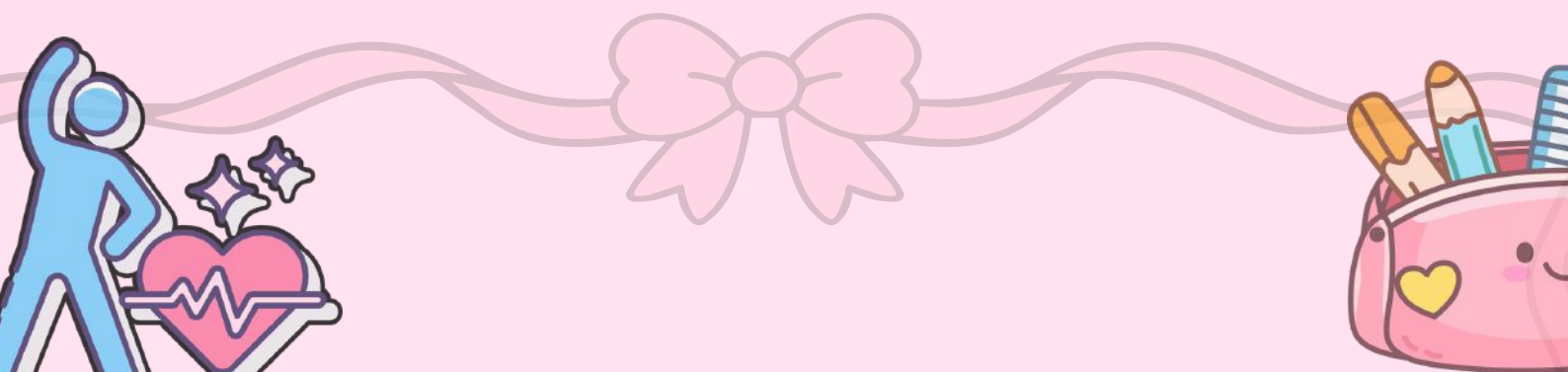




AKSI



Akrab • Kreatif • Sehat • Inovatif



Daftar Isi ✨

Kata Pengantar: Generasi Emas Berencana	3
Bab 1: Mengenal Program GenRe & Poktan PIK-R	4
Bab 2: Modul Pendewasaan Usia Perkawinan (PUP)	5
Bab 3: Kesehatan Reproduksi Remaja (Kespro)	6
Bab 4: Bahaya Seks Pranikah & IMS	7
Bab 5: Ancaman NAPZA Bagi Masa Depan	8
Bab 6: Life Skills (Keterampilan Hidup) Remaja	9
Bab 7: Perencanaan Berkeluarga & 8 Fungsi Keluarga	10
Bab 8: Advokasi Budaya & Benteng Etika Digital	11
Kesimpulan & Aksi Nyata Kita	12
Daftar Pustaka & Referensi	13



<https://docs.google.com/forms/d/1BTTF5wuuCskIwpqIin2XpoQv2xxaoOWcYfO-zI8aLqw/edit>

Eits, scan QR ini dulu!
Ada Kotak Warkop rahasia 📧
tempat kamu bebas cerita apa
aja tanpa dihakimi."



Kata Pengantar: Generasi Pintar ✨

Halo, Remaja Hebat Indonesia! Selamat datang di dunia **Gentar (Generasi Pintar)**. Masa remaja adalah fase transisi yang paling indah, penuh warna, namun juga penuh dengan tantangan dan badai pilihan hidup. Di tangan kamulah arah masa depan bangsa ini ditentukan.

E-book **AKSI (Akrab, Kreatif, Sehat, Inovatif)** hadir sebagai sahabat karibmu untuk menjelajahi segala pengetahuan penting seputar kegenrean. Di sini, kita tidak akan menggurui, melainkan belajar bersama lewat cara yang menyenangkan, penuh warna pink yang ceria, dan ditemani karakter-karakter animasi yang siap menyemangati hari-harimu.

Mari kita pelajari cara merencanakan masa depan, menjaga kesehatan reproduksi, menjauhi risiko, serta tetap berkarya positif dengan melestarikan kebudayaan luhur bangsa kita. Selamat membaca dan saatnya ber**AKSI**!



Bab 1: Mengenal Program GenRe

Program GenRe adalah program yang difasilitasi oleh **BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional)** yang dikembangkan khusus dalam rangka penyiapan kehidupan berkeluarga bagi remaja melalui pemahaman tentang pendewasaan usia perkawinan.



Peran Pendidik Sebaya & Konselor Sebaya



Di PIK-R, kamu bisa curhat dan belajar dari teman sebaya yang telah dilatih menjadi Pendidik Sebaya (Peer Educator) maupun Konselor Sebaya (Peer Counselor). Jadi, suasananya pasti akrab dan tanpa canggung!

Wadah Kreativitas: PIK-R

Untuk menjalankan program ini di tingkat remaja, dibentuklah **PIK-R (Pusat Informasi dan Konseling Remaja)**. PIK-R adalah suatu wadah kegiatan program GenRe yang dikelola **dari, oleh, dan untuk** remaja guna memberikan pelayanan informasi dan konseling tentang perencanaan kehidupan berkeluarga.



Bab 2: Pendewasaan Usia Perkawinan

Salah satu pilar utama kegenrean adalah **PUP (Pendewasaan Usia Perkawinan)**. PUP adalah upaya untuk meningkatkan usia pada perkawinan pertama, sehingga mencapai usia minimal pada saat perkawinan.

Berapa Sih Usia Ideal Menikah Itu?

GenRe merekomendasikan usia ideal matang untuk melaksanakan pernikahan dan membangun keluarga, yaitu:

**Laki-laki:
Minimal 25 Tahun**

**Perempuan:
Minimal 21 Tahun**



ami & rere



Pada usia ini, organ reproduksi perempuan telah matang secara biologis dan panggul telah berkembang sempurna untuk proses mengandung serta melahirkan yang aman.



Pada usia ini, laki-laki diharapkan telah matang secara psikologis, emosional, serta memiliki kesiapan ekonomi atau kemandirian untuk memimpin sebuah keluarga.

Bab 3: Kesehatan Reproduksi Remaja

Mengenal tubuh sendiri adalah langkah awal menyayangi diri kita. Kesehatan Reproduksi (Kespro) adalah keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi.

Memasuki masa pubertas, tubuh mengalami perubahan hormon yang besar. Remaja laki-laki mengalami mimpi basah dan remaja perempuan mengalami menstruasi. Kurangnya edukasi yang benar sering kali membuat remaja mencari informasi dari tempat yang salah (seperti internet tanpa filter atau pornografi).

Mengapa Remaja Wajib Tahu?



Tips Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi

Ganti pakaian dalam minimal 2 kali sehari,



gunakan bahan katun yang menyerap keringat,

hindari penggunaan sabun antiseptik berlebihan,



bersihkan area sensitif dengan benar dari depan ke belakang.



Bab 4: Bahaya Seks Pranikah & IMS

Bagian kedua dari musuh utama remaja (Triad KRR) adalah Seks Pranikah. Perilaku ini memicu berbagai dampak negatif jangka panjang yang dapat menghancurkan mimpi-mimpi masa muda kita.

Konsekuensi Nyata yang Harus Dihindari:



- ❌ Memicu putus sekolah,
- ❌ pengucilan sosial,
- ❌ hingga tindakan ilegal berbahaya seperti aborsi yang mengancam nyawa.



-  Infeksi Menular Seksual (seperti sifilis, gonore, herpes) serta virus HIV yang menyerang sistem kekebalan tubuh dan belum ditemukan obat penyembuhnya secara total.



Bab 5: Ancaman NAPZA Bagi Remaja ✕

NAPZA singkatan dari Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya. Ini adalah musuh ketiga dalam Triad KRR yang bekerja merusak sistem saraf pusat otak kita.



Siklus Hancurnya Masa Depan Akibat NAPZA:

1. Tahap Coba-coba: Berawal dari solidaritas pertemanan yang salah atau pelarian dari stres.

2. Tahap Ketergantungan: Tubuh mulai menuntut dosis yang lebih tinggi; hilangnya konsentrasi belajar.

3. Kerusakan Fisik & Mental: Gangguan jiwa, kerusakan organ dalam (hati, ginjal, jantung).

4. Kematian / Hukum: Overdosis atau berakhir di dalam penjara.

Ingat ! jalan terbaik menghadapi NAPZA adalah jangan pernah memulainya sama sekali. Alihkan energimu untuk berolahraga, bermusik, atau berorganisasi.



Bab 6: Life Skills (Keterampilan Hidup)

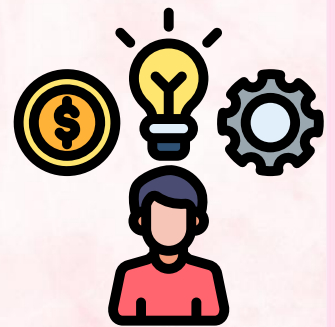


Untuk membentengi diri dari Triad KRR, seorang remaja GenRe harus memiliki **Life Skills** atau keterampilan hidup. **Keterampilan hidup** adalah kemampuan berperilaku positif dan adaptif yang mendukung kita melewati tantangan sehari-hari.

5 Keterampilan Hidup Utama:

☀️ Kesadaran Diri (Self Awareness)

Memahami kelebihan, kekurangan, dan emosi diri sendiri.



☀️ Komunikasi Efektif & Hubungan Interpersonal

Mampu menyampaikan pendapat dengan sopan dan menolak tekanan negatif teman sebaya (Assertiveness).

☀️ Pengambilan Keputusan & Pemecahan Masalah

Berpikir kritis sebelum bertindak dan mencari solusi terbaik dari setiap konflik.



Bab 7: Perencanaan Berkeluarga



No	Fungsi Keluarga	Penjelasan Singkat
1	Agama	Menanamkan nilai keimanan dan ketakwaan sejak dini.
2	Sosial Budaya	Mewariskan nilai-nilai luhur adat, etika, dan kesopanan.
3	Cinta Kasih	Memberikan rasa aman dan kasih sayang psikologis yang utuh.
4	Perlindungan	Tempat bernaung yang aman dan damai lahir batin.

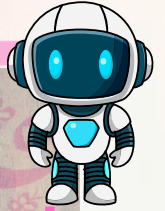
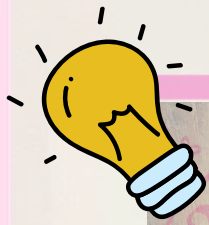
Empat fungsi lainnya meliputi

- Fungsi Reproduksi
- Sosialisasi & Pendidikan
- Ekonomi
- Pembinaan Lingkungan.



Keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat yang menjadi sekolah pertama bagi anak-anak bangsa. Remaja GenRe dilatih untuk memahami **8 Fungsi Keluarga** agar saat matang nanti, mampu membentuk keluarga yang berkualitas:



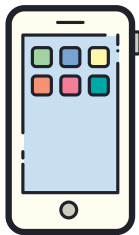


Bab 8: Advokasi Budaya & Etika Digital

Di tengah arus globalisasi, kebudayaan lokal sering kali terlupakan. Padahal, budaya luhur ketimuran kita sarat akan benteng moral yang kuat. Sebagai Remaja GenRe, kita mengemas kearifan lokal dalam balutan kreativitas kekinian (**Advokasi Budaya**).



Langkah Strategis GenRe Digital:



- **Konten Edukasi Estetik:** Memanfaatkan platform video pendek untuk menyebarkan pesan anti-Triad KRR dengan paduan busana adat modern atau musik instrumen daerah yang trendi.



- **Kampanye Bahasa Santun:** Melawan tren *cyberbullying* di internet dengan mengedepankan budaya tutur kata ramah khas Nusantara.



- **Kolaborasi Komunitas:** Menyelenggarakan festival permainan tradisional modifikasi bebas gadget untuk mempererat kebersamaan nyata secara langsung.



Kesimpulan & Aksi Nyata Kita



Menjadi bagian dari Remaja GenRe berarti kita berani mengambil kendali penuh atas masa depan kita sendiri. Tantangan global maupun ancaman. **Triad KRR** bukanlah halangan jika kita menginternalisasikan esensi **AKSI** dalam setiap hela napas kita.



Akrab: Merangkul sesama tanpa membedakan.



Daftar Pustaka & Referensi

Sumber Acuan Modul Kegenrean:

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2019). *Pedoman Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R)*. Jakarta: BKKBN.
- BKKBN. (2020). *Modul Tentang Kita: Buku Panduan Pendidik Sebaya Segmen Berani, Aksi, dan Kolaborasi*. Jakarta: Direktorat Bina Ketahanan Remaja.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman Kesehatan Reproduksi Remaja di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Badan Narkotika Nasional (BNN). (2022). *Laporan Ringkas Pencegahan Bahaya Penyalahgunaan NAPZA di Lingkungan Pendidikan Menengah*. Jakarta: BNN.
- United Nations Population Fund (UNFPA) Indonesia. (2018). *Investing in Young People: The Power of Life Skills Education*. Jakarta: UNFPA.



Salam GenRe! 🙌

Remaja GenRe: Sehat, Cerdas, Ceria! 💪
GenRe Indonesia: Saatnya yang Muda yang Berencana 🙌



**"Terima kasih sudah belajar bersama kami.
Kamu hebat, kamu berharga, dan kamu
adalah calon pemimpin masa depan!"**



<https://get-qr.com/3hcXcm>

Seberapa Genre Kamu???





Daripada dipendam sendiri bikin pusing, mending tumpahin semuanya di sini. Tinggal scan QR Code ini, ketik apa aja yang lagi ganjel di hati kamu.

Tenang, rahasia aman, dam bikin hati kamu lebih plong!💌

💌 **WARKOP** 💌



WADAH ASPIRASI 💌 , REMAJA
KOMPLAIN 🧑🧑, & OBROLAN POSITIF 🧠

Salam Generasi Pintar 🌟



**Sampai Jumpa di
Generasi Emas!**