

Edukasi Seksual Sehat untuk Remaja: Membangun Pemahaman dan Kesadaran Sejak Dini di Desa Karang Agung Kabupaten Pali Tahun 2025

Eka Afrika^{1*}, Putu Lusita Nati Indraini², Eka Rahmawati³, Rizki Amalia⁴, Sri Handayani⁵, Muhammad Romadhon⁶

^{1,2,3,4,5} Program Studi Ilmu Kebidanan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan Universitas Kader Bangsa Palembang

⁶Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kebidanan dan Keperawatan Universitas Kader Bangsa Palembang

*Email korespondensi: afrikaeka@gmail.com

Abstrak

Remaja merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap pengaruh negatif terkait seksualitas, terutama akibat kurangnya pengetahuan dan pendidikan seksual yang memadai. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang konsep seksual sehat, yang meliputi aspek kesehatan reproduksi, batasan diri, serta sikap bertanggung jawab dalam hubungan sosial dan seksual. Kegiatan ini dilaksanakan di desa Karang Agung Kabupaten Pali tahun 2025 dengan melibatkan 25 remaja sebagai responden. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Hasil pre-test menunjukkan bahwa hanya 40% peserta memiliki pemahaman dalam kategori baik, sementara 60% berada pada kategori cukup. Setelah dilakukan edukasi, seluruh peserta (100%) menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan ke kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukatif yang partisipatif dan kontekstual efektif dalam meningkatkan literasi seksual remaja. Program ini diharapkan dapat menjadi model edukasi yang berkelanjutan di lingkungan sekolah untuk mendorong perilaku remaja yang sehat dan bertanggung jawab secara seksual.

Kata kunci: Remaja, Edukasi Seksual, Kesehatan Reproduksi, Perilaku Sehat, Kesadaran

Article Info

Received date: 12 Juni 2025

Revised date: 10 July 2025

Accepted date: 14 July 2025

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial secara signifikan. Masa ini sering disebut sebagai masa transisi yang penuh tantangan, termasuk dalam hal perkembangan seksual. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan reproduksi sering kali membuat remaja berada dalam situasi yang rentan terhadap perilaku seksual berisiko, seperti seks bebas, kehamilan di luar nikah, serta infeksi menular seksual (WHO, 2010).

Data dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menunjukkan bahwa banyak remaja di Indonesia belum mendapatkan edukasi seksual yang memadai, baik dari lingkungan keluarga maupun sekolah (BKKBN, 2022). Sementara itu, akses informasi dari internet dan media sosial yang tidak terfilter seringkali justru memperburuk pemahaman mereka tentang seksualitas. Ketidaktepatan informasi dapat memicu rasa penasaran yang berujung pada tindakan eksploratif tanpa pemahaman yang cukup tentang risiko dan tanggung jawabnya (UNESCO, 2018).

Menurut Santrock (2019), remaja memiliki kecenderungan untuk mengeksplorasi identitas dirinya, termasuk identitas seksual, sehingga mereka sangat membutuhkan panduan yang tepat dari orang dewasa dan lembaga pendidikan. Sayangnya, pendidikan seksual masih dianggap tabu di banyak lingkungan masyarakat Indonesia, yang membuat remaja mencari informasi dari sumber yang tidak terpercaya.

Penguatan edukasi seksual yang sehat dan komprehensif sangat penting untuk membangun pemahaman remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, memahami batasan dalam pergaulan, serta membentuk sikap bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain. Edukasi ini seharusnya tidak hanya menekankan pada aspek biologis, tetapi juga pada aspek psikologis, sosial, dan nilai moral yang relevan dengan budaya lokal (Kemenkes RI, 2020).

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, diharapkan para remaja memperoleh pemahaman yang lebih utuh tentang perilaku seksual sehat dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari sebagai bagian dari upaya pencegahan terhadap risiko-risiko yang mengancam kesehatan fisik dan mental mereka di masa depan.

METODOLOGI

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 31 Mei 2025, bertempat di TPQ Imam Sya'fii Kota Gorontalo. Peserta kegiatan berjumlah 10 orang anak tingkat sekolah dasar yang rutin mengikuti kegiatan pembelajaran di TPQ tersebut. Metode pelaksanaan kegiatan dirancang dalam beberapa tahap sebagai berikut: a). Diskusi awal: peserta diajak menyebutkan nama-nama buah yang sudah mereka ketahui dalam bahasa Indonesia untuk menggali pengetahuan awal dan membangun rasa percaya diri. b). Pengenalan kosakata: peserta diperkenalkan nama buah dan warna dalam bahasa Inggris, seperti *apple – red, banana – yellow, grape – purple* dengan media *flashcard*. c). Praktik mewarnai: peserta diberikan lembar kerja bergambar buah, kemudian mewarnai sesuai warna asli sambil melafalkan kosakata yang sudah diperkenalkan. d). Pengulangan: di akhir sesi, peserta diajak mengulang kosakata yang sudah dipelajari bersama-sama agar lebih melekat dalam ingatan.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif melalui metode penyuluhan, diskusi interaktif, pemutaran media edukatif, dan evaluasi. Sasaran program ini adalah remaja di desa Karang Agung Kabupaten Pali dengan rentang usia 13–17 tahun, karena kelompok usia ini merupakan masa kritis dalam perkembangan seksual dan identitas diri (Santrock, 2019).

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam beberapa tahapan sebagai berikut: Tahap Persiapan Tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dan menyusun instrumen kegiatan, seperti modul materi, pre-test dan post-test, serta lembar evaluasi peserta. Materi disusun berdasarkan pedoman resmi seperti dari WHO (2010), UNESCO (2018), dan BKKBN (2022), yang menekankan pentingnya pendekatan edukasi seksual yang ilmiah, kontekstual, dan sensitif budaya. Tahap Pelaksanaan Kegiatan Edukasi seksual dilaksanakan dalam bentuk: Penyuluhan interaktif dengan metode ceramah partisipatif menggunakan media PowerPoint dan video animasi edukatif. Diskusi kelompok terfokus (Focus Group Discussion) yang membahas kasus nyata terkait pergaulan bebas, risiko infeksi menular seksual, dan konsep persetujuan (consent). Simulasi nilai dan peran untuk membantu peserta memahami batasan diri, cara menolak ajakan berisiko, dan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Selain itu, dilakukan observasi selama kegiatan untuk menilai partisipasi dan respons peserta secara kualitatif. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai konsep seksual sehat, terutama dalam hal pengenalan risiko perilaku seksual bebas dan cara melindungi diri (BKKBN, 2022).

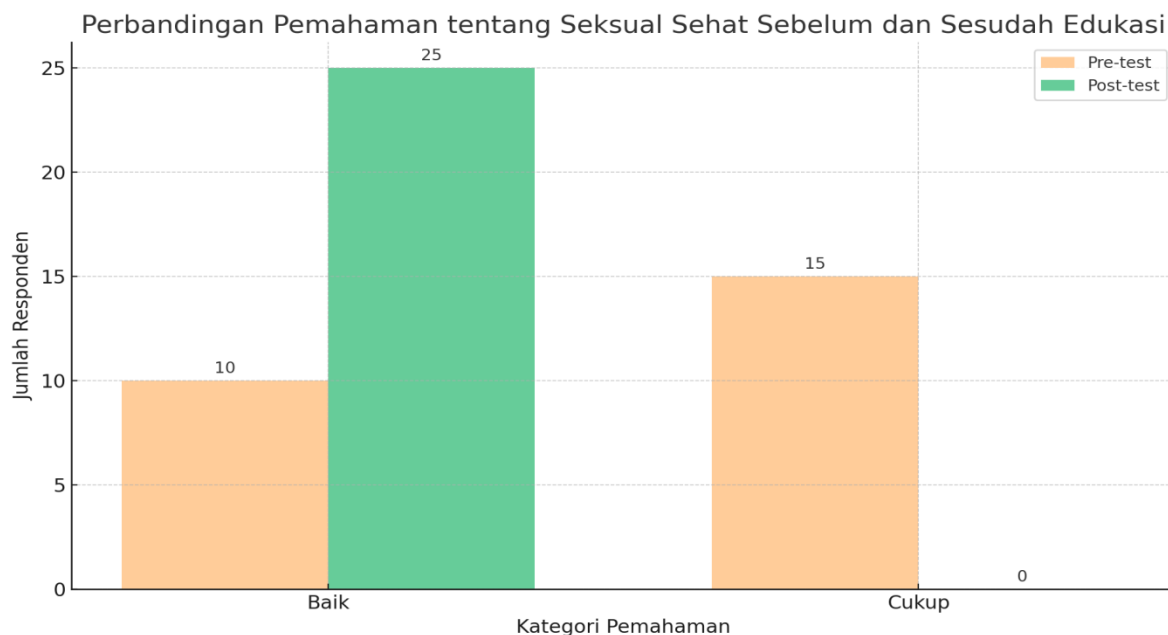
HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan edukasi seksual sehat telah dilaksanakan pada tanggal 3 maret 2025 di desa Karang Agung Kabupaten Pali dengan jumlah peserta sebanyak 25 remaa. Kegiatan ini mencakup penyuluhan, diskusi kelompok, serta sesi tanya jawab interaktif.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta. Salah satu indikator utama dalam kegiatan edukasi ini adalah peningkatan pemahaman remaja mengenai konsep seksual sehat, yang mencakup aspek pengetahuan tentang hubungan yang bertanggung jawab, pentingnya batasan dalam pergaulan, serta kesadaran akan hak dan kewajiban atas tubuh sendiri. Berdasarkan hasil pre-test dari 25 responden, hanya 10 orang (40%) yang menunjukkan tingkat pemahaman dalam kategori baik, sementara 15 orang (60%) berada pada kategori cukup. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum memiliki pemahaman yang utuh tentang makna

dan prinsip-prinsip perilaku seksual sehat, baik secara biologis maupun sosial. Namun, setelah dilakukan pendidikan kesehatan seksual melalui metode penyuluhan dan diskusi kelompok, terjadi peningkatan signifikan dalam hasil post-test. Seluruh responden (100%) — sebanyak 25 peserta — berhasil mencapai kategori baik, dan tidak ada lagi yang berada dalam kategori cukup ataupun kurang. Peningkatan ini mencerminkan bahwa pendekatan edukasi yang diberikan telah mampu menjawab kebutuhan informasi peserta secara efektif. Materi disampaikan secara kontekstual, sesuai dengan usia dan budaya lokal, serta dikemas secara interaktif sehingga peserta mudah memahami dan menginternalisasi nilai-nilai seksual sehat. Hasil ini juga mendukung pernyataan Santrock (2019) bahwa remaja dapat mengembangkan sikap dan perilaku yang sehat apabila diberikan informasi yang benar dan lingkungan yang mendukung dalam proses pembelajaran tentang seksualitas.



Berikut adalah grafik perbandingan tingkat pemahaman peserta mengenai **seksual sehat** sebelum dan sesudah edukasi. Terlihat bahwa seluruh peserta mengalami peningkatan ke kategori **baik**, yang menunjukkan keberhasilan pendekatan edukatif yang digunakan dalam kegiatan ini.

PEMBAHASAN

Peningkatan pemahaman peserta menunjukkan bahwa metode yang digunakan efektif dalam menyampaikan informasi yang kompleks secara sederhana dan kontekstual. Pendekatan diskusi kelompok dan simulasi nilai terbukti mampu menggugah kesadaran peserta serta meningkatkan keberanian mereka untuk berbicara tentang isu seksual secara terbuka namun sopan.

Hal ini sejalan dengan temuan UNESCO (2018) bahwa pendidikan seksual yang komprehensif dan berbasis nilai budaya dapat meningkatkan literasi seksual remaja secara signifikan. Selain itu, keterlibatan guru dan pendekatan non-doktrinal membantu menciptakan suasana aman bagi peserta untuk berdiskusi, sebagaimana disarankan WHO (2010).

Peserta juga menyatakan bahwa mereka selama ini jarang mendapatkan informasi tentang seksualitas secara terbuka baik di rumah maupun di sekolah. Kegiatan ini membuka ruang edukasi yang selama ini dianggap tabu, padahal sangat dibutuhkan dalam membentuk perilaku yang bertanggung jawab (BKKBN, 2022).

Dampak

Dampak dari kegiatan ini dirasakan secara langsung oleh peserta: Peningkatan kesadaran remaja dalam mengenali risiko perilaku seksual bebas. Perubahan sikap, di mana sebagian besar peserta menjadi lebih berhati-hati dalam pergaulan dan mampu mengenali batasan yang sehat. Dalam jangka panjang, program ini diharapkan menjadi bagian dari strategi pencegahan kehamilan remaja dan penularan IMS, sekaligus membantu membentuk karakter remaja yang sadar akan kesehatan diri dan lingkungan sosialnya (Kemenkes RI, 2020).

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi seksual sehat yang dilaksanakan terhadap 25 remaja menunjukkan hasil yang sangat positif. Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai konsep seksual sehat. Sebelum edukasi diberikan, sebagian besar peserta (60%) hanya memiliki pemahaman dalam kategori cukup, dan hanya 40% yang berada dalam kategori baik.

Setelah kegiatan edukasi, seluruh peserta (100%) menunjukkan peningkatan pemahaman yang berada pada kategori baik. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif yang bersifat partisipatif, kontekstual, dan interaktif sangat efektif dalam meningkatkan literasi seksual remaja.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan seksual yang dilakukan secara terbuka, ilmiah, dan sesuai dengan perkembangan psikososial remaja sangat diperlukan dan berdampak nyata dalam membentuk pemahaman serta sikap yang bertanggung jawab terhadap kesehatan reproduksi dan perilaku seksual yang sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2022). *Modul Pendidikan Seksualitas Remaja*. Jakarta: BKKBN.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (16th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- UNESCO. (2018). *International Technical Guidance on Sexuality Education: An Evidence-Informed Approach*. Paris: UNESCO.
- World Health Organization (WHO). (2010). *Developing sexual health programmes: A framework for action*. Geneva: WHO.