



Kementerian Kependudukan dan  
Pembangunan Keluarga/BKKBN

[TENTANG KITA]  REVISED

# KURIKULUM

PELATIHAN PENDIDIK SEBAYA DI PUSAT INFORMASI DAN  
KONSELING REMAJA (MODUL SEGMENTATIF)



Direktorat Bina Ketahanan Remaja  
2025

# KATA SAMBUTAN

Modul Tentang Kita merupakan salah satu bentuk revitalisasi program Ketahanan Remaja atau Generasi Berencana (GenRe) yang diluncurkan pada November 2020. Modul ini dirancang dan dilaksanakan berdasarkan prinsip Pelibatan Remaja Secara Bermakna (*Meaningful Youth Participation/MYP*) dimana remaja harus benar-benar menjadi subjek, bukan hanya aksesoris, pelengkap dan objek dari sebuah program. Mereka juga harus terlibat di setiap tahapan program: mulai dari perencanaan, pelaksanaan hingga monitoring dan evaluasi.

Dalam perjalanannya, banyak masukan, saran, rekomendasi serta praktik baik (*best practice*) dari berbagai pihak pada implementasi modul ini. Sehingga kami menyadari bahwa perlu adanya pembaharuan dan revisi dari modul Tentang Kita. Upaya ini juga dilakukan untuk meningkatkan kualitas serta relevansi materi dengan perkembangan terbaru. Team Penyusun juga telah berusaha menyajikan materi secara sistematis, jelas, dan mudah dipahami. Selain itu, berbagai referensi serta masukan dari para ahli dan praktisi juga telah dipertimbangkan dan ditambahkan dalam materi demi kesempurnaan modul ini.

Saya berharap modul ini dapat menjadi sumber belajar yang bermanfaat serta memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan Pendidik Sebaya (PS) dan Konselor Sebaya (KS) yang ada di Kelompok Kegiatan Pusat Informasi dan Konseling (PIK) Remaja. Kami menyadari bahwa mungkin masih terdapat kekurangan dalam penyusunan revisi modul ini, oleh karena itu kami memberikan ruang untuk kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang.

Saya mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam proses revisi modul ini. Semoga kita dapat menuntun dan menjadi sahabat remaja untuk dapat menyongsong masa depan yang gemilang.

Jakarta, Maret 2025



**Dr. Wihaji., S.Ag., M.Pd.**

**Menteri Kependudukan dan Pembangunan  
Keluarga/Kepala BKKBN**



# DAFTAR ISI

<b>Kata Sambutan</b>	ii
<b>Kata Pengantar</b>	iii
<b>Daftar Isi</b>	iii
<b>Daftar Gambar</b>	v
<b>Daftar Tabel</b>	v
<b>Latar Belakang</b>	1
<b>Peserta</b>	2
<b>Fasilitator Pelatihan</b>	2
<b>Tujuan Pelatihan</b>	3
<b>Kemampuan yang Diharapkan</b>	4
<b>Pengalaman Belajar</b>	4
<b>Struktur Materi</b>	7
<b>Strategi Pelatihan</b>	8
<b>Penilaian Pelatihan</b>	9
<b>Kriteria Keberhasilan</b>	10
<b>Modifikasi Kurikulum</b>	10
<b>Penutup</b>	10
<b>Sesi 1: Kebijakan dan Strategi Program Bina Ketahanan Remaja</b>	11
<b>Sesi 2: Klarifikasi Nilai</b>	15
<b>Sesi 3: Kontinum Kenyamanan</b>	16
<b>Sesi 4: Siklus Perkembangan Remaja (Usia 10-24 Tahun)</b>	21

# DAFTAR ISI

<b>Sesi 5: Kesehatan Reproduksi Remaja</b>	25
<b>Sesi 6: Batasan</b>	33
<b>Sesi 7: Gender</b>	36
<b>Sesi 8: Keterampilan Hidup</b>	42
<b>Sesi 9: Perencanaan Masa Depan</b>	45
<b>Sesi 10: Teknik Fasilitasi</b>	50
<b>Sesi 11: Menjadi Pendengar Yang Baik</b>	53
<b>Sesi 12: Praktik Pendidik Sebaya</b>	56
<b>Lampiran</b>	57
Lampiran 1. Alur Sesi Pelatihan	57
Lampiran 2. Gambaran Agenda Kegiatan	58
Lampiran 3. Formulir Rencana Tindak Lanjut	59
Lampiran 4. Lembar Pre-Test dan Post-Test	60
Lampiran 5. Formulir Observasi	63
Lampiran 6. Formulir Evaluasi Pelatihan	67
Lampiran 7. Formulir Monitoring dan Evaluasi Pasca Pelatihan	68

# DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1. Ilustrasi Permainan Batasan</b>	<b>63</b>
<b>Gambar 2. Ilustrasi Aktivitas Menggambar Tangan</b>	<b>67</b>
<b>Gambar 3. Tahapan Perkembangan Kehidupan Remaja</b>	<b>68</b>

# DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1. Struktur Materi</b>	<b>7</b>
<b>Tabel 2. Sifat, Peran dan Sifat Benda</b>	<b>37</b>

# LATAR BELAKANG

Menurut proyeksi penduduk Indonesia oleh BPS tahun 2010–2035, Indonesia akan mengalami periode bonus demografi, yaitu ketika jumlah penduduk usia produktif (15–64 tahun) lebih besar dibandingkan dengan penduduk usia di bawah 15 tahun dan di atas 64 tahun. Pada periode tersebut, penduduk usia produktif diperkirakan mencapai 69 persen dari total populasi Indonesia. Bonus demografi ini merupakan peluang besar bagi Indonesia untuk meningkatkan pencapaian dalam pembangunan sosial dan ekonomi, asalkan dimanfaatkan secara tepat. Mengingat rata-rata usia penduduk yang sebagian masih remaja dan berada di lingkungan sekolah serta masyarakat, sangat penting untuk mempersiapkan mereka menjadi generasi berkualitas yang dapat mengoptimalkan periode bonus demografi ini.

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) bersama United Nations Population Fund (UNFPA) mendefinisikan remaja sebagai penduduk berusia 10–24 tahun, sementara World Health Organization (WHO) dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mendefinisikan remaja pada rentang usia 10–19 tahun dan orang muda pada rentang usia 15–24 tahun. Fase perkembangan remaja dalam rentang usia 10–24 tahun menjadi periode yang sangat representatif untuk menjadi fokus utama berbagai upaya peningkatan kapasitas, seperti pendidikan, kesehatan, dan pengembangan keterampilan.

Dalam upaya peningkatan kapasitas tersebut, sangat penting memberikan informasi komprehensif kepada remaja agar mereka mampu mengenal diri sendiri, mengidentifikasi potensi, menjaga kesehatan, serta merencanakan masa depan, termasuk kehidupan berkeluarga dengan baik. Namun, kondisi remaja saat ini tidak tanpa tantangan. Data SDKI Remaja 2017 menunjukkan rendahnya jumlah remaja yang mengetahui tempat memperoleh informasi tentang kesehatan reproduksi, yaitu 10,6 persen pada remaja perempuan dan 5,8 persen pada remaja laki-laki. Akibatnya, remaja menjadi rentan terhadap berbagai risiko, seperti kehamilan di usia dini, kehamilan di luar nikah, kehamilan tidak diinginkan, serta infeksi penyakit menular seksual hingga aborsi yang tidak aman.

Data lain menunjukkan bahwa sekitar 30,3 persen remaja perempuan dan 33,6 persen remaja laki-laki sudah mulai berpacaran sebelum berusia 15 tahun. Lebih lanjut, 0,9 persen remaja perempuan dan 3,6 persen remaja laki-laki umur 15–19 tahun pernah melakukan hubungan seks pranikah, dengan 16,3 persen remaja perempuan merasa dipaksa oleh pasangan mereka (SDKI 2017). Data ini menegaskan pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi, keterampilan hidup, dan perencanaan masa depan, termasuk kesiapan dalam berkeluarga, agar remaja dapat terhindar dari perilaku berisiko.

Untuk merespons situasi tersebut, Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga/BKKBN telah melaksanakan program Pembinaan Ketahanan Remaja yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku positif remaja tentang kesehatan reproduksi, keterampilan hidup, perencanaan masa depan, serta kesiapan kehidupan berkeluarga. Program ini dilakukan melalui pendekatan langsung kepada remaja dan orang tua yang memiliki remaja. Pendekatan kepada remaja dilakukan dengan mencetak Pendidik Sebaya dan Konselor Sebaya (peer group) yang ditempatkan di Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK Remaja) di jalur pendidikan (sekolah, perguruan tinggi, dan pesantren) serta masyarakat (organisasi kepemudaan, organisasi keagamaan, dan komunitas remaja). Sementara itu, pendekatan kepada orang tua dilakukan melalui pengembangan Kelompok Bina Keluarga Remaja (BKR).

Sebagai upaya peningkatan kualitas intervensi dari dan oleh remaja (peer-to-peer approach), hasil survei demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan bahwa 62 persen remaja perempuan dan 51 persen remaja laki-laki lebih memilih teman sebaya mereka sebagai tempat untuk berdiskusi tentang kesehatan reproduksi. Hasil survei ini mengindikasikan bahwa secara umum remaja di Indonesia sangat membutuhkan peran teman sebaya untuk berbagi informasi dan konsultasi terkait pergaulan, kehidupan, termasuk kesehatan reproduksi mereka. Oleh karena itu, Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga/BKKBN melalui Direktorat Ketahanan Remaja dalam rangka mendukung Pusat Informasi dan Konseling (PIK) Remaja agar efektif menjadi teman curhat bagi teman sebaya, modul segmentasi yang dikembangkan berfokus pada pembekalan materi yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan usia, yaitu 10–14 tahun, 15–19 tahun, dan 20–24 tahun. Modul ini meliputi tiga aspek utama: perencanaan masa depan, keterampilan hidup, dan kesehatan reproduksi. Setiap materi telah disesuaikan dengan tahapan perkembangan anak serta nilai dan norma yang berlaku, sehingga remaja dapat memberikan dukungan yang komprehensif dan relevan bagi teman sebaya mereka sesuai dengan usianya.

# PESERTA

## Sasaran



10-14 tahun



15-19 tahun



20-24 tahun

## Kriteria



**Aktif dalam kepengurusan PIK Remaja**



**Memiliki komitmen dan motivasi yang kuat untuk menjadi Pendidik Sebaya**



**Memiliki pengalaman dalam memberikan edukasi**



**Mampu berkomunikasi dengan baik, yang ditunjukkan melalui sikap ramah, kemampuan mengemukakan pendapat secara lancar, fleksibel dalam pergaulan, serta berinisiatif dan kreatif. Selain itu, peserta tidak mudah tersinggung, terbuka terhadap hal-hal baru, memiliki keinginan belajar yang tinggi, dan senang membantu orang lain.**

## Jumlah Peserta

Setiap angkatan Pelatihan Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja diikuti oleh maksimal 35–40 peserta.

## Uraian Tugas

Setelah mengikuti Pelatihan Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja, peserta diharapkan mampu:

- Memberikan edukasi tentang Kesehatan Reproduksi dan Perencanaan Masa Depan.
- Mengisi Jurnal Pendidik Sebaya setiap kali melakukan kegiatan edukasi.
- Menyelenggarakan kegiatan-kegiatan yang menarik minat remaja untuk datang ke Pusat Informasi dan Konseling Remaja.
- Menunjukkan kepedulian terhadap isu-isu perkembangan, karakteristik, serta permasalahan yang dihadapi oleh remaja.
- Melibatkan partisipasi remaja lain di Pusat Informasi dan Konseling Remaja.

# Fasilitator Pelatihan

## Kriteria Fasilitator

Fasilitator Pelatihan Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja harus memenuhi kriteria berikut:



Berusia maksimal 26 tahun



Pernah mengikuti Pelatihan Fasilitator (TOT) Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja.



Memiliki pengalaman dalam memfasilitasi pelatihan.

## Penugasan

Fasilitator Pelatihan Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja harus mendapatkan mandat atau penugasan resmi dari Perwakilan BKKBN Provinsi atau pejabat yang berwenang.

# Tujuan Pelatihan

## Tujuan Umum

Meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan Pendidik Sebaya dalam memberikan informasi dan edukasi kepada remaja di Pusat Informasi dan Konseling Remaja.

## Tujuan Khusus

- 1 Meningkatkan pengetahuan Pendidik Sebaya tentang kebijakan dan strategi Program Bina Ketahanan Remaja melalui Pemberdayaan Teman Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja.
- 2 Mengembangkan pemikiran kritis dan kepedulian Pendidik Sebaya terhadap isu-isu perkembangan, karakteristik, serta permasalahan yang dihadapi oleh remaja.
- 3 Memperdalam pemahaman Pendidik Sebaya tentang kebijakan dan strategi Program Bina Ketahanan Remaja, termasuk pengetahuan dasar tentang kesehatan reproduksi, keterampilan hidup, perencanaan masa depan, dan persiapan berkeluarga.
- 4 Meningkatkan keterampilan Pendidik Sebaya dalam menyampaikan informasi dan edukasi kepada remaja.
- 5 Mendorong pelibatan dan partisipasi aktif remaja lainnya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja.

# Kemampuan yang Diharapkan

**Setelah mengikuti Pelatihan Pemberian Informasi dan Edukasi oleh Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja, peserta diharapkan mampu:**

- Memiliki pengetahuan tentang kebijakan dan strategi Program Bina Ketahanan Remaja melalui Pemberdayaan Teman Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja
- Memiliki pemikiran kritis dan kepedulian terhadap isu-isu tentang perkembangan, karakteristik, serta permasalahan yang dihadapi oleh remaja
- Memiliki pemahaman tentang Pengetahuan Dasar tentang Kesehatan Reproduksi, Keterampilan Hidup, Perencanaan Masa Depan, dan Persiapan Berkeluarga.
- Memiliki keterampilan dalam memberikan informasi dan edukasi kepada remaja
- Memiliki kemampuan dalam melibatkan dan partisipasi remaja lainnya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja

# Pengalaman Belajar

## **MENINGKATKAN PENGETAHUAN tentang Kebijakan dan Strategi Program Bina Ketahanan Remaja melalui Pemberdayaan Teman Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja:**

- Memberikan pemahaman tentang latar belakang, landasan, peran, serta bentuk keterlibatan remaja dalam Program Bina Ketahanan Remaja.
- Menjelaskan kebijakan dan strategi Program Bina Ketahanan Remaja melalui Pemberdayaan Teman Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja.
- Membahas peran Teman Sebaya sebagai sumber informasi, teman curhat, dan diskusi.
- Menggali peran Pusat Informasi dan Konseling Remaja sebagai tempat untuk:
  - berbagi informasi;
  - melakukan konseling;
  - memberikan rujukan; dan
  - menyelenggarakan aktivitas positif dan kreatif.

## **MEMBANGUN PEMIKIRAN KRITIS DAN KEPEDULIAN terhadap isu-isu perkembangan, karakteristik, serta permasalahan yang dihadapi oleh remaja melalui materi (1) Klarifikasi Nilai dan (2) Kontinum Kenyamanan.**

### **● Mempelajari Klarifikasi Nilai:**

- Menggali berbagai sudut pandang dari masing-masing peserta mengenai isu-isu perkembangan, karakteristik, serta permasalahan remaja.

- Mendiskusikan kasus-kasus yang relevan dengan kehidupan remaja.
- Mengidentifikasi berbagai sudut pandang serta menghargai perbedaan pendapat dan persepsi antar peserta.

### ● **Mempelajari Kontinum Kenyamanan:**

- Mengidentifikasi tingkat kenyamanan calon Pendidik Sebaya dalam menyampaikan informasi dan edukasi tentang topik-topik kunci yang ada dalam modul.
- Mengidentifikasi kepercayaan diri dan kesiapan dalam menyampaikan informasi dan edukasi.
- Menilai situasi/gambaran tingkat pengetahuan dan keterampilan dalam penyampaian informasi dan edukasi.

## ■ **MENINGKATKAN PEMAHAMAN SUBSTANSI DASAR tentang Kesehatan Reproduksi dan Perencanaan Masa Depan.**

### ● **Mempelajari Siklus Perkembangan Remaja (Usia 10–24 Tahun):**

- Memperdalam pengetahuan peserta tentang perkembangan kehidupan remaja serta dampaknya pada kesehatan reproduksi dan respons masyarakat terhadap remaja.
- Membahas perkembangan kehidupan remaja dan pengaruhnya terhadap kehidupan kesehatan reproduksi.
- Menilai situasi/gambaran tingkat pengetahuan dan keterampilan dalam penyampaian informasi dan edukasi.

### ● **Mempelajari Kesehatan Reproduksi Remaja:**

- Meningkatkan pengetahuan peserta tentang kesehatan reproduksi remaja serta dampak perilaku seksual berisiko.
- Membahas perubahan yang terjadi selama masa pubertas remaja.

## ● **Mempelajari Gender:**

- Meningkatkan pemahaman peserta tentang perbedaan jenis kelamin dan gender, kesetaraan gender, serta peran gender.
- Mendiskusikan konsep feminitas dan maskulinitas serta pengaruhnya dalam kehidupan masyarakat.

## ● **Mempelajari Keterampilan Hidup:**

- Meningkatkan pengetahuan peserta tentang keterampilan hidup dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari untuk melindungi diri dan memperkuat hubungan sosial yang positif.
- Menjelaskan konsep keterampilan hidup dan mendiskusikan penerapannya.

## ● **Mempelajari Perencanaan Masa Depan:**

- Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta akan pentingnya merencanakan masa depan untuk menghadapi lima transisi kehidupan remaja.
- Mengidentifikasi langkah-langkah dalam perencanaan masa depan serta membahas indikator kesiapan berkeluarga.

## ■ **KETERAMPILAN DALAM MEMBERIKAN INFORMASI DAN EDUKASI KEPADA REMAJA dilakukan melalui:**

### ● **Mempelajari Teknik Fasilitasi:**

- Meningkatkan keterampilan dalam menyampaikan materi tentang kesehatan reproduksi dan perencanaan masa depan.
- Mengidentifikasi teknik fasilitasi yang efektif serta tips untuk menarik perhatian peserta selama proses fasilitasi.

### ● **Mempelajari Teknik Mendengar yang Baik:**

- Meningkatkan keterampilan menjadi pendengar yang baik, terutama dalam menerima curhat dari teman sebaya.
- mempraktikkan mendengar dengan baik tanpa merespons dan mempelajari tips untuk menjadi pendengar yang baik.

## ● **Mempelajari Peer Teaching:**

- Memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempraktikkan metode-metode pemberian informasi, edukasi, serta diskusi dengan teman sebaya (peer-to-peer approach).
- Mempraktikkan modul Kesehatan Reproduksi dan Perencanaan Masa Depan secara segmentatif.

## ■ **MENYUSUN RENCANA TINDAK LANJUT diperlukan untuk memastikan rencana kerja pasca pelatihan, yang meliputi:**

- **Merencanakan tindak lanjut setelah mengikuti pelatihan di tingkat pusat dan provinsi (formulir terlampir).**
- **Merencanakan tindak lanjut implementasi modul setelah mengikuti pelatihan di tingkat kabupaten/kota (formulir terlampir).**

# Mengenal Pendidik Sebaya, Konselor Sebaya dan Fasilitator Pelatihan

## Pendidik Sebaya

Berdasarkan Peraturan Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 456/PER/F6/2015 tentang Pedoman Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Remaja/Mahasiswa (PIK R/M) Pendidik Sebaya (PS) adalah remaja yang secara fungsional mempunyai komitmen dan motivasi yang tinggi, sebagai sumber informasi dan pengetahuan bagi kelompok remaja sebayanya, telah mengikuti pelatihan/orientasi Pendidik Sebaya dengan mempergunakan Panduan Kurikulum dan Modul Pelatihan yang telah disusun oleh Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga/BKKBN, serta bertanggung Jawab kepada ketua PIK R.

## Konselor Sebaya

Berdasarkan Peraturan Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 456/PER/F6/2015 tentang Pedoman Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Remaja/Mahasiswa (PIK R/M) Konselor Sebaya (KS) adalah Pendidik Sebaya yang secara fungsional mempunyai komitmen dan motivasi yang tinggi untuk memberikan konseling bagi kelompok remaja sebayanya, telah mengikuti pelatihan/orientasi konseling, serta bertanggung jawab kepada ketua PIK R. Konselor sebaya sudah pasti sebagai pendidik sebaya dan pendidik sebaya belum tentu menjadi konselor sebaya.

## PIK Remaja/Mahasiswa

Pusat Informasi dan konseling Remaja (PIK R) adalah suatu wadah kegiatan program GenRe dalam rangka penyiapan kehidupan berkeluarga bagi remaja yang dikelola dari, oleh dan untuk remaja guna memberikan pelayanan informasi dan konseling tentang perencanaan kehidupan berkeluarga bagi remaja serta kegiatan-kegiatan penunjang lainnya. Pengelola PIK Remaja/Mahasiswa adalah remaja/mahasiswa berusia maksimal 24 tahun, belum menikah dan memiliki komitmen dalam mengelola dan melaksanakan PIK Remaja dan mahasiswa. Pengelola PIK Remaja/ Mahasiswa telah mengikuti pelatihan/orientasi berdasarkan Peraturan Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 456/PER/F6/2015 tentang Pedoman Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Remaja/Mahasiswa (PIK R/M).

## Fasilitator Pelatihan

PIK R/M adalah wadah kegiatan program GenRe dalam rangka penyiapan kehidupan berkeluarga bagi remaja yang dikelola dari, oleh dan untuk remaja guna memberikan pelayanan informasi dan konseling tentang perencanaan kehidupan berkeluarga bagi remaja serta kegiatan-kegiatan penunjang lainnya. Pengelola PIK R/M adalah remaja/mahasiswa berusia maksimal 24 tahun, belum menikah dan memiliki komitmen dalam mengelola dan melaksanakan PIK R/M. Pengelola PIK R/M telah mengikuti pelatihan/orientasi berdasarkan Peraturan Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Nomor 456/PER/F6/2015 tentang Pedoman Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Remaja/Mahasiswa (PIK R/M).

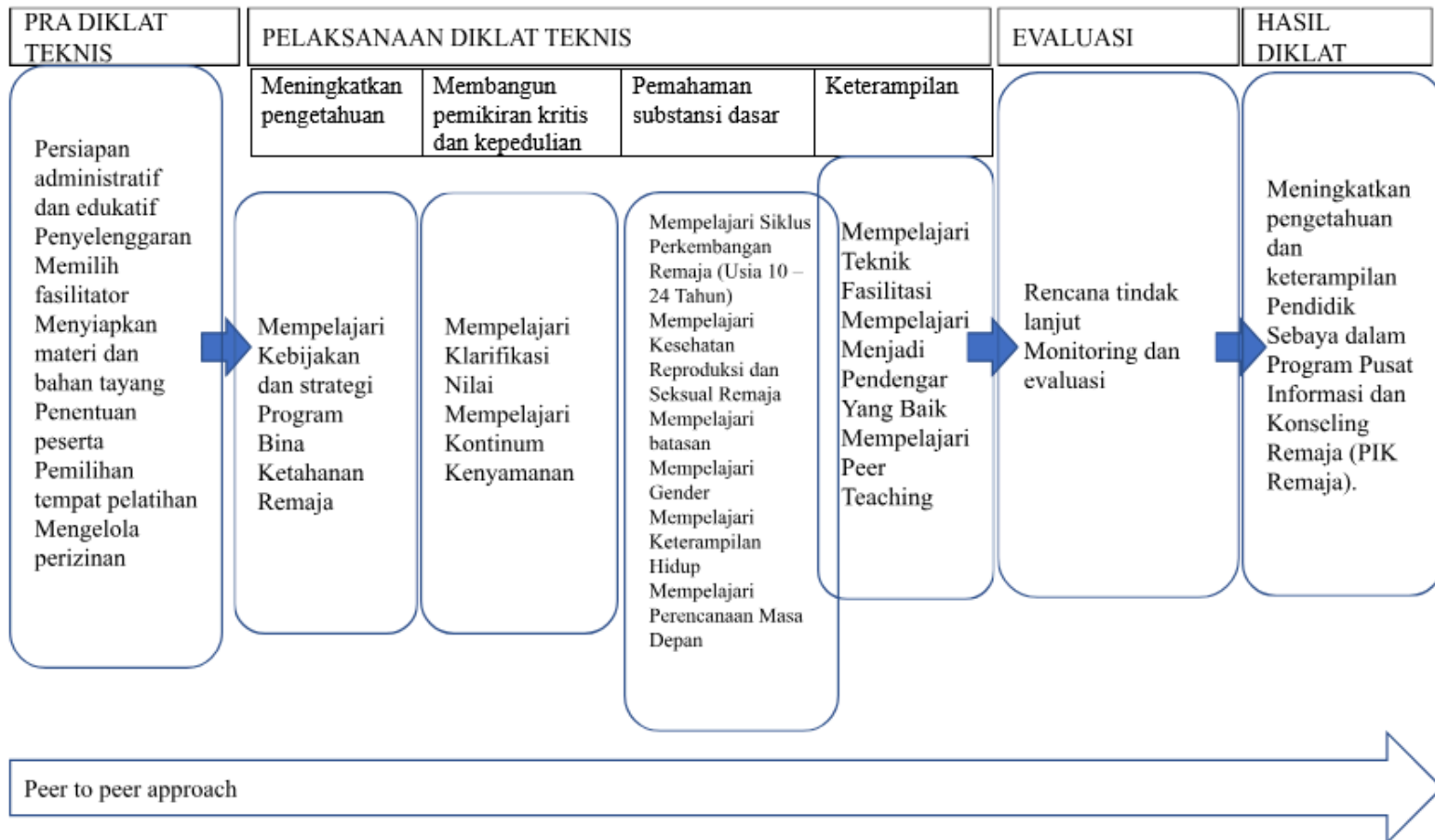
# Struktur Materi

No.	Materi Substansi	Jam Pelajaran		Jumlah
		Teori	Praktik	
1	Kebijakan dan Strategi Program Bina Ketahanan Remaja melalui Pemberdayaan Teman Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja	1	1	2
2	Klarifikasi Nilai	1	1	2
3	Kontinum Kenyamanan	1	1	2
4	Siklus Perkembangan Remaja (Usia 10-24 Tahun)	1	2	3
5	Kesehatan Reproduksi Remaja	2	2	4
6	Batasan	1	1	2
7	Gender	2	2	4
8	Keterampilan Hidup	1	1	2
9	Perencanaan Masa Depan	2	2	4
10	Teknis Fasilitasi		2	2
11	Menjadi Pendengar yang Baik		2	2
12	Praktik Pendidik Sebaya		16	16
13	Rencana Tindak Lanjut		1	1
	<b>Jumlah</b>	<b>12</b>	<b>34</b>	<b>46</b>

## Keterangan

- 1 JP : 45 menit
- Pembukaan dan penutupan : 2 JP
- Pre dan post tes : 2 JP
- Total waktu pelatihan : 46 JP

# STRATEGI PELATIHAN



# Penilaian Pelatihan

## PENILAIAN PELATIHAN

Untuk mengukur tingkat keberhasilan dalam mencapai tujuan Pelatihan Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja, penilaian dilakukan terhadap peserta (baik di kelas maupun di lapangan), fasilitator, serta penyelenggaraan pelatihan.

## EVALUASI PESERTA

Evaluasi peserta dilakukan untuk mendapatkan informasi mengenai tingkat pengetahuan dan pemahaman mereka. Evaluasi ini mencakup:

- Pre-test dan Post-test: Dilakukan untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelatihan (lembar terlampir).
- Penilaian Keterampilan: Dilakukan saat praktik fasilitasi menggunakan Formulir Observasi (terlampir).

## EVALUASI FASILITATOR

Evaluasi terhadap fasilitator dilakukan oleh peserta menggunakan standar penilaian yang ditetapkan oleh Pusat Pelatihan Kependudukan dan Keluarga Berencana. Aspek yang dinilai meliputi:

- Sistematis penyajian materi
- Kemampuan menyajikan dengan jelas dan menarik
- Ketepatan waktu dan kehadiran
- Penggunaan metode dan sarana pelatihan yang efektif
- Sikap dan perilaku selama pelatihan

- Cara menjawab pertanyaan peserta dengan tepat
- Penggunaan bahasa yang mudah dipahami
- Pemberian motivasi kepada peserta
- Kerapian berpakaian
- Kerjasama antar Widyaiswara/fasilitator dalam tim

## EVALUASI PENYELENGGARAAN

Penilaian penyelenggaraan pelatihan mencakup dua aspek utama:

Aspek Edukatif:

- Relevansi materi dengan tujuan pelatihan
- Kesesuaian penggunaan metode dan media pelatihan
- Proses pelatihan secara keseluruhan
- Durasi pelatihan

Aspek Administratif:

- Fasilitas penyelenggaraan kegiatan
- Akomodasi dan konsumsi peserta
- Sarana kelas yang disediakan

## EVALUASI PASCA PELATIHAN

Mekanisme dan prosedur evaluasi pasca pelatihan adalah sebagai berikut:

- Waktu Pelaksanaan: Evaluasi dilakukan antara 3 hingga 12 bulan setelah pelatihan.
- Tujuan Evaluasi Pasca Pelatihan: Untuk mengetahui dan mengukur:
  - Tingkat pemanfaatan alumni peserta pelatihan dalam kegiatan sehari-hari.
  - Tingkat pemanfaatan kompetensi yang meliputi kualitas pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh.
  - Tercapainya rencana tindak lanjut yang disusun pasca pelatihan.
  - Instansi pembina pelatihan menggunakan hasil Evaluasi Pasca Pelatihan sebagai masukan untuk penyempurnaan program pelatihan selanjutnya.

## Kriteria Keberhasilan

Keberhasilan peserta dalam mengikuti Pelatihan Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja diukur melalui indikator berikut:

- Keikutsertaan dalam seluruh rangkaian pelatihan: Dinilai dengan bobot 20 persen.
- Peningkatan pengetahuan: Diukur dari hasil Pre-test dan Post-test, dengan bobot 20 persen.
- Kemampuan melakukan fasilitasi: Dievaluasi melalui Formulir Observasi, dengan bobot 60 persen.

## Modifikasi Kurikulum

Kurikulum ini berfungsi sebagai panduan utama dalam penyelenggaraan Pelatihan Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja. Namun, penyesuaian terhadap silabus pelatihan, bahan tayang, dan materi pembelajaran dapat dilakukan selama tidak mengurangi kualitas dan esensi dari pelatihan dan perlu senantiasa disesuaikan dengan nilai norma yang berlaku di masyarakat.

## Layanan Pengaduan

Jika terdapat pertanyaan atau hal-hal yang perlu dikonfirmasi lebih lanjut berkaitan dengan Kurikulum Pelatihan yang tersedia, dapat menghubungi tim Bina Ketahanan Remaja melalui laman berikut:

## Penutup

Kurikulum ini disusun sebagai panduan dalam penyelenggaraan Pelatihan Pendidik Sebaya di Pusat Informasi dan Konseling Remaja, dan diharapkan dapat menjadi acuan yang efektif dalam mencapai tujuan pelatihan.

## Sesi 1: Kebijakan dan Strategi Program Bina Ketahanan Remaja

Sebagai bagian awal dari serangkaian kegiatan pelatihan, penting untuk menyelenggarakan sesi mengenai Kebijakan dan Strategi Program Bina Ketahanan Remaja. Sesi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman mendalam tentang latar belakang dan landasan program, serta menjelaskan peran dan bentuk keterlibatan remaja dalam program ini dengan tujuan:

- Menjelaskan latar belakang dan dasar-dasar kebijakan Program Bina Ketahanan Remaja kepada peserta.
- Meningkatkan kesadaran peserta tentang pentingnya peran teman sebaya dalam mendukung perkembangan remaja.
- Menginspirasi peserta untuk berkomitmen menjadi teman sebaya yang baik dan aktif berperan sebagai Pendidik Sebaya dalam Program Bina Ketahanan Remaja.

### METODE

- Presentasi
- Diskusi partisipatif
- Waktu: 90 menit

### ALAT BANTU

- LCD Projector
- Laptop
- Kertas plano
- Spidol

# ATURAN MAIN

## Landasan Program Bina Ketahanan Remaja

1. Instruksikan peserta untuk mengikuti langkah-langkah yang telah disiapkan.
2. Presentasikan materi tentang program Bina Ketahanan remaja secara keseluruhan, meliputi poin-poin berikut:
  - Pengertian program Bina Ketahanan Remaja
  - Kebijakan program Bina ketahanan Remaja
  - Strategi program
  - PIK Remaja (peer to peer approach)
  - Bina Keluarga Remaja
  - Gambaran praktis pelaksanaan program di lapangan
3. Bukalah satu sesi tanya jawab sebelum melanjutkan ke sesi berikutnya

## Identifikasi tugas dan Peran PIK Remaja

1. Minta peserta berbagi dalam 4 kelompok
2. Minta masing-masing kelompok mendiskusikan topik berikut:
  - Kelompok 1: Siapa PIK Remaja dan mengapa PIK Remaja diperlukan?
  - Kelompok 2: Tugas dan peran PIK Remaja?
  - Kelompok 3: Nilai dan prinsip yang perlu diterapkan oleh PIK Remaja?
  - Kelompok 4: Materi dan keterampilan apa saja yang perlu dikuasai oleh PIK Remaja?
3. Berikan masing-masing kelompok waktu sekitar 30 menit untuk mendiskusikan topik masing-masing, serta menuliskan hasil diskusi mereka pada kertas plano .
4. Setelah selesai berdiskusi, minta masing-masing kelompok mempresentasikan hasil diskusi mereka selama 5 menit.
5. Buka sesi tanya jawab pasca masing-masing kelompok presentasi
6. Simpulkan sesi tersebut dan membuat kesepakatan tugas dan peran PIK Remaja, termasuk materi kunci dan nilai apa yang perlu dimiliki oleh PIK Remaja

## **Siapa yang Mengelola PIK Remaja dan Mengapa PIK Remaja Diperlukan?**

PIK Remaja adalah sebuah wadah atau organisasi yang terdiri dari pendidik sebaya dan konselor sebaya, yang dibentuk untuk mendampingi remaja dalam merencanakan masa depan mereka. PIK Remaja juga bertujuan untuk mengajak remaja lainnya hidup sehat dengan menyediakan informasi tentang kesehatan reproduksi, keterampilan hidup (life skills), dan lainnya. Berdasarkan survei, remaja lebih nyaman berbicara tentang masalah pribadi, seperti kehidupan percintaan dan kesehatan reproduksi, dengan teman sebayanya daripada dengan orang dewasa seperti orang tua atau guru.

### **Apa Tugas dan Peran PIK Remaja?**

- Bertindak sebagai agen perubahan di masyarakat dengan mengajak remaja lainnya untuk hidup sehat dan memiliki perencanaan masa depan yang baik dan jelas.
- Memberikan edukasi tentang pentingnya merencanakan masa depan serta memberikan informasi terkait kesehatan reproduksi, HIV dan AIDS, keterampilan hidup (life skills), dan lainnya.
- Menjadi teman yang baik, siap mendengarkan masalah teman-temannya (teman curhat). Memberikan akses ke layanan kesehatan bagi teman yang membutuhkannya melalui rujukan.
- Nilai dan Prinsip yang Perlu Diterapkan oleh PIK Remaja
- Pendekatan partisipasi remaja yang bermakna.
- Berbasis hak.
- Sensitif gender.
- Berperspektif positif terhadap kesehatan reproduksi dan seksualitas remaja. Berjiwa Pancasila.
- Inklusif.
- Materi dan Keterampilan yang Perlu dikuasai oleh PIK Remaja
- Kesehatan Reproduksi dan Seksual Remaja.
- Gender.
- Keterampilan Hidup
- Perencanaan Masa Depan.
- Teknik Fasilitasi.
- Keterampilan menjadi pendengar yang baik.

## BAHAN BACAAN

### **Pengertian Program Bina Ketahanan Remaja**

Program Bina Ketahanan Remaja adalah inisiatif yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup remaja melalui pembinaan, pendidikan, dan pendampingan. Fokus utama program ini adalah mendorong perilaku hidup sehat, pengembangan karakter positif, serta peningkatan kapasitas remaja dalam menghadapi tantangan masa depan. Program ini juga bertujuan membangun ketahanan keluarga yang kuat dengan melibatkan remaja dan orang tua dalam proses pengembangan remaja yang lebih baik.

### **Kebijakan Program Bina Ketahanan Remaja**

Program ini didasarkan pada kebijakan nasional yang mengintegrasikan pendekatan kesehatan, pendidikan, dan pembangunan karakter dalam membina remaja. Pemerintah, melalui Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga/BKKBN, menjadi salah satu penggerak utama dalam pelaksanaan program ini, yang juga bekerja sama dengan berbagai lembaga pendidikan, organisasi pemuda, dan komunitas lokal.

### **Strategi Program Bina Ketahanan Remaja**

#### 1. PIK Remaja (Pusat Informasi dan Konseling Remaja):

PIK Remaja adalah pendekatan berbasis peer-to-peer (teman sebaya) di mana remaja dilatih untuk menjadi konselor bagi teman sebayanya. Dengan pendekatan ini, remaja mendapatkan informasi dan dukungan mengenai kesehatan reproduksi, pencegahan penyalahgunaan narkoba, pengembangan keterampilan hidup, dan isu-isu lain yang relevan dengan mereka. PIK Remaja juga menjadi wadah untuk berdiskusi dan saling berbagi pengalaman dengan sesama remaja.

## 2. Bina Keluarga Remaja (BKR):

Program BKR bertujuan untuk memberikan bimbingan dan edukasi kepada orang tua agar mampu mendampingi dan membina anak remaja mereka dengan baik. Fokusnya adalah pada pengembangan komunikasi yang efektif antara orang tua dan remaja serta dukungan emosional yang diperlukan dalam perkembangan remaja.

## 3. Bina Keluarga Remaja (BKR):

Di lapangan, program ini dilaksanakan melalui pelatihan, diskusi kelompok, dan kegiatan komunitas yang melibatkan remaja, orang tua, dan fasilitator. PIK Remaja biasanya berada di sekolah-sekolah atau komunitas, dengan kegiatan rutin seperti sesi konseling, pelatihan keterampilan, dan penyuluhan. Kelompok BKR dilaksanakan melalui pertemuan rutin di tingkat keluarga atau komunitas yang memberikan bimbingan kepada orang tua tentang isu-isu remaja.

### **PIK Remaja: Siapa dan Mengapa Diperlukan?**

Di lapangan, program ini dilaksanakan melalui pelatihan, diskusi kelompok, dan kegiatan komunitas yang melibatkan remaja, orang tua, dan fasilitator. PIK Remaja biasanya berada di sekolah-sekolah atau komunitas, dengan kegiatan rutin seperti sesi konseling, pelatihan keterampilan, dan penyuluhan. Kelompok BKR dilaksanakan melalui pertemuan rutin di tingkat keluarga atau komunitas yang memberikan bimbingan kepada orang tua tentang isu-isu remaja.

### **Tugas dan Peran PIK Remaja:**

- Memberikan informasi dan konseling kepada remaja tentang isu-isu penting yang relevan dengan kehidupan mereka.
- Menjadi fasilitator kegiatan edukatif dan preventif di komunitas dan sekolah.
- Mengadakan kampanye dan kegiatan penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran remaja terkait kesehatan dan pengembangan diri.
- Mendukung terciptanya lingkungan yang positif dan sehat di kalangan remaja.

## **Nilai dan Prinsip yang Perlu Diterapkan oleh PIK Remaja:**

- **Kerelawanan:** Anggota PIK Remaja bekerja dengan semangat sukarela untuk mendukung teman sebayanya.
- **Keterbukaan dan Kepercayaan:** Membangun kepercayaan dengan teman sebaya melalui pendekatan yang inklusif dan empatik.
- **Kerjasama:** Mendorong kerjasama antar remaja dalam mencapai tujuan bersama.
- **Keberlanjutan:** Memastikan program dan kegiatan yang dijalankan dapat terus berkembang dan berdampak positif dalam jangka panjang.

## **Materi dan Keterampilan yang Perlu dikuasai oleh PIK Remaja:**

- **Kesehatan Reproduksi Remaja:** Pengetahuan tentang anatomi, pubertas, dan isu kesehatan seksual.
- **Keterampilan Konseling dan Komunikasi Efektif:** Teknik mendengarkan aktif, memberikan informasi dengan jelas, dan memberikan dukungan emosional.
- **Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba dan HIV/AIDS:** Edukasi tentang risiko, pencegahan, dan cara melindungi diri.
- **Pengembangan Keterampilan Hidup (Life Skills):** Termasuk keterampilan pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan pengelolaan emosi.
- **Perencanaan Kegiatan:** Mengorganisasi acara atau kampanye yang melibatkan komunitas remaja.

Program Bina Ketahanan Remaja merupakan pendekatan holistik yang tidak hanya fokus pada remaja, tetapi juga melibatkan peran keluarga dan komunitas untuk mendukung tumbuh kembang yang sehat dan seimbang bagi para remaja.

## Sesi 2: Klarifikasi Nilai

Sebagai bagian dari serangkaian kegiatan pelatihan, sesi Klarifikasi Nilai perlu diadakan untuk menggali berbagai sudut pandang peserta yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup, latar belakang profesi, budaya, dan keyakinan masing-masing dengan tujuan:

1. Mengajak peserta untuk berdiskusi tentang berbagai kasus yang relevan dengan pengalaman remaja.
2. Membantu peserta mengidentifikasi dan memahami sudut pandang yang beragam mengenai isu-isu remaja.
3. Menumbuhkan sikap menghargai perbedaan pendapat dan persepsi antar peserta untuk meningkatkan kualitas diskusi dan kerja sama.

**Metode:** Diskusi Partisipatif

**Waktu:** 90 menit

**Alat bantu:** Selotip kertas untuk memberikan tanda garis di lantai

### Aturan Main:

1. Instruksikan peserta untuk mengikuti langkah-langkah yang telah disiapkan.
2. Jelaskan kepada semua peserta bahwa nama permainan ini adalah "Seberangi Batas"
3. Minta semua peserta berdiri di salah satu sudut ruangan
4. Berikanlah garis batas di lantai sebagai tanda "batas" yang akan diseberangi oleh peserta
5. Sampaikan bahwa fasilitator akan menyampaikan beberapa pernyataan. Jika setuju/sepakat dengan pernyataan tersebut minta peserta menyeberangi batas
6. Bacakan pertanyaan berikut dimulai dengan pernyataan, "Seberangi batas jika....."
  - Saya sangat nyaman dan percaya diri mendiskusikan isu seksualitas dengan teman saya.
  - Remaja seringkali merasa kesulitan dalam membuat keputusan tentang kehidupan pribadi mereka, termasuk menentukan waktu yang tepat untuk menjalin hubungan yang lebih serius.
  - Pendidikan kesehatan reproduksi dapat mendorong remaja untuk melakukan hubungan seks pada usia yang lebih muda.

- Saya mungkin pernah berpikir bahwa remaja perempuan yang hamil di luar nikah adalah salah mereka.
- Saya percaya bahwa memberikan informasi tentang alat kontrasepsi kepada remaja adalah hal yang salah.
- Saya percaya bahwa remaja perempuan memiliki hak untuk membuat pilihan sendiri mengenai tubuh dan kesehatan reproduksi mereka, dan keputusan tersebut harus dihormati.
- Saya percaya bahwa remaja mungkin menghadapi hambatan dalam membangun hubungan atau menikah di masa sekarang.
- Saya percaya bahwa perempuan yang menjadi korban pemerkosaan karena salah mereka berpakaian minim.
- Saya percaya perempuan yang diperkosa menikmati sensasi yang terjadi.

7. Setelah peserta pindah, lanjutkan dengan memberikan pernyataan:

- “Bagaimana rasanya berada pada pilihan sekarang?”
- Pilih perwakilan masing-masing dari posisi yang berbeda, kemudian berikan pertanyaan: “Mengapa menyeberangi/tidak menyeberangi batas?”

8. Setelah peserta pindah, lanjutkan dengan memberikan pernyataan:

- Bagaimana perasaan kamu melakukan kegiatan ini?
- Apa yang kamu pelajari tentang pandanganmu sendiri dan orang lain tentang kesehatan reproduksi remaja, termasuk kehamilan remaja?
- Apakah ada saat-saat ketika kamu tergoda untuk pindah bersama kelompok mayoritas? Apakah kamu pindah atau tidak? Bagaimana perasaan kamu saat itu?
- Apa yang kamu pelajari dari kegiatan ini?
- Apa yang diajarkan kegiatan ini kepada kita tentang stigma seputar kesehatan reproduksi remaja?

## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

Dalam sesi ini, kita ingin menegaskan bahwa setiap individu memiliki perspektif masing-masing mengenai seksualitas dan kesehatan reproduksi. Tidak ada jawaban yang benar atau salah karena pandangan ini sangat dipengaruhi oleh latar belakang pribadi, pengalaman hidup, dan nilai-nilai individu.

**Apa yang Perlu Ditekankan:**

Setiap orang datang dengan latar belakang dan cerita unik yang mempengaruhi pandangan mereka. Oleh karena itu, penting untuk menghargai perbedaan perspektif ini dan tidak memaksakan keyakinan pribadi kepada orang lain.

Meskipun kita memiliki pandangan pribadi, kita tidak diperkenankan untuk memaksakan pilihan atau penilaian kita kepada orang lain. Dialog yang terbuka dan saling menghormati adalah kunci untuk memahami dan menghargai perspektif yang berbeda.

Kadang-kadang, secara tidak sadar kita mungkin melakukan diskriminasi atau membangun stigma berdasarkan nilai atau perspektif yang kita yakini. Penting untuk menyadari bahwa kita semua adalah sesama manusia yang seharusnya saling menolong, mendukung, dan menghormati, terlepas dari perbedaan pandangan yang ada.

Dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip ini, kita dapat menciptakan lingkungan diskusi yang inklusif dan saling menghargai, yang pada akhirnya akan memperkaya pemahaman kita tentang isu-isu terkait seksualitas dan kesehatan reproduksi.

## BAHAN BACAAN

### Nilai-Nilai Pribadi:

Nilai pribadi adalah keyakinan, prinsip, dan standar yang menjadi pedoman bagi individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Bagi remaja yang terlibat dalam Pusat Informasi Konseling Remaja (PIK Remaja), pemahaman terhadap nilai-nilai pribadi sangat penting karena akan mempengaruhi bagaimana mereka mengambil keputusan, bersikap, dan menjalankan peran mereka. Beberapa nilai pribadi yang perlu diperhatikan:

- Kejujuran: Menyampaikan informasi dengan jujur, baik saat konseling maupun saat berbagi informasi dengan teman sebaya.
- Rasa Hormat: Menghargai diri sendiri, teman, dan orang lain, tanpa memandang latar belakang atau keyakinan mereka.
- Kepedulian dan Empati: Mampu memahami dan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, serta menunjukkan perhatian dan dukungan.
- Tanggung Jawab: Memahami bahwa setiap tindakan memiliki konsekuensi dan berusaha untuk menjalankan tugas dengan sebaik mungkin.
- Kedisiplinan: Memiliki komitmen untuk konsisten dalam menjalankan peran dan tanggung jawab sebagai anggota PIK Remaja.

### Nilai-Nilai Profesionalitas:

Nilai profesionalitas adalah prinsip yang dipegang oleh remaja dalam menjalankan tugas dan fungsi mereka sebagai konselor teman sebaya. Beberapa nilai profesionalitas yang harus diterapkan dalam PIK Remaja meliputi:

- **Kerahasiaan:** Menjaga privasi dan kerahasiaan informasi yang diberikan oleh teman sebaya dalam sesi konseling.
- **Objektivitas:** Memberikan nasihat dan dukungan tanpa memihak atau dipengaruhi oleh preferensi pribadi.
- **Kompetensi:** Terus meningkatkan pengetahuan dan keterampilan agar dapat memberikan informasi yang tepat dan akurat.
- **Integritas:** Menjalankan peran dengan jujur, tanpa menyalahgunakan posisi sebagai konselor untuk keuntungan pribadi.
- **Kerjasama Tim:** Bekerja bersama dengan anggota PIK Remaja lainnya untuk mencapai tujuan bersama dan mendukung satu sama lain.

### **Dilema Nilai:**

Dalam menjalankan tugas sebagai konselor teman sebaya, remaja mungkin akan menghadapi dilema nilai, yaitu situasi di mana dua atau lebih nilai bertentangan, dan sulit untuk memutuskan mana yang harus diutamakan. Beberapa contoh dilema nilai yang mungkin dihadapi:

- **Kerahasiaan vs. Keselamatan:** Ketika seorang teman bercerita tentang situasi yang berbahaya atau mengancam keselamatan dirinya, seperti keinginan bunuh diri atau mengalami kekerasan, konselor dihadapkan pada dilema antara menjaga kerahasiaan dan melaporkan kepada pihak yang lebih berwenang demi keselamatan.
- **Objektivitas vs. Kepedulian Pribadi:** Saat seorang teman dekat meminta nasihat, konselor harus menjaga objektivitas dan tidak membiarkan hubungan personal mempengaruhi nasihat yang diberikan.
- **Kejujuran vs. Penghindaran Konflik:** Ada kalanya konselor dihadapkan pada situasi di mana harus mengatakan hal yang tidak menyenangkan atau berisiko menyinggung perasaan teman, namun tetap harus mengutamakan kejujuran.

Dengan memahami nilai-nilai pribadi dan profesionalitas, serta menyadari potensi dilema nilai yang mungkin muncul, remaja yang terlibat dalam PIK Remaja dapat lebih siap dalam menjalankan peran mereka secara efektif. Mereka juga akan lebih mampu menjaga integritas dan menjalankan tugas dengan seimbang, baik dalam kehidupan pribadi maupun dalam konteks profesional sebagai konselor teman sebaya

## Sesi 3: Kontinum Kenyamanan

Sesi ini ditujukan untuk mengidentifikasi tingkat kepercayaan diri dan kesiapan calon Pendidik Sebaya dalam memberikan edukasi ataupun topik kunci yang termuat dalam modul ini. Selain itu, sesi ini juga bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai pengetahuan dan keterampilan peserta dengan tujuan:

1. Mengidentifikasi tingkat kepercayaan diri dan kesiapan peserta dalam memberikan edukasi tentang Kesehatan Reproduksi dan Perencanaan Masa Depan.
2. Memperoleh gambaran mengenai pengetahuan dan keterampilan peserta.

**Metode:** Diskusi Partisipatif

**Waktu:** 90 menit

**Alat bantu:**

- Selotip kertas untuk memberikan tanda garis dilantai
- Kertas sebagai penanda

**Aturan Main:**

1. Instruksikan peserta untuk mengikuti langkah-langkah yang telah disiapkan.
2. Berikan informasi ke peserta bahwa sesi ini bernama “Kontinum Kenyamanan”
3. Berikan tanda garis lurus di lantai, kemudian tempelkan tiga tanda yang menggambarkan gradasi (tingkat/ukuran dari tingkat rendah, sedang dan tinggi) di lantai secara berjajar untuk menunjukkan sebuah kontinum.
4. Informasikan kepada peserta bahwa mereka dapat berdiri di mana saja di sepanjang tali.
5. Tidak Sama Sekali ----- Sedikit -----  
Sedang -----Banyak

6. Bacakan pernyataan berikut dengan keras dan minta peserta untuk berpindah ke titik sepanjang kontinum yang paling mewakili perasaan mereka.

- Seberapa nyamankah kamu memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi kepada remaja?
- Seberapa nyamankah kamu memberitahu remaja laki-laki tentang mimpi basah?
- Seberapa nyamankah kamu memberitahu remaja perempuan tentang menstruasi?
- Seberapa nyamankah kamu memberitahu remaja tentang berbagai bentuk perilaku seksual?
- Seberapa nyamankah kamu memberikan kesempatan kepada remaja untuk membuat pilihan sendiri terkait kesehatan reproduksi mereka?
- Seberapa nyamankah kamu memberikan edukasi terkait kontrasepsi kepada remaja perempuan?
- Seberapa nyamankah kamu memberikan edukasi terkait kontrasepsi kepada remaja laki-laki?
- Seberapa nyamankah kamu memberikan edukasi terkait kehamilan kepada remaja perempuan?
- Seberapa nyamankah kamu memberikan edukasi terkait kehamilan kepada remaja laki-laki?
- Seberapa nyamankah kamu dengan seorang remaja perempuan yang melakukan seks suka sama suka dengan pacarnya atau seseorang yang dia sukai?
- Seberapa nyaman kamu dengan seorang remaja perempuan yang ingin mempertahankan kehamilannya dan punya anak meskipun belum menikah?
- Seberapa nyaman kamu dengan seorang remaja perempuan yang ingin mengakhiri kehamilannya?

6. Dorong peserta untuk jujur tentang perasaan mereka dan untuk tidak dipengaruhi oleh peserta lain.

7. Tanyakan kepada sukarelawan yang berdiri di berbagai titik di sepanjang kontinum untuk menjelaskan alasan mereka memilih posisi tersebut.

8. Setelah membacakan semua pernyataan, kemudian gali pengalaman peserta:

- Apa yang kamu pelajari tentang tingkat kenyamanan Kamu dan orang lain terkait pembahasan isu kesehatan reproduksi remaja?
- Bagaimana pengamatan kamu terhadap tingkat kenyamanan keseluruhan peserta terkait isu kesehatan reproduksi remaja?
- Apakah kamu akan menjawab berbeda jika yang kita bicarakan adalah perempuan yang sudah menikah?
- Bagaimana kamu menilai apakah seorang remaja cukup dewasa untuk memutuskan seksualitasnya tanpa persetujuan oleh pihak lain?

## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

Sebagai calon fasilitator, kamu pasti sudah memiliki keterampilan dan pengetahuan dasar yang diperoleh dari pengalaman fasilitasi sebelumnya atau pendidikan formal. Melakukan identifikasi terhadap kemampuan yang dimiliki adalah langkah awal yang penting. Sesi ini membantu kamu memahami tingkat kenyamanan pribadi dalam berbagai isu remaja dan mengidentifikasi area yang memerlukan peningkatan, serta menyiapkan diri untuk meningkatkan kapasitas sebagai fasilitator.

## BAHAN BACAAN

Sesi ini kali ini dirancang secara khusus untuk mengidentifikasi tingkat kepercayaan diri dan kesiapan calon pendidik sebaya dalam menyampaikan materi edukasi. Sesi ini juga akan menggambarkan pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki peserta terkait topik yang akan diajarkan. Dalam sesi ini juga kita akan Bersama-sama menilai kesiapan diri sendiri dalam menjalankan peran sebagai pendidik sebaya.

**Pentingnya Kepercayaan Diri dalam Peran Pendidik Sebaya:**

Kepercayaan diri adalah elemen penting bagi pendidik sebaya. Mereka perlu percaya pada kemampuan diri untuk menyampaikan informasi dengan efektif dan menangani tantangan yang mungkin muncul saat berinteraksi dengan teman sebaya. Aspek yang bisa dipertimbangkan:

- **Keyakinan dalam Penguasaan Materi:** Pendidik sebaya yang memahami materi dengan baik cenderung lebih percaya diri dalam menyampaikan informasi.
- **Keterampilan Komunikasi:** Kemampuan berbicara dengan jelas, mendengarkan secara aktif, dan merespons dengan empati akan meningkatkan rasa percaya diri.

**Kesiapan sebagai Pendidik Sebaya:**

Kesiapan mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan untuk mendidik teman sebaya. Aspek kesiapan meliputi:

- **Pemahaman Materi Edukasi:** Calon pendidik sebaya harus menguasai topik kunci dalam modul, seperti kesehatan reproduksi, pencegahan narkoba, dan pengembangan keterampilan hidup.
- **Pengalaman dan Pelatihan:** Partisipasi dalam pelatihan dan simulasi akan membantu meningkatkan kesiapan dalam menghadapi situasi nyata.
- **Sikap Terhadap Peran:** Sikap positif, kesadaran akan tanggung jawab, dan kemauan untuk belajar sangat penting bagi pendidik sebaya.

**Keterampilan yang Perlu dikuasai:** Beberapa keterampilan utama yang perlu dimiliki calon pendidik sebaya:

- **Komunikasi Efektif:** Menyampaikan pesan dengan jelas dan mendengarkan secara aktif.
- **Keterampilan Konseling Dasar:** Kemampuan untuk memberikan dukungan emosional dan memfasilitasi percakapan dengan teman sebaya.
- **Pengelolaan Waktu dan Dinamika Kelompok:** Mampu mengelola waktu dalam sesi edukasi dan menjaga dinamika kelompok tetap produktif.

Sesi ini membantu calon pendidik sebaya untuk mengenali kekuatan dan area yang perlu ditingkatkan sebelum terjun ke lapangan. Dengan memadukan penilaian kepercayaan diri, kesiapan, pengetahuan, dan keterampilan, calon pendidik sebaya dapat lebih siap untuk memberikan edukasi yang efektif dan berdampak bagi teman sebaya mereka.

## **Sesi 4: Siklus Perkembangan Remaja (Usia 10-24 Tahun)**

Sesi ini bertujuan untuk membantu peserta mengidentifikasi permasalahan remaja terkait perkembangan fisik, psikis, dan sosial mereka. Peserta juga akan belajar mengenali perbedaan respon sosial atau perlakuan antara remaja laki-laki dan perempuan dengan tujuan memberikan wawasan kepada peserta mengenai perkembangan kehidupan remaja, dampaknya terhadap kesehatan reproduksi remaja, serta respon masyarakat terhadap mereka.

**Metode:**

- Diskusi kelompok
- Presentasi

**Waktu:** 120 menit

**Alat bantu:**

- Kertas plano
- Spidol sebanyak peserta
- Lem kertas (3 buah)
- Selotip kertas
- Kartu metaplan (3 warna)

**Aturan Main:**

1. Instruksikan peserta untuk mengikuti langkah-langkah yang telah disiapkan.
2. Sampaikan kepada peserta bahwa kita akan melakukan diskusi kelompok tentang "Siklus Hidup Remaja Perempuan dan Laki-Laki."
3. Bagi peserta menjadi dua kelompok besar: kelompok perempuan dan kelompok laki-laki.
4. Buatlah garis di lantai sebagai pembatas antara kelompok perempuan dan kelompok laki-laki. Berikan penanda tahapan siklus hidup remaja berdasarkan usia:
  - 1–3 tahun
  - 4–6 tahun
  - 7–12 tahun
  - 13–18 tahun
  - 19–24 tahun
5. Minta masing-masing kelompok mendiskusikan perkembangan dan karakteristik remaja di setiap tahapan usia tersebut dengan menjawab pertanyaan kunci berikut:
  - Apa saja yang terjadi (perkembangan dan permasalahan) pada perempuan dan laki-laki di setiap tahapan usia tersebut?
  - Bagaimana karakteristik dan kebutuhan mereka di setiap tahapan usia tersebut?
  - Bagaimana peran teman sebaya di alam kehidupan mereka di setiap tahapan usia tersebut?
6. Minta masing-masing kelompok menuliskan hasil diskusi mereka di kertas metaplan dan letakkan di samping garis usia yang sesuai.
7. Setelah itu, minta masing-masing kelompok untuk mempresentasikan hasil diskusinya dan buka sesi tanya-jawab antara kedua kelompok.
8. Setelah presentasi selesai, berikan pertanyaan refleksi kepada peserta:

- Kapan mulai terjadi perbedaan respon terhadap perempuan dan laki-laki?
- Mengapa hal tersebut terjadi?
- Apakah ada perbedaan harapan, kekhawatiran, dan pesan kunci kepada perempuan dan laki-laki? Mengapa?

## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

Setelah mengidentifikasi perkembangan remaja, terlihat adanya perbedaan respon sosial yang berdampak langsung pada psikologis dan perkembangan emosional mereka. Perbedaan ini lebih jelas terlihat setelah remaja memasuki masa pubertas, di mana perempuan cenderung lebih dikekang dan akses sosialnya dibatasi oleh keluarga dan masyarakat, sedangkan laki-laki diberikan lebih banyak kebebasan. Hal ini terjadi karena adanya kesenjangan konstruksi gender antara laki-laki dan perempuan yang tidak setara. Respon sosial tersebut seringkali membuat remaja rentan terhadap stres dan berdampak pada rendahnya konsep diri, karena hampir seluruh aspek kehidupan remaja diatur oleh pengaruh sosial. Oleh karena itu, edukasi tentang keterampilan hidup dan kesehatan reproduksi menjadi sangat penting untuk mengimbangi pengaruh sosial tersebut.

## BAHAN BACAAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang sangat dinamis, dengan tantangan dan perubahan yang berbeda di setiap rentang usia. Pada usia 10-14 tahun, fokus utama adalah adaptasi terhadap perubahan fisik dan pengembangan keterampilan kognitif dasar. Pada usia 15-19 tahun, pencarian identitas menjadi pusat perhatian, dengan pemikiran abstrak yang semakin berkembang. Pada usia 20-24 tahun, fokus utama bergeser ke hubungan intim dan pencapaian tujuan jangka panjang, dengan pemikiran yang lebih matang dan terintegrasi.

Setiap tahap memiliki peran penting dalam membentuk identitas, kemampuan kognitif, dan hubungan sosial yang akan mempengaruhi kehidupan di masa dewasa. Rentang kehidupan remaja yang dibagi menjadi tiga kelompok usia: 10-14 tahun, 15-19 tahun, dan 20-24 tahun, dalam kaitannya dengan teori perkembangan:

### **1. Usia 10-14 Tahun (Masa Remaja Awal)**

- **Perkembangan Fisik:**
  - Pubertas: Masa remaja awal ditandai dengan perubahan fisik signifikan, seperti pertumbuhan tinggi badan, perkembangan seksual, dan perubahan hormonal.
  - Teori: Menurut teori perkembangan biologis, pubertas adalah pendorong utama perubahan perilaku dan emosi pada tahap ini.
- **Perkembangan Kognitif:**
  - Teori Piaget - Tahap Operasional Konkret: Pada masa ini, remaja mulai berpikir lebih logis, namun masih bergantung pada objek konkret. Mereka mulai memahami konsep konservasi dan pemikiran logis yang lebih terstruktur.
  - Dampak: Meskipun pemikiran logis mulai berkembang, kemampuan berpikir abstrak masih terbatas.
- **Perkembangan Psikososial:**
  - Teori Erikson - Industry vs. Inferiority: Remaja awal mulai mengembangkan rasa kompetensi melalui keberhasilan dalam tugas-tugas sekolah dan kegiatan ekstrakurikuler. Kegagalan bisa menyebabkan perasaan rendah diri.
  - Dampak: Pengalaman keberhasilan atau kegagalan dalam belajar dan bersosialisasi mulai membentuk harga diri dan konsep diri.

## 2. Usia 15-19 Tahun (Masa Remaja Tengah)

- **Perkembangan Fisik:**
  - **Kematangan Fisik:** Perkembangan fisik mencapai puncaknya, dengan sedikit perubahan lebih lanjut. Pada usia ini, individu berada dalam kondisi fisik terbaik mereka.
  - **Teori:** Perhatian pada kesehatan dan gaya hidup menjadi lebih penting karena dampaknya pada kesehatan jangka panjang mulai terlihat.
- **Perkembangan Kognitif:**
  - **Teori Piaget - Operasional Formal Lanjutan:** Pemikiran abstrak dan kritis semakin matang. Individu pada usia ini mampu mengintegrasikan pemikiran logis dengan pemahaman emosional dan sosial yang lebih kompleks.
  - **Teori Pasca Kognitif:** Beberapa teori menyarankan bahwa pemikiran pada usia ini melibatkan penalaran yang lebih fleksibel dan kemampuan untuk mempertimbangkan berbagai perspektif.
  - **Dampak:** Remaja yang memasuki masa remaja akhir mulai memikirkan tujuan jangka panjang, seperti karier, hubungan, dan kontribusi sosial.
- **Perkembangan Psikososial:**
  - **Teori Erikson - Intimacy vs. Isolation:** Fokus utama bergeser dari pencarian identitas ke pembentukan hubungan intim dengan orang lain. Mencapai kemampuan untuk membentuk hubungan yang dekat dan penuh komitmen tanpa kehilangan identitas diri adalah kunci pada tahap ini.
  - **Dampak:** Keberhasilan dalam tahap ini mengarah pada hubungan yang sehat dan saling mendukung, sementara kegagalan bisa menyebabkan perasaan isolasi dan kesepian.

## Sesi 5: Kesehatan Reproduksi Remaja

Sesi ini merupakan pengantar yang penting untuk membahas pengetahuan dasar yang harus dimiliki oleh Pengelola PIK Remaja agar mereka memahami kesehatan reproduksi remaja serta perilaku seksual yang sering terjadi pada remaja, termasuk bagaimana mengidentifikasi perilaku berisiko dan cara pencegahannya dengan tujuan meningkatkan pemahaman peserta tentang kesehatan reproduksi remaja, serta dampak perilaku seksual berisiko terhadap remaja.

**Metode:** Diskusi kelompok

**Waktu:** 120 menit

**Alat bantu:**

- Kertas plano
- Spidol sebanyak peserta
- Celemek kesehatan reproduksi
- Sticky Notes
- Kartu metaplan

### **Aturan Main:**

1. Instruksikan peserta untuk mengikuti langkah-langkah yang telah disiapkan. Mulailah sesi dengan menjelaskan tujuan pembelajaran kepada peserta, agar mereka memahami fokus dan harapan dari diskusi ini.
2. Ajak peserta untuk membentuk 4 (empat) kelompok.
3. Bagikan kertas plano dan spidol kepada masing-masing kelompok.
4. Berikan tugas kepada setiap kelompok untuk mendiskusikan topik berikut:
  - Kelompok 1: Perkembangan fisik
  - Kelompok 2: Perkembangan emosi/perasaan
  - Kelompok 3: Perkembangan peran/tanggung jawab
  - Kelompok 4: Perkembangan sosial dan pergaulan
5. Amati proses diskusi di setiap kelompok. Jika ada yang mengalami kesulitan, berikan bantuan agar mereka dapat fokus menyelesaikan tugas.
6. Minta setiap kelompok untuk mempresentasikan hasil diskusinya.
7. Arahkan peserta untuk menyimpulkan bersama tentang perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja (pubertas), dengan menekankan bahwa perubahan ini berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja.

### **Pembelajaran Kedua: Perilaku Seksual Remaja**

1. Jelaskan kepada peserta bahwa perkembangan fisik, psikologis, peran, dan sosial juga berpengaruh pada kesehatan remaja. Untuk itu, diskusi tentang perkembangan seksual remaja perlu dilakukan.
2. Biarkan peserta tetap dalam kelompok yang sama, dan minta mereka untuk mendiskusikan topik berikut:
3. Kelompok 1: Apa itu seks? Jelaskan karakteristik dan fungsinya.
4. Kelompok 2: Apa itu seksualitas? Jelaskan karakteristik dan fungsinya.
5. Kelompok 3: Apa itu perilaku seksual? Jelaskan karakteristik dan fungsinya.
6. Kelompok 4: Apa itu hubungan seksual? Jelaskan karakteristik dan fungsinya.
7. Berikan waktu sekitar 10 menit untuk diskusi, dan dorong mereka untuk mencari informasi dari berbagai sumber, seperti mesin pencari, buku, dll.

### Pembelajaran Ketiga: Perilaku Seksual Berisiko

1. Lanjutkan diskusi dengan membahas perilaku seksual berisiko pada remaja.
2. Minta setiap peserta (secara individu, tidak dalam kelompok) untuk menuliskan perilaku seksual yang berisiko serta perilaku seksual yang aman/sehat pada kertas metaplan (satu kertas, satu perilaku berisiko).
3. Tempelkan kertas-kertas tersebut di dinding dari atas ke bawah.
4. Kelompokkan perilaku-perilaku yang serupa.
5. Instruksikan peserta untuk menuliskan dampak yang akan dialami remaja jika mereka melakukan perilaku berisiko tersebut, dan tempelkan di samping perilaku yang dimaksud.
6. Simpulkan bahwa perilaku seksual berisiko berdampak pada kesehatan fisik, psikologis, dan kehidupan sosial remaja, seperti: HIV dan AIDS, IMS, kehamilan yang tidak diinginkan (KTD), perkawinan anak, dan dampak sosial lainnya.
7. Tanyakan kepada semua peserta secara pleno: "Apa saja yang dapat dilakukan remaja untuk mencegah perilaku seksual berisiko?"
8. Usahakan semua peserta berpartisipasi dalam menjawab, dan fasilitator mencatat jawaban mereka di flipchart (kertas plano).
9. Simpulkan diskusi bahwa perkembangan remaja, terutama saat memasuki masa pubertas, sangat dinamis, baik secara personal (fisik dan psikis) maupun secara eksternal (peran, tanggung jawab, dan sosial).

## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

Masa pubertas membawa perubahan fisik dan emosional yang signifikan pada remaja. Perubahan ini akan disambut dengan berbagai respon dari lingkungan sosial yang berbeda dibandingkan saat mereka masih anak-anak. Penerimaan terhadap perubahan ini berbeda-beda pada setiap remaja, tergantung pada pendidikan dan lingkungan mereka. Selama pubertas, perkembangan hormon dalam tubuh memengaruhi fungsi reproduksi. Pada remaja laki-laki, hal ini ditandai dengan mimpi basah, sementara pada remaja perempuan ditandai dengan menstruasi. Perubahan dalam fungsi reproduksi ini akan memengaruhi kehidupan dan perilaku seksual mereka.

Oleh karena itu, sangat penting memberikan edukasi yang komprehensif tentang kesehatan reproduksi, agar remaja dapat menghindari perilaku seksual yang berisiko dan membuat keputusan yang lebih baik untuk kesejahteraan mereka.

## BAHAN BACAAN

### **Pengertian Hak Kesehatan Seksual dan Reproduksi (HKSR)**

Pengetahuan dan akses terhadap hak kesehatan seksual dan reproduksi sangat penting untuk memastikan bahwa remaja dapat membuat keputusan yang sehat dan bertanggung jawab mengenai kehidupan mereka. Dengan strategi yang tepat dan dukungan dari berbagai pihak, kita dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan remaja di seluruh dunia.

#### **1. Definisi HKSR**

- Hak Kesehatan Seksual dan Reproduksi adalah hak setiap individu untuk membuat keputusan bebas dan bertanggung jawab tentang kesehatan reproduksi mereka, termasuk hak untuk mengakses informasi dan layanan kesehatan yang memadai. Termasuk didalamnya terkait kebebasan untuk membangun keluarga dan menentukan ingin memiliki anak.

#### **2. Komponen HKSR**

- Kesehatan Seksual: Kondisi fisik, emosional, mental, dan sosial yang berkaitan dengan seksualitas.
- Kesehatan Reproduksi: Keadaan kesehatan yang terkait dengan sistem reproduksi pada semua tahap kehidupan.
- Hak Asasi Manusia: Menjamin kebebasan dari diskriminasi, paksaan, dan kekerasan terkait kesehatan seksual dan reproduksi. paksaan, dan kekerasan terkait kesehatan seksual dan reproduksi.

## **Komponen Utama HKSR untuk Remaja**

### **1. Pendidikan Kesehatan Reproduksi**

- Pendidikan yang menyeluruh tentang kesehatan reproduksi dan hak-hak individu yang menyertai.

### **2. Akses ke Layanan Kesehatan**

- Layanan kesehatan yang ramah remaja dan terjangkau, termasuk layanan konseling dan kesehatan reproduksi

### **3. Persetujuan dan Hubungan yang Sehat**

- Pemahaman tentang bagaimana membangun hubungan yang sehat dan saling menghormati.

### **4. Kesetaraan Gender**

- Penghapusan norma-norma gender yang diskriminatif dan promosi kesetaraan gender dalam semua aspek kehidupan.

### **5. Privasi dan Kerahasiaan**

- Jaminan bahwa layanan kesehatan reproduksi dilakukan dengan menghormati privasi dan kerahasiaan individu.

## **Definisi Kesehatan Seksual**

Kesehatan seksual adalah keadaan kesejahteraan fisik, emosional, mental, dan sosial yang berkaitan dengan seksualitas. Ini bukan hanya tentang tidak adanya penyakit atau disfungsi, tetapi juga melibatkan pendekatan positif dan menghormati seksualitas serta hubungan seksual.

## Komponen Kesehatan Seksual

### 1. Fisik

- Kesehatan reproduksi: fungsi dan kesehatan organ reproduksi.
- Pencegahan dan pengelolaan infeksi menular seksual (IMS).
- Penggunaan alat kontrasepsi yang aman dan efektif.

### 2. Emosional

- Kesejahteraan emosional dalam hubungan seksual.
- Mengelola perasaan dan emosi yang terkait dengan seksualitas.

### 3. Mental

- Kesadaran dan pemahaman tentang seksualitas dan kesehatan seksual.
- Mengatasi masalah mental yang terkait dengan seksualitas seperti kecemasan atau depresi.

### 4. Sosial

- Hubungan sosial yang sehat dan saling menghormati.
- Kesetaraan gender dan tidak adanya diskriminasi atau kekerasan berbasis gender.

## **Aspek Penting dalam Kesehatan Seksual**

### **1. Pendidikan Seksual**

- Informasi yang akurat dan komprehensif tentang seksualitas, kesehatan reproduksi, dan hubungan seksual.
- Edukasi yang mengajarkan tentang consent, batasan, dan komunikasi dalam hubungan seksual.

### **2. Akses ke Layanan Kesehatan**

- Layanan kesehatan yang ramah, terjangkau, dan mudah diakses.
- Pelayanan yang mencakup konsultasi, pemeriksaan, dan pengobatan terkait kesehatan seksual dan reproduksi.

### **3. Hak Seksual dan Reproduksi**

- Hak untuk mendapatkan informasi dan layanan kesehatan seksual dan reproduksi.
- Hak untuk membuat keputusan yang bebas dan bertanggung jawab mengenai seksualitas dan reproduksi tanpa diskriminasi, paksaan, atau kekerasan.

### **4. Penghormatan dan Kesetaraan**

- Menghormati hak-hak individu dan kesetaraan gender.
- Menghilangkan stigma dan diskriminasi terkait seksualitas.

## **Pentingnya Kesehatan Seksual**

### **1. Kesejahteraan Individu**

- Meningkatkan kualitas hidup dengan memastikan bahwa individu memiliki informasi dan dukungan untuk membuat keputusan yang sehat dan bertanggung jawab tentang seksualitas mereka.

### **2. Pencegahan Penyakit**

- Mencegah penyebaran IMS dan HIV/AIDS melalui edukasi dan layanan kesehatan yang efektif.

### **3. Hubungan Sehat**

- Membangun hubungan yang saling menghormati dan sehat dengan pemahaman tentang batasan dan consent.

### **4. Kesetaraan Gender**

- Mendorong kesetaraan gender dan mengurangi kekerasan berbasis gender.

## **Pengertian Kesehatan Reproduksi**

Kesehatan reproduksi adalah kondisi kesehatan fisik, mental, dan sosial yang lengkap dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi, dan prosesnya. Ini tidak hanya berarti ketiadaan penyakit atau gangguan, tetapi juga mencakup kemampuan seseorang untuk memiliki kehidupan seksual yang aman dan memuaskan, serta kebebasan untuk memutuskan kapan dan seberapa sering memiliki anak.

Memahami dan memperhatikan kesehatan reproduksi sangat penting untuk kesejahteraan individu dan masyarakat secara keseluruhan. Dengan edukasi dan layanan kesehatan yang tepat, kita dapat memastikan bahwa setiap orang memiliki akses ke informasi dan perawatan yang mereka butuhkan untuk hidup sehat dan produktif.

## **Ruang Lingkup Kesehatan Reproduksi**

### **1. Kesehatan Ibu dan Anak**

- Kehamilan dan Persalinan: Perawatan prenatal, persalinan yang aman, dan perawatan pascapersalinan.
- Perawatan Neonatal: Perawatan kesehatan untuk bayi baru lahir untuk memastikan kesehatan optimal sejak dini.

### **2. Kesehatan Reproduksi Remaja**

- Edukasi Kesehatan Reproduksi: Informasi dan pendidikan tentang pubertas, dan kesehatan reproduksi.
- Pelayanan Kesehatan: Akses ke layanan kesehatan yang ramah remaja untuk menangani masalah kesehatan reproduksi.

### **3. Kontrasepsi dan Keluarga Berencana**

- Akses ke Alat Kontrasepsi: Ketersediaan dan penggunaan alat kontrasepsi yang aman dan efektif.
- Informasi dan Konseling: Edukasi tentang berbagai metode kontrasepsi dan dukungan untuk memilih yang sesuai.

### **4. Pencegahan dan Pengelolaan Infeksi Menular Seksual (IMS)**

- Pencegahan IMS: Edukasi tentang pencegahan IMS, termasuk HIV/AIDS, melalui praktik seks aman.
- Diagnosis dan Pengobatan: Layanan untuk mendeteksi dan mengobati IMS secara dini dan efektif.

## **5. Kesehatan Seksual**

- Hubungan Seksual yang Sehat: Promosi kehidupan seksual yang aman, memuaskan, dan bebas dari paksaan.
- Hak Seksual: Penghormatan terhadap hak seksual individu, termasuk kebebasan dari diskriminasi dan kekerasan.

## **6. Infertilitas dan Perawatan Kesuburan**

- Diagnosis dan Pengobatan Infertilitas: Akses ke layanan medis untuk pasangan yang mengalami kesulitan untuk hamil.
- Dukungan Psikososial: Dukungan emosional dan konseling bagi individu atau pasangan yang menghadapi masalah kesuburan.

## **7. Pencegahan dan Pengelolaan Kanker Reproduksi**

- Skrining dan Deteksi Dini: Program skrining untuk mendeteksi kanker reproduksi, seperti kanker serviks dan kanker payudara, pada tahap awal.
- Pengobatan dan Rehabilitasi: Akses ke pengobatan yang efektif dan rehabilitasi untuk penderita kanker reproduksi.

## **8. Kesehatan Reproduksi Pria**

- Penyakit Reproduksi: Edukasi dan layanan kesehatan untuk penyakit reproduksi pada pria, seperti prostatitis dan kanker testis.
- Kesuburan Pria: Informasi dan perawatan untuk masalah kesuburan pada pria.

## **9. Hak Reproduksi**

- Kesetaraan Gender: Promosi kesetaraan gender dalam kesehatan reproduksi dan penghormatan terhadap hak-hak reproduksi.
- Kebebasan Memilih: Hak untuk membuat keputusan bebas dan bertanggung jawab tentang kesehatan reproduksi, termasuk pilihan kontrasepsi dan keputusan untuk memiliki anak.

Kesehatan reproduksi mencakup seluruh kehidupan manusia sejak lahir hingga meninggal, yang dikenal dengan pendekatan siklus hidup. Tahapan kehidupan tersebut meliputi:

1. **Konsepsi:** Konsepsi adalah pertemuan sel sperma dan sel telur yang mengakibatkan kehamilan hingga persalinan. Tahap ini berlangsung sekitar 42 minggu, di mana terjadi pembentukan dan perkembangan organ manusia.
2. **Bayi dan Anak:** Masa bayi dimulai dari 0 hingga 11 bulan. Pada masa ini, pertumbuhan dan perkembangan sangat pesat, yang akan menentukan kualitas hidup di masa depan. Masa anak dimulai dari usia 1 tahun hingga kurang dari 19 tahun.
3. **Remaja:** Menurut WHO, remaja adalah individu berusia 10-19 tahun. Pada masa ini, terjadi perkembangan berbagai fungsi organ dan perubahan seks sekunder seperti perubahan suara pada laki-laki dan pertumbuhan payudara pada perempuan.
4. **Usia Subur:** Tahap ini dimulai dari usia 15 tahun hingga 45 tahun. Organ reproduksi laki-laki dan perempuan sudah siap melakukan fungsi reproduksi.
5. **Usia Lanjut:** Pada tahap ini, perempuan mengalami menopause (berhenti menstruasi) dan laki-laki mengalami andropause. Organ reproduksi tidak lagi berfungsi seperti sebelumnya.

Ruang lingkup kesehatan reproduksi juga meliputi masalah kesehatan reproduksi remaja, seperti risiko anemia saat menarche, kehamilan di luar nikah, abortus tidak aman, serta penularan infeksi menular seksual (IMS) termasuk HIV/AIDS.

## Hak Kesehatan Reproduksi

Berikut adalah hak-hak kesehatan reproduksi berdasarkan ICPD Cairo 1994:

1. Hak mendapat informasi dan pendidikan kesehatan reproduksi.
2. Hak mendapat pelayanan dan kesehatan reproduksi.
3. Hak untuk kebebasan berpikir dan membuat keputusan tentang kesehatan reproduksinya.
4. Hak untuk memutuskan jumlah dan jarak kelahiran anak.
5. Hak untuk hidup dan terbebas dari risiko kematian karena kehamilan, kelahiran, dan masalah gender.
6. Hak atas kebebasan dan pelayanan dalam kesehatan reproduksi.
7. Hak untuk bebas dari penganiayaan dan perlakuan buruk terkait kesehatan reproduksi.
8. Hak untuk mendapatkan manfaat dari kemajuan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan reproduksi.
9. Hak atas kerahasiaan pribadi dalam menjalankan kehidupan reproduksinya.
10. Hak untuk membangun dan merencanakan keluarga.
11. Hak atas kebebasan berkumpul dan berpartisipasi dalam kegiatan politik yang terkait kesehatan reproduksi.
12. Hak atas kebebasan dari segala bentuk diskriminasi dalam kesehatan reproduksi.

Hak-Hak Kesehatan Reproduksi Berdasarkan Peraturan Pemerintah RI Nomor 28 Tahun 2024 tentang Peraturan Pelaksanaan Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 Tentang Kesehatan

1. Hak untuk Mendapatkan Informasi dan Pendidikan: Setiap individu berhak memperoleh informasi yang benar dan komprehensif mengenai kesehatan reproduksi, termasuk pengetahuan tentang seksualitas, perencanaan keluarga, serta pencegahan infeksi menular seksual (IMS) dan HIV dan AIDS.
2. Hak untuk Mendapatkan Pelayanan Kesehatan Reproduksi: Setiap orang berhak mendapatkan pelayanan kesehatan reproduksi yang berkualitas dan terjangkau. Ini mencakup akses ke layanan konsultasi, pemeriksaan kesehatan, dan perawatan medis yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.
3. Hak untuk Kebebasan Berpikir dan Membuat Keputusan: Setiap individu memiliki hak untuk berpikir secara bebas dan membuat keputusan tentang kesehatan reproduksinya sendiri tanpa paksaan atau tekanan dari pihak manapun. Ini termasuk hak untuk memilih metode kontrasepsi yang sesuai.
4. Hak untuk Memutuskan Jumlah dan Jarak Kelahiran Anak: Setiap pasangan berhak memutuskan jumlah anak yang diinginkan serta jarak kelahiran antara anak-anak mereka. Keputusan ini harus diambil berdasarkan informasi yang benar dan pertimbangan kesehatan.
5. Hak untuk Hidup dan Bebas dari Risiko Kematian karena Kehamilan dan Kelahiran: Setiap perempuan memiliki hak untuk menjalani kehamilan dan persalinan dengan aman dan sehat, serta berhak mendapatkan perawatan yang memadai untuk mencegah risiko kematian atau komplikasi serius.
6. Hak atas Kebebasan dan Pelayanan dalam Kesehatan Reproduksi: Setiap individu berhak mendapatkan pelayanan kesehatan reproduksi tanpa diskriminasi, serta berhak mendapatkan perawatan yang memperhatikan martabat dan privasi mereka.

7. Hak untuk Bebas dari Penganiayaan dan Perlakuan Buruk: Setiap orang berhak mendapatkan perlindungan dari segala bentuk kekerasan, penganiayaan, dan perlakuan buruk yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.
8. Hak untuk Mendapatkan Manfaat dari Kemajuan Ilmu Pengetahuan: Setiap individu berhak mendapatkan manfaat dari perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam bidang kesehatan reproduksi, termasuk akses ke inovasi medis dan pengobatan terbaru.
9. Hak atas Kerahasiaan Pribadi: Setiap orang berhak atas kerahasiaan informasi pribadi yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi mereka. Pelayanan kesehatan harus menjaga kerahasiaan data dan informasi pribadi pasien.
10. Hak untuk Merencanakan Keluarga: Setiap pasangan atau individu berhak merencanakan keluarga sesuai dengan keinginan dan kondisi kesehatan mereka, dengan akses ke berbagai metode kontrasepsi yang aman dan efektif.
11. Hak atas Kebebasan Berkumpul dan Berpartisipasi dalam Politik: Setiap orang berhak berpartisipasi dalam kegiatan sosial dan politik yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi, serta menyuarakan pendapat mereka tentang kebijakan dan pelayanan kesehatan reproduksi.
12. Hak untuk Bebas dari Diskriminasi: Setiap individu berhak mendapatkan pelayanan kesehatan reproduksi tanpa diskriminasi berdasarkan jenis kelamin, orientasi seksual, status sosial, atau kondisi kesehatan.

Hak-hak ini dirancang untuk menjamin bahwa setiap individu di Indonesia dapat menikmati kesehatan reproduksi yang optimal, dengan akses ke layanan dan informasi yang diperlukan untuk membuat keputusan yang tepat dan bertanggung jawab mengenai kesehatan mereka.

# Sesi 6: Batasan

Sesi ini sebagai sesi yang menjadi jembatan sebelum sesi gender. Sesi ini memberikan gambaran kepada peserta untuk saling menghargai dan menghormati satu dengan yang lain. Sesi ini mengajarkan peserta untuk mencegah terjadinya perundungan dan perlakuan tidak menyenangkan kepada orang lain.

Tujuan:

- Peserta memahami batasan pribadi masing-masing individu.
- Peserta mampu saling menghargai, dapat dipercaya, dan peduli terhadap orang di sekitarnya.

**Metode: Batas Diri**

**Waktu:** 120 menit

**Alat bantu:**

- Selotip
- Kertas
- Spidol

**Cara Bermain:**

1. Instruksikan peserta untuk mengikuti langkah-langkah yang telah disiapkan.
2. Buat tiga garis vertikal sejajar di lantai yang cukup panjang untuk menjangkau semua peserta.
3. Gambarlah ekspresi "senyum", "marah", dan "kecewa" pada tiga kertas berbeda dengan ukuran besar agar terlihat jelas oleh semua peserta. Letakkan setiap kertas di ujung masing-masing garis yang telah dibuat di lantai. Seperti ilustrasi berikut:



Gambar 1. Ilustrasi Permainan Batasan

- \*) Jumlah ekspresi dapat disesuaikan oleh kreativitas fasilitator
- Jelaskan kepada peserta bahwa garis dan gambar ekspresi wajah di lantai tersebut menggambarkan batasan diri mereka.
  - Sampaikan bahwa kamu akan membacakan beberapa pernyataan. Minta peserta membayangkan jika mereka mengalami situasi tersebut dalam kehidupan nyata, lalu berpindah ke garis yang mewakili perasaan mereka terhadap pernyataan tersebut.
  - Bacakan satu per satu pernyataan berikut, dan perhatikan posisi peserta di setiap garis. Biarkan mereka menyadari perbedaan respons tanpa adanya diskusi:
    1. Temanmu menceritakan keburukanmu kepada orang lain tanpa sepengetahuanmu.
    2. Temanmu membocorkan rahasiamu, padahal kamu memintanya untuk merahasiakannya.
    3. Temanmu dengan sengaja menyentuh bagian sensitif di tubuhmu.
    4. Temanmu sering meminjam barang-barang milikmu tanpa izin karena menganggap kalian dekat.
    5. Temanmu mengirimkan pesan yang berisi gambar porno/sensual.
    6. Temanmu memanggilmu dengan panggilan ejekan, misalnya "gendut" atau "kerempeng".
    7. Temanmu sering mengomentari pakaian dan tatanan rambutmu.
    8. Temanmu selalu meminjam uang kepadamu, meskipun ia selalu mengembalikannya tepat waktu.
    9. Temanmu menolak ajakanmu untuk menonton film di bioskop dengan alasan harus mengerjakan tugas.
    10. Sahabatmu selalu ikut campur dalam hubunganmu dengan pacar atau orang terdekatmu.
  - Setelah membacakan pernyataan pertama, minta peserta untuk memperhatikan posisi teman-teman mereka. Tunjukkan bahwa setiap orang memiliki respons yang berbeda terhadap situasi yang sama.
  - Bacakan semua pernyataan di atas, beri waktu peserta untuk berpindah sesuai perasaan mereka tanpa banyak diskusi. Pastikan suasana tetap tenang dan tidak ada saling ejek.
  - Setelah permainan selesai, minta peserta tetap berdiri di posisi mereka dan ajaklah untuk berdiskusi.

- Gunakan kalimat pembuka seperti, "Setelah kita bermain tadi, apakah kamu menyadari bahwa kita memiliki posisi yang berbeda dalam menerima dan merespon sesuatu?" Lanjutkan dengan pertanyaan pemantik seperti:
  1. Mengapa kita bisa berdiri di posisi yang berbeda untuk satu pernyataan?
  2. Apakah kamu pernah mengalami salah satu kejadian dari pernyataan yang dibacakan? Apa yang kamu rasakan?
  3. Bagaimana caramu menyampaikan perasaan kepada orang yang memperlakukanmu seperti itu?
- Tutup sesi dengan menyampaikan kesimpulan dan pesan kunci fasilitator.

## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

Setiap orang memiliki batasan masing-masing dalam menanggapi, menerima, dan merespon perlakuan orang lain. Sebaiknya kita memahami batasan teman-teman kita, agar tidak saling menyakiti, menyinggung, mem-bully, atau bertindak tidak menyenangkan. Sayangilah dan hargailah temanmu, seperti kamu menghargai dan menyayangi dirimu sendiri.

## BAHAN BACAAN

### Pengertian Batasan Diri

Batasan yang ditetapkan oleh individu untuk melindungi kesejahteraan fisik, emosional, dan mental mereka. Salah satu tanda bahwa seseorang memiliki batasan diri yang ideal adalah orang tersebut secara berani dan terbuka mengutarakan apa yang membuatnya nyaman dan tidak nyaman saat berinteraksi dengan orang lain, misalnya berani berkata “tidak” pada sesuatu yang membuat diri kita tidak nyaman atau dirugikan.

### Komponen Batasan Diri

- **Batasan Fisik:** Menentukan sejauh mana orang lain dapat mendekati atau menyentuh tubuhmu.
- **Batasan Emosional:** Menetapkan batasan tentang bagaimana orang lain dapat memengaruhi perasaan dan emosimu.
- **Batasan Mental:** Menetapkan batasan dalam hal pembicaraan, ide, dan pandangan yang kamu rasa nyaman atau tidak nyaman untuk dibahas.
- **Batasan Sosial:** Mengatur seberapa banyak waktu yang kamu habiskan dengan orang lain dan dalam situasi sosial.

### Mengatur Batasan Diri

- **Kenali Kebutuhan Pribadi:** Pahami apa yang kamu butuhkan untuk merasa nyaman dan aman.
- **Komunikasikan Batasan:** Jelaskan batasan kamu dengan jelas dan tegas kepada orang lain.
- **Tolak Permintaan yang Tidak Sesuai:** Berlatih untuk mengatakan "tidak" ketika permintaan atau situasi melanggar batasan dirimu.

## **Batasan diri mempunyai tiga tipe, yaitu:**

### **1. Batasan diri yang tertutup**

Perilaku dan sikap yang cenderung tertutup dalam berinteraksi dengan orang lain, seperti merasa enggan untuk meminta tolong pada seseorang, tidak terbuka terhadap informasi pribadinya, tidak mudah cerita permasalahan pribadinya ke orang lain dan sulit untuk menjalin relasi yang dekat dengan orang lain.

### **2. Batasan diri yang terbuka**

Perilaku dan sikap yang cenderung terbuka (longgar) dalam berinteraksi dengan orang lain, seperti sulit untuk menolak (berkata tidak) saat ada permintaan dari orang lain walaupun merasa tidak nyaman, sangat membutuhkan keberadaan orang lain dalam kehidupannya, sangat terbuka untuk menceritakan kisah hidupnya, dan terlalu mengalah saat mendapatkan perlakuan buruk pada dirinya.

### **3. Batasan diri yang ideal**

Perilaku dan sikap yang cenderung terbuka (longgar) dalam berinteraksi dengan orang lain, seperti sulit untuk menolak (berkata tidak) saat ada permintaan dari orang lain walaupun merasa tidak nyaman, sangat membutuhkan keberadaan orang lain dalam kehidupannya, sangat terbuka untuk menceritakan kisah hidupnya, dan terlalu mengalah saat mendapatkan perlakuan buruk pada dirinya.

Secara umum tidak ada seseorang yang hanya memiliki satu tipe batasan diri saja, kebanyakan orang memiliki semua tipe dari batasan diri diatas untuk merespon situasi yang berbeda-beda atau tergantung dengan orang yang sedang diajak berkomunikasi.

# Sesi 7: Gender

Setelah membahas perkembangan fisik, psikologis, serta sosial, termasuk perilaku seksual, sesi ini akan fokus pada peran individu sebagai remaja laki-laki dan perempuan dalam lingkungan masyarakat.

Tujuan:

- Meningkatkan pemahaman peserta tentang perbedaan antara seks dan gender.
- Menjelaskan konsep kesetaraan gender dan peran gender

## **Metode: Diskusi Partisipatif**

**Waktu:** 120 menit

**Alat bantu:**

- Kertas plano
- Spidol
- Kertas metaplan
- Selotip

## **Aturan Main:**

1. Fasilitator memulai dengan bertanya kepada peserta tentang pemahaman mereka mengenai gender dan seksualitas.
2. Minta dua relawan berperan sebagai orangtua yang menggendong bayi laki-laki dan perempuan.
3. Peserta lainnya berperan sebagai tetangga yang mengamati dan menyampaikan harapan mereka terhadap masa depan kedua bayi tersebut.
  - Mengamati apa yang dimiliki secara fisik pada kedua bayi laki-laki dan perempuan tersebut.
  - Mengungkapkan harapan-harapannya tentang kedua bayi tersebut di masa depan.
  - Jelaskan bahwa seks adalah “jenis kelamin biologis” sedangkan gender adalah “jenis kelamin sosial.”

- Kemudian peserta diminta untuk mengeksplorasi mengapa ada jenis peran yang diharapkan dilakukan pada laki-laki dan perempuan, dengan pertanyaan kunci:
  1. Hal apa yang kamu lihat yang membedakan antara bayi perempuan dan laki-laki?
  2. Apa yang diharapkan oleh orangtua mereka terhadap kedua bayi tersebut?
  3. Ketika mereka beranjak besar, apa yang diharapkan masyarakat terhadap kedua anak tersebut?
  4. Bagaimana pendapat kamu mengenai harapan-harapan tersebut?
  5. Mengapa ada peran yang berbeda yang dilekatkan kepada laki-laki dan perempuan?
  6. Dari harapan-harapan masyarakat pada sosok laki-laki dan perempuan tadi, mana yang dapat dipertukarkan antara laki-laki dan perempuan?
  7. Mengapa ada perbedaan harapan mengenai peran sosial antara laki-laki dan perempuan?
  8. Bisakah harapan-harapan ini dipertukarkan? Bisakah bayi laki-laki ini kelak dewasa memerankan harapan-harapan tersebut?
  9. Jika dicermati lebih lanjut, adakah perbedaan harapan-harapan masyarakat terkait peran gender laki-laki dan perempuan?
  10. Apa sifat harapan masyarakat terkait peran gender laki-laki dan perempuan? Sifat-sifat apa yang harus ada untuk memerankan peran tersebut?
  11. Apa dampaknya ketika laki-laki kehilangan sisi feminin?
  12. Apa dampaknya ketika perempuan kehilangan sisi maskulin?
  13. Bagaimana kamu melihat laki-laki dalam keseharian di lingkungan sekitarmu?

- Memahami Maskulinitas dan Femininitas:
- Tulislah beberapa kata atau kalimat dalam kertas metaplan, yang berisikan sifat, benda atau peran sebagai berikut:

Sifat	Peran	Benda (Sifat Benda)
Pendiam	Memasak	Boneka
Kaku	Mencuci	Mobil-mobilan
Cerewet	Kepala keluarga	Diary/jurnal harian
Pemarah	Menyapu	Warna merah muda
Teliti	Benerin genteng	Warna hitam
Teledor	Bekerja	Alat make up (rias)
Suka bermain bola	Mendidik anak	Gelang
Suka bermain boneka	Belanja	Kalung
Posesif	Memutuskan persoalan keluarga	Bola
Cuek	Mengantar anak sekolah	Pelembab bibir

Tabel 2. Sifat, Peran dan Sifat Benda

- Setelah semuanya ditulis di kertas metaplan (satu sifat/peran ditulis dalam satu kertas metaplan), kemudian acak semua di lantai.
- Kemudian minta peserta untuk mengelompokkan sifat, benda dan peran/tanggung jawab tersebut ke dalam kategori 'feminin' dan 'maskulin'.

- Diskusikan bersama peserta tentang bagaimana pandangan mengenai feminin dan maskulin tersebut berpengaruh pada kehidupan di lingkungan masyarakat, dengan pertanyaan sebagai berikut:
  1. Adakah dampak dari pengkategorisasian “feminin” dan “maskulin” di masyarakat? Pernahkan melihat atau mengetahui orang di-bully atau mendapatkan kekerasan karena kategori-kategori tersebut?
  2. Kenapa hal tersebut bisa terjadi? Adakah kelompok-kelompok tertentu yang mengalami diskriminasi dan stigma karena adanya pengelompokan tersebut?
  3. Apa yang perlu kita lakukan untuk mencegah kekerasan, bully dan stigma di masyarakat?

## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

Gender adalah jenis kelamin sosial yang dibentuk oleh kesepakatan budaya dan masyarakat, yang dapat berubah dan berbeda antara satu daerah dengan daerah lainnya.

Tekankan bahwa konstruksi sosial yang tidak setara seringkali merugikan baik laki-laki maupun perempuan.


# Bahan Bacaan

## Pengertian Gender

Gender adalah karakteristik sosial yang ditentukan oleh budaya dan masyarakat untuk membedakan laki-laki dan perempuan. Karakteristik ini mencakup peran dan status yang berbeda bagi laki-laki dan perempuan yang diciptakan melalui sosialisasi oleh keluarga dan masyarakat. Perbedaan gender ini dipengaruhi oleh budaya, interpretasi agama, struktur sosial, dan politik. Karena gender adalah konstruksi sosial, peran dan status ini bisa berubah seiring waktu dan bervariasi di berbagai masyarakat.

## Pengertian Jenis Kelamin

Jenis kelamin merujuk pada ciri-ciri biologis yang berkaitan dengan fungsi reproduksi. Ciri-ciri ini tidak dapat dipertukarkan karena merupakan sifat kodrati yang diperoleh sejak lahir.

<b>Seks</b> Tidak dapat dipertukarkan (kodrat)			<b>Gender</b> Dapat dipertukarkan dan merupakan bentukan manusia	
<b>Laki-laki</b> Ciri dan fungsi	<b>Perempuan</b> Ciri dan fungsi		<b>Laki-laki</b> Citra/ jati diri/ peran	<b>Perempuan</b> Citra/ jati diri/ peran
Penis	Vagina	Kuat	Lemah	
Jakun	Sel Telur	Rasional	Emosional	
Sperma	Menyusui	Tampan	Cantik	
Membuahi	Melahirkan	Kasar	Halus/Lembut	
		Maskulin	Feminin	
		Publik	Domestik	

## **Identitas, Ekspresi, dan Peran Gender**

Berbeda dengan jenis kelamin, yang merupakan identitas biologis, gender adalah konstruksi sosial. Gender melibatkan klasifikasi individu sebagai laki-laki atau perempuan yang dipengaruhi oleh perilaku, proses psikologis, dan budaya. Peran gender adalah ekspektasi budaya terhadap bagaimana seseorang seharusnya berperilaku sesuai dengan gender mereka. Misalnya, di Minangkabau dan Flores, peran gender yang diharapkan mungkin berbeda. Identitas gender adalah bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri sebagai laki-laki atau perempuan, dimulai sejak usia 2 tahun. Seseorang dapat memiliki identitas gender yang berbeda dari jenis kelamin biologis mereka. Ekspresi gender adalah cara seseorang mengekspresikan identitas gendernya, seperti melalui pakaian dan gaya rambut.

### **Peran Gender**

Peran gender adalah aktivitas yang diberikan kepada individu berdasarkan karakteristik sosial. Peran ini dibentuk melalui pengaruh komunitas, sekolah, institusi keagamaan, kebudayaan, tradisi, media, dan tempat kerja. Peran gender dapat berubah seiring waktu. Misalnya, sekarang lebih banyak perempuan menjadi dokter dan insinyur dibandingkan masa lalu.

### **Contoh situasi perbedaan peran gender:**

1. Peran sosial: Orang memiliki pandangan yang berbeda terhadap peran sosial laki-laki dan perempuan. Sebagai contoh, laki-laki dilihat sebagai kepala keluarga dan pencari nafkah, sementara perempuan dilihat sebagai pengurus dan pengasuh.
2. Kekuatan dan kekuasaan politik: Kekuatan dan kekuasaan politik – Laki-laki lebih banyak dilibatkan di dalam dunia politik tingkat nasional ke atas, sementara perempuan lebih berpengaruh di tingkat lokal dan di dalam kegiatan yang dikaitkan dengan peran mereka di dalam rumah tangga.
3. Kesempatan pendidikan: Di kasus tertentu, sumber daya keluarga lebih banyak digunakan untuk pendidikan laki-laki dibandingkan perempuan, dan perempuan didorong untuk mengambil karier yang tidak terlalu menantang.
4. Akses terhadap sumber daya finansial: Perempuan sering memiliki akses yang lebih terbatas terhadap sumber daya finansial dan produktif, seperti kredit, pinjaman dan kepemilikan tanah.

## **Kesetaraan Gender**

Kesetaraan gender berarti kondisi di mana laki-laki dan perempuan memiliki kesempatan dan hak yang sama dalam mengakses dan memanfaatkan sumber daya pembangunan. Hal ini termasuk partisipasi dalam kegiatan politik, ekonomi, sosial, budaya, pertahanan, dan keamanan.

## **Keadilan Gender**

Keadilan gender adalah perlakuan yang adil terhadap laki-laki dan perempuan dengan mempertimbangkan pengalaman, kebutuhan, dan kepedulian mereka. Ini mencakup pembagian kerja, relasi kuasa, akses terhadap sumber daya, penerima manfaat, informasi, dan pengambilan keputusan antara laki-laki dan perempuan.

## **Implikasi Pembagian Kerja Gender**

Perempuan sering menjalankan pekerjaan rumah tangga dan pengasuhan anak, sementara laki-laki bertanggung jawab untuk pekerjaan yang lebih terlihat oleh masyarakat. Perempuan mengalami beban ganda ketika mereka harus bekerja di ruang publik dan tetap bertanggung jawab atas pekerjaan domestik.

## **Faktor Penyebab Kesenjangan Gender**

1. Nilai sosial dan budaya patriarki.
2. Peraturan dan undang-undang yang bias gender.
3. Pemahaman agama yang tidak komprehensif.
4. Kelemahan dan kurangnya percaya diri perempuan dalam memperjuangkan hak-haknya karena konstruksi di masyarakat.
5. Kekeliruan persepsi pengambil keputusan dan tokoh masyarakat terhadap kesetaraan gender.

## **Bentuk Ketidakadilan Gender**

### **1. Beban Ganda:**

Perempuan bekerja di ruang publik dan domestik. Pembagian kerja berdasarkan gender membagi pekerjaan laki-laki di ruang publik sementara perempuan di ruang domestik. Namun seiring dengan perkembangan zaman dan kebutuhan ekonomi, perempuan masuk ke ruang publik menjadi pencari nafkah. Meskipun demikian perempuan tetap dituntut untuk bertanggung jawab terhadap urusan rumah tangga (domestik). Demikian pula sebaliknya, jika lelaki tidak dapat berperan sebagai pencari nafkah utama maka akan dianggap lemah dan posisinya dianggap rendah.

## 2. Marginalisasi:

Perempuan ditempatkan di pinggir dan tidak dianggap penting. Marginalisasi secara sederhana dapat dipahami sebagai ‘peminggiran’, upaya untuk menempatkan perempuan tidak di tengah, bukan sebagai pihak penting, melainkan di pinggir. Artinya, perempuan ditempatkan sebagai orang yang tidak memiliki peran penting, sebagai pihak yang tidak diperhatikan kebutuhan-kebutuhan dan kesejahteraannya.

1. Perempuan tidak diberi peran penting, hanya bertugas di bidang pelayanan (misal memasak, membereskan cucian), perempuan sering disebut sebagai “orang belakang”.
2. Dalam kegiatan-kegiatan kemasyarakatan dan pertemuan-pertemuan adat, perempuan tidak jarang ditempatkan di belakang, sebagai pelayan dan tidak memiliki hak suara.

Sebaliknya, jika laki-laki memasuki ranah pelayanan dan pengasuhan akan dianggap tidak mampu atau hasil pekerjaannya akan lebih jelek dibandingkan hasil pekerjaan perempuan.

## 3. Stereotip:

Perempuan seringkali mendapatkan pelabelan negatif seperti manusia yang lemah, emosional, dan tidak rasional. Pelabelan ini berimplikasi negatif terhadap aktualisasi diri perempuan di ranah publik dan domestik. Misalnya karena dianggap lemah, maka perempuan harus dilindungi. Meskipun seringkali pandangan tersebut tidak tepat, karena pandangan tersebut terus diulang-ulang, akhirnya banyak anggota masyarakat termasuk perempuan sendiri yang percaya bahwa hal tersebut benar. Hal tersebut menjadi sesuatu yang seolah-olah tetap atau baku. Akibatnya perempuan jadi merasa tidak perlu melakukan sesuatu yang lebih berani atau menunjukkan kekuatan. Demikian pula sebaliknya, laki-laki yang selalu dianggap kuat, tegas dan rasional kemudian dituntut untuk selalu menjadi yang paling bertanggung jawab, dipersalahkan dan diharuskan untuk selalu sebagai pengambil keputusan.

## 4. Subordinasi:

Suatu penilaian atau anggapan bahwa suatu peran yang dilakukan oleh satu jenis kelamin lebih rendah dari yang lain. Dengan adanya stereotip atau pandangan baku mengenai sifat-sifat dan peran-peran perempuan dan laki-laki, kita melihat bahwa perempuan diposisikan, atau ditempatkan sebagai orang kedua setelah laki-laki, baik dalam pengambilan keputusan, kesempatan untuk mendapatkan pendidikan maupun dalam pekerjaan. Namun demikian, dalam beberapa kondisi dapat juga terjadi hal yang sebaliknya. Contoh: perempuan sering dianggap sebagai ‘milik’ keluarga. Saat ia kecil dan belum menikah, perempuan menjadi ‘milik’ ayah, dan harus patuh pada ayah. Setelah ia menikah, ia menjadi ‘milik’ suami dan harus patuh pada suami. Ada larangan-larangan dan tabu-tabu khusus yang dituntut untuk dipatuhi perempuan. Sebaliknya, karena laki-laki dianggap kuat, maka terkadang kurang mendapatkan perlindungan, dukungan dan bantuan.

## **5. Kekerasan:**

Kekerasan berbasis gender yang menyebabkan penderitaan fisik, seksual, atau mental. Segala bentuk tindak kekerasan berbasis gender yang berakibat, atau mungkin berakibat, menyakiti secara fisik, seksual, mental atau penderitaan terhadap perempuan; termasuk ancaman dari tindakan tersebut, pemaksaan atau perampasan semena-mena kebebasan, baik yang terjadi di lingkungan masyarakat maupun dalam kehidupan pribadi. Namun dapat juga terjadi, karena melakukan kekerasan terhadap perempuan sangat terlarang, maka ketika laki-laki diperlakukan kasar oleh perempuan, maka dia tidak dapat melawan atau membela diri.

Dengan memahami konsep-konsep ini, kita dapat bekerja menuju kesetaraan dan keadilan gender di semua aspek kehidupan.

# Sesi 8: Gender

Keterampilan hidup, terutama keterampilan hidup psikososial, merupakan salah satu aspek penting yang perlu dikuasai oleh Pengelola PIK Remaja. Dengan keterampilan ini, mereka dapat membantu remaja lain dalam memanfaatkan potensi diri sebagai modal untuk melindungi diri, meningkatkan kesehatan, menjalin hubungan sosial yang positif, serta menghindari perilaku berisiko.

## **Tujuan:**

Meningkatkan pemahaman peserta tentang keterampilan hidup dan cara penerapannya dalam kehidupan sehari-hari untuk melindungi diri serta membina kesehatan dan hubungan sosial yang positif.

## **Metode:**

- Diskusi Partisipatif
- Bermain Peran

**Waktu:** 90 menit

## **Alat bantu:**

- Kertas HVS
- Spidol
- Lem atau selotip

## **Aturan Main:**

1. Tulis 10 Indikator Keterampilan Hidup pada kertas HVS, satu indikator per kertas, dengan ukuran tulisan yang besar dan jelas.
2. Tempelkan kertas tersebut pada dinding, dengan posisi yang lebih tinggi agar peserta dapat menempelkan kertas lain di bawahnya.
3. Minta peserta menuliskan contoh perilaku atau kegiatan yang mencerminkan setiap Indikator Keterampilan Hidup dalam kehidupan sehari-hari, sebanyak mungkin, pada kertas metaplan atau sticky notes. Tempelkan kertas tersebut di bawah indikator yang sesuai.
4. Setelah semua peserta menempelkan contoh-contohnya, minta beberapa perwakilan untuk membacakan hasilnya.

### **Indikator Keterampilan Hidup:**

- Pengambilan keputusan
- Pemecahan masalah
- Berpikir kreatif
- Berpikir kritis
- Cara berkomunikasi yang baik
- Hubungan baik dua orang atau lebih
- Kesadaran diri
- Empati
- Mengendalikan emosi
- Mengatasi stres

### **Mari Gambarkan Lebih Konkret**

1. Bagi peserta menjadi 4 kelompok.
2. Minta setiap kelompok memainkan peran (drama) yang menggambarkan salah satu Indikator Keterampilan Hidup beserta contoh perilaku atau kegiatan yang sudah disepakati bersama.
3. Berikan waktu sekitar 30 menit bagi setiap kelompok untuk menyusun cerita singkat, membagi peran, dan berlatih.
4. Setiap kelompok diberi waktu maksimal 6 menit untuk tampil. Kelompok yang tidak tampil berperan sebagai penonton dan diminta memperhatikan.
5. Setelah semua kelompok tampil, ajak peserta kembali ke tempat duduk masing-masing dan diskusikan pengalaman mereka dengan pertanyaan:
  - Apa yang kalian pelajari dari sesi ini?
  - Mengapa keterampilan hidup ini penting bagi remaja?
  - Apa yang perlu dilakukan agar keterampilan hidup ini dapat dipelajari dan dipraktikkan oleh remaja di Indonesia?


## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

Keterampilan hidup adalah kemampuan untuk beradaptasi dan menunjukkan perilaku positif, yang memungkinkan individu untuk menghadapi tuntutan dan tantangan kehidupan sehari-hari dengan efektif. Kemampuan ini tidak hanya perlu dihafal secara lisan, tetapi juga harus dipraktikkan secara konkret dalam kehidupan sehari-hari. Bagi remaja, penerapan keterampilan hidup sangat penting untuk menghindari perilaku berisiko dan menjalani kehidupan yang lebih sehat dan positif.

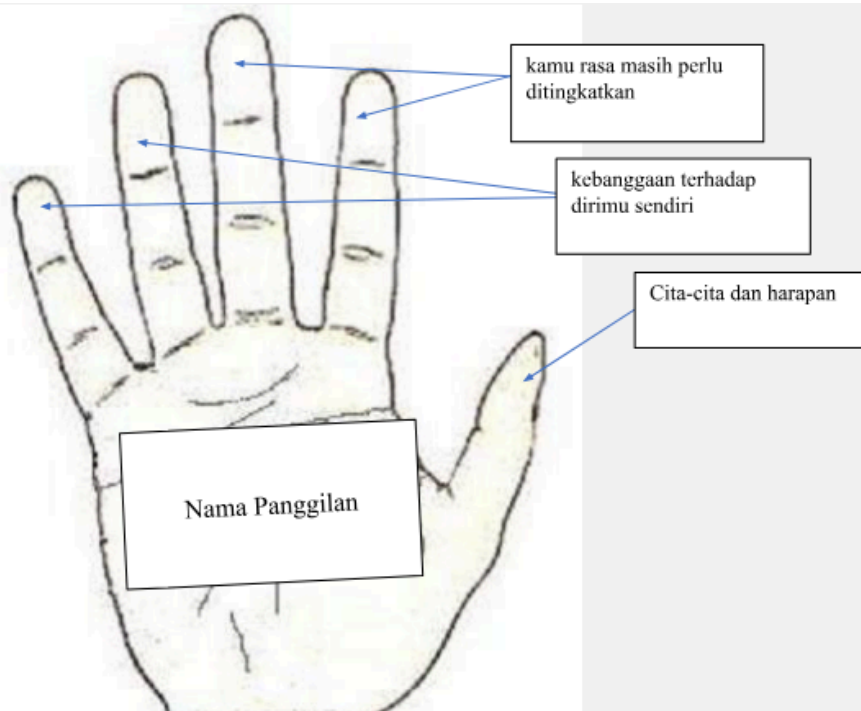
## Bahan Bacaan

Kemampuan psikososial atau keterampilan hidup sosial (life skills) adalah kompetensi penting yang membantu remaja dalam berfungsi secara efektif dalam kehidupan sehari-hari dan menjaga perilaku yang sehat. Berikut adalah 10 keterampilan hidup yang mendukung perilaku hidup sehat:

1. Kesadaran Diri (Self-awareness): Memahami diri sendiri, termasuk kekuatan, kelemahan, dan emosi. Ini membantu dalam pengambilan keputusan yang lebih baik dan memahami dampak perilaku seseorang terhadap orang lain.
2. Empati (Empathy): Kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain. Empati penting untuk membangun hubungan yang sehat dan mendukung komunikasi yang efektif.
3. Berpikir Kritis (Critical thinking): Kemampuan untuk menganalisis informasi dan situasi dengan objektif, serta membuat keputusan berdasarkan pemikiran yang logis dan rasional.
4. Berpikir Kreatif (Creative thinking): Kemampuan untuk melihat berbagai cara dalam menyelesaikan masalah atau menghadapi tantangan, serta menemukan solusi inovatif.
5. Pengambilan Keputusan (Decision making): Kemampuan untuk membuat pilihan yang tepat berdasarkan evaluasi informasi dan pemahaman tentang konsekuensi dari keputusan tersebut.
6. Penyelesaian Masalah (Problem solving): Kemampuan untuk mengidentifikasi masalah, menemukan solusi, dan mengambil tindakan yang efektif.
7. Komunikasi yang Efektif (Effective communication): Kemampuan untuk menyampaikan ide, perasaan, dan kebutuhan dengan jelas dan efektif, serta mendengarkan secara aktif.

- 
7. Keterampilan Antarpribadi (Interpersonal skills): Kemampuan untuk bekerja sama dengan orang lain, membangun dan memelihara hubungan, serta berkolaborasi dalam tim.
  8. Mengelola Emosi (Coping with emotions): Kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengungkapkan emosi dengan cara yang sehat dan konstruktif.
  9. Mengelola Stres (Coping with stress): Kemampuan untuk mengidentifikasi sumber stres dan menggunakan strategi yang efektif untuk mengatasi tekanan dan tantangan.

Keterampilan-keterampilan ini berperan penting dalam membantu remaja menjalani kehidupan yang sehat, produktif, dan bermakna.



Gambar 2. Ilustrasi Aktivitas Menggambar Tangan

5. Pilih 1 hingga 5 sukarelawan untuk memperkenalkan diri dan membacakan kebanggaan, refleksi diri, serta cita-cita mereka di depan kelas.

6. Setelah semua sukarelawan selesai, minta semua peserta menempelkan gambar telapak tangan mereka di dinding atau lantai dengan isolasi yang telah disiapkan, sebagai inspirasi bagi satu sama lain.

7. Tutup sesi pertama ini dengan kesimpulan:

- Pentingnya mengenal diri sendiri.
- Menumbuhkan kebanggaan terhadap diri sendiri untuk meningkatkan kepercayaan diri dan meyakini bahwa setiap orang memiliki kelebihannya masing-masing.
- Menyadari hal-hal yang perlu ditingkatkan agar selalu belajar untuk menjadi lebih baik.
- Percaya diri dalam mengungkapkan cita-cita untuk tetap termotivasi dan semangat mencapainya.

Mari Bertransformasi

1. Bagi peserta ke dalam kelompok sesuai dengan usia berikut:

- Kelompok 1: 10 – 14 tahun
- Kelompok 2: 15 – 19 tahun
- Kelompok 3: 20 – 24 tahun

2. Minta masing-masing kelompok untuk berefleksi dan mengingat materi yang telah dipelajari dari sesi sebelumnya hingga sesi ini, yaitu:

- Sesi 1: Kebijakan dan Strategi Program Ketahanan Remaja
- Sesi 2: Klarifikasi Nilai
- Sesi 3: Kontinum Kenyamanan

- Sesi 4: Siklus Perkembangan Remaja (usia 10-24 tahun)
- Sesi 5: Kesehatan Reproduksi Remaja
- Sesi 6: Gender
- Sesi 7: Keterampilan Hidup

3. Diskusikan dan jawab pertanyaan berikut dalam kelompok:

Apa yang seharusnya dicapai secara emosional dan sosial oleh remaja usia 10 – 14 tahun, 15 – 19 tahun, dan 20 – 24 tahun?

Apa yang perlu dilakukan oleh remaja dalam kelompok usia tersebut untuk mencapai pencapaian tersebut?

Apa tantangan dan kendala yang mungkin dihadapi, dan bagaimana cara menanggulangnya?

Apakah ada kelompok atau daerah di Indonesia yang menurut Anda sulit mencapai target tersebut? Mengapa?

4. Minta masing-masing kelompok untuk menuangkan hasil diskusi dalam bentuk poster (dengan bahan yang telah disediakan), lalu tempelkan poster pada dinding, diurutkan dari usia termuda hingga yang paling dewasa.

5. Setelah semua kelompok mempresentasikan poster mereka, tunjukkan lima tahapan perkembangan kehidupan remaja.



**Gambar 3. Tahapan Perkembangan Kehidupan Remaja**

6. Diskusikan bersama pertanyaan berikut:

- Apakah hasil diskusi kita telah sesuai dengan tahapan hidup tersebut?
- Adakah kelompok atau daerah di Indonesia yang menurut Anda sulit mencapai target tersebut? Mengapa?
- Sebagai bagian dari PIK Remaja, apa yang harus kita lakukan?

## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

Merencanakan masa depan adalah langkah penting bagi remaja untuk mencapai kehidupan yang sejahtera di masa depan. Beberapa hal yang dapat dilakukan oleh remaja dalam merencanakan masa depan mereka meliputi:

**Menetapkan Tujuan yang Jelas:** Remaja perlu mengidentifikasi apa yang ingin mereka capai dalam berbagai aspek kehidupan, seperti pendidikan, karier, hubungan, dan pengembangan diri. Tujuan yang jelas membantu memberikan arah dan motivasi. **Mengenali Minat dan Bakat:** Remaja harus menggali minat dan bakat mereka, karena ini akan membantu dalam memilih jalur pendidikan dan karier yang sesuai dengan passion mereka.

**Mengembangkan Keterampilan Hidup:** Keterampilan seperti pengambilan keputusan, pemecahan masalah, komunikasi, dan manajemen waktu sangat penting dalam merencanakan dan menghadapi tantangan masa depan.

**Mengelola Waktu dengan Baik:** Remaja perlu belajar mengelola waktu mereka secara efektif, termasuk membagi waktu antara belajar, bersosialisasi, dan beristirahat, untuk memastikan semua aspek kehidupan berjalan seimbang.

**Membangun Jaringan dan Relasi yang Positif:** Relasi dengan orang-orang yang positif dan mendukung dapat membuka peluang dan memberikan dukungan moral dalam mencapai tujuan jangka panjang.

**Menjaga Kesehatan Fisik dan Mental:** Menjaga kesehatan fisik dan mental sangat penting untuk memastikan bahwa mereka memiliki energi dan ketahanan untuk mencapai tujuan mereka.

## Bahan Bacaan

Remaja yang mempunyai konsep diri yang positif akan mampu mengenali dirinya sendiri, sehingga membuat remaja tersebut mudah untuk merencanakan masa depan mereka. Remaja yang mempunyai perencanaan masa depan yang baik adalah remaja yang dapat menentukan tujuan hidup, mengidentifikasi potensi yang dimiliki serta menyadari hal-hal dalam diri mereka yang perlu diperbaiki.

### **Merencanakan Masa Depan**

Merencanakan masa depan adalah proses penting bagi remaja usia 10 hingga 24 tahun untuk mengembangkan keterampilan pengambilan keputusan, meningkatkan rasa percaya diri, dan mengatur waktu dengan lebih baik. Dengan menetapkan tujuan dan membuat rencana aksi, remaja dapat menghadapi tantangan dengan lebih baik dan mencapai impian mereka.

Dukungan dari keluarga, guru, dan mentor juga sangat penting dalam membantu remaja merencanakan masa depan yang cerah dan sukses. Perencanaan masa depan sangat penting karena:

1. **Mengembangkan Keterampilan Pengambilan Keputusan:** Membantu remaja belajar bagaimana membuat keputusan yang bijaksana. Melatih mereka untuk mempertimbangkan berbagai pilihan dan konsekuensinya.
2. **Meningkatkan Rasa Percaya Diri:** Dengan memiliki rencana, remaja merasa lebih yakin dan percaya diri tentang kemampuan mereka mencapai tujuan. Membantu mereka merasa lebih terarah dan fokus baik untuk menggapai cita, perencanaan keluarga maupun aspirasi karir.
3. **Mengatur Waktu dengan Lebih Baik:** Mengajarkan pentingnya mengatur waktu untuk mencapai tujuan jangka pendek dan jangka panjang. Membantu remaja untuk menjadi lebih terorganisir.
4. **Menghadapi Tantangan dengan Lebih Baik:** Mempersiapkan remaja untuk menghadapi tantangan dan hambatan di masa depan. Membantu mereka belajar bagaimana mengatasi kegagalan dan bangkit kembali.
5. **Mencapai Impian dan Tujuan:** Membantu remaja menetapkan impian dan tujuan mereka sendiri. Memberikan panduan tentang bagaimana mencapai impian dan karir tersebut.

## Langkah-Langkah Merencanakan Masa Depan

1. Refleksi Diri: Merenungkan minat, bakat, dan nilai-nilai pribadi. Memikirkan apa yang mereka sukai dan tidak sukai, serta apa yang penting bagi kamu.
2. Menetapkan Tujuan: Membuat tujuan jangka pendek (6 bulan hingga 1 tahun) dan jangka panjang (3-5 tahun). Pastikan tujuan tersebut spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berbatas waktu (SMART).
3. Membuat Rencana Aksi: Merinci langkah-langkah konkret yang perlu diambil untuk mencapai tujuan. Menentukan sumber daya yang dibutuhkan dan cara mendapatkannya.
4. Mengatur Waktu: Membuat jadwal yang mengalokasikan waktu untuk kegiatan yang mendukung pencapaian tujuan.
5. Mencari Dukungan: Berbicara dengan orang tua, guru, atau mentor tentang rencana dan tujuan mereka. Mencari dukungan dan saran dari orang-orang di sekitar yang dapat membantu.
6. Evaluasi dan Penyesuaian: Secara berkala mengevaluasi kemajuan yang telah dicapai. Menyesuaikan rencana jika diperlukan berdasarkan situasi dan kondisi yang berubah.

# Sesi 10: Teknik Fasilitasi

Setelah peserta menerima seluruh materi sebelumnya, sesi ini bertujuan untuk membekali mereka dengan keterampilan dalam menyampaikan materi kepada sesama remaja melalui teknik fasilitasi yang efektif dan kemampuan berbicara di depan umum.

Tujuan:

Meningkatkan keterampilan peserta dalam memberikan materi tentang kesehatan reproduksi dan perencanaan masa depan.

**Metode:** Diskusi Partisipatif

**Waktu:** 90 menit

**Alat bantu:**

- Kertas plano
- Spidol

**Aturan Main:**

1. Aturan Main:
2. Minta semua peserta berdiri sejajar dalam satu barisan menghadap ke depan.
3. Sampaikan kepada peserta bahwa sesi ini akan mempraktikkan cara menarik perhatian audiens saat berbicara di depan publik.
4. Berikan contoh dengan mengatakan, "Nama saya [sebutkan nama], dan saya pantas untuk didengar," sementara semua peserta melihat ke arah fasilitator.
5. Instruksikan peserta untuk membalikkan badan, membelakangi fasilitator.
6. Fasilitator akan mengulangi kalimat di atas hingga maksimal tiga kali, menggunakan bahasa yang berbeda (misalnya, bahasa daerah, Bahasa Inggris, atau Bahasa Indonesia), dengan tujuan membuat peserta secara sukarela berbalik badan dan menghadap fasilitator.
7. Tekankan bahwa peserta hanya boleh berbalik badan jika mereka benar-benar terdorong untuk melakukannya, bukan karena paksaan atau rasa kasihan, meskipun kalimat telah diulang sebanyak tiga kali

8. Setelah semua peserta mendapatkan giliran, ajak mereka untuk merefleksikan pengalaman dengan membahas pertanyaan berikut:

- Perasaan Pembicara: Apa yang kamu rasakan saat menyampaikan kalimat tersebut di depan audiens?
- Respon dari Audiens: Bagaimana perasaan kamu jika audiens tidak berbalik badan? Apa yang terpikirkan oleh kamu?
- Sudut Pandang Pendengar: Sebagai pendengar, apa yang sebenarnya membuat kamu ingin berbalik badan atau tidak?

9. Bersama-sama, simpulkan tips kunci untuk menjadi fasilitator / pembicara publik yang efektif berdasarkan pengalaman dan diskusi yang telah dilakukan.

10. Tutup sesi dengan meringkas poin-poin penting yang telah dipelajari.

## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

Menjadi fasilitator yang baik adalah tentang menciptakan lingkungan belajar yang aman dan nyaman bagi peserta. Berikut adalah beberapa tips untuk menjadi fasilitator yang efektif:

**Ciptakan Suasana Aman dan Nyaman:** Pastikan setiap peserta merasa aman dan dihargai selama sesi berlangsung.

**Hindari Menggurui dan Memaksakan Pendapat:** Fasilitasi dengan sikap rendah hati, tanpa mendominasi diskusi atau memaksakan pandangan pribadi.

**Sederhanakan Bahasa:** Gunakan bahasa yang mudah dipahami agar materi lebih mudah diterima oleh peserta.

**Hargai dan Gunakan Pengetahuan Peserta:** Akui dan manfaatkan pengetahuan, nilai, dan sikap peserta sebagai modal untuk menemukan solusi dan kesimpulan bersama. Tetap Netral dan Tidak Menilai: Bersikaplah netral tanpa memihak atau menilai mana yang benar atau salah.

**Dengarkan Secara Aktif:** Berikan kesempatan kepada peserta untuk lebih banyak berbicara dan menyampaikan pendapat, serta dengarkan dengan penuh perhatian. Tunjukkan Empati dan Kepekaan: Bersikap empati terhadap kekhawatiran dan ketidaknyamanan peserta, serta peka terhadap dinamika yang terjadi selama sesi.

# Bahan Bacaan

## Teknik Fasilitasi yang Baik:

- **Persiapan yang Matang:** Rencanakan sesi dengan jelas, termasuk tujuan, materi, dan metode yang akan digunakan. Kenali audiens dan sesuaikan materi dengan kebutuhan mereka.
- **Komunikasi yang Jelas:** Sampaikan informasi dengan cara yang mudah dipahami. Gunakan bahasa yang sesuai dan hindari jargon yang bisa membingungkan.
- **Mendengarkan Aktif:** Perhatikan dengan seksama apa yang dikatakan peserta. Tunjukkan bahwa pendapat mereka penting dengan merespons secara konstruktif.
- **Mengelola Waktu:** Pastikan sesi berjalan sesuai jadwal. Bagi waktu secara proporsional untuk diskusi, kegiatan, dan tanya jawab.
- **Menciptakan Lingkungan Positif:** Bangun suasana yang mendukung partisipasi aktif dengan menunjukkan sikap terbuka dan menghargai kontribusi semua peserta.
- **Memfasilitasi Diskusi:** Gunakan teknik untuk merangsang diskusi, seperti bertanya terbuka, memberikan waktu untuk berpikir, dan mendorong semua orang untuk berpartisipasi.

## 2. Cara Menjadi Fasilitator Remaja yang Baik:

- **Kuasai Materi:** Pahami dengan baik topik yang akan dibahas sehingga Anda dapat menjelaskan dengan jelas dan menjawab pertanyaan peserta.
- **Bangun Koneksi dengan Peserta:** Ciptakan hubungan yang baik dengan peserta agar mereka merasa nyaman dan terbuka untuk berbagi.
- **Latihan Keterampilan:** Latih keterampilan fasilitasi seperti berbicara di depan umum, manajemen kelompok, dan teknik pengendalian konflik.
- **Feedback dan Refleksi:** Terima umpan balik dari peserta dan refleksikan pengalaman Anda untuk perbaikan di masa depan.
- **Tunjukkan Keteladanan:** Berikan contoh positif dalam sikap dan perilaku, serta tunjukkan komitmen terhadap nilai-nilai yang Anda ajarkan.

### 3. Perbedaan Fasilitator dan Narasumber:

- Fasilitator:
  - Peran: Memfasilitasi proses kelompok, memastikan sesi berjalan lancar, dan membantu peserta mencapai tujuan diskusi atau pelatihan.
  - Fokus: Mengelola interaksi, mendengarkan, dan mengarahkan diskusi. Tidak hanya menyampaikan informasi tetapi juga memfasilitasi pemahaman dan partisipasi.
  - Teknik: Menggunakan teknik pengelolaan kelompok, diskusi, dan aktivitas interaktif.
- Narasumber:
  - Peran: Menyampaikan informasi atau keahlian khusus dalam suatu topik tertentu.
  - Fokus: Memberikan materi yang mendalam dan berbagi pengetahuan atau pengalaman dari sudut pandang seorang ahli.
  - Teknik: Menggunakan presentasi, ceramah, dan demonstrasi.

Memahami teknik fasilitasi yang baik dan peran Anda sebagai fasilitator atau narasumber sangat penting untuk efektivitas sesi edukasi. Menjadi fasilitator yang efektif melibatkan persiapan, keterampilan komunikasi, dan kemampuan untuk mengelola dinamika kelompok, sementara narasumber fokus pada penyampaian informasi spesifik. Sebagai pendengar, keterampilan aktif sangat penting untuk membangun komunikasi yang efektif dan mendukung proses belajar yang produktif.

# Sesi 11: Teknik Fasilitasi

Setelah semua materi disampaikan, peserta juga perlu dibekali dengan keterampilan penting lainnya, salah satunya adalah kemampuan menjadi pendengar yang baik. Keterampilan ini penting agar para remaja di luar sana merasa nyaman saat berbagi cerita dengan Pengelola PIK Remaja.

Tujuan:

Meningkatkan kemampuan peserta dalam menjadi pendengar yang baik, sehingga mereka siap menerima curhatan dari teman sebayanya.

**Metode:** Kerja Mandiri

**Waktu:** 75 menit

**Alat bantu:**

- Kertas HVS
- Spidol

**Aturan Main:**

1. Minta peserta untuk berpasangan dengan orang yang mungkin belum terlalu mereka kenal atau dekat. Sarankan mereka memilih pasangan yang baru.
2. Setiap pasangan diminta duduk berhadapan dalam posisi yang nyaman.
3. Berikan tugas kepada masing-masing anggota pasangan: satu orang menjadi pendengar, dan yang lain menjadi pembicara. Simulasikan situasi ini seperti sesi konseling atau curhat.
4. Peserta yang berperan sebagai pendengar diminta untuk mendengarkan dengan seksama dan empati, tanpa memberikan komentar atau sanggahan.
5. Peserta yang berperan sebagai pembicara diminta untuk berbicara tentang kehidupan mereka tanpa mengharapkan respon dari pendengar. Sampaikan kepada mereka untuk berbicara seolah-olah kepada teman dekat yang siap mendengarkan.
6. Berikan waktu 5 (lima) menit kepada pembicara untuk berbicara, kemudian minta mereka bertukar peran sehingga setiap orang mendapatkan kesempatan menjadi pendengar dan pembicara.

7. Setelah itu, peserta kembali ke tempat duduk mereka, dan sesi dilanjutkan dengan diskusi refleksi menggunakan pertanyaan berikut:

- Apakah kamu merasa lebih mengenal pasanganmu setelah aktivitas ini? Mengapa?
- Bagaimana perasaanmu saat mengikuti permainan ini?
- Apa yang kamu rasakan saat menjadi pendengar?
- Apa yang kamu rasakan saat menjadi pembicara?
- Apakah ada perbedaan perasaan antara menjadi pendengar dan pembicara? Peran mana yang lebih Kamu sukai?

8. Tutup sesi dengan mengajak seluruh peserta berdiskusi dan menyepakati hal-hal berikut:

- Apa saja yang perlu dilakukan untuk menjadi pendengar dan tim curhat yang baik?
- Mengapa kita perlu menjadi pendengar yang baik bagi orang lain?

## Kesimpulan Sesi/ Pesan Kunci Fasilitator

**Perkuat Prinsip Mendengarkan:** Tetapkan niat untuk benar-benar mendengarkan tanpa tergesa-gesa memberi tanggapan.

**Dengarkan Tanpa Memotong:** Biarkan temanmu menyelesaikan ceritanya sebelum kamu memberikan komentar.

**Cerna dengan Baik:** Pahami inti cerita sebelum merespons.

**Klarifikasi Jika Perlu:** Jika ada yang belum jelas, ulangi bagian cerita tersebut dan tanyakan untuk memastikan.

**Berikan Perhatian Penuh:** Tatap pembicara dengan serius dan penuh empati.

**Hindari Gangguan:** Jangan biarkan media sosial atau handphone mengalihkan perhatianmu.

**Tunjukkan Ketertarikan:** Gunakan ekspresi wajah dan bahasa tubuh yang menunjukkan kamu tertarik dengan ceritanya.

**Posisikan Diri Secara Objektif:** Jangan terlalu cepat berasumsi, pastikan untuk tetap menjadi pendengar yang netral.

**Catat Hal Penting:** Buatlah catatan tentang poin-poin utama untuk memastikan tidak ada yang terlupakan.

## Bahan Bacaan

Menjadi pendengar yang baik adalah keterampilan penting dalam komunikasi yang efektif. Ini membantu membangun hubungan yang kuat, memahami perspektif orang lain, dan menyelesaikan konflik dengan lebih baik. Pendengar yang baik dapat mendukung teman, keluarga, dan rekan-rekan dalam berbagai situasi, mulai dari diskusi santai hingga percakapan mendalam.

Teknik-Teknik Menjadi Pendengar yang Baik:

- Fokuskan Perhatian:
  - Berikan Perhatian Penuh: Luangkan waktu dan energi untuk benar-benar mendengarkan apa yang dikatakan lawan bicara. Hindari gangguan seperti ponsel atau televisi.
  - Tunjukkan Minat: Gunakan bahasa tubuh yang positif, seperti kontak mata dan anggukan, untuk menunjukkan bahwa Anda benar-benar mendengarkan.
- Gunakan Bahasa Tubuh Positif:
  - Kontak Mata: Menjaga kontak mata menunjukkan bahwa Anda terlibat dalam percakapan.
  - Ekspresi Wajah dan Posisi Tubuh: Tunjukkan keterlibatan dengan ekspresi wajah yang sesuai dan postur tubuh yang terbuka.
- Tanya Pertanyaan Terbuka:
  - Ajukan Pertanyaan: Klarifikasi informasi dan dorong lawan bicara untuk menjelaskan lebih lanjut dengan pertanyaan terbuka yang tidak dapat dijawab dengan jawaban ya atau tidak.
  - Perhatikan Ketertarikan: Tanyakan lebih banyak tentang topik yang sedang dibahas untuk menunjukkan bahwa Anda tertarik dan ingin memahami lebih dalam.
- Hindari Interupsi:
  - Biarkan Pembicara Menyelesaikan: Tunggu hingga lawan bicara selesai berbicara sebelum Anda memberikan tanggapan atau interupsi.
  - Jangan Terburu-buru: Hindari terburu-buru untuk memberikan solusi atau saran, dan biarkan lawan bicara menyelesaikan ungkapan mereka.
- Refleksikan dan Ringkas:
  - Ulangi Poin-Poin Utama: Cobalah untuk merangkum atau mengulang kembali apa yang telah dikatakan untuk memastikan pemahaman yang akurat.
  - Verifikasi Pemahaman: Tanyakan apakah Anda memahami dengan benar apa yang dibahas untuk menghindari kesalahpahaman.

- Tunjukkan Empati:
  - Pahami Perasaan: Cobalah untuk merasakan dan memahami perasaan lawan bicara. Tanggapi dengan empati, seperti mengatakan, "Saya bisa mengerti mengapa itu membuatmu merasa seperti itu."
  - Validasi Emosi: Tunjukkan bahwa perasaan mereka valid dan dihargai, bahkan jika Anda tidak sepenuhnya setuju dengan pendapat mereka.

#### Mengatasi Tantangan dalam Mendengarkan:

- Kesulitan Fokus: Jika Anda merasa sulit untuk fokus, cobalah teknik pernapasan atau mengalihkan perhatian secara sementara untuk kemudian kembali ke percakapan.
- Berpikir tentang Respon: Hindari terlalu cepat berpikir tentang apa yang akan Anda katakan berikutnya. Alih-alih, fokuslah pada mendengarkan sepenuhnya apa yang sedang dikatakan.
- Emosi Pribadi: Jika Anda merasa emosional atau terpengaruh oleh percakapan, cobalah untuk menjaga jarak emosional dan tetap objektif.

#### Manfaat Menjadi Pendengar yang Baik:

- Membangun Hubungan: Meningkatkan kedekatan dan kepercayaan dalam hubungan pribadi dan profesional.
- Mencegah Konflik: Membantu menyelesaikan masalah dengan lebih efektif dan mengurangi kemungkinan konflik.
- Memahami Lebih Baik: Memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang perspektif dan kebutuhan orang lain.

Menjadi pendengar yang baik adalah keterampilan yang sangat berharga dan dapat memperkuat hubungan serta meningkatkan komunikasi. Dengan menerapkan teknik-teknik ini, Anda dapat menjadi pendengar yang lebih efektif, menunjukkan dukungan kepada orang lain, dan berkontribusi pada interaksi yang lebih positif dan produktif.

# Sesi 12: Praktik Pendidik Sebaya

Sesi ini memberikan kesempatan kepada semua calon Pendidik Sebaya untuk mempraktikkan keterampilan dan pengetahuan yang telah mereka peroleh selama pelatihan. Praktik ini dilakukan dengan sesama peserta sebagai simulasi sebelum mereka mempraktikkannya secara langsung di PIK Remaja. Materi dan metode yang dipraktikkan akan disesuaikan dengan segmentasi usia, yaitu 10–14 tahun, 15–20 tahun, dan 20–24 tahun.

**Tujuan:**

Memberikan pengalaman praktis kepada peserta untuk menerapkan metode-metode edukasi dan diskusi dengan teman sebayanya (peer-to-peer approach).

**Metode:** Eksplorasi

**Waktu:** (Tentatif) Sesuai pembagian kelompok

**Alat bantu:**

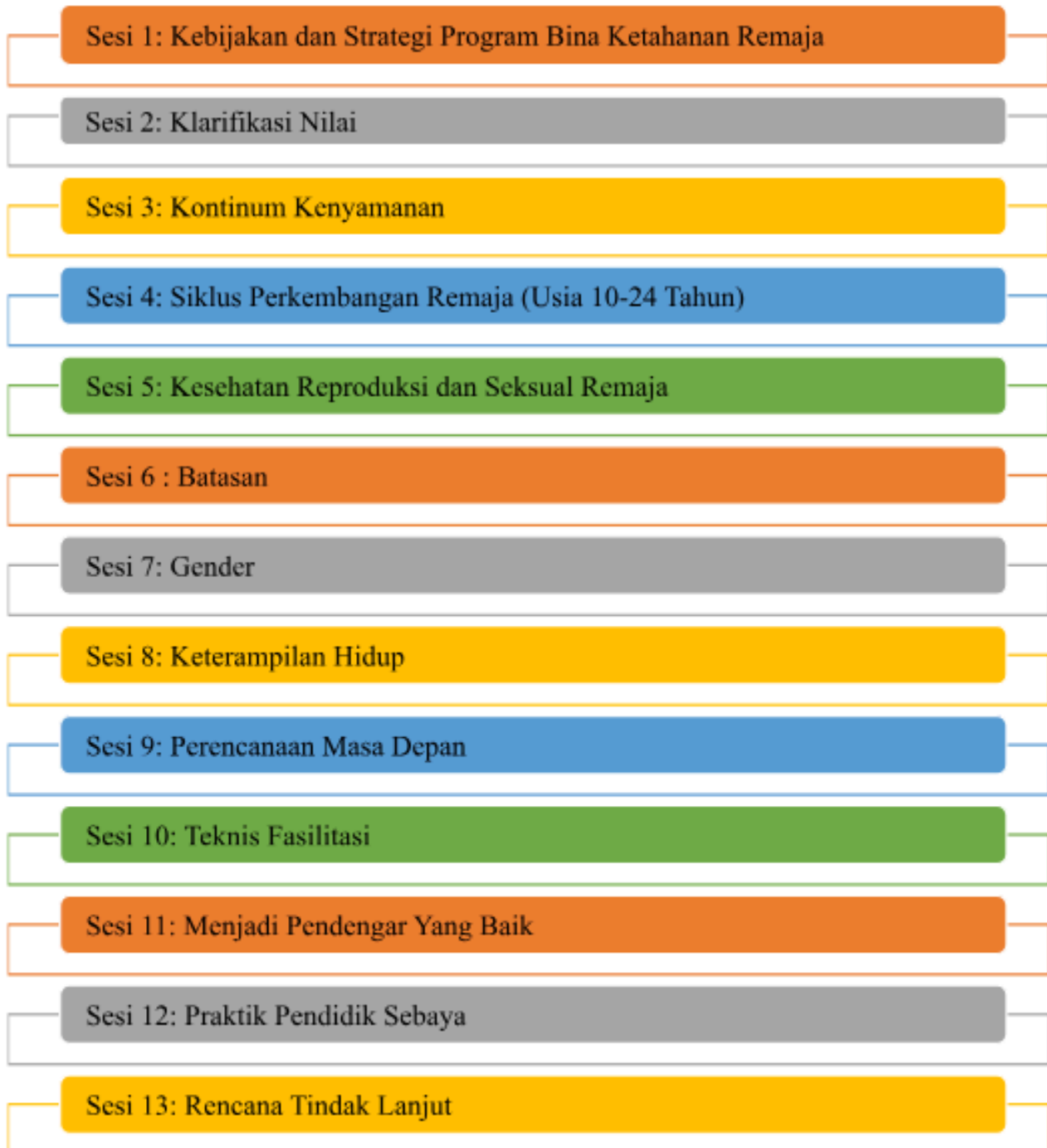
- Modul Segmentasi Usia 10–14 Tahun
- Modul Segmentasi Usia 15–19 Tahun
- Modul Segmentasi Usia 20–24 Tahun

## Aturan Main:

1. Bagi peserta menjadi tiga kelompok berdasarkan segmentasi usia (10–14 tahun, 15–20 tahun, dan 20–24 tahun).
2. Bagikan Modul Segmentasi sesuai kelompok usia masing-masing, dan minta mereka membagi kelompok sesuai dengan jumlah materi/pertemuan dalam modul.
3. Jika memungkinkan, tempatkan setiap kelompok di ruangan yang berbeda agar suara mereka tidak saling mengganggu.
4. Berikan waktu kepada setiap kelompok untuk mempersiapkan diri. Jika memungkinkan, berikan Modul Segmentasi dan pembagian kelompok sehari sebelumnya, sehingga mereka punya waktu untuk mempelajari setiap sesi dalam modul.
5. Setiap kelompok diminta untuk mempraktikkan semua sesi dalam Modul Segmentasi sesuai dengan usia mereka.
6. Setiap peserta dalam kelompok akan bergantian peran sebagai fasilitator dan peserta untuk setiap sesi/materi.
7. Berikan waktu 30 hingga 60 menit untuk setiap sesi.
8. Siapkan amplop dengan nama setiap peserta di dalam setiap kelas, dan minta peserta lainnya memberikan masukan yang membangun pada sticky note setelah seseorang selesai tampil.
9. Tutup sesi dengan refleksi bersama:
  - Bagaimana perasaanmu saat tampil di depan?
  - Bagaimana perasaanmu saat menjadi peserta dalam semua sesi? Apakah ada sesi yang sulit dimengerti? Mengapa?
  - Apakah kamu merasa siap untuk terjun ke lapangan dan membagikan informasi serta edukasi penting ini kepada remaja lainnya?

# Lampiran

## Lampiran 1. Alur Sesi Pelatihan



## Lampiran 2. Gambaran Agenda Kegiatan

Kegiatan pelatihan ini dilakukan selama kurang lebih lima hari pelatihan, penyelenggaraan pelatihan dapat mengacu kepada detail agenda pelatihan berikut ini:

Waktu	Agenda kegiatan	Fasilitator
<b>Hari Pertama</b>		
09.00-10.15 wib	Pembukaan dan perkenalan (dilanjutkan pre test)	Tim Fasilitator
10.15-10.30 wib	Istirahat	
10.30-12.00 wib	Kebijakan dan Strategi Program Bina Keluarga Remaja	BKKBN
12.00-13.00 wib	Istirahat	
13.00-15.00 wib	Klarifikasi Nilai	Tim Fasilitator
15.00-15.30 wib	Istirahat	
15.30-17.00 wib	Kontinum Kenyamanan	Tim Fasilitator
<b>Hari Kedua</b>		
09.00-10.15 wib	Siklus Perkembangan Remaja (Usia 10-24 Tahun)	Tim Fasilitator
10.15-10.30 wib	Istirahat	
10.30-12.00 wib	Kesehatan Reproduksi Remaja	Tim Fasilitator
12.00-13.00 wib	Istirahat	
13.00-14.00 wib	Batasan	Tim Fasilitator
14.00-15.00 wib	Gender	Tim Fasilitator
15.00-15.30 wib	Istirahat	
15.30-17.00 wib	Keterampilan Hidup	Tim Fasilitator

<b>Hari Ketiga</b>		
09.00-10:15 wib	Perencanaan Masa Depan dan Persiapan Berkeluarga	Tim Fasilitator
10.15-10.30 wib	Istirahat	
10.30-12.00 wib	Teknis Fasilitasi	Tim Fasilitator
12.00-13.00 wib	Istirahat	
13.00-15.00 wib	Menjadi Pendengar yang Baik	Tim Fasilitator
15.00-15.30 wib	Istirahat	
15.30-17.00 wib	Persiapan Praktik Teman Sebaya	Tim Fasilitator
<b>Hari Keempat</b>		
09.00-10.15 wib	Praktik Teman Sebaya	Peserta
10.15-10.30 wib	Istirahat	
10.30-12.00 wib	Praktik Teman Sebaya	Peserta
12.00-13.00 wib	Istirahat	
13.00-15.00 wib	Praktik Teman Sebaya	Peserta
15.00-15.30 wib	Istirahat	
15.30-17.00 wib	Praktik Teman Sebaya	Peserta
<b>Hari kelima</b>		
09.00-10.15 wib	Praktik Teman Sebaya	Peserta
10.15-10.30 wib	Istirahat	
10.30-12.00 wib	Praktik Teman Sebaya	Peserta
12.00-13.00 wib	Istirahat	
13.00-15.00 wib	Rencana Tindak Lanjut dan Post Test	Tim Fasilitator
15.00-15.30 wib	Istirahat	
15.30-17.00 wib	Penutup	BKKBN

### Lampiran 3. Formulir Rencana Tindak Lanjut

1. Formulir tindak lanjut untuk pelatihan Nasional dan Provinsi  
Isilah rencana tindak lanjut dibawah dengan rencana pelatihan yang akan diadakan di tingkat provinsi/ tingkat kabupaten.

Kegiatan	Tingkat/ Sasaran	Waktu	Penanggung Jawab	Pendanaan / Dukungan	Mitra

2. Formulir tindak lanjut untuk pelatihan tingkat kabupaten/PIK Remaja  
Isilah rencana tindak lanjut dibawah dengan rencana pelatihan yang akan diadakan di tingkat provinsi/ tingkat kabupaten.

Tujuan kegiatan	Sasaran program (Sekolah/masvar	Target Peserta	Waktu	Penanggung Jawab	Mitra

## Lampiran 4. Lembar Pre-Test dan Post-Test

Nama Peserta : .....

Asal Peserta : .....

### Cara Pengisian

Bacalah pernyataan dengan seksama, kemudian jawab dengan tanda (√) pada kolom 'benar' atau 'salah'. Isilah semua pernyataan di bawah ini sesuai dengan pemahaman dan pengetahuanmu. Selamat mengisi!

### A. PENGETAHUAN

No	Pernyataan	Benar	Salah
1	Saat pemerintah mengembangkan program untuk remaja, sudah seharusnya pemerintah melibatkan remaja dalam setiap tahapan program tersebut,		
2	Orang dewasa dan remaja harus mempunyai posisi yang setara dalam forum diskusi dan pertemuan		
3	Remaja tidak perlu banyak didengar karena mereka belum punya banyak pengalaman		
4	Remaja yang melakukan hubungan seksual pertama kali dengan pacarnya tidak akan menyebabkan kehamilan		
5	Kebanyakan onani pada laki-laki bisa menyebabkan tulang keropos		
6	HIV dapat menular dari berpelukan dan berpegangan tangan		
7	Laki-laki memiliki penis dan perempuan bisa mengandung adalah contoh dari pengertian gender		
8	Hanya laki-laki yang boleh menjadi kepala rumah tangga		
9	Dalam sebuah perkawinan pasti tidak akan terjadi pemerkosaan antara suami dan istri		
10	Remaja yang sudah mengalami menstruasi dan mimpi basah, maka seorang remaja sudah mulai matang secara seksual		
12	Korban KTD harus dinikahkan walaupun usianya masih tergolong anak (dibawah 18 tahun)		
13	Laki-laki tidak mungkin mengalami kekerasan seksual		

## CARA PENGISIAN

Bacalah pernyataan dengan seksama, kemudian jawab dengan tanda (v) pada kolom 'sangat setuju'. 'setuju', 'tidak setuju', 'sangat tidak setuju'. Istilah semua pernyataan di bawah ini sesuai dengan pemahaman dan pengetahuan. Selamat mengisi!

### b. SIKAP

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Dalam berkeluarga, perempuan harus mengikuti semua perintah suaminya walaupun merasa				
2	Kesetaraan gender terjadi ketika laki-laki dan perempuan bisa berbagi peran dengan adil sesuai				
3	Kemampuan untuk membuat keputusan tentang masa depan akan membantu remaja				
4	Remaja harus mampu merencanakan masa depannya agar menjadi				
5	Keluarga yang bahagia itu harus beranggotakan Ibu, ayah, adik dan kakak				
6	Yang dibutuhkan saat berencana keluarga hanyalah niat, nanti rejeki dan kebahagiaan				
7	Pengetahuan tentang perencanaan keluarga juga perlu diketahui oleh				
8	Anak perempuan tidak perlu sekolah tinggi-tinggi karena akan segera menikah dan				

## CARA PENGISIAN

Bacalah pernyataan dengan seksama, kemudian jawab dengan tanda (v) pada kolom 'pernah', 'tidak pernah', 'sering', 'sangat sering'. Isilah semua pernyataan di bawah ini sesuai dengan pemahaman dan pengetahuan. Selamat mengikuti!

### C. PERILAKU

No	Pernyataan	Pernah	Tidak Pernah	Sering	Sangat Sering
1	Saya berpartisipasi aktif dalam kegiatan yang diadakan oleh pemerintah terkait program untuk remaja				
2	Saya berdiskusi tentang kesehatan reproduksi dengan orang lain (teman, keluarga, guru dan lain-lain)				
3	Saya Pernah Mempunyai Pacar				
4	Saya pernah melakukan perilaku seksual (meraba, mencium, memeluk, dan lain-lain) dengan pasangan anda				
5	Saya mempraktikkan hidup sehat				
6	Saya membedakan antara peranan laki-laki dan perempuan				

## Lampiran 5. Formulir Observasi

Formulir ini harus diisi oleh pengamat (bukan fasilitator) selama / setelah proses implementasi modul berjalan. Sebelum proses edukasi, silakan lihat tujuan dari sesi dan tuliskan tujuan sesi tersebut dalam tabel di bawah ini.

Nama observer : .....

Tanggal : ...../...../ 20...

Kota/Kabupaten : .....

PIK Remaja: .....

Tempat : .....

Jenis Kelamin Fasilitator/Pendidik Sebaya : P/L

Jenis Kelamin peserta: .....Perempuan .....Laki-laki

Segmentasi usia (lingkari yang sesuai)

1. Usia 10-14 tahun

2. Usia 15-19 tahun

3. Usia 20-24 tahun

Judul sesi : .....

## 1. Gambaran Penyampaian Modul

Aspek	Deskripsi	Hasil Pengamatan/Review Dokumen
Persiapan		
Tempat	Apakah tempat dipersiapkan dengan tata letak yang mendukung sesi edukasi?	
Alat bantu yang dibutuhkan	Apakah perlengkapan penunjang disiapkan fasilitator dengan baik?	
Modul Segmentatif	Apakah fasilitator atau PS menggunakan modul sebagai panduan pelaksanaan	
Pelaksanaan		
Metode dan alur/tahapan penyampaian materi modul	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apakah terdapat kesesuaian metode penyampaian materi dari modul dengan praktik pelaksanaan?</li> <li>• Apakah alur penyampaian materi sesuai dengan panduan dalam modul dan mampu menjawab tujuan/ keluaran yang diharapkan?</li> <li>• Apakah terdapat pengembangan alur, metode penyampaian di luar panduan dan ana</li> </ul>	

<p>Pendidik sebaya/ Fasilitator</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apakah fasilitator mampu menyampaikan materi dengan jelas kepada peserta ?</li> <li>• Apakah terjadi interaksi yang baik antara fasilitator dengan peserta? jika ya, seperti apa? Jika tidak, seperti apa?</li> </ul>	
<p>Materi</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apakah materi yang disampaikan sudah sesuai dengan modul?</li> <li>• Apakah Materi di setiap sesi dapat menjawab keseluruhan tujuan/ keluaran yang diharapkan?</li> <li>• Apakah terdapat pengembangan materi/ media di luar panduan modul dan apa dampaknya bagi peserta?</li> <li>• Apa materi yang paling sulit dan paling mudah untuk dipahami oleh peserta? (Sebutkan materinya)</li> </ul>	
<p>Waktu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apakah modul disampaikan pada jam mata pelajaran tertentu (jika dilingkungan sekolah? Atau perkumpulan warga (jika dimasyarakat)? Jelaskan</li> <li>• Jika tidak pada mata pelajaran tertentu, apakah ada jadwal khusus (jika di sekolah)? Jelaskan</li> <li>• Apakah alokasi waktu yang tersedia telah memadai untuk menyampaikan topik/bab dalam modul ? Jelaskan</li> </ul>	

2. Apa saja praktik baik dan tantangan yang ditemui saat *persiapan* dan *pelaksanaan* modul?

Praktik Baik

Tantangan:

3. Berdasarkan pengamatan, jika materi modul perlu direvisi, apa yang perlu direvisi? Alasannya?

4. Apa rekomendasi untuk perbaikan pelaksanaan modul ke depannya?

5. Berdasarkan hasil monitoring dan pengamatan, apa saja temuan/ pembelajaran yang harus ditindaklanjuti baik oleh sekolah, kampus, kampung KB ataupun BKKBN?

Temuan Pembelajaran yang Harus Ditindaklanjuti oleh stakeholder?

\*)Catatan : Lampirkan Foto dan dokumentasi

#### Lampiran 6. Formulir Evaluasi Pelatihan

Hari/tanggal :

Judul pelatihan :

Nama fasilitator :

Penyelenggara pelatihan :

Petunjuk pengisian

Luangkan waktu sekitar 15 menit setelah pelatihan untuk melengkapi formulir ini untuk memberikan masukan kepada penyelenggara pelatihan sebagai bahan perbaikan dimasa depan. Berikan tanda "V" pada kolom dibawah sesuai dengan apa yang ada rasakan saat mengikuti pelatihan ini.

No	Aspek Penilaian	Sangat Baik (A)	Baik (B)	Cukup (C)	Kurang (D)
Materi					
1	Pencapaian tujuan topik				
2	Kesesuaian topik dengan hasil diskusi				
3	Kesesuaian hasil diskusi dengan kebutuhan peserta				
Pelatih/fasilitator					
4	Penguasaan pelatih/fasilitator terhadap materi				
5	Penguasaan pelatih/fasilitator terhadap kelas				
6	Teknik komunikasi fasilitator/pelatih				
7	Keterampilan pelatih/fasilitator menggunakan metoda dan				
8	Pemahaman peserta terhadap materi				
Fasilitas pelatihan					
9	Alat bantu dan media pelatihan				
10	Ruangan dan pemilihan tempat				
11	Konsumsi				

Saran dan masukan:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Lampiran 7. Formulir Monitoring dan Evaluasi Pasca Pelatihan

Nama Petugas Monev : .....  
Hari/tanggal : .....  
Tempat : .....  
Lembaga/Organisasi : .....

Formulir ini dilengkapi oleh pengelola program atau petugas yang bertanggungjawab untuk melakukan monitoring dan evaluasi, tujuan melakukan monitoring ini adalah:

1. Memastikan peserta pelatihan menindaklanjuti rencana yang telah disusun
2. Memastikan kualitas yang disampaikan oleh peserta yang dilatih kepada orang ketiga
3. Memastikan kesesuaian materi dan metoda pelatihan yang diadakan oleh fasilitator dengan panduan/modul yang disepakati

### Petunjuk pengisian

Lengkapi formulir ini sesuai dengan pertanyaan yang ada di bawah ini, per kaya data dengan melakukan wawancara orang yang terlibat dalam kegiatan tersebut (peserta pelatihan, fasilitator atau petugas teknis lainnya)

No	Kegiatan	Waktu pelaksanaan	Tempat pelaksanaan	Jumlah peserta	Fasilitator
1					
2					
3					
4					

## **Panduan pertanyaan wawancara**

### **1. Perwakilan Peserta**

- Kenapa anda merasa penting untuk mengikuti pelatihan tersebut?
- Apakah anda merasa nyaman selama proses berjalannya pelatihan?
- Pada bagian atau materi mana yang anda rasa paling berdampak pada diri anda?
- Adakah hal-hal yang kurang membuat anda nyaman selama pelatihan?
- Apakah anda merasa ada perubahan sikap/pengetahuan setelah mengikuti pelatihan tersebut?
- Adakah sesi atau materi yang paling kamu ingat dari proses pelatihan tersebut
- Apa masukan anda terhadap penyelenggaraan pelatihan di masa depan?

### **2. Perwakilan fasilitator/pelatih**

- Bagaimana rasanya berhasil mengadakan pelatihan?
- Apakah menemukan kendala dan tantangan saat melaksanakan pelatihan?
- Bagian mana/materi apa yang menurutmu paling membuat peserta berkesan? Kenapa?
- Materi apa yang paling sulit kamu bawakan? Kenapa?

### **3. Perwakilan stakeholder dan lain-lain (guru, petugas kesehatan, orang tua dan lain-lain)**

- Dampak positif apa yang anda lihat pasca pelatihan tersebut diadakan?
- Apa masukan anda untuk program/pelatihan kedepan?

## Daftar Pustaka

### Buku

Andriyani, Vina. (2019). SETARA Buku Panduan Guru untuk Mengajarkan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Tingkat SMP/Sederajat Kelas 8. Jakarta: Rutgers WPF Indonesia

Anderson, R., & Williams, K. (2019). *Facilitator's Guide to Leading Groups*. Sage Publications.

BKKBN. (2011). *Panduan Kurikulum dan Modul Pelatihan Program Penyiapan Kehidupan Berkeluarga bagi Remaja*. Jakarta: BKKBN

BKKBN. (2019). *Modul Pegangan bagi Fasilitator Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R)*. Jakarta: BKKBN

Damon, William. (2019). *Self-Concept and Self-Esteem: The Development of Identity in Adolescence*. London: Routledge

Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. (2011). *Modul Pelatihan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) Bagi Konselor Sebaya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Kementerian Kesehatan

Direktorat Kesehatan Keluarga. (2021). *Modul Kesehatan Reproduksi Remaja Luar Sekolah*. Jakarta: Kementerian Kesehatan

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan dan Kementerian Kesehatan. (2022). *Modul Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja tingkat SMA dan Sederajat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (n.d.). *Panduan PIK Remaja*. Diakses dari Kemenkes website.

Lindsey, Linda L. (2015). *Gender Roles: A Sociological Perspective*. New York: Routledge.

Lunenburg, F. C. (2017). *The Role of the Facilitator*. *International Journal of Management, Business, and Administration*, 20(1), 1-6.

McKay, M., & Fanning, P. (2017). *The Assertiveness Workbook: How to Express Your Ideas and Stand Up for Yourself at Work and in Relationships*. New Harbinger Publications.

PKBI dan Aliansi Satu Visi. (2013). *Modul Pelatihan Kesehatan Seksual dan Reproduksi Ramah Remaja*. Jakarta: Aliansi Satu Visi

Plan Indonesia dan Rutgers WPF Indonesia. (2016). *Modul Pencegahan Perkawinan Pada Usia Anak*. Jakarta: Rutgers WPF Indonesia

Santrock, J. W. (2018). *Adolescence (16th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education.

Sartorius, Norman. (2007). *Stigma and Mental Health*. *The Lancet*, 370(9590), 810-811.

Smith, J., & Smith, L. (2020). *Peer Educator Training Manual*. Youth Development Agency.

Widodo, R. (2015). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Yulianto, E. D. (2018). *Remaja dan Pubertas: Memahami Perubahan Diri*. Jakarta: Elex Media Komputindo.

## **Jurnal**

Adolescent HIV Prevention: A Review of the Literature. *Journal of Pediatric Health Care*, 2012.

Unintended Pregnancy and Associated Factors among Adolescent Girls in Ethiopia. *Journal of Adolescent Health*, 2017.

## **Sumber Internet**

Maina, Edwin. 2018. Learn About Dating Violence. Tautan: <https://www.breakthecycle.org/learn-about-dating-violence/>

Indonesia, UNICEF. 2003. Materi tentang Kekerasan dan Eksploitasi Anak di Ranah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi. 2023. Buku Saku Soal Daring. Tautan:

<https://www.unicef.org/indonesia/id/perlindungan-anak/>

National Council on Family Relations (NCFR) – Family Forms and Diversity. Tautan: <https://www.ncfr.org/resource-library>