

BIJAKSANA

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muhammadiyah Palangkaraya




Pentingnya Pencegahan Seks Bebas di Kalangan Remaja

^{1*}Herman , ²Achmad Zainul Rozikin

¹Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Ekonomi, Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, Indonesia

Email: herman@umpr.ac.id

Informasi Artikel	ABSTRAK
Diterima: Mei 2025	<p>Perilaku seks bebas di kalangan remaja merupakan salah satu permasalahan serius yang dapat mengancam masa depan generasi muda, termasuk di lingkungan sekolah menengah atas. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pentingnya upaya pencegahan seks bebas di kalangan siswa SMA Negeri I Palangkaraya. Remaja SMA berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap pengaruh pergaulan bebas, media digital, serta kurangnya pemahaman mengenai risiko dan dampak seks bebas. Melalui pendekatan studi deskriptif dengan metode diskusi dan tanya jawab. Kurangnya pengetahuan dan pendidikan seksual yang tepat serta minimnya pengawasan dari lingkungan sekitar menjadi faktor utama penyebab perilaku menyimpang tersebut. Upaya pencegahan yang dapat dilakukan antara lain melalui penguatan pendidikan karakter dan keagamaan, penyuluhan kesehatan reproduksi, serta peran aktif guru dan orang tua dalam membimbing siswa. Hasil sosialisasi ini menegaskan bahwa pentingnya pencegahan seks bebas di SMA I Palangka Raya perlu dilakukan secara sistematis dan kolaboratif agar tercipta lingkungan sekolah yang sehat, aman, dan memperkuat spiritual.</p> <p>Kata kunci: Remaja, Seks Bebas, Pencegahan</p> <p><i>Free sex behavior among adolescents is a serious problem that can threaten the future of the younger generation, including in the high school environment. This study aims to examine the importance of efforts to prevent free sex among students of SMA Negeri I Palangkaraya. High school adolescents are in a developmental phase that is vulnerable to the influence of promiscuity, digital media, and a lack of understanding of the risks and impacts of free sex. Through a descriptive study approach with discussion and question and answer methods, the lack of knowledge and appropriate sexual education and minimal supervision from the surrounding environment are the main factors causing this deviant behavior. Preventive efforts that can be done include strengthening character and religious education, reproductive health counseling, and the active role of teachers and parents in guiding students. The results of this socialization emphasize the importance of preventing free sex at SMA I Palangka Raya, which needs to be carried out systematically and collaboratively to create a healthy, safe, and spiritually strengthening school environment.</i></p> <p>Keywords: Teenagers, Free Sex, Prevention</p>
Revisi: Juni 2025	
Publikasi: Juni 2025	
<div> © 2025 Herman, Achmad Zainul Rozikin. Published by Institute for Research and Community Service: Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).</div>	

doi: [10.33084/bijaksana.v3i1.10495](https://doi.org/10.33084/bijaksana.v3i1.10495)

Bidang: Pengabdian

Informasi sitasi: Munandar, H., Safithry, E. A., Hafid, I., Usop, D. S., Marhani, I., Juhairiah, S., Setyawan, D., & Karyanti, K. (2025). Optimalisasi Kesehatan Mental Siswa: Inisiatif Sosialisasi dan Pendampingan di SMA Muhammadiyah Palangka Raya. *Bijaksana: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 28–31. <https://doi.org/10.33084/bijaksana.v3i1.10343>

PENDAHULUAN

Pendidikan seks merupakan bentuk edukasi preventif yang bertujuan untuk mencegah penyimpangan seksual serta menanggulangi konsekuensi dari kesalahan dalam hubungan seksual pada remaja (Safita, 2013; Rahmaniah, 2017). Remaja merupakan kelompok usia yang cenderung mengalami gejala emosional serta memiliki tingkat rasa ingin tahu yang tinggi

terhadap berbagai hal, termasuk dalam mengenal lawan jenis (Zakiah et al., 2022). Banyak remaja beranggapan bahwa memiliki pasangan adalah sesuatu yang wajar dalam pergaulan mereka, karena alasan hiburan, interaksi sosial, peningkatan status, pengalaman masa remaja, serta sebagai persiapan untuk memilih pasangan hidup di masa depan (Sumardi et al., 2022). Pada masa saat ini, terjadi berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Perubahan-perubahan tersebut kerap kali memunculkan rasa ingin tahu yang besar, termasuk terhadap hal-hal yang berkaitan dengan seksualitas. Namun, keingintahuan tersebut sering tidak diimbangi dengan pengetahuan dan pemahaman yang tepat, sehingga dapat mendorong remaja untuk melakukan perilaku berisiko, salah satunya adalah seks bebas.

Selain aspek biologis, edukasi seks juga mencakup aspek psikologis dan sosial, seperti pentingnya membangun hubungan yang sehat, menetapkan batasan pribadi, serta memahami konsep persetujuan dalam hubungan (Sujarwati et al., 2014). Remaja diajarkan mengenai pentingnya komunikasi dalam hubungan serta bagaimana mengenali dan menghindari tekanan dari lingkungan sekitar yang dapat membawa dampak negatif, sehingga mereka dapat lebih percaya diri dalam mengekspresikan pendapat serta menjaga diri dari risiko yang mungkin terjadi akibat kurangnya pemahaman tentang seksualitas (Sumardi et al., 2022).

Seks bebas di kalangan remaja saat ini menjadi fenomena sosial yang mengkhawatirkan. Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, seperti media sosial dan internet, memberikan akses yang sangat luas terhadap berbagai konten seksual yang tidak layak dikonsumsi oleh usia remaja. Kurangnya pengawasan orang tua, lemahnya pendidikan seksual di lingkungan sekolah, serta minimnya komunikasi antara anak dan orang dewasa yang dipercaya, turut menjadi faktor pendorong meningkatnya angka perilaku seks bebas di usia sekolah.

Kondisi ini juga mulai terlihat di lingkungan SMA Negeri 1 Palangkaraya, sebagai salah satu sekolah menengah atas unggulan di Kalimantan Tengah. Meskipun memiliki prestasi akademik yang baik, bukan berarti para siswanya bebas dari risiko perilaku menyimpang. Lingkungan pergaulan yang semakin terbuka dan beragam, pengaruh *peer group* (kelompok sebaya), serta tekanan untuk “menyesuaikan diri” dengan tren tertentu sering kali mendorong remaja untuk mencoba hal-hal yang dapat membahayakan masa depan mereka. Tidak sedikit kasus remaja yang terlibat dalam hubungan seksual di luar nikah, yang pada akhirnya berdampak pada kehamilan tidak diinginkan, putus sekolah, bahkan risiko terkena penyakit menular seksual seperti HIV/AIDS.

Melihat kompleksitas permasalahan ini, maka pencegahan seks bebas di kalangan remaja, khususnya siswa-siswi SMA 1 Palangka Raya, menjadi suatu kebutuhan mendesak. Pencegahan tersebut tidak hanya bisa dilakukan dengan memberikan larangan semata, tetapi harus melalui pendekatan yang lebih mendalam dan edukatif. Pendidikan seksual yang komprehensif, bimbingan konseling yang aktif, keterlibatan orang tua dalam pengasuhan, serta penciptaan budaya sekolah yang sehat dan religius, merupakan beberapa strategi yang dapat diterapkan untuk membentengi remaja dari bahaya seks bebas.

Selain itu, penting juga untuk menanamkan nilai-nilai moral, agama, dan tanggung jawab pribadi sejak dini kepada para siswa. Dengan begitu, mereka akan mampu memahami batasan-batasan dalam pergaulan dan memiliki kesadaran untuk menjaga diri dari segala bentuk penyimpangan perilaku seksual. Pencegahan seks bebas bukan hanya soal menjaga kesehatan jasmani, tetapi juga merupakan upaya menjaga kehormatan, harga diri, dan masa depan remaja sebagai aset bangsa. Target dalam kegiatan ini yaitu luaran jurnal terakreditasi.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan cara mensosialisasi Pentingnya Pencegahan Seks Bebas di Kalangan Remaja di SMA 1 Palangka Raya kelurahan langkai Kecamatan Pahandut dan kegiatan ini diikuti oleh siswa-siswi SMA 1 Palangka Raya Kelas XII dan mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Muhammadiyah Palangkaraya dengan jumlah peserta mencapai 30 orang. Sosialisasi Pentingnya Pencegahan Seks Bebas di Kalangan Remaja di SMA 1 Palangka Raya menggunakan metode ceramah dan tanya jawab yang diawali dengan pengenalan serta dampak seks bebas melalui kasus dan gambar peristiwa seputar seks bebas yang dikemas dalam bentuk *power point*. Kegiatan selanjutnya pendalaman materi dan informasi secara khusus dan detail tentang pencegahan dan dampak serta resiko buruk seks bebas di kalangan remaja saat ini sehingga dapat meminimalisir terjadinya Tindakan tersebut baik segi masa depan dan Kesehatan.



Gambar I. Materi Pengenalan dampak Seks Bebas

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dalam rangka pengabdian kepada masyarakat dengan tema "*Pentingnya Pencegahan Seks Bebas di Kalangan Remaja*" telah dilaksanakan di SMA Negeri I Palangkaraya. Kegiatan ini diikuti oleh sekitar 30 siswa kelas XII, dan mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Palangka Raya. Kegiatan ini diawali dengan penyampaian materi edukatif mengenai bahaya seks bebas di kalangan remaja, faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku seks bebas, serta dampak yang ditimbulkannya baik dari segi kesehatan fisik (seperti kehamilan di luar nikah dan penyakit menular seksual) maupun psikologis (seperti trauma, depresi, dan rendah diri). Materi juga disampaikan menggunakan media presentasi visual, video pendek, serta studi kasus yang relevan dengan kehidupan remaja masa kini agar lebih mudah dipahami dan menarik perhatian peserta.



Gambar II. Sosialisasi pentingnya pencegahan seks di kalangan remaja

Hasil lainnya yaitu peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Hasil penyuluhan menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan dan edukasi melalui metode diskusi serta ceramah, remaja mengalami peningkatan signifikan dalam pemahaman

mengenai kesehatan reproduksi, risiko perilaku seks bebas, dan pentingnya menjaga batasan pribadi. Para responden melaporkan bahwa materi edukasi tidak hanya membantu mereka memahami perubahan fisiologis yang terjadi selama pubertas, tetapi juga meningkatkan kesadaran akan risiko seperti kehamilan di luar nikah dan penyakit menular seksual.

Dari hasil diskusi dan tanya jawab yang dilakukan sebelum kegiatan, diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki pemahaman yang masih terbatas mengenai definisi seks bebas dan dampaknya serta menganggap hal yang lumrah dikalangan remaja khususnya untuk bahan candaan dan semacam suatu kebanggaan dari segelintir orang. Banyak di antara mereka yang belum menyadari pentingnya menjaga pergaulan dan batasan dalam hubungan sosial, terutama dalam konteks pacaran. Namun, setelah penyampaian materi dan sesi diskusi, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa sebagaimana terlihat dari hasil diskusi dan tanya jawab.

Sesi diskusi berlangsung cukup aktif, menunjukkan bahwa siswa merasa nyaman dan tertarik untuk mengetahui lebih lanjut mengenai topik ini. Beberapa siswa bahkan mengungkapkan pengalaman mereka dalam menghadapi tekanan sosial dan pengaruh teman sebaya terkait pergaulan bebas. Hal ini menunjukkan bahwa remaja membutuhkan ruang yang aman dan terbuka untuk berdiskusi tentang isu-isu sensitif seperti seksualitas, tanpa merasa dihakimi.

Dari hasil evaluasi kegiatan, hampir seluruh peserta menyatakan bahwa sosialisasi ini sangat bermanfaat dan membuka wawasan baru bagi mereka. Para guru yang hadir juga mengapresiasi kegiatan ini dan menyatakan perlunya dilakukan secara berkala dengan materi yang lebih mendalam dan aplikatif, termasuk pelatihan komunikasi sehat dalam hubungan serta keterampilan menolak ajakan negatif dari teman sebaya. Secara umum, sosialisasi ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai pencegahan seks bebas sangat dibutuhkan di lingkungan sekolah, terutama di kalangan remaja SMA. Selain memberikan informasi, kegiatan ini juga berhasil menumbuhkan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga diri, membangun relasi sehat, dan berperilaku bertanggung jawab terhadap masa depan yang lebih baik.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SMA I Palangka Raya dengan tujuan memberikan edukasi serta pentingnya pencegahan perilaku seks bebas pada remaja. Melalui pendekatan ceramah, diskusi, dan tanya jawab, para siswa-siswi memperoleh pemahaman mendalam tentang kesehatan reproduksi, perubahan tubuh saat pubertas, pentingnya menjaga diri dan batasan pergaulan, serta risiko dari perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab, seperti kehamilan di luar nikah dan penyakit menular seksual. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan, perubahan sikap yang lebih positif, serta penguatan komunikasi antara remaja dengan orang tua dan lingkungan sekitar. Para siswa-siswi juga menunjukkan partisipasi aktif dalam diskusi dan kegiatan positif lainnya. Kegiatan ini membuktikan bahwa penitnya pencegahan seks bebas, jika diberikan dengan pendekatan yang tepat, mampu menjadi solusi preventif yang efektif dan dengan dukungan orang tua, sekolah, dan tokoh masyarakat untuk membentuk generasi muda Palangkaraya yang sehat, sadar risiko, dan berani mengatakan “*no Sex Before Married*”.

DAFTAR PUSTAKA

- Edwards, A. A., Steacy, L. M., Siegelman, N., Rigobon, V. M., Kearns, D. M., Rueckl, J. G., & Compton, D. L. (2022). Unpacking the unique relationship between set for variability and word reading development: Examining word- and child-level predictors of performance. *Journal of Educational Psychology*, 114(6), 1242–1256. <https://doi.org/10.1037/edu0000696>
- Safita, R. (2013). Peranan Orang Tua Dalam Memberikan Pendidikan Seksual Pada Anak. *Jurnal Edu-Bio*, 4(3), 32–40
- Zakiah, L., Safitri, A. W., Karina, K., Sulistiani, S., Astuti, W., & Mutmainah, Z. (2022). Pendidikan Kesehatan Reproduksi: Pendidikan Seksual Pada Remaja MA Al-Aulia. *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 1(2), 66–74. <https://doi.org/10.34305/jppk.v1i02.429>
- Sujarwati, S., Yugistiyowati, A., & Haryani, K. (2014). Peran Orang Tua Dan Sumber Informasi Dalam Pendidikan Seks Dengan Perilaku Seksual Remaja Pada Masa Pubertas Di SMAN 1 Turi. *JNKi (Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia) (Indonesian Journal of Nursing and Midwifery)*, 2(3), 112–116. <https://doi.org/10.21927/jnki.2014>
- Sumardi, S., Nurul Mubarak, M., & Hasna Tsabitha, N. (2022). Pendidikan Seks Bagi Remaja Menjadi Sebuah Kebutuhan. *Kaisa: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 2(2), 88–94. <https://doi.org/10.56633/kaisa.v2i2.48>
https://kaltengoke.com/?s=seks&post_type=post
<https://pa-palangkaraya.go.id/>