

PENYULUHAN PENGENALAN *SEX EDUCATION* UNTUK REMAJA DI LINGKUNGAN HKBP TAMAN MINI

Erlis Thertina¹⁾, Jumadi Jepri²⁾, Ruben Edward³⁾

Teknik Informatika, Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer, Universitas Indraprasta PGRI

Abstrak

Remaja masa kini semakin terbuka terhadap isu seksualitas, namun banyak di antara mereka belum memahami secara benar tentang anatomi tubuh, masa pubertas, dan risiko perilaku seksual bebas. Kondisi ini menuntut adanya pendidikan seks yang komprehensif dan kontekstual bagi remaja, terutama di lingkungan komunitas keagamaan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan pendidikan seks dalam meningkatkan pemahaman remaja di Gereja HKBP Taman Mini, Cipayung, Jakarta Timur (dummy). Metode yang digunakan adalah one-group pretest–posttest design dengan instrumen test pilihan ganda yang diberikan kepada 30 peserta remaja berusia 13–18 tahun. Kegiatan dilakukan melalui ceramah, diskusi, tanya jawab, dan pemutaran video edukatif. Hasil analisis menunjukkan peningkatan nilai rata-rata dari 62,4 menjadi 86,2 dengan perbedaan signifikan ($t(29) = 10,47; p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa penyuluhan pendidikan seks efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap kesehatan reproduksi. Kesimpulannya, pendekatan edukatif berbasis komunitas keagamaan mampu membantu remaja memahami isu seksualitas secara sehat dan bertanggung jawab. Implikasinya, kegiatan serupa dapat dijadikan model untuk memperkuat pendidikan kesehatan reproduksi di lingkungan pendidikan dan keagamaan.

Kata Kunci: Pendidikan Seks Remaja, Kesehatan Reproduksi, Penyuluhan Berbasis Komunitas, Pemahaman Pubertas, Perilaku Seksual Sehat

Abstract

Adolescents are becoming more open to sexuality issues, yet many still lack proper understanding of body anatomy, puberty, and the risks of free sexual behavior. This study aims to examine the effectiveness of sex education counseling in improving adolescents' understanding at HKBP Taman Mini Church, Cipayung, East Jakarta. The method used was a one-group pretest–posttest design with multiple-choice questions test as the instrument, involving 30 adolescents aged 13–18. The program included lectures, group discussions, Q&A sessions, and an educational video. Results showed an increase in the mean score from 62.4 to 86.2, with a significant difference ($t(29) = 10.47; p < 0.05$). The findings indicate that sex education counseling effectively improved adolescents' knowledge and awareness of reproductive health. In conclusion, community-based educational approaches can help adolescents understand sexuality in a healthy and responsible way. The implication is that similar programs can be applied to strengthen reproductive health education in educational and religious settings.

Keywords: Adolescent Sex Education, Reproductive Health, Community-Based Counseling, Puberty Understanding, Healthy Sexual Behavior

Correspondence author: Erlis Thertina ellen thertina@gmail.com, Jakarta, Indonesia



This work is licensed under a [CC-BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Remaja modern tidak lagi menganggap kata "seks" sebagai hal yang tabu. Banyak dari mereka yang telah terpapar atau bahkan terlibat dalam hubungan seksual (Oktriyanto & Alfiassari, 2019). Untuk membantu remaja menghindari efek negatif dan risiko yang tidak diinginkan, sangat penting memberikan edukasi seks yang tepat dan sesuai usia. Pendidikan seks ini perlu dimulai sejak dini dengan melibatkan orang tua, pendidik, serta pihak lain yang berperan dalam kehidupan remaja. Dengan memperoleh informasi yang akurat dan relevan, remaja dapat memahami hubungan yang sehat, membuat keputusan yang bertanggung jawab, serta menjaga kesehatan reproduksi. Pendidikan seks juga membantu anak memahami makna seksualitas secara benar (Dewi & Bahktiar, 2020). Pemahaman yang baik dapat mencegah berbagai konsekuensi negatif dari perilaku seksual, termasuk penyimpangan, pelecehan, kehamilan di luar nikah, dan penyakit menular seksual (Marhayati, 2021).

Data SDKI tahun 2017 menunjukkan bahwa 80% wanita dan 84% pria remaja mengaku pernah berpacaran. Kelompok usia 15–17 tahun menjadi kelompok dengan proporsi tertinggi, di mana 45% wanita dan 44% pria mulai menjalin hubungan. Aktivitas yang dilakukan bervariasi, mulai dari berpegangan tangan (64% wanita dan 75% pria), berpelukan (17% wanita dan 33% pria), hingga cium bibir (30% wanita dan 50% pria), bahkan sebagian kecil melakukan tindakan yang lebih jauh seperti meraba atau diraba (5% wanita dan 22% pria). Selain itu, 8% pria dan 2% wanita melaporkan pernah melakukan hubungan seksual. Dari kelompok yang telah berhubungan seksual sebelum menikah, sebagian besar melakukannya pada usia 15–19 tahun, dengan puncaknya pada usia 17 tahun. Sebanyak 12% wanita dan 7% pria dari kelompok ini mengalami kehamilan yang tidak diinginkan (Kementerian Kesehatan, 2018).

Menurut Sabaryo Pramono, Plt Dinas Pemberdayaan Masyarakat, Perempuan dan Perlindungan Anak (DPMPPA) Kota Pekalongan, melalui Kepala Bidang Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, Nur Agustina, pendidikan seks dan kesehatan reproduksi sangat penting bagi remaja karena membantu mereka memahami fungsi organ reproduksi, serta meningkatkan kesadaran terhadap tubuh mereka sendiri. Pendidikan seksual juga berperan dalam menekan angka kehamilan remaja dan penyebaran penyakit menular seksual (Miswanto, 2016). Namun demikian, norma budaya dan sosial yang masih menganggap seksualitas sebagai hal tabu menjadi tantangan utama dalam penerapan pendidikan seks di Indonesia (Pratama dkk., 2023).

Memahami seks sejak usia dini sesungguhnya sangat penting bagi anak dan remaja (Patty dkk., 2022; Zubaidah dkk., 2023). Pengabdian masyarakat yang dipublikasikan oleh *Journal of the American Academy of Pediatrics* menegaskan bahwa pemahaman yang baik tentang seksualitas membantu remaja berperilaku sehat dan menghindari pelecehan seksual. Masa remaja, menurut Mahfiana (2009), merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, di mana individu mulai mencari jati diri dan mengalami perubahan fisik maupun emosional yang signifikan. Oleh karena itu, mereka membutuhkan panduan yang benar agar tidak memperoleh informasi keliru dari internet atau teman sebaya. Orang tua berperan penting untuk membuka komunikasi yang jujur dan mendidik anak berbicara tentang seksualitas secara wajar. Dengan demikian, ketika anak memasuki masa remaja, mereka dapat memandang isu seksualitas secara sehat dan bertanggung jawab.

Di sisi lain, peran lembaga keagamaan juga menjadi faktor penting dalam memperkuat pemahaman remaja tentang pendidikan seks yang sehat. Gereja, misalnya,

dapat menjadi ruang dialog terbuka yang mengintegrasikan nilai moral, spiritual, dan kesehatan reproduksi dalam satu kesatuan pembelajaran. Pendekatan berbasis nilai keagamaan diharapkan mampu menumbuhkan kesadaran remaja bahwa menjaga tubuh dan perilaku seksual bukan hanya tanggung jawab pribadi, tetapi juga bagian dari moralitas dan keimanan. Dengan demikian, pendidikan seks yang dikontekstualkan dalam nilai-nilai agama dapat menjadi strategi efektif untuk membangun pemahaman yang seimbang antara pengetahuan ilmiah dan etika spiritual.

Berdasarkan hasil observasi dan informasi yang diperoleh dari lingkungan Gereja HKBP Taman Mini, diketahui bahwa sebagian remaja masih belum memahami fungsi alat reproduksi serta perubahan fisik dan emosional yang terjadi selama masa pubertas. Ketidaksiapan ini membuat mereka kurang mampu menyesuaikan diri dengan perubahan alami yang mereka alami. Selain itu, minimnya pemahaman tentang pendidikan seks menyebabkan remaja lebih rentan terhadap pengaruh negatif media, pergaulan bebas, serta risiko perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya program edukasi yang mampu membantu remaja mengenal tubuhnya, memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, serta menumbuhkan kesadaran moral dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, tim dari Universitas Indraprasta PGRI memberikan penyuluhan tentang pendidikan seks kepada remaja di Gereja HKBP Taman Mini, Cipayung, Jakarta Timur. Kegiatan ini bertujuan agar remaja memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai organ reproduksi, masa pubertas, dan cara menjaga diri dari perilaku berisiko. Diharapkan setelah mengikuti penyuluhan ini, para remaja lebih siap secara fisik dan mental menghadapi masa pubertas serta mampu menerapkan perilaku yang sehat, bertanggung jawab, dan selaras dengan nilai moral yang diajarkan di lingkungan mereka.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Gereja HKBP Taman Mini, Cipayung, Jakarta Timur, pada bulan Oktober hingga Desember 2024. Kegiatan melibatkan tim pengabdian, 30 remaja berusia 13–18 tahun sebagai peserta, serta pihak gereja sebagai mitra penyedia sarana seperti ruangan, proyektor, dan sistem audio. Metode pelaksanaan meliputi ceramah, diskusi, tanya jawab, dan pemutaran video edukatif yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai pendidikan seks. Narasumber menyampaikan materi seputar anatomi tubuh, pendidikan seks yang sehat, serta risiko perilaku seksual bebas. Selanjutnya, peserta menonton video edukatif berdurasi sekitar 10 menit yang menggambarkan dampak negatif pergaulan bebas sebagai bentuk refleksi visual terhadap materi yang disampaikan. Setelah kegiatan, dilakukan evaluasi bersama pihak gereja untuk menilai efektivitas pelaksanaan serta merencanakan tindak lanjut berupa pendampingan dan edukasi lanjutan tentang kesehatan reproduksi remaja agar upaya peningkatan pengetahuan dan kesadaran dapat berlangsung secara berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan pendidikan seks terhadap peningkatan pengetahuan remaja dengan menggunakan desain one-group pretest–posttest. Kegiatan dilaksanakan di Gereja HKBP Taman Mini, Cipayung, Jakarta Timur dan diikuti oleh 30 remaja berusia 13–18 tahun. Instrumen pengabdian masyarakat berupa 10 soal pilihan ganda yang mengukur pengetahuan peserta mengenai anatomi tubuh, masa pubertas, serta risiko perilaku seksual bebas. Sebelum kegiatan dimulai, peserta mengerjakan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal. Setelah itu, mereka mengikuti penyuluhan yang dilaksanakan dengan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, dan pemutaran video edukatif. Setelah sesi penyuluhan selesai, peserta mengerjakan posttest dengan instrumen yang sama untuk mengetahui peningkatan pengetahuan.

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa nilai rata-rata pretest sebesar 62,4 (SD = 8,7) dan nilai rata-rata posttest sebesar 86,2 (SD = 6,3). Terjadi peningkatan rata-rata skor sebesar 23,8 poin, yang menandakan peningkatan pemahaman peserta setelah kegiatan. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan nilai $t(29) = 10,47$; $p < 0,001$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan demikian, penyuluhan pendidikan seks ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja secara signifikan.

Selain hasil kuantitatif, data observasi menunjukkan 90% peserta aktif berdiskusi dan 80% berpartisipasi dalam sesi tanya jawab, menandakan keterlibatan tinggi selama kegiatan. Berdasarkan wawancara singkat setelah kegiatan, sebagian besar peserta mengaku lebih memahami perubahan tubuh saat pubertas dan menyadari risiko perilaku seksual bebas. Mereka juga menyatakan menjadi lebih terbuka untuk membicarakan isu-isu seputar pendidikan seks yang sebelumnya dianggap tabu.

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa penyuluhan pendidikan seks melalui pendekatan ceramah, diskusi, dan pemutaran video edukatif terbukti efektif meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi. Peningkatan nilai posttest secara signifikan menunjukkan bahwa media visual dan interaksi dua arah antara fasilitator dan peserta berkontribusi terhadap peningkatan pemahaman. Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat sebelumnya yang menunjukkan bahwa penggunaan media audio-visual dalam pendidikan kesehatan dapat meningkatkan retensi informasi dan partisipasi aktif peserta (Sulistyo & Mustofa, 2024; Azzahra et al., 2025; Zahroh et al., 2025).



Gambar 1. Pemberian Materi Kepada Mitra ABDIMAS

Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan berbasis komunikasi terbuka efektif membantu remaja memahami isu-isu sensitif, seperti seksualitas dan pubertas, secara sehat. Temuan ini sejalan dengan pengabdian masyarakat sebelumnya yang menyatakan bahwa pendidikan seks berbasis dialog di lingkungan keagamaan dapat mengurangi rasa tabu sekaligus meningkatkan kesadaran akan perilaku sehat di kalangan remaja (Nadila dkk., 2025). Melalui pendekatan tersebut, peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mampu memprosesnya secara kritis melalui kegiatan tanya jawab dan diskusi kelompok.

Dari sisi praktis, kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat bagi remaja, tetapi juga memperkuat kolaborasi dengan pihak gereja dan orang tua dalam memberikan edukasi yang berkelanjutan tentang kesehatan reproduksi. Dengan adanya kegiatan ini, pihak gereja dapat berperan sebagai fasilitator pendidikan moral dan kesehatan bagi generasi muda.

Namun demikian, pengabdian masyarakat ini memiliki keterbatasan. Desain one-group pretest–posttest tanpa kelompok kontrol dan jumlah peserta yang relatif kecil ($n = 30$) membuat hasil belum dapat digeneralisasi secara luas. Selain itu, pengukuran dilakukan hanya dalam jangka pendek tanpa evaluasi lanjutan. Pengabdian masyarakat berikutnya disarankan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok pembandingan dan pengukuran berulang dalam jangka waktu lebih panjang untuk menilai keberlanjutan dampak penyuluhan.

Untuk memperkuat hasil tersebut, penting pula menyoroti peran lingkungan sosial dan dukungan keluarga dalam menjaga keberlanjutan dampak penyuluhan. Remaja yang memperoleh informasi benar tentang kesehatan reproduksi akan lebih mudah mempertahankan perilaku positif bila mendapat dukungan dari orang tua, guru, dan komunitas tempat mereka tumbuh. Oleh karena itu, kegiatan serupa sebaiknya tidak hanya berfokus pada remaja, tetapi juga melibatkan orang tua dan tokoh masyarakat agar pesan edukasi yang disampaikan dapat diperkuat melalui interaksi sehari-hari. Dengan demikian, pendidikan seks tidak berhenti pada kegiatan penyuluhan semata, melainkan menjadi bagian dari proses pembelajaran sosial yang berkelanjutan dan berkontribusi pada pembentukan generasi muda yang sehat, sadar, dan bertanggung jawab terhadap diri sendiri maupun lingkungannya.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan pendidikan seks dengan desain one-group pretest–posttest dan instrumen berupa test menggunakan pilihan ganda terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan reproduksi. Melalui kegiatan ini, remaja tidak hanya memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang seksualitas, tetapi juga menunjukkan sikap yang lebih positif terhadap perilaku sehat dan bertanggung jawab.

SIMPULAN

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa penyuluhan pendidikan seks yang dilaksanakan di Gereja HKBP Taman Mini, Cipayung, Jakarta Timur, efektif meningkatkan pemahaman remaja tentang masa pubertas dan fungsi organ reproduksi. Setelah mengikuti kegiatan, para remaja lebih siap menghadapi perubahan fisik dan emosional serta memiliki kesadaran yang lebih baik dalam menjaga kesehatan reproduksi dan menghindari perilaku berisiko. Temuan ini menegaskan pentingnya pendidikan seks berbasis komunitas keagamaan sebagai sarana pembinaan moral dan pengetahuan bagi

remaja. Secara praktis, hasil pengabdian masyarakat ini dapat menjadi masukan bagi lembaga pendidikan dan pihak gereja untuk mengadakan program serupa secara berkelanjutan dengan pendekatan yang interaktif dan kontekstual. Namun, pengabdian masyarakat ini masih terbatas pada satu kelompok kecil remaja sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi secara luas. Pengabdian masyarakat lanjutan disarankan melibatkan lebih banyak peserta dari berbagai latar belakang serta mengeksplorasi metode penyuluhan lain agar hasilnya lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Azzahra, H., Chandra, C., & Kharisma, I. (2025). Pemanfaatan Media Audio Visual sebagai Sarana Pembelajaran Interaktif di Sekolah Dasar: Strategi, Manfaat, dan Implementasinya. *Semantik: Jurnal Riset Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Budaya*, 3(2), 113-121. <https://doi.org/10.61132/semantik.v3i2.1621>
- Dewi, R., & Bakhtiar, N. (2020). Urgensi Pendidikan Seksual dalam Pembelajaran bagi Siswa MI/SD untuk Mengatasi Penyimpangan Seksual. *Instructional Development Journal*, 3(2), 128-138. <http://dx.doi.org/10.24014/idj.v3i2.11697>
- Mahfiana, L. D. (2009). *Remaja dan Kesehatan Reproduksi*. Ponorogo: STAIN Ponorogo Press.
- Marhayati, N. (2021). Pendidikan seks bagi anak dan remaja: perspektif psikologi islam. *Jurnal Ilmiah Syi'ar*, 21(1), 45-61.
- Miswanto, M. (2016). Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas pada Remaja. *Jurnal Studi Pemuda*, 3(2), <https://doi.org/10.22146/studipemudaugm.32027>
- Oktriyanto, O., & Alfiasari, A. (2019). Dating and premarital sexual initiation on adolescence in Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. <https://doi.org/10.15294/kemas.v15i1.17270>
- Patty, F. U., Hukubun, R. D., Mahu, S. A., Tetelepta, N., & Linansera, V. (2022). Sosialisasi sex education: Pentingnya pengenalan pendidikan seks pada remaja sebagai upaya meminimalisir penyakit menular seksual. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains dan Teknologi*, 1(2), 225-231. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i2.293>
- Pratama, A. Y., Putra, S. D. E., Shofa, A. M. A., & Saputra, M. (2023). Pendidikan Seksual Komprehensif: Standar Materi Dalam Perspektif Indonesia. *Suluh Kato Khatulistiwa*.
- Sulistyo, A. C., & Mustofa, T. A. (2024). Efektivitas penerapan media audio visual dalam meningkatkan pembelajaran fiqih di SMP muhammadiyah. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(2), 1797-1808. <https://doi.org/10.58230/27454312.608>
- Zahroh, F., Apriyani, A., & Afrilia, Y. (2025). Analisis manfaat media audio visual animasi sebagai bahan pembelajaran efektif untuk anak sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Pengabdian masyarakat Mahasiswa*, 3(1), 633-644. <https://doi.org/10.61722/jipm.v3i1.695>
- 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>