

## **Penyuluhan Gender Dan Remaja Sehat Dengan Pencegahan Seks Pra Nikah**

**Nova Ari Pangesti<sup>1\*</sup>, Eko Riyanti<sup>2</sup>, Nila Adelia<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi DIII Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Purworejo,  
Indonesia, 54412

E-mail Coreespondence:[\\*nopheexcellent@gmail.com](mailto:nopheexcellent@gmail.com)

---

**Info Artikel:**

Diterima : 13 Maret 2025  
Diperbaiki : 15 Maret 2025  
Disetujui : 22 Maret 2025

**Kata Kunci:** Gender, Remaja  
Sehat, Seks Pra Nikah

**Abstrak:** Remaja merupakan kelompok potensial yang memerlukan perhatian serius karena mereka tergolong rentan terhadap resiko, terutama dalam hal kesehatan reproduksi dan seksual. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai gender, remaja yang sehat, dampak atau bahaya seks pra nikah, pencegahan seks pra nikah. Kegiatan ini melibatkan 49 siswa SMA yang terdiri dari organisasi kesiswaan seperti anggota OSIS, PMR, PIK-R dan Unit Kegiatan Siswa lainnya, Metode penyuluhan menggunakan video pembelajaran dan diskusi interaktif. Hasil Kegiatan didapatkan setelah diberikan penyuluhan diikuti mayoritas siswa memiliki Tingkat pengetahuan yang cukup sebanyak (55,1%), sebanyak (32,7%) memiliki pengetahuan baik dan sejumlah (12,2%) siswa pengetahuan kurang. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang dan direplikasi pada kegiatan serupa di antara kelompok organisasi mahasiswa.

**Keywords:** *Gender, Healthy  
Teenagers, Premarital Sex*

**Abstract:** Adolescents are a potential group that requires serious attention due to their vulnerability to various risks, particularly in the area of reproductive and sexual health. This community service activity aimed to increase students' knowledge about gender, healthy adolescence, the risks and dangers of premarital sex, and strategies for its prevention. The activity involved 49 high school students, including members of student organizations such as the Student Council (OSIS), Youth Red Cross (PMR), Adolescent Reproductive Health Information and Counseling Center (PIK-R), and other student activity units. The counseling method used educational videos and interactive discussions. The results showed that after the session, the majority of students (55.1%) had a moderate level of knowledge, 32.7% had good knowledge, and 12.2% had limited knowledge. This activity is expected to have a long-term

---

## Pendahuluan

Remaja merupakan kelompok potensial yang memerlukan perhatian serius karena mereka tergolong rentan terhadap resiko, terutama dalam hal kesehatan reproduksi dan seksual. Pada masa ini, remaja cenderung memiliki rasa ingin tahu yang besar dan dorongan untuk mencoba hal-hal baru. Masa remaja juga merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual (Lestari et al., 2019).

Secara global jumlah remaja didunia mencapai sekitar 1,2 miliar atau sekitar 18% dari total populasi. Namun, menurut laporan PBB sekitar 600 juta remaja perempuan didunia menghadapi berbagai kerentanan, seperti ketidaksetaraan gender, pernikahan anak, dan kehamilan remaja, sehingga mereka “menghilang” dari agenda Pembangunan. Pada tahun 2022 di Indonesia, dilaporkan populasi usia 10-24 tahun tercatat sebesar 66,74 juta jiwa, yang mewakili 24,2 persen dari total populasi 275,77 juta. Sedangkan pada tahun 2023 di Indonesia, remaja dengan usia 10-14 tahun sebanyak 11.316,5 juta jiwa jumlah laki-laki dan 10.746,7 juta jiwa jumlah remaja perempuan. Remaja dengan usia 15-19 tahun sebanyak 11.419,7 juta jiwa laki-laki dan untuk Perempuan sebanyak 10.714,6 juta jiwa (BPS, 2023).

Kemudahan penggunaan media sosial tanpa adanya upaya pengendalian yang tepat dapat memberikan dampak yang negatif bagi remaja salah satunya perilaku seks bebas sebelum menikah. Perilaku seks bebas sebelum menikah cenderung dipengaruhi oleh hasrat seksual tanpa adanya ikatan pernikahan (Fatimah, 2025). Peningkatan angka seks pranikah pada remaja dapat dipahami sebagai bentuk perilaku yang muncul akibat dorongan untuk menyalurkan energi yang meningkat seiring perkembangan ciri-ciri seksual sekunder. Selain itu, perilaku seperti merokok, mengonsumsi alkohol, dan penggunaan obat-obatan terlarang cenderung dipengaruhi oleh norma-norma yang terbentuk dalam kelompok sebaya (Wulandari, 2014).

Menurut Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) rata-rata umur melakukan hubungan seks pada remaja. Ia menyebutkan bahwa hubungan seks remaja di usia 15-19 tahun mengalami peningkatan yaitu pada remaja

perempuan ada sebanyak 59%, sedangkan pada laki-laki berada di angka 74% (BKKBN, 2023).

Seks pranikah dapat menimbulkan masalah bagi remaja itu sendiri, keluarga maupun lingkungan sosial. Perilaku seks pranikah pada remaja akan memberikan dampak buruk, dampak tersebut bisa secara langsung ataupun tidak langsung. Apabila perilaku seks pranikah remaja luput dari perhatian maka dapat berisiko terinfeksinya penyakit menular seksual, kehamilan tidak diinginkan di usia muda, HIV/AIDS, dan bahkan sampai pada Tindakan aborsi yang akan semakin tidak terkendali (Lailiya et al., 2021).

Hasil penelitian (Linda & Izkandar, 2015) menunjukkan bahwa gaya pacaran dan perilaku gender pada remaja mempengaruhi dorongan hasrat seksual pranikah. Konsep gender merupakan karakteristik sifat yang melekat pada laki-laki atau perempuan, yang dikonstruksi secara sosial dan dapat ditukar. Jadi gender merupakan segala sesuatu yang dapat dipertukarkan antara sifat laki-laki dan perempuan, yang dapat berubah seiring waktu, dari tempat ke tempat, atau berbeda dari satu kelas ke kelas lainnya.

Peran gender adalah apa yang harus, pantas dan tidak pantas dilakukan laki-laki dan perempuan berdasarkan pada nilai, budaya, dan norma masyarakat. Misal laki-laki bekerja menjadi pemimpin, bekerja disektor pertanian, nelayan, sedangkan perempuan menjadi ibu rumah tangga, perawat, sekretaris, dan sejenisnya. Menurut penelitian Zahroh (2016), peran gender dan gender seksualitas dipengaruhi oleh tempat tinggal, jenis kelamin, dan teman sebaya (Zahroh & Syamsulhuda, 2016). Beberapa penelitian menyebutkan status gender berhubungan dengan menikah dini (Linda & Izkandar, 2015). Menurut Miswoni (2016), masih terdapat mitos perawan tua, hal tersebut membuat para wanita merasa tidak nyaman jika tidak segera menikah. Selain itu masyarakat juga menganggap wanita dalam rumah tangga hanya berperan sebagai pembantu suami (Miswoni, 2016).

Remaja putra maupun putri memiliki akses pengetahuan yang masih kurang terhadap perilaku seksual pranikah, sehingga dimungkinkan berpengaruh terhadap sikap seorang remaja (Wahyuningsih & Yugistyowati, 2021). Kurangnya pengetahuan remaja akan membahayakan kehidupan yang akan terjadi ke depannya membuat mereka berani untuk melakukan hal yang seharusnya tidak dilakukan pada anak seumurannya. Kurangnya pengetahuan mengenai dampak perilaku seks pranikah memicu remaja untuk

melakukan perilaku seks pranikah (Kemenkes RI, 2015) Oleh karena itu, dengan diberikannya pendidikan seks kepada remaja sedini mungkin bertujuan untuk mencegah pemahaman yang salah sehingga dapat memicu perilaku seksual negatif karena masa remaja adalah peralihan yang penuh dengan rasa penasaran (Yusnia et al., 2022).

Berdasarkan hasil wawancara dengan 5 orang siswa mengatakan bahwa selama ini ada siswa laki-laki yang masih lemah gemulai. Siswa juga mengatakan untuk Pendidikan reproduksi telah diajarkan oleh Guru Biologi, Namun belum ada Seks Edukasi Terkait Gender dan Pentingnya Menghindari Seks Pra Nikah. Dari Wawancara terhadap Guru menyatakan bahwa semenjak menggunakan sistem Zonasi, siswa SMA N 1 Kebumen merupakan gabungan dari siswa mana saja tidak hanya siswa pilihan sehingga karakter mereka berbeda-beda. Oleh karena itu pentingnya dilakukan Penyuluhan Kesehatan “Gender Dan Remaja Sehat Dengan Pencegahan Seks Pra Nikah”.

## **Metode**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertempat di SMA N 1 Kebumen pada tanggal 22 November 2025. Kegiatan dimulai dengan melakukan *survey* pada awal bulan Oktober 2025 untuk mendapatkan data awal terkait remaja dan masalah perilaku remaja yang ada di sekolah tersebut. Setelah itu dilanjutkan dengan pendekatan dan meminta persetujuan kepala sekolah untuk menyampaikan tujuan, rangkaian kegiatan dan target peserta kegiatan pada pengabdian masyarakat ini. Penyampaian edukasi kesehatan dilakukan dengan cara ceramah dan diskusi dengan studi kasus (video pembelajaran). Peserta kegiatan adalah siswa kelas X, dan XI SMA N 1 Kebumen meliputi perwakilan dari OSIS, PMR, PIK-R dan Unit Kegiatan siswa lainnya. Tim dari Kegiatan Pengabdian ini terdiri dari dosen, perawat sekolah dan Waka bidang Kesiswaan setempat.

## **Hasil dan Pembahasan**

Program pendidikan kesehatan di SMA N 1 Kebumen memberikan pengaruh dalam meningkatkan pemahaman siswa. Beberapa hasil yang dapat dicapai dari pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

## 1. Penyuluhan kesehatan

Materi pengabdian masyarakat ini membahas tentang Gender Dan Remaja Sehat Dengan Pencegahan Seks Pra Nikah. Program ini merupakan hal yang penting. Kegiatan ini dihadiri oleh kelas kelas X, dan XI SMA N 1 Kebumen meliputi perwakilan dari OSIS, PMR, dan Unit Kegiatan siswa yang berjumlah 49 siswa. Penyampaian materi meliputi Definisi Gender dan Remaja, Spektrum Gender, Pentingnya Kesetaraan Gender, Tantangan yang dihadapi Gender, Pencegahan Seks Pra Nikah, Dampak Seks Pra Nikah dan Pencegahan Seks Pra Nikah

Pada Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan cara ceramah dan studi kasus menggunakan video pembelajaran. Video yang digunakan untuk edukasi adalah karya original dari mahasiswa STIKES Pemkab Purworejo. Setelah pemberian materi selesai, siswa diberikan kesempatan oleh pemateri untuk bertanya. Pendidikan kesehatan menggunakan media video merupakan metode pengajaran yang memiliki berbagai keuntungan, karena media ini berperan sebagai sumber informasi yang dapat memperluas pengetahuan individu. Salah satu kelebihan media video adalah efektivitasnya dalam pembelajaran, karena dapat memenuhi berbagai gaya belajar siswa, baik auditori maupun visual.

Setelah pemberikan materi dan sesi tanya jawab selesai, lalu tim pelaksanaan melakukan evaluasi kegiatan dengan cara *posttest* yang berisi 10 pertanyaan tentang gender, bahaya seks pra nikah, dan cara pencegahan seks pra nikah. Untuk skoring pengetahuan siswa dibagi menjadi 3 kategori, yaitu kurang (<50%), cukup (50-75%) dan baik (>75%) seperti ditunjukan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil *posttest* tentang Bahaya Seks Pra Nikah dan Cara Pencegahan Seks Pra Nikah

No	Kategori	Frekuensi (f)	Percentase (%)
1	Kurang	6	12,2
2	Cukup	27	55,1
3	Baik	16	32,7
<b>Jumlah</b>		<b>49</b>	<b>100 %</b>

Dari hasil *posttest* menunjukan bahwa dari 49 siswa ada sebanyak 16 siswa memiliki pengetahuan dengan kategori baik (32,7%), diikuti oleh 27 siswa dengan kategori cukup (55,1%) dan sejumlah 6 siswa dengan kategori kurang (12,2%). Selama sesi tanya jawab para siswa cukup aktif, dan setiap siswa yang aktif

bertanya dan menjawab pertanyaan. Hal ini bertujuan agar siswa memiliki motivasi dalam mengikuti kegiatan. Pertanyaan siswa terkait dengan tema di kegiatan ini seputar bagaimana cara agar menghindari siswa laki-laki yang lemah gemulai, mencegah adanya penyimpangan seksual.

Kelebihan video pembelajaran menawarkan pengalaman yang lebih nyata dan mendalam dibandingkan dengan media audio atau visual lainnya, sehingga siswa dapat lebih cepat memahami materi melalui kombinasi mendengar dan melihat secara langsung (Suryani et al., 2019). Menurut teori Harginson, pembelajaran melalui penglihatan dapat menyerap hingga 50%, sementara melalui pendengaran hanya 10%, oleh karena itu pendidikan kesehatan yang menggunakan media video memungkinkan siswa untuk memahami sekitar 60% dari materi yang disampaikan. Media audiovisual terbukti efektif dalam menyampaikan informasi terkait pendidikan kesehatan (Kurnia & Rokhanawati, 2023).

Hasil ini senada dengan penelitian yang dilakukan (Lestiwati et al., 2024) menunjukkan bahwa ada pengaruh yang bermakna pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan dampak negatif seks bebas pada remaja di SMP Pangudi Luhur St Vincentius Sedayu Bantul.

Adapun proses pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan terkait Gender Dan Remaja Sehat Dengan Pencegahan Seks Pra Nikah disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Proses Penyuluhan Gender Dan Remaja Sehat Dengan Pencegahan Seks Pra Nikah

## **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan peserta mengenai gender yang sehat dan menjauhi seks pra nikah. Melalui edukasi yang diberikan, peserta lebih memahami tentang Definisi Gender dan Remaja, Spektrum Gender, Pentingnya Kesetaraan Gender, Tantangan yang dihadapi Gender, Pencegahan Seks Pra Nikah, Dampak Seks Pra Nikah dan Pencegahan Seks Pra Nikah.

Pentingnya menerapkan langkah-langkah pencegahan seks pra nikah seperti Berpacaran dengan tidak dibiarkan tenggelam dalam rangsangan seks yang menggoda, berpacaran yang sehat, dan tidak berduaan di tempat sepi, Mengingatkan bahaya seks pra nikah, bila ada teman yang menjurus ke hubungan seks pra nikah, Menumbuhkan peran serta masyarakat untuk saling mengawasi adanya peluang terjadinya hubungan seks pra nikah, Mengurangi besarnya dorongan biologis, Mengenakan pakaian sopan santun, Membuka atau mencari informasi kesehatan reproduksi bagi remaja serta Melakukan kegiatan berkelompok yang positif. Misalnya olahraga, music, dll.

Secara keseluruhan, program ini memberikan dampak positif terhadap pemahaman dan perilaku peserta dalam menciptakan generasi muda yang sehat dan produktif dengan menjauhi seks bebas dan seks pra nikah. Penyuluhan ini diharapkan dapat menciptakan kebiasaan jangka panjang yang sehat, terutama di kalangan siswa dan guru dan perawat sekolah setempat, serta dapat direplikasi pada kegiatan serupa di antara kelompok organisasi mahasiswa SMA N 1 Kebumen seperti PIK-R.

## **Ucapan Terima Kasih**

Tim pelaksana mengucapkan terima kasih kepada para siswa dan pihak Sekolah SMA N 1 Kebumen yang telah antusias mengikuti kegiatan ini, serta berpartisipasi aktif dalam di sesi edukasi dan diskusi. Dan tidak lupa apresiasi yang stinggi-tingginya kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Purworejo yang telah mensponsori kegiatan ini Semoga kegiatan ini memberikan manfaat besar bagi Generasi Emas Masa Depan Indonesia dalam menciptakan Generasi yang sehat dan produktif, khususnya dalam menghadapi tantangan era digital saat ini. Kami berharap kegiatan serupa dapat terus dilaksanakan demi kebaikan dan kesejahteraan masyarakat luas.

## Referensi

- BKKBN. (2023). *BKKBN Ungkap Makin Banyak Remaja RI yang Lakukan Hubungan Seks Pranikah.* <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-7236180/bkkbn-ungkap-makin-banyak-remaja-ri-yang-lakukan-hubungan-seks-pranikah>
- Fatimah, I. et al. (2025). Penyuluhan Bahaya Perilaku Seks Pranikah Pada Remaja Di Pondok Pesantren Al- Imdad Kab. Bantul. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 3(3), 23–30.
- Lailiya, F., Atika, A., Fardana, N. A., & Amalia, R. B. (2021). the Knowloedge of the Impact Sexual Behaviours and Adolescents Dating Behaviors in High School Surabaya. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(4), 319–324. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v4i4.2020.319-324>
- Lestari, P., Pratiwi, E. A., & Wasliah, I. (2019). Pengetahuan Remaja terhadap Perilaku Seksual Pranikah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 2(2), 77. <https://doi.org/10.32584/jika.v0i0.360>
- Lestiwati, E., Cristine, T., Barus, B., & Liliana, A. (2024). *Pengaruh pendidikan kesehatan media video terhadap pengetahuan dampak negatif seks bebas pada remaja*. 4(02), 395–401.
- Linda, S., & Izkandar, A. (2015). Hubungan Antara Lovestyle, Sexual Attitudes,Gender Attitude Dengan Perilaku Seks Pra-Nikah. *Jurnal Vokasi Kesehatan, 1 nomor 1(111)*, 28–38.
- Miswoni, A. (2016). Stereotip kesetaraan gender terhadap budaya pernikahan dini pada masyarakat Madura. *Jurnal Pamator*, 9(1), 15–18.
- Wahyuningsih, & Yugistyowati, A. (2021). Perbedaan Sikap Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Remaja Berdasarkan Gender. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 12(02), 135–140.
- Wulandari, A. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2, 39–43. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKA/article/view/3954>
- Yusnia, N., Nashwa, R., Handayani, D., Melati, D., & Nabila, F. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Mengenai Bahaya Seks Bebas. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 1(02), 114–123. <https://doi.org/10.34305/jppk.v1i02.428>