EDUKASI SEKS PADA REMAJA UPAYA PENCENGAHAN SEKS BEBAS PADA MAHASISWA BARU AKPER BINJAI

Evita Andryani Lubis, S.Psi,M.Psi[1]*, Ummu Sakira[2].
[1]Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Binjai, Jl. Bandung No 4 Binjai Selatan, Kota Binjai, Sumatera Utara
[2]Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Binjai, Jl. Bandung No 4 Binjai Selatan, Kota Binjai, Sumatera Utara
*Email Korespondensi: *andryani.jasmin@gmail.com*

Abstrak

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap pengaruh lingkungan dan perubahan sosial, termasuk dalam hal perilaku seksual. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan reproduksi seringkali menyebabkan munculnya perilaku seks bebas yang dapat berdampak negatif, seperti kehamilan tidak diinginkan, penyakit menular seksual, serta gangguan psikologis. Kegiatan edukasi seks pada remaja bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran tentang pentingnya menjaga perilaku seksual yang sehat dan bertanggung jawab. Metode pelaksanaan dilakukan melalui penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, serta pembagian media edukatif. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai risiko seks bebas dan pentingnya pengendalian diri. Edukasi seks terbukti efektif sebagai langkah preventif dalam menekan perilaku seksual berisiko di kalangan remaja. Oleh karena itu, program edukasi ini perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan dukungan dari sekolah, orang tua, dan lembaga masyarakat.

Kata kunci: edukasi seks, remaja, pencegahan, seks bebas, kesehatan reproduksi

Abstract

Adolescents are a group that is highly vulnerable to environmental influences and social changes, particularly regarding sexual behavior. A lack of knowledge and understanding about reproductive health often leads to risky behaviors such as premarital sex, which can result in negative consequences including unintended pregnancies, sexually transmitted infections, and psychological issues. This sex education program aims to increase adolescents' knowledge, attitudes, and awareness about maintaining healthy and responsible sexual behavior. The program was implemented through interactive counseling sessions, group discussions, and the distribution of educational materials. The results showed an improvement in participants' understanding of the risks of premarital sex and the importance of self-control. Sex education has proven to be an effective preventive measure in reducing risky sexual behavior among adolescents. Therefore, continuous implementation of such programs is essential with the support of schools, parents, and community institutions.

Keywords: *sex education, adolescents, prevention, premarital sex, reproductive health*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang sangat signifikan. Pada fase ini, remaja cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, termasuk mengenai seksualitas. Namun, seringkali rasa ingin tahu tersebut tidak diimbangi dengan pengetahuan yang memadai tentang kesehatan reproduksi dan nilai-nilai moral, sehingga dapat mengarah pada perilaku berisiko seperti seks bebas (Sarwono, 2017)[1].

Diterbitkan Oleh:
UPPM Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Binjai
https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jabb

Fenomena perilaku seks bebas di kalangan remaja saat ini menjadi masalah sosial yang cukup serius. Data dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2022)[2] menunjukkan adanya peningkatan kasus perilaku seksual pranikah di kalangan remaja, yang berdampak pada meningkatnya angka kehamilan tidak diinginkan, aborsi tidak aman, serta penularan penyakit menular seksual (PMS). Kondisi ini menegaskan pentingnya upaya pencegahan melalui pendidikan seks yang komprehensif.

Edukasi seks pada remaja bukan berarti mengajarkan aktivitas seksual, melainkan memberikan pemahaman tentang kesehatan reproduksi, tanggung jawab pribadi, nilai moral, serta kemampuan pengambilan keputusan yang sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2021)[3]. Melalui pendidikan seks yang benar, remaja diharapkan mampu memahami risiko dari perilaku seks bebas, menghargai tubuhnya sendiri, dan menumbuhkan sikap tanggung jawab dalam berinteraksi dengan lawan jenis.

Selain itu, edukasi seks juga berperan penting dalam membentuk perilaku sehat dan mencegah penyimpangan seksual. Pendidikan ini sebaiknya diberikan secara bertahap dan sesuai usia perkembangan anak, serta melibatkan berbagai pihak, seperti orang tua, guru, tenaga kesehatan, dan masyarakat (WHO, 2020)[4]. Sinergi tersebut dapat menciptakan lingkungan yang mendukung terbentuknya karakter remaja yang berakhlak dan memiliki kontrol diri yang baik.

Pendidikan seks pada remaja bertujuan mencegah seks bebas dengan membekali mereka pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, penyakit menular seksual (PMS), cara penggunaan kontrasepsi, serta pemahaman tentang persetujuan dan hak-hak seksual. Selain itu, pendidikan ini juga penting untuk membentuk sikap dan perilaku yang positif terhadap hubungan sosial dan seksual yang sehat, mendorong remaja untuk berani menolak seks pranikah, dan meningkatkan kepercayaan diri mereka.

Dengan demikian, edukasi seks pada remaja menjadi langkah strategis dan preventif dalam menekan angka perilaku seks bebas. Melalui pendekatan yang tepat dan berkelanjutan, diharapkan remaja memiliki bekal pengetahuan dan sikap yang mampu melindungi mereka dari dampak negatif perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif, di mana remaja dilibatkan secara aktif dalam setiap proses kegiatan. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan kemampuan remaja dalam mengambil keputusan yang bertanggung jawab terkait seksualitas dan hubungan sosial. Partisipasi aktif remaja diharapkan dapat menciptakan suasana belajar yang interaktif, menyenangkan, dan bermakna. Selain itu, kegiatan ini juga melibatkan tenaga pendidik, orang tua, serta tokoh masyarakat untuk memperkuat dukungan lingkungan dalam upaya pencegahan seks bebas.

Diterbitkan Oleh:
UPPM Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Binjai
https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jabb

Pengabdian ini dilakukan pada Bulan Agustus di Kampus Akper Kesdam I/BB Binjai. Kegiatan ini dilakukan dengan pelaksanaan promosi kesehatan. Sasaran dalam pengabdian ini adalah remaja usia 15 – 18 Tahun. Tahap kegiatan ini adalah

a. Persiapan

Tahap ini mencakup:

- Koordinasi dengan pihak sekolah, karang taruna, dan perangkat desa untuk menentukan waktu serta tempat kegiatan.
- Survei awal untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap remaja terhadap seksualitas dan seks bebas.
- Penyusunan materi edukasi yang meliputi:
  - Pengertian dan pentingnya pendidikan seks.
  - Masa pubertas dan perubahan fisiologis.
  - Risiko dan dampak perilaku seks bebas (fisik, psikologis, sosial, dan spiritual).
  - Upaya pencegahan melalui pengendalian diri dan nilai moral.
- Persiapan media edukasi seperti poster, leaflet, power point, dan video pendek.

b. Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan selama 1–2 hari dengan metode:

1. Ceramah Interaktif
   Pemaparan materi oleh tim pengabdi dan tenaga kesehatan mengenai pentingnya edukasi seks dan dampak negatif seks bebas.
2. Diskusi Kelompok (Focus Group Discussion)
   Remaja dibagi dalam beberapa kelompok kecil untuk membahas topik tertentu, seperti “tekanan teman sebaya” atau “pacaran sehat.”
3. Role Play (Simulasi Kasus)
   Peserta memerankan skenario kehidupan remaja untuk melatih kemampuan menolak ajakan berperilaku menyimpang.
4. Kuis dan Games Edukatif
   Meningkatkan antusiasme dan menilai pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan.

Evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas kegiatan:

- **Pre-test dan Post-test** untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta.
- **Kuesioner kepuasan** untuk menilai penerimaan peserta terhadap metode kegiatan.
- **Observasi langsung** untuk melihat partisipasi dan respon selama kegiatan berlangsung.

LAPORAN KEGIATAN

.Persiapan melakukan koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi, dan pembuatan media edukasi. Pelaksanaan dilakukan kepada remaja yang baru lulus sekolah menengah atas. Sosialisasi dan Penyuluhan: materi tentang kesehatan reproduksi, bahaya seks bebas, dan literasi digital. Diskusi Interaktif & Tanya Jawab: mengajak remaja terlibat aktif. Media Edukasi: penggunaan poster, leaflet, dan video pendek.Bagia n ini menyajikan persiapan yang dilakukan saat kegiatan ,Pelaksanaan kegiatan dan tindak lanjut kegiatan. Penyusunan laporan tentang kegiatan.

Peserta menunjukkan keinginan tahuan yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Melalui diskusi dan simulasi, peserta mampu melakukan identifikasi situasi berisiko dan memahami cara menolak

Diterbitkan Oleh:
UPPM Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Binjai
https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jabb

ajakan yang tidak sehat. Selain itu, pembentukan peer educator menjadi langkah strategis dalam menjaga keberlanjutan program edukasi seks

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian masyarakat dengan tema edukasi seks pada remaja upaya pencengahan seks bebas terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran terhadap seks bebas. Edukasi yang dilakukan secara interaktif dapat membantu remaja menginternalisasi nilai-nilai positif dan meningkatkan keterampilan dalam mengambil keputusan sehat. Kegiatan ini diharapkan dapat berlanjut dengan dukungan dari keluarga, dan masyarakat untuk membentuk generasi muda yang sehat, produktif, dan berakhlak mulia.
Kegiatan edukasi seks pada remaja terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan bahaya seks bebas. Melalui metode interaktif dan partisipatif, peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga termotivasi untuk menjaga diri dan lingkungan dari perilaku berisiko.

Bagian ini menyajikan hasil pengabdian. yang meliputi luaran/fokus utama kegiatan baik langsung atau tidak langsung dengan mengaitkan sumber rujukan yang relevan Dokumentasi yang relevan dengan menyajikan foto, tabel, grafik, bagan atau gambar, keunggulan dan kelemahan luaran, tingkat kesulitan pelaksanaan kegiatan. [3]

PENUTUP

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi seks pada remaja merupakan langkah strategis untuk mencegah perilaku seks bebas dan dampak negatifnya. Dengan pelaksanaan yang terencana, diharapkan dapat menumbuhkan generasi muda yang sehat, cerdas, dan berakhlak.

Saran

Diharapkan pemberian edukasi seks lebih ditingkatkan dan memberikan kepada usia meranjak dewasa. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan di sekolah-sekolah lain. Orang tua dan guru perlu dilibatkan secara aktif dalam memberikan edukasi seks yang sehat. Diperlukan dukungan dari instansi terkait untuk menyediakan layanan konseling remaja.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sarwono, S. W. (2017). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers
2. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2022). *Laporan Tahunan Program Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: BKKBN.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Panduan Edukasi Kesehatan Reproduksi bagi Remaja*. Jakarta: Kemenkes RI.

Diterbitkan Oleh:
UPPM Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Binjai
https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jabb

4. World Health Organization (WHO). (2020). *Comprehensive Sexuality Education: Technical Guidance for Policy Makers and Educators*. Geneva: WHO.
5. Nurhayati, T., & Puspitasari, D. (2020). "Peran Edukasi Seks dalam Mencegah Perilaku Seksual Berisiko pada Remaja." *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2)
6. Santrock, J. W. (2019). *Adolescence.* 17th Edition. New York: McGraw-Hill Education.
7. Nisa, K., & Rahmawati, A. (2020). "Pendidikan Seks pada Remaja sebagai Upaya Pencegahan Seks Bebas." *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*

Diterbitkan Oleh:
UPPM Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Binjai
https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jabb