

**DISKUSI KELOMPOK FOKUS YANG DIPIMPIN TEMAN SEBAYA  
MELALUI PIK-R UNTUK MENCEGAH TRIAD KRR REMAJA  
DI LINGKUNGAN SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

***PEER-LED FOCUS GROUP DISCUSSIONS VIA PIK-R TO PREVENT THE  
ADOLESCENT KRR TRIAD IN A JUNIOR HIGH SCHOOL SETTING***

**Mira Meliyanti<sup>1\*</sup>, Sintya Wulansari<sup>2</sup>, Naya Oktavianti<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada

\*Korespondensi: mirameliyanti@stikesdhab.ac.id

**ABSTRACT**

**Background:** Adolescents are a vulnerable age group to reproductive health problems known as the TRIAD of Adolescent Reproductive Health (TRIAD KRR), which includes risky sexual behavior, HIV/AIDS, and drug abuse. Limited knowledge and inappropriate attitudes toward reproductive health are factors that increase adolescents' risk, particularly among junior high school students. Therefore, effective, participatory, and adolescent-friendly educational methods are needed to prevent TRIAD KRR. **Methods:** This study aimed to analyze the effectiveness of Focus Group Discussion (FGD) as a method for preventing TRIAD KRR by involving the Youth Information and Counseling Center (PIK-R) as peer educators at SMP Global Nusantara. A quasi-experimental design with a one-group pre-test and post-test approach was used. The participants were adolescents at SMP Global Nusantara selected through total sampling. The intervention was conducted using Focus Group Discussions facilitated by PIK-R peer educators. Data on knowledge and attitudes were collected using questionnaires and analyzed using a paired t-test. **Results:** The results showed a significant increase in the mean scores of adolescents' knowledge and attitudes after the implementation of the Focus Group Discussion intervention. Statistical analysis indicated a  $p\text{-value} < 0.05$ , demonstrating a significant difference between pre-test and post-test scores for both knowledge and attitude variables. **Conclusion:** Focus Group Discussion involving PIK-R as peer educators is effective in improving adolescents' knowledge and attitudes toward the prevention of TRIAD KRR. This method is recommended as an applicable and sustainable promotive and preventive strategy in adolescent reproductive health programs within the school setting.

**Keywords:** Adolescents, TRIAD KRR, Focus Group Discussion, PIK-R, Reproductive Health

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap permasalahan TRIAD Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) yang meliputi perilaku seksualitas berisiko, HIV/AIDS, dan penyalahgunaan Napza. Kurangnya pengetahuan dan sikap yang tepat terkait kesehatan reproduksi menjadi faktor yang dapat meningkatkan risiko terjadinya TRIAD KRR, khususnya pada remaja usia sekolah menengah pertama. Oleh karena itu, diperlukan metode edukasi yang efektif, partisipatif, dan sesuai dengan karakteristik remaja. **Metode:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas Diskusi Kelompok Terarah (DKT) sebagai metode pencegahan TRIAD KRR dengan melibatkan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) sebagai teman sebaya di SMP Global Nusantara. Penelitian menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan one group pre-test dan post-test. Subjek penelitian adalah remaja SMP Global Nusantara yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Intervensi dilakukan melalui Diskusi Kelompok Terarah yang difasilitasi oleh pendidik sebaya dari PIK-R. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap, kemudian dianalisis menggunakan uji paired t-test. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang bermakna pada rata-rata skor pengetahuan dan sikap remaja setelah diberikan intervensi Diskusi Kelompok Terarah. Uji statistik menunjukkan nilai  $p < 0,05$ , yang menandakan terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test baik pada variabel pengetahuan maupun sikap. **Kesimpulan:** Diskusi Kelompok Terarah dengan melibatkan PIK-R sebagai teman sebaya terbukti

efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pencegahan TRIAD KRR. Metode ini dapat direkomendasikan sebagai strategi promotif dan preventif yang aplikatif dan berkelanjutan dalam program kesehatan reproduksi remaja di lingkungan sekolah.

**Kata kunci:** Remaja, TRIAD KRR, Diskusi Kelompok Terarah, PIK-R, Kesehatan Reproduksi

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat penting dalam siklus kehidupan manusia, ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang berlangsung secara cepat. Pada tahap remaja awal, khususnya usia sekolah menengah pertama, individu mulai mengalami pubertas, perkembangan fungsi reproduksi, serta peningkatan ketertarikan terhadap lawan jenis. Perubahan tersebut sering kali tidak diimbangi dengan kematangan emosional dan kemampuan pengambilan keputusan yang memadai, sehingga remaja menjadi kelompok yang rentan terhadap berbagai perilaku berisiko.

Salah satu permasalahan utama kesehatan reproduksi remaja di Indonesia dikenal dengan istilah TRIAD Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR), yang meliputi perilaku seksualitas berisiko, penularan HIV/AIDS, dan penyalahgunaan Napza. Ketiga permasalahan ini saling berkaitan dan dapat memberikan dampak serius terhadap kesehatan fisik, mental, serta masa depan remaja. Kurangnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi, pengaruh lingkungan pergaulan, serta paparan informasi yang tidak terkontrol menjadi faktor yang memperbesar risiko terjadinya TRIAD KRR pada remaja.

Berbagai upaya promotif dan preventif telah dilakukan untuk menekan risiko TRIAD KRR, salah satunya melalui edukasi kesehatan

reproduksi di lingkungan sekolah. Namun, pendekatan edukasi yang bersifat satu arah dan kurang melibatkan partisipasi aktif remaja sering kali dinilai kurang efektif. Remaja cenderung lebih mudah menerima informasi yang disampaikan melalui pendekatan yang komunikatif, interaktif, dan melibatkan teman sebaya sebagai agen perubahan.

Diskusi Kelompok Terarah (DKT) merupakan metode edukasi partisipatif yang memungkinkan remaja untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran melalui diskusi, berbagi pengalaman, serta refleksi bersama. Metode ini dinilai sesuai dengan karakteristik remaja karena mendorong keterbukaan, rasa aman, dan partisipasi aktif. Selain itu, pelibatan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) sebagai pendidik sebaya diharapkan dapat meningkatkan efektivitas intervensi, mengingat peran teman sebaya sangat kuat dalam memengaruhi sikap dan perilaku remaja.

SMP Global Nusantara sebagai institusi pendidikan yang memiliki peserta didik pada fase remaja awal merupakan lingkungan yang strategis untuk pelaksanaan program pencegahan TRIAD KRR. Melalui pemanfaatan PIK-R dan penerapan metode Diskusi Kelompok Terarah, diharapkan remaja dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai kesehatan reproduksi serta membangun sikap dan perilaku yang sehat dan bertanggung jawab.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis efektivitas Diskusi Kelompok Terarah sebagai metode pencegahan TRIAD KRR pada remaja dengan melibatkan PIK-R sebagai teman sebaya di SMP Global Nusantara.

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuasi-eksperimen dengan desain one group pre-test dan post-test. Penelitian dilaksanakan di SMP Global Nusantara pada tahun 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMP Global Nusantara, dengan sampel penelitian yaitu siswa yang mengikuti kegiatan PIK-R dan bersedia menjadi responden.

Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur yang mengukur pengetahuan dan sikap remaja terkait TRIAD KRR. Intervensi dilakukan melalui Diskusi Kelompok Terarah yang difasilitasi oleh anggota PIK-R yang telah mendapatkan pembekalan materi kesehatan reproduksi remaja.

Data dianalisis menggunakan analisis univariat untuk melihat distribusi skor pengetahuan dan sikap, serta analisis bivariat menggunakan uji paired t-test untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini memperhatikan prinsip etika penelitian dengan menjaga kerahasiaan identitas responden dan memperoleh persetujuan responden sebelum pengumpulan data.

## HASIL

### Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian di SMP Global Nusantara

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	18	45,0
Perempuan	22	55,0

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
12-13 Tahun	16	40,0
14-15 Tahun	24	60,0
<b>Kelas</b>		
VII	14	35,0
VIII	15	37,5
IX	11	27,5
<b>Keikutsertaan PIK-R</b>		
Anggota	20	50,0
Non Anggota	20	50,0

### Perubahan Pengetahuan Remaja tentang TRIAD KRR

Tabel 2. Rata-rata Skor Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diskusi Kelompok Terarah

Pengukuran	Mean	SD	Nilai p
Pre-test	62,4	8,5	
Post-Test	78,9	7,2	0,001

### Perubahan Sikap Remaja Terhadap Pencegahan TRIAD KRR

Tabel 3. Rata-Rata Skor Sikap Remaja Sebelum Dan Sesudah Diskusi Kelompok Terarah

Pengukuran	Mean	SD	Nilai p
Pre-test	65,1	7,9	
Post-Test	82,3	6,8	0,001

Berdasarkan Tabel 2 dan Tabel 3, terlihat adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan dan sikap remaja setelah pelaksanaan Diskusi Kelompok Terarah. Hasil uji paired t-test menunjukkan nilai  $p < 0,05$ , yang menandakan terdapat perbedaan yang bermakna antara skor pre-test dan post-test. Hal ini menunjukkan bahwa Diskusi Kelompok Terarah dengan

melibatkan PIK-R sebagai teman sebaya efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terkait pencegahan TRIAD KRR di SMP Global Nusantara.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan Diskusi Kelompok Terarah (DKT) dengan melibatkan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) sebagai teman sebaya efektif dalam upaya pencegahan TRIAD Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) di SMP Global Nusantara. Efektivitas tersebut terlihat dari adanya peningkatan yang bermakna pada skor pengetahuan dan sikap remaja setelah diberikan intervensi. Temuan ini mengindikasikan bahwa metode edukasi yang bersifat partisipatif lebih mampu menjawab kebutuhan remaja dibandingkan metode penyampaian informasi secara satu arah.

Peningkatan pengetahuan remaja terkait TRIAD KRR setelah pelaksanaan DKT menunjukkan bahwa proses diskusi memberikan ruang bagi peserta untuk memahami materi secara lebih mendalam. Melalui diskusi kelompok, remaja tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai subjek aktif yang terlibat dalam proses pembelajaran. Remaja dapat mengajukan pertanyaan, menyampaikan pendapat, serta mendiskusikan permasalahan yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Hal ini membantu remaja memahami risiko seksualitas berisiko, HIV/AIDS, dan

penyalahgunaan Napza secara lebih kontekstual dan realistis.

Perubahan sikap remaja yang signifikan setelah intervensi juga menjadi temuan penting dalam penelitian ini. Sikap merupakan faktor predisposisi yang sangat berpengaruh terhadap terbentuknya perilaku kesehatan. Remaja yang memiliki sikap positif terhadap kesehatan reproduksi cenderung memiliki kesadaran yang lebih baik dalam menjaga diri dan menghindari perilaku berisiko. Dalam konteks pencegahan TRIAD KRR, perubahan sikap ini merupakan langkah awal yang krusial karena sikap yang positif dapat mendorong remaja untuk bersikap lebih selektif dalam pergaulan dan pengambilan keputusan.

Pelibatan PIK-R sebagai pendidik sebaya dalam Diskusi Kelompok Terarah memberikan kontribusi yang signifikan terhadap keberhasilan intervensi. Remaja umumnya merasa lebih nyaman dan terbuka ketika berdiskusi dengan teman sebayanya karena adanya kesamaan usia, pengalaman, dan cara pandang. Kondisi ini menciptakan suasana diskusi yang lebih santai dan tidak mengintimidasi, sehingga pesan kesehatan dapat diterima dengan lebih baik. Selain itu, peran teman sebaya sebagai role model positif dapat memengaruhi norma kelompok dan memperkuat nilai-nilai perilaku sehat di kalangan remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendekatan peer education efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terkait kesehatan reproduksi. Program edukasi berbasis teman sebaya dinilai

lebih relevan dengan karakteristik remaja dan mampu menjangkau isu-isu sensitif dengan cara yang lebih diterima. Pendekatan ini juga sejalan dengan kebijakan nasional yang mendorong optimalisasi peran PIK-R sebagai sarana edukasi dan konseling

## KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa penerapan Diskusi Kelompok Terarah (DKT) dengan melibatkan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) sebagai teman sebaya merupakan metode yang efektif dalam upaya pencegahan TRIAD Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) pada remaja di SMP Global Nusantara. Efektivitas metode ini ditunjukkan melalui adanya peningkatan yang bermakna pada tingkat pengetahuan dan sikap remaja setelah diberikan intervensi edukasi kesehatan reproduksi. Hasil tersebut menegaskan bahwa pendekatan edukasi yang bersifat partisipatif dan komunikatif lebih sesuai dengan karakteristik remaja dibandingkan dengan metode penyampaian informasi secara satu arah.

Peningkatan pengetahuan remaja mengenai TRIAD KRR menunjukkan bahwa Diskusi Kelompok Terarah mampu membantu remaja memahami isu-isu kesehatan reproduksi secara lebih komprehensif. Melalui proses diskusi yang interaktif, remaja tidak hanya menerima informasi, tetapi juga terlibat aktif dalam pembelajaran dengan mengaitkan materi dengan pengalaman dan realitas kehidupan sehari-hari. Pemahaman yang lebih baik mengenai risiko seksualitas berisiko, HIV/AIDS, dan penyalahgunaan Napza

menjadi landasan penting dalam membangun kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sejak dini.

Selain peningkatan pengetahuan, penelitian ini juga menunjukkan adanya perubahan sikap remaja ke arah yang lebih positif setelah intervensi dilakukan. Sikap positif terhadap kesehatan reproduksi merupakan faktor predisposisi yang berperan penting dalam pembentukan perilaku sehat. Remaja yang memiliki sikap positif cenderung lebih mampu mengambil keputusan yang bertanggung jawab, menolak perilaku berisiko, serta lebih menyadari konsekuensi jangka panjang dari tindakan yang dilakukan. Dengan demikian, perubahan sikap yang terjadi menjadi modal awal yang signifikan dalam upaya pencegahan TRIAD KRR secara berkelanjutan.

Pelibatan PIK-R sebagai pendidik sebaya terbukti memberikan kontribusi penting terhadap keberhasilan intervensi. Pendekatan teman sebaya menciptakan suasana diskusi yang lebih terbuka, nyaman, dan tidak menghakimi, sehingga pesan kesehatan lebih mudah diterima oleh remaja. Kesamaan usia dan pengalaman antara pendidik sebaya dan peserta diskusi memperkuat efektivitas penyampaian informasi serta mendorong terbentuknya norma dan nilai positif di lingkungan remaja.

Berdasarkan keseluruhan temuan, dapat disimpulkan bahwa pencegahan TRIAD KRR pada remaja memerlukan pendekatan yang tidak hanya menekankan pada materi edukasi, tetapi juga pada metode dan pelibatan aktif remaja sebagai subjek utama. Diskusi

Kelompok Terarah dengan melibatkan PIK-R sebagai teman sebaya dapat dijadikan strategi promotif dan preventif yang aplikatif, efektif, dan berkelanjutan di lingkungan sekolah guna mendukung terbentuknya generasi remaja yang sehat, berpengetahuan, dan bertanggung jawab.

## REFERENSI

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2019). *Pedoman pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R)*. Jakarta: BKKBN.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2020). *Kesehatan reproduksi remaja dan TRIAD KRR*. Jakarta: BKKBN.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Profil kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Situasi kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2020). *Penguatan pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah*. Jakarta: Kemendikbud RI.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sari, D. P., & Lestari, Y. (2019). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode diskusi kelompok terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang kesehatan reproduksi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 123–130.
- Sarwono, S. W. (2015). *Psikologi remaja*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Susanto, T., Rahmawati, I., & Wantiyah. (2020). Efektivitas peer education terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 45–53.
- World Health Organization. (2018). *Adolescent sexual and reproductive health*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2020). *Global accelerated action for the health of adolescents (AA-HA!)*. Geneva: WHO.