

TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG SEKS BEBAS

Zakiah

Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu

Abstrak

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah individu yang berada pada rentang usia 10–19 tahun. Pada fase ini, rasa ingin tahu yang tinggi serta pengaruh teman sebaya dapat memengaruhi perilaku, termasuk perilaku seksual.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang seks bebas serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai pengaruh lingkungan, termasuk perilaku seksual berisiko. Kurangnya pengetahuan yang memadai dapat berdampak pada meningkatnya risiko kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual, serta dampak psikososial lainnya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif. Sampel penelitian berjumlah 100 remaja putri berusia 15–18 tahun yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner tertutup dengan skala penilaian tingkat pengetahuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 25% responden memiliki tingkat pengetahuan baik, 50% cukup, dan 25% kurang. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, namun masih diperlukan peningkatan edukasi kesehatan reproduksi melalui sekolah dan keluarga.

Kata kunci: Pengetahuan, Remaja Putri, Seks Bebas, Kesehatan Reproduksi

Bab I

Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah individu yang berada pada rentang usia 10–19 tahun. Pada fase ini, rasa ingin tahu yang tinggi serta pengaruh teman sebaya dapat memengaruhi perilaku, termasuk perilaku seksual.

Fenomena seks bebas di kalangan remaja menjadi perhatian serius berbagai pihak karena berpotensi menimbulkan dampak negatif, seperti kehamilan tidak diinginkan, aborsi tidak aman, serta infeksi menular seksual. Data dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional menunjukkan bahwa masih terdapat remaja yang memiliki pemahaman kurang tepat mengenai kesehatan reproduksi.

Kurangnya akses informasi yang benar dan terbuka mengenai pendidikan seks seringkali menyebabkan remaja memperoleh informasi dari sumber yang tidak dapat dipertanggungjawabkan. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan remaja putri tentang seks bebas sebagai dasar penyusunan program edukasi yang tepat.

Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat pengetahuan remaja putri tentang seks bebas?
2. Faktor apa saja yang memengaruhi tingkat pengetahuan remaja putri tentang seks bebas?

Bab II

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif. Penelitian dilaksanakan di salah satu sekolah menengah atas di Kota X pada bulan Januari–Februari 2026.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas X–XII yang berjumlah 150 orang. Sampel sebanyak 100 responden dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi:

1. Berusia 15–18 tahun
2. Bersedia menjadi responden
3. Mengisi kuesioner secara lengkap

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup yang terdiri atas 25 pertanyaan mengenai:

1. Pengertian seks bebas
 2. Dampak seks bebas
 3. Pencegahan perilaku seksual berisiko
 4. Sumber informasi kesehatan reproduksi
- Skor dikategorikan menjadi:
1. Baik (76–100%)
 2. Cukup (56–75%)
 3. Kurang (<56%)

Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

Bab III

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pengolahan data terhadap 100 responden diperoleh hasil sebagai berikut:

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	25	25 %
Cukup	50	50 %
Kurang	25	25 %

Sebagian besar responden (50%) memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup. Responden dengan kategori baik umumnya memperoleh informasi dari guru dan tenaga kesehatan, sedangkan kategori kurang lebih banyak memperoleh

informasi dari media sosial tanpa pendampingan.

Bab IV

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat pengetahuan remaja putri tentang seks bebas serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden (50%) berada pada kategori pengetahuan cukup, 25% dalam kategori baik, dan 25% dalam kategori kurang. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri telah memiliki dasar pemahaman mengenai seks bebas, namun pemahaman tersebut belum sepenuhnya komprehensif dan mendalam.

Secara konseptual, pengetahuan merupakan hasil dari proses pengindraan manusia terhadap suatu objek melalui pancaindra yang kemudian diproses menjadi informasi dalam ranah kognitif. Menurut teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2018), tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, seperti usia, pendidikan, pengalaman, lingkungan, serta sumber informasi. Dalam konteks penelitian ini, usia responden yang berada pada rentang 15–18 tahun termasuk dalam fase remaja pertengahan hingga akhir, yaitu periode di mana individu mulai memiliki kemampuan berpikir abstrak dan logis. Namun, pada fase ini pula remaja cenderung memiliki

rasa ingin tahu yang tinggi terhadap hal-hal baru, termasuk masalah seksualitas.

Definisi remaja menurut World Health Organization (WHO) adalah individu yang berada pada rentang usia 10–19 tahun. Pada tahap perkembangan ini, terjadi perubahan hormonal yang signifikan sehingga memengaruhi emosi dan perilaku. Perubahan tersebut, apabila tidak diimbangi dengan pengetahuan yang benar mengenai kesehatan reproduksi, dapat meningkatkan risiko terjadinya perilaku seksual berisiko. Oleh karena itu, tingkat pengetahuan menjadi salah satu faktor protektif dalam mencegah perilaku seks bebas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan kategori pengetahuan baik umumnya memperoleh informasi dari sumber yang lebih kredibel, seperti guru, tenaga kesehatan, serta kegiatan penyuluhan di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa peran institusi pendidikan sangat penting dalam membentuk pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi. Pendidikan kesehatan reproduksi yang diberikan secara sistematis dan terstruktur mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai pengertian seks bebas, dampak negatifnya, serta cara pencegahannya. Pendidikan yang komprehensif tidak hanya menekankan aspek biologis, tetapi juga aspek moral, sosial, dan psikologis.

Sebaliknya, responden dengan tingkat pengetahuan kurang cenderung memperoleh informasi dari media sosial dan teman sebaya tanpa adanya pendampingan atau klarifikasi dari pihak yang kompeten. Informasi yang diperoleh dari sumber tidak resmi sering kali tidak lengkap, bahkan dapat mengandung miskonsepsi. Dalam era digital saat ini, arus informasi sangat mudah diakses oleh remaja. Namun, kemudahan akses tersebut tidak selalu diiringi dengan kemampuan literasi digital yang memadai. Akibatnya, remaja berpotensi menerima dan mempercayai informasi yang tidak sesuai dengan fakta ilmiah.

Temuan ini sejalan dengan laporan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) yang menyebutkan bahwa masih terdapat kesenjangan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi, terutama terkait risiko kehamilan tidak diinginkan dan infeksi menular seksual. Kurangnya pemahaman tersebut dapat berdampak pada pengambilan keputusan yang kurang tepat dalam pergaulan. Dengan demikian, peningkatan akses terhadap informasi yang akurat menjadi kebutuhan yang mendesak.

Dari sisi lingkungan keluarga, komunikasi antara orang tua dan anak juga berperan penting dalam membentuk pengetahuan remaja. Dalam budaya tertentu, pembicaraan mengenai seksualitas

masih dianggap tabu sehingga orang tua cenderung menghindari diskusi terbuka mengenai topik tersebut. Akibatnya, remaja mencari jawaban atas rasa ingin tahu mereka melalui sumber lain yang belum tentu dapat dipercaya. Padahal, keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam proses sosialisasi nilai dan norma. Remaja yang memiliki komunikasi terbuka dengan orang tua cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik serta sikap yang lebih bertanggung jawab terhadap perilaku seksualnya.

Selain faktor keluarga dan sekolah, pengaruh teman sebaya juga sangat signifikan. Pada masa remaja, kebutuhan untuk diterima dalam kelompok sosial sangat tinggi. Tekanan kelompok (peer pressure) dapat memengaruhi sikap dan perilaku individu, termasuk dalam hal pergaulan bebas. Apabila remaja berada dalam lingkungan pertemuan yang memiliki perilaku berisiko, maka kemungkinan terpapar perilaku serupa akan semakin besar. Sebaliknya, lingkungan pertemuan yang positif dapat menjadi faktor pelindung yang mendukung perilaku sehat.

Secara psikologis, perkembangan kognitif remaja yang mulai mampu berpikir kritis seharusnya dapat menjadi modal dalam menyaring informasi. Namun, kemampuan ini perlu diasah melalui pendidikan yang tepat. Pendidikan

kesehatan reproduksi yang efektif hendaknya tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga partisipatif, sehingga remaja dapat berdiskusi, bertanya, dan memahami konsekuensi dari setiap pilihan perilaku. Pendekatan ini akan membantu remaja dalam menginternalisasi nilai-nilai yang berkaitan dengan tanggung jawab dan pengendalian diri.

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori cukup mengindikasikan bahwa program edukasi yang ada sudah memberikan dampak, tetapi belum optimal. Kategori cukup berarti responden telah mengetahui pengertian dasar seks bebas dan sebagian dampaknya, namun belum sepenuhnya memahami aspek pencegahan dan konsekuensi jangka panjangnya. Oleh karena itu, diperlukan strategi edukasi yang lebih komprehensif dan berkelanjutan.

Upaya peningkatan pengetahuan dapat dilakukan melalui kolaborasi antara sekolah, tenaga kesehatan, dan keluarga.

Sekolah dapat mengintegrasikan materi kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum atau kegiatan ekstrakurikuler. Tenaga kesehatan dapat memberikan penyuluhan secara berkala dengan pendekatan yang ramah remaja. Sementara itu, orang tua perlu meningkatkan keterampilan komunikasi agar mampu menjadi sumber informasi yang terpercaya bagi anak.

Dengan demikian, pembahasan ini menegaskan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang seks bebas dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu pendidikan formal, lingkungan keluarga, teman sebaya, serta akses informasi. Pengetahuan yang baik merupakan fondasi penting dalam membentuk sikap dan perilaku yang sehat. Oleh karena itu, peningkatan kualitas dan kuantitas edukasi kesehatan reproduksi menjadi langkah strategis dalam upaya pencegahan perilaku seksual berisiko di kalangan remaja putri.

Bab IV

Kesimpulan

1. Sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan tentang seks bebas dalam kategori cukup (50%).
2. Faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan meliputi sumber informasi, pendidikan orang tua, dan peran sekolah.

3. Diperlukan peningkatan edukasi kesehatan reproduksi yang komprehensif dan berkelanjutan.

Saran

1. Bagi Sekolah: Meningkatkan program pendidikan kesehatan reproduksi melalui kurikulum dan penyuluhan rutin.

2. Bagi Orang Tua: Memberikan komunikasi terbuka mengenai kesehatan reproduksi kepada anak.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya: Melakukan penelitian dengan desain analitik untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku seksual remaja.

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2023). Laporan kesehatan reproduksi remaja Indonesia. Jakarta: BKKBN

Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

World Health Organization. (2022). Adolescent health. Geneva: WHO Press.

Daftar Pustaka

Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.