

Efektivitas Psikoedukasi SAFE (Sex educAtion For teenagEr) untuk Pencegahan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja

Effectiveness of SAFE (Sex educAtion For teenagEr) Psychoeducation for Preventing Premarital Sexual Behavior in Teenager

Ayudia Popy Sesilia^(1*), Anggi Tri Lestari Purba⁽²⁾ & Adelin Australiati Saragih⁽³⁾
Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Disubmit: 28 November 2023; Diproses: 28 November 2023; Diaccept: 1 Desember 2023; Dipublish: 2 Desember 2023

*Corresponding author: ayudiapopys@gmail.com

Abstrak

Pernikahan dini meningkat sejalan dengan meningkatnya perilaku seksual pranikah. Lebih dari dua pertiga generasi muda di negara berkembang melakukan hubungan seksual saat masih remaja. Kelompok yang paling rentan terhadap perilaku seksual pranikah adalah remaja. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pada remaja guna mencegah perilaku seksual pranikah serta mencegah dampak atau resiko secara fisik, psikis dan sosial akibat seksual pranikah. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang dilakukan kepada 100 remaja berusia 12-15 tahun. Peneliti memberikan *pretest* dan *posttest* serta treatment/perlakuan dalam bentuk modul pelatihan yang berisikan teks, foto, dan video. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pelatihan SAFE (*Sex educAtion For teenagEr*) pada remaja. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan pengetahuan secara kognitif dibandingkan dengan kelompok kontrol. Mereka mengetahui resiko yang timbul dan cara penanganannya.

Kata Kunci: Psikoedukasi; Perilaku Seksual; Remaja.

Abstract

Early-age marriage increases in line with the increase in premarital sexual behavior. More than two-thirds of the young generation in developing countries had sexual relations as teenagers. The group most vulnerable to premarital sexual behavior is teenagers. This research aims to increase knowledge among teenagers to prevent premarital sexual behavior and prevent physical, psychological and social impacts or risks due to premarital sex. This research is an experimental study conducted on 100 teenagers aged 12-15 years. Researchers provide pretests and posttests as well as treatment in the form of training modules containing text, photos and videos. The results of the research show that there is an influence of SAFE (*Sex Education For teenagEr*) training on teenagers. The posttest results showed that the experimental group showed increased cognitive knowledge compared to the control group. They know the risks that arise and how to handle them.

Keywords: Psychoeducation; Sexual Behavior; Teenager.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v4i3.242>

Rekomendasi mensitasi :

Sesilia, A. P., Purba, A. T. L. & Saragih, A. A. (2023), Efektivitas Psikoedukasi SAFE (Sex educAtion For teenagEr) untuk Pencegahan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 4 (3): 376-382.

PENDAHULUAN

Perilaku seksual remaja dikategorikan sebagai salah satu permasalahan sosial karena tingginya prevalensi HIV/AIDS, infeksi menular seksual, dan kehamilan yang tidak diinginkan (Moyse, 2009; Kann et al., 2018). 61.7% remaja melakukan aktivitas seksual di usia 16-17 tahun dan 65 -75% melakukan hubungan seksual di usia Sekolah Menengah Atas (Somers, Tolia dan Anagurthi, 2012). 25% remaja usia 15 tahun pernah melakukan hubungan seksual, yang mengakibatkan penyakit menular seksual (PMS) dan kehamilan yang tidak diinginkan (Chandra-Mouli, Camacho dan Michaud, 2013). Sebanyak 53.8% remaja berhasil mengatasi kehamilan yang tidak diinginkan dengan prosedur aborsi bedah dan sisanya 46,2% berhasil dengan minum obat (Bhatta, Koirala dan Jha, 2013). Perilaku seksual pranikah merupakan salah satu penyebab meningkatnya pernikahan dini, sementara pernikahan dini berdampak serius pada kesehatan dan kesejahteraan remaja.

Seksualitas merupakan aktivitas seks yang berkaitan dengan jenis kelamin, organ reproduksi, gairah seksual, hubungan dan kelainan seksual (Imron, 2014). Perilaku seksual adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual antara perempuan dengan laki-laki (Sarwono, 2016). Hal ini sejalan dengan Pendapat Bloom yang menyatakan bahwa perilaku seksual remaja dapat diartikan sebagai pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam pemenuhan hasrat seksual yang dilakukan sendiri oleh remaja atau bersama pasangan saat berpacaran (Notoadmojo, 2007). Perilaku seksual pranikah (premarital sex) adalah

aktivitas seksual yang dilakukan oleh pasangan sebelum mereka menikah (Shrestha, 2019).

Perilaku seksual remaja sebelum menikah dapat meliputi pertama, masturbasi yaitu berupa stimulasi alat kelamin sendiri untuk memperoleh kesenangan seksual. Kedua, ekspresi seksual noncoital mengacu pada kontak fisik erotis yang bisa meliputi ciuman, pegangan tangan, sentuhan, stimulasi oral-genital, tapi tidak sampai melakukan hubungan seksual. Ketiga, hubungan seksual (sexual intercourse) yaitu hubungan yang terjadi antara laki-laki dan perempuan memasukkan penis ke dalam vagina (Crooks dan Baur, 2016)

Beberapa penelitian telah menunjukkan faktor-faktor yang berhubungan dengan seks pranikah dalam tiga hal. Pertama, pada tingkat individu, ini termasuk faktor demografi (usia, jenis kelamin dan etnis), cinta, kesepian dll. Kedua, pada tingkat keluarga seperti tipe keluarga, pendapatan keluarga, pekerjaan, keluarga berantakan dan pola asuh yang buruk. Ketiga, pada level kelembagaan (institutional level), yang meliputi jaringan sosial, organisasi, komunikasi (ponsel, internet, buku, majalah, radio dan televisi), serta kebijakan dan hukum (Bhatta, Koirala dan Jha, 2013)

Faktor lain yang dapat mempengaruhi remaja melakukan perilaku seksualitas pranikah disebabkan oleh hal-hal sebagai berikut (Sarwono, 2011). Meningkatnya libido seksual berupa perubahan hormonal yang dapat meningkatkan hasrat seksual remaja dan membutuhkan penyaluran dengan melakukan perilaku seksual tertentu; Penundaan usia perkawinan dikarenakan adanya batasan

hukum dan undang-undang terkait batas usia pernikahan, maupun berkaitan dengan norma sosial yang menuntut kompleksitas dari perkawinan (berupa pendidikan, pekerjaan, persiapan mental, dan lain-lain); Adanya larangan tentang perilaku seksual namun masyarakat masih menunjukkan ketabuan tentang pendidikan seksual; Kurangnya informasi tentang pendidikan seksual; Kecenderungan pelanggaran makin meningkat karena adanya penyebaran informasi dan rangsangan seksual melalui media massa serta didukung teknologi yang semakin canggih; Remaja yang memiliki rasa ingin tahu yang tinggi akan mencoba dan meniru hal-hal yang dilihat dan didengarnya dari media masa karena keterbatasan informasi yang diterima dari lingkungan sekitarnya; Pergaulan yang semakin bebas antara laki-laki dan perempuan. Meskipun perilaku seksual pada remaja sebagian besar disebabkan oleh pengaruh hormon seksual, namun peran faktor psikososial seperti media, teman dan peer group, narkoba dan alkohol, serta keluarga tidak dapat dipungkiri (Fekadu, 2001)

Adapun dampak negatif perilaku seksual pranikah yang dapat muncul pada remaja, diantaranya sebagai berikut dampak psikologis meliputi perasaan bersalah, rendah diri, depresi, marah, takut dan berdosa; dampak fisik meliputi dapat menyebabkan kehamilan tidak diinginkan (KTD), tertular penyakit menular seksual (PMS) seperti syphilis, herpes, gonorhoe hingga HIV/AIDS; dampak sosial yang timbul seperti dikucilkan di lingkungan sekitar, putus sekolah karena menanggung aib dan merasa malu, perubahan peran menjadi

ibu dan belum memiliki kesiapan untuk beralih peran menjadi ibu, timbulnya tekanan dari masyarakat yang mencela, aborsi, gangguan emosional, pembuangan bayi dan kematian ibu (Sarwono, 2011; Shrestha, 2019)

Dalam penelitian yang dilakukan di negara berkembang (Bhatta, Koirala dan Jha, 2013), 32,4% menyatakan seks pranikah adalah wajar dan 25% melakukan seks pranikah. Di antara responden yang pernah melakukan hubungan seks pranikah 61,7% melakukan di usia 16-17 tahun. Di antara laki-laki (32,6%) dan perempuan (13,7%) telah melakukan hubungan seksual pranikah dengan pacarnya. 16% menghadapi masalah kehamilan yang tidak diinginkan. Diantaranya, 53,8% berhasil mengatasi kehamilan yang tidak diinginkan dengan prosedur aborsi bedah dan sisanya 46,2% berhasil dengan minum obat (aborsi medis).

Komisi Nasional Anti-Kekerasan terhadap Perempuan (KOMNAS Perempuan) menyatakan sepanjang tahun 2021, terdapat 59.709 kasus pernikahan dini (Haruma, 2023), di tahun 2022 dalam sehari jika di rata-ratakan bisa mencapai 163 kasus perharinya (Vinta, 2023). Belawan merupakan salah satu daerah yang tinggi tingkat pernikahan dini, ini terjadi karena remaja di Belawan tidak mendapatkan edukasi mengenai resiko yang ditimbulkan dari pernikahan dini tersebut (Rahmadani, 2022). Pernikahan dini meningkat sejalan dengan meningkatnya perilaku seksual pranikah di Belawan. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan peneliti terhadap 53 remaja di Belawan melakukan aktivitas seksual berpacaran (95%), berpegangan

tangan (87%), berpelukan (85%), mencium kening dan pipi (82%), mencium bibir (74%), menyentuh dada (52%), menyentuh alat kelamin lawan jenis (36%), dan melakukan hubungan seksual pra nikah (18%). Peneliti melakukan wawancara untuk mengkonfirmasi hasil survey, bahwa mereka menganggap perilaku seksual sebelum menikah adalah hal yang wajar dilakukan, tidak mendapatkan edukasi mengenai efek negatif perilaku seksual dari guru maupun orangtua, lingkungan yang terlalu bebas dan tidak ada sanksi sosial. Dari hasil survey dan wawancara tersebut, peneliti melihat bahwa remaja di belawan tidak mendapati sex education serta guru dan orangtua tidak memberikan informasi yang tepat karena menganggapnya sebagai hal yang tabu untuk disampaikan.

Meskipun di dalam kurikulum 2013, telah memasukkan pendidikan kesehatan reproduksi, namun belum sepenuhnya diimplementasikan oleh guru. Bila tidak diterapkan secara komperhensif, akibatnya remaja tidak memahami dampak negatif pada fisik, psikologi, dan sosial. Remaja terjebak dalam lingkungan perilaku seksual yang salah seperti melakukan seksual pra nikah, kecanduan konten seksual, terobsesi dengan lawan jenis dan benda seksual. Perilaku ini menimbulkan resiko seperti penularan infeksi, kehamilan diluar nikah, pernikahan dibawah umur, putus sekolah, dan terlibat kriminalitas

Perlindungan seks pada remaja Indonesia masih rendah, itu dipengaruhi persoalan sosial budaya yang dianggap bahwa perilaku seksual dan kesehatan reproduksi adalah sesuatu tabu dan pribadi untuk didiskusikan (Susanto et al.,

2016). Sayangnya, kurangnya komunikasi, dukungan, dan informasi dari orang tua tentang masalah seksual melibatkan ketidakmampuan untuk mencegah atau mengintervensi seksual aktivitas remaja. Seorang remaja beranggapan bahwa orang tua dan banyak guru sebagai pendidik memiliki kekurangan keterampilan dalam konseling bimbingan seksual dan cenderung menghakimi atau menyalahkan mereka (Makhitha dan Botha, 2017). Jika disadari, komunikasi tentang seksualitas memberikan pengaruh positif bagi perkembangan seksual pada remaja (Somers, Tolia dan Anagurthi, 2012). Pendidikan seksual dan promosi kesehatan harus dilakukan sebelum perilaku seksual pranikah meningkat (Kaestle et al., 2005). Untuk itu pendidikan seksualitas sangat dibutuhkan remaja guna upaya preventif perilaku seksual dan pernikahan dini.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di Belawan, peneliti berasumsi belum adanya edukasi yang tepat tentang pemahaman seksualitas yang diberikan oleh lingkungan sekitar baik guru maupun orangtua. Maka peneliti bertujuan untuk meneliti dengan memberikan pelatihan SAFE (Sex Education For Teenager) kepada remaja di Belawan, sebagai upaya preventif perilaku seksual pranikah dan pernikahan dini. Pelatihan ini juga mendukung program Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) terkait pencegahan dan penanganan pernikahan anak usia dini.

METODE PENELITIAN

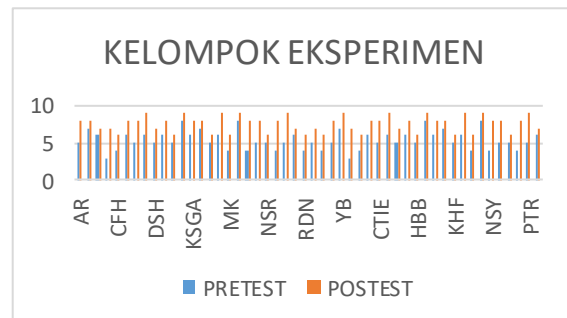
Dalam penelitian ini, Sampel dalam merupakan siswa kelas IX SMP Hang Tuah

Belawan berjumlah 100 siswa Penelitian ini merupakan penelitian quasi experiment. Peneliti melakukan eksperimen dengan memberikan modul pelatihan untuk melihat efektivitas modul ini, peneliti melakukan pretest dan posttest. Peneliti juga membagi sampel penelitian ke dalam 2 kelompok (50 remaja untuk kelompok kontrol dan 50 remaja untuk kelompok eksperimen). Pretest dilakukan dengan memberikan skala mengenai informasi pendidikan seksual sebelum pelatihan dilakukan. Pretest ini dilakukan untuk melihat bagaimana pemahaman awal remaja terkait aktivitas seksual serta dampaknya. Kuesioner untuk pretest berisikan pengetahuan terkait pendidikan seks pranikah dan kuesioner ini diberikan kepada dua kelompok sampel yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Selanjutnya peneliti melakukan treatment (perlakuan) dengan memberikan modul pelatihan SAFE (Sex Education For Teenager) yang berisikan (teks, foto, dan video) materi. Modul ini berisikan informasi mengenai peran gender, fungsi alat kelamin, dan kesehatan reproduksi, serta dampak fisik, psikologi, dan sosial dari perilaku seksual yang tidak tepat. Peneliti mengundang seorang Psikolog Klinis yang telah berpengalaman menjadi pemateri dalam pelatihan tersebut. Adapun kelompok yang diberikan pelatihan yaitu kelompok eksperimen, sementara kelompok kontrol tidak diberikan pelatihan. Selanjutnya, peneliti melakukan posttest setelah pelatihan, guna melihat efektivitas pelatihan terhadap pengetahuan seksual remaja. Kuesioner untuk posttest merupakan kuesioner yang sama saat

pretest yang berisikan pengetahuan terkait pendidikan seks pranikah dan kuesioner ini diberikan kepada dua kelompok sampel yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Teknik analisis data yang digunakan adalah

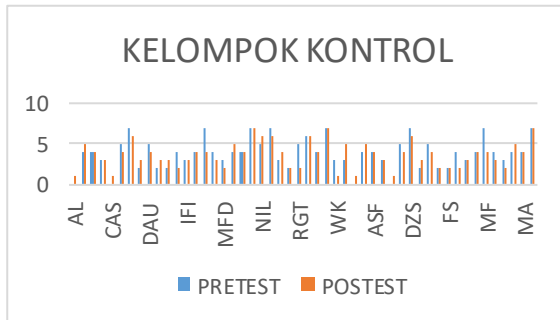
HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan dan kesadaran siswa meningkat terkait pendidikan seksual pranikah setelah dilakukannya pelatihan SAFE (Sex Education For Teenager). Hal ini terlihat dari hasil post test pada kelompok eksperimen yang lebih tinggi dibanding hasil pretest. Sementara pada kelompok kontrol, tidak mengalami peningkatan skor dari pretest ke post test. Hal ini terlihat berdasarkan hasil grafik dibawah ini:



Grafik 1. Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen

Berdasarkan hasil penelitian yang ditunjukkan oleh Grafik 1, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor *pretest* yaitu sebelum diberikannya pelatihan dengan skor *post test* yaitu setelah diberikannya pelatihan.



Grafik 2. Hasil Penelitian Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil penelitian yang ditunjukkan oleh Grafik 2, menunjukkan bahwa terdapat kecenderungan penurunan ataupun ketetapan skor pretest yaitu sebelum diberikannya pelatihan dengan skor post test yaitu setelah diberikannya pelatihan.

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan maka dapat dikatakan bahwa pelatihan SAFE (Sex Education For Teenager) efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait pendidikan seksual pranikah. Pelatihan ini merupakan bagian dari suatu psikoedukasi yang berkaitan dengan tugas perkembangan remaja itu sendiri. Psikoedukasi cukup efektif mengubah perilaku seseorang secara langsung melalui pelibatan individu dalam pembelajaran-pelatihan. Individu mendapatkan pengalaman dan kesempatan sehingga dapat mengubah perilaku melalui kehadiran orang lain dalam hal ini penerisi di dalam suatu aktivitas kelompok. Psikoedukasi dalam hal ini pelatihan merupakan salah satu bantuan yang digunakan di bidang layanan psikologis yang bertujuan mencegah timbulnya hal negatif yang dapat menghalangi pelaksanaan aneka fungsi dan pertumbuhan pribadi individu (Supratiknya, 2011). Dampak dari perilaku seks pranikah dapat diminimalisir dengan memberikan

penyeluhan tentang bahaya seks pranikah dikalangan remaja. Melalui penyeluhan, para remaja bisa meningkatkan pengetahuan dan mencegah perilaku seks pra-nikah. Melalui penyeluhan ini juga, antara remaja dapat saling memperhatikan dan mengingatkan bahaya dari seks pra-nikah (Wulandari & Aini, 2020)

SIMPULAN

Pelatihan Sex Education sangat dibutuhkan bagi remaja. Terlihat dari hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh pelatihan SAFE (Sex Education for Teenager) untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai bahaya atau resiko sex premarital. Sehingga, pengetahuan ini dapat mencegah remaja untuk melakukan perilaku seks sebelum menikah.

DAFTAR PUSTAKA

- Bhatta, D. N., Koirala, A., & Jha, N. (2013). Adolescent students' attitude towards premarital sex and unwanted pregnancy. *Health Renaissance*, 11(2). <https://doi.org/10.3126/hren.v11i2.8222>
- Chandra-Mouli, V., Camacho, A. V., & Michaud, P. A. (2013). WHO guidelines on preventing early pregnancy and poor reproductive outcomes among adolescents in developing countries. In *Journal of Adolescent Health* (Vol. 52, Issue 5). <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.03.002>
- Crooks, R., & Baur, K. (2016). *Our Sexuality* (13th ed.). Cengage Learning.
- Fekadu, Z. (2001). Casual sex-debuts among female adolescents in Addis Ababa, Ethiopia. *Ethiopian Journal of Health Development*, 15(2). <https://doi.org/10.4314/ejhd.v15i2.9884>
- Haruma, I. (2023). Kasus Pernikahan Dini di Indonesia. *Kompas.Com*. <https://nasional.kompas.com/read/2022/10/02/00000061/kasus-pernikahan-dini-di-indonesia>

- Imron, A. (2014). Pendidikan kesehatan reproduksi remaja: PEER education & efektivitas program PIK-KIR di sekolah. Binarupa.
- Kaestle, C. E., Halpern, C. T., Miller, W. C., & Ford, C. A. (2005). Young age at first sexual intercourse and sexually transmitted infections in adolescents and young adults. *American Journal of Epidemiology*, 161(8). <https://doi.org/10.1093/aje/kwi095>
- Kann, L., McManus, T., Harris, W. A., Shanklin, S. L., Flint, K. H., Queen, B., Lowry, R., Chyen, D., Whittle, L., Thornton, J., Lim, C., Bradford, D., Yamakawa, Y., Leon, M., Brener, N., & Ethier, K. A. (2018). Youth risk behavior surveillance - United States, 2017. *MMWR Surveillance Summaries*, 67(8), 1–114. <https://doi.org/10.15585/mmwr.ss670>
- Makhitha, T. S., & Botha, P. (2017). Teenagers' sexual activities on school grounds: A need for social work support. *Social Work (South Africa)*, 53(4). <https://doi.org/10.15270/52-2-595>
- Moyse, K. (2009). Promoting Health in Children and Young People: The Role of the Nurse. In *Promoting Health in Children and Young People: The Role of the Nurse*. <https://doi.org/10.1002/9781444322644>
- Notoadmojo, S. (2007). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. PT. Rineke.
- Rahmadani, A. (2022). Angka Pernikahan Dini Tinggi di Medan Utara, Bobby Nasution Minta IDI Gencar Lakukan Edukasi Artikel ini telah tayang di Tribun-Medan.com dengan judul Angka Pernikahan Dini Tinggi di Medan Utara, Bobby Nasution Minta IDI Gencar Lakukan Edukasi, <https://me.TribunMedan>. <https://medan.tribunnews.com/2022/10/26/angka-pernikahan-dini-tinggi-di-medan-utara-bobby-nasution-minta-idi-gencar-lakukan-edukasi>
- Sarwono, S. W. (2011). Psikologi Remaja Edisi Revisi. In *Psikologi Remaja*. <https://doi.org/10.1108/09513551011032482.Bastian>
- Sarwono, S. W. (2016). Psikologi remaja (1st ed.). Rajawali Pers.
- Shrestha, R. B. (2019). Premarital Sexual Behaviour and its Impact on Health among Adolescents. *Journal of Health Promotion*, 7. <https://doi.org/10.3126/jhp.v7i0.25496>
- Somers, C. L., Tolia, S., & Anagurthi, C. (2012). Parent-Adolescent Relationships and Adolescent Sexual Behavior: Patterns by Adolescent Gender. *International Journal of Business and Social Science*, 3(7).
- Supratiknya, A. (2011). Merancang Program dan Modul Psikoedukasi. Yogyakarta: Penerbit Universitas Sanata Dharma.
- Susanto, T., Rahmawati, I., Wuryaningsih, E. W., Saito, R., Syahrul, Kimura, R., Tsuda, A., Tabuchi, N., & Sugama, J. (2016). Prevalence of factors related to active reproductive health behavior: a cross-sectional study Indonesian adolescent. *Epidemiology and Health*, 38. <https://doi.org/10.4178/epih.e2016041>
- Vinta. (2023). Demi Kesehatan, Komnas Perempuan Minta Pencegahan Pernikahan Dini. Rri.Co.Id. <https://www.rri.co.id/lain-lain/137549/monitoring-angka-pernikahan-dini-tinggi-komnas-perempuan-sangat-mendesak>
- Wulandari, P., & Aini, D. (2020). Program Sosialisasi Bahaya Seks Bebas pada Kalangan Remaja di Madrasah Aliyah Negeri 1 Semarang. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 2(1), 23–28. <https://doi.org/10.37287/jpm.v2i1.72>