



---

## EDUKASI PENINGKATAN *SELF CONTROL* DAN RELIGIUSITAS DALAM UPAYA PENCEGAHAN PERILAKU SEKS BEBAS PADA KELOMPOK REMAJA DI DESA KARANG BAYAN KECAMATAN LINGSAR KABUPATEN LOMBOK BARAT

Erien Luthfia✉

[erien.luthfia@gmail.com](mailto:erien.luthfia@gmail.com)

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia

### Genesis Naskah:

Diterima 9 September 2019; Disetujui 30 September 2019; Di Publikasi 1 November 2019

### Abstrak

Pada saat ini seks bebas adalah salah satu masalah yang melanda remaja di Indonesia. Hal ini terjadi karena pergaulan bebas, pengaruh media, keadaan lingkungan masyarakat, tidak berpegang teguh pada agama dan kurangnya perhatian orang tua. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah, diskusi, tanya jawab, dan curah pendapat tentang peningkatan *self control* dan religiusitas dalam upaya pencegahan perilaku seks bebas. Pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh remaja sejumlah 20 Orang dan 2 kader kesehatan. Dalam kegiatan ini kelompok remaja sangat antusias dalam mengikuti materi, dan juga curah pendapat. Mereka juga sangat aktif dalam mengikuti pembentukan *peer group*. Setelah dilakukan edukasi tentang peningkatan *self control* dan religiusitas, remaja mengetahui cara mencegah perilaku seks bebas

Kata Kunci: *self control*; religiusitas; remaja; seks bebas

## EDUCATION OF IMPROVEMENT *SELF CONTROL* AND RELIGIUSITY IN THE PREVENTION OF FREE SEX ON ADOLESCENT GROUPS IN KARANG BAYAN LINGSAR LOMBOK BARAT

### Abstract

At this time, free sex is one of the problems that afflict adolescents in Indonesia. This happens because of promiscuity, the influence of the media, the state of the community, not holding fast to religion and ignoring parents' attention. The methods used in this activity are lectures, discussions, questions and answers, and opinions on improving self control and religiosity in an effort to improve the safety of free sex. This community service was attended by 20 teenagers and 2 health cadres. In this activity, the youth group was very enthusiastic about following the material, and also gave their opinions. They are also very active in following the formation of peer groups. After educating about improving self-control and religiosity, adolescents look for ways to avoid free sex

Keywords: self control ; religiosity; adolescent; free sex

### Pendahuluan

Perilaku seks dikalangan remaja pada akhir-akhir ini begitu meresahkan, karena sebagai calon

generasi penerus bangsa telah rusak mental, nilai-nilai religiusitas dan sebagainya. Pada saat ini seks bebas adalah salah satu masalah yang melanda remaja di

Indonesia. Hal ini terjadi karena pergaulan bebas, pengaruh media, keadaan lingkungan masyarakat, tidak berpegang teguh pada agama dan kurangnya perhatian orang tua (Atikah, 2011). Perilaku seks bebas merupakan perilaku seksual yang dilakukan tanpa batas baik tingkah laku seksnya sendiri maupun dengan siapa seks itu dilakukan tanpa melalui proses pernikahan yang resmi menurut hukum maupun menurut agama dan kepercayaan masing-masing (Nenggala, 2007).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2011, remaja didunia saat ini mencapai  $\pm$  1,2 milyar. Hasil penelitian pada 1038 remaja berumur 13-17 tahun tentang hubungan seksual menunjukkan 16% remaja menyatakan setuju dengan hubungan seksual, 43% menyatakan tidak setuju dengan hubungan seksual, dan 41% menyatakan boleh-boleh saja melakukan hubungan seksual (Rusdianti, 2012). Data hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 menunjukkan bahwa sebanyak 29,5% remaja laki-laki dan 6,2% remaja perempuan pernah meraba atau merangsang pasangannya serta 48,1% remaja lakilaki dan 29,3% remaja perempuan pernah berciuman bibir. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2012, populasi remaja di Indonesia mencapai 43,6 juta jiwa atau sekitar 19,64%. Dan jumlah remaja yang berusia 10-19 tahun di Yogyakarta sudah mencapai angka 533.536 jiwa. Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) bahwa jumlah populasi kelompok remaja yang sangat besar di masyarakat sebenarnya dapat menjadi daya ungkit pembangunan karena merupakan kelompok usiaproduktif yang dapat menunjang pembangunan suatu bangsa, walaupun secara umum kelompok remaja mempunyai masalah yang sangat kompleks seiring masa transisi yang alami oleh remaja itu sendiri (BKKBN, 2012).

Menurut Utami (2015) memiliki tingkat religiusitas yang tinggi dan didasari dengan

pengetahuan agama yang cukup maka secara tidak langsung manusia terhindar dari pelanggaran susila, perbuatan keji dan mungkar serta rasa keagamaan akan memberi pengaruh dalam meredam dorongan-dorongan dari perilaku seksual yang menyimpang. Religiusitas merupakan bentuk pengalaman baik berupa sikap maupun tindakan dari keberagaman seseorang. Religiusitas adalah keadaan dimana individu merasakan dan mengakui adanya kekuatan tertinggi yang menaungi kehidupan manusia, dan hanya kepada-Nya manusia bergantung dan berserah diri. Semakin manusia mengakui adanya kekuatan Tuhan dan kekuasaan-Nya, maka semakin tinggi tingkat religiusitasnya. Tingkat religiusitas seseorang akan sangat mempengaruhi bagaimana seseorang bersikap dan bertindak sesuai dengan ajaran-ajaran agama yang dianutnya baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam semua aspek kehidupan.

Ditegaskan oleh Bernas (Mahfiana dkk, 2009) dalam penelitiannya bahwa kurangnya kontrol diri remaja menjadi salah satu pemicu maraknya perilaku seksual menyimpang. Awal mulanya hubungan antara lawan jenis hanya sekedar bergandengan tangan, tetapi semakin lama perilaku pacaran dapat menjurus pada perilaku seksual. Dijelaskan oleh Sarwono (2005), remaja yang mampu mengatur dirinya sendiri akan berkurang perilaku seksualnya daripada remaja yang merasa dirinya mudah dipengaruhi atau merasa bahwa keadaan dirinya lebih banyak ditentukan oleh faktor-faktor luar. Remaja yang dapat menahan diri cenderung tidak melanggar larangan-larangan seperti perilaku berciuman dan perilaku seksual lainnya.

### **Metode**

Sasaran pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah kelompok remaja di Desa Karang Bayan jumlah 20 remaja

Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi, tanya jawab, dan curah pendapat tentang peningkatan

*self control* dan religiusitas dalam upaya pencegahan perilaku seks bebas. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Karang Bayan Kecamatan Lingsar Kabupaten Lombok Barat. Keterkaitan antara kegiatan pengabdian masyarakat dengan edukasi peningkatan *self control* dan religiusitas remaja merupakan kegiatan dalam rangka mencegah perilaku seks bebas pada remaja.

Evaluasi pelaksanaan kegiatan dilakukan setelah pelaksanaan kegiatan. Tolak ukur yang dilakukan saat pengabdian masyarakat adalah peserta mampu menyebutkan pengertian, tujuan, prinsip dan cara meningkatkan *self control* dan religiusitas dalam upaya pencegahan seks bebas pada remaja. Cara Pelaksanaan evaluasi dengan membandingkan hasil *pre test* dan *post test* menggunakan kuesioner.

### Hasil

Lokasi kegiatan sekitar 13 km dari lokasi kampus B Poltekkes Mataram. Lokasi pengabdian bertempat di Desa Karang Bayan Kecamatan Lingsar Kabupaten Lombok Barat. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan sebagai wujud perhatian tim pada lingkungan/masyarakat (Bina Lingkungan).

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini diadakan pada hari Minggu Tanggal 1 September 2019 pukul 14.00 WITA sampai dengan selesai. Pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh remaja sejumlah 20 Orang dan 2 kader kesehatan. Proses kegiatan dimulai dengan pelaksanaan *pretest*, dilanjutkan dengan penyampaian materi edukasi peningkatan *self control* dan religiusitas dalam upaya pencegahan perilaku seks bebas. Dilanjutkan dengan diskusi tanya-jawab interaktif untuk mendiskusikan terkait materi yang disampaikan. Untuk menilai keberhasilan edukasi, diakhir sesi peserta dievaluasi dengan *posttest* dimana soal *posttest* sama seperti soal *pretest*. Soal *pretest* terdiri atas 20 pertanyaan yang berisi materi yang disampaikan.

Dalam kegiatan ini kelompok remaja sangat antusias dalam mengikuti materi, dan juga curah pendapat. Mereka juga sangat aktif dalam mengikuti pembentukan *peer group*.

Evaluasi dilakukan langsung setelah pemberian edukasi yang dilakukan oleh tim yaitu pada tanggal 1 September 2019 pukul 16.45 WITA sampai dengan selesai. Evaluasi dilakukan dengan memberikan kuesioner *posttest*. Evaluasi juga dilaksanakan dengan cara mengajukan pertanyaan kasus kemudian langsung ditanggapi oleh remaja, dimana yang menjawab dengan benar mendapat hadiah.

Berdasarkan hasil pengamatan *pretest*, diketahui bahwa pengetahuan remaja putri tentang *self control* dan religiusitas dalam upaya pencegahan perilaku seks bebas didapatkan data 15 peserta mendapatkan nilai <70. Berdasarkan hasil *pretest* tersebut, dapat kita ketahui bahwa sebagian besar peserta masih belum memiliki pengetahuan yang cukup terkait *self control* dan religiusitas dalam upaya pencegahan perilaku seks bebas.

**Tabel** Perbandingan tingkat pengetahuan

Nilai	Pretest	Posttest
<70	15	0
>70	5	20
Jumlah	20	20

Berdasarkan diatas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan edukasi. Terjadi peningkatan jumlah peserta yang memiliki nilai >70 yaitu sebesar 20 (100%).

### Kesimpulan

Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, kelompok remaja:

1. Mengetahui pengertian, tujuan dan prinsip kesehatan reproduksi remaja

2. Mengetahui pengertian, tujuan dan prinsip pubertas
3. Mengetahui pengertian, bahaya, dan cara mencegah perilaku seks bebas
4. Mengetahui cara meningkatkan *self control* dalam upaya pencegahan perilaku seks bebas
5. Mengetahui cara meningkatkan religiusitas dalam upaya pencegahan perilaku seks bebas

### **Ucapan Terima Kasih**

Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Mataram yang telah memberikan dana kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

### **Daftr Pustaka**

- BKKBN. 2012. Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK Remaja). Jakarta: Depkes RI
- Mahfiana dkk. 2009. Remaja dan Kesehatan Reproduksi, Yogyakarta : Stain Ponorogo Press
- Nenggala, A. K. 2007. Pendidikan Jasmani, Olah Raga dan Kesehatan. Bandung: Penerbit Grafindo Media Pratama
- Rusdianti, T. 2012. Pengaruh-Pengaruh Penyuluhan kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Persepsi Tentang Perilaku Seksual Remaja Di SMK Sewon Bantul Yogyakarta Tahun 2012, Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta
- Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI). 2012. Dikutip dari [www.bkkbn.co.id](http://www.bkkbn.co.id) diakses pada tanggal 1 Agustus 2019
- Utami, Pratiwi jati. 2015. Hubungan Religiusitas Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta. Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta
- Prawirohardjo, Sarwono. 2005. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.