

Edukasi Pencegahan Perilaku Seks Bebas pada Remaja di SMA Negeri 1 Langowan

Bukroanah Amir Makkau^{*1}, Nancy Sylvia Bawiling², Andi Pramesti Ningsih³, Tika Bela Sari⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Manado

*e-mail: bukroanahmakkau@unima.ac.id¹, nancybawiling@unima.ac.id², andipramestin@gmail.com³, tikasari@unima.ac.id⁴

Received:
04.07.2025

Revised:
21.07.2025

Accepted:
19.08.2025

Available online:
05.09.2025

Abstract: *Promiscuous sexual behavior is not limited to sexual intercourse, but includes kissing, hugging, genital contact, and other forms of physical interaction that may lead to sexual activity. Many teenagers do not understand that such behaviors fall under the category of free or promiscuous sex. Therefore, education on this topic is crucial, considering its harmful effects, especially for those still in school, such as anxiety, depression, unwanted pregnancy, social exclusion, and even dropping out of school. An educational activity was conducted at SMA Negeri 1 Langowan using a lecture method combined with interactive discussions involving 50 students. The provision of education can increase adolescents' awareness of the importance of sexual education as an effort to prevent risky sexual behavior. It is hoped that through this outreach, teenagers' understanding of the dangers of promiscuous sex will increase, enabling them to make wiser decisions for a healthier and more responsible future.*

Keywords: Education, Adolescents, Premarital Sex

Abstrak: Perilaku seks bebas tidak hanya terbatas pada hubungan intim, tetapi mencakup berciuman, berpelukan, menempelkan alat kelamin, serta bentuk kontak fisik lainnya yang mengarah pada hubungan seksual. Banyak remaja belum memahami bahwa perilaku tersebut termasuk dalam kategori seks bebas. Oleh karena itu, edukasi mengenai seks bebas sangat penting diberikan, mengingat dampaknya yang merugikan, khususnya bagi mereka yang masih berada di bangku sekolah seperti kecemasan, depresi, kehamilan di luar nikah, dikucilkan masyarakat, hingga putus sekolah. Kegiatan edukasi dilakukan di SMA Negeri 1 Langowan dengan metode ceramah dan diskusi interaktif yang melibatkan 50 siswa. Pemberian edukasi mampu meningkatkan kesadaran remaja mengenai pentingnya pendidikan seksual sebagai upaya pencegahan perilaku seksual berisiko. Diharapkan melalui penyuluhan ini, pemahaman remaja tentang bahaya seks bebas meningkat, sehingga mereka dapat membuat keputusan yang lebih bijak demi masa depan yang lebih sehat dan bertanggung jawab.

Kata kunci: Edukasi, Remaja, Seks Bebas

1. PENDAHULUAN

Salah satu tantangan di Indonesia adalah sikap orang tua yang cenderung enggan atau merasa tabu untuk membicarakan topik seksual kepada remaja terutama pada masa awal pubertas padahal pendidikan seks memegang peranan penting sebagai upaya preventif untuk mencegah remaja dari berbagai permasalahan terkait Kesehatan reproduksi dan seksualitas (Rifan Muhammad Rafi et al., 2024). Perilaku seksual bebas merupakan persoalan signifikan yang dihadapi oleh remaja di Indonesia, di mana kemudahan akses terhadap informasi yang tidak terfilter dan lemahnya pengendalian diri menyebabkan sebagian remaja cenderung mudah menerima ajakan untuk melakukan hubungan seksual pranikah dengan dalih adanya rasa saling menyukai dan mencintai, tanpa mempertimbangkan konsekuensi moral, sosial, maupun kesehatan reproduksi yang dapat ditimbulkan (Ramadhani et al., 2023).

Data dari Pengadilan Agama Tondano tahun 2022 mencatat sebanyak 36 kasus dispensasi kawin, di mana 22 kasus di antaranya dilatarbelakangi oleh kehamilan di luar nikah. Faktor penyebab utama dari kasus-kasus tersebut antara lain adalah durasi pacaran yang cukup panjang (lebih dari 8 bulan), tingkat pendidikan yang rendah (sebanyak 68% tidak menyelesaikan pendidikan SMA), serta kuatnya pengaruh stigma sosial dalam pengambilan keputusan orang tua untuk mengajukan permohonan dispensasi kawin (Sugiato Eka Setiawati & Mile, 2024). Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial, sehingga mereka kerap menghadapi tantangan dalam mengelola pergaulan dan berisiko terlibat dalam perilaku

seksual bebas yang, apabila tidak disertai pemahaman yang memadai, dapat berdampak serius terhadap kesehatan reproduksi mereka, seperti kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual, serta tekanan psikologis yang mengganggu kesehatan fisik, mental, dan sosial.(Af'idah et al., 2025).

Mendidik remaja tentang pendidikan seksual bertujuan untuk membantu mengembangkan hubungan yang sehat dan mencegah bahaya seksual (Setty, 2023). Namun pendidikan Kesehatan reproduksi bagi anak masih minim dan tabu, baik di lingkungan sekolah maupun keluarga (Hasni, 2024). Penelitian yang dilakukan kepada siswa sekolah menengah usia 16-18 tahun yang merupakan keturunan Pasifik yang tinggal di Aotearoa Selandia Baru terkait pemahaman tentang pendidikan seksualitas di lingkungan sekolah, menemukan bahwa kurangnya informasi yang diberikan sekolah dan banyak diantara siswa tidak terbiasa berbicara bebas tentang topik kesehatan seksual. Sulitnya memberikan edukasi pendidikan seksualitas sesuai dengan budaya menjadi sulit karena kurangnya sumber daya dan kepekaan budaya serta tabu (Cammock et al., 2023).

Kurangnya penerapan pendidikan seksual (sex education) secara optimal di lingkungan masyarakat, keluarga, dan sekolah yang ditandai oleh rendahnya pemahaman siswa mengenai seksualitas, minimnya sosialisasi di sekolah, serta ketiadaan tenaga pendidik yang kompeten menyebabkan rendahnya literasi seksual sejak dini, padahal pendidikan seksual penting diberikan sejak jenjang sekolah sebagai langkah preventif terhadap berbagai risiko yang dapat mengganggu masa depan peserta didik (Supit et al., 2023). Remaja yang memperoleh pendidikan seksual secara memadai cenderung memiliki kemampuan untuk melewati masa transisi tanpa terjerumus dalam perilaku seks bebas maupun hubungan pranikah (Fajar et al., 2025).

Metode pendidikan seksualitas berbasis sekolah dapat efektif digunakan di ruang kelas pasca-sekuler, dengan mempertimbangkan sudut pandang agama secara terbuka meskipun tidak selalu dibahas secara eksplisit dalam proses pembelajaran (Phillips et al., 2023). Selain itu penyisipan materi terkait pendidikan seks ke dalam pelajaran yang relevan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi serta pengembangan materi berdasarkan pengalaman pribadi pengajar merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa (Nur Latifah Lubis et al., 2024).

Edukasi Pencegahan Pergaulan Bebas Pada Remaja di SMKN 01 Gading Rejo, Pringsewu Lampung menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa terkait pengertian, penyebab, dampak, serta cara menghindari pergaulan bebas menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan melalui metode ceramah dan diskusi interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran, pemahaman, dan sikap preventif remaja terhadap risiko perilaku pergaulan bebas (Ifayanti et al., 2025). Sedangkan hasil sosialisasi mengenai bahaya pergaulan bebas pada remaja di SMA Pertiwi 1 Padang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap dampak negatif pergaulan bebas yang ditunjukkan melalui sikap antusias, partisipasi aktif dalam bertanya, serta kesediaan untuk berbagi pengalaman pribadi maupun yang mereka saksikan, yang secara keseluruhan mencerminkan efektivitas pendekatan komunikasi dua arah yang melibatkan aspek emosional dan logis dalam menyampaikan materi kepada siswa (Yetti et al., 2025).

Hasil intervensi edukatif melalui penyuluhan kesehatan mengenai kesehatan reproduksi pada siswa SMA di Kota Manado Sulawesi Utara menunjukkan kontribusi nyata dalam meningkatkan pemahaman remaja, sehingga membuktikan bahwa strategi promosi kesehatan berbasis pendidikan merupakan pendekatan yang efektif dalam upaya peningkatan literasi kesehatan (Nelwan & Sumampouw, 2025). Pentingnya pendidikan seksual (sex education) bagi seluruh lapisan masyarakat dapat dimulai dari tingkat sekolah. Olehnya itu penulis melakukan edukasi pencegahan perilaku seks bebas pada remaja di SMA Negeri 1 Langowan yang terletak di Kabupaten Minahasa, Provinsi Sulawesi Utara. Kegiatan ini diharapkan mampu menjadi wadah dalam meningkatkan pemahaman peserta didik untuk mencegah dampak negatif di masa depan serta menjadikan isu terkait seksualitas tidak lagi dianggap tabu baik oleh siswa maupun guru di lingkungan sekolah.

2. METODE

Edukasi pencegahan perilaku seks bebas pada remaja di SMA Negeri 1 Langowan menggunakan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab. Edukasi penyuluhan ini melibatkan 50 partisipan yang terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 32 siswi perempuan dengan menggunakan media *leaflet*, *infokus*, *laptop* dan powerpoint. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2024 dengan tahapan pelaksanaan edukasi ini, sebagai berikut:

1. Persiapan kegiatan

Pada tahap persiapan kegiatan dimulai dari survey lokasi, koordinasi, perizinan, persiapan alat dan bahan materi dalam bentuk powerpoint dan video edukasi.

2. Pelaksanaan kegiatan

Sistematika dan *rundown* acara pada kegiatan ini, sebagai berikut:

- Dimulai dengan mengumpulkan seluruh partisipan dan guru dalam satu ruangan kelas yang telah disediakan oleh SMA Negeri 1 Langowan.
- Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh pembawa acara dan doa oleh perwakilan mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Manado.
- Pemutaran video dan ceramah terkait materi tujuan dan pentingnya pendidikan seks bebas bagi remaja, alat-alat reproduksi pada wanita dan laki-laki, bahaya dan dampak seks bebas, penyakit akibat berperilaku seks bebas, dan cara menghindari perilaku seks bebas.
- Diskusi dan tanya jawab terkait materi yang telah disampaikan oleh pemateri yang berasal dari dosen Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Manado.
- Pemberian souvenir kepada siswa dan siswi yang aktif berdiskusi dan bertanya.
- Arahan oleh perwakilan guru SMA Negeri 1 Langowan sebagai penanggungjawab.
- Dokumentasi bersama siswa siswi, guru, mahasiswa dan dosen pelaksana kegiatan.
- Doa dan penutup dari perwakilan mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Manado.

3. Evaluasi

Pada tahap evaluasi dilakukan dengan melihat keaktifan dan antusias siswa siswi yang mengikuti penyuluhan dan membuat laporan kegiatan. Diharapkan dengan evaluasi yang dilakukan dapat melihat keberhasilan edukasi serta untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan siswa siswi SMA Negeri 1 Langowan tentang pendidikan seks.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi pencegahan perilaku seks bebas pada remaja di SMA Negeri 1 Langowan dilaksanakan pada bulan Oktober 2024 dengan jumlah peserta sebanyak 50 remaja terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 32 siswa Perempuan. Kegiatan ini terdiri dari empat sesi, yaitu sesi pertama pengenalan terkait tujuan edukasi pencegahan seks bebas pada siswa siswi SMA Negeri 1 Langowan, sesi kedua pengisian kuesioner pengetahuan terkait pendidikan seks bebas pada remaja, sesi ketiga ceramah terkait pentingnya pendidikan seks bebas bagi remaja, alat-alat reproduksi pada wanita dan laki-laki, bahaya dan dampak seks bebas, penyakit akibat berperilaku seks bebas, dan cara menghindari perilaku seks bebas dan sesi keempat yaitu tanya jawab dan diskusi yang melibatkan siswa siswi dan guru SMA Negeri 1 Langowan, beserta mahasiswa dan dosen sebagai pemateri.

Edukasi ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada remaja yakni siswa siswi SMA Negeri 1 Langowan tentang yang termasuk perilaku seks bebas dan dampak yang akan merugikan pelaku seks bebas terutama dampak yang merugikan bagi remaja yang masih duduk di bangku sekolah. Seks bebas merupakan perilaku seksual yang didasari oleh dorongan hasrat, dilakukan antara individu tanpa adanya ikatan pernikahan, baik sesama jenis maupun lawan jenis. Fenomena ini masih banyak dijumpai di kalangan remaja dan menjadi permasalahan serius, karena dapat berdampak pada tingginya angka putus sekolah serta meningkatkan risiko penularan penyakit menular seksual (PMS) di kalangan generasi muda (Julieta Tiwow et al., 2022).

Salah satu faktor perilaku seks pranikah remaja yaitu adanya paparan pornografi, dimana paparan pornografi berisiko meningkatkan perilaku seksual pranikah pada remaja (Annisa &

Musniati, 2025). Paparan pornografi dapat berupa bentuk tulisan, gambar, audio atau audiovisual yang menampilkan aktivitas atau rangsangan seksual dengan tujuan membangkitkan hasrat seksual. Untuk itu edukasi yang dilakukan di SMA Negeri 1 Langowan ini, selain memberikan ceramah kepada remaja (Gambar 2) terkait pentingnya pendidikan seks, tujuan pendidikan seks, juga memberikan pengetahuan kepada remaja terkait organ reproduksi pada wanita dan pria, serta hormon yang menyebabkan timbulnya rangsangan seksual. Agar hormon yang alamiah diproduksi oleh tubuh bisa diatasi dengan baik maka remaja perlu menghargai diri dengan baik, mengetahui cara memproteksi diri sendiri dari pelecehan dan mengetahui resiko hubungan seksual di luar nikah, dampak pernikahan di usia muda, serta kegiatan positif remaja agar tidak terpapar dengan media pornografi.



Gambar 1. Pemberian ceramah terkait topik pendidikan seks bebas bagi Remaja di SMA Negeri 1 Langowan



Gambar 2. Proses tanya jawab oleh perwakilan siswa dan siswi SMA Negeri 1 Langowan



Gambar 3. Proses diskusi oleh pemateri dan peserta

Gambar 2 dan 3 menggambarkan antusiasme siswa-siswi terhadap materi yang disampaikan oleh pemateri, khususnya terkait organ reproduksi dan hormon alami yang dihasilkan tubuh. Pemateri menekankan bahwa topik-topik tersebut bukanlah hal yang tabu untuk didiskusikan di ruang kelas. Hal yang menarik terlihat dari ekspresi siswa-siswi saat pemaparan materi mengenai penyakit kelamin, yang disertai dengan visualisasi gambar akibat perilaku seks bebas dan berganti-ganti pasangan. Dalam sosialisasi ini, ditekankan pula bahwa perilaku seksual tidak terbatas pada hubungan intim, tetapi juga mencakup aktivitas seperti berciuman, berpelukan, menempelkan alat kelamin, serta bentuk kontak fisik lainnya yang mengarah pada hubungan seksual.

Diharapkan melalui pemaparan materi mengenai edukasi pencegahan perilaku seks bebas, remaja dapat memahami bentuk-bentuk perilaku yang termasuk dalam kategori seks bebas serta meningkatkan kesadaran mereka terhadap risiko dan dampak negatif yang ditimbulkannya. Dengan demikian, remaja diharapkan mampu mengambil keputusan yang lebih bijak demi masa depan yang sehat dan bertanggung jawab. Pengendalian perilaku remaja bukan semata-mata menjadi tanggung jawab individu, melainkan memerlukan peran aktif dari orang tua, guru, dan lingkungan sekolah. Ketiga pihak tersebut memiliki pengaruh signifikan terhadap sikap, pengetahuan, dan tindakan remaja, terutama mengingat tingginya rasa ingin tahu pada masa perkembangan ini. Oleh karena itu, keterlibatan guru dan orang tua dalam membimbing remaja melalui kegiatan-kegiatan yang positif sangat diperlukan guna membentuk generasi penerus bangsa yang berkualitas.

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pencegahan perilaku seks bebas di SMA Negeri 1 Langowan berhasil memberikan informasi dan diharapkan mampu meningkatkan kesadaran remaja mengenai pentingnya pendidikan seksual sebagai upaya pencegahan perilaku seksual berisiko. Sebagian besar peserta menunjukkan sikap positif terhadap materi yang diberikan, memahami dampak negatif seks bebas, serta menyadari pentingnya peran orang tua, guru, dan lingkungan dalam membimbing

mereka. Edukasi ini juga membuka wawasan remaja tentang fungsi organ reproduksi, pengaruh pornografi, serta pentingnya menjaga diri dan menjalin hubungan yang sehat dan bertanggung jawab. Dengan pendekatan yang terbuka dan interaktif, kegiatan ini diharapkan dapat membantu remaja membuat keputusan yang bijak demi masa depan yang sehat, berkualitas dan bertanggungjawab.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada SMA Negeri 1 Langowan atas kerjasama dan menyediakan waktu, tempat serta mengizinkan siswa siswinya untuk turut serta dalam edukasi perilaku seks bebas pada remaja ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Universitas Negeri Manado sebagai institusi yang memberikan wadah dalam pelaksana edukasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Af'idah, H., Nisrina, Syahtuah Siregar, A., Naysilla, A., Putri, A., & Raditya Putri, I. (2025). *The Influence of Health Education on Increasing Knowledge About Social Intelligence and Recognizing the Limits and Risks of Free Sex at SMA Negeri 1 Sunggal*. 2025, 15–22. <https://doi.org/10.62027/sevaka.v3i1.280>.
- Annisa, S., & Musniati, N. (2025). *Hubungan Paparan Pornografi Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Sman X Kota Tangerang Selatan*.
- Cammock, R., Pousini, T., Andrews, M., Vaka, S., & Tautolo, E. S. (2023). Pacific high school students' experiences of sexual and reproductive health education in Aotearoa New Zealand. *Sex Education*. <https://doi.org/10.1080/14681811.2023.2279561>.
- Fajar, M. N., Ghany, B. S., & Abdullah, M. I. (2025). Pentingnya Pendidikan Seksual Di Remaja Smp. *Adiba: Journal Of Education*, 5(2), 229–233.
- Hasni, K. (2024). *Gender Inequalities, Sex Education, And Development Supervision Adolescents In Aceh Indonesia* (Vol. 1, Issue 1). <https://ojs.unimal.ac.id/mijeshi/>.
- Ifayanti, H., Wahyuni, R., Riskiani, D., Destiana, E., Fadilah, I. N., Dewi, M. P., Cintana, N., Hestina, N., Susanti, R., Putri, W. E., Nisrina, Zalfaa, Anggraeni, E., Salwa, A., Winanti, M., & Marshana, N. (2025). *Edukasi Pencegahan Pergaulan Bebas Pada Remaja di SMKN 01 Gading Rejo, Pringsewu Lampung*.
- Julietta Tiwow, I., Elisa Rakinaung, N., Geneo, M., Budiawan, H., Keperawatan, F., & Katolik De La Salle Manado, U. (2022). Efektifitas Edukasi Kesehatan Dengan Metode Telenursing Dalam Menanggulangi Kecenderungan Sikap Seks Bebas Pada Remaja. In *Lasalle Health Journal* (Vol. 1).
- Nelwan, J. E., & Sumampouw, O. J. (2025). Nomor 2 Tahun 2025 Halaman 86-92 Jurnal Pengabdian Masyarakat Research & Learning in Faculty of Education. *ABDIRA*, 5.
- Nur Latifah Lubis, Abdul Fattah Nasution, & Juli Julaiha Pulungan. (2024). Strategi Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membelajarkan Pendidikan Seks Di SMP Swasta Budisatrya Medan. *Karakter: Jurnal Riset Ilmu Pendidikan Islam*, 2(1), 316–324. <https://doi.org/10.61132/karakter.v2i1.445>.
- Phillips, R., Hirst, J., Winterbotham, T., & Tucker, H. (2023). Relationships and sex education for the postsecular classroom. *Sex Education*. <https://doi.org/10.1080/14681811.2023.2263858>.
- Rahim, N. K., & Sulistiani, I. (2025). Pendidikan Kesehatan Seksual pada Remaja Di SMA dalam Upaya Menurunkan Perilaku Seksual Beresiko (Sexual Health Education for High School Students in Efforts to Reduce Risky Sexual Behavior). In *SERAMBI Jurnal Pengabdian Masyarakat* (Vol. 2, Issue 1).
- Ramadhani, N. J., Samad, S., & Latif, S. (2023). *Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Dan Penanganannya (Studi Kasus Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Kabupaten Pinrang) Free Sex Behavior in Adolescents and Handling It (Case Study of High School Students in Pinrang Regency)*.

- Rifan Muhammad Rafi, Tetti Solehati, & Hendrawati, H. (2024). Parents perceptions about sex education for early adolescents in primary schools in Hegarmanah village area. *Jurnal Keperawatan*, 15(02). <https://doi.org/10.22219/jk.v15i02.32417>.
- Setty, E. (2023). Young people and sexual consent: contextualising 'miscommunication' amid 'grey areas' of ambiguity and ambivalence. In *Sex Education*. Routledge. <https://doi.org/10.1080/14681811.2023.2259321>
- Sugiato Eka Setiawati, & Mile, J. M. (2024). *Perilaku Seks Bebas dan Peningkatan Kasus Dispensasi Kawin (Analisis Dokumen Putusan di Pengadilan Agama Tondano)*.
- Supit, E., Pantow, A., Karamoy, P., Husen, M., Aditama, Y., Kasenda, R., Studi, P., Konseling, B., Pendidikan, I., & Psikologi, D. (2023). Kurangnya Sex Education Karena Persepsi-Persepsi Negatif Di Lingkup Masyarakat. *Jurnal Pendidikan Mandala*, 8(1). <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JJUPE/index>
- Vira, N. (2025). *Hubungan Peran Orang Tua Dengan Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Di Smk Kartika Nusantara Kota Semarang*.
- Yetti, N., Ramadhani, S., Yuliandarini, R., & Hanoselina, Y. (2025). *Peningkatan Pemahaman Bahaya Pergaulan Bebas Pada Kalangan Remaja Di SMA Pertiwi 1 Padang*.