

## PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG SEKS BEBAS DAN PENCEGAHANNYA PADA REMAJA DI MAN 2 MODEL PADANGSIDIMPUAN

Fatma Mutia<sup>1\*</sup>, Masnawati Harahap<sup>2</sup>, Arisa Harfa Said Lubis<sup>3</sup>, Haslinah Ahmad<sup>4</sup>, Nur Aliyah Rangkuti<sup>5</sup>, Nur Arfah Nasution<sup>6</sup>, Yuliarisyah Siregar<sup>7</sup>, Suryati<sup>8</sup>

<sup>1</sup>Universitas Aufa Royhan Kota Padangsidimpuan  
(corespondensi : [fatmamutia024@gmail.com](mailto:fatmamutia024@gmail.com) / 085382626633)

### 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 pendidikan 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: Pendidikan, Seks Bebas, Remaja.

### ABSTRACT

*Free sex behavior is indeed contrary to the nation's culture. However, in fact, based on several research data, it shows that free sex behavior among teenagers in Indonesia is quite worrying. In Indonesia, there were around 4.5% of male teenagers and 0.7% of female teenagers aged 15-19 years who admit to having had premarital sex. This community service activity was in the form of providing health education through counseling to teenagers about free sex behavior. The results obtained from this community activity before the counseling, 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 counseling 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 were active and enthusiastic in participating in the counseling activities given and were able to answer the questions given. The evaluation results showed that the participants understood the material presented, this showed an increase in participants' knowledge about free sex behavior which was delivered.*

*Keywords : Education, Free Sex, Teenagers*

## 1. 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. (Mirani, Maulida, and Nala Ramadhani 2022)

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 dikarena keingintahuannya tentang hal baru, dan tidak bisa mengontrol nafsu sehingga melakukan tindakan - tindakan yang kurang terpuji dan diluar norma agama seperti melakukan seks bebas (Mirani, Maulida, and Nala Ramadhani 2022).

Remaja merupakan suatu fase penting

dalam periode pematangan organ reproduksi manusia di tandai dengan perubahan fisik yang relatif cepat namun tidak seimbang pada perubahan kejiwaan/mental remaja. Perubahan lainnya berhubungan dengan perkembangan psikososial, berupa perubahan pada hubungan dengan orang tua, pembentukan arah masa depan, munculnya perilaku negatif atau kenakalan remaja seperti penyimpangan aktivitas seksualitas, penyalahgunaan pemakaian internet dan media komunikasi, dan akses pornografi. Perilaku seksual pada remaja adalah segala tingkah dan perilaku yang didorong hasrat seksual, baik dengan lawan jenisnya maupun dengan sesama jenis, yerdapat berbagai perilaku seksual remaja, aktivitas berpacaran (dating), berkencan, bercumbu (necking atau petting), dan bersenggama, dalam menentukan objek seksual bisa berupa orang lain, orang dalam khayalan ataupun diri sendiri. (Kurniawati and Nurmayanti 2021)

Menurut Center for Disease Control (CDC), dalam suatu penelitian yang dilakukan pada beberapa pelajar SMA di US tahun 2011, ditemukan sekitar 47,4% pelajar mengaku pernah melakukan hubungan seksual (sexual intercourse), 39,8% diantaranya tidak menggunakan alat kontrasepsi (kondom) saat melakukan hubungan seksual dan 76,7% dari mereka mengaku tidak menggunakan pil KB untuk mencegah kehamilan dimasa yang akan datang. Rendahnya penggunaan kontrasepsi dalam mencegah kehamilan dapat terjadi disebabkan masih banyak yang menganggap kontrasepsi tidak aman digunakan saat

berhubungan seksual. Menurut WHO, Sekitar 70.000 remaja di negara-negara berkembang meninggal setiap tahunnya akibat dari kehamilan dan persalinan. Sebanyak 16 juta remaja dengan usia antara 15-19 tahun melahirkan setiap tahunnya, mengambil 11% dari total jumlah kelahiran di seluruh dunia. (Mahmudah, Yaunin, and Lestari 2016)

Di Indonesia, berdasarkan hasil survei Demografi kesehatan (SDKI) 2017, hubungan pacaran dan pengalaman seksual dimulai pada umur 15-17 tahun, terdapat 80% perempuan dan 84% lelaki remaja mengaku pernah berpacaran. Perilaku dalam berpacaran para remaja sangat bervariasi dan mengarah ke kontak seksual melakukan aktivitas berpegangan tangan sebanyak 64% pada perempuan dan 75% pada remaja lelaki, perilaku berpelukan pada perempuan sebanyak 17% dan pada lelaki 33%, Melakukan ciuman bibir 30% pada perempuan dan 50% pada lelaki, dan perilaku meraba/diraba cenderung dilakukan pada lelaki remaja sebanyak 22% pada lelaki dan 5% pada perempuan. Sebanyak 8% lelaki dan 2% perempuan mengaku telah melakukan hubungan seksual dengan alasan saling mencintai 47%, dan 30% karena penasaran, 3% remaja perempuan dan lelaki mengaku dipaksa dan dipengaruhi teman. Sebanyak 49% remaja perempuan mengaku menggunakan kondom saat berhubungan seksual dan hanya 27% lelaki yang menggunakan kondom saat berhubungan seksual. Diantara remaja perempuan dan laki-laki, 12% perempuan menyatakan kehamilan

tidak diinginkan, dan 7% lelaki mempunyai pasangan dengan kehamilan yang tidak diinginkan. Dalam pengalaman melakukan aborsi antara teman 23% perempuan dan 19% lelaki mengetahui seseorang teman yang mereka kenal melakukan aborsi dan 1% diantara mereka menemani atau mempengaruhi teman untuk mengugurkan kandungan. (Riya and Ariska 2023)

Faktor-faktor terjadinya kehamilan tidak diinginkan pada remaja adalah rendahnya pengetahuan akan kesehatan reproduksi, sikap permisif dalam pergaulan, mudahnya akses konten yang mengandung pornografi, pengaruh teman dekat dalam pergaulan dan pola asuh orang tua.8 Masih banyak remaja yang tidak tahu bahwa jika berhubungan seksual sekali saja dapat menyebabkan kehamilan. (Hapsari 2019)

Berdasarkan data Asosiasi 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, alcohol, 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 menikah. Berdasarkan uraian masalah di atas maka akan dilakukan pengabdian masyarakat yaitu Pendidikan Kesehatan Tentang Seks Bebas Dan Pencegahannya Pada Remaja Di MAN 2 Model Padangsidimpuan.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa pemberian pendidikan kesehatan melalui penyuluhan kepada remaja tentang perilaku seks bebas. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di MAN 2 Model Kota Padangsidimpuan 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 pendidikan kesehatan tentang perilaku seks bebas dengan bantuan media power point, tahap akhir melakukan evaluasi melalui tanya jawab untuk melihat pencegahan pada remaja terhadap perilaku seks bebas.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilakukan pada tanggal 15 Juni 2024 dan diikuti oleh 66 siswa dan siswi MAN 2 Model Padangsidimpuan. Hasil yang diperoleh dari pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

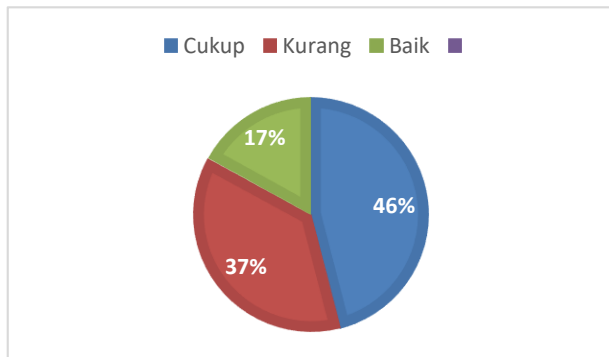
Tabel 1. Karakteristik Peserta Pengabdian Masyarakat di MAN 2 Model Padangsidimpuan

No	Karakteristik	Jumlah	%
1	<b>Usia</b>		
	16 tahun	23	34,9
	17 tahun	27	40,9
	18 tahun	16	24,2
2	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-Laki	36	54,5
	Perempuan	30	45,5

Tabel 1 di atas menyajikan data karakteristik peserta pengabdian kepada masyarakat di MAN 2 Model Padangsidimpuan, berdasarkan usia mayoritas peserta berusia 17 tahun yaitu 40,9% dan berdasarkan jenis kelamin mayoritas berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 54,5%.

Pengetahuan peserta pengabdian masyarakat tentang perilaku seks bebas

sebelum diberikan penyuluhan dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Pengetahuan tentang 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, berkencan, bercumbu, dan bersenggama.

Dampak perilaku seksual sebagai berikut

- a. Dampak psikologis  
Remaja akan mengalami perasaan marah, takut, cemas, depresi, rendah diri, bersalahh dan berdosa
- b. Dampak Fisiologis  
Dapat menimbulkan kehamilan
- c. Dampak Sosial  
Dikucilkan, putus sekolah, tekanan dari masyarakat
- d. Dampak Fisik  
Akan berkembangnya penyakit menular seksual di kalangan remaja infeksi penyakit menular seksual.(Andriani, Suhrawardi, and Hapisah 2022)

Manfaat Pendidikan Seks antara lain:  
(Parwati, Pramitaresthi, and Antari 2021)

- a. Memberikan pengertian yang memadai mengenai perubahan fisik, mental dan proses kematangan emosional yang berkaitan dengan masalah seksual pada remaja;
- b. Mengurangi ketakutan dan kecemasan sehubungan dengan perkembangan dan penyesuaian seksual (peran, tuntutan dan tanggung jawab);
- c. Membentuk sikap dan memberikan pengertian terhadap seks dalam semua manifestasi yang bervariasi;
- d. Memberikan pengertian mengenai kebutuhan nilai moral yang esensial untuk

memberikan dasar yang rasional dalam membuat keputusan berhubungan dengan perilaku seksual;

- e. Memberikan pengetahuan tentang kesalahan dan penyimpangan seksual agar individu dapat menjaga diri dan melawan eksploitasi yang dapat mengganggu kesehatan fisik dan mentalnya;
- f. 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) (Kumalasari 2016) 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. (Darsini, Fahrurrozi, and Cahyono 2019)

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 (Sari 2020)

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

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.

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 moril, ataupun materiel untuk tercapainya keberhasilan yang lebih optimal.

#### 5. REFERENSI

- Andriani, Rina, Suhrawardi Suhrawardi, and Hapisah Hapisah. 2022. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Perilaku Seksual Pranikah." *Jurnal Inovasi Penelitian* 2(10): 3441–46.
- Darsini, Darsini, Fahrurrozi Fahrurrozi, and Eko Agus Cahyono. 2019. "Pengetahuan; Artikel Review." *Jurnal Keperawatan* 12(1): 13.
- Hapsari, Anindya. 2019. "Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Modul Kesehatan Reproduksi Remaja." *Wineka Medika*. [http://eprints.undip.ac.id/38840/1/Kesehatan Mental.pdf](http://eprints.undip.ac.id/38840/1/Kesehatan%20Mental.pdf).
- Kumalasari, Desi. 2016. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Seksual Pada Siswa SMK." *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan* 1(1): 93–97.

Kurniawati, Nindya, and Mega Wahyu

Nurmayanti. 2021. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas Dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja Awal." *Jurnal Komunikasi Kesehatan* 12(1).

Mahmudah, Mahmudah, Yaslinda Yaunin, and Yuniar Lestari. 2016. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Remaja Di Kota Padang." *Jurnal Kesehatan Andalas* 5(2).

Mirani, Nanda, Maulida, and Nala Ramadhani. 2022. "Edukasi Peningkatan Self Control Terhadap Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah Kota Langsa." *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains dan Teknologi* 1(3): 400–406.  
<https://journal.literasisains.id/index.php/abdikan/article/view/841>.

Parwati, Luh Dewi, I Gusti Ayu Pramitaresthi, and Gusti Ayu Ary Antari. 2021. "Persepsi Orang Tua Terhadap Pendidikan Seksual Pada Remaja Di Kecamatan Kuta Kabupaten Badung." *Community of Publishing In Nursing (COPING)* 9(4): 441–49.

Riya, Rosa, and Lili Ariska. 2023. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja." *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 23(2): 2123–30.

Sari, Ruri Maiseptya. 2020. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja SMKN 3 Kabupaten Lebong." *Jurnal ners lentera* 8(1): 35–47.

## 6. DOKUMENTASI





