

EFFECTIVENESS OF SEXUAL EDUCATION FOR TEENAGER'S KNOWLEDGE ON THEIR BODY & SEXUALITY

¹Cynthia Halim, ²Bheby Jebriela

^{1,2} Universitas Surabaya Jl. Tenggilis Mejoyo Surabaya 60293, Indonesia
thia.halim@gmail.com

Abstract: *Adolescence is a period of transition from children to adulthood. During this stage, generally teens experience a crisis of identity where they strive to search for identity, they are no longer children but also not yet full-grown adult. This transition period often brings its own pressure for teens because of the changes they experience either physically, hormonal and even emotionally. The most obvious changes in adolescence is their physical changes in certain body parts that are also related to their sexuality. In Eastern culture, parents are not being able to discuss sexuality openly with their children, therefore teens are reluctant to ask their parents regarding changes in their bodies or even the different feelings they have been experiencing. The purpose of this study was to determine the effectiveness of psychoeducation in adolescents to increase knowledge of church X teenage sexuality. The subjects of this study were church X youth groups, amounting to 21 teens. This research is an experimental study using pretest-posttest group design. Psychoeducation is given as many as 6 (six) sessions which are divided into 2 (two) days.*

Keywords: *Psychoeducation, Knowledge of sexuality, Adolescents*

Abstrak Masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke dewasa. Selama tahap ini, umumnya remaja mengalami krisis identitas di mana mereka berkembang untuk mencari identitas, mereka bukan lagi anak-anak tetapi juga belum dewasa. Masa transisi ini sering membawa tekanan tersendiri bagi remaja karena perubahan yang mereka alami baik secara fisik, hormon, dan bahkan secara emosional. Perubahan remaja yang paling jelas adalah perubahan fisik mereka di bagian tubuh tertentu yang juga terkait dengan seksualitas mereka. Dalam budaya Timur, orang tua tidak dapat mendiskusikan seksualitas secara terbuka dengan anak-anak mereka, oleh karena itu remaja itu enggan bertanya kepada orang tua mereka mengenai perubahan dalam tubuh mereka atau bahkan berbagai perasaan yang telah mereka alami. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas psikoedukasi pada remaja untuk meningkatkan pengetahuan seksualitas gereja X remaja. Subjek penelitian ini adalah kelompok pemuda gereja X, yang berjumlah 21 remaja. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental dengan menggunakan desain kelompok pretest-posttest. Psikoedukasi diberikan sebanyak 6 (enam) sesi yang dibagi menjadi 2 (dua) hari.

Kata kunci: Psikoedukasi, Pengetahuan seksualitas, Remaja

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun, menurut peraturan Menteri Kesehatan RI

Nomor 25 tahun 2014, remaja ada penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk 2010 sebanyak 43.5 juta atau sekitar

18% dari jumlah penduduk. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1.2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (Infodatin, 2015).

Sifat khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung resiko atau perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang (WHO, dicatat dalam Informasi Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2015). Perilaku beresiko pada remaja ini dapat mengakibatkan konsekuensi negatif seperti terpapar penyakit menular seksual dan kehamilan yang tidak diinginkan (Center for Disease Control and Prevention [CDC], yang disitat dalam Kerpelman, et.al, 2013).

Menurut data kementerian kesehatan RI (2015), secara umum, remaja laki-laki lebih banyak menyatakan pernah melakukan seks pra nikah dibandingkan perempuan. Dibandingkan tahun 2007, presentasi pada tahun 2012 cenderung meningkat.

Survei yang dilakukan kepada 10.830 remaja laki-laki dan 8.481 remaja perempuan dari 33 propinsi mengungkap alasan-alasan remaja melakukan hubungan seksual pranikah, seperti: rasa ingin tahu (57.5%, laki-laki), terjadi begitu saja (38%, perempuan), dan dipaksa oleh pasangan (12.6% perempuan). Hal ini mencerminkan kurangnya pemahaman remaja tentang keterampilan hidup sehat, resiko hubungan seksual dan kemampuan untuk menolak hubungan yang tidak mereka inginkan.

Kurangnya akses informasi yang tepat bagi remaja dapat berdampak negatif dalam kehidupan mereka. Penelitian yang dilakukan *girl scout research institute* (APA, 2002) menunjukkan bahwa remaja yang tidak cukup mendapatkan informasi dari orang tua mengenai penggunaan internet. Melalui penelitian yang sama, didapatkan pula bahwa remaja-remaja tersebut berharap untuk mendapatkan informasi dan arahan mengenai penggunaan internet dan bahaya yang mungkin ditimbulkan, seperti pelecehan seksual online atau terpapar dengan pornografi. Akibatnya, partisipan-partisipan (sepertiga dari partisipan) yang pernah menjadi korban pelecehan seksual / pornografi *online* tidak berani untuk menceritakan pengalaman tersebut ataupun mencari bantuan.

Berdasarkan permasalahan yang ada penelitian ini bertujuan untuk memberikan remaja akses informasi yang selama ini belum di dapatkan. Dengan pemberian informasi yang tepat melalui pelatihan ini, remaja diharapkan mendapatkan pemahaman yang tepat, dan juga akses informasi mengenai hal-hal yang membingungkan mereka. Hal ini juga bermanfaat memberikan mereka pemahaman mengenai dampak yang mungkin akan mereka alami.

METODE

Diawali dengan pengambilan data lapangan dengan melakukan wawancara dengan Pembina kelompok remaja di gereja X, dan juga dengan melakukan observasi pada

kelompok remaja untuk mendapat gambaran perilaku remaja dalam kelompok tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kemudian dilakukan Analisa kebutuhan yang digunakan untuk merancang dan menyiapkan pelatihan yang berupa *sex education*.

Tabel 1. Analisa Kebutuhan Remaja Gereja X

Hasil TNA	Solusi Materi
1. Pengetahuan remaja mengenai pubertas masih minim.	1. Pemahaman mengenai apa yang terjadi pada tahap perkembangan remaja, yang meliputi perubahan-perubahan secara biologis dan psikologis
2. Banyak remaja yang masih kurang dapat membaur dengan ROCKET	2. Pemahaman mengenai tantangan-tantangan yang mungkin dihadapi oleh remaja, seperti pembentukan identitas diri dan tekanan teman sebaya
3. Terdapat remaja yang secara aktif mengejar lawan jenis yang jauh lebih tua	3. Pemahaman mengenai emosi-emosi yang muncul pada saat pubertas dan bagaimana mengatasinya.
4. Banyak remaja yang mulai berpacaran	4. Pemahaman mengenai perbedaan kebutuhan berelasi antara laki-laki dan perempuan.
5. Informasi mengenai hal-hal seksual banyak didiskusikan oleh remaja	5. Pemahaman mengenai perbedaan kebutuhan berelasi antara laki-laki dan perempuan.
6. Pengetahuan remaja akan	5. Pemahaman mengenai apa yang terjadi pada tahap perkembangan remaja, yang meliputi perubahan-perubahan secara biologis dan psikologis

Hasil TNA	Solusi Materi
seksualitas dan dampaknya masih sangat minim	man mengenai pergaulan bebas dan dampaknya.
7. Banyak remaja yang terpapar dengan pornografi	6. Pemahaman mengenai bagaimana menjadi remaja yang bertanggung jawab.
8. Remaja saling berbagi video porno	
9. Remaja kurang bijak dalam menggunakan sosial media	

Berdasarkan tabel di atas, kebutuhan utama remaja dari gereja X yang perlu diintervensi adalah terkait dengan pemahaman remaja mengenai tahapan perkembangan remaja, masalah-remaja yang mungkin muncul, dampaknya, dan bagaimana mengatasinya. Oleh sebab itu penelitian ini kemudian merangkum kebutuhan tersebut menjadi suatu rangkaian pelatihan pendidikan seksualitas - "Aku, Diriku dan Tanggung jawabku".

Pelatihan pendidikan seksualitas dengan judul "Aku, Diriku dan Tanggung jawabku" dilakukan dalam 2 (dua) hari yang terbagi dalam 6 (enam) sesi. Pada pelatihan ini digunakan beberapa metode yang nantinya akan dilakukan pada sesi-sesi pelatihan. Metode-metode yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Diskusi dan berbagi : metode ini bertujuan agar peserta dapat saling bertukar pendapat, baik itu dengan anggota kelompok maupun dengan trainer.
2. Permainan peran : metode ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat pemahaman

peserta akan materi yang akan diberikan. Metode ini juga diberikan dengan tujuan untuk meningkatkan mood peserta.

3. Aktivitas permainan : kegiatan ini bertujuan untuk melihat pemahaman peserta mengenai materi yang telah disampaikan.

4. Penyampaian materi : trainer menyampaikan materi agar peserta dapat memahami materi yang diberikan.

5. Tugas tertulis : pemberian tugas pada peserta dalam kelompok agar peserta lebih memahami mengenai materi yang disampaikan.

6. Presentasi : peserta memberikan presentasi singkat mengenai kesimpulan materi yang telah disampaikan.

Dalam pelatihan ini ada 3 (tiga) evaluasi yang dilakukan, yakni evaluasi reaksi, evaluasi belajar dan evaluasi perilaku.

1. Evaluasi Reaksi

Evaluasi yang pertama kali dilakukan adalah evaluasi reaksi. Evaluasi ini merupakan dasar untuk mengukur keberhasilan suatu pelatihan. Reaksi yang positif menunjukkan keberhasilan kegiatan yang diberikan. Evaluasi reaksi yang diberikan pada peserta berbentuk kuisisioner dengan pilihan jawaban sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju. Evaluasi ini ingin menilai trainer, materi yang diberikan, dan juga sarana saat pelatihan. Terdapat sembilan pertanyaan yang digunakan untuk mengukur reaksi peserta pelatihan terhadap pelatihan yang telah diadakan. Pertanyaan tersebut diukur dengan empat kriteria penilaian yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju,

sangat setuju. Penilaian tersebut kemudian dilambangkan dengan angka-angka dimana sangat setuju = 4, setuju = 3, tidak setuju = 2 dan sangat tidak setuju = 1. Berikut ini kategori norma yang digunakan untuk melihat tingkat kepuasan peserta akan pelatihan yang diberikan.

2. Evaluasi Belajar

Evaluasi belajar yang dilakukan untuk mengetahui pemahaman peserta selama training. Evaluasi ini bertujuan mengukur apakah tujuan dari sesi-sesi pelatihan tercapai. Metode yang digunakan untuk mengukur evaluasi tahap II ini adalah dengan memberikan angket pre-test dan juga post-test. Angket pre-test dan post-test memiliki butir pertanyaan yang sama agar dapat melihat perubahan pemahaman peserta selama pelatihan.

3. Evaluasi Perilaku

Evaluasi perilaku dilakukan untuk mengetahui perbedaan perilaku yang ditunjukkan peserta setelah pelatihan diberikan. Evaluasi tahap III ini dilakukan melalui wawancara pada *follow-up*.

HASIL

Hasil psikoedukasi dalam bentuk pelatihan pendidikan seksualitas pada kelompok remaja dari gereja X dapat dikatakan berhasil meningkatkan pengetahuan terkait seksualitas dan perilaku beresiko pada remaja. Berikut adalah pembahasan terkait proses pelatihan dan evaluasi:

Hasil evaluasi reaksi peserta terhadap pelatihan secara keseluruhan, mulai dari materi, pembicara, dan juga kenyamanan tempat, serta konsumsi termasuk dalam kategori sangat tinggi. Hal ini berarti bahwa secara keseluruhan peserta merasa puas dengan pelatihan yang diberikan. Peserta merasa bahwa materi yang diberikan sudah sesuai dengan kebutuhan peserta saat ini. Pemberian materi disampaikan dengan cara yang tidak membosankan, menarik, dan dengan suara yang jelas. Pelaksanaan pelatihan pun dinilai efektif, tepat waktu, dengan tempat yang nyaman. Kenyamanan ini ditunjang dengan pemberian konsumsi yang memuaskan selama pelatihan.

Pre-test dan *post-test* diberikan terdiri dari 16 pertanyaan terbuka. Pertanyaan terbuka dinilai dengan rentang nilai 0 sampai 2, nilai 0 untuk tidak menjawab atau sama sekali salah, 1 untuk jawaban yang kurang lengkap, 2 untuk jawaban yang benar dan lengkap. Hasil penilaian tersebut dibuatkan norma dan dikategorikan menjadi lima kategori yaitu sangat rendah, rendah, cukup, tinggi, dan sangat tinggi. Kategori penilaian peserta adalah sebagai berikut:

Tabel2. Data Penilaian *Pre-Test* dan *Post-Test* Evaluasi pengetahuan(*Knowledge*) secara Keseluruhan

Nama	Raw Score		Naik/ Turun	Kategori		Keterangan
	Pre-Test	Post-Test		Pre-Test	Post-Test	
Andrew	11	19	+8	R	C	+1 Grade
Josephine	10	21	+11	R	T	+2 Grade
Steven	25	28	+3	T	ST	+1 Grade
Kenneth	23	27	+4	T	ST	+1 Grade
Freddy	23	29	+6	T	ST	+1 Grade
Dhiane	25	28	+3	T	ST	+1 Grade
Maria	20	25	+5	T	T	Stabil
Philip	24	25	+1	T	T	Stabil
Claritta	16	22	+6	C	T	+1 Grade
Charlene	18	26	+8	C	ST	+2 Grade

Nama	Raw Score		Naik/ Turun	Kategori		Keterangan
	Pre-Test	Post-Test		Pre-Test	Post-Test	
Charlyne	20	17	-3	T	C	-1 Grade
Valencia	25	31	+6	T	ST	+1 Grade
Michelle	21	25	+4	T	T	Stabil

(*) Keterangan:

Stabil 23.07% Naik 2 Grade 15.38%
Naik 1 Grade 53.84% Turun 1 Grade 7.69%

Tabel di atas menunjukkan hasil evaluasi *pre-test* dan *post-test* terkait evaluasi pengetahuan peserta. Dari tabel di atas, didapatkan gambaran bahwa sebanyak 53,84% atau 7 peserta mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 1 *grade* (tingkat) terait pelatihan yang diberikan. Sebanyak 15.38% atau 2 peserta mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 2 tingkatan. Terdapat 23.07% atau 3 peserta dengan tingkat pengetahuan yang tetap. Dan sisanya sebanyak 7.69% atau 1 peserta yang mengalami penurunan tingkat pengetahuan sebanyak 1 tingkat.

Berikut hasil *pretest* dan *posttest* mengenai pengetahuan peserta berdasarkan kategorinya.

Tabel 3. Hasil Pretest dan Posttest

Meningkat	9 orang
Tetap	3 orang
Menurun	1 orang

Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa secara umum terjadi peningkatan pengetahuan pada sebagian besar peserta. Tetapi ada pula peserta yang tidak mengalami peningkatan pengetahuan bahkan menurun. Hal ini disebabkan karena peserta kurang fokus

pada pemberian materi. Peningkatan pengetahuan pada sebagian besar peserta disebabkan karena peserta memperhatikan penjelasan dan mau aktif dalam kegiatan yang diberikan selama pelatihan.

Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa pelatihan “Aku, Diriku dan Tanggung jawabku” berhasil disebabkan secara umum terjadi peningkatan pada pengetahuan yang dimiliki remaja.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh, dapat diketahui bahwa secara umum terjadi peningkatan pengetahuan pada sebagian besar peserta. Tetapi ada pula peserta yang tidak mengalami peningkatan pengetahuan bahkan menurun. Hal ini disebabkan karena peserta kurang fokus pada pemberian materi. Peningkatan pengetahuan pada sebagian besar peserta disebabkan karena peserta memperhatikan penjelasan dan mau aktif dalam kegiatan yang diberikan selama pelatihan.

Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa pelatihan “Aku, Diriku dan Tanggung jawabku” berhasil disebabkan secara umum terjadi peningkatan pada pengetahuan yang dimiliki remaja.

Namun untuk penelitian-penelitian selanjutnya, disarankan untuk tidak hanya memperhatikan perubahan dari segi pengetahuan, akan tetapi juga memperhatikan perubahan dalam perilaku dan kemampuan yang juga penting untuk memastikan bahwa materi yang diberikan benar-benar berdampak bagi peserta, khususnya dalam hal ini remaja.

DAFTAR RUJUKAN

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2013). *Pencegahan Masalah Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: BKKBN.
- Jennifer L. Kerpelman, A. D.-B. (2013). Engagement in Risky Sexual Behavior: Adolescents’ Perceptions of Self and the Parent–Child Relationship Matter. *Journal of Youth & Society Vol XX*, 1-25.
- Nasional, Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Departement Pendidikan. (2004). *Pedoman Pelatihan dan Modul Pendidikan Kecakapan Hidup (Life Skills Education) Untuk Pencegahan HIV/AIDS*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Papathanasiou, I. V., & Lahana, E. (2007). Adolescence, Sexuality and Sexual Education. *Health Science Journal*, 1-6.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Youth, A. f. (2000). *Sexuality Education: Building an evidence- and rights-based approach to health decision-making*. Washington DC: Advocates for youth.