Diakses dari: <https://jateng.tribunnews.com/2023/01/30/ribuan-remaja-di-jateng-hamil-sebelum-nikah-11392-pasangan-terpaksa-dispensasi-nikah>.
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Jurnal Edukasi Non Formal*, Vol 1 no 1(52), 147–158.
- Lamazi, L. (2023). Upaya Pencegahan Kenakalan Remaja Dengan Pendekatan Keagamaan Pda Masyarakat Melayu Di Kabupaten Sambas. *Mushaf Journal : Jurnal Ilmu Al Quran Dan Hadis*, 3(3), 344–356.
- Mootapu, M., Desiyanti, I. W., & Sunarmi, A. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Perilaku Seksual di SMK Muhammadiyah Manadi. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(2), 1030–1037.
- Putri, H. W. K., & Ibrahim, E. E. (2023). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku seksual remaja putri di sma negeri 2 kota lhokseumawe. *Indonesian Trust Health Journal*, 6(1), 7–13.
- Rahman, M. A., Pramudian, D., & Raudhoh, S. (2021). Pengaruh Pengasuhan Orang Tua pada Perilaku Seksual Pranikah Remaja. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(1), 8–18.
- Sarwono, S. W. (2010). *Psikologi remaja*. Jakarta, Raja Grafindo Persada.
- Shanti, H. ., & Santoso, B. (2023). *Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN: Angka kelahiran pada remaja usia 15-19 tahun alami kenaikan*. Antara: Kantor Berita Indonesia. diakses dari: <https://www.antaranews.com/berita/3631623/bkkbn-angka-kelahiran-pada-remaja-usia-15-19-tahun-alami-kenaikan>
- Silberman, M. L. (2016). *Active Learning 101 Cara Belajar Aktif Siswa*. Nuansa Cendekia.
- Sitompul, H. S., & Ananda, D. P. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi di SMK SPP Jabal Rahmah Stabat. *Journal Health Of Education*, 3(2), 41–50.
- Syaiful, Y., Fatmawati, L., Qomariah, S. N., & Firdani, M. (2021). Impact of index card match method on the knowledge and attitudes about leucorrhoea among adolescent girls. *Journal of Community Empowerment for Health*, 4(3), 221.
- Ulfa, F. A. (2024). Tingkat Pengetahuan Remaja Terhadap Bahaya Perilaku Seks Bebas Di SMK Jambi medan. *Abdimas Sean Institute*, 2(1), 68–71.

Wahyu Aditya Alfath, Sulastri\*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Korespondensi penulis: Sulastri. \*Email: [sulastri@ums.ac.id](mailto:sulastri@ums.ac.id)

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i4.880>