
Edukasi Sexualitas Pada Remaja di SMAN 13 Semarang

Heny Prasetyorini¹, Dyah Restuning Prihati¹, Arifianto¹

¹ Universitas Widya Husada Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

Informasi Artikel

Kata kunci:
Edukasi; Sexualitas;
Remaja

Abstrak

Remaja membutuhkan pemahaman tentang Sexualitas untuk mengurangi dan menghindari bahaya gangguan kesehatan reproduksi. Pemahaman tentang seksualitas membekali remaja dengan kemampuan mengambil keputusan yang bertanggung jawab. Edukasi ini dapat mencegah kehamilan yang tidak direncanakan, menghindari Infeksi Menular Seksual (IMS), serta melindungi diri dari kekerasan seksual. Kegiatan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan remaja tentang sexualitas pada remaja. Metode yang digunakan adalah dengan melakukan penyuluhan dan pembagian brosur untuk menambah pemahaman mengenai Sexualitas pada remaja. Partisipan adalah siswa siswi SMAN 13 Semarang sebanyak 60 orang yang dipilih secara acak. sebagian besar siswa dan siswi tersebut sudah memiliki teman dekat (pacar) baik satu kelas maupun diluar kelas sehingga pelaksanaan PKM ini fokus diberikan pada target siswa siswi yang telah memiliki teman dekat (pacar). Hasil dari PKM didapatkan sebelum intervensi, 81,6 % berpengetahuan cukup dan 18,4 % berpengetahuan kurang dan setelah diberikan intervensi berupa edukasi, 100 % siswa dengan katagori pengetahuan baik sehingga disimpulkan siswa siswi memahami sexualitas pada remaja.

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase transisi biologis dan psikologis yang krusial, ditandai dengan pubertas dan kematangan organ reproduksi. Secara alamiah, rasa ingin tahu remaja mengenai tubuh dan seksualitas meningkat pesat. Namun, minimnya akses terhadap informasi yang akurat sering kali mendorong remaja mencari sumber alternatif yang keliru. Kondisi ini dapat memperparah krisis identitas yang lazim dialami oleh remaja, mengingat pada fase ini mereka mengalami berbagai perubahan besar baik secara fisik, emosional, maupun sosial (Izzatur Rusuli, 2022). Pencarian identitas diri yang sering diwarnai kebingungan dan ketidakpastian, yang dalam teori psikososial dikenal sebagai "identity versus role confusion," merupakan ciri khas yang dialami individu pada masa remaja (Valentino Reykliv Moku1, 2021). Kehadiran fenomena ini membawa serta berbagai permasalahan kesehatan dan sosial yang perlu diwaspadai, di antaranya perilaku seksual yang berisiko, kehamilan yang tidak direncanakan, aborsi yang tidak aman, serta penularan penyakit menular seksual. Selain itu, minimnya pemahaman ini juga menjadikan remaja lebih rentan terhadap ancaman kekerasan dan pelecehan seksual. Pemberian pendidikan seksual yang akurat dan sesuai dapat menjadi instrumen yang efektif untuk mengatasi persoalan tersebut. Pengetahuan yang terbatas tentang pendidikan seksual pada remaja meningkatkan risiko mereka untuk melakukan hubungan seksual sebelum menikah (Izzatur Rusuli, 2022). Pada fase ini, remaja sedang dalam proses membangun jati diri melalui penjelajahan terhadap nilai-nilai, keyakinan, serta tujuan hidup yang dianutnya (Hestikasari et al., n.d.). Di sinilah peran penting edukasi seksual (seksualitas) muncul. Edukasi ini bukan sekadar membahas tentang organ intim, melainkan membekali remaja dengan pemahaman kesehatan reproduksi, batasan diri, serta keterampilan membuat keputusan yang bertanggung jawab. Dengan edukasi yang komprehensif, remaja diharapkan mampu menghargai tubuh mereka, memahami hak orang lain, dan terhindar dari

Korespondensi:

Email: henybundagavin@gmail.com

Jurnal Inspirasi Sehat (e-ISSN: xxxx-xxxx), Vol 1, No 1, Mei 2026

DOI: 1xxxxxxx1/JIS.v1i1.739

dampak buruk lingkungan. Guru Bimbingan dan Konseling memiliki peranan yang sangat penting sebagai konselor dalam upaya membantu siswa mengatasi kebingungan identitas yang mereka alami (Ariyanti et al., 2024). Pendidikan seksual yang diselenggarakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling berperan dalam membantu siswa memahami aspek-aspek kesehatan reproduksi, mengidentifikasi batasan-batasan perilaku seksual yang sehat, serta mempersiapkan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan yang muncul seiring dengan perkembangan fisik dan emosional.

Temuan dari penelitian sebelumnya menunjukkan adanya pengaruh pendidikan seks bebas terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang seks bebas di SMP Katolik Santo Yakobus Wee Baghe (Duni & Lende, 2025). Temuan penelitian mengindikasikan bahwa edukasi seksual yang disampaikan melalui media sosial menawarkan kemudahan akses serta pengalaman interaktif bagi remaja dalam memahami seksualitas, meskipun tingkat akurasi informasi yang disajikan tidak selalu terjamin. Meningkatnya kesadaran remaja dalam melakukan verifikasi terhadap konten yang diterima turut mengindikasikan bahwa edukasi seksual melalui media sosial memiliki peran penting dalam menyebarkan informasi yang lebih komprehensif dan dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya (Sabilah et al., 2024). Edukasi seksual yang menggunakan media Cased (*Card of Sex Education*) terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja mengenai seksualitas dibandingkan dengan metode ceramah konvensional (Dikie, 2020). Pendidikan seks yang diselenggarakan di sekolah bertujuan untuk membekali remaja dengan pengetahuan, keterampilan, sikap, serta nilai-nilai yang berkaitan dengan aspek seksualitas. Dengan demikian, remaja diharapkan mampu menghadapi berbagai perubahan dan tantangan dalam perkembangan emosional, psikologis, dan fisik secara lebih baik (Lukas, 2024).

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan adalah dengan memberikan edukasi atau penyuluhan kepada siswa siswi SMAN 13 Semarang tentang edukasi sexual pada remaja dan dilanjutkan dengan diskusi serta pemberian brosur untuk menambah pemahaman mengenai edukasi sexual pada remaja. Peserta kegiatan adalah 60 siswa dan siswi SMAN 13 Semarang yang dipilih secara acak dengan karakteristik responden bervariasi yaitu siswa siswi yang sudah memiliki pacar baik satu sekolah maupun diluar sekolah dan yang belum memiliki pacar. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan cara membagikan kuisioner pre dan post-test tentang edukasi sexual pada remaja untuk mengetahui pengetahuan dan pemahaman siswa dan siswi sebelum dan setelah di berikan edukasi sexual pada remaja. Adapun tahapan atau proses pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah dengan cara melakukan koordinasi menjelaskan maksud dan tujuan serta melakukan perizinan pada guru BP SMAN 13 untuk memberikan penyuluhan tentang edukasi sexual pada remaja. Dan setelah mendapatkan ijin meminta tolong kepada guru BP untuk dapat dibantu dalam pencarian responden yaitu siswa siswi SMAN 13 secara acak. Selanjutnya meminta ijin untuk meminjam ruangan yang akan digunakan untuk penyuluhan. Setelah mendapatkan tempat kontrak waktu pelaksanaan penyuluhan. Dan sebelum penyuluhan dilakukan para siswa dan siswi diminta untuk mengisi kuisioner terkait dengan edukasi sexual pada remaja untuk mengetahui pengetahuan sebelum diberikan intervensi penyuluhan tentang edukasi sexual pada remaja dan setelah diberikan edukasi siswa siswi di ajak berdiskusi dan tanya jawab terkait dengan edukasi sexual pada remaja. Selanjutnya siswa siswi diminta untuk mengisi kuisioner kembali untuk mengetahui pengetahuan setelah diberikan edukasi sexual tentang remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada Masyarakat telah dilakukan pada tanggal 15 April 2026 di SMAN 13 Semarang, didapatkan data terdapat 60 siswa siswi yang mengikuti kegiatan penyuluhan. Adapun hasil dari kegiatan tersebut di dapatkan data karakteristik responden berdasarkan Usia, Status berpacaran ya atau tidak.

Tabel 1. Hasil Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Usia		
16 Tahun	12	20%
17 Tahun	37	61,6%

18 Tahun	11	18,4%
Jumlah	60	100%
Status Berpacaran		
Ya	28	46,6 %
Tidak	32	53,3%
Jumlah	60	100%

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat (PKM), diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan mayoritas berada pada usia 17 tahun, yaitu sebanyak 37 responden (61,6%), diikuti oleh usia 16 tahun sebanyak 12 responden (20%), dan usia 18 tahun sebanyak 11 responden (18,4%). Sementara itu, ditinjau dari status berpacaran, sebagian besar responden menyatakan sedang berpacaran, yaitu sebanyak 32 orang (53,3%), sedangkan yang tidak berpacaran berjumlah 28 orang (46,6%).

Pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi sexual pada remaja disajikan dalam table berikut:

Tabel 2. Hasil Sebelum dan setelah diberikan edukasi sexual pada remaja

Pengetahuan tentang Edukasi Sexualitas	Sebelum		Setelah	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Baik	0	0%	60	100%
Cukup	49	81,6 %	0	0%
Kurang	11	18,4%	0	0%
Jumlah	60	100%	60	100%

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM), diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi tentang seksualitas, tingkat pengetahuan responden sebagian besar berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 49 responden (81,6%), sedangkan sisanya sebanyak 11 responden (18,4%) memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang. Setelah pemberian edukasi, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana seluruh responden (60 orang atau 100%) mencapai tingkat pengetahuan dalam kategori baik.

Data pengabdian didapatkan usia responden yang mengikuti kegiatan lebih banyak pada usia 17 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh (Bhakti et al., 2024) mengungkapkan bahwa para siswa di SMK Setya Bhakti 2 dan SMK 16 menunjukkan ketertarikan yang tinggi terhadap pendidikan kesehatan, yang tercermin dari banyaknya pertanyaan yang diajukan selama kegiatan berlangsung. Para responden memiliki rata-rata usia 17 tahun, yang menunjukkan bahwa mereka telah memperoleh pemahaman yang cukup memadai mengenai pendidikan seks yang diterima. Pengetahuan yang bertambah ini memungkinkan mereka untuk mengambil keputusan secara lebih baik, didukung oleh akses mereka terhadap berbagai sumber informasi yang tersedia. Masa remaja merupakan periode di mana individu mulai mencari dan membentuk jati dirinya, sehingga pada tahap ini anak-anak cenderung lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah untuk berinteraksi dan berkumpul dengan teman sebaya serta mengekspresikan berbagai potensi yang dimilikinya. Pada fase perkembangan ini, remaja mulai memikirkan cara-cara untuk menarik perhatian lawan jenis, mengalami ketertarikan seksual, dan mulai merasakan emosi seperti kecemburuan dalam konteks hubungan asmara serta dorongan nafsu. Temuan penelitian mengindikasikan bahwa faktor usia memberikan pengaruh terhadap perilaku seksual remaja. Usia memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan seseorang. Hal ini berkaitan dengan kapasitas daya tangkap dan pola pikir individu. Pada tahap perkembangan remaja, mereka sering mengalami kebingungan akibat perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya, serta dorongan-dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Periode ini pula dicirikan oleh laju pertumbuhan dan perkembangan fisik yang berlangsung dengan cepat. Oleh karena itu, tidaklah mengherankan apabila pada tahap remaja awal ini, sebagian besar kapasitas intelektual dan emosional difokuskan pada upaya meninjau ulang dan mempertanyakan kembali identitas diri. Pada masa remaja, rasa ingin tahu terhadap hal-hal baru sangat tinggi, sehingga mereka cenderung mudah menyerap berbagai informasi yang diperoleh. Namun, karena pendirian mereka masih labil pada tahap ini, tidak jarang informasi yang diterima justru keliru atau tidak tepat (Wati, Retno et al., 2023). dan di dapatkan data yang berstatus memiliki pacar lebih sedikit sebanyak 28 siswa siswi dibandingkan yang belum

memiliki pacar 32 siswa siswi. Pacaran pada masa remaja merupakan bagian dari proses sosialisasi yang berfungsi sebagai sarana bagi remaja untuk mempelajari keakraban, membangun relasi yang bermakna dan unik dengan lawan jenis, serta menjadi wadah bagi eksperimen dan eksplorasi di ranah seksual (Sirojammuniro, 2020).

Dari hasil penyuluhan di dapatkan Tingkat pengetahuan sebelum lebih banyak Tingkat pengetahuan cukup 49 siswa siswi dan pengetahuan kurang 11 siswa siswi. Dan setelah di berikan penyuluhan meningkat menjadi 60 siswa siswi atau 100 % siswa siswi memiliki pengetahuan baik. terdapat peningkatan skor dari pretest yang rendah menjadi meningkat pada posttest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah responden menerima penyuluhan melalui media audio visual, mereka mampu melihat dan mendengar secara langsung materi edukasi tentang seks bebas yang disampaikan (Wati, Retno et al., 2023) . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah intervensi penyuluhan dengan media audio visual mengenai tren seks bebas. Informasi yang telah diberikan tersebut dapat diingat dan dipahami oleh responden, sehingga mayoritas dari mereka mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti dengan benar. Menurut (Lukas, 2024) Remaja mengalami perubahan yang signifikan dalam diri mereka sendiri, sehingga hal ini dapat dipahami. Mereka merasakan dampak karena mereka sedang dalam fase pertumbuhan dan perkembangan. Mengelola dorongan seksual anak-anak dengan benar dapat fatal dan merusak. Oleh karena itu, pengetahuan yang tepat tentang seks dan seksualitas sangat penting bagi remaja. Mereka akan mengalami kesalahpahaman, yang akan berdampak negatif pada perilaku seksual mereka. Masa remaja merupakan sebuah perjalanan panjang yang penuh gejolak, di mana setiap langkahnya membawa perubahan besar baik dalam segi fisik, psikologis, maupun hubungan sosial (Izzani et al., 2024). Inilah saat di mana remaja mulai mengeksplor identitas diri, dan sering kali dihadapkan pada kebingungan seputar seksualitas, yang menjadi salah satu tantangan terbesar dalam fase transisi ini. Pengetahuan seksual yang rendah pada remaja dapat berdampak pada berbagai masalah kesehatan reproduksi dan perilaku seksual berisiko, seperti kehamilan yang tidak diinginkan, penyakit menular seksual, serta gangguan kesehatan mental terkait dengan stres, depresi, kecemasan, dan sebagainya (Putri1 & Errick Endra Cita, 2024). Menurut (Bulukumba & Arfiani, 2023), salah satu faktor internal yang memengaruhi perilaku seksual remaja adalah rendahnya tingkat pengetahuan tentang seksualitas, yang mengakibatkan ketidakmampuan mereka dalam menyalurkan dorongan seksual secara sehat dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pendidikan yang memadai guna membekali remaja dengan informasi yang tepat mengenai kesehatan seksual mereka. Namun, di tengah perkembangan zaman yang semakin terbuka, topik seksualitas sering kali masih terperangkap dalam kebisuan dan stigma. Bagi sebagian masyarakat, membicarakan topik seputar seksualitas dianggap sebagai hal yang sensitif dan tabu (Yudiasti, 2023). Hal ini menyebabkan banyak remaja tidak mendapatkan informasi yang cukup dari keluarga atau sekolah mengenai topik-topik seksual yang relevan. (Meita Tria Saputri, 2024) mengungkapkan bahwa 45,3% remaja putri memiliki pengetahuan seksual yang kurang disebabkan oleh anggapan bahwa perilaku seksual pada remaja adalah hal yang tabu dan mereka merasa malu untuk mencari informasi terkait hal tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh (Abdul Hamid1, 2024) menunjukkan bahwa penerapan psikoedukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai perilaku seksual yang sehat dan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Selain meningkatkan pengetahuan seksual, psikoedukasi juga berperan penting dalam meningkatkan kemampuan remaja untuk mengendalikan perilaku mereka. Penelitian yang dilakukan oleh (Anggraini et al., 2023) menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat memberikan keterampilan hidup yang berguna, seperti kemampuan untuk membuat keputusan yang lebih bijak, mengelola emosi, serta mengontrol diri terhadap dorongan atau tekanan teman sebaya. Studi ini menyoroti pentingnya psikoedukasi dalam mengajarkan remaja untuk mengenali potensi risiko yang terkait dengan perilaku seksual yang tidak aman, serta bagaimana mereka dapat menghindarinya dengan cara yang sehat dan bertanggung jawab.

Gambaran Pelaksanaan Kegiatan

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di SMAN 13 Semarang dengan dihadiri oleh Ibu Kepala Sekolah, Guru BP dan siswa siswi SMAN 13. Kegiatan dilakukan di ruang Aula SMAN 13 Semarang dibantu dengan Tim PKM menyebarkan kuisioner untuk mengetahui pengetahuan siswa siswi tentang edukasi sexual pada remaja dan dilanjutkan dengan memberikan penyuluhan tentang edukasi sexual pada remaja. Setelah selesai memberikan penyuluhan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi

serta dilanjut di bagikan kuasioner Kembali untuk mengetahui pengetahuan setelah diberikan penyuluhan edukasi sexual pada remaja. Siswa siswi sangat bersemangat dan sangat antusias sekali dalam mengikuti kegiatan.



Gambar 1. Sambutan



Gambar 2. Penjelasan proses PKM



Gambar 3. Penyampaian Penyuluhan



Gambar. Diskusi dan Evaluasi

KESIMPULAN

Siswa dan Siswi SMAN 13 Semarang sangat antusias dalam mengikuti kegiatan edukasi sexualitas pada remaj. Sebanyak 60 Siswa dan siswi SMAN 13 Semarang telah mengikuti kegiatan penyuluhan, kegiatan berjalan dengan lancar. Hasil karakteristik responden di dapatkan usia siswa dan siswi SMAN 13 Semarang yang mengikuti penyuluhan lebih banyak berusia 17 Tahun sebanyak 37 responden 61,6%, usia 16 tahun sebanyak 12 responden 20%, usia 18 tahun sebanyak 11 responden 18,4%. Status berpacaran ya lebih banyak sebanyak 32 responden 53,3% dan yang status berpacaran tidak sebanyak 28 responden 46,6%. Dan didapatkan hasil Tingkat pengetahuan responden di dapatkan dari 60 siswa dan siswi SMAN 13 Semarang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 49 (81,6%) dan memiliki pengetahuan kurang sebanyak 11 (18,4 %) sebelum di berikan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan mendapatkan hasil 60 siswa dan siswi memiliki pengetahuan baik sebanyak 100%. Dari hasil pengabdian ini terdapat peningkatan pengetahuan tentang edukasi sexual pada remaja dari

Tingkat pengetahuan cukup dan kurang menjadi Tingkat pengetahuan baik untuk seluruh siswa dan siswi SMAN 13 Semarang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala sekolah, Guru BP dan IT SMAN 13 Semarang dan juga kepada para siswa dan siswi SMAN 13 Semarang yang telah ikut berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rusuli I. Psikososial remaja: sebuah sintesa teori Erick Erikson dengan konsep Islam. *Jurnal As-Salam*. 2022;6(1):75–89.
2. Moku VR, CVJB. Teori psikososial Erik Erikson: Implikasinya bagi pendidikan agama kristen di sekolah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*. 2021;12:180–92.
3. Hestikasari CC, Ediyono S. Eksplorasi identitas diri bagi remaja untuk mencapai hidup yang bermakna. *Jurnal Filsafat Pribadi*. 2025:1-6.
4. Ariyanti SN, Astuti I, Gover T, Ringo S. Peran penting guru bimbingan dan konseling dalam perkembangan peserta didik di sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 2024;6(2):1580–8.
5. Duni H, Lende A. Pengaruh pendidikan seksual terhadap pengetahuan remaja tentang seks bebas. *Journal of Innovative and Creativity*. 2025;5(3):12798–804.
6. Sabilah NF, Natasya HP, Rahmawati NF. Persepsi remaja tentang edukasi seksual melalui media sosial. *Seminar Nasional Universitas Negeri Surabaya*. 2024: 797–813.
7. Dikie P. Efektivitas edukasi seks menggunakan media CASED (Card of Sex Education) terhadap pengetahuan dan sikap tentang seks remaja di SMA Negeri Kota Bengkulu. *Skripsi 2020; Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan* :[1-66].
8. Lukas JE. Edukasi seksualitas bagi remaja. *Jurnal Pendidikan dan Bimbingan Konseling* . 2024;1(1):27–35.
9. Bhakti S. Health education about free sex for adolescents at. *Journal of Community Service and Engagements* . 2024;06(2):133–8.
10. Wati, Retno D, Suryani L, Mudrikatin S. Perilaku, pencegahan bebas, seks SMA, remaja. *Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat* . 2023;4(1):53–60.
11. Sirojammuniro A. Analisis pola perilaku pacaran pada remaja. *Anits Acad J Psychol Couns*. 2020;1:2722-5461.
12. Izzani TA, Octaria S. Perkembangan masa remaja. *Jurnal Ilmu Sosial, Pendidikan dan humaniora*. 2024;3(2):259–73.
13. Putri RSM, Cita EE. Peran orangtua berkaitan pengetahuan seks pranikah remaja. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*. 2024;8(2):116–29.
14. Bulukumba DK, Arfiani A. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual remaja. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Umum*. 2023;1(4):131–46.
15. Saputri MT. Hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku seksual remaja putri di SMA Negeri 06 Seluma. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*7. 2024;12:49–58.
16. Hamid A, VHT. Psikoedukasi kesehatan reproduksi pada remaja SMPN 1 Ternate. *Jurnal PEDAMAS (Pengabdian Kepada Masyarakat)*. 2024;2:118–25.
17. Anggraini FN, Maryam W, Affandi GR. Psikoedukasi keterampilan regulasi emosi pada siswa SMP. *Reswara : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.2023;4 (2):1197-1205.