

Pengaruh Psikoedukasi terhadap Pengetahuan Seks Pranikah Siswa di SMAN 16 Makassar

Kartika Cahyaningrum¹, Dhini Chantika Arsyad Putri², Dwi Anggreni³, Fadia Diva Nurul Aqilah⁴

^{1,2,3,4} Psikologi, Universitas Negeri Makassar

e-mail: kartika.cahyaningrum@unm.ac.id¹, dhiniarsyadd@gmail.com²,
dwianggreni81@gmail.com³, fadiaadivaa@gmail.com⁴

Abstrak

Di Indonesia, edukasi seksual bagi remaja masih dianggap sebagai topik yang sensitif dan jarang mendapatkan perhatian yang cukup dalam kurikulum sekolah yang mengakibatkan kurangnya pengetahuan pada remaja dan meningkatkan risiko terjadinya perilaku seksual pranikah yang tidak diinginkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi terhadap pengetahuan mengenai seks pranikah pada siswa di SMAN 16 Makassar. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen *one group pretest-posttest*. Subjek penelitian merupakan 23 orang yang terdiri dari siswa dan siswi di SMAN 16 Makassar. Psikoedukasi dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu need assessment, pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan siswa mengenai seks pranikah setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi. Kesimpulannya, psikoedukasi terbukti menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang seks pranikah.

Kata kunci: *Psikoedukasi, Pengetahuan Seks Pranikah, Siswa*

Abstract

In Indonesia, sexual education for adolescents is still considered a sensitive topic and rarely gets enough attention in the school curriculum which results in a lack of knowledge in adolescents and increases the risk of unwanted premarital sexual behaviour. This study aims to determine the effect of psychoeducation on knowledge about premarital sex among students at SMAN 16 Makassar. This study used a one group pretest-posttest experimental design. The research subjects were 23 people consisting of students and female students at SMAN 16 Makassar. Psychoeducation was conducted through three stages, namely need assessment, activity implementation, and evaluation. The results showed a significant increase in students' knowledge about premarital sex after participating in psychoeducation activities. In conclusion, psychoeducation proved to be an effective method in improving students' knowledge about premarital sex.

Keywords : *Psychoeducation, Premarital Sex Knowledge, Students*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah tahap perkembangan yang berada di antara masa kanak-kanak dan dewasa. Ini merupakan fase yang penuh dengan tantangan yang harus diatasi oleh remaja, dalam menghadapi tugas-tugas perkembangannya (Ayu Wandari Rini & Pratitis, 2023). Remaja akan melalui beberapa tahapan dengan tingkat kesulitan yang berbeda, sehingga memahami tugas-tugas perkembangan remaja dapat membantu mencegah konflik yang mungkin timbul dalam kehidupan sehari-hari, yang bisa sangat mengganggu masyarakat (Reval & Karneli, 2023). Pada masa ini, kondisi psikologis remaja sangat sensitif karena sedang mencari jati diri, mereka sering ingin mencoba hal-hal baru yang mereka lihat atau ketahui dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga, sekolah, teman, dan masyarakat (Suryani, 2022). Pada fase ini, remaja sering kali terpapar pada informasi dan pengaruh dari lingkungan sekitar yang dapat memengaruhi pemahaman mereka tentang seksualitas. Di Indonesia, pendidikan seksual masih dianggap tabu dan sering kali tidak mendapatkan perhatian yang memadai dalam kurikulum sekolah. Hal ini

menyebabkan banyak remaja yang kurang memiliki pengetahuan yang tepat mengenai perilaku seksual yang sehat dan aman, sehingga meningkatkan risiko terjadinya perilaku seksual pranikah yang tidak diinginkan.

Seks pranikah adalah perilaku seksual yang dilakukan tanpa ikatan pernikahan. Menurut Rahyani, dkk (2022) perilaku ini mencakup berbagai tingkah laku, seperti berkencan, bercumbu, dan hubungan seksual. Penelitian menunjukkan bahwa banyak remaja terlibat dalam perilaku ini karena dorongan hormonal dan kebutuhan emosional untuk menjalin hubungan intim (Yanti & Gunawan, 2024). Pada remaja, perilaku ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti tekanan dari pasangan atau teman sebaya, kurangnya pendidikan seks yang benar, dan lemahnya pengawasan keluarga. Media massa juga memainkan peran besar dalam memberikan informasi yang sering kali tidak mendidik atau mengarah pada normalisasi perilaku seksual sebelum menikah (Diananda, 2019). Kemajuan teknologi dan kebebasan remaja dalam mengakses media juga menjadi salah satu faktor pendorong remaja untuk melakukan inisiasi seks pranikah. Saat ini, remaja cenderung lebih tertarik pada konten seksual yang bernuansa pornografi dibandingkan dengan materi seks yang disajikan dalam bentuk pendidikan kesehatan (Karlina, 2020).

Perilaku seksual pranikah di kalangan remaja dapat memiliki konsekuensi serius, termasuk kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual (IMS), dan dampak psikologis yang berkepanjangan (Adriananta, dkk, 2022). Data dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menunjukkan bahwa angka kehamilan remaja di Indonesia terus meningkat, dengan banyak kasus terjadi akibat kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan akses terbatas terhadap layanan kesehatan yang memadai (BKKBN, 2021). Menurut penelitian sekitar 62,7% remaja di Indonesia mengaku pernah melakukan hubungan seksual di luar nikah (KPAI & Kementerian Kesehatan, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa perilaku seksual pranikah bukan hanya menjadi masalah individu, tetapi juga merupakan fenomena sosial yang memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak.

Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan intervensi yang efektif dalam bentuk pendidikan seksual untuk membantu remaja membuat keputusan yang lebih baik terkait perilaku seksual mereka. Psikoedukasi merupakan salah satu pendekatan yang efektif untuk memberikan informasi dan pengetahuan kepada remaja mengenai seksualitas. Melalui psikoedukasi, remaja dapat belajar tentang batasan-batasan yang sehat dalam interaksi sosial, memahami perubahan tubuh selama pubertas, serta mengenali konsekuensi dari perilaku seksual pranikah. Penelitian menunjukkan bahwa program psikoedukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap positif remaja terhadap pendidikan seksual, sehingga berpotensi menurunkan angka kehamilan remaja dan kasus pelecehan seksual (Solehati, 2023). Selain itu, psikoedukasi juga dapat membantu remaja mengembangkan keterampilan komunikasi dan pengambilan keputusan yang lebih baik dalam konteks hubungan interpersonal mereka.

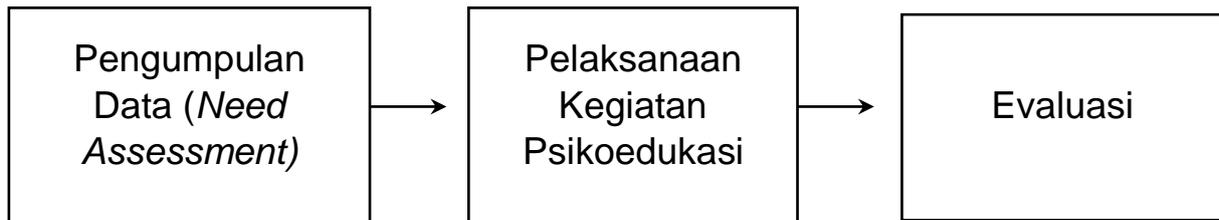
Namun, meskipun terdapat banyak bukti mengenai manfaat psikoedukasi, implementasi program pendidikan seksual di sekolah-sekolah masih menghadapi berbagai tantangan. Beberapa di antaranya termasuk stigma sosial terhadap pendidikan seksual, kurangnya pelatihan bagi pengajar, serta keterbatasan sumber daya untuk melaksanakan program secara efektif (Suharto & Rahman, 2020). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas psikoedukasi sebagai intervensi dalam mencegah perilaku seksual pranikah di kalangan siswa sekolah menengah. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif dalam pengembangan program pendidikan seksual yang lebih baik dan sesuai dengan kebutuhan remaja.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 26 November 2024 di Lab Komputer SMAN 16 Makassar. Jumlah subjek yang mengikuti kegiatan ini adalah 23 orang yang terdiri dari siswa-siswi kelas X dan XI. Metode yang digunakan yakni metode psikoedukasi dalam bentuk ceramah. Psikoedukasi adalah suatu intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan individu atau kelompok dalam menghadapi masalah psikologis. Menurut Juarni (2020), psikoedukasi merupakan tindakan yang diberikan kepada individu untuk memperkuat strategi koping serta mencegah munculnya gangguan psikologis. Hal ini dilakukan dengan

memberikan informasi yang relevan mengenai kondisi mental dan cara mengelolanya. Selain itu, Setiawati, Rinaldi dan Nurrohmah (2019) menjelaskan bahwa psikoedukasi mengintegrasikan psikoterapi dan edukasi untuk membantu individu memahami dan mengatasi kesulitan perubahan mental.

Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimen, di mana peneliti tidak memiliki kendali penuh terhadap manipulasi subjek. Desain penelitian yang diterapkan adalah *one group pretest-posttest design*, di mana satu kelompok subjek diukur pada dua waktu berbeda, yaitu sebelum dan sesudah diberikan intervensi (Sugiyono, 2016). Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengamati perubahan pada variabel yang diukur setelah subjek menerima perlakuan tertentu. Oleh karena itu, perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dimanfaatkan untuk mengevaluasi pengaruh dari perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini.



Gambar 1. Diagram Alur Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini berlangsung melalui beberapa tahapan. Tahap pertama yaitu pengumpulan data (*need assessment*) yang dilakukan dengan melalui survei. Witkin (1984) menyatakan bahwa *need assessment* adalah suatu proses pengambilan keputusan yang memanfaatkan informasi yang dikumpulkan secara sistematis. Proses ini bertujuan untuk menyediakan gambaran yang lengkap dan akurat mengenai kapasitas (kekuatan) dan area yang perlu ditingkatkan (kelemahan) dalam suatu komunitas. Hal ini dicapai melalui pengumpulan dan pengkajian informasi yang relevan dengan permasalahan-permasalahan yang dihadapi komunitas tersebut.

Tahap kedua, yaitu pelaksanaan kegiatan psikoedukasi yang dilakukan pada hari Selasa, 26 November 2024 di Laboratorium Kimia SMAN 16 Makassar. Adapun tema yang diangkat pada psikoedukasi ini adalah mengenai perilaku seks pranikah, dengan jumlah peserta sebanyak 23 orang siswa dan siswi kelas X dan XI. Kegiatan diawali dengan membacakan biodata narasumber yang bertujuan untuk memperkenalkan narasumber secara lebih mendalam kepada peserta psikoedukasi. Sesi selanjutnya adalah pemberian *pre-test* yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta mengenai tema yang akan dibahas sebelum diberikan materi. Setelah itu, para peserta memasuki acara inti yakni pemaparan materi oleh narasumber dalam bentuk ceramah yang interaktif dan didukung dengan menampilkan video edukasi yang dapat membantu peserta untuk lebih memahami materi secara mendalam.

Tahapan ketiga yaitu pemberian lembar evaluasi mengenai pengetahuan siswa dan siswi terhadap perilaku seks pranikah setelah penyampaian materi psikoedukasi atau yang disebut dengan *post-test*. Untuk mengukur hasil dari kegiatan ini, maka dilakukanlah analisis data yang didapatkan mengenai pengetahuan terkait tema kegiatan yang diambil sebelum dan sesudah kegiatan. Dengan kata lain, teknik analisis data yang digunakan adalah membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* siswa dan siswi SMAN 16 Makassar dan dilanjutkan dengan tanya jawab.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil evaluasi kegiatan ini menunjukkan bahwa terdapat 23 peserta yang berusia antara 15 hingga 17 tahun. Menurut WHO, remaja dalam rentang usia tersebut memiliki rasa keingintahuan yang tinggi. Oleh karena itu, melalui kegiatan ini, rasa ingin tahu tersebut perlu dijawab dengan pengetahuan yang akurat agar mereka dapat memahami perilaku seks pranikah dengan benar. Kuesioner yang diisi oleh peserta kemudian dianalisis menggunakan metode statistik dengan uji mann whitney. Berikut adalah hasilnya:

Tabel 1. Hasil Uji Mann-Whitney

Test Statistic ^a	
	Skor
Mann-Whitney U	132.000
Wilcoxon W	408.000
Z	-3.263
Asymp. Sig. (2-tailed)	1

Berdasarkan tabel diatas, maka diperoleh nilai Signifikansi yaitu $0.001 < 0.05$, dimana hal ini menyatakan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan siswa mengenai seks pranikah. Peningkatan pengetahuan dan pemahaman yang terjadi pada peserta membuktikan bahwa kegiatan intervensi berupa psikoedukasi ini berhasil dan terlaksana dengan baik

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Yani dkk (2024) dimana terdapat perbedaan signifikan mengenai pengetahuan Duta GenRe Kota Bukittinggi 2023 sebelum diberikan program dengan setelah diberikan program. Dengan adanya pengetahuan komprehensif yang dimiliki oleh Duta GenRe, maka dapat membantu menekan tingginya angka perilaku seks pranikah di kalangan generasi muda yang disebabkan kurangnya pengetahuan mengenai konsekuensi perilaku seks pranikah tersebut. Adapun penelitian oleh Sesilia dkk (2023) dimana hasil penelitian secara keseluruhan ditemukan bahwa pelatihan SAFE (*Sex Education For Teenager*) efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait pendidikan seksual pranikah.

SIMPULAN

Berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan, dinyatakan bahwa hasil dari program psikoedukasi efektif meningkatkan pengetahuan remaja mengenai perilaku seks pranikah. Analisis data dengan menggunakan uji Mann-Whitney menghasilkan signifikansi 0.001 (<0.05) yang menandakan bahwa adanya peningkatan signifikan terhadap pemahaman peserta psikoedukasi.

Kepada peneliti selanjutnya, disarankan untuk melanjutkan penelitian serupa dengan cakupan yang lebih luas, misalnya dengan melibatkan berbagai kelompok usia remaja atau remaja dari latar belakang sosial yang berbeda, juga dapat mengeksplorasi efektivitas metode intervensi lain yang berbasis digital atau media sosial untuk menjangkau lebih banyak remaja.

Pengetahuan yang diperoleh dari kegiatan psikoedukasi ini diharapkan dapat membantu menekan angka perilaku seks pranikah akibat dari kurangnya pemahaman mengenai konsekuensinya, juga diharapkan dapat menggunakan pengetahuan yang telah diperoleh untuk mengedukasi teman sebaya atau lingkungan sekitar tentang bahaya perilaku seks pranikah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriananta, A., Zahirah, N., & Solehati, S. (2022). Psikoedukasi untuk mencegah terjadinya kekerasan seksual pada anak: Peningkatan pengetahuan dan sikap. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 14(2), 141-150
- Ayuwandari, K. R., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2023). Perilaku bullying pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP): Menguji peran dukungan sosial dan perilaku asertif. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 146-154.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2021). Laporan tahunan BKKBN 2021. Jakarta: BKKBN.
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, (1), 116-133.
- Juarni. (2020). Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Orang Tua Pasien di Ruang Perina-NICU. *Jurnal Arikesi*, 1(2), 158-161.

- Rahyani, R., Utarini, A., Wilopo, S., & Hakimi, M. (2022). Sexual behavior among adolescents in Indonesia: A review of literature and implications for health education. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(2), 123-132.
- Reval, R., & Karneli, Y. (2023). Perilaku Asertif Siswa Korban Bullying. *Current Issues in Counseling*, 3(1), 102-111.
- Karlina, L. (2020). Fenomena terjadinya kenakalan remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*, (1), 147-158.
- KPAI & Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Laporan hasil survei kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta: KPAI.
- Sesilia, A. P., Purba, A. T. L., & Saragih, A. A. (2023). Efektivitas Psikoedukasi SAFE (Sex educAtion For teenagEr) untuk Pencegahan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 4(3), 376-382.
- Setiawati, S., Rinaldi, M. R., & Nurrohmah, F. I. (2019). Psikoedukasi Deteksi Dini Gangguan Jiwa Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Gangguan Jiwa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 49-52.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryani, O. E. (2022). Hubungan Perilaku Asertif Dengan Bullying Pada Siswa Korban Bullying Di Smpn 16 Pekanbaru (Doctoral Dissertation, Uin Sultan Syarif Kasim Riau).
- Solehati, S. (2023). Pendidikan seksual sebagai upaya pencegahan kekerasan seksual pada anak: Tinjauan dari perspektif psikoedukasi. *Jurnal Psikologi Remaja*, 5(1), 25-34.
- Witkins, BR. 1984. *Assessment Needs in Educational and Social Programs*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Yanti, T. M., & Gunawan, A. (2024). The role of self-efficacy in shaping premarital sexual behavior among adolescents in Banyuasin: An observational study. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 9(2), 406-412.
- Yani, R. S., Amanda, N., Khairiyah, S., Jannah, S. R., Jannah, A. N. A., & Yasmin, M. (2024). Efektivitas Program 3P (Peel, Prepare, Protect) untuk Meningkatkan Pengetahuan Duta Generasi Berencana Kota Bukittinggi Tahun 2023 Mengenai Perilaku Seks Pranikah. *Jurnal Empathy Pengabdian Kepada Masyarakat*, 23-34.
- Zahirah, N., dkk. (2019). Pentingnya pendidikan seks dalam mencegah perilaku seksual pranikah di kalangan remaja. *Jurnal Pendidikan Seksual*, 3(1), 45-56.