

Edukasi Peningkatan Self Control terhadap Perilaku Seks Bebas pada Remaja di SMA Muhammadiyah Kota Langsa

Nanda Mirani^{1*}, Maulida², Nala Ramadhani³

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan, STIKes Bustanul Ulum Langsa, Kota Langsa, Indonesia
Email: ¹nandamirani.ar@gmail.com

Abstract

Free sex behavior is contrary to national culture. However, in fact, based on several research data, it shows that the free sex behavior of teenagers in Indonesia is quite worrying. In Indonesia, there are about 4.5% of boys and 0.7% of girls aged 15-19 years who claim to have had premarital sex. This community service activity is in the form of providing health education through counseling teenagers about free sex behavior. The results obtained from this community activity before the counseling was carried out, the majority of participants' knowledge was in the sufficient category, namely 46%, participants with less knowledge were 37% and only 17% of participants had good knowledge about free sex behavior. Health education about free sex was carried out with the help of power point media, during the activity the participants seemed interested in listening to the counseling given. The conclusion that can be drawn from this community service activity is that the participants are active and enthusiastic to take part in the counseling activities provided and are able to answer the questions given. The results of the evaluation showed that the participants understood the material presented, this indicated an increase in the participants' knowledge about free sex behavior.

Keywords: Education, Free Sex, Adolescence

Abstrak

Perilaku seks bebas memang bertentangan dengan budaya bangsa. Namun faktanya, berdasarkan beberapa data penelitian menunjukkan bahwa perilaku seks bebas remaja di Indonesia cukup mengkhawatirkan. Di Indonesia, ada sekitar 4,5% remaja laki-laki dan 0,7% remaja perempuan usia 15-19 tahun yang mengaku pernah melakukan seksual pranikah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa pemberian edukasi kesehatan melalui penyuluhan kepada remaja tentang perilaku seks bebas. Hasil yang diperoleh dari kegiatan masyarakat ini sebelum dilakukan penyuluhan, pengetahuan peserta mayoritas berada dalam kategori cukup yaitu sebanyak 46%, peserta dengan pengetahuan kurang sebanyak 37% dan hanya 17% peserta yang memiliki pengetahuan baik tentang perilaku seks bebas. Penyuluhan kesehatan tentang seks bebas dilakukan dengan bantuan media power point, selama kegiatan berlangsung peserta terlihat tertarik dalam mendengarkan penyuluhan yang diberikan. Kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peserta aktif dan antusias untuk mengikuti kegiatan penyuluhan yang diberikan dan mampu menjawab pertanyaan yang diberikan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta paham dengan materi yang disampaikan, hal ini menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta tentang perilaku seks bebas yang disampaikan.

Kata Kunci: Edukasi, Seks Bebas, Remaja.

A. PENDAHULUAN

Seks bebas di Indonesia sudah sangat mengkhawatirkan apalagi dikalangan remaja. Pada masa pubertas inilah dimana mereka mencari jati diri dan arti hidup. Pada masa ini pula remaja memiliki rasa yang ingin tahu yang begitu besar dalam segala hal. Maka dari itu banyak sebagian dari mereka mengambil keputusan yang beresiko untuk merasakan hal-hal yang tidak diketahuinya seperti misteri seksualitas. Permasalahan seks bebas pada remaja adalah permasalahan yang serius dan segera perlu diatasi agar tidak merusak generasi penerus bangsa.

Seks pranikah adalah salah satu jenis dari seks bebas yang sering dilakukan para remaja. Seseorang yang melakukan hubungan seksual sebelum menikah terkadang menjadi “terikat” secara emosional dengan pasangannya. Keterikatan ini bisa membuat pasangan menjadi semakin dekat dan susah dipisahkan dan bisa menjadi berbahaya jika keterikatan emosional ini terjadi dengan salah. Hubungan diluar nikah membuat orang tahu soal organ seksual dan hal-hal yang tidak diketahui orang sebelum memutuskan untuk menikahinya. Akan tetapi para remaja yang melakukan seks pranikah karena keingintahuannya tentang hal baru, dan tidak bisa mengontrol nafsu sehingga melakukan tindakan - tindakan yang kurang terpuji dan diluar norma agama seperti melakukan seks bebas (Chalimah & Mubarak, 2020).

Masa remaja adalah masa pembelajaran. Meskipun remaja mendapatkan kesempatan mengembangkan potensi diri namun tetap memerlukan bekal, bimbingan dan pengarahan orang tua, pendidik serta dukungan lingkungan yang kondusif. Membekali mereka dengan pemahaman sebuah konsep hidup yang benar dalam proses pencarian jati diri. Dengan bimbingan, membentuk remaja merasa percaya diri karena secara kemampuan mereka belum teruji dalam menghadapi tantangan hidup. Keterlibatan orang tua, pendidik dan lingkungannya dalam memberikan pengarahan akan membentuk kesiapan mentalnya karena secara kejiwaan remaja masih labil, mudah kebingungan ketika mengalami kesulitan dan kegagalan menjalani hidupnya (Wulandari et al., 2021).

Menurut WHO 2015, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Sementara itu, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Perbedaan definisi tersebut menunjukkan bahwa tidak ada kesepakatan universal mengenai batasan kelompok usia remaja. Namun begitu, masa remaja itu diasosiasikan dengan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa (Andriani et al., 2022).

Transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, menimbulkan risiko bagi kesehatan dan kesejahteraan kaum muda. Masalah lain yang teridentifikasi adalah masalah kesehatan reproduksi dan perilaku berisiko pada remaja. Berdasarkan data Global School Health Survey 2015 terdapat 3,3% remaja anak usia 15-19 tahun mengidap AIDS; hanya 9,9% perempuan dan 10,6% laki-laki usia 15-19 tahun memiliki pengetahuan komprehensif mengenai HIV AIDS; dan sebanyak 0,7% remaja perempuan dan 4,5% remaja laki-laki pernah melakukan hubungan seksual pranikah (Kemenkes RI, 2019).

Di Indonesia, ada sekitar 4,5% remaja laki-laki dan 0,7% remaja perempuan usia 15- 19 tahun yang mengaku pernah melakukan seksual pranikah. Pada remaja usia 15-19 tahun, proporsi terbesar berpacaran pertama kali pada usia 15-17 tahun. Sekitar 33,3% remaja perempuan dan 34,5% remaja laki-laki yang berusia 15-19 tahun mulai berpacaran pada saat mereka belum berusia 15 tahun. Pada usia tersebut dikhawatirkan belum memiliki keterampilan hidup (*life skills*) yang memadai, sehingga mereka beresiko memiliki perilaku pacaran yang tidak sehat antara lain melakukan hubungan seksual pra nikah. Setiap tahun ada sekitar 2,3 juta kasus aborsi di Indonesia, dimana 20 persen diantaranya adalah aborsi yang dilakukan oleh remaja. Dari sudut pandang kesehatan, perilaku seksual pranikah remaja, khususnya berciuman berat dan berhubungan kelamin, menimbulkan beberapa risiko, seperti penyebaran penyakit kelamin termasuk HIV/AIDS dan kehamilan yang tidak dikehendaki. Masalah yang di sebut terakhir ini dapat menimbulkan masalah-masalah baru lainnya yaitu aborsi dengan segala risikonya, tingginya angka morbiditas dan mortalitas persalinan, kelahiran bayi prematur dan berat bayi lahir yang kurang (Andriani et al., 2022).

Fenomena pergaulan bebas di Aceh saat ini juga sangat memprihatinkan, khususnya dikalangan mudamudi. Kini tak jarang lagi ditemui pasangan yang tidak memiliki ikatan resmi melakukan hubungan intim layaknya suami istri. Hal ini sangat mencoreng nama baik Aceh yang selama ini dikenal sebagai kota syariat Islam. Bahkan Ketua Komisi Pengawasan dan Perlindungan Anak (KPPA) menyatakan bahwa kasus pergaulan bebas di Aceh sudah sering terjadi seperti pesta seks, dan pada tahun 2020 ditemukan 2 pesta seks dilakangan remaja yang terjadi di Kota Langsa dan Kabupaten Pidie. Tingginya kasus pergaulan bebas di Aceh tentu membawa dampak pada peningkatan angka pernikahan usia dini di Aceh. Wakil Ketua KPPAA menjelaskan, dalam buku Profil Gender Aceh yang disusun pada tahun 2017, Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Aceh mencatat angka pernikahan usia anak perempuan 16-18 tahun mencapai 19,53 persen, sementara usia 15 tahun ke bawah sebanyak 3,08 persen. (Fauziyah et al., 2021).

Perilaku seksual adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenisnya maupun dengan sesama jenis. Bentuk-bentuk tingkah laku ini bisa bermacam macam mulai dari

perasaan tertarik sampai tingkah laku berkencan, bercumbu dan bersenggama. Objek seksualnya bisa berupa orang lain, orang dalam khayalan atau diri sendiri (Sarwono, 2012).

Menurut Andriani et al., (2022) penyebab perilaku seks bebas sangat beragam. Pemicunya bisa karena pengaruh lingkungan, social budaya, penghayatan keagamaan, penerapan nilai-nilai, faktor psikologis hingga faktor ekonomi. Berdasarkan dari jurnal penelitian dan referensi terkait, mengemukakan beberapa factor yang mempengaruhi perilaku seks bebas baik itu eksternal maupun internal, yaitu latar belakang keluarga, kelompok reverensi atau teman sebaya, perubahan biologis, pengalaman berhubungan seksual, media massa, kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang dimiliki remaja, tingkat perkembangan moral kognitif, usia, kekerasan yang terjadi, meningkatnya pergaulan bebas, narkoba, alkohol, psikotropika dan zat adiktif (NAPZA), kemiskinan, status tempat tinggal, religiusitas, dan kepribadian atau identitas diri. Pengetahuan remaja tentang seks masih sangat kurang. Faktor ini ditambah dengan informasi keliru yang diperoleh dari sumber yang salah, seperti mitos seputar seks, VCD porno, situs porno di internet dan lainnya yang akan membuat pemahaman dan persepsi anak tentang seks menjadi salah.

Pengetahuan remaja yang kurang mengetahui tentang perilaku seks pra nikah, maka sangatlah mungkin jika membuat mereka salah dalam bersikap dan kemudian mempunyai perilaku terhadap seksualitas. Selain faktor tersebut yang mempengaruhi dapat pula disebabkan remaja mempunyai persepsi bahwa hubungan seks merupakan cara mengungkapkan cinta, sehingga demi cinta, seseorang merelakan hubungan seksual dengan pacar sebelum nikah. Berdasarkan uraian masalah di atas maka akan dilakukan pengabdian masyarakat yaitu edukasi peningkatan self control terhadap perilaku seks bebas pada remaja di SMA Muhammadiyah Kota Langsa.

B. PELAKSAAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa pemberian edukasi kesehatan melalui penyuluhan kepada remaja tentang perilaku seks bebas. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SMA Muhammadiyah Kota Langsa dengan khalayak sasaran adalah siswa dan siswi. Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat ini pada tahap awal adalah melakukan pre test untuk menilai pengetahuan siswa dan siswi tentang perilaku seks bebas melalui pembagian kuesioner. Tahap selanjutnya siswa dan siswi diberikan edukasi tentang perilaku seks bebas dengan bantuan media power point, tahap akhir melakukan evaluasi melalui tanya jawab untuk melihat peningkatan self control remaja terhadap perilaku seks bebas.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

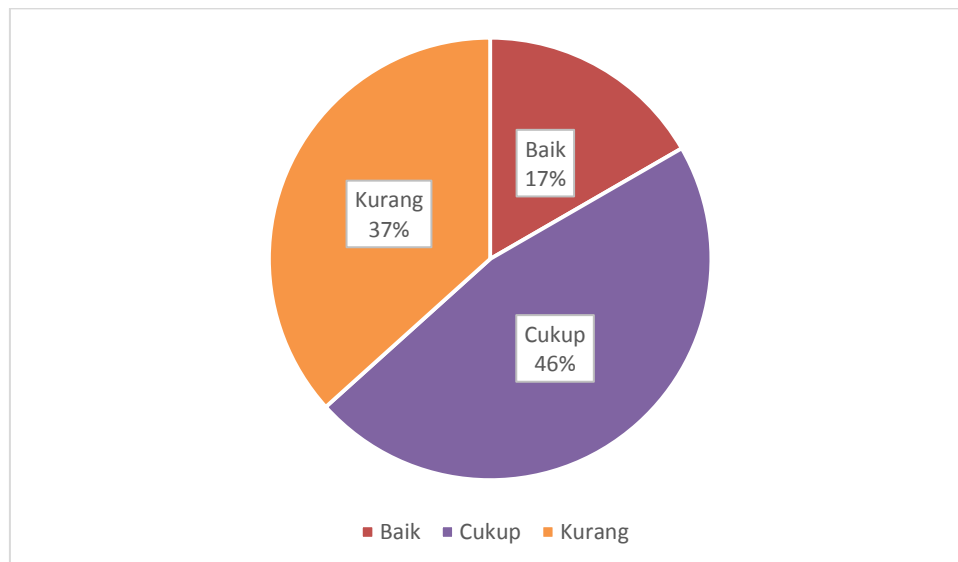
Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilakukan pada tanggal 15 Juni 2022 dan diikuti oleh 30 siswa dan siswi SMA Muhammadiyah Kota Langsa. Hasil yang diperoleh dari pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Peserta Pengabdian Masyarakat di SMA Muhammadiyah Kota Langsa

No	Karakteristik	Jumlah	%
1	Usia		
	16 tahun	13	43,3
	17 tahun	10	33,3
	18 tahun	7	23,4
2	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	16	53,3
	Perempuan	14	46,7

Tabel 1 di atas menyajikan data karakteristik peserta pengabdian kepada masyarakat di SMA Muhammadiyah Kota Langsa, berdasarkan usia mayoritas peserta berusia 16 tahun yaitu 43,3% dan berdasarkan jenis kelamin mayoritas berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 53,3%.

Pengetahuan peserta pengabdian masyarakat tentang perilaku seks bebas sebelum diberikan penyuluhan dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Pengetahuan tentang Perilaku Seks Bebas sebelum Penyuluhan

Berdasarkan gambar 1 dapat dilihat bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, pengetahuan peserta mayoritas berada dalam kategori cukup yaitu sebanyak 46%, peserta dengan pengetahuan kurang sebanyak 37% dan hanya 17% peserta yang memiliki pengetahuan baik tentang perilaku seks bebas.

Kegiatan pemberian edukasi tentang perilaku seks bebas dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab menggunakan bantuan media power point. Materi yang disampaikan berupa pengertian seks bebas, bahaya seks bebas, dampak yang ditimbulkan dari seks bebas dan seks pranikah serta cara pencegahannya.

Menurut Sarwono, (2012), Perilaku seksual Merupakan segala tingkah laku yang di dorong oleh dorongan hasrat seksual, baik dengan lawan jenis maupun sesama jenis. Tingkah laku ini sangat bermacam macam dari mulai perasaan tertarik sampai tingkah laku, berkenan, bercumbu, dan bersenggama. Dampak perilaku seksual sebagai berikut

- Dampak psikologis
Remaja akan mengalami perasaan marah, takut, cemas, depresi, rendah diri, bersalahh dan berdosa
- Dampak Fisiologis
Dapat menimbulkan kehamilan
- Dampak Sosial
Dikucilkan, putus sekolah, tekanan dari masyarakat
- Dampak Fisik
Akan berkembangnya penyakit menular seksual di kalangan remaja infeksi penyakit menular seksual.

Manfaat Pendidikan Seks antara lain: (Thoharudin, 2018)

- Memberikan pengertian yang memadai mengenai perubahan fisik, mental dan proses kematangan emosional yang berkaitan dengan masalah seksual pada remaja;
- Mengurangi ketakutan dan kecemasan sehubungan dengan perkembangan dan penyesuaian seksual (peran, tuntutan dan tanggung jawab);
- Membentuk sikap dan memberikan pengertian terhadap seks dalam semua manifestasi yang bervariasi;
- Memberikan pengertian mengenai kebutuhan nilai moral yang esensial untuk memberikan dasar yang rasional dalam membuat keputusan berhubungan dengan perilaku seksual;
- Memberikan pengetahuan tentang kesalahan dan penyimpangan seksual agar individu dapat menjaga diri dan melawan eksploitasi yang dapat mengganggu kesehatan fisik dan mentalnya;
- Untuk mengurangi prostitusi, ketakutan terhadap seksual yang tidak rasional dan eksplorasi seks yang berlebihan.

Berbicara mengenai seks di kalangan remaja memang tidak melulu membahas persoalan berhubungan intim. Ini juga berkaitan dengan pikiran dan tubuh secara keseluruhan. Mereka harusnya memahami dengan baik tentang alat genital dan bagaimana orientasi seks serta perilaku seks terbentuk dengan baik. Hal ini dikarenakan pemahaman tentang seks tidak berdiri sendiri namun dibentuk oleh banyak faktor. Faktor tersebut antara lain; nilai-nilai yang dianut, norma, perilaku, penampilan fisik, emosi, kepribadian,

agama, dan proses sosialisasi dengan lingkungan. Pemahaman yang baik tentang seks membantu remaja untuk berkembang dengan sehat.

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan sebagian besar siswa terlihat tertarik dan memperhatikan dengan seksama saat pemateri menyampaikan penyuluhan. Kegiatan tanya jawab setelah penyuluhan diikuti oleh peserta dengan antusias dan sebagian besar peserta dapat menjawab dengan benar pertanyaan yang diberikan pemateri, hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang perilaku seks bebas sehingga peserta dapat lebih meningkatkan *self control* terhadap perilaku seks bebas.

Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan dan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*) (Notoatmodjo, 2017).

Menurut teori *World Health Organization* (WHO) yang dikutip oleh Notoatmodjo (2017), salah satu bentuk objek kesehatan dapat dijabarkan oleh pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman sendiri. Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini mengingat bahwa peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, akan tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menjadi salah satu jalan selain dari pendidikan formal untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi khususnya terkait dengan perilaku seks bebas yang diperoleh, dan kemudian dapat merubah perilaku remaja untuk lebih berhati-hati terhadap perilaku seks bebas.

Perilaku seksual remaja yang tidak disertai dengan pengetahuan yang cukup dan tingkat emosi yang masih mudah terpengaruh faktor dari luar yang dapat mengakibatkan dampak yang sangat fatal baik bagi kesehatan reproduksi maupun bagi masa depan remaja (Sari, 2020). Seks pranikah dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan dan pemahaman remaja tentang keterampilan hidup sehat, resiko hubungan seksual dan kemampuan untuk menolak hubungan yang tidak mereka inginkan (PUSDATIN, 2015).

Berikut beberapa dokumentasi pada saat kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung.



Gambar 2. Pembagian Kuesioner pada saat Pres test



Gambar 3. Penyampaian Materi Penyuluhan



Gambar 4. Foto Bersama Kegiatan PKM

D. PENUTUP

Simpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peserta aktif dan antusias untuk mengikuti kegiatan penyuluhan yang diberikan dan mampu menjawab pertanyaan yang diberikan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta paham dengan materi yang disampaikan, hal ini menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta tentang perilaku seks bebas.

Saran

Disarankan kepada pihak sekolah agar dapat memprogramkan kegiatan pengabdian masyarakat yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja lainnya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini perlu adanya dukungan dari berbagai pihak (pemerintah, sekolah dan orang tua) baik secara moral, ataupun materiel untuk tercapainya keberhasilan yang lebih optimal.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, R., Suhwardi, & Hapisah. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja dengan Perilaku Seksual Pranikah. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(10), 3441–3446.
- Chalimah, S. N., & Mubarak, Z. (2020). Fenomena Seks Bebas Dikalangan Remaja Indonesia pada Novel Dua Garis Biru Karya Lucia Priandari. *MAFSAU*, 1(1), 1–18.
- Fauziyah, Tarigan, F. L., & Hakim, L. (2021). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Bebas pada Remaja di SMA Negeri 1 Lhoksukon Kabupaten Aceh Utara Tahun 2021. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), 1526–1545.
- Kemenkes RI. (2019). *Pemuda Rumuskan Keterlibatan Bermakna dalam Pembangunan Kesehatan*. <https://www.kemkes.go.id/article/print/19032200001/pemuda-rumuskan-keterlibatan-bermakna->

dalam-pembangunan-kesehatan.html

Notoatmodjo, S. (2017). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.

PUSDATIN. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*.

Sari, R. M. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja SMKN. *Jurnal Ners Lentera*, 8(1).

Sarwono. (2012). *Promosi Kesehatan*. PT Raja Gravida Persada.

Thoharudin, M. (2018). Pendidikan Seks Untuk Mengurangi Perilaku Seks bebas Remaja di Kecamatan Ketungau Hilir. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat III*, 3(September).

Wulandari, P., Aini, D. N., Mariyati, Kustriyani, M., & Arifianto. (2021). Program Sosialisasi Seks Bebas pada Kalangan Remaja di SMP Nurul Islam Semarang. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(4), 437–442.