
PSIKOEDUKASI PENDIDIKAN SEKSUAL REMAJA UNTUK MEMBANGUN RELASI PACARAN YANG SEHAT

Ardianti Agustin¹, Aironi Zuroida², Dinda Alfika Anugrahani³, Rahma Egi Familia⁴

^{1,2,3,4}Universitas Wijaya Putra

ardiantiagustin@uwp.ac.id,

aironizuroida@uwp.ac.id

Abstrak

Pengabdian masyarakat ini dalam rangka memberikan psikoedukasi terkait pendidikan seksualitas pada remaja khususnya pada siswa-siswi SMA. Permasalahan yang dihadapi Dimana kesadaran akan pendidikan seksualitas dapat membantu mencegah perilaku-perilaku beresiko yang rentan terjadi pada remaja. Tujuan dari psikoedukasi yang diberikan adalah siswa-siswi mendapat informasi terkait pendidikan seksualitas, Meningkatkan pemahaman siswa dan guru tentang Pendidikan seksual, bagaimana membangun relasi yang sehat dimasa remaja(menghindari toxic relationship), mencegah kekerasan seksual dan seks bebas pada remaja. Adapun psikoedukasi ini terkait pencegahan,pemahaman pacaran yang sehat. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini meliputi Edukasi tentang Pendidikan seksual remaja. Hasil dari kegiatan psikoedukasi ini adalah terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pendidikan seksual pada anak. Diharapkan remaja dapat memahami pentingnya pendidikan seksual dan dapat mencegah terjadinya toxic relationship.

Kata Kunci : Pendidikan seksual, Remaja

PENDAHULUAN

Pemilihan mitra PPM didasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh Tim Pengusul, yang kualifikasinya menurut Tim Pengusul dipandang memenuhi syarat sesuai Panduan Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Wijaya Putra Tahun 2023. Adapun mitra yang menjadi mitra Program Pemberdayaan Masyarakat (PPM) ini adalah SMA Wijaya Putra yang berada di Kecamatan Pakal Surabaya. Sekolah adalah tempat untuk mendapatkan pendidikan, dimana peserta didik di SMA yang mayoritas adalah remaja memerlukan pendekatan yang lebih dalam berbagai aspek kehidupan khususnya berkaitan dengan pendidikan seksual remaja. Selama ini di SMA Wijaya Putra pemberian edukasi berkaitan dengan pendidikan seksual sangat kurang, siswa kurang dibekali

dengan pemahaman berkaitan dengan pendidikan seksual dan pencegahan perilaku beresiko yang bisa dilakukan oleh remaja. Pusat semua layanan berkaitan tentang permasalahan siswa hanya tertangani oleh guru BK dengan jumlah siswa yang banyak belum bisa sepenuhnya tertangani. Jumlah guru BK yang terbatas disekolah SMA Wijaya Putra menyulitkan siswa untuk bisa mendapatkan penanganan terkait dengan masalah seksual. Guru juga kurang dibekali dengan kemampuan dalam menyampaikan informasi berkaitan dengan pendidikan seksual sehingga siswa minim mendapatkan informasi terkait permasalahan ini. Kasus-kasus seperti toxic relationship ketika berpacaran dan juga pelecehan seksual dialami oleh siswa melalui hasil wawancara kepada guru BK dan observasi di Sekolah. Banyaknya kasus-kasus yang terjadi ini membutuhkan penanganan seperti psikoedukasi kepada para siswa dan guru.

Berikut ini adalah gambaran-gambaran kegiatan yang dilakukan di sekolah SMA Wijaya Putra :



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi

Pada masa remaja, mereka akan mulai mengalami berbagai perubahan fisik, kognitif, hingga psikososial. Dalam perubahan fisik yang dialami remaja ditandai dengan perubahan secara primer dan sekunder. Beberapa perubahan ditandai dengan mulai tumbuhnya rambut-rambut pada bagian tubuh tertentu, perubahan bentuk tubuh, tanda-tanda pubertas (menstruasi dan mimpi basah), dan kematangan alat-alat reproduksi (Papalia & Martorell, 2021). Adanya rasa ingin tahu dan penasaran dari remaja terkait seksualitas membutuhkan pendampingan dan arahan dari orang-orang dewasa (Cheer et al., 2004). Selain itu, adanya pemahaman terkait seksualitas yang sehat merupakan bagian usaha untuk menjaga kesejahteraan remaja. Berdasarkan badan kesehatan dunia WHO (WHO, 2006), menyatakan bahwa

pendidikan seksualitas perlu diberikan dengan menyesuaikan nilai-nilai budaya dan agama yang dianut. Hal ini berkaitan perilaku perilaku beresiko yang mungkin muncul akibat rasa ingin tahu dan kurang memahami akibat serta resiko yang dimunculkan di kemudian hari (Lidiawati & Kristiani, 2022). Secara khusus, penting untuk memahami bahwa remaja telah mengalami pubertas dan memiliki ketertarikan terhadap lawan jenis namun belum diikuti dengan kematangan secara emosional dan sikap bertanggung-jawab. Hal ini tentu membuat para orang tua dan tenaga pendidik kerap kali cemas terkait perilaku-perilaku beresiko yang akan muncul di masa remaja ini. Pendidikan seksualitas di Indonesia masih sangat kurang diajarkan oleh orang dewasa seperti orang tua maupun guru kepada remaja. Hal ini disebabkan oleh stigma yang berkembang di masyarakat bahwa jika kita membicarakan mengenai pendidikan seksualitas adalah sesuatu yang tabu (Lidiawati & Kristiani, 2022). Padahal sesungguhnya pendidikan seksual sangat bermanfaat untuk menjauhkan remaja dari kekerasan seksual dan kesalahpahaman mengenai seksualitas (Joni & Surjaningrum, 2020). Namun faktanya menurut data Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 2018), ada sebanyak 42,7% perempuan Indonesia yang belum menikah mengalami kekerasan dalam hubungan romantis dan sekitar 34,4% diantaranya adalah kekerasan seksual. Fakta ini cukup membuat hati miris karena melihat persentase angka kasus kekerasan dalam hubungan romantis terhadap perempuan Indonesia yang cukup tinggi.

METODE

Terdapat beberapa metode yang diterapkan, yaitu:

1. **Tahap Persiapan.** Pada tahap ini pelaksanaan kegiatan menggali informasi dengan wawancara dengan guru BK, Kesiswaan guna menemukan kebutuhan yang tepat dan sesuai yang diinginkan oleh sasaran pelaksana. Selanjutnya pada tahap

ini pula pelaksana mendiskusikan hasil temuan dan menyiapkan bahan dan materi yang digunakan untuk menjawab permasalahan yang ditemukan.

2. Tahap Pelaksanaan.

Program yang akan dilakukan dengan SMA Wijaya Putra:

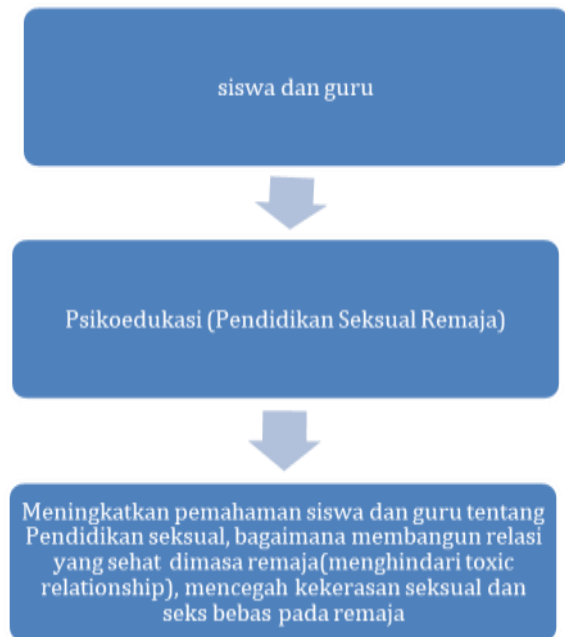
- a) Melakukan pengukuran awal untuk mengetahui tingkat pemahaman berkaitan dengan Pendidikan seksual pada guru dan siswa melalui prepost test dan sebagai baseline awal untuk pembuatan materi psikoedukasi.
- b) Menyusun program psikoedukasi yang akan dilakukan berkaitan dengan Pendidikan seksual
- c) Pemaparan materi, studi kasus, tanya jawab, diskusi bersama, *role play* berkaitan tentang Pendidikan seksual.
- d) Pendampingan dalam bentuk konseling atau membentuk peer group sebagai wadah Bersama untuk mengatasi Tindakan kekerasan seksual yang dialami disekolah

3. Tahap Evaluasi

- a. Sebagai upaya untuk menjamin dan mengevaluasi pelaksanaan dan keberlanjutan pelaksanaan, Tim Pelaksanaan akan melakukan monitoring dan evaluasi setiap bulan pada waktu pelaksanaan PPM.
- b. Untuk menjamin keberlanjutan pelaksanaan setelah selesai pelaksanaan PPM, Tim Pelaksana PPM akan bekerjasama dengan Guru BK SMA Wijaya Putra untuk melaksanakan monitoring dan evaluasi secara bersama-sama setiap 6 (enam) bulan sekali.

Metode Pendekatan

Metode peningkatan kapasitas siswa dan guru dilakukan dalam bentuk pelatihan (psikoedukasi) dan pendampingan dalam bentuk konseling jika terdapat permasalahan terkait dengan Pendidikan seksual. Pelatihan (psikoedukasi) dan pendampingan yang dilakukan, tentunya diorientasikan pada pemenuhan dimensi kognitif, afektif dan sosial.



Adapun Peningkatan Kapasitas yang dilakukan antara lain:

- a. Pengukuran baseline tentang pemahaman siswa dan guru terkait tentang Pendidikan seksual sehingga dapat dirancang psikoedukasi yang tepat dan sesuai kebutuhan (preposttest)
- b. Menyusun program pemberdayaan yang akan dilakukan.
- c. Memberikan pemahaman pada siswa dan guru terkait Pendidikan seksual, toxic relationship, seks bebas, dan lain sebagainya berupa paparan materi, pemutaran video dan diskusi.
- d. *Sharing session* tentang pengalaman berpacaran atau bahkan Tindakan kekerasan seksual yang pernah dialami

- e. Pendampingan dalam bentuk konseling atau membentuk peer group sebagai wadah Bersama untuk mengatasi Tindakan kekerasan seksual yang dialami disekolah

Partisipasi Mitra dalam Pelaksanaan PPM

Adapun partisipasi mitra dalam pelaksanaan PPM ini, sebagai berikut:

1. Mitra bersedia dan berkomitmen mengikuti kegiatan pelatihan, simulasi dan pendampingan dalam program PPM.
2. Berkomitmen mengikuti arahan tim pengusul dan menerapkan semua iptek yang sudah diberikan oleh tim pengusul baik pada saat pelaksanaan PPM serta pasca program PPM.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. HASIL

Hasil pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Frekuensi dan presentase peserta

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
1	Laki-laki	14	18%
2	Perempuan	64	82 %

(Sumber :Data diolah Penulis, 2024)

Tabel 2. Hasil Uji Perbedaan Rata-rata Pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan Pendidikan Seksual pada Remaja

Responden (N : 78)

Tingkat pengetahuan	Min	Max	Median
Sebelum Pendidikan seksual remaja	40	80	70
Sesudah pendidikan seksual remaja	70	100	90

2. PEMBAHASAN

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan responden mengalami peningkatan setelah diberikan Pendidikan seksual remaja. Dimana ada perbedaan sebelum dan sesudah

diberikan Pendidikan seksual. Setelah mengikuti kegiatan ini diharapkan remaja akan mampu membangun hubungan seksual yang sehat dimasa remaja untuk menghindari toxic relationship, menghindari kekerasan seksual serta seks bebas terlihat dari adanya peningkatan pengetahuan peserta. Peningkatan pengetahuan dapat dilihat dari hasil pretest dan postest. Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini, hal ini Nampak dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta selama pemamaparan materi yang diberikan.

Pendidikan seksual sangat penting bagi remaja dimana remaja membutuhkan informasi yang tepat dalam memahami tentang seksual sejak dini agar dapat terhindar dari dampak negative pergaulan saat ini. Arus informasi yang begitu cepat sangat mempengaruhi kondisi remaja saat ini, Masa remaja merupakan masa keingintahuan yang besar tentang hal-hal seksual. Hal ini erat kaitannya dengan terwujudnya hubungan yang lebih matang dengan lawan jenis (Masita, 2019) Pada masa remaja, pengetahuan tentang masalah seksual benar-benar mulai muncul. Hal ini untuk meminimalisir remaja mencari informasi dari sumber yang salah. Informasi tentang seks sangat penting karena kita tahu bahwa remaja dapat melakukan hubungan seks, dan karena kurangnya informasi tentang perilaku seksual remaja, ini terkait dengan pematangan hormonal dan libido yang terkait. Sehingga individu yang sudah memasuki masa remaja perlu akan pendidikan seks.

Pendidikan seksual adalah pengajaran, pemahaman, dan penjelasan tentang masalah seksual, naluri, dan pernikahan kepada remaja ketika mereka mulai tumbuh dan siap untuk memahami tentang seksualitas(Putra & Ramdani, 2014). Adanya kegiatan Pendidikan seksual disekolah akan menambah pengetahuan bagi remaja serta diharapkan dapat terhindar dari perilaku negative yang tidak diinginkan. Dapat juga kita artikan Pendidikan seks adalah cara untuk mengurangi atau mencegah pelecehan seksual, terutama untuk mencegah efek samping yang tidak diinginkan seperti kehamilan yang tidak direncanakan, infeksi menular seksual, depresi dan rasa bersalah.

KESIMPULAN

. Kegiatan Pendidikan seksual bagi remaja ini sangat bermanfaat dimana dari hasil kegiatan tersebut remaja SMA mengalami peningkatan setelah diberikan Pendidikan seksual remaja. Dimana ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan seksual. Setelah mengikuti kegiatan ini diharapkan remaja akan mampu membangun hubungan seksual yang sehat dimasa remaja untuk menghindari toxic relationship, menghindari kekerasan seksual serta seks bebas terlihat dari adanya peningkatan pengetahuan pesertamengalami peningkatan. Kegiatan ini bisa dilakukan secara berkelanjutan, baik oleh guru BK maupun oleh siswa yang sudah pernah menerima pembekalan berkaitan dengan materi ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami haturkan terima kasih kepada Ketua Prodi Psikologi, Dekan Fakultas Psikologi dan kepala LPPM Universitas Wijaya Putra.

REFERENSI

- Cheer, J. F., Wassum, K. M., Heien, M. L. A. V., Phillips, P. E. M., & Wightman, R. M. (2004). Cannabinoids Enhance Subsecond Dopamine Release in the Nucleus Accumbens of Awake Rats. *The Journal of Neuroscience*, 24(18), 4393–4400.
<https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.0529-04.2004>
- Joni, I. D. A. M., & Surjaningrum, E. R. (2020). Psikoedukasi Pendidikan Seks Kepada Guru

- dan Orang Tua Sebagai Upaya Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Anak. *JURNAL DIVERSITA*, 6(1), 20–27.
<https://doi.org/10.31289/diversita.v6i1.3582>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2018). *Waspada Bahaya Kekerasan dalam Pacaran*.
- Lidiawati, K. R., & Kristiani, M. P. (2022). *Psikoedukasi Pendidikan Seksualitas: Membangun Relasi Pacaran Sehat Pada Remaja* (Vol. 5).
- Masita, Y. M. (2019). Hubungan Persepsi Remaja Tentang Pendidikan Seksual dan Bimbingan Agama Orang Tua dengan Sikap Seksual Remaja pada Siswa SMK Yayasan Pendidikan 17-2 Malang 2016. *Jurnal MID-Z (Midwivery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 2(2), 61–66.
<https://doi.org/10.36835/jurnalmidz.v2i2.647>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience Human Development, 14th Edition* (14th ed.). McGrawHill.
- Putra, F., & Ramdani, R. (2014). Ketercapaian Tugas-Tugas Perkembangan Remaja dan Pendidikan Seksual Pada Remaja. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 2(3), 37–41.
<https://doi.org/10.29210/110400>
- WHO. (2006). *Defining sexual health*.