

EDUKASI KESEHATAN TENTANG PACARAN BERISIKO PADA REMAJA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

**Ikbal Fradianto, Zikri Alhalawi, Roland Lekatompessy,
I Made Moh. Yanuar Saifudin**

Jurusan Keperawatan, FK, Universitas Tanjungpura
ikbal.fradianto@ners.untan.ac.id

Abstract

Dating is one of the entry points to risky sexual behavior. Therefore, it is important to provide education on risky dating to adolescents to increase their knowledge and prevent risky dating. This community service program (PkM) aim was to increase adolescent knowledge regarding risky dating. The method used in this activity is community engagement, which is carried out starting from the orientation stage, implementation to evaluation. The tool used in this educational activity was video media and knowledge was measured before and after the education takes place. Knowledge measurement uses a questionnaire in the form of a Gutman scale. The results of this community service show an increase in participant knowledge regarding risky dating after being given health education, with an average knowledge score increasing from 70.00 to 70.71 and a p-value of 0.001. It can be concluded that the intervention in this PkM has a significant effect. To achieve deeper changes, more intensive and sustainable programs are needed, as well as environmental support that can help adolescents apply this knowledge in their daily lives.

Keywords: education, community services, risky dating, adolescent, school.

Abstrak

Pacaran merupakan salah satu pintu masuk untuk melakukan perilaku seksual berisiko. Oleh karena itu penting untuk melakukan edukasi pacaran berisiko pada remaja untuk meningkatkan pengetahuan mereka dan mencegah terjadinya pacaran berisiko. Program pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja terkait pacarana berisiko. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah community engagement, dimana dilakukan mulai dari tahap orientasi, pelaksanaan hingga evaluasi. Alat yang digunakan dalam kegiatan edukasi ini adalah media video, kemudian dilakukan pengukuran pengetahuan sebelum dan setelah edukasi berlangsung. Pengukuran pengetahuan menggunakan kuesioner berbentuk pilihan skala gutman. Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan partisipan mengenai pacaran berisiko setelah diberikan pendidikan kesehatan, dengan rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 70.00 menjadi 70.71 dan p-value sebesar 0.001. Dapat disimpulkan, intervensi pada PkM ini berpengaruh secara signifikan. untuk mencapai perubahan yang lebih mendalam, diperlukan program yang lebih intensif dan berkelanjutan, serta dukungan lingkungan yang dapat membantu remaja menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Keywords: edukasi, pengabdian kepada masyarakat, pacaran berisiko, remaja, sekolah.

PENDAHULUAN

Remaja adalah generasi penerus yang diharapkan dapat membangun

bangsa menjadi lebih baik di masa depan, dengan memiliki pemikiran terbuka agar manfaatnya dapat dirasakan oleh diri sendiri, keluarga,

dan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, remaja, terutama yang berada di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), perlu mendapatkan perhatian khusus dari diri sendiri, keluarga, dan masyarakat agar tidak terjerumus dalam pergaulan yang merusak, seperti dampak negatif dari pacaran (Haryati, 2020).

Mudahnya akses internet terhadap konten pornografi dan informasi seksual membuat remaja semakin mudah terpapar hal-hal terkait seksualitas. Paparan ini meningkatkan risiko remaja melakukan hubungan seksual pranikah, yang dapat menjadikan mereka korban atau pelaku kekerasan seksual. Hubungan seksual pranikah dapat berdampak negatif pada remaja, seperti risiko terkena penyakit menular seksual (seperti HIV/AIDS, gonore, sifilis, dan herpes genitalis), kehamilan yang tidak diinginkan, serta trauma psikologis. Menurut data Kementerian Kesehatan pada tahun 2012, terdapat 21.511 kasus HIV dan 5.686 kasus AIDS di Indonesia (Naully & Romlah, 2018).

Hingga akhir tahun 2023, Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat mencatat 1.488 kasus HIV/AIDS, dengan Kota Pontianak mencatat kasus terbanyak sebanyak 454. Peningkatan kasus ini terutama disebabkan oleh tingginya penularan melalui hubungan seksual, khususnya di kalangan Lelaki Seks Lelaki (LSL) yang menyumbang 27,4 persen dari total kasus. Upaya pencegahan dan penanganan terus ditingkatkan melalui skrining rutin di tujuh kabupaten/kota, edukasi, serta penyediaan layanan PrEP dan ARV (Rokib, 2024).

Berdasarkan hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) yang berfokus pada kesehatan reproduksi remaja, ditemukan bahwa perilaku pacaran sering kali menjadi

pintu masuk bagi remaja untuk terlibat dalam perilaku berisiko. Hal ini membuat mereka rentan terhadap berbagai konsekuensi, seperti kehamilan di usia dini, kehamilan di luar nikah, kehamilan yang tidak diinginkan, serta risiko tertular penyakit menular seksual dan aborsi yang tidak aman. Survei ini juga mengungkapkan bahwa mayoritas remaja, yaitu 81% wanita dan 84% pria, sudah pernah berpacaran. Di antara mereka, 45% remaja wanita dan 44% remaja pria mulai berpacaran pada usia 15-17 tahun. Aktivitas yang dilakukan selama pacaran antara lain berpegangan tangan, berpelukan, cium bibir, hingga meraba atau diraba (Rahmadini & Sudaryo, 2021).

Meskipun mayoritas remaja, yaitu 99 persen wanita dan 98 persen pria, percaya bahwa keperawanan perlu dipertahankan, terdapat 8 persen pria dan 2 persen wanita yang mengakui telah melakukan hubungan seksual pranikah. Alasan mereka beragam, mulai dari saling mencintai (47 persen), rasa penasaran (30 persen), hingga tekanan dari teman atau paksaan (masing-masing 3 persen). Di antara mereka yang sudah melakukan hubungan seksual, 59 persen wanita dan 74 persen pria melaporkan bahwa mereka pertama kali berhubungan pada usia 15-19 tahun. Selain itu, 12 persen wanita dan 7 persen pria mengaku pernah mengalami kehamilan yang tidak diinginkan, dan 23 persen wanita serta 19 persen pria mengetahui teman yang pernah melakukan aborsi, dengan 1 persen dari mereka mengakui bahwa mereka menemani atau mempengaruhi teman untuk menggugurkan kandungan (Mayren et al., 2020).

Pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan seksual memiliki pengaruh besar terhadap sikap mereka terhadap seks. Kurangnya

pemahaman mengenai seksualitas dapat menimbulkan rasa penasaran pada remaja, bahkan mendorong mereka untuk mencoba sendiri. Sikap remaja terhadap seks bebas sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang mereka miliki. Sikap ini berperan penting dalam menentukan perilaku seksual remaja; semakin negatif sikap remaja terhadap perilaku seksual, semakin besar kemungkinan mereka terjerumus dalam perilaku berisiko tersebut. Sebaliknya, sikap yang positif akan membantu remaja memahami dampak baik dan buruk dari perilaku seksual, sehingga mereka lebih mampu menghindari risiko tersebut (Kartiningrum & Rachmah, 2021; Wahyuni et al., 2023).

Mengingat tingginya prevalensi masalah kesehatan yang berasal dari perilaku seksual berisiko di Kalimantan Barat umumnya, dan Pontianak khususnya, maka pencegahan sejak dini sangat diperlukan. Salah satu perilaku seksual berisiko adalah perilaku pacarana berisiko pada remaja. Perilaku pacaran remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi rasa ingin tahu, kebutuhan akan kasih sayang, ketertarikan fisik, perasaan cinta, keinginan untuk mencoba hal baru, dan keinginan untuk memperluas jaringan sosial. Kebutuhan untuk merasa dicintai dan memiliki adalah kebutuhan dasar yang penting bagi remaja (Wardani et al., 2015).

Di sisi lain, faktor eksternal yang memengaruhi perilaku pacaran mencakup pengaruh lingkungan pergaulan, seperti dorongan dari teman sebaya dan pengenalan pacar kepada teman-teman lainnya, serta faktor keluarga seperti kurangnya perhatian dan kasih sayang dari orang tua, tekanan keluarga, dan toleransi keluarga terhadap perilaku pacaran yang bebas. Faktor-faktor yang memicu perasaan

suka dan cinta pada remaja termasuk kedekatan, penampilan fisik yang menarik, persamaan dan perbedaan, serta imbalan yang diperoleh dalam hubungan tersebut (Wardani et al., 2015).

Perilaku pacaran dapat dikategorikan menjadi dua jenis: pacaran yang sehat dan pacaran yang berisiko. Untuk mengatasi meningkatnya perilaku pacaran yang melampaui batas di kalangan siswa, upaya pencegahan harus dilakukan. Selain usaha berbasis sekolah melalui Guru BK melakukan konseling pribadi, pemberian edukasi mengenai perilaku pacaran yang sehat kepada siswa yang terlibat oleh tenaga kesehatan komunitas juga penting dilakukan, sebagai langkah untuk mengurangi perilaku pacaran yang berisiko, yang kian meningkat setiap tahun. Maka dari itu, program pengabdian kepada masyarakat (PkM) dalam bentuk penyuluhan kesehatan dengan topik edukasi pacaran berisiko pada remaja dirasa sangat relevan dan dapat memberikan manfaat yang signifikan

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah *community engagement*, dimana dilakukan mulai dari tahap orientasi, pelaksanaan hingga evaluasi. Alat yang digunakan dalam kegiatan edukasi ini adalah media video, kemudian dilakukan pengukuran pengetahuan sebelum dan setelah edukasi berlangsung. Pengukuran pengetahuan menggunakan kuesioner berbentuk pilihan skala gutman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh tim dosen dan

mahasiswa keperawatan Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura merupakan sebuah proses dalam tahapan pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan. Tahapan pemberdayaan pertama adalah melakukan penganalan secara langsung di lapangan agar mendapatkan informasi sesuai dengan keadaan sebenarnya untuk dapat dilakukan sebagai tempat pelaksanaan kegiatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada Agustus 2024. Kegiatan yang dilakukan pada tahap pertama ini adalah melakukan perizinan dan koordinasi dengan pimpinan sekolah untuk merencanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan disekolah tersebut.

Tujuan pelaksanaan kegiatan ini merupakan kepala sekolah, guru dan siswa. Kegiatan dilaksanakan dari tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan proses pengurusan perizinan untuk dilaksanakan pelaksanaan PKM dari tim, dilanjutkan dengan mengidentifikasi permasalahan yang ada pada remaja di lingkungan sekolah, menyamakan persepsi antar tim PKM, melakukan koordinasi dan menyepakati Kerjasama dengan Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 2 untuk dapat menentukan kapan waktu terbaik pelaksanaan, ruang dan alur teknis kegiatan. Selanjutnya tim PKM mempersiapkan leaflet tentang pacarana beresiko dan pencegahan HIV/Aids yang digunakan dalam kegiatan edukasi yang melibatkan siswa dalam proses edukasi tersebut serta adanya buku saku kader remaja peduli teman sebaya yang akan dilakukan ke sekolah guna meningkatkan pengetahuan yang lebih baik dalam pencegahan pacaran beresiko dan dapat menjadi penyuluh sebaya untuk teman yang lainnya.

Kegiatan PKM dilaksanakan pada hari Jum'at 13 September 2024. Kegiatan dimulai dengan *brainstorming* mengenai pacaran beresiko. Dalam proses kegiatan PKM ini, tim melakukan metode diskusi bersama siswa. Selanjutnya dilakukan pemberian materi tentang pacaran beresiko yang diharapkan agar para siswa semakin lebih berhati-hati dan mengetahui apa saja akibat yang ditimbulkan dari pacaran beresiko.

Selanjutnya dilanjutkan dengan kegiatan pembentukan kader remaja peduli teman sebaya dilakukan untuk membantu teman-teman sebaya di sekolahnya. Pembentukan kelompok remaja peduli teman sebaya dilakukan untuk membantu teman-teman sebaya disekolahnya untuk bisa berbagi, menguatkan apabila ada menemukan masalah terkait dengan pacaran beresiko. Kegiatan ini bertempat di Ruang IT SMP Muhammadiyah 2 Pontianak. Pembentukan kelompok remaja ini dilakukan oleh tim pengabdian berkoordinasi dengan guru di sekolah, karena syarat untuk menjadi remaja yang terlibat dalam kelompok ini adalah bersedia, berperilaku baik serta mampu memahami informasi dengan baik, dengan demikian karena yang lebih mengetahui keseharian daripada anak-anak ini adalah guru, maka guru dilibatkan untuk memilih mereka. Berdasarkan hasil pemilihan, didapatkan 7 siswa yang sesuai kriteria untuk dimasukkan kedalam kelompok peduli teman sebaya.

Kepada 7 siswa kader kesehatan diberikan penjelasan tentang:

- a. Kader kesehatan remaja
- b. Tujuan kader kesehatan remaja
- c. Manfaat kader kesehatan remaja
- d. Penyebab kecemasan pada anak sekolah

- e. Cara mendeteksi kecemasan anak sekolah
- f. Tips meredakan kecemasan anak sekolah
- g. Terapi relaksasi napas dalam untuk meredakan kecemasan anak sekolah sekaligus simulasi teknik relaksasi napas dalam.

Untuk keberlanjutan daripada kelompok ini maka dari tim pengabdian telah memberikan buku saku kader remaja peduli teman sebaya sebagai panduan mereka dalam memahami tugas mereka. Sebagai tahap evaluasi PKM ini, dilakukan kesepakatan secara internal dalam rencana tindak lanjut (RTL) serta dilakukan pembuatan grub *Whatsapp* sebagai sarana komunikasi antara tim pengabdian Masyarakat dengan kelompok remaja peduli teman sebaya. Grup *whatsapp* tersebut berisi remaja dan tim pengabdian untuk memfasilitasi hal-hal yang mungkin mereka butuhkan terkait dengan tugas mereka sebagai kader Kesehatan.

Kegiatan PKM ini diakhiri dengan penyerahan kenang kenangan berupa jam dinding, akrilik tempat penyimpanan leaflet pacaran berisiko serta cindramata kepada siswa. Dalam penerimaannya, kepala sekolah menyampaikan terimakasih dan apresiasi kepada tim PKM dan mengharapkan keberlanjutan dan kebermanfaatan program ini. Kegiatan ini dapat membantu sekolah dalam meningkatkan kualitas kesehatan siswa agar lebih sadar tentang tindakan dan perilaku dimasa remaja dan yang akan datang.

Setelah melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan hasil sesuai dari Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik partisipan yang terlibat dalam pengabdian kepada masyarakat ini,

meliputi kategori kelas, usia, dan jenis kelamin. Berdasarkan data, mayoritas partisipan berasal dari kelas VIII dengan jumlah 26 siswa (61.9%), sementara sisanya dari kelas IX sebanyak 16 siswa (38.1%). Dari segi usia, sebagian besar partisipan berusia 14 tahun (54.8%), diikuti oleh usia 13 tahun (26.2%), 15 tahun (11.9%), dan 12 tahun (7.1%). Berdasarkan jenis kelamin, partisipan laki-laki lebih dominan, yaitu sebanyak 25 siswa (59.5%), sedangkan partisipan perempuan berjumlah 17 siswa (40.5%).

Tabel 1. Karakteristik Partisipan

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kelas	VIII	26	61.9
	IX	16	38.1
Usia	12	3	7.1
	13	11	26.2
	14	23	54.8
	15	5	11.9
Jenis Kelamin	Perempuan	17	40.5
	Laki-laki	25	59.5

Selanjutnya, Tabel 2 menggambarkan pengaruh intervensi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan partisipan mengenai pacaran berisiko. Rata-rata skor pengetahuan partisipan sebelum intervensi (pre) adalah 70.00 dengan standar deviasi 16.07, sedangkan setelah intervensi (post), rata-rata meningkat menjadi 70.71 dengan standar deviasi 22.01. Berdasarkan p-value sebesar 0.001, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan secara statistik setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Tabel 2. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Pacaran Berisiko

Variabel	Pre	Post	p-value
	Mean (SD)	Mean (SD)	

Pengetahuan	70.00 (16.07)	70.71 (22.01)	0.001
-------------	------------------	------------------	-------

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan partisipan mengenai pacaran berisiko setelah diberikan pendidikan kesehatan, dengan rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 70.00 menjadi 70.71 dan p-value sebesar 0.001, yang menunjukkan perubahan signifikan secara statistik. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang juga melaporkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja mengenai risiko perilaku pacaran, seperti yang dilaporkan oleh beberapa penelitian sebelumnya, bahwa pendidikan yang terstruktur mampu mendorong pemahaman yang lebih baik terhadap risiko sosial dan kesehatan dalam pacaran (Mawardika et al., 2019; Ramadhani & Ramadani, 2020; Yusnia et al., 2022). Meskipun peningkatannya tidak terlalu besar, penulis berasumsi bahwa hal ini disebabkan oleh keterbatasan durasi atau intensitas dari intervensi yang diberikan, sehingga mungkin dibutuhkan program yang lebih komprehensif atau berkelanjutan untuk mencapai dampak yang lebih signifikan. Selain itu, penulis juga mengasumsikan bahwa faktor seperti norma sosial dan persepsi remaja mengenai pacaran dapat mempengaruhi sejauh mana pengetahuan ini diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, mengingat bahwa pendidikan kesehatan mungkin belum cukup untuk mengubah sikap atau perilaku tanpa dukungan lingkungan yang konsisten.



Gambar 1 Kegiatan edukasi di kelompok besar



Gambar 2. Kegiatan proses kelompok sebaya.

SIMPULAN

Program pendidikan kesehatan melalui pengabdian kepada masyarakat ini memiliki efek positif yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pacaran berisiko, sebagaimana ditunjukkan oleh peningkatan rata-rata skor pengetahuan dan p-value yang menunjukkan signifikansi statistik. Meskipun peningkatannya relatif kecil, temuan ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan kesadaran remaja terhadap risiko perilaku dalam pacaran. Namun, untuk mencapai perubahan yang lebih mendalam, diperlukan program yang lebih intensif dan berkelanjutan, serta dukungan lingkungan yang dapat membantu remaja menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Agar dampak intervensi lebih optimal, sekolah dapat mengadakan

program berkelanjutan dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk mendiskusikan topik-topik sensitif seperti ini dalam lingkungan yang aman dan suportif. Program tambahan, seperti seminar, lokakarya, atau sesi diskusi bersama konselor atau ahli, juga dapat memperkuat pemahaman siswa dan membantu mereka untuk lebih bijak dalam menjalani hubungan sosial. Implikasi ini juga menekankan pentingnya keterlibatan guru, konselor, dan orang tua dalam memberikan dukungan bagi siswa, serta membangun budaya sekolah yang terbuka dalam membahas isu-isu penting terkait kesehatan dan kesejahteraan remaja. Dengan demikian, sekolah dapat berkontribusi lebih besar dalam membentuk generasi muda yang lebih sadar akan risiko dalam hubungan interpersonal dan mampu membuat keputusan yang lebih sehat dan bertanggung jawab.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada DIPA Universitas Tanjungpura Tahun 2024 atas pendanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dan juga tempat pelaksanaan PKM.

DAFTAR PUSTAKA

- Haryati, E. F. (2020). Guru bimbingan dan konseling dalam mencegah perilaku berpacaran remaja smp. *Quanta Journal*, 4(3), 93–106.
- Kartiningrum, E. D., & Rachmah, S. (2021). Pendidikan Dan Pelatihan Dalam Rangka Pencegahan Perilaku Pacaran Berisiko Pada Remaja SMA di Mojokerto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (ABDIMAKES)*, 1(1), 1–5.
- Mawardika, T., Indriani, D., & Liyanovitasari, L. (2019). Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Melalui Pendidikan Kesehatan Berupa Aplikasi Layanan Keperawatan Kesehatan Reproduksi Remaja (Lawan Roma) Di Smp Wilayah Kerja Puskesmas Bawen Kabupaten Semarang. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 8(2), 99–110.
- Mayren, N., Notoatmojo, S., & Ulfa, L. (2020). Determinants of adolescent's dating behavior.
- Naully, P. G., & Romlah, S. (2018). Prevalensi HIV dan HBV pada Kalangan Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 280–288.
- Rahmadini, D., & Sudaryo, M. K. (2021). Dampak pada pernikahan dini di Indonesia: Survei demografi dan kesehatan Indonesia 2017. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 3(1).
- Ramadhani, A., & Ramadani, M. L. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan audiovisual terhadap pengetahuan tentang infeksi menular seksual pada remaja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Rokib, M. (2024). Dinkes Kalbar Catat 1.488 Kasus HIV/AIDS. *Radio Republik Indonesia*. <https://www.rri.co.id/daerah/574701/dinkes-kalbar-catat-1-488-kasus-hiv-aids>
- Wahyuni, H., Amelia, L., Putri, B. S., Nurhasana, E., Garini, N. A., & DR, S. S. (2023). Mencegah Dampak Negatif Gaya Berpacaran yang Berisiko dengan Layanan Penguasaan Konten Di SMP N 9 Kota Jambi.

Journal of Community Service (JCOS), 1(3), 95–101.

Wardani, T., Lestari, S., & Astuti, I. (2015). Studi kasus siswa pacaran tidak sehat pada kelas viii smp negeri 22 pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 4(7).

Yusnia, N., Nashwa, R., Handayani, D., Melati, D., & Nabila, F. (2022). Edukasi kesehatan reproduksi remaja mengenai bahaya seks bebas. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan*, 1(02), 114–123