

Efektifitas Psikoedukasi SAFE (Sex educAtion For teenagEr) Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dalam Pencegahan Perilaku Seksual Pada Remaja

Oleh:

Inge Putri Zaindah,

Effy Wardati Maryam

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Maret, 2025

Pendahuluan

Fenomena Umum:

- Data SDKI 2017 tercatat 80% wanita dan 84% pria mengaku saat berpacaran melakukan berbagai aktifitas. Aktivitas yang dilakukan seperti berpegangan tangan 64% wanita, dan 75% pria, berpelukan 17% wanita dan 33% pria, cium bibir 30% wanita dan 50% pria dan meraba/diraba 5% wanita dan 22% pria. Selain itu, tercatat bahwa 8% pria dan 2% wanita pernah melakukan hubungan seksual.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), 34,7% remaja perempuan dan 30,9% remaja laki-laki berusia 14-19 tahun mengungkapkan bahwa mereka memiliki teman yang pernah melakukan hubungan seksual sebelum menikah.

Fenomena di Jawa Timur:

Tersebar 6 video asusila di media sosial, remaja SMP-SMA yang melakukan tindak asusila pada tempat umum maupun direkam secara pribadi :

- 2 orang siswa melakukan tindakan asusila dilakukan disalah satu gedung terbengkalai
- 2 orang siswa yang masih memakai seragam sekolah terekam melakukan tindak asusila ditempat persewaan playstation
- 2 orang siswa yang masih memakai seragam sekolah terekam oleh ponsel milik warga melakukan tindak asusila
- 2 orang siswa melakukan tindak asusila disamping sebuah gedung,
- seorang siswi yang masih memakai seragam sekolah merekam dirinya sendiri sedang meraba payudaranya
- sepasang kekasih yang merekam tindak asusila mereka menggunakan ponsel pribadinya.

Survey Awal

Berdasarkan tayangan cctv sekolah terlihat perilaku seksual yang dilakukan oleh siswa yang diamati pada bulan Agustus 2024 yaitu seperti :

- berpacaran dalam kelas, bercumbu, meraba payudara, meraba alat kelamin, dan berpelukan

Kasus yang pernah terjadi di lokasi antara lain:

- foto bugil/telanjang
- pernikahan dini
- lesbian
- menonton video porno
- bergandengan tangan dengan lawan jenis
- chat sex
- memegang alat kelamin sesama jenis

Perilaku Seksual

Teori Sarwono :

- Menurut Sarwono, perilaku seksual merupakan manifestasi dari Perilaku yang dipicu oleh dorongan seksual, baik terhadap individu dari jenis kelamin yang berbeda maupun yang sama. Perilaku ini dapat bervariasi, mulai dari ketertarikan emosional hingga berbagai aktivitas seperti menjalin hubungan, menunjukkan kemesraan, dan melakukan hubungan seksual. Objek dalam perilaku seksual dapat meliputi orang lain, khayalan, ataupun diri sendiri.
- Sarwono mengidentifikasi enam jenis jenis perilaku seksual meliputi sentuhan fisik (touching), berciuman (kissing), meraba area sensitif, stimulasi tanpa penetrasi (petting), seks oral (oral sex), dan hubungan intim (intercourse).
- Sarwono menjelaskan terdapat beberapa penyebab yang dapat memengaruhi perilaku seksual pada remaja meliputi: 1) Kurangnya pengetahuan mengenai perilaku seksual, sehingga remaja menjadi tidak memahami masalah-masalah yang berkaitan dengan seksualitas. 2) Paparan terhadap rangsangan pornografi dalam berbagai bentuk, seperti film, majalah, materi bacaan, serta percakapan dengan teman sebaya. 3) Adanya kesempatan untuk melakukan aktivitas seksual.

SAFE (Sex education for teenager)

SAFE (Sex education for teenagers) merujuk pada pendekatan pendidikan seksual yang bertujuan untuk menyediakan informasi yang akurat, jelas, dan menyeluruh kepada remaja mengenai aspek-aspek perilaku seksual yang sehat, aman, dan bertanggung jawab.

- Pendidikan perilaku seksual bagi remaja adalah proses pembelajaran yang memberikan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan tentang aspek-aspek perilaku seksual yang penting bagi perkembangan fisik, emosional, dan sosial remaja. Program pendidikan ini bertujuan untuk membantu remaja membuat keputusan yang baik terkait hubungan seksual.

Psikoedukasi ini diberikan dalam bentuk penyampaian materi dengan SAFE "(Sex education for teenagers)" yang mencakup materi tentang :

- peran gender, perkembangan seksual remaja dari aspek psikologis dan fisiologis, bentuk tindakan perilaku seksual sebelum pernikahan, perspektif Islam terhadap perilaku tersebut, faktor-faktor penyebabnya, serta dampak fisik, psikologis, dan sosial dari perilaku seksual yang tidak sesuai, strategi pencegahan perilaku seksual pranikah berisiko, dan konsep relasi yang sehat.

Rumusan Masalah

Apakah program psikoedukasi SAFE (Sex Education for Teenagers) efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMP terkait perilaku seksual yang sehat sebagai upaya pencegahan terhadap perilaku seksual pada masa remaja?

Metode

Pendekatan : Kuasi-eksperimen, desain one group pretest-posttest.

Populasi : Seluruh siswa kelas 7 di SMP X Sidoarjo , 371 siswa

Sampel : 42 siswa, memiliki skor rendah tentang pengetahuan perilaku seksual

Pengumpulan Data : Kuesioner

Alat Ukur & Instrument Penelitian :

Kuesioner tingkat pengetahuan perilaku seksual: Adopsi (Suherni, 2020), 38 aitem pernyataan, reliabilitas sebesar 0,7.

Analisis Data : Uji One Sample Kolmogorov-Smirnov dan Uji Paired Sample Test

Hasil Penelitian

Hasil uji one sample K-smirnov test data pretest posttes

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	0,117	42	0,170	0,929	42	0,012
POSTEST	0,090	42	0.200*	0,973	42	0,429

Hasil uji normalitas di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (sig. 2-tailed) > 0,05, yang mengindikasikan bahwa data berdistribusi normal.

Hasil Penelitian

Hasil uji paired sample test data pretest – posttest

		Paired Differences							Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	
					Lower	Upper			
Pair 1	PRETEST - POSTEST	-4,024	2,580	0,398	-4,828	-3,220	-10,106	41	0,000

Diperoleh nilai signifikansi (sig. 2-tailed) sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sebelum (pretest) dan sesudah (posttest)

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi SAFE (Sex Education for Teenagers) terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai pencegahan perilaku seksual. Hal ini dibuktikan berdasarkan hasil uji paired sample t-test diperoleh nilai sig. (2 tailed) sebesar 0.000 yang lebih kecil dari 0.05. artinya bahwa terdapat perubahan perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest.

Penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi SAFE efektif meningkatkan pemahaman remaja tentang perilaku seksual sehat, aman, dan bertanggung jawab. Program ini terbukti meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap risiko perilaku seksual pranikah, seperti kehamilan, IMS, serta dampak psikologis. Psikoedukasi SAFE membantu remaja memahami konsekuensi sosial dan emosional dari hubungan tidak sehat, serta memperkuat sikap bertanggung jawab. Penelitian sejalan dengan temuan sebelumnya (Sesilia, 2023; Basaria, 2021; dkk.), dan menekankan pentingnya pendidikan seksual berbasis nilai dan ilmu, yang melibatkan peran aktif orang tua dan sekolah. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan: cakupan subjek terbatas, belum mengevaluasi dampak jangka panjang, dan tidak membandingkan metode dengan pendekatan lain.

Temuan Penting Penelitian

1. **Psikoedukasi SAFE (Sex Education for Teenagers) terbukti efektif** dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang pencegahan perilaku seksual pranikah.
2. **Terdapat peningkatan signifikan** antara skor pretest dan posttest pemahaman siswa setelah diberikan psikoedukasi, dibuktikan melalui uji paired sample t-test dengan nilai signifikansi $0,000 (< 0,05)$.
3. **Penelitian ini mendukung hasil studi sebelumnya** yang menunjukkan bahwa pendidikan seksual berbasis ilmiah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang dampak perilaku seksual, baik secara sosial, psikologis, maupun kesehatan mental.
4. **Peran sekolah dan orang tua sangat penting** dalam mendukung pendidikan seksual yang berkelanjutan, dengan mengintegrasikan nilai agama dan moral secara menyeluruh dalam proses pembelajaran.
5. **Pendidikan seksual yang diberikan secara struktural dapat membentuk karakter dan tanggung jawab remaja**, serta membantu mereka menjalani kehidupan seksual yang sehat dan aman di masa depan.

Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa:

- Meningkatkan pemahaman siswa terkait perilaku seksual.
- Mencegah perilaku seksual sebelum menikah melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya:

- Pelaksanaan psikoedukasi sebaiknya dilakukan dalam lebih dari satu sesi agar efektivitas intervensi meningkat.
- Materi psikoedukasi sebaiknya disusun berdasarkan hasil identifikasi masalah yang dialami siswa, sehingga lebih spesifik dan relevan.
- Perlu dilakukan tes pascaintervensi beberapa bulan setelah psikoedukasi untuk mengevaluasi dampak jangka panjang.
- Disarankan membandingkan subjek penelitian berdasarkan lokasi geografis (desa dan kota) untuk memahami perbedaan budaya dan pandangan terhadap edukasi seksual.
- Melibatkan orang tua dalam psikoedukasi agar mereka turut serta memberikan dukungan dan edukasi di luar lingkungan sekolah.

Referensi

- [1] A. S. Pidah, U. Kalsum, H. D. Sitanggang, and G. Guspianto, "Determinan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Pria (15-24 Tahun) di Indonesia (Analisis SDKI 2017)," *J. Kesmas Jambi*, vol. 5, no. 2, pp. 9–27, 2021, doi: 10.22437/jkmj.v5i2.13878.
- [2] R. Riya and L. Ariska, "Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja," *J. Ilm. Univ. Batanghari Jambi*, vol. 23, no. 2, p. 2123, 2023, doi: 10.33087/jjubj.v23i2.3478.
- [3] R. A. Aisyah and T. Muis, "Perilaku Seksual Remaja Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya," *J. BK UNESA*, vol. 03, no. 01, pp. 364–372, 2013.
- [4] S. H. Hayati, R. Widyana, and S. E. Purnamasari, "Pendidikan Kesehatan Reproduksi Untuk Penurunan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja," *J. Psikol.*, vol. 17, no. 1, pp. 29–35, 2021, [Online]. Available: <https://ejournal.up45.ac.id/index.php/psikologi/article/view/816>
- [5] Y. Susanti and S. Asyanti, "Psikoedukasi Sebagai Prevensi Perilaku Seksual Pranikah Remaja Putra Yang Tinggal Di Panti Asuhan," *J. Interv. Psikol.*, vol. 14, no. 1, pp. 11–20, 2022, doi: 10.20885/intervensipsikologi.vol14.iss1.art2.
- [6] A. Novendra and Y. H. Widodo, "Perilaku Seksual Siswa Sebuah Sekolah Menengah Pertama di Yogyakarta," *Solut. J. Couns. Pers. Dev.*, vol. 4, no. 2, pp. 1–10, 2022.
- [7] L. Alfita, "Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Seksual," *Naskah Publ. Univ. Gunadarma*, vol. 5, no. 1990, pp. 1422–1428, 2015.
- [8] R. S. Putro, S. Sunirah, A. M. Andas, and F. H. Wada, "Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja," *J. Surya Med.*, vol. 8, no. 1, pp. 194–199, 2022, doi: 10.33084/jsm.v8i1.3163.
- [9] S. Nuryasita, H. A. Nauli, and T. N. Prastia, "Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dan Sumber," *Hub. Pengetah. Kesehat. Reproduksi Dan Sumber Inf. Dengan Perilaku Seks Pranikah Di Max Kab. Bogor*, vol. 5, no. 2, pp. 198–205, 2022.
- [10] A. P. Sesilia, A. Tri, L. Purba, and A. A. Saragih, "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," vol. 4, no. 3, pp. 376–382, 2023.
- [11] D. Basaria and M. T. Kelly, "Mengenal Seksualitas Secara Sehat Bagi Remaja," no. November 2021, pp. 284–292.
- [12] F. Gamaliel, P. Yudi Dwi Arliyanto, and Andi Fadli, "Pelatihan Pembuatan Website Sekolah Smp Islam Al Ma'Ruf Sumber Jaya Berbasis Wordpress Melalui Live Streaming Google Meet," *J. Pengabd. Masy. Bumi Raflesia*, vol. 5, no. 2, pp. 844–849, 2022, doi: 10.36085/jpmbr.v5i2.3345.
- [13] P. E. Mahayani, "Perbedaan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Seks Pranikah dengan Media Video," *J. Ilm. Kebidanan (The J. Midwifery)*, vol. 9, no. 2, pp. 155–161, 2021, doi: 10.33992/jik.v9i2.1512.
- [14] S. Rahayu, A. Suciawati, and T. Indrayani, "Pengaruh Edukasi Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Seksual Pranikah Di Smp Yayasan Pendidikan Cisarua Bogor," *J. Qual. Women's Heal.*, vol. 4, no. 1, pp. 5–5, 2021, doi: 10.30994/jqwh.v4i1.101.
- [15] W. Kusumastuti, "Pengaruh Metode Psikoedukasi Terhadap Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja Putri," *Indig. J. Ilm. Psikol.*, vol. 2, no. 2, pp. 155–166, 2017, doi: 10.23917/indigenous.v2i2.4461.
- [16] Y. S. Alexander and B. Patria, "Psikoedukasi 'Remaja MUDA' untuk Meningkatkan Asertivitas Anti-Seks Pranikah," *Gajah Mada J. Prof. Psychol.*, vol. 5, no. 2, p. 185, 2019, doi: 10.22146/gamajpp.50255.
- [17] A. Supratiknya, *Merancang Program dan Modul Psikologi Edukasi*. 2011. [Online]. Available: [https://repository.usd.ac.id/12880/1/2011 Merancang Program dan Modul Psikoedukasi Edisi Revisi.pdf](https://repository.usd.ac.id/12880/1/2011%20Merancang%20Program%20dan%20Modul%20Psikologi%20Edukasi)
- [18] B. Fatonah, W. Astuti, E. Suzanna, and ..., "Efektivitas Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Personal Safety Skill Pada Siswa SMP X Lhokseumawe," *INSIGHT J. ...*, vol. 2, no. 2, pp. 406–412, 2024, [Online]. Available: <https://ojs.unimal.ac.id/index.php/ijpp/article/view/15676%0Ahttps://ojs.unimal.ac.id/index.php/ijpp/article/download/15676/6917>
- [19] N. Mansoben and S. Pangaribuan, "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Gaya Pacaran Sehat Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja," *Glob. Heal. Sci.*, vol. 5, no. 4, p. 191, 2020, doi: 10.33846/ghs5401.
- [20] S. M. M. Lumban Gaol and K. Stevanus, "Pendidikan Seks Pada Remaja," *FIDEI J. Teol. Sist. dan Prakt.*, vol. 2, no. 2, pp. 325–343, 2019, doi: 10.34081/fidei.v2i2.76.
- [21] A. A. Amir, R. Fitri, and Z. Zulyusri, "Persepsi Mengenai Pendidikan Seksual Pada Remaja: a Literature Review," *Khazanah Pendidik.*, vol. 16, no. 2, p. 111, 2022, doi: 10.30595/jkp.v16i2.14103.

