



Membangun Karakter Remaja Yang Positif Dengan Edukasi Bahaya Sex Bebas Pada Remaja

Nurlela Hi. Baco¹, Bayu Dwisetyo², Novita Pesak³, Vrigia Lumeohe⁴, Febi Sabanari⁵

¹⁻⁵ Universitas Muhammadiyah Manado

Korespondensi Penulis: nurlelabaco1709@gmail.com

Article History:

Received: September 16, 2024;
Revised: Oktober 30, 2024;
Accepted: November 28, 2024;
Online Available: November 30, 2024

Keywords: Keywords: Free Sex, Reproductive Health Education, Teenagers, Prevention, Counseling.

Abstract: Free Sex is a sexual behavior conducted without commitment and without considering the long-term consequences, which is often experienced by teenagers. High social pressures, lack of understanding about reproductive health, and the influence of social media are the main factors that exacerbate this behavior. Education about the dangers of free sex in teenagers is crucial to reduce the rates of unintended pregnancies, sexually transmitted infections, and other psychological impacts. This community service activity aims to increase teenagers' understanding and awareness about the dangers of free sex and to instill a healthy lifestyle in maintaining responsible sexual relationships. The method used was counseling through a presentation using PowerPoint media, followed by a question-and-answer session with students from SMP N1 Tumpaan, South Minahasa District. This activity was held on January 4, 2025, with the hope of having a positive impact on teenagers' behavior in maintaining their reproductive health.

Abstrak

Sex bebas merupakan perilaku seksual yang dilakukan tanpa komitmen dan tanpa memikirkan dampak jangka panjang, yang sering kali dialami oleh remaja. Tingginya tekanan sosial, kurangnya pemahaman tentang kesehatan reproduksi, serta pengaruh media sosial menjadi faktor utama yang memperburuk perilaku ini. Edukasi tentang bahaya sex bebas pada remaja sangat penting untuk diberikan guna mengurangi angka kehamilan tidak diinginkan, penyakit menular seksual, dan dampak psikologis lainnya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja mengenai bahaya sex bebas serta menanamkan pola hidup sehat dalam menjalin hubungan seksual yang bertanggung jawab. Metode yang digunakan adalah penyuluhan melalui presentasi menggunakan media PowerPoint, diikuti dengan tanya jawab kepada siswa SMP N1 Tumpaan, Kabupaten Minahasa Selatan. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 4 Januari 2025, dengan harapan dapat memberikan dampak positif bagi perilaku remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka.

Kata Kunci: Sex Bebas, Edukasi Kesehatan Reproduksi, Remaja, Pencegahan, Penyuluhan.

1. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase penting dalam perkembangan individu, yang merupakan jembatan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Pada tahap ini, remaja mengalami perubahan fisik, emosional, dan psikologis yang signifikan. Mereka mulai menemukan identitas diri mereka, mengeksplorasi minat, dan mencari tempat mereka di dalam masyarakat. Selama fase ini, remaja sangat rentan terhadap pengaruh dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga, teman sebaya, serta media sosial. Pengaruh ini dapat membentuk pola pikir dan perilaku mereka, yang kadang-kadang dapat membawa dampak positif, tetapi tidak jarang juga berisiko mengarah pada perilaku yang berbahaya.

Salah satu perilaku yang semakin mengkhawatirkan adalah meningkatnya kasus sex bebas di kalangan remaja. Sex bebas merujuk pada perilaku seksual yang dilakukan tanpa komitmen jangka panjang atau rasa tanggung jawab, dan sering kali dilakukan tanpa adanya proteksi yang memadai. Di era digital yang penuh dengan informasi yang mudah diakses, remaja sering kali terpapar pada konten yang mengglorifikasi seksualitas tanpa memperlihatkan risiko-risiko yang ditimbulkannya. Di samping itu, rendahnya pemahaman tentang konsekuensi dari tindakan tersebut seringkali membuat remaja menganggap sex bebas sebagai bagian dari proses mencari identitas atau sebagai cara untuk diterima dalam kelompok sosial.

Perilaku sex bebas ini tidak hanya meningkatkan risiko terhadap kesehatan fisik remaja, seperti penularan penyakit menular seksual (PMS) dan kehamilan yang tidak diinginkan, tetapi juga dapat membawa dampak psikologis yang berat. Keputusan untuk terlibat dalam hubungan seksual di usia muda, yang seharusnya berada dalam tahap perkembangan yang lebih matang, dapat mempengaruhi cara pandang remaja terhadap diri mereka sendiri dan hubungan mereka di masa depan. Selain itu, masalah emosional seperti rasa bersalah, depresi, kecemasan, hingga gangguan identitas dapat timbul akibat tekanan sosial atau ketidaksiapan psikologis untuk menghadapi konsekuensi dari perilaku seksual tersebut.

Di Indonesia, fenomena sex bebas semakin menjadi perhatian, seiring dengan meningkatnya kasus kehamilan remaja dan penyebaran penyakit menular seksual di kalangan anak muda. Menurut data dari Kementerian Kesehatan dan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), kasus kehamilan remaja dan penyakit menular seksual pada remaja terus menunjukkan angka yang mengkhawatirkan. Banyak remaja yang belum menyadari bahwa sex bebas dapat berakibat fatal bagi masa depan mereka. Kurangnya edukasi dan pemahaman tentang kesehatan reproduksi, serta minimnya komunikasi yang terbuka antara remaja dengan orang tua dan pendidik, semakin memperburuk situasi ini.

Edukasi mengenai seksualitas yang sehat dan bertanggung jawab menjadi hal yang sangat penting untuk diberikan kepada remaja. Dengan pemahaman yang baik tentang bahaya dan konsekuensi dari sex bebas, diharapkan remaja dapat membuat keputusan yang lebih bijak terkait perilaku seksual mereka. Edukasi ini bukan hanya sekadar untuk mencegah kehamilan tidak diinginkan atau penyakit menular seksual, tetapi juga untuk membentuk sikap dan perilaku yang sehat dalam menjalin hubungan interpersonal.

Melalui penyuluhan yang berbasis pada informasi yang akurat dan mendalam, serta penyediaan ruang untuk diskusi terbuka tentang seksualitas, kita dapat membantu remaja memahami pentingnya menjaga kesehatan seksual mereka. Selain itu, lingkungan yang mendukung, baik di sekolah, keluarga, maupun masyarakat, sangat diperlukan untuk menciptakan remaja yang tidak hanya sadar akan dampak perilaku mereka, tetapi juga memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan yang lebih baik untuk masa depan mereka.

Dengan demikian, artikel ini bertujuan untuk menggali lebih dalam mengenai bahaya sex bebas pada remaja, baik dari sisi fisik, emosional, dan sosial, serta menawarkan pendekatan yang tepat untuk mengedukasi remaja agar dapat menghindari perilaku berisiko tersebut dan memilih pola hidup yang lebih sehat dan bertanggung jawab.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan dan diskusi yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran remaja mengenai bahaya sex bebas dan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Penyuluhan dilaksanakan pada hari Rabu, 4 Desember 2024, di SMP N1 Tumpaan, Kabupaten Minahasa Selatan. Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah ceramah dengan menggunakan media PowerPoint untuk menyampaikan materi secara visual dan menarik. Materi yang disampaikan mencakup berbagai topik, seperti pengertian sex bebas, dampak negatif dari perilaku sex bebas, serta cara-cara untuk menjaga kesehatan reproduksi secara baik dan benar.

Selain ceramah, penyuluhan ini juga dilengkapi dengan sesi tanya jawab. Siswa diberi kesempatan untuk bertanya mengenai topik yang disampaikan, sehingga mereka dapat lebih memahami dan merespons dengan baik informasi yang telah diberikan. Diskusi ini juga bertujuan untuk membuka ruang bagi remaja untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan informasi yang akurat tentang seksualitas dan kesehatan reproduksi.

Penyuluhan dilakukan dengan melibatkan narasumber yang berkompeten dalam bidang kesehatan reproduksi, yaitu dosen dan tenaga medis dari Universitas Muhammadiyah Manado. Metode ini dipilih agar penyuluhan dapat diterima dengan baik oleh siswa, serta mendorong mereka untuk berpikir kritis tentang pentingnya menjaga kesehatan seksual dan menghindari perilaku sex bebas.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN PENGABDIAN MASYARAKAT

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan yang dilakukan dalam mencegah perilaku seks bebas pada remaja bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak negatif dari seks bebas dan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi di kalangan remaja. Kegiatan ini dilakukan kepada siswa di SMP N1 Tumpaan, Kabupaten Minahasa Selatan, dengan tema “PENCEGAHAN PERILAKU SEX BEBAS PADA REMAJA MELALUI EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI.”

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 4 Desember 2024 di SMP N1 Tumpaan, Kabupaten Minahasa Selatan, dengan narasumber Ns Nurlela Baco, S.Kep.,M.Kep, seorang praktisi kesehatan dan ahli dalam edukasi kesehatan reproduksi. Narasumber memberikan materi tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi di usia remaja serta bahaya yang dapat timbul akibat perilaku seks bebas, seperti penyakit menular seksual (PMS), kehamilan yang tidak diinginkan, dan dampak psikologis yang dapat mengganggu kehidupan masa depan mereka.

Penyuluhan Remaja Dalam Upaya Pencegahan Sex Bebas



Gambar 1. Materi “ Bahaya Sex Bebas Pada Remaja, SMP N1 Tumpaan

Materi yang dijelaskan pada gambar 1 berisikan tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi pada remaja dan dampak dari perilaku seks bebas. Penyuluhan ini bertujuan untuk mengenali gejala-gejala yang muncul akibat perilaku seks bebas yang dapat membahayakan kesehatan fisik dan mental remaja. Beberapa gejala yang harus diwaspadai dan dikenali oleh siswa, di antaranya adalah gangguan fisik seperti penyakit menular seksual (PMS), kehamilan yang tidak diinginkan, penurunan kesehatan mental, serta menurunnya kepercayaan diri dan prestasi akademis. Selain itu, perilaku seks bebas juga dapat

menyebabkan perasaan cemas, tertekan, atau ketakutan yang berlebihan tanpa alasan jelas.

Narasumber pertama, Ns Nurlela Baco, S.Kep.,M.Kep, menjelaskan secara rinci mengenai dampak buruk perilaku seks bebas terhadap kesehatan reproduksi dan mental remaja. Beliau menekankan pentingnya pendidikan seks yang sehat dan cara-cara menghindari terlibat dalam perilaku tersebut. Beberapa gejala yang dapat menjadi indikasi terjadinya perilaku seks bebas antara lain adalah penurunan prestasi akademis secara drastis, masalah emosional seperti kecemasan, stres, serta kesulitan berkonsentrasi. Dalam beberapa kasus, remaja juga dapat terlibat dalam penyalahgunaan zat seperti narkoba, rokok, atau alkohol sebagai bentuk pelarian.

Setelah pemaparan materi mengenai dampak kesehatan reproduksi, narasumber kedua kembali menjelaskan tentang bentuk-bentuk perilaku yang bisa merugikan remaja, seperti terlibat dalam hubungan seksual di usia yang terlalu muda. Narasumber juga menampilkan video animasi yang menggambarkan pengaruh buruk dari seks bebas, baik dari sisi kesehatan fisik maupun mental. Video tersebut menunjukkan beberapa contoh remaja yang terlibat dalam perilaku seks bebas dan akibat buruk yang mereka alami, termasuk penyakit menular seksual dan dampak psikologis seperti rasa malu, cemas, serta gangguan kesehatan mental.

Pada sesi berikutnya, siswa diajak untuk berdiskusi dan melakukan tanya jawab dengan narasumber.

Diskusi ini disambut dengan antusias oleh siswa, di mana mereka berbagi pandangan dan pengalaman tentang bagaimana mereka bisa menjaga diri mereka agar tidak terjerumus ke dalam perilaku seks bebas. Dalam sesi ini, narasumber memberikan panduan tentang bagaimana cara menjaga diri, berkomunikasi dengan orang tua atau guru mengenai masalah seksualitas, serta cara menanggulangi tekanan dari teman sebaya yang mungkin mendorong mereka untuk terlibat dalam perilaku seks bebas. Berdasarkan hasil diskusi tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa siswa mulai memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan menghindari perilaku seks bebas. Mereka juga menjadi lebih peka terhadap dampak negatif dari perilaku tersebut, baik bagi kesehatan fisik, mental, maupun masa depan mereka. Siswa juga sepakat bahwa penting untuk membangun komunikasi yang baik dengan orang tua dan guru untuk mendapatkan bimbingan yang tepat.

Upaya pencegahan seks bebas juga melibatkan peran guru sebagai pendamping dan pembimbing. Guru harus lebih waspada terhadap pergaulan siswa, lebih peka terhadap perubahan perilaku siswa yang mencurigakan, dan menciptakan lingkungan sekolah yang

aman dan nyaman. Guru juga diharapkan untuk dapat menjalin kedekatan dengan siswa, sehingga mereka merasa nyaman untuk berbicara tentang masalah pribadi, termasuk masalah terkait seksualitas.

Dengan terciptanya hubungan yang lebih terbuka dan penuh dukungan di antara siswa dan guru, diharapkan para siswa dapat dengan mudah mengungkapkan kekhawatiran atau masalah yang mereka hadapi. Hal ini dapat mencegah terjadinya perilaku seks bebas dan memberikan solusi yang tepat bagi mereka yang membutuhkan bantuan.

Berikut pelaksanaan materi pertama terkait dampak negatif dari seks bebas yang dapat dilihat pada gambar 2, di bawah ini.



Gambar 2. Tanya jawab dan pemberian dooprize “Bahaya Sex Bebas Pada Remaja”

Berdasarkan gambar 2 terkait penjelasan materi mengenai pencegahan perilaku seks bebas pada remaja, beberapa poin penting yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatan reproduksi dan mental remaja antara lain:

1) Pentingnya "Stand Up and Speak Up"

Remaja perlu memiliki sikap tegas untuk mengungkapkan ketidaksukaan mereka terhadap perilaku yang tidak baik, baik itu dari teman sebayanya maupun pengaruh lingkungan. Mereka perlu belajar untuk berkomunikasi dengan cara yang asertif, bukan dengan cara pasif (diam) atau agresif (melawan secara berlebihan). Sikap asertif membantu remaja untuk menyampaikan keberatan mereka dengan cara yang sopan namun tegas.

2) Mengajarkan Komunikasi Terbuka

Remaja perlu didorong untuk berbicara secara terbuka dan jujur jika merasa tidak nyaman dengan sesuatu, termasuk dalam hal perilaku teman sebaya yang bisa mempengaruhi mereka dalam melakukan seks bebas. Dengan berkomunikasi secara

terbuka, mereka akan merasa lebih dihargai dan lebih mudah mencari solusi atas permasalahan yang ada.

3) Peran Keluarga dalam Pembentukan Karakter Remaja

Keluarga memiliki peran penting dalam membentuk karakter remaja, khususnya dalam mendidik mereka tentang pentingnya menjaga diri dan menghindari seks bebas. Orang tua perlu memberikan apresiasi dan pujian atas pencapaian atau hal-hal positif yang dimiliki anak, sehingga anak merasa dihargai dan percaya diri. Selain itu, penting juga untuk mengajarkan anak tentang cara menerima kegagalan dan kekecewaan dengan bijak, sehingga mereka tidak mencari pelarian dalam perilaku negatif.

Kegiatan edukasi tentang pencegahan seks bebas ini dinilai sukses berdasarkan respon positif yang diterima dari siswa dan masyarakat. Materi yang disampaikan berhasil diterima dan dipahami dengan baik oleh peserta. Siswa menunjukkan partisipasi aktif dalam sesi tanya jawab, dengan mengajukan banyak pertanyaan serta memberikan jawaban yang sesuai atas pertanyaan dari narasumber.

Melalui kegiatan ini, kesadaran siswa dan masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi serta menghindari perilaku seks bebas semakin meningkat. Siswa menjadi lebih paham tentang risiko yang dihadapi apabila terlibat dalam perilaku tersebut, baik itu risiko fisik (seperti penyakit menular seksual) maupun mental (seperti gangguan emosional). Selain itu, masyarakat, terutama orang tua, juga diingatkan tentang pentingnya memberikan pendidikan yang tepat kepada anak-anak mereka, agar mereka dapat berkembang dengan perilaku yang baik dan menghindari perilaku seks bebas.

Pada sesi terakhir dari pelaksanaan edukasi, beberapa siswa SMP N1 Tumpaan Kabupaten Minahasa Selatan, kepala sekolah, dan walikelas 2A melakukan dokumentasi bersama untuk mengabadikan momen tersebut. Dokumentasi tersebut dapat dilihat pada gambar 3, di bawah ini.



Gambar 3. Dokumentasi Bersama

4. Kendala dan Solusi Diskusi

Tantangan yang dihadapi dalam pelaksanaan penyuluhan adalah masih adanya rasa malu atau tabu di kalangan remaja ketika membahas masalah seksual. Selain itu, beberapa remaja juga terpengaruh oleh lingkungan sosial yang kurang mendukung pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan seksual. Solusi yang diterapkan adalah dengan memperkenalkan pendekatan yang lebih terbuka dan berbasis bukti ilmiah, serta menggunakan bahasa yang mudah dipahami agar remaja merasa nyaman dan teredukasi dengan baik.

5. KESIMPULAN

Sex bebas pada remaja memiliki banyak dampak buruk, baik dari segi fisik maupun psikologis. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi yang tepat dan menyeluruh kepada remaja tentang bahaya sex bebas dan bagaimana cara menjaga kesehatan seksual mereka. Penyuluhan yang dilakukan melalui berbagai metode edukatif diharapkan dapat membantu remaja untuk lebih memahami konsekuensi dari perilaku sex bebas dan memilih jalan hidup yang lebih sehat dan bertanggung jawab.

DAFTAR REFERENSI

- (2020). Dampak perilaku seks berisiko terhadap kesehatan reproduksi di Aceh. *Jurnal Pemuda*, 8(2), 33–40. <https://jurnal.ugm.ac.id/jurnalpemuda/article/download/32037/19361>
- (2020). Hubungan antara pendidikan seks dengan perilaku seksual remaja di Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), 90–100.
- (2020). Pengetahuan remaja anak jalanan tentang bahaya seks bebas. *Jurhesti*, 5(3), 12–22. <https://jurnal.kesdammedan.ac.id/index.php/jurhesti/article/download/209/132>
- (2021). Edukasi bahaya seks bebas pada remaja. *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuha*, 1(1), 20–30. <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JPBN/article/view/513>
- (2021). Penyuluhan tentang bahaya seks bebas di kalangan remaja di desa Malitu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 25–35.
- (2024). Edukasi kesehatan reproduksi remaja mengenai bahaya seks bebas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(4), 15–25. <https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/jppk/article/download/428/350/2220>
- (2024). Perilaku seks bebas dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(1), 50–60. <https://www.e-journal.stikesgunungmaria.ac.id/index.php/jpmm/article/view/111>
- Sunaryo, A. (2020). Perilaku seks bebas pada remaja dan penanganannya. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), 45–55. <https://ojs.unm.ac.id/PJAHSS/article/download/47395/22411>
- Wowor, M. D., & Rembet, I. Y. (2024). Dampak seks bebas pada remaja. *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1), 1–10. <https://www.e-journal.stikesgunungmaria.ac.id/index.php/jpmm/article/download/111/86/357>
- Yuliana, N., Solehati, T., & Sutini, T. (2019). Dampak seks bebas pada kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Keperawatan STIKes Kendal*, 3(1), 78–85. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/jgd/article/download/664/475/1159>