

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Seks Pra Nikah terhadap Pengetahuan Remaja di SMA Negeri 1 Deli Tua

Huwaina Af'idah¹Nisrina²

Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Medan^{1,2}

*email korespondensi: nisrina.ars16@gmail.com

Abstract. The problem of reproductive health and adolescent sexuality in Indonesia is still neglected, this can be seen from the many cases of out-of-wedlock pregnancies, dating violence and high-risk abortions using drugs. And their knowledge about the risks of having sex is still low. This is due to a lack of information regarding sexuality and reproduction. This research aims to determine the influence of health education about premarital sex on the knowledge of adolescents at SMA Negeri 1 Deli Tua. This research uses a description quantitative research type with a quasi-experimental one group pretest-posttest design method with a total of 80 samples using the paired t-test statistical test. The results of the research show that there is an influence of health education about premarital sex on the knowledge of teenagers at SMA Negeri 1 Deli Tua with a value of $0.000 < 0.05$. The conclusion in this study is that there is a difference in the average frequency of students' knowledge about premarital sex after being given health education. The suggestion in this research is that it is hoped that all parties, especially health services in the Health Promotion section, will always disseminate health education about premarital sex to teenagers in schools in order to prevent casual sex.

Keywords: *Health Education, Premarital Sex, Knowledge*

Abstrak. Masalah kesehatan reproduksi dan seksualitas remaja di Indonesia masih terabaikan, ini terlihat dari banyaknya kasus kehamilan diluar nikah, kekerasan masa pacaran dan aborsi dengan obat-obatan yang beresiko tinggi. Dan pengetahuan mereka tentang resiko melakukan hubungan seks masih rendah. Hal ini disebabkan karena kurangnya informasi mengenai seksualitas dan reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk diketahuinya pengaruh pendidikan kesehatan tentang seks pra nikah terhadap pengetahuan remaja di SMA Negeri 1 Deli Tua. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan metode quasi-experimental one group pretest-posttest design Dengan jumlah 80 sampel dengan menggunakan uji statistik paired t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang seks pra nikah terhadap pengetahuan remaja di SMA Negeri 1 Deli Tua dengan nilai $0.000 < 0.05$. Kesimpulan dalam penelitian ini bahwa ada perbedaan rata-rata frekuensi pengetahuan siswa tentang seks pra nikah setelah diberikan pendidikan kesehatan. Saran dalam penelitian ini adalah diharapkan bagi seluruh pihak khususnya pelayanan kesehatan bagian Promosi Kesehatan untuk selalu mensosialisasikan tentang pendidikan kesehatan tentang seks pra nikah pada para remaja di sekolah-sekolah agar dapat mencegah terjadinya seks bebas.

Kata Kunci: *Pendidikan Kesehatan, Seks Pra Nikah, Pengetahuan*

1. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan reproduksi dan seksualitas remaja di Indonesia masih terabaikan, ini terlihat dari banyaknya kasus kehamilan diluar nikah, kekerasan masa pacaran dan aborsi dengan obat-obatan yang beresiko tinggi. Data konseling kehamilan

Received: September 21, 2024; Revised: Oktober 07 2024; Accepted: Oktober 15 2024; Online Available: Oktober 27, 2024;

* Nisrina, nisrina.ars16@gmail.com

tidak dikehendaki selama 2004 menunjukkan 560 kasus reproduksi dengan proporsi usia dibawah 18 tahun mencapai 10,89% Sebagian remaja tersebut berusia 14 hingga 24 tahun, dan pengetahuan mereka tentang resiko melakukan hubungan seks masih rendah. Hal ini disebabkan karena kurangnya informasi mengenai seksualitas dan reproduksi (Yanti, 2011).

Remaja adalah masa dimana terjadinya perubahan dan perkembangan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang mengakibatkan perubahan fisik, kognitif dan psikososial. Pada masa remaja tersebut mereka harus mempersiapkan diri untuk kehidupan selanjutnya atau masa dewasa seperti mempersiapkan diri mengenai kehidupan seksualnya. Kondisi remaja yang masih ingin mencoba banyak hal baru inilah yang membuat terjadinya fenomena seks pra-nikah pada remaja.

Umumnya seks pra-nikah dilakukan oleh pasangan muda-mudi yang sedang asyik tenggelam dalam gejolak lautan asrama ataupun yang ingin menyalurkan hasrat seksual dengan orang lain selain pasangan kencan. Faktor-faktor yang menyebabkan seks pranikah adalah ketidaktahuan atau minimnya pengetahuan remaja tentang perilaku seksual yang dapat menyebabkan kehamilan, ketidakmampuan mengendalikan dorongan biologis, akibat pemerkosaan, pergeseran nilai-nilai moral dan etika remaja serta ketidaktahuan dalam menggunakan alat kontrasepsi. Faktor-faktor lain juga banyak terlibat dalam mempengaruhi perilaku seks pranikah ini seperti pengaruh teman sebaya, kurangnya pengawasan orang tua, sampai mudahnya akses konten pornografi.

Bentuk-bentuk dari seks pra-nikah yang dilakukan biasanya beragam. Mulai dari hanya sekedar berpegang tangan, berciuman, berangkulan, sampai yang paling mengkhawatirkan yakni melakukan hubungan seksual. Seks pranikah pada remaja pastinya dapat menimbulkan masalah bagi remaja itu sendiri, keluarga maupun lingkungan sosialnya. Dampaknya adalah seks pra-nikah sangat berpotensi memicunya kehamilan, penyakit seksual menular, aborsi, serta berbagai dampak negatif lainnya. Untuk pencegahan seks pra-nikah dapat dilakukan dengan membuka informasi kesehatan reproduksi bagi remaja, mengajak remaja supaya mengisi waktu-waktu tersebut dengan mengikuti kursus, belajar, atau menciptakan berbagai karya positif, serta memantau perubahan sikap dan sifat remaja di setiap harinya (Ellitan, 2009).

Perilaku seks pra-nikah menjadi salah satu masalah reproduksi di Indonesia. Besarnya keingintahuan remaja mengenai hal-hal yang berhubungan dengan seksualitas menyebabkan remaja selalu berusaha mencari tahu lebih banyak informasi mengenai seksualitas. Seks pra-nikah atau istilah kerennya “pre-marital sex” merupakan aktivitas seksual yang dilakukan tanpa adanya ikatan perkawinan yang sah, baik secara resmi menurut hukum maupun menurut agama di kepercayaan individu masing-masing.

Pada umumnya, perilaku seks pra-nikah tersebut dapat dimotivasi oleh rasa sayang dan cinta dengan didominasi oleh perasaan kedekatan dan gairah yang tinggi terhadap pasangannya, tanpa disertai komitmen yang jelas. Dari berbagai penelitian dihasilkan bahwa seks pranikah dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan dan pemahaman remaja tentang keterampilan hidup sehat, risiko hubungan seksual dan kemampuan untuk menolak hubungan yang tidak mereka inginkan. Perilaku seks bebas pada remaja mengakibatkan seks pranikah yang berisiko terhadap kehamilan yang tidak direncanakan pada perempuan dapat berlanjut pada aborsi dan pernikahan remaja. Keduanya akan berdampak pada masa depan remaja tersebut, janin yang dikandung dan keluarganya. Seks pra-nikah ini dapat dicegah dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja dan lebih memberikan pengawasan kepada remaja tentang bahayanya kesehatan reproduksi (Nila Shofy Nihayah et al., 2023).

Menurut (Maros & Juniar, 2016) Beberapa Cara Untuk Mencegah perilaku Seks Pra-nikah pada Remaja yaitu mengurangi besarnya dorongan biologis (menghindari membaca buku yang berbau pornografi, menghindari menonton film yang merangsang nafsu birahi, mengenakan pakaian sopan, melakukan kegiatan berkelompok yang positif, misalnya olahraga, musik, dll.), meningkatkan kemampuan mengendalikan dorongan biologis (pendidikan agama dan budi pekerti, menerapkan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari, menghindari penggunaan narkoba), membuka informasi kesehatan reproduksi bagi remaja (dimulai dari orang tua dan guru), membangun hubungan orang tua dan anak agar terjaga dengan baik. Karena akan lebih mudah bagi orang tua untuk memantau dan mencegah sang anak masuk ke pergaulan seks pra-nikah.

Salah satu yang dapat menyebabkan perilaku seks pra-nikah adalah remaja yang kurang memperoleh pendidikan tentang kesehatan reproduksi yang tidak tepat, seperti remaja mendapatkan pendidikan mengenai seks di waktu dan usia yang tidak tepat. Terbentuknya perilaku seksual pranikah hingga mengakibatkan berbagai dampak

terhadap kesehatan dipengaruhi beberapa factor. Dikutip dari jurnal (Firdaus et al., 2023) Berdasarkan teori Lawrence Green, secara umum perilaku kesehatan seseorang dibentuk dari tiga factor, yaitu factor predisposisi, factor pemungkin dan factor penguat. Faktor predisposisi adalah faktor yang mempengaruhi seseorang dalam berperilaku, yang berasal dari dalam diri individu. Dalam kasus seks pranikah, factor predisposisinya adalah remaja kurang mengenal dan memahami istilah “kesehatan reproduksi”.

Faktor pemungkin adalah faktor yang dapat memudahkan seseorang untuk mencapai perilaku tertentu. Dalam kasus seks pranikah factor pemungkin nya adalah perkembangan teknologi dan informasi. Sebagian besar remaja menggunakan media informasi digital seperti google dan platform lainnya seperti instagram, youtube, dan tiktok untuk mencari situs perbuatan senonoh seperti video porno. Dan yang terakhir Faktor penguat adalah faktor yang berasal dari luar yang mendorong seseorang melakukan perilaku tertentu. Faktor penguat dalam kasus ini yaitu sikap orang tua, sikap teman sebaya, penundaan usia pernikahan, dan tabu-larangan.

Berdasarkan teori ini, tidak menutup kemungkinan munculnya berbagai dampak berbahaya bagi kesehatan reproduksi, di mulai dari Gangguan kesehatan fisik sampai gangguan psikologis. Dari segi kesehatan seks pranikah dapat menimbulkan Penyakit Menular Sexual Transmitted Disease, yaitu penyakit menular utama yang ditularkan melalui hubungan seksual atau kontak langsung dengan darah dan cairan tubuh, seperti Gonore, Herpes genital, sifilis dan HIV/AIDS. Sedangkan gangguan pada psikologis remaja contohnya remaja yang mengalami kehamilan yang tidak di inginkan akan membuat psikis nya berantakan seperti setres, malu, hilang kepercayaan diri, dan dapat berujung pada depresi berlebihan dan memilih untuk bunuh diri.

2. METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan Quasi Eksperimen (Polit & Beck, 2012). Penelitian ini menggunakan rancangan two group pretest dan posttest. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 9 Desember 2024 di SMA Negeri 1 Deli Tua. Pengumpulan data menggunakan teknik questioner menggunakan lembar questioner yang diberikan kepada seluruh responden

berjumlah 80 responden untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang seks pranikah terhadap pengetahuan remaja dengan rentang usia responden di usia 15-17 tahun. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar questioner. Lembar questioner adalah lembar catatan penilaian pre dan post intervensi untuk mengetahui pengetahuan responden.

Desain Penelitian

Kelompok remaja	PreTest	Pendidikan Kesehatan	PostTest
Pengetahuan	O1	X	O2

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 9 Desember 2024. Kegiatan penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Deli Tua. Pendidikan kesehatan dilaksanakan secara langsung di Aula SMA Negeri 1 Deli Tua dengan sasaran para siswa dan siswi yang berusia 15-17 tahun dengan jumlah 80 orang siswa remaja. Kegiatan diawali dengan pembukaan, pengenalan, dan kegiatan inti yang pertama yaitu pengisian lembar identitas responden, dilanjutkan dengan pengisian lembar questioner pre-test oleh siswa sebagai responden untuk mengukur Tingkat pengetahuan sebelum dilakukan Pendidikan kesehatan. Pre-test ini terdiri dari 10 pertanyaan mengenai pengertian remaja, karakteristik remaja, ciri perubahan remaja secara fisik, psikologis, sosial dan emosi, seks pranikah dan cara menghindari seks pra nikah. Kemudian dilakukan Pendidikan kesehatan selama +15 menit diikuti dengan sesi diskusi dan tanya jawab selama +15 menit. Kemudian Pendidikan kesehatan diakhiri dengan Kesimpulan dan penutup. Setelah itu lalu dilakukan Kembali pengisian lembar questioner post test untuk mengukur Tingkat pengetahuan sesudah dilakukan Pendidikan kesehatan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Presentase
Jenis kelamin		
Laki-laki	30	37.5%
Perempuan	50	62.5%
Usia		
15	40	50%
16	25	31,25%
17	15	18.75%

*PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG SEKS PRA NIKAH TERHADAP
PENGETAHUAN REMAJA DI SMA NEGERI 1 DELI TUA*

Berdasarkan tabel 1. Karakteristik siswa di SMA Negeri 1 Deli Tua menurut variable jenis kelamin didominasi oleh Perempuan yang berjumlah 50 (62.5%), sedangkan untuk laki-laki berjumlah 30 (37.5%). Apabila dikategorikan berdasarkan usia terdapat 40 siswa usia 15 tahun (50%), 16 tahun (31.25%), 17 tahun (18.75%). Kategori rentang usia ini berada pada rentang usia remaja. Usia remaja adalah sebuah periode transisi yang dapat menyebabkan kegoncangan. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja belum sepenuhnya belajar mengendalikan emosi mereka, yang menyebabkan mereka mereka sering menjadi tidak stabil, yang berdampak pada hubungan sosial mereka. Kondisi ini memungkinkan remaja dapat terpapar dengan hal-hal negative dari lingkungan dan sosial. Oleh karena, remaja harus memiliki pemahaman yang cukup tentang seks pra nikah, dan pentingnya peran agama dan peran orang tuanya.

Responden penelitian dalam kegiatan Pendidikan kesehatan ini adalah remaja dengan usia 15-17 tahun. Usia ini merupakan usia remaja. Sebuah masa transisi yang sangat penting dan harus penuh perhatian. Hal ini disebabkan remaja sedang dalam proses pendewasaan diri, belum sepenuhnya mampu mengelola emosi dengan baik sehingga sering tidak stabil yang berdampak pada hubungan sosialnya. Masa remaja penuh godaan dan penuh kewaspadaan terkait hubungan interpersonal (pacaran) yang berisiko terjadinya seks pranikah. Oleh karena itu remaja harus dibekali pengetahuan yang cukup mengenai seks pra nikah sehingga meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan remaja dalam aktivitas sehari-hari (Nila Shofy Nihayah et al., 2023).





Gambar 1. Dokumentasi kegiatan Pendidikan Kesehatan oleh peneliti

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan tentang Seks Pranikah pada remaja di SMA Negeri 1 Deli Tua

No	Pengetahuan	Mean	\pm SD	Min-Max	N	p-value
1	Pre-test	4.55	1.60	2-8		
2	Post-test	8.80	1.08	7-10	80	0.0001

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa skor rata-rata tingkat pengetahuan responden penelitian sebelum dilakukan Pendidikan kesehatan (pretest) adalah 4.55 dengan standar deviasi 1.60. Sedangkan skor rata-rata tingkat pengetahuan responden penelitian setelah dilakukan Pendidikan kesehatan (posttest) adalah 8.80 dengan standar deviasi 1.08. Hasil uji statistic menggunakan uji Wilcoxon didapatkan p-value 0.0001 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pendidikan kesehatan. Sehingga hasil dari penelitian ini adalah Signifikan terdapat Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Seks Pranikah terhadap Tingkat Pengetahuan remaja di SMA Negeri 1 Deli Tua.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini maka signifikan terdapat pengaruh Pendidikan kesehatan tentang seks pra nikah terhadap tingkat pengetahuan remaja di SMA Negeri 1 Deli Tua, kegiatan ini telah terlaksana dengan baik dan sesuai perencanaan. Peneliti berharap dengan adanya hasil penelitian ini siswa dapat saling mengingatkan antar sesama teman pentingnya mencegah seks pranikah, dan dan beraktivitas sehari-hari dengan aman. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat demi mendukung masyarakat dalam

Upaya pencegahan pengaruh negatif yang dapat berakibat buruk pada remaja khususnya terkait kesehatan reproduksinya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan kesehatan yang efektif telah dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang seks pranikah. Oleh karena itu, disarankan untuk orang tua dan lingkungan dapat mengawasi remaja kita dalam pergaulan mereka sehari-hari, dan pentingnya menanamkan ilmu agama di tengah keluarga dan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ellitan. (2009). No Title العربية لغة تدريس طرق. Экономика Региона, 19(19), 19.
- Firdaus, A. R., Saraswati, D., & Gustaman, R. A. (2023). ANALISIS KUALITATIF FAKTOR PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH REMAJA BERDASARKAN TEORI PERILAKU LAWRENCE GREEN (Studi Kasus di Wilayah Kerja Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya). *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 19(2), 75–92. <https://doi.org/10.37058/jkki.v19i2.8638>.
- Maros, H., & Juniar, S. (2016). Konsep Dasar Seks Pranikah. 1–23.
- Nila Shofy Nihayah, Sevina Dwi Yulingga, & Raissa Dwifandra Putri. (2023). Fenomena Seks Pranikah pada Masa Remaja. *Flourishing Journal*, 2(12), 741–750. <https://doi.org/10.17977/um070v2i122022p741-750>