

Pengaruh Self-Esteem terhadap Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Remaja

Nur Rahmi¹, Nining Ariesti², Riswanti³

¹ Universitas Kurnia Jaya Persada

² Universitas Islam Negeri Makassar

³ Universitas Islam Makassar

Email: ¹ nurrahmi@ukjp.ac.id, ² niningariesti13@gmail.com, ³ riswanti@uim-makassar.ac.id

Email Penulis Korespondensi: kikiameliaak@gmail.com

Article History:

Received Nov 13th, 2025

Accepted Nov 15th, 2025

Published Nov 15th, 2025

Abstrak

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan reproduksi akibat kurangnya pengetahuan dan pengendalian diri. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi adalah *self-esteem* atau harga diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi pada remaja di SMA Negeri 1 Bantaeng. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 1 Bantaeng, dan sampel berjumlah 35 responden yang dipilih secara purposive. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *self-esteem* dan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi, kemudian dianalisis menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self-esteem* dalam kategori sedang (45,7%), dan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi dalam kategori cukup (42,9%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,021$ ($< 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi remaja. Kesimpulan dari penelitian ini adalah semakin tinggi *self-esteem* remaja, semakin baik perilaku mereka dalam menjaga kesehatan reproduksi. Diharapkan pihak sekolah dan tenaga kesehatan dapat meningkatkan *self-esteem* remaja melalui pendidikan kesehatan, bimbingan konseling, dan kegiatan yang membangun rasa percaya diri.

Kata kunci: *Self-Esteem, Perilaku, Kesehatan Reproduksi, Remaja*

Abstract

Adolescents are a vulnerable age group when it comes to reproductive health issues due to a lack of knowledge and self-control. One factor that can influence reproductive health maintenance behaviour is self-esteem. This study aims to determine the effect of self-esteem on reproductive health maintenance behaviour among adolescents at Bantaeng 1 State Senior High School. This is a quantitative study with a cross-sectional design. The population in this study was all Grade XI students at SMA Negeri 1 Bantaeng, and the sample consisted of 35 respondents selected purposively. Data were collected using questionnaires on self-esteem and reproductive health maintenance behaviour, then analysed using the Chi-Square test. The results showed that most respondents had moderate self-esteem (45.7%) and adequate reproductive health maintenance behaviour (42.9%). The statistical test results showed a p-value of 0.021 (< 0.05), which means that there is a significant relationship between self-esteem and reproductive health maintenance behaviour among adolescents. The conclusion of this study is that the higher the self-esteem of adolescents, the better their behaviour in maintaining reproductive health. It is hoped that schools and health workers can increase the self-esteem of adolescents through health education, counselling, and activities that build self-confidence.

Keyword : *Self-Esteem, Behaviour, Reproductive Health, Adolescents*

1. PENDAHULUAN

Masa remaja (10–19 tahun) merupakan periode perkembangan yang pesat secara fisik, psikologis, dan sosial sehingga remaja rentan terhadap berbagai masalah kesehatan reproduksi. Pada fase ini remaja mulai membentuk sikap dan perilaku terkait kesehatan reproduksinya, termasuk pola kebersihan diri, kemampuan menolak perilaku berisiko, serta mencari informasi yang benar mengenai reproduksi. Kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam pemeliharaan kesehatan reproduksi dapat meningkatkan risiko masalah seperti infeksi reproduksi, perilaku seksual berisiko, dan kehamilan di luar nikah [1]. Menurut World Health Organization (WHO), individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun digolongkan sebagai remaja, yaitu fase penting dalam perkembangan manusia yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang cepat [2]. Secara global, terdapat sekitar 1,2 miliar remaja dalam kelompok usia ini, yang mewakili sekitar 16% dari total populasi dunia. Di negara berpendapatan menengah ke bawah, proporsi remaja diperkirakan akan terus meningkat hingga tahun 2050, sehingga investasi dalam bidang kesehatan dan pendidikan remaja menjadi sangat penting [3].

Di Indonesia, berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah remaja mencapai 69,82 juta jiwa dari total populasi 270,20 juta jiwa. Dari jumlah tersebut, 23,75 juta berusia 10–14 tahun, 23,1 juta berusia 15–19 tahun, dan 22,95 juta berusia 20–24 tahun [4]. Jumlah remaja yang besar, baik saat ini maupun di masa mendatang, akan memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan sosial, ekonomi, dan demografi Indonesia. Oleh karena itu, peningkatan kualitas kesehatan remaja khususnya kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam upaya pembangunan berkelanjutan dan peningkatan kualitas sumber daya manusia.

Kesehatan reproduksi merupakan bagian dari siklus hidup manusia terutama perempuan yang perlu perhatian. Penyebab keputihan yaitu akibat perilaku atau kebiasaan seseorang yang tidak memperhatikan kebersihan organ reproduksinya, yang sering disebut *personal hygiene*. Personal hygiene merupakan salah satu faktor yang memegang peranan penting untuk menghindari infeksi yang dapat menyebabkan keputihan. Dampak dari keputihan yang terlambat atau tidak diobati dapat berakibat buruk bagi kehidupan seorang wanita, seperti terjadinya infertilitas, endometritis, radang panggul, dan salpingitis. Kasus penyakit menular seksual (PMS) khususnya klamidia terjadi sekitar 6,2 persen pada remaja usia 15-24 tahun. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya permasalahan tersebut yaitu dengan melakukan pemeliharaan kesehatan organ genitalia [5].

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi Kesehatan reproduksi pada remaja, yaitu faktor dari dalam diri dan faktor dari luar diri. Salah satu faktor dari dalam diri remaja ialah self-esteem atau harga diri. *Self-esteem* merupakan hasil penilaian yang dibuat oleh individu dan cara individu melihat dirinya, salah satunya dengan sikap menerima serta menolak, dan seberapa besar kepercayaan individu terhadap keberartian, kebijakan, kemampuan, dan kekuasaan. Tingginya self-esteem seseorang memiliki dampak yang positif, sedangkan rendahnya *self-esteem* yang dimiliki seseorang akan mengakibatkan dampak negatif. Remaja dengan harga diri yang rendah cenderung akan mencari perhatian dan pemuasan kebutuhan di luar dari keluarga, seperti teman sebaya, dan lebih cenderung melakukan aktivitas dengan orang di luar keluarga yang dianggap bisa memberikan penghargaan dan perhatian pada remaja [6].

Self-esteem dapat dijabarkan sebagai suatu penilaian diri yang dilakukan oleh dirinya berdasarkan hubungannya dengan orang lain. *Self-esteem* juga merupakan hasil evaluasi yang ditunjukkan seseorang sebagai sejauh mana seseorang percaya diri, mampu, sukses dan merasa berguna. *self-esteem* merupakan salah satu faktor yang penting terhadap tingkat kesuksesan individu dalam berbagai aspek kehidupan. Harga diri yang tinggi membuat orang merasa berharga, menghargai dirinya sendiri, menganggap dirinya setara dengan orang lain, dan selalu ingin

memperbaiki diri dan berkembang. Sementara itu, harga diri yang rendah membuat orang menghadapi berbagai masalah sosial dan psikologis, karena orang dengan harga diri rendah dianggap lebih mudah terpengaruh secara negatif oleh lingkungan sosial dan psikologis. Orang dengan harga diri rendah juga mencari status dan persetujuan dalam aktivitas yang menyimpang [7].

Situasi kesehatan remaja saat ini tentu tidak lepas dari *Self-Esteem* remaja mengenai kesehatan reproduksi karena ketika remaja memiliki pengetahuan yang baik mengenai kesehatan reproduksi, maka remaja akan lebih memahami apa akibat dari perilaku seksual berisiko yang mereka lakukan. Kondisi kesehatan remaja saat ini sangat dipengaruhi oleh tingkat *self-esteem* mereka dalam memahami kesehatan reproduksi. Remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang kesehatan reproduksi akan lebih mampu menyadari konsekuensi dari perilaku seksual berisiko yang mungkin dilakukan. Kompleksitas permasalahan kesehatan pada kelompok usia ini menunjukkan pentingnya pelaksanaan program kesehatan remaja yang bersifat inovatif dan menyeluruh sebagai langkah pencegahan dini terhadap berbagai persoalan kesehatan masyarakat. Pemerintah telah merancang berbagai program strategis untuk menangani isu kesehatan reproduksi remaja, namun pelaksanaannya belum sepenuhnya optimal akibat sejumlah hambatan [7].

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Remaja di SMA Negeri 1 Bantaeng.” Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah mengenai sejauh mana *self-esteem* berperan dalam membentuk perilaku remaja terkait upaya menjaga kesehatan reproduksinya. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan strategi pendidikan kesehatan dan intervensi psikososial yang berfokus pada peningkatan harga diri remaja guna mendorong perilaku reproduksi yang sehat dan bertanggung jawab.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Bantaeng dengan jumlah sampel sebanyak 35 orang responden yang merupakan siswa kelas XI. Pemilihan kelas XI sebagai subjek penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa pada tahap usia ini, remaja berada dalam masa perkembangan yang aktif, baik secara fisik maupun psikologis, serta mulai membentuk identitas diri dan konsep diri (*self-esteem*) yang lebih stabil. Selain itu, pada masa ini pula remaja mulai memiliki kesadaran dan rasa ingin tahu yang tinggi terhadap kesehatan reproduksi. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan peneliti, seperti usia remaja (15–17 tahun), aktif sebagai siswa SMA Negeri 1 Bantaeng, serta bersedia menjadi responden penelitian. Jumlah sampel sebanyak 35 orang dianggap telah mewakili populasi siswa kelas XI dan memenuhi kebutuhan analisis korelasional yang digunakan dalam penelitian ini.

Pelaksanaan pengumpulan data dilakukan pada bulan Oktober 2025, setelah peneliti memperoleh izin resmi dari pihak sekolah. Kegiatan penelitian dilaksanakan di lingkungan sekolah dengan waktu yang disesuaikan dengan jadwal kegiatan belajar mengajar, agar tidak mengganggu proses pembelajaran siswa. Setiap responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur pengisian kuesioner, serta jaminan kerahasiaan data sebelum pengisian dilakukan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia (tahun)	15	5	14,3
	16	20	57,1
	17	10	28,6
	Total	35	100,0
Jenis Kelamin	Laki-laki	14	40,0
	Perempuan	21	60,0
	Total	35	100,0
Sumber Informasi Kesehatan Reproduksi	Guru/BK Sekolah	10	28,6
	Media Sosial	12	34,3
	Petugas Kesehatan	8	22,8
	Teman Sebaya	5	14,3
	Total	35	100,0
Tempat Tinggal	Bersama Orang Tua	28	80,0
	Bersama Keluarga Lain	5	14,3
	Asrama/Kos	2	5,7
	Total	35	100,0
Pendidikan Orang Tua	SD-SMP	10	28,6
	SMA	18	51,4
	Perguruan Tinggi	7	20,0
	Total	35	100,0

Berdasarkan tabel 1, mayoritas responden berusia 16 tahun sebanyak 20 orang (57,1%), sedangkan usia terendah adalah 15 tahun (14,3%). Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan (60,0%), sedangkan laki-laki berjumlah 14 orang (40,0%). Dalam hal sumber informasi mengenai kesehatan reproduksi, sebagian besar responden memperoleh informasi dari media sosial (34,3%), diikuti oleh guru atau pembimbing konseling sekolah (28,6%), kemudian petugas kesehatan (22,8%), dan teman sebaya (14,3%). Sebagian besar responden tinggal bersama orang tua (80,0%), menunjukkan lingkungan keluarga masih memiliki peran penting dalam kehidupan remaja. Berdasarkan tingkat pendidikan orang tua, mayoritas berpendidikan SMA (51,4%), diikuti oleh SD-SMP (28,6%), dan perguruan tinggi (20,0%). Temuan ini menggambarkan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh remaja perempuan usia 16 tahun dengan sumber informasi kesehatan reproduksi terbanyak berasal dari media sosial dan guru, serta latar belakang keluarga yang masih tinggal bersama orang tua dan berpendidikan menengah.

Tabel 2. Hubungan antara *Self-Esteem* dengan Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Remaja di SMA Negeri 1 Bantaeng (n = 35)

Kategori <i>Self-Esteem</i>	Perilaku			Jumlah (n)	Persentase (%)	Nilai p
	Baik	Cukup	Kurang			
Tinggi	9	4	0	13	37,1	0,021
Sedang	6	8	2	16	45,7	
Rendah	1	3	2	6	17,2	
Total	16	15	4	35	100,0	

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa dari 13 responden dengan *self-esteem* tinggi, sebanyak 9 orang (69,2%) memiliki perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi yang baik. Pada kelompok *self-esteem* sedang, sebanyak 8 orang (50%) memiliki perilaku cukup, sedangkan pada kelompok *self-esteem* rendah, sebagian besar (2 orang atau 33,3%) memiliki perilaku kurang. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,021$ ($<0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi remaja di SMA Negeri 1 Bantaeng. Artinya, semakin tinggi tingkat *self-esteem* remaja, maka semakin baik pula perilaku mereka dalam menjaga kesehatan reproduksi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-esteem* seorang remaja, maka semakin besar kemungkinan ia memiliki perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi yang baik. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Annika & Sukmawati (2021) yang menemukan korelasi negatif cukup kuat antara *self-esteem* dan perilaku seksual kurang sehat ($r = -0,686$, $p < 0,001$) pada siswa SMA [9]. Dalam konteks ini, remaja yang memiliki penghargaan terhadap diri sendiri yang tinggi (*self-esteem* tinggi) cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, mengambil keputusan yang lebih sehat, dan menghindari tindakan yang dapat merugikan kesehatan reproduksi. Penelitian oleh Sari (2024) di sekolah pondok pesantren Batanghari menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* (p -value: 0,006) dengan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi [10]. Namun, ada juga penelitian yang menemukan bahwa *self-esteem* tidak selalu secara langsung berpengaruh signifikan, karena faktor-lain seperti kontrol diri, norma sosial, dan konformitas mungkin memediasi hubungan tersebut [11]. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *self-esteem* merupakan variabel penting, tetap perlu mempertimbangkan variabel mediating/moderating seperti dukungan keluarga/teman, pengetahuan kesehatan reproduksi, dan norma sekolah/sebagai sosial.

Selain itu, Fitriani dan Mulyani (2022) menemukan bahwa faktor psikologis seperti *self-esteem* dan efikasi diri memiliki kontribusi besar terhadap perilaku kesehatan reproduksi remaja. Penelitian mereka menunjukkan adanya korelasi positif antara *self-esteem* dengan perilaku menjaga kebersihan organ reproduksi dan komunikasi yang sehat dengan teman sebaya. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Puspitasari dan Rahmawati (2020) yang menjelaskan bahwa remaja dengan tingkat kepercayaan diri tinggi cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik terhadap dorongan seksual dan lebih mampu memahami risiko kesehatan reproduksi (2)

Secara teoritis, hasil penelitian ini mendukung Teori Perilaku Kesehatan (Health Belief Model), di mana persepsi individu terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*) dan penghargaan diri (*self-esteem*) memengaruhi keputusan dalam melakukan tindakan pencegahan kesehatan. Remaja yang merasa dirinya berharga dan mampu mengendalikan perilaku akan lebih konsisten dalam menjaga kesehatan reproduksi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara tingkat *self-esteem* dan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi remaja. Upaya peningkatan *self-esteem* melalui pendidikan kesehatan, konseling remaja, dan dukungan lingkungan sekolah sangat penting untuk membentuk perilaku positif dan mencegah perilaku berisiko di kalangan remaja.

Peneliti berasumsi bahwa *self-esteem* merupakan salah satu faktor psikologis yang memiliki pengaruh kuat terhadap perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi remaja. *Self-esteem* yang tinggi mencerminkan keyakinan remaja terhadap nilai dirinya sendiri, sehingga mereka cenderung lebih mampu menghargai tubuhnya, menghormati diri sendiri, serta menjaga perilaku yang mendukung kesehatan reproduksi. Dalam konteks ini, peneliti beranggapan bahwa pembentukan *self-esteem* tidak hanya bergantung pada faktor internal, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh pengalaman sosial di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Remaja yang memiliki *self-esteem* tinggi cenderung

mampu menolak ajakan atau tekanan teman sebaya untuk melakukan perilaku berisiko, seperti hubungan seksual pranikah, penggunaan obat terlarang, maupun kebiasaan yang dapat merugikan kesehatan reproduksi. Sebaliknya, remaja dengan *self-esteem* rendah lebih mudah terpengaruh oleh tekanan sosial karena mereka merasa kurang berharga dan ingin mendapatkan pengakuan dari orang lain. Dengan demikian, tingkat *self-esteem* menjadi faktor protektif dalam pengambilan keputusan yang berkaitan dengan perilaku kesehatan reproduksi. *Self-esteem* berkembang melalui proses yang panjang sejak masa anak-anak hingga remaja. Pengalaman positif seperti dukungan emosional dari orang tua, penerimaan sosial di sekolah, serta hubungan yang harmonis dengan teman sebaya dapat memperkuat *self-esteem*. Sebaliknya, pengalaman negatif seperti kritik berlebihan, penolakan, dan perundungan (*bullying*) dapat menurunkan harga diri remaja dan berdampak pada perilaku mereka. Oleh karena itu, peningkatan *self-esteem* perlu dilakukan secara menyeluruh melalui pendekatan psikososial yang melibatkan keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi berperan sebagai variabel antara dalam hubungan *self-esteem* dan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi. Remaja dengan *self-esteem* tinggi umumnya lebih percaya diri dalam mencari informasi yang benar mengenai kesehatan reproduksi, serta lebih berani untuk bertanya kepada guru atau petugas kesehatan. Hal ini menjadikan mereka lebih sadar akan pentingnya perilaku sehat seperti menjaga kebersihan organ reproduksi, menghindari pergaulan bebas, serta menghormati batasan diri.

Perkembangan teknologi dan media sosial juga turut memengaruhi *self-esteem* remaja. Paparan terhadap konten digital yang menampilkan standar kecantikan atau kesuksesan yang tidak realistis dapat menurunkan rasa percaya diri dan menyebabkan ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Akibatnya, remaja dengan *self-esteem* rendah mungkin mencari validasi melalui perilaku yang tidak sehat. Oleh karena itu, pendidikan literasi digital dan penguatan karakter perlu diintegrasikan dalam program pembinaan remaja di sekolah. Intervensi peningkatan *self-esteem* dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam program pendidikan kesehatan reproduksi. Pendekatan yang tidak hanya menekankan aspek pengetahuan biologis, tetapi juga membangun rasa percaya diri, penghargaan diri, dan kemampuan mengambil keputusan yang sehat, akan memberikan dampak lebih besar terhadap perilaku remaja. Dengan demikian, peningkatan *self-esteem* dapat berfungsi sebagai dasar pembentukan perilaku reproduksi yang bertanggung jawab. Meskipun *self-esteem* memiliki pengaruh penting, perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti budaya, norma agama, nilai keluarga, serta akses terhadap informasi dan layanan kesehatan. Namun, *self-esteem* berperan sebagai komponen utama yang memperkuat kemampuan remaja untuk menilai dan memilih tindakan yang sesuai dengan nilai-nilai kesehatan dan moral yang mereka anut.

Terakhir, peneliti meyakini bahwa peningkatan *self-esteem* di kalangan remaja merupakan langkah preventif yang penting untuk menekan perilaku berisiko dan meningkatkan kesehatan reproduksi. Remaja yang memiliki *self-esteem* tinggi akan lebih mencintai dirinya, menghargai tubuhnya, dan menjaga kehormatannya. Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi sekolah, tenaga kesehatan, serta pembuat kebijakan untuk merancang intervensi yang fokus pada penguatan *self-esteem* sebagai upaya mewujudkan remaja yang sehat, bertanggung jawab, dan berdaya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin dan perawatan payudara memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Terdapat peningkatan yang nyata antara produksi ASI pada saat *pre-test* dan *post-test*, yang menunjukkan bahwa intervensi ini mampu merangsang kerja hormon prolaktin dan oksitosin secara

optimal. Kedua hormon tersebut berperan penting dalam proses pembentukan dan pengeluaran ASI, sehingga stimulasi melalui pijat oksitosin dan perawatan payudara terbukti efektif memperlancar aliran ASI. Selain meningkatkan produksi ASI, intervensi ini juga memberikan manfaat tambahan berupa peningkatan kenyamanan ibu, membantu relaksasi, mengurangi risiko bendungan ASI, serta mendukung keberhasilan proses menyusui dini. Teknik ini juga bersifat sederhana, aman, ekonomis, dan dapat dilakukan secara mandiri maupun dengan bantuan tenaga kesehatan.

Dengan demikian, pijat oksitosin dan perawatan payudara dapat direkomendasikan sebagai salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu nifas. Intervensi ini juga dapat dijadikan program pendukung dalam pelayanan kebidanan untuk membantu mempertahankan produksi ASI dan memaksimalkan kesehatan ibu serta bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] S. Sumaryani, "Adolescents and reproductive health: Promoting healthy," *Journal of Community Service and Empowerment*, p. 199, 2024.
- [2] W. H. O. (WHO), "Adolescent health: Health risks and solutions," WHO Fact Sheet, 2023. [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>.
- [3] A. Vijay dan T. G. Rhee, "U.S. Prescribing Trends of Fentanyl, Opioids, and Other Pain Medications in Outpatient and Emergency Department Visits," *HHS Public Access*, p. 123–129, 2020.
- [4] B. P. S. (BPS), "Statistik Penduduk Indonesia 2020," asil Sensus Penduduk 2020, 2021. [Online]. Available: <https://www.bps.go.id/id/publication/2021/02/26/938b2b9527f34b17ae7d5bfc/statistik-penduduk-indonesia-2020.html>. [Diakses 2021].
- [5] N. K. Ummah dan T. Susanto, "UBUNGAN HARGA DIRI DENGAN PERILAKU PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA SANTRI PUTRI DI PONDOK PESANTREN KABUPATEN JEMBER," *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, vol. 10, pp. 79-88, 2019.
- [6] "Pengaruh Peran Teman Sebaya, Self Esteem, dan Penggunaan Media Sosial dengan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja," *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, vol. 02, no. 13, pp. 192-203, 2024.
- [7] Salsabila, B. Satria dan A. Kamal, "TINGKAT SELF-ESTEEM PADA REMAJA DI SMA KOTA BANDA ACEH," *JIM FKep*, vol. VI, no. I, pp. 87-93, 2022.
- [8] Irfan, L. Risyati dan F. Handayani, "PEMBERDAYAAN REMAJA DALAM OPTIMALISASI PENINGKATAN KESEHATAN REPRODUKSI," *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT* (, vol. 6, no. 2622-6030, pp. 1001-1010, 2023.