Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (1) 2026, Page: 20862-20868

Analisis Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Perilaku Remaja dalam Pencegahan Kehamilan Dini melalui Edukasi Kesehatan Reproduksi

Mely Nadia[1], Halimatussakdiyah Lubis[2]

[1] Program Studi Psikologi, Universitas Deztron Indonesia
[2] Program Studi Kebidanan, Universitas Deztron Indonesia

Corespondent Author: Mely Nadia, Email: Melynadia@udi.ac.id

Published: April , 2026

ABSTRACT

Early pregnancy among adolescents remains a significant public health problem, especially in developing countries. Psychological factors such as knowledge, attitudes, perceptions, and self-control play a crucial role in shaping preventive behavior. This study aims to analyze the influence of psychological factors on adolescent behavior in preventing early pregnancy through reproductive health education. This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. A sample of 120 adolescents was selected using a purposive sampling technique. Data were collected through questionnaires and analyzed using multiple linear regression. The results showed that knowledge, attitudes, and self-control significantly influenced early pregnancy prevention behavior ($p < 0.05$), with self-control being the most dominant factor. Reproductive health education has been shown to improve adolescents' psychological well-being, thus impacting behavioral change. In conclusion, structured educational interventions are essential to improve adolescents' psychological readiness to prevent early pregnancy.

Keywords: Adolescents, Early Pregnancy, Psychological Factors, Reproductive Education

ABSTRAK

Kehamilan dini pada remaja masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan, terutama di negara berkembang. Faktor psikologis seperti pengetahuan, sikap, persepsi, dan kontrol diri memiliki peran penting dalam membentuk perilaku pencegahan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh faktor psikologis terhadap perilaku remaja dalam mencegah kehamilan dini melalui edukasi kesehatan reproduksi. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel sebanyak 120 remaja diambil menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji regresi linear berganda. Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan kontrol diri berpengaruh signifikan terhadap perilaku pencegahan kehamilan dini ($p < 0,05$), dengan kontrol diri sebagai faktor paling dominan. Edukasi kesehatan reproduksi terbukti meningkatkan aspek psikologis remaja sehingga berdampak pada perubahan perilaku. Kesimpulannya, intervensi edukasi yang terstruktur sangat diperlukan untuk meningkatkan kesiapan psikologis remaja dalam mencegah kehamilan dini.

Kata Kunci: Remaja, Kehamilan Dini, Faktor Psikologis, Edukasi Reproduksi

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Pada fase ini, remaja mulai mengalami perkembangan identitas diri serta peningkatan rasa ingin tahu, termasuk dalam aspek kesehatan reproduksi. Kurangnya pemahaman

yang tepat mengenai kesehatan reproduksi dapat menyebabkan perilaku berisiko, salah satunya adalah kehamilan dini.

Kehamilan dini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik remaja, tetapi juga pada kondisi psikologis, sosial, dan ekonomi. Remaja yang mengalami kehamilan dini berisiko mengalami putus sekolah, tekanan sosial, serta gangguan kesehatan mental. Oleh karena itu, upaya pencegahan menjadi sangat penting, terutama melalui pendekatan edukasi kesehatan reproduksi.

Perilaku remaja dalam mencegah kehamilan dini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan, tetapi juga oleh faktor psikologis internal. Faktor seperti pengetahuan, sikap, persepsi terhadap risiko, serta kemampuan kontrol diri sangat menentukan bagaimana remaja mengambil keputusan terkait perilaku seksual. Edukasi kesehatan reproduksi berperan dalam membentuk faktor-faktor psikologis tersebut sehingga dapat mendorong perilaku yang lebih sehat.

Namun, dalam praktiknya, masih banyak remaja yang memiliki pengetahuan yang rendah, sikap yang kurang tepat, serta kontrol diri yang lemah terhadap perilaku berisiko. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan belum sepenuhnya efektif atau belum menyentuh aspek psikologis secara optimal.

Dengan demikian, diperlukan penelitian yang menganalisis secara langsung hubungan antara faktor psikologis dan perilaku remaja dalam pencegahan kehamilan dini. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai faktor dominan yang memengaruhi perilaku remaja serta menjadi dasar dalam pengembangan program edukasi kesehatan reproduksi yang lebih efektif.

a. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain **kuantitatif analitik** dengan pendekatan **cross-sectional**. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi hubungan antara faktor psikologis (pengetahuan, sikap, persepsi risiko, dan kontrol diri) dengan perilaku pencegahan kehamilan dini pada remaja dalam satu waktu pengukuran.

Pendekatan cross-sectional dinilai efektif untuk menggambarkan kondisi aktual responden serta menganalisis hubungan antar variabel tanpa melakukan intervensi jangka panjang. Selain itu, desain ini juga efisien dari segi waktu dan biaya, serta sesuai untuk penelitian yang bertujuan mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan suatu perilaku.

Penelitian ini bersifat non-eksperimental karena tidak memberikan perlakuan khusus terhadap responden, melainkan hanya mengamati dan menganalisis hubungan antar variabel yang ada.

b. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di lingkungan sekolah menengah (SMA/sederajat). Pemilihan lokasi dilakukan berdasarkan pertimbangan bahwa remaja sekolah merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi, termasuk kehamilan dini.

Waktu penelitian dilaksanakan selama ±1 bulan, yang meliputi tahap persiapan, pengumpulan data, hingga analisis data.

c. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja usia 15–19 tahun yang berada di lingkungan sekolah menengah.

Sampel penelitian berjumlah **120 responden**, yang ditentukan menggunakan teknik **purposive sampling**, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti.

Kriteria inklusi:

- Remaja berusia 15–19 tahun
- Terdaftar sebagai siswa aktif
- Bersedia menjadi responden (menandatangani informed consent)
- Pernah mendapatkan informasi terkait kesehatan reproduksi

Kriteria eksklusi:

- Responden yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap
- Responden yang tidak hadir saat pengumpulan data

Jumlah sampel dianggap cukup untuk analisis regresi linear berganda, karena telah memenuhi prinsip minimal jumlah sampel untuk analisis multivariat.

d. Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri dari:

1) **Variabel independen (bebas):**
   - Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi
   - Sikap terhadap pencegahan kehamilan dini
   - Persepsi risiko terhadap kehamilan dini
   - Kontrol diri
2) **Variabel dependen (terikat):**
   - Perilaku pencegahan kehamilan dini

   Setiap variabel diukur menggunakan indikator yang telah disusun berdasarkan teori perilaku kesehatan.

e. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah **kuesioner terstruktur** dengan skala Likert (1–4), yang terdiri dari beberapa bagian:

- Pengetahuan (15 item)
- Sikap (10 item)
- Persepsi risiko (10 item)
- Kontrol diri (10 item)
- Perilaku pencegahan (12 item)

Sebelum digunakan, instrumen telah melalui:

- **Uji validitas**, untuk memastikan setiap item mampu mengukur variabel yang dimaksud
- **Uji reliabilitas**, menggunakan Cronbach's Alpha ($\alpha > 0,70$)

f. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui metode **survei langsung** dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1) Peneliti meminta izin kepada pihak sekolah
2) Peneliti menjelaskan tujuan penelitian kepada responden
3) Responden menandatangani informed consent
4) Kuesioner dibagikan dan diisi secara mandiri oleh responden
5) Peneliti melakukan pengecekan kelengkapan data

Selama proses pengisian, peneliti memastikan bahwa responden memahami setiap pertanyaan untuk meminimalkan bias.

g. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik (misalnya SPSS) melalui beberapa tahap:

1) Analisis Univariat

Digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi masing-masing variabel dalam bentuk frekuensi, persentase, mean, dan standar deviasi.

2) Analisis Bivariat

Dilakukan untuk mengetahui hubungan antara masing-masing variabel independen dengan variabel dependen menggunakan uji korelasi (Pearson).

3) Analisis Multivariat

Menggunakan **regresi linear berganda** untuk mengetahui pengaruh simultan variabel independen terhadap perilaku pencegahan kehamilan dini serta menentukan variabel yang paling dominan.

h. Etika Penelitian

Penelitian ini memperhatikan prinsip etika penelitian, yaitu:

- **Informed consent** (persetujuan responden)
- **Kerahasiaan data responden**
- **Anonimitas (tanpa mencantumkan identitas)**
- **Tidak ada unsur paksaan**

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor psikologis yang memengaruhi perilaku remaja dalam pencegahan kehamilan dini melalui edukasi kesehatan reproduksi. Faktor psikologis yang dikaji meliputi pengetahuan, sikap, persepsi risiko, dan kontrol diri.

1) **Karakteristik Responden**

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia 15–16	50	41,7
Usia 17–19	70	58,3
Laki-laki	55	45,8
Perempuan	65	54,2

Analisis:

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas responden berada pada rentang usia 17–19 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada fase remaja akhir, di mana kemampuan berpikir abstrak dan pengambilan keputusan sudah lebih berkembang. Namun, pada fase ini juga terjadi peningkatan eksplorasi perilaku, termasuk perilaku berisiko terkait kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, kelompok usia ini menjadi sangat relevan dalam penelitian terkait pencegahan kehamilan dini.

2) **Analisis Faktor Psikologis terhadap Perilaku Pencegahan**

Variabel	Koefisien (β)	p-value
Pengetahuan	0,25	0,01
Sikap	0,30	0,00
Persepsi	0,18	0,03
Kontrol diri	0,40	0,00

Analisis:

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa seluruh variabel psikologis memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku pencegahan kehamilan dini ($p < 0,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa perilaku remaja tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor, tetapi merupakan hasil interaksi dari berbagai aspek psikologis.

Kontrol diri memiliki nilai koefisien terbesar ($\beta = 0,40$), yang berarti menjadi faktor paling dominan dalam memengaruhi perilaku pencegahan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan remaja dalam mengendalikan diri terhadap dorongan dan tekanan sosial sangat menentukan dalam pengambilan keputusan terkait perilaku seksual.

b. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor psikologis memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk perilaku remaja terkait pencegahan kehamilan dini. Temuan ini memperkuat konsep dalam teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh kombinasi faktor kognitif, afektif, dan kontrol diri.

1) Pengaruh Pengetahuan terhadap Perilaku

Pengetahuan yang baik mengenai kesehatan reproduksi memberikan dasar bagi remaja dalam memahami risiko kehamilan dini. Remaja yang memiliki pemahaman yang cukup cenderung mampu mengidentifikasi konsekuensi dari perilaku seksual berisiko, sehingga lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan. Namun demikian, pengetahuan saja tidak selalu cukup untuk mengubah perilaku. Dalam beberapa kasus, remaja yang memiliki pengetahuan tinggi tetap menunjukkan perilaku berisiko, yang menunjukkan adanya faktor lain yang lebih dominan, seperti kontrol diri dan lingkungan sosial.

2) Pengaruh Sikap terhadap Perilaku

Sikap merupakan faktor psikologis yang mencerminkan kecenderungan individu dalam merespons suatu situasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku pencegahan. Remaja dengan sikap positif terhadap kesehatan

reproduksi cenderung lebih mendukung perilaku yang aman dan bertanggung jawab. Sikap ini terbentuk dari pengalaman, nilai budaya, serta informasi yang diterima melalui edukasi.

3) **Pengaruh Persepsi Risiko**
   Persepsi risiko berkaitan dengan bagaimana remaja menilai kemungkinan dan dampak dari kehamilan dini. Remaja yang memiliki persepsi risiko tinggi cenderung lebih waspada dan menghindari perilaku yang dapat menyebabkan kehamilan dini. Namun, jika persepsi risiko rendah, remaja cenderung menganggap bahwa risiko tersebut tidak akan terjadi pada dirinya (optimistic bias), sehingga lebih rentan terhadap perilaku berisiko.
4) **Pengaruh Kontrol Diri (Faktor Dominan)**
   Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan internal maupun tekanan eksternal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri adalah faktor paling dominan dalam memengaruhi perilaku pencegahan kehamilan dini. Hal ini sangat relevan dengan kondisi remaja yang sering menghadapi tekanan dari teman sebaya, media sosial, serta rasa ingin tahu yang tinggi. Remaja dengan kontrol diri yang baik mampu menolak ajakan atau situasi yang berpotensi menimbulkan risiko.
5) **Peran Edukasi Kesehatan Reproduksi**
   Edukasi kesehatan reproduksi terbukti memiliki peran penting dalam meningkatkan faktor psikologis remaja. Edukasi yang efektif tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap, meningkatkan persepsi risiko, serta memperkuat kontrol diri. Namun, edukasi yang bersifat satu arah dan kurang interaktif cenderung kurang efektif dalam mengubah perilaku.
   Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukasi yang lebih inovatif, seperti metode diskusi, simulasi, dan peer education, agar remaja dapat lebih terlibat secara aktif. Edukasi juga perlu disesuaikan dengan karakteristik remaja serta konteks sosial budaya yang ada.
   Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku pencegahan kehamilan dini pada remaja merupakan hasil interaksi kompleks antara berbagai faktor psikologis. Meskipun pengetahuan dan sikap memiliki peran penting, namun kontrol diri menjadi faktor kunci dalam menentukan perilaku akhir.
   Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang efektif tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga harus mencakup penguatan aspek psikologis, khususnya kontrol diri. Dengan pendekatan yang komprehensif, diharapkan remaja dapat memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengambil keputusan yang sehat dan bertanggung jawab.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa faktor psikologis memiliki peran yang sangat signifikan dalam memengaruhi perilaku remaja dalam pencegahan kehamilan dini. Faktor-faktor yang diteliti, yaitu pengetahuan, sikap, persepsi risiko, dan kontrol diri, secara simultan maupun parsial menunjukkan pengaruh yang bermakna terhadap perilaku pencegahan.

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi memberikan dasar kognitif bagi remaja dalam memahami risiko kehamilan dini. Namun, pengetahuan saja tidak cukup untuk mendorong perubahan perilaku secara optimal tanpa didukung oleh faktor psikologis lainnya. Sikap yang positif terhadap kesehatan reproduksi terbukti mampu meningkatkan kecenderungan remaja untuk berperilaku lebih bertanggung jawab.

Persepsi risiko juga berperan dalam meningkatkan kewaspadaan remaja terhadap konsekuensi dari perilaku seksual berisiko. Remaja yang memiliki persepsi risiko tinggi cenderung lebih mampu menghindari perilaku yang dapat menyebabkan kehamilan dini.

Faktor yang paling dominan dalam penelitian ini adalah kontrol diri. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan remaja dalam mengendalikan dorongan internal serta tekanan eksternal, seperti pengaruh teman sebaya dan lingkungan sosial, merupakan kunci utama dalam menentukan perilaku pencegahan. Remaja dengan kontrol diri yang baik lebih mampu mengambil keputusan yang rasional dan menghindari perilaku berisiko.

Edukasi kesehatan reproduksi terbukti memiliki peran penting dalam membentuk dan meningkatkan faktor-faktor psikologis tersebut. Edukasi yang efektif tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mampu membentuk sikap, meningkatkan kesadaran risiko, serta memperkuat kontrol diri remaja.

Dengan demikian, perilaku pencegahan kehamilan dini pada remaja merupakan hasil dari interaksi kompleks antara berbagai faktor psikologis yang dipengaruhi oleh proses edukasi dan lingkungan sosial. Pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan sangat diperlukan untuk menghasilkan perubahan perilaku yang optimal.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

Bagi Institusi Pendidikan

Sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan edukasi kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum secara lebih sistematis dan berkelanjutan. Materi yang diberikan tidak hanya berfokus pada aspek biologis, tetapi juga mencakup aspek psikologis, seperti pembentukan sikap dan penguatan kontrol diri. Selain itu, metode pembelajaran perlu dibuat lebih interaktif, seperti diskusi kelompok, role play, dan peer education, agar siswa lebih aktif dan mudah memahami materi.

1) **Bagi Tenaga Kesehatan**

Tenaga kesehatan, khususnya perawat dan tenaga promosi kesehatan, diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi kepada remaja. Pendekatan yang digunakan sebaiknya tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga komunikatif dan persuasif, sehingga mampu menyentuh aspek psikologis remaja. Program edukasi juga perlu disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan remaja.

2) **Bagi Orang Tua**

Orang tua diharapkan dapat berperan sebagai sumber informasi dan dukungan utama bagi remaja. Komunikasi yang terbuka dan positif mengenai kesehatan reproduksi sangat penting untuk membantu remaja memahami risiko dan mengambil keputusan yang tepat. Selain itu, orang tua juga perlu memberikan pengawasan dan bimbingan yang seimbang tanpa menimbulkan tekanan berlebihan.

3) **Bagi Remaja**

Remaja diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Remaja perlu aktif mencari informasi yang benar serta mengembangkan kemampuan kontrol diri untuk menghindari perilaku berisiko. Kemampuan dalam mengambil keputusan yang sehat dan bertanggung jawab menjadi kunci dalam pencegahan kehamilan dini.

4) **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan studi ini dengan menggunakan desain longitudinal atau eksperimen untuk melihat perubahan perilaku secara lebih mendalam. Selain itu, variabel lain seperti pengaruh teman sebaya, media sosial, dan faktor budaya juga dapat diteliti untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif.

REFERENCES

Ajzen, I. (2015). *Consumer attitudes and behavior: The theory of planned behavior applied to food consumption decisions*. Rivista di Economia Agraria.

Bandura, A. (2016). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice-Hall.

BKKBN. (2020). *Pedoman Pengelolaan Program Kesehatan Reproduksi Remaja*. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.

Blum, R. W. (2017). Youth risk behavior and protective factors. *Journal of Adolescent Health*, 60(2), S3–S8.

Hurlock, E. B. (2016). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.

Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia*. Kemenkes RI.

Kirby, D. (2016). *Emerging answers: Research findings on programs to reduce teen pregnancy*. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy.

Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.

Pratiwi, C., Harum, H., & **Lubis, H.** (2026). Penyuluhan Tentang Pencegahan Preeklampsia Melalui Kontrol Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Risiko Tinggi. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *4*(2), 489–497. https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v4i2.1012

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2018). *Experience Human Development* (13th ed.). McGraw-Hill.

Putri, M., Pannyiwi, R., Nurhaedah, N., Treasa, A. D., Leli, L., & **Lubis, H.** (2025). Abnormal Skin Conditions (Skin Disorders) in Babies Aged 0-12 Months Regarding the Use of Tools to Maintain the Cleanliness and Comfort of Babies (Baby Diapers) And Mother's Behavior In Tangkil Village. *International Journal of Health Sciences*, *3*(1), 102–110. https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i1.598

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2021). *Fundamentals of Nursing* (10th ed.). Elsevier.

Santrock, J. W. (2017). *Adolescence* (16th ed.). McGraw-Hill Education.

Sarwono, S. W. (2016). *Psikologi Remaja*. Rajawali Pers.

UNICEF. (2019). *Adolescent Health and Development Report*. United Nations Children's Fund.

WHO. (2020). *Adolescent Pregnancy Fact Sheet*. World Health Organization.

Widyastuti, Y., Rahmawati, A., & Purnamaningrum, Y. (2019). *Kesehatan Reproduksi*. Fitramaya.

Yusuf, S. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya.

Zimmerman, B. J. (2017). Self-regulation and academic learning. *Educational Psychologist*, 32(2), 73–86.