

## PSIKOEDUKASI SEKSUAL PADA SISWI DI SMP 01 PGRI KOTA BATU

<sup>1\*</sup>Mauhibatus Syifa', <sup>2</sup>Maura Twicynta Ardianti, dan <sup>3</sup>Meita Syifanda Khansa  
Salsabila, <sup>4</sup>Mohamad Farid Rizal

<sup>1-4</sup>Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

\*e-mail : mauhibatus.syifa.2408116@students.um.ac.id

**Abstrak :** Program ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai edukasi seksual, khususnya terkait perilaku seksual berisiko, pernikahan dini dan upaya perlindungan diri dari perilaku pelecehan seksual. Kegiatan ini dilaksanakan sebagai langkah preventif untuk mengurangi risiko perilaku seks bebas dan pernikahan dini pada remaja. Metode pelaksanaan diawali dengan observasi data mengenai tingginya pernikahan dini di Kota Batu, dilanjutkan dengan observasi dan wawancara di sekolah untuk mengidentifikasi kebutuhan edukasi seksual. Psikoedukasi dilakukan di SMP PGRI 01 Kota Batu dengan melibatkan 23 siswi sebagai peserta, menggunakan metode pemaparan materi interaktif, pemutaran film pendek, serta evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test*. Hasil ini menunjukkan bahwa sebelum psikoedukasi 82,61% peserta memiliki pemahaman baik dan 17,39% berada pada kategori cukup. Sedangkan setelah diberikan psikoedukasi seluruh peserta berada pada kategori pemahaman yang baik. Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi ( $p= 0,048$ ). Dengan demikian, psikoedukasi seksual terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja. Program ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam pencegahan perilaku seksual berisiko melalui kolaborasi berkelanjutan antara sekolah, orang tua, dan tenaga profesional.

**Kata kunci:** Psikoedukasi seksual, remaja, perilaku seksual berisiko, pernikahan dini, perlindungan diri

**Abstract :** This program aimed to improve adolescents understanding of sexual education, particularly related to risky sexual behaviors, early marriage, and self-protection against sexual harassment. The activity was implemented as a preventive effort to reduce the risk of premarital sexual behavior and early marriage among adolescents. The implementation method began with data observation regarding the high prevalence of early marriage in Batu City, followed by school-based observations and interviews to identify the need for sexual education. The psychoeducation was conducted at SMP PGRI 01 Batu City and involved 23 female students as participants, employing interactive material presentations, short film screenings, and evaluations through pre-tests and post-tests. The results indicated that prior to the psychoeducation, 82.61% of participants demonstrated a good level of understanding, while 17.39% were in the moderate category. After the intervention, all participants achieved a good level of understanding. The Wilcoxon test showed a statistically significant difference between pre-test and post-test scores ( $p = 0.048$ ). Therefore, sexual psychoeducation was proven to be effective in improving adolescents'

understanding. This program is expected to serve as an initial step in preventing risky sexual behavior through sustained collaboration among schools, parents, and professional practitioners.

**Keywords:** Sexual psychoeducation, adolescents, risky sexual behavior, early marriage, self protection

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa dimana anak mulai mengalami perubahan terhadap fisik, psikologis dan juga kehidupan sosialnya. Pada masa ini, anak mulai memasuki fase pubertas. Pubertas adalah periode dimana fisik, hormon, dan citra tubuh mengalami perubahan secara cepat, umumnya terjadi pada usia 10 sampai 17 tahun (Santrock, 2011). Fase ini mendorong remaja putri untuk membangun hubungan yang lebih intim dengan teman sebayanya, mengembangkan identitas diri, dan juga melakukan eksplorasi terhadap hal yang berhubungan dengan seksualitas. Sayangnya, masa eksplorasi ini seringkali tidak terarah, dan memicu munculnya kesalahpahaman dan kesesatan mengenai seksualitas dan juga citra diri jika tidak dibarengi dengan sumber yang tepat. Tanpa panduan dan edukasi dari sumber yang tepat, masa transisi ini dapat menjadi masa kerentanan yang tinggi, dimana remaja putri beresiko besar terpapar pada isu pelecehan, kekerasan, hingga pengambilan keputusan yang merugikan. Oleh karena itu, edukasi mengenai seksualitas berperan penting untuk mencegah misinformasi dan ancaman nyata yang dihadapi oleh remaja putri.

Masa remaja yang rentan akan misinformasi ini diperburuk dengan kurangnya implementasi mengenai psikoedukasi seksual yang komprehensif dan merata di Indonesia. Edukasi seks dalam lingkup masyarakat, keluarga bahkan sekolah belum diterapkan secara maksimal kepada anak-anak atau siswa, mereka kurang memahami arti seks bahkan dalam lingkup sekolah kurang mensosialisasikan dan hampir tidak adanya tenaga ahli dalam sekolah yang memberikan edukasi seks (Supit *et al.*, 2023). Hal ini berdampak pada tingginya resiko remaja putri untuk terjerumus dan menjadi korban pelecehan seksual. Menurut data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA), angka kekerasan seksual mencapai 30.209 kasus, dengan korban putri sebanyak 25.838 orang. Persentase kasus kekerasan seksual mencapai 32,9% pada rentang umur 13-17 tahun, menjadikannya rentang umur dengan korban kasus kekerasan seksual terbanyak. Selain itu, pelajar merupakan kelompok yang paling berisiko terkena kekerasan seksual dengan persentase 44,5%. Secara spesifik, jenjang pendidikan SLTP mencatat persentase kasus tertinggi setelah SLTA, yaitu mencapai 22,0% (setelah SLTA yang mencapai angka 31,8%) (SIMFONI-PPA, 2025). Tak hanya rentan akan kekerasan

seksual, remaja putri juga rentan terhadap isu kesehatan reproduksi dan kehamilan yang tak diinginkan. Berdasarkan data dari website Kominfo Jawa Timur, pada tahun 2022 terdapat 15.212 permintaan dispensasi nikah, dan 80% diantaranya merupakan kasus hamil di luar pernikahan (Pemerintah Provinsi Jawa Timur, 2023). Kehamilan di usia sekolah tak hanya mengancam kesehatan fisik dan psikis, melainkan juga memutus jenjang pendidikan dan kesempatan masa depan pelajar.

Pada kasus ini, psikoedukasi berperan penting sebagai solusi preventif demi membangun pemahaman pelajar putri mengenai kesehatan reproduksi, bagaimana cara membangun hubungan interpersonal yang sehat, pemahaman akan otonomi tubuh demi membangun benteng diri dari kekerasan seksual, dan membangun pemahaman akan mitos dan kekeliruan informasi mengenai seksualitas.

### METODE

Metode pelaksanaan yang digunakan pada kegiatan psikoedukasi ini yaitu dilakukan observasi terlebih dahulu melalui data terkait tingginya persentase tingkat pernikahan dini di Kota Batu. Setelah itu, dipilih salah satu sekolah tepatnya SMP PGRI 01 Batu untuk melakukan psikoedukasi terkait seksual dan pernikahan dini sebagai langkah awal dalam pencegahan perilaku seks bebas dan pernikahan dini serta perlindungan diri dari perilaku pelecehan seksual pada remaja. Sebelum melakukan psikoedukasi tersebut, dilakukan juga observasi dan wawancara untuk mengetahui sejauh mana edukasi seksual telah diberikan sebelumnya, dilanjutkan dengan diskusi penentuan waktu, target siswa yang akan menjadi peserta dalam kegiatan, serta poin materi yang akan disampaikan. Pemberian edukasi seksual terkait risiko perilaku seks bebas dan pernikahan dini serta cara dalam melindungi diri dari kekerasan seksual dilaksanakan di Sekolah SMP PGRI 1 Batu dengan sasaran siswi yang berjumlah 23 orang. Pemberian edukasi dilaksanakan oleh Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Malang. Kegiatan ini telah terlaksana pada hari Jumat, 21 November 2025.

Kegiatan psikoedukasi terkait bahaya serta risiko perilaku seks bebas dan pernikahan dini pada remaja diawali dengan:

a. Persiapan

1. Dilaksanakannya komunikasi sekaligus koordinasi dengan pihak sekolah SMP PGRI 1 Batu.
2. Mempersiapkan bahan materi yang akan diberikan berdasarkan data pada jurnal, video edukasi seksual, dan booklet materi pendukung.
3. Pembagian penyampaian materi dengan anggota kelompok kemudian mempelajari materi yang akan disampaikan.
4. Mempersiapkan *pretest* dan *posttest* untuk menilai sejauh mana

pemahaman peserta terkait edukasi yang disampaikan serta kebutuhan lainnya agar kegiatan berjalan sesuai dengan rencana

b. Media, Alat, dan Bahan

1. Materi psikoedukasi dalam bentuk PPT.
2. Film pendek dengan judul “Serupa Senja”.
3. Soal *pretest* dan *posttest* dengan pengerjaan menggunakan media paper pencil.
4. Alat pendukung seperti LCD proyektor, microphone, serta speaker disediakan oleh sekolah.
5. Alat lainnya seperti laptop ataupun bahan materi disiapkan oleh pemateri.

c. Pelaksanaan

1. Diawali dengan perkenalan oleh pemateri kemudian dilanjutkan dengan penyampaian tujuan kegiatan edukasi secara singkat.
2. Menonton film pendek bersama dengan judul “Serupa Senja”
3. Dilakukan pengerjaan pre test dengan durasi 10 menit.
4. Pemberian materi mengenai edukasi seksual terkait risiko perilaku seks bebas dan pernikahan dini serta cara dalam melindungi diri dari kekerasan seksual.
5. Adanya sesi *ice breaking* singkat serta sesi tanya jawab dengan peserta.
6. Melakukan pengerjaan *posttest* sekaligus penutupan kegiatan psikoedukasi.

Dengan menggunakan media dan juga metode yang telah dipaparkan, diharapkan kegiatan ini dapat menjadi langkah awal dalam pencegahan perilaku seks bebas. Hal ini merupakan salah satu dari sekian banyaknya upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan tingkat risiko kehamilan di luar pernikahan, serta permohonan dispensasi dalam pernikahan dini, dengan terlaksananya program ini diharapkan para remaja sekaligus seluruh masyarakat di sekitar dapat meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya pendidikan seksual sejak dini, risiko dari perilaku seks bebas dan pernikahan dini, serta perlindungan diri dari perilaku pelecehan seksual.

### HASIL & PEMBAHASAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan dimana individu mulai secara aktif mengeksplorasi peran sosial, nilai, serta identitas diri (Branje *et al.*, 2021). Pada fase ini, perkembangan fungsi eksekutif otak, khususnya pada *prefrontal cortex*, belum berkembang secara matang sehingga remaja cenderung memproses informasi dan mengambil keputusan berdasarkan dorongan emosional daripada pertimbangan secara rasional (Singh & Dua, 2025). Faktor tersebut seringkali membuat remaja memiliki kecenderungan untuk bersikap impulsif yang dapat mengarah pada pola perilaku maladaptif selama proses

eksplorasi diri, seperti eksplorasi ketertarikan terhadap lawan jenis. Apabila hal tersebut tidak diikuti dengan pemahaman dan kontrol diri yang kuat, maka dapat berpotensi menimbulkan perilaku seksual berisiko.



**Gambar 1.** Kegiatan Psikoedukasi Seksual

Oleh karena itu, diperlukan program psikoedukasi seksual sebagai upaya preventif yang bertujuan untuk mengarahkan remaja dalam memahami batasan perilaku seksual serta mencegah terjadinya pernikahan dini dan hubungan seksual pranikah akibat impulsivitas remaja.

**Tabel 1.** Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Psikoedukasi Seksual

Kegiatan	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)	<i>P value</i>
<i>Pretest</i>	Baik	19	82,61	0,048
	Cukup	4	17,39	
	Kurang	0	0	
<i>Posttest</i>	Baik	23	100	
	Cukup	0		
	Kurang	0		

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa sebelum dilakukan psikoedukasi, terdapat 82,61% atau sejumlah 19 peserta sudah memahami psikoseksual dengan baik, akan tetapi terdapat 17,39% atau sejumlah 4 peserta berada pada kategori cukup dalam memahami psikoseksual. Adapun pasca pemberian psikoedukasi seksual, terlihat bahwa 100% atau sejumlah 23 peserta dapat memahami materi yang diberikan dengan baik. Selain itu, hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dengan nilai 0,048 ( $p\ value < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman peserta sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi. Oleh karena itu, kegiatan psikoedukasi ini efektif untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai psikoedukasi seksual.

Psikoedukasi seksual merupakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai perilaku seksual secara komprehensif, tidak hanya mengenai fungsi reproduksi dan risiko kesehatan,

tetapi juga konsekuensi sosial dan psikologis, seperti rasa bersalah, kecemasan, tekanan sosial, serta gangguan kepercayaan diri. Pemahaman yang menyeluruh tersebut diharapkan dapat menjadi tahap fundamental bagi remaja untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dan menghargai diri sendiri. Selain berfokus pada pencegahan risiko, psikoedukasi seksual juga berperan dalam pengembangan sikap dan nilai untuk membentuk hubungan interpersonal yang sehat. Melalui psikoedukasi ini, remaja dapat belajar untuk mengenali batasan diri, memahami konsep persetujuan (*consent*), serta mengidentifikasi karakteristik hubungan yang sehat dan tidak sehat. Dengan demikian, remaja diharapkan dapat terhindar dari berbagai bentuk hubungan yang berpotensi merugikan, seperti kekerasan, manipulasi emosional, ataupun eksploitasi seksual.

Meskipun psikoedukasi seksual memiliki peran yang signifikan, peran dan keterlibatan orang tua serta pihak sekolah sangat diperlukan agar upaya pencegahan perilaku seksual berisiko ini dapat berjalan secara konsisten dan berkelanjutan. Orang tua memiliki peran penting dalam mengarahkan sekaligus sebagai teladan dalam membangun sikap positif terhadap seksualitas yang sehat dan tanggung jawab. Sementara itu, sekolah sebagai institusi formal berperan dalam memfasilitasi edukasi seksual secara sistematis, terstruktur, dan sesuai dengan tahap perkembangan remaja. Kolaborasi tersebut diharapkan dapat menjadi upaya dalam menciptakan generasi remaja yang lebih sadar, bertanggung jawab, serta mampu menjaga kesehatan fisik maupun psikososialnya secara optimal.

## SIMPULAN

Program psikoedukasi seksual ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman pada remaja khususnya siswi putri di SMP PGRI 01 Batu mengenai perilaku seksual yang sehat, batasan diri serta konsekuensi dari perilaku seksual berisiko. Kegiatan ini dilaksanakan dengan melibatkan 23 siswi melalui metode edukatif dan evaluasi menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat efektivitas program psikoedukasi ini. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa sebelum psikoedukasi 82,61% peserta memiliki pemahaman baik dan 17,39% berada pada kategori cukup. Sedangkan setelah diberikan psikoedukasi seluruh peserta berada pada kategori pemahaman yang baik.

Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi ( $p=0,048$ ). Peningkatan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi seksual efektif untuk meningkatkan pemahaman para siswi mengenai batasan perilaku seksual dan hubungan yang sehat serta mendorong kesadaran untuk menghargai diri dan mempertimbangkan dampak jangka panjang dari keputusan yang diambil selama masa eksplorasi. Sebagai keberlanjutan program ini, diperlukan dukungan dan kolaborasi antara pihak

sekolah, orang tua, dan tenaga profesional agar psikoedukasi seksual dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berkelanjutan, dengan tujuan memperkuat upaya pencegahan perilaku seksual berisiko pada remaja.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Branje, S., de Moor, E. L., Spitzer, J., & Becht, A. I. (2021). Dynamics of identity development in adolescence: A decade in review. *Journal of Research on Adolescence*, 31, 908–927. <https://doi.org/10.1111/jora.12678>
- Pemerintah Provinsi Jawa Timur. (2023, 16 Januari). 80% diskon di sebabkan hamil duluan. <https://kominfo.jatimprov.go.id/berita/80-diskon-di-sebabkan-hamil-duluan>
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (13th ed., illustrated). McGraw-Hill.
- Setiawan, F. A. (2025, October 8). 35 anak-anak di Kota Batu ajukan dispensasi nikah ke Pengadilan Agama. Radar Batu (Jawa Pos). <https://radarbatu.jawapos.com/kota-batu/2326673857/35-anak-anak-di-kota-batu-ajukan-dispensasi-nikah-ke-pengadilan-agama>
- Singh, P. L., & Dua, H. J. (2025). Examining brain development and its impact on decision-making, risk-taking behaviors, and emotional regulation among adolescents: A questionnaire-based cross-sectional study. *Annals of Medicine and Medical Sciences*, 4, 58–64. <https://ammspub.com/index.php/amms/article/view/90>
- Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI-PPA). (2025). Ringkasan data kekerasan terhadap perempuan dan anak di Indonesia. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>
- Supit, E., Pantow, A., Karamoy, P., Aditama, M. H. Y., & Kasenda, R. (2023). Kurangnya Sex Education Karena Persepsi-Persepsi Negatif Di Lingkup Masyarakat. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 8(1), 101. <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JJUPE/index>