

## EDUKASI SEKSUAL SEHAT DAN BERTANGGUNG JAWAB BAGI REMAJA DI SMKN 1 LOPOK

Lina Dewi Anggraeni<sup>1</sup>, Nur Arifatus Sholilah<sup>2</sup>, Fadilah Indriati Arindah<sup>3</sup>, Sisilia Sada Moki<sup>4</sup>

<sup>1,3,4</sup>Prodi S1 Keperawatan, STIKES Griya Husada Sumbawa

<sup>2</sup>Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKES Griya Husada Sumbawa

Email korespondensi: [linadewiam@gmail.com](mailto:linadewiam@gmail.com)

*Received: 21 January 2026; Revised: 22 January 2026; Accepted: 26 January 2026*

### *Abstract*

Adolescents experience significant physical, psychological, and social changes that require adequate knowledge of sexual and reproductive health. Insufficient sexual education may increase the risk of risky sexual behaviors and reproductive health problems. This community service program aimed to improve adolescents' knowledge of sexual education through health counseling. An interactive educational approach was implemented, including a pretest, material presentation, discussion, and posttest, involving 30 students from grades X and XI at SMKN 1 Lopok. The evaluation results showed a substantial increase in the average knowledge score, from 55.33% before the intervention to 86.55% after the intervention. These findings indicate that sexual education is an effective promotive and preventive strategy for enhancing adolescents' understanding of sexual and reproductive health.

**Keywords:** sexual education, health education, adolescents.

### **Abstrak**

Remaja merupakan kelompok usia yang mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan sehingga memerlukan pemahaman yang memadai mengenai kesehatan seksual dan reproduksi. Kurangnya pengetahuan tentang pendidikan seksual dapat meningkatkan risiko perilaku seksual berisiko serta masalah kesehatan reproduksi. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai edukasi seksual melalui penyuluhan kesehatan. Metode yang digunakan adalah edukasi kesehatan interaktif melalui pretest, penyampaian materi, diskusi, dan posttest pada 30 siswa kelas X dan XI SMKN 1 Lopok. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan rata-rata pengetahuan dari 55,33% sebelum penyuluhan menjadi 86,55% setelah penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi seksual efektif sebagai strategi promotif dan preventif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan seksual dan reproduksi.

**Kata kunci:** edukasi seksual, pendidikan kesehatan, remaja.

### **PENDAHULUAN**

Masa remaja adalah periode perubahan fisik yang signifikan, ditandai dengan percepatan pertumbuhan dan pematangan seksual selama pubertas. Masa remaja dimulai pada masa pubertas dan berakhir pada awal masa dewasa, biasanya antara usia 12 dan 18 tahun (Lazzara, 2020). Perkembangan biologis pada remaja ditandai dengan pubertas dan kematangan

sistem reproduksi yang memicu peningkatan rasa ingin tahu terhadap seksualitas. Secara psikologis, remaja mulai mengembangkan kemampuan berpikir abstrak, eksplorasi identitas, dan pencarian kemandirian, sedangkan secara sosial mereka semakin dipengaruhi oleh teman sebaya dan lingkungan. Kombinasi perubahan tersebut menjadikan remaja kelompok yang rentan

terhadap perilaku seksual berisiko apabila tidak didukung oleh pengetahuan dan keterampilan yang memadai (Moreira et al, 2023).

Pendidikan seksual sejak dini yang diterima oleh anak akan membuat masa remajanya tidak lagi merasa canggung dan lebih bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri (Paris, Ricardo, & Rymond, 2019). Vasilenko (2022) menyatakan bahwa seks di usia terlalu muda bisa membawa efek negatif hingga dewasa. Kemungkinan besar karena aktivitas terjadi ketika sistem saraf masih berkembang. Sejumlah hasil negatif bisa terjadi, terutama untuk anak perempuan. Mulai dari risiko tinggi kehamilan yang tidak diinginkan, tertular HIV atau penyakit menular seksual (PMS), kanker serviks, dan dampak psikologis negatif lainnya.

Penyebaran informasi edukatif mengenai pendidikan seksual di SMKN masih terbatas, terutama karena fokus sekolah pada keterampilan vokasional dan keragaman latar belakang siswa. Minimnya penyuluhan terstruktur dan pelatihan berbasis bukti ilmiah menjadi tantangan dalam meningkatkan pemahaman remaja serta penerapan strategi pencegahan terhadap konsekuensi kesehatan negatif, termasuk kehamilan yang tidak diinginkan dan infeksi menular seksual.

Zubaidah, Sabaruddin & Yulianti (2023) menyoroti kebutuhan pendidikan kesehatan yang sistematis dan kontekstual bagi remaja dengan memperhatikan dinamika sosial serta sumber informasi seperti media sosial. Selain itu, studi lain mengemukakan pentingnya pendidikan seksual berbasis gender untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja secara holistik (Nurhayati et al, 2024). Pendidikan seksual yang komprehensif bertujuan tidak hanya untuk menyampaikan informasi faktual, tetapi juga untuk membangun keterampilan pengambilan keputusan, kesadaran akan risiko, serta sikap yang sehat dan bertanggung jawab terhadap seksualitas remaja.

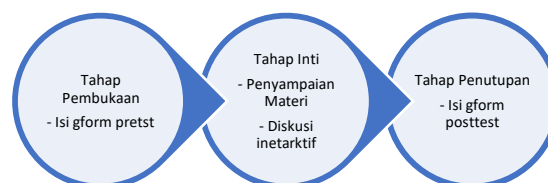
Kegiatan penyuluhan pada remaja ini memiliki tujuan untuk meningkatkan

pengetahuan dalam menghadapi masalah kesehatan reproduksi.

## PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui dua tahap, yaitu pengkajian awal dan edukasi kesehatan. Pengkajian awal dilakukan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan peserta mengenai proses tumbuh kembang remaja dan kesehatan reproduksi. Selanjutnya, edukasi kesehatan diberikan secara interaktif. Kegiatan dilaksanakan pada Rabu, 14 Januari 2025, pukul 11.00 WITA, secara daring dan luring dengan sasaran siswa-siswi kelas X dan XI SMKN 1 Lopok serta guru penanggung jawab kegiatan.

Tahap pembukaan berlangsung selama 10 menit, diawali dengan pembukaan dan doa bersama, kemudian dilanjutkan dengan pengisian pretest melalui *Google Form* untuk mengukur pengetahuan awal peserta. Tahap inti berupa penyuluhan dilaksanakan selama 40 menit dengan penyampaian dua materi utama, yaitu “Proses Tumbuh Kembang Remaja” dan “Dinamika Perubahan pada Masa Remaja serta Penerapan Personal Hygiene yang Tepat”. Penyampaian materi dilaksanakan melalui pemaparan, diskusi, dan *ice breaking* dengan menggunakan pendekatan interaktif guna meningkatkan partisipasi dan konsentrasi peserta. Tahap penutupan berlangsung selama 10 menit dengan pelaksanaan *posttest* melalui *Google Form* guna menilai peningkatan pengetahuan peserta. Kegiatan diakhiri dengan pemberian apresiasi berupa doorprize dan doa penutup.



Gambar 1. Alur Kegiatan PKM

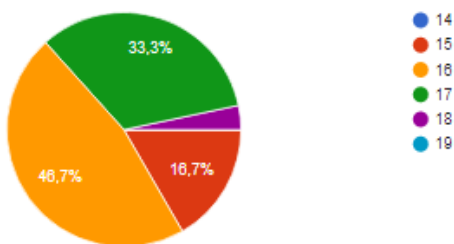
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan telah dilaksanakan pada Rabu, 14 Januari 2025, pukul 11.00–12.30 WITA, dengan melibatkan 30 siswa kelas X dan XI SMKN 1 Lopok sebagai peserta. Penyuluhan dilaksanakan secara hibrida, yaitu kombinasi kegiatan luring dan daring melalui aplikasi Zoom. Kegiatan ini mengusung tema “*Sekolah Sehat, Remaja Hebat: Edukasi Seksual yang Sehat dan Bertanggung Jawab*” dan diawali dengan doa yang dipimpin oleh pembawa acara. Untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai proses tumbuh kembang remaja, dinamika perubahan pada masa remaja, serta tatalaksana personal hygiene sistem reproduksi, peserta mengisi kuesioner pretest melalui *Google Form* dengan tautan

<https://forms.gle/m4KEgYBmt12mjZYG6>.

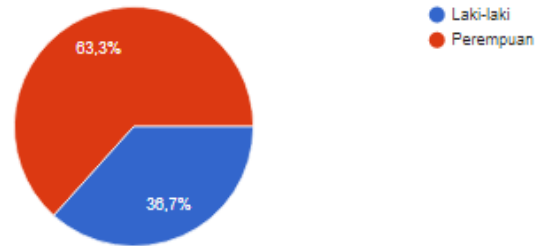
Berdasarkan data yang terkumpul, jumlah peserta yang mengikuti kegiatan promosi kesehatan ini sebanyak 30 siswa-siswi, sebagaimana disajikan pada bagian berikut;

### Usia



Dari 30 siswa-siswi yang menjadi peserta kegiatan promosi kesehatan, didapatkan 5 anak (16.7%) berusia 15 tahun, 14 anak (46.7%) berusia 16 tahun, 10 anak (33.3%) berusia 17 tahun, dan 1 anak (3.3%) berusia 18 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa peserta paling banyak berusia 15-16 tahun yaitu sebanyak 19 anak atau 63.4%.

### Jenis Kelamin



Dari 30 siswa-siswi yang menjadi peserta kegiatan promosi kesehatan didapatkan 11 anak (36.7%) berjenis kelamin laki-laki, sedangkan 19 anak (63.3%) berjenis kelamin perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa peserta lebih dominan berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 19 anak atau 63.3%.

Pada sesi pertama, penyampaian materi disampaikan oleh Ns. Lina Dewi A., M.Kep., Sp.Kep.An. Selanjutnya, pada sesi kedua, materi mengenai dinamika perubahan pada masa remaja serta tatalaksana *personal hygiene* disampaikan oleh Fadilah. Seluruh rangkaian penyampaian materi berlangsung selama 40 menit sesuai dengan waktu yang telah direncanakan. Kedua sesi berjalan dengan tertib, lancar, dan kondusif, dengan partisipasi aktif serta perhatian yang baik dari para peserta



Gambar 2. Edukasi siswa/i SMKN 1 Lopok

Setelah kegiatan penyuluhan selesai, MC menyampaikan rangkuman kegiatan promosi kesehatan yang telah dilaksanakan. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan sesi dokumentasi berupa foto bersama dan doa penutup. Sebelum kegiatan ditutup, MC mengingatkan peserta untuk mengisi tautan *posttest*

(<https://forms.gle/vvYCcBogpaX48BGHA>) sebagai bagian dari evaluasi kegiatan.

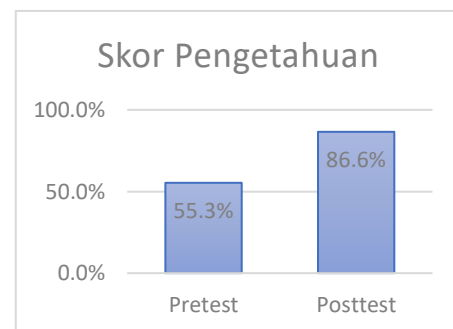
Edukasi seksual memiliki peranan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi serta perilaku seksual yang sehat dan bertanggung jawab. Edukasi yang diberikan secara komprehensif membantu remaja memahami proses pertumbuhan dan perkembangan, perubahan biologis dan psikososial yang dialami, serta risiko kesehatan yang dapat muncul apabila remaja tidak memperoleh informasi yang tepat (Cortínez-López, Cuesta-Lozano & Luengo-González, 2021).

Masa remaja merupakan fase transisi yang ditandai oleh perubahan fisik, emosional, dan sosial, sehingga remaja memerlukan pendampingan edukatif yang sesuai dengan tahap perkembangannya. Bratajaya (2023b, dalam Bratajaya, Sartika, & Rahayu, 2025) menyatakan bahwa masa remaja merupakan fase strategis dalam pembentukan individu sebagai teladan, khususnya dalam penerapan perilaku hidup sehat. Edukasi seksual berkontribusi dalam meningkatkan pemahaman mengenai batasan diri, pencegahan infeksi menular seksual, serta pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Remaja yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik cenderung menunjukkan sikap positif terhadap perilaku seksual yang sehat dan bertanggung jawab (Sholikhah, 2024; Nurhayati *et al.*, 2025).

Selain itu, penggunaan metode edukasi yang interaktif dan partisipatif terbukti meningkatkan keterlibatan peserta serta efektivitas penyampaian materi. Partisipasi aktif peserta dan peningkatan pemahaman setelah kegiatan menunjukkan bahwa

pendekatan edukasi yang komunikatif dan kontekstual efektif diterapkan sebagai strategi promosi kesehatan seksual dan reproduksi pada remaja (Fahrurrajib, 2018). Interaktivitas memungkinkan peserta bertanya, berdiskusi, dan melakukan simulasi yang membantu mengaitkan materi dengan kehidupan sehari-hari, sehingga meningkatkan pemahaman dan internalisasi pesan kesehatan. Interaksi dua arah yang terbangun selama kegiatan menciptakan proses pembelajaran yang lebih efektif dan tercermin dari peningkatan hasil evaluasi sebelum dan sesudah kegiatan.

### Pengetahuan



Gambar 3. Diagram Skor Pengetahuan

Berdasarkan analisis perbandingan nilai pretest dan posttest, ditemukan adanya peningkatan pemahaman peserta terkait edukasi kesehatan pendidikan seksual pada remaja. Rata-rata nilai pretest sebelum pemberian edukasi sebesar 55,33%, kemudian meningkat menjadi 86,55% setelah edukasi diberikan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta, sehingga responden yang sebelumnya memiliki pemahaman terbatas menjadi lebih memahami materi pendidikan seksual pada remaja. Hasil pelaksanaan kegiatan ini sejalan dengan temuan terdahulu yang menunjukkan bahwa remaja yang mendapatkan edukasi seksual memiliki tingkat pemahaman yang lebih baik terkait perubahan yang terjadi pada masa remaja, upaya pencegahan risiko kesehatan seksual, serta pentingnya pemeliharaan kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, edukasi

seksual dapat dipandang sebagai pendekatan promotif dan preventif yang efektif dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan remaja (Sholikhah, 2024; Nurhayati *et al.*, 2025). Peningkatan pengetahuan yang diperoleh berimplikasi pada terbentuknya sikap yang lebih positif serta peningkatan kemampuan remaja dalam mengendalikan perilaku dan mengambil keputusan yang tepat terkait kesehatan, khususnya kesehatan seksual dan reproduksi.

## PENUTUP

### Simpulan

Pendidikan seksual merupakan upaya edukatif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan seksual dan reproduksi, dengan tetap menanamkan nilai moral, etika, dan tanggung jawab. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa edukasi seksual yang diberikan melalui penyuluhan kesehatan efektif meningkatkan pemahaman peserta. Edukasi ini berperan sebagai strategi promotif dan preventif dalam mendukung kesehatan fisik dan mental remaja serta membentuk sikap yang lebih bertanggung jawab. Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) mengalami kendala keterbatasan kualitas sinyal akibat kondisi cuaca, namun dapat diatasi melalui peran pembawa acara (MC) dalam menyampaikan kembali materi yang kurang jelas.

### Saran

Pengabdian masyarakat tentang pendidikan seks pada remaja perlu dilakukan secara berkesinambungan dan terstruktur dengan melibatkan berbagai pihak seperti sekolah, tenaga kesehatan, orang tua, dan tokoh masyarakat. Materi yang diberikan hendaknya disesuaikan dengan usia dan tahap perkembangan remaja, menggunakan bahasa yang sederhana, sopan, dan mudah dipahami. Metode penyampaian dianjurkan bersifat interaktif dan partisipatif, seperti diskusi, studi kasus, dan media edukatif, agar remaja lebih aktif dan berani bertanya. Selain itu, perlu adanya pendampingan dan evaluasi berkala

untuk menilai pemahaman remaja serta dampak kegiatan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi dan melindungi diri dari perilaku berisiko.

## Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih kepada peran serta guru dari SMKN 1 Lopok yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bratajaya, C.N.A., Sartika, A., & Rahayu, P. (2025). Peningkatan Kesadaran Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMP Negeri 3 Cikarang Utara Kabupaten Bekasi. *Jurnal Medika Mengabdi*, 2 (1). <https://doi.org/10.59981/138v4283>
- Cortínez-López, A., Cuesta-Lozano, D. & Luengo-González, R. (2021) 'Effectiveness of sex education in adolescents', *Sexes*, 2(1), pp. 144–150. <https://doi.org/10.3390/sexes2010012>
- Fahrurrajib, F. (2018) 'Intervensi pendidikan kesehatan seksual dan reproduksi dalam mencegah niat dan perilaku seksual berisiko pada remaja', *Berita Kedokteran Masyarakat*, 34(6), pp. 267–274. <https://doi.org/10.22146/bkm.40152>
- Lazzara, J. (2020). *Lifespan development*. Maricopa Community Colleges. <https://open.maricopa.edu/devpsych/chapter/chapter-4-infancy-and-toddlerhood/>
- Moreira, Maria Teresa & Rocha, Elizabeth & Lima, Andreia & Pereira, Lúcia & Rodrigues, Sílvia & Fernandes, Carla. (2023). Knowledge about Sex Education in Adolescence: A Cross-Sectional Study. *Adolescents*. 3. 431-445. [10.3390/adolescents3030030](https://doi.org/10.3390/adolescents3030030).
- Nurhayati, N., Sari, R. & Putri, D.A. (2025) 'Pentingnya edukasi seksual dalam meningkatkan kesehatan reproduksi remaja', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), pp. 45–52. <https://doi.org/10.31004/jkt.v5i4.30597>
- Paris, J., Ricardo, A., & Rymond, D.

- (2019). *Child growth and development*. College of the Canyons. [https://socialsci.libretexts.org/Courses/Northeast\\_Wisconsin\\_Technical\\_College/Child\\_Growth\\_and\\_Development\\_\(NWTC\)](https://socialsci.libretexts.org/Courses/Northeast_Wisconsin_Technical_College/Child_Growth_and_Development_(NWTC))
- Sholikhah, A.U. (2024) 'Pendidikan seks sebagai upaya pencegahan perilaku seksual berisiko pada remaja', *Edu Sociata*, 3(2), pp. 112–119. <https://doi.org/10.30643/jcehn.v1i1.220>
- Sidabutar, S., Pelawi, A. ., & Adelina, M. . (2023). Comparative Study Of Traditional And Interactive Health Education Models On Changing Community Behavior. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Hablum Minannas*, 2(2), 117-126. <https://doi.org/10.47652/hablumminanna>
- s.v2i2.831
- Vasilenko S. A. (2022). Sexual Behavior and Health From Adolescence to Adulthood: Illustrative Examples of 25 Years of Research From Add Health. *The Journal of adolescent health : official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 71(6S), S24–S31. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.08.014>
- Zubaidah, Z., Sabarrudin, S., & Yulianti, Y. (2023). Urgensi Pendidikan Seks pada Remaja. *Journal of Education Research*, 4(4), 1737–1743. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i4.550>