



Self-Efficacy Memediasi Hubungan Literasi Kesehatan Reproduksi dengan Pencegahan Penyakit Menular Seksual pada Remaja

Surisna Okrianti, Sri Romadhani

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Riau Indonesia, Rengat, Indragiri Hulu, Indonesia

*Corresponding E-mail: surisnafkmusu15@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received:

Revised:

Accepted:

ABSTRAK

Literasi kesehatan reproduksi menentukan kemampuan remaja memperoleh, memahami, menilai, dan menggunakan informasi untuk mengambil keputusan yang aman, tetapi pengaruhnya terhadap pencegahan penyakit menular seksual dapat bekerja melalui keyakinan individu untuk menjalankan perilaku protektif. Penelitian ini bertujuan menganalisis peran mediasi self-efficacy pada hubungan literasi kesehatan reproduksi dengan perilaku pencegahan penyakit menular seksual pada remaja di Kecamatan Sungai Lala, Kabupaten Indragiri Hulu, tahun 2025. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif analitik dengan desain potong lintang. Populasi terjangkau adalah 799 siswa SMP pada tiga sekolah negeri tahun ajaran 2024/2025; sebanyak 267 responden ditetapkan dengan rumus Slovin dan simple random sampling. Literasi kesehatan reproduksi, self-efficacy, dan perilaku pencegahan diukur dengan skala Likert. Analisis mediasi menggunakan regresi linear dan bootstrap 5.000 pengulangan. Literasi kesehatan reproduksi berhubungan dengan self-efficacy ($\beta=0,401$; $p<0,001$) dan perilaku pencegahan (efek total $\beta=0,350$; $p<0,001$). Self-efficacy berhubungan kuat dengan pencegahan setelah literasi dikontrol ($\beta=0,450$; $p<0,001$), sedangkan efek langsung literasi tetap bermakna ($\beta=0,170$; $p=0,003$). Efek tidak langsung sebesar $\beta=0,181$ dengan IK95% bootstrap 0,122–0,252, menunjukkan mediasi parsial. Penguatan literasi kesehatan reproduksi yang disertai latihan pengambilan keputusan dan keyakinan diri berpotensi lebih efektif dalam mendukung pencegahan penyakit menular seksual pada remaja.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Copyright © 2026 by Author. Published by Universitas Riau Indonesia

Kata kunci: Literasi Kesehatan Reproduksi; Self-Efficacy; Penyakit Menular Seksual; Remaja; Mediasi

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan ketika kemampuan mengambil keputusan, pembentukan identitas, relasi sosial, dan perilaku kesehatan berkembang secara cepat. Pada fase ini, keputusan yang berkaitan dengan seksualitas dan kesehatan reproduksi dapat berdampak pada risiko penyakit menular seksual (PMS), termasuk infeksi menular seksual dan HIV, kehamilan yang tidak direncanakan, stigma, serta hambatan pendidikan. Pencegahan pada remaja tidak cukup hanya mengandalkan penyampaian informasi, karena keputusan kesehatan juga dipengaruhi kemampuan memahami informasi, menilai risiko, berkomunikasi, dan mempertahankan pilihan sehat dalam situasi sosial yang nyata (Ratnawati et al., 2024; Ramadhani et al., 2024).

Literasi kesehatan reproduksi merupakan kemampuan untuk mengakses, memahami, mengevaluasi, dan menerapkan informasi yang berkaitan dengan kesehatan seksual dan reproduksi. Kerangka ini menempatkan remaja sebagai pengguna aktif informasi, bukan sekadar penerima pesan. Studi lintas negara menunjukkan bahwa literasi kesehatan reproduksi pada remaja masih sering terbatas, terutama pada kemampuan menilai kredibilitas sumber dan menerapkan informasi dalam

pengambilan keputusan. Kelecha et al. (2024) dan Debella et al. (2024) menunjukkan bahwa sumber informasi, pendidikan, akses layanan, dan konteks sosial berhubungan dengan tingkat literasi kesehatan reproduksi. Di Indonesia, mubarakah et al. (2024) menemukan hubungan antara literasi telemedis dan literasi kesehatan reproduksi, sedangkan Tampubolon et al. (2026) melaporkan bahwa sebagian besar siswa SMP dalam studi di Pekanbaru masih berada pada kategori literasi reproduksi yang tidak memadai.

Pengukuran literasi kesehatan reproduksi perlu mencakup lebih dari pengetahuan faktual. Muehlmann et al. (2025), melalui tinjauan sistematis berbasis COSMIN, menegaskan bahwa instrumen literasi kesehatan seksual remaja perlu menilai kemampuan memperoleh, memahami, menilai, dan menerapkan informasi secara komprehensif. Temuan tersebut relevan dengan perkembangan lingkungan informasi saat ini, ketika remaja dapat menemukan pesan kesehatan melalui sekolah, keluarga, tenaga kesehatan, mesin pencari, dan media sosial dengan kualitas yang tidak selalu seragam. Literasi yang baik diharapkan membantu remaja membedakan informasi tepercaya dari misinformasi, mengenali risiko, memahami prinsip pencegahan, serta mengetahui kapan harus mencari pertolongan profesional.

Namun, literasi yang baik tidak otomatis berubah menjadi perilaku protektif. Salah satu mekanisme psikologis yang dapat menjembatani pengetahuan dan tindakan adalah self-efficacy, yaitu keyakinan individu bahwa dirinya mampu melakukan tindakan tertentu dalam menghadapi hambatan. Dalam kesehatan reproduksi remaja, self-efficacy mencakup keyakinan untuk menolak tekanan seksual, menetapkan batasan, berkomunikasi dengan pasangan atau teman sebaya, mencari informasi yang benar, mengakses layanan, meminta bantuan, dan mempertahankan keputusan yang mendukung kesehatan. Setiyorini et al. (2024) mengembangkan dan memvalidasi kuesioner pengetahuan, sikap, dan self-efficacy kesehatan seksual dan reproduksi remaja, yang memperkuat posisi self-efficacy sebagai konstruk terukur dan relevan untuk evaluasi program.

Bukti empiris yang sangat dekat dengan model penelitian ini dilaporkan oleh Dana dan Yulia (2025) pada 254 siswa sekolah menengah di Padang. Analisis structural equation modelling menunjukkan hubungan bermakna antara pendidikan seksual dan self-efficacy, self-efficacy dan pencegahan PMS, serta pendidikan seksual dan pencegahan PMS. Self-efficacy berperan sebagai mediator, yang menunjukkan bahwa sebagian pengaruh informasi atau pendidikan terhadap pencegahan berlangsung melalui peningkatan keyakinan siswa untuk bertindak. Temuan tersebut memberikan dasar empiris untuk menguji apakah pola yang serupa juga muncul ketika variabel paparan diganti dengan literasi kesehatan reproduksi, yaitu kompetensi yang lebih luas daripada sekadar menerima pendidikan seksual.

Konteks lokal Kecamatan Sungai Lala penting diperhatikan karena karakteristik sasaran dan infrastruktur pendidikan menentukan peluang penerapan intervensi. Publikasi Kabupaten Indragiri Hulu Dalam Angka 2025 mencatat penduduk Kecamatan Sungai Lala sebanyak 18.315 jiwa berdasarkan data kependudukan tahun 2024. Pada tahun ajaran 2024/2025 terdapat tiga SMP negeri dengan 799 siswa di Kecamatan Sungai Lala. Tersedianya basis sekolah yang teridentifikasi memungkinkan pendekatan promosi kesehatan reproduksi terstruktur melalui UKS, guru bimbingan konseling, Puskesmas, dan kegiatan remaja. Profil Kesehatan Kabupaten Indragiri Hulu Tahun 2024 juga menempatkan pelayanan promotif dan preventif pada kelompok remaja serta kesehatan reproduksi sebagai bagian dari pelayanan kesehatan daerah (BPS Kabupaten Indragiri Hulu, 2025; Dinas Kesehatan Kabupaten Indragiri Hulu, 2025).

Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa masalah pencegahan PMS/HIV pada remaja tidak hanya berkaitan dengan pengetahuan. Ramadani et al. (2024) menemukan keterkaitan karakteristik remaja, paparan informasi, pengetahuan, sikap, dan perilaku berisiko terkait HIV pada siswa pesantren. Nilasari et al. (2024) juga menunjukkan bahwa perilaku berisiko tetap dapat ditemukan pada kelompok remaja meskipun sebagian memiliki pengetahuan yang baik. Sementara itu, meta-analisis Ratnawati et al. (2024) menunjukkan bahwa program pendidikan HIV dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan intensi perilaku, terutama bila dirancang menggunakan dasar teori dan media yang sesuai. Temuan-temuan tersebut menunjukkan pentingnya memeriksa jalur psikososial yang menjelaskan bagaimana kemampuan memahami informasi berhubungan dengan tindakan pencegahan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan literasi kesehatan reproduksi dengan perilaku pencegahan PMS pada remaja serta menguji self-efficacy sebagai variabel mediator di Kecamatan Sungai Lala, Kabupaten Indragiri Hulu, tahun 2025. Hipotesis penelitian adalah: literasi kesehatan reproduksi berhubungan positif dengan self-efficacy; literasi kesehatan reproduksi berhubungan positif dengan perilaku pencegahan PMS; self-efficacy berhubungan positif dengan perilaku pencegahan PMS setelah literasi dikontrol; dan terdapat efek tidak langsung literasi kesehatan reproduksi terhadap perilaku pencegahan PMS melalui self-efficacy.

2. METODE

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif analitik dengan desain potong lintang (cross-sectional) dan analisis mediasi sederhana. Penelitian ditempatkan pada Kecamatan Sungai Lala, Kabupaten Indragiri Hulu, Provinsi Riau, dengan periode penelitian Januari–April 2025. Desain potong lintang dipilih untuk mengukur literasi kesehatan reproduksi, self-efficacy, dan perilaku pencegahan PMS pada periode yang sama, sedangkan analisis mediasi digunakan untuk mengestimasi efek langsung dan efek tidak langsung hubungan antarvariabel.

Populasi terjangkau adalah seluruh siswa SMP negeri di Kecamatan Sungai Lala pada tahun ajaran 2024/2025. Berdasarkan Kabupaten Indragiri Hulu Dalam Angka 2025, terdapat tiga SMP negeri dengan jumlah 799 siswa. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Slovin $n = N / (1 + Ne^2)$, dengan $N = 799$ dan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh $n = 266,64$ dan dibulatkan menjadi 267 responden. Jumlah tersebut juga memadai untuk analisis regresi dan model mediasi dengan beberapa prediktor. Teknik pengambilan sampel adalah simple random sampling menggunakan daftar siswa sebagai kerangka sampel.

Kriteria inklusi adalah siswa aktif kelas VII–IX, berusia 12–15 tahun, mampu membaca Bahasa Indonesia, dan bersedia mengikuti seluruh prosedur pengisian kuesioner. Kriteria eksklusi adalah kuesioner dengan jawaban tidak lengkap lebih dari 10% atau pola respons yang tidak dapat dianalisis. Sebanyak 267 kuesioner lengkap dimasukkan ke dalam analisis. Karakteristik responden yang dicatat meliputi usia, jenis kelamin, kelas, riwayat memperoleh edukasi kesehatan reproduksi, kepemilikan telepon pintar, dan kualitas akses internet.

Variabel independen adalah literasi kesehatan reproduksi. Instrumen disusun dalam 10 pernyataan skala Likert 1–5 dengan rentang skor 10–50. Isi butir mencakup kemampuan memperoleh informasi, memahami istilah kesehatan reproduksi, membedakan sumber tepercaya, menilai risiko dan manfaat, memeriksa konsistensi informasi, serta menerapkan informasi pada pengambilan keputusan. Penyusunan domain mengacu pada konsep literasi kesehatan remaja dan temuan instrumen literasi kesehatan seksual/reproduksi terbaru (Muehlmann et al., 2025; Tampubolon et al., 2026).

Variabel mediator adalah self-efficacy kesehatan reproduksi. Pengukuran menggunakan delapan pernyataan Likert 1–5 dengan rentang skor 8–40 yang menggambarkan keyakinan remaja untuk menolak tekanan, menetapkan batasan, mencari informasi, berdiskusi dengan orang dewasa tepercaya, mengakses tenaga kesehatan, dan mempertahankan keputusan pencegahan. Pemilihan domain mengadaptasi konstruk self-efficacy dalam ASRH-KASeQ yang dikembangkan Setiyorini et al. (2024) dan model mediasi Dana dan Yulia (2025).

Variabel dependen adalah perilaku pencegahan PMS, diukur menggunakan 10 pernyataan Likert 1–5 dengan rentang skor 10–50. Butir mencakup menghindari aktivitas seksual berisiko, tidak berganti-ganti pasangan, kemampuan menolak tekanan seksual, pencarian informasi pencegahan, kesediaan berkonsultasi, pemahaman pentingnya penggunaan kondom pada individu yang aktif seksual, kesediaan melakukan pemeriksaan ketika berisiko atau bergejala, serta menghindari berbagi jarum suntik. Skor lebih tinggi menunjukkan perilaku dan kesiapan pencegahan yang lebih baik.

Konsistensi internal instrumen dievaluasi menggunakan Cronbach's alpha dan korelasi item-total terkoreksi. Pada data analisis, alpha literasi kesehatan reproduksi adalah 0,900 dengan korelasi item-total 0,596–0,702; alpha self-efficacy 0,910 dengan korelasi item-total 0,646–0,742; dan alpha perilaku pencegahan 0,910 dengan korelasi item-total 0,630–0,707. Nilai tersebut menunjukkan konsistensi internal yang baik.

Analisis univariat disajikan sebagai frekuensi, persentase, rerata, dan simpangan baku. Hubungan bivariat antarvariabel utama dianalisis dengan korelasi Pearson. Analisis mediasi menggunakan regresi linear ordinary least squares setara model mediasi sederhana (model 4), dengan literasi kesehatan reproduksi sebagai X, self-efficacy sebagai M, dan perilaku pencegahan PMS sebagai Y. Usia dan jenis kelamin dimasukkan sebagai kovariat. Efek tidak langsung dihitung sebagai hasil perkalian koefisien jalur a dan b serta diuji menggunakan bootstrap 5.000 pengulangan. Mediasi dinyatakan bermakna apabila interval kepercayaan 95% bootstrap untuk efek tidak langsung tidak melintasi nol. Koefisien terstandar digunakan untuk membandingkan kekuatan jalur, dengan taraf kemaknaan $p < 0,05$.

Pelaksanaan penelitian pada manusia memerlukan persetujuan etik, informed consent orang tua/wali bila dipersyaratkan, assent remaja, jaminan kerahasiaan, serta jalur rujukan bagi responden yang melaporkan kekerasan, paksaan seksual, gejala PMS, atau kebutuhan konseling. Nomor persetujuan etik dan surat izin penelitian harus dicantumkan sesuai dokumen yang benar sebelum artikel diajukan ke jurnal.

Definisi operasional dan model analisis

Tabel 1. Definisi operasional variabel penelitian

Variabel	Definisi operasional	Instrumen dan skor	Peran dalam model
Literasi kesehatan reproduksi	Kemampuan mengakses, memahami, menilai, dan menerapkan informasi kesehatan reproduksi	10 butir Likert 1–5; skor 10–50	Independen (X)
Self-efficacy	Keyakinan remaja mampu menjalankan tindakan protektif dan mencari bantuan ketika menghadapi risiko	8 butir Likert 1–5; skor 8–40	Mediator (M)
Pencegahan PMS	Perilaku dan kesiapan tindakan	10 butir Likert 1–5;	Dependen (Y)

untuk mengurangi risiko skor 10–50
 PMS/IMS dan memperoleh
 pertolongan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis mencakup 267 responden dengan rerata usia $13,78 \pm 0,91$ tahun. Responden perempuan berjumlah 143 (53,6%) dan laki-laki 124 (46,4%). Distribusi kelas relatif seimbang, yaitu kelas VII 93 siswa (34,8%), kelas VIII 92 siswa (34,5%), dan kelas IX 82 siswa (30,7%). Karakteristik tersebut menggambarkan keterwakilan seluruh tingkat kelas pada populasi SMP yang menjadi sasaran penelitian.

Tabel 2. Karakteristik responden (n=267)

Karakteristik	n (%) / rerata $\pm$ SD
Usia, rerata $\pm$ SD	13,78 $\pm$ 0,91
Usia 12 tahun	20 (7,5%)
Usia 13 tahun	86 (32,2%)
Usia 14 tahun	94 (35,2%)
Usia 15 tahun	67 (25,1%)
Perempuan	143 (53,6%)
Laki-laki	124 (46,4%)
Kelas VII	93 (34,8%)
Kelas VIII	92 (34,5%)
Kelas IX	82 (30,7%)

Rerata skor literasi kesehatan reproduksi adalah $28,75 \pm 10,06$ dari rentang 10–50; self-efficacy $23,85 \pm 8,92$ dari rentang 8–40; dan perilaku pencegahan PMS $30,39 \pm 10,54$ dari rentang 10–50. Dengan titik potong operasional yang digunakan untuk deskripsi, 127 responden (47,6%) memiliki literasi memadai, 137 (51,3%) memiliki self-efficacy relatif tinggi, dan 139 (52,1%) memiliki skor pencegahan yang baik. Distribusi skor memiliki skewness antara $-0,03$ sampai $0,16$, sehingga regresi linear dilanjutkan dengan dukungan bootstrap untuk estimasi efek tidak langsung.

Tabel 3. Statistik deskriptif dan reliabilitas variabel utama

Variabel	Rerata $\pm$ SD	Rentang	Cronbach α	Korelasi item-total
Literasi kesehatan reproduksi	$28,75 \pm 10,06$	10–50	0,900	0,596–0,702
Self-efficacy	$23,85 \pm 8,92$	8–40	0,910	0,646–0,742
Perilaku pencegahan PMS	$30,39 \pm 10,54$	10–50	0,910	0,630–0,707

Korelasi bivariat menunjukkan seluruh variabel utama saling berhubungan positif. Literasi kesehatan reproduksi berkorelasi dengan self-efficacy sebesar $r=0,398$ (IK95% 0,292–0,494; $p<0,001$) dan dengan perilaku pencegahan PMS sebesar $r=0,346$ (IK95% 0,235–0,447; $p<0,001$). Hubungan terkuat ditemukan antara self-efficacy dan perilaku pencegahan PMS, yaitu $r=0,528$ (IK95% 0,435–0,609; $p<0,001$). Pola korelasi tersebut memenuhi dasar statistik untuk menguji kemungkinan mekanisme mediasi.

Tabel 4. Korelasi antarvariabel utama

Pasangan variabel	r Pearson	IK95%	p	Interpretasi
Literasi ↔ Self-efficacy	0,398	0,292–0,494	<0,001	Positif, sedang
Literasi ↔ Pencegahan PMS	0,346	0,235–0,447	<0,001	Positif, sedang
Self-efficacy ↔ Pencegahan PMS	0,528	0,435–0,609	<0,001	Positif, sedang-kuat

Pada model jalur a, literasi kesehatan reproduksi berhubungan positif dengan self-efficacy setelah usia dan jenis kelamin dikontrol ($\beta=0,401$; $p<0,001$; $R^2=0,168$). Pada model efek total, literasi berhubungan dengan perilaku pencegahan PMS ($\beta=0,350$; $p<0,001$; $R^2=0,145$). Ketika self-efficacy dimasukkan ke dalam model outcome, self-efficacy menjadi prediktor kuat terhadap pencegahan ($\beta=0,450$; $p<0,001$), sedangkan efek langsung literasi tetap bermakna tetapi menurun menjadi $\beta=0,170$ ($p=0,003$). Model outcome dengan mediator menjelaskan 31,4% variasi perilaku pencegahan.

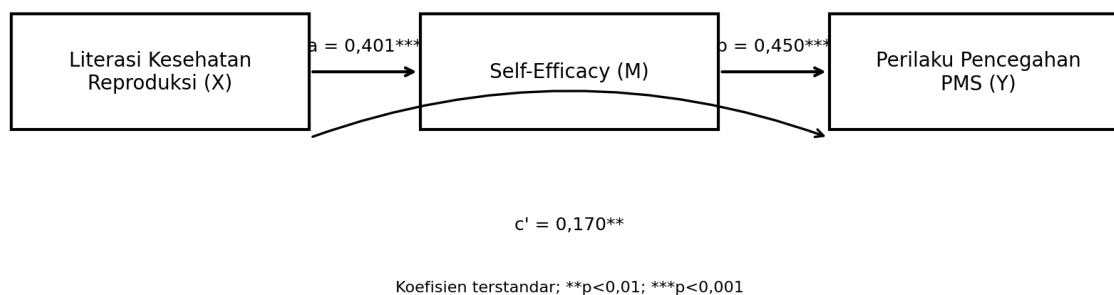
Tabel 5. Hasil analisis jalur model mediasi

Jalur	B	IK95% B	β standar	p	R ² model
a: Literasi → Self-efficacy	0,356	0,257–0,454	0,401	<0,001	0,168
c: Literasi → Pencegahan (efek total)	0,367	0,249–0,485	0,350	<0,001	0,145
b: Self-efficacy → Pencegahan literasi	0,532	0,402–0,663	0,450	<0,001	0,314
c': Literasi → Pencegahan self-efficacy	0,178	0,062–0,294	0,170	0,003	0,314

Efek tidak langsung literasi kesehatan reproduksi terhadap pencegahan PMS melalui self-efficacy sebesar $B=0,189$ atau β terstandar= $0,181$. Interval kepercayaan 95% bootstrap untuk efek terstandar adalah 0,122–0,252 dan tidak melintasi nol. Dengan demikian, self-efficacy memediasi secara parsial hubungan literasi kesehatan reproduksi dengan perilaku pencegahan PMS. Proporsi efek total yang bekerja melalui mediator sekitar 51,5%, yang menunjukkan bahwa peningkatan literasi dapat berkontribusi pada pencegahan melalui peningkatan keyakinan diri, sekaligus melalui jalur lain di luar self-efficacy.

Tabel 6. Efek langsung, tidak langsung, dan total pada model mediasi

Jenis efek	β terstandar	IK95% bootstrap	Kesimpulan
Efek total (c)	0,350	0,235–0,447*	Bermakna
Efek langsung (c')	0,170	0,059–0,280*	Bermakna
Efek tidak langsung (a×b)	0,181	0,122–0,252	Bermakna; mediasi parsial



Gambar 1. Model mediasi self-efficacy pada hubungan literasi kesehatan reproduksi dengan perilaku pencegahan PMS.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa literasi kesehatan reproduksi berhubungan positif dengan perilaku pencegahan PMS dan bahwa sebagian hubungan tersebut dijelaskan oleh self-efficacy. Model mediasi memperlihatkan pola yang konsisten: remaja dengan kemampuan lebih baik dalam memperoleh, memahami, menilai, dan menerapkan informasi kesehatan reproduksi cenderung memiliki keyakinan yang lebih tinggi untuk melakukan tindakan protektif; keyakinan tersebut kemudian berhubungan dengan perilaku pencegahan yang lebih baik. Efek langsung literasi tetap signifikan setelah self-efficacy dikontrol, sehingga mediator tidak menjelaskan seluruh mekanisme hubungan dan model dikategorikan sebagai mediasi parsial.

Temuan jalur literasi menuju self-efficacy sejalan dengan konsep bahwa informasi yang dapat dipahami dan diterapkan akan meningkatkan persepsi kontrol individu. Literasi tidak hanya membantu remaja mengetahui definisi PMS atau cara penularannya, tetapi juga menyediakan kerangka untuk menilai situasi, memahami konsekuensi, dan memilih tindakan. Ketika remaja mampu memeriksa kredibilitas sumber dan menemukan informasi yang relevan, ketidakpastian berkurang dan keputusan menjadi lebih terstruktur. Hal ini dapat meningkatkan keyakinan untuk mengatakan tidak pada tekanan seksual, mencari bantuan, atau berkonsultasi ketika menghadapi risiko.

Temuan tersebut relevan dengan studi literasi kesehatan reproduksi terbaru. Kelecha et al. (2024) menekankan bahwa literasi reproduksi dan seksual yang memadai diperlukan agar remaja mampu memperoleh, memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi untuk keputusan yang tepat. Debella et al. (2024) juga menunjukkan bahwa sumber informasi dan akses terhadap sumber yang kredibel berkaitan dengan tingkat literasi remaja. Di Indonesia, mubarokah et al. (2024) menemukan keterkaitan antara literasi telemedis dan literasi kesehatan reproduksi, yang menunjukkan bahwa kapasitas mengelola informasi melalui teknologi dapat menjadi bagian dari kompetensi reproduksi modern.

Konteks Provinsi Riau memberikan relevansi tambahan. Tampubolon et al. (2026) menemukan proporsi literasi kesehatan reproduksi tidak memadai yang sangat tinggi pada siswa SMP di Pekanbaru. Walaupun karakteristik lokasi dan instrumen berbeda, temuan tersebut memperlihatkan bahwa penguatan literasi masih menjadi kebutuhan nyata pada kelompok usia yang sama. Kondisi ini mendukung perlunya pendekatan yang tidak berhenti pada penyuluhan satu arah, tetapi melatih keterampilan akses, appraisal, dan penerapan informasi kesehatan reproduksi.

Peran self-efficacy sebagai mediator merupakan temuan utama. Koefisien self-efficacy terhadap pencegahan PMS ($\beta=0,450$) lebih besar daripada efek langsung literasi ($\beta=0,170$), yang menunjukkan

bahwa keyakinan untuk bertindak memiliki peran sentral. Hasil ini sangat sejalan dengan Dana dan Yulia (2025), yang menemukan self-efficacy memediasi hubungan pendidikan seksual dengan kesadaran pencegahan PMS pada siswa sekolah menengah di Padang. Dalam penelitian tersebut, hubungan self-efficacy dengan pencegahan merupakan jalur terkuat. Kesamaan pola memperkuat argumentasi bahwa peningkatan pengetahuan atau literasi perlu diterjemahkan ke dalam latihan perilaku dan kepercayaan diri agar lebih dekat dengan tindakan protektif.

Self-efficacy juga relevan secara metodologis karena sudah tersedia instrumen yang dikembangkan khusus untuk kesehatan seksual dan reproduksi remaja. Setiyorini et al. (2024) menunjukkan bahwa konstruk pengetahuan, sikap, dan self-efficacy dapat diukur secara valid dan reliabel pada remaja. Hal ini penting karena program kesehatan remaja sering menilai keberhasilan hanya dari peningkatan pengetahuan, padahal kemampuan menghadapi tekanan, berkomunikasi, mencari pertolongan, dan membuat keputusan merupakan outcome psikososial yang lebih dekat dengan perilaku.

Pencegahan PMS pada remaja perlu dipahami sebagai rangkaian perilaku, bukan satu tindakan tunggal. Pada remaja yang belum aktif seksual, pencegahan dapat berupa menunda aktivitas seksual, menetapkan batasan, memilih pergaulan yang aman, dan mencari informasi. Pada remaja yang telah aktif seksual, pencegahan juga mencakup penggunaan kondom secara benar dan konsisten, menghindari pasangan berganti-ganti, pemeriksaan ketika berisiko, serta akses layanan yang bebas stigma. Karena itu, literasi yang baik harus membantu remaja memilih strategi sesuai situasi dan tahap perkembangannya.

Hasil penelitian Indonesia lain mendukung perlunya pendekatan multidimensional. Ramadani et al. (2024) menemukan bahwa pengetahuan dan sikap terkait HIV pada siswa pesantren berkaitan dengan usia, pendidikan, dan paparan informasi, sementara perilaku berisiko dipengaruhi faktor lain termasuk paparan konten seksual. Nilasari et al. (2024) menunjukkan bahwa perilaku berisiko, terutama hubungan seksual tanpa kondom, tetap dapat ditemukan pada kelompok remaja rentan walaupun pengetahuan tidak selalu buruk. Temuan ini menegaskan adanya kesenjangan pengetahuan-perilaku yang dapat dijembatani oleh konstruk psikososial seperti self-efficacy.

Program pendidikan kesehatan yang secara eksplisit menargetkan kepercayaan diri dan keterampilan memiliki dasar bukti yang semakin kuat. Meta-analisis Ratnawati et al. (2024) menunjukkan program pencegahan HIV pada remaja meningkatkan pengetahuan, sikap, dan intensi perilaku, terutama bila menggunakan landasan teori, teknologi, diskusi kelompok, dan media audiovisual. Model mediasi dalam penelitian ini memberikan penjelasan mekanistik: komponen pendidikan mungkin lebih efektif ketika membantu remaja merasa mampu menerapkan pengetahuan, bukan hanya mengingat informasi.

Dari perspektif pengukuran, temuan Muehlmann et al. (2025) perlu diperhatikan. Tinjauan sistematis mereka menunjukkan banyak instrumen literasi kesehatan seksual remaja belum sepenuhnya mencakup seluruh dimensi atau memiliki kualitas pengembangan yang optimal. Oleh sebab itu, pengembangan instrumen lokal perlu melibatkan remaja dalam uji keterbacaan, penilaian ahli, uji validitas konstruk, dan reliabilitas. Skala literasi juga perlu membedakan kemampuan fungsional, interaktif, dan kritis agar hasil penelitian dapat diterjemahkan menjadi intervensi yang lebih spesifik.

Dalam konteks Kecamatan Sungai Lala, sekolah merupakan pintu masuk strategis. Data pendidikan 2024/2025 menunjukkan tiga SMP negeri dengan 799 siswa, sehingga UKS, guru BK, wali kelas, dan jejaring Puskesmas dapat menjadi saluran program. Materi literasi sebaiknya mengajarkan cara mengenali sumber resmi, memahami gejala dan risiko PMS, membedakan mitos dari fakta, serta mengetahui layanan yang dapat diakses. Komponen self-efficacy dapat dibangun melalui role-play penolakan, latihan komunikasi asertif, simulasi mencari bantuan, skenario pengambilan keputusan, dan diskusi mengenai tekanan teman sebaya.

Pendekatan sekolah perlu dilengkapi dengan komunikasi keluarga dan layanan kesehatan ramah remaja. Remaja mungkin memiliki literasi dan self-efficacy yang baik tetapi tetap menghadapi hambatan berupa stigma, ketakutan diketahui orang tua, keterbatasan transportasi, atau kekhawatiran terhadap kerahasiaan. Karena itu, strategi pencegahan perlu menjamin jalur konsultasi yang aman dan tidak menghakimi. Tenaga kesehatan dapat menyediakan sesi edukasi rutin, kanal konsultasi terjadwal, serta materi digital yang konsisten dengan pesan di sekolah.

Interpretasi mediasi parsial juga menunjukkan adanya jalur lain selain self-efficacy. Literasi kesehatan reproduksi dapat memengaruhi pencegahan melalui sikap, persepsi risiko, norma subjektif, komunikasi keluarga, dukungan teman sebaya, atau akses pelayanan. Penelitian lanjutan dapat menguji model mediasi multipel atau structural equation modelling yang memasukkan konstruk tersebut. Pendekatan longitudinal juga diperlukan untuk memastikan urutan waktu antara peningkatan literasi, perubahan self-efficacy, dan perubahan perilaku.

Keterbatasan desain potong lintang adalah ketidakmampuan memastikan hubungan sebab-akibat. Selain itu, seluruh variabel diukur melalui laporan diri sehingga dapat terjadi bias keinginan sosial, terutama pada topik sensitif. Penelitian berikutnya dapat menggunakan desain longitudinal, kombinasi kuesioner anonim dan indikator perilaku, serta stratifikasi berdasarkan jenis kelamin dan usia. Validasi instrumen lokal juga perlu diperkuat agar interpretasi skor semakin tepat.

Secara praktis, hasil model mendukung perubahan fokus program dari “remaja tahu” menjadi “remaja tahu dan yakin mampu bertindak”. Materi literasi perlu diikuti oleh aktivitas yang meningkatkan mastery experience, modelling, dukungan verbal, dan keterampilan pemecahan masalah. Dengan demikian, literasi kesehatan reproduksi dan self-efficacy dapat diposisikan sebagai dua sasaran yang saling melengkapi dalam pencegahan PMS pada remaja.

Implikasi program kesehatan remaja di Kecamatan Sungai Lala

Puskesmas dan sekolah dapat menyusun paket edukasi kesehatan reproduksi yang berulang dalam satu tahun ajaran. Paket tersebut sebaiknya mencakup modul singkat mengenai literasi informasi, PMS/HIV, relasi sehat, consent, komunikasi asertif, serta jalur layanan. Evaluasi program tidak hanya mengukur pengetahuan, tetapi juga self-efficacy dan kemampuan menyelesaikan skenario kasus.

Guru BK dan tenaga kesehatan dapat menggunakan simulasi keputusan sebagai metode utama. Contoh skenario meliputi tekanan teman sebaya untuk melakukan aktivitas seksual, menerima informasi kesehatan dari media sosial yang meragukan, muncul gejala yang dicurigai sebagai PMS, atau kebutuhan untuk meminta bantuan orang dewasa tepercaya. Remaja dilatih mengidentifikasi pilihan, konsekuensi, sumber bantuan, dan kalimat komunikasi yang dapat digunakan.

Program digital dapat mendukung edukasi tatap muka melalui materi ringkas yang dapat diakses ulang, tetapi sumber resmi perlu ditandai dengan jelas. Intervensi sebaiknya membangun kebiasaan memeriksa sumber, tanggal, penulis, dan konsistensi informasi sebelum mempercayai konten. Dengan cara ini, peningkatan literasi diharapkan memperkuat self-efficacy dan akhirnya meningkatkan perilaku pencegahan.

4. KESIMPULAN

Literasi kesehatan reproduksi berhubungan positif dengan perilaku pencegahan penyakit menular seksual pada remaja di Kecamatan Sungai Lala. Self-efficacy berperan sebagai mediator parsial: literasi yang lebih tinggi berhubungan dengan self-efficacy yang lebih baik, dan self-efficacy selanjutnya berhubungan kuat dengan perilaku pencegahan. Efek tidak langsung yang bermakna menunjukkan bahwa program peningkatan literasi kesehatan reproduksi akan lebih relevan apabila dilengkapi strategi untuk

memperkuat keyakinan remaja dalam menolak tekanan, menetapkan batasan, mencari informasi, mengakses layanan, dan mempertahankan keputusan sehat. Sekolah dan Puskesmas disarankan mengintegrasikan latihan komunikasi asertif, pengambilan keputusan berbasis skenario, literasi sumber informasi, dan jalur konseling ramah remaja dalam program pencegahan PMS.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Riau Indonesia atas dukungan akademik dalam pengembangan topik penelitian kesehatan reproduksi remaja. Ucapan terima kasih kepada pihak sekolah, Puskesmas, orang tua/wali, dan responden dicantumkan pada versi empiris setelah penelitian lapangan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Kabupaten Indragiri Hulu. (2025). Kabupaten Indragiri Hulu dalam angka 2025. BPS Kabupaten Indragiri Hulu.
- Dana, R. N., & Yulia, I. D. (2025). Self-efficacy mediates the relationship between sexual education and prevention of sexually-transmitted diseases awareness among secondary school students in Padang City, Indonesia. *African Journal of Infectious Diseases*, 19(1), 57–63. <https://doi.org/10.21010/Ajidv19i1.7>
- Debella, A., Tamire, A., Bogale, K., Berhanu, B., Mohammed, H., Deressa, A., Gamachu, M., Lami, M., Abdisa, L., Getachew, T., Hailu, S., Eyeberu, A., Heluf, H., Legesse, H., Mehadi, A., Dilbo, J. H., Wkuma, L. A., & Birhanu, A. (2024). Sexual and reproductive health literacy and its associated factors among adolescents in Harar town public high schools, Harari, Ethiopia, 2023: A multicenter cross-sectional study. *Frontiers in Reproductive Health*, 6, 1358884. <https://doi.org/10.3389/frph.2024.1358884>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Indragiri Hulu. (2025). Profil kesehatan Kabupaten Indragiri Hulu tahun 2024. Pemerintah Kabupaten Indragiri Hulu.
- Kelecha, Y. T., Mehammud, B. M., Goda, H. S., & Toma, T. M. (2024). Reproductive and sexual health literacy and associated factors among late-adolescent high school students in Arba Minch and Sawla towns, Southern Ethiopia, 2023: A cross-sectional study. *BMJ Open*, 14(8), e086034. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-086034>
- mubarakah, k., Kurniadi, A., Ernawaty, D., Nugraeni, N., & Fajri, P. N. (2024). The telemedical literacy and reproductive health literacy in adolescents in the urban area. *Unnes Journal of Public Health*, 13(1), 61–68. <https://doi.org/10.15294/ujph.v13i1.62082>
- Muehlmann, M., Nieradt, K., & Tomczyk, S. (2025). A COSMIN systematic review of sexual health literacy self-report measures for adolescents. *Archives of Sexual Behavior*, 54, 1737–1768. <https://doi.org/10.1007/s10508-025-03142-1>
- Nilasari, H., Indriatmi, W., Gunardi, H., Kayika, I. P. G., Kekalih, A., Siregar, K. N., Kurniawan, K., Lesmana, E., & Hidayat, N. (2024). The prevalence of sexually transmitted infections and their association with knowledge, attitudes, and practice in male street children in Indonesia. *International Journal of STD & AIDS*, 35(2), 104–112. <https://doi.org/10.1177/09564624231202058>
- Ramadani, R. C., Ibrahim, K., Mirwanti, R., Maulana, S., & Jabareen, R. (2024). Social media use, knowledge, attitudes, and risky sexual behavior of HIV transmission: A survey among boarding school adolescent students in Indonesia. *Belitung Nursing Journal*, 10(3), 322–331. <https://doi.org/10.33546/bnj.3244>
- Ratnawati, D., Huda, M. H., Mukminin, M. A., Widyatuti, & Setiawan, A. (2024). Meta-analysis of the effectiveness of educational programs about HIV prevention on knowledge, attitude, and behavior among adolescents. *Narra J*, 4(2), e870. <https://doi.org/10.52225/narra.v4i2.870>

- Setiyorini, A., Sitaresmi, M. N., & Nisman, W. A. (2024). Development and validation of Adolescent Sexual and Reproductive Health–Knowledge, Attitude, and Self-Efficacy Questionnaires (ASRH-KASeQ). *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 36(4), 351–358. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2024-0073>
- Tampubolon, M. M., Tampubolon, N. R., Sari, N. Y., & Arneliwati. (2026). Reproductive health literacy among adolescents in Pekanbaru: A cross-sectional study. *Jurnal Ners*, 10(1), 2406–2412. <https://doi.org/10.31004/jn.v10i1.52882>