

EDUKASI KESEHATAN MENGENAI PERGAULAN BEBAS PADA SISWA KELAS IX DI SMPN 5 BATANGHARI

Sri Astuti Siregar¹ Muflihatun Nisa² Ashya Dilla Umsepiat³ Savero Lumban Gaol⁴
¹²³⁴Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Jambi, Jambi, Indonesia
sriastuti_siregar@unja.ac.id

Received: 06-11- 2023

Revised: 07-11-2023

Approved: 07-11-2023

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya remaja mengetahui bahaya pergaulan bebas. Hal ini dikarenakan saat ini tidak jarang dijumpai remaja yang berperilaku menyimpang, seperti tawuran, merokok, mengkonsumsi narkoba, hingga tak segan melakukan seks bebas. Perilaku yang penuh dengan kebebasan sering kali mengarah pada kenakalan yang sangat mencemaskan dan menyedihkan. Untuk itu, diperlukan adanya arahan dan bimbingan kepada remaja untuk dapat membimbing, mengarahkan dan memberikan pendidikan pada remaja supaya remaja dapat mengetahui sikap dan perilaku yang baik saat bertumbuh dewasa. Dalam rangka meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa akan bahaya pergaulan bebas, maka tim PBL UNJA melaksanakan edukasi kesehatan di salah satu SMP Negeri di Kelurahan Kembang Paseban, yaitu SMPN 5 Batanghari dengan sasaran yang dituju adalah siswa kelas IX SMP. Kegiatan diawali dengan senam, lalu dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai bahaya pergaulan bebas pernikahan dini, dan NAPZA. Setelah itu, kegiatan ditutup dengan sesi diskusi, tanya jawab mengenai topik yang telah disampaikan.

Kata Kunci: Pergaulan Bebas, Narkoba, Pernikahan Dini

PENDAHULUAN

Zaman yang terus berkembang membuat norma dan nilai-nilai sosial semakin memudar secara perlahan. Pergaulan semakin bebas di kalangan remaja terjadi karena aturan yang sudah dipercayai turun-temurun oleh nenek moyang dan masyarakat setempat dianggap kolot dan sudah tidak sesuai dengan zaman modern seperti saat ini.⁽¹⁾ Faktor yang menyebabkan terjadinya pergaulan bebas diantaranya yaitu perubahan budaya, adanya pengaruh dari orang terdekat dan paparan media elektronik berlebih, serta perhatian dan pengawasan yang kurang dari orang tua.⁽¹⁾

Masa remaja adalah salah satu dari tahap perkembangan manusia. Masa ini adalah masa dimana perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, psikologis, dan juga sosial terjadi. Usia untuk remaja biasanya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun. Sedangkan menurut WHO remaja merupakan individu yang mengalami masa peralihan yang secara bertahap-tahap mencapai kematangan seksual, terjadinya perubahan jiwa dari jiwa anak-anak menjadi dewasa dan mengalami perubahan keadaan ekonomi dari ketergantungan menjadi relatif mandiri. Ada dua aspek pokok

dalam perubahan pada remaja yakni perubahan fisik atau biologis dan perubahan psikologis.⁽²⁾

Berdasarkan hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, menunjukkan hasil bahwa terdapat 8% laki-laki dan 2% wanita umur 15 sampai umur 24 tahun yang sudah melakukan hubungan seksual, dan selebihnya 11% hamil diluar nikah.⁽³⁾ Data dari Reckitt Benckiser Indonesia yang melakukan survei pada tahun 2019 menunjukkan, 33% remaja Indonesia sudah melakukan hubungan seksual.⁽¹⁾ Masalah pergaulan bebas ini menjadi topik yang saat ini menjadi isu yang menjadi perhatian baik di lingkungan masyarakat maupun dari media masa (Damayanti, 2021)⁽⁴⁾ Salah satu penyebab terjadinya hubungan seksual pada remaja adalah pergaulan bebas dimana remaja bebas melakukan apapun tanpa mempertimbangkan akibat apa saja yang ditimbulkan. ⁽⁵⁾

Perilaku yang penuh dengan kebebasan sering kali mengarahkan pada kenakalan yang sangat mengkhawatirkan dan menyedihkan. Akibat dari pergaulan bebas ini memberi dampak yang besar bagi diri sendiri, keluarga, bahkan negara. Seperti ketergantungan pada obat-obatan terlarang, kehamilan yang tidak dikehendaki, infeksi menular seksual, dan HIV yang dapat terjadi karena melakukan hubungan seksual sebelum menikah, serta bisa terjadi kekerasan seksual berupa pemaksaan hubungan seksual oleh pacar, hingga dikucilkan masyarakat.⁽⁶⁾ Seks bebas yang berujung pada kehamilan yang tidak dikehendaki terjadi di kalangan remaja salah satunya disebabkan karena remaja pernah menonton film porno atau materi yang menjelaskan unsur pornografi yang semakin mudah diperoleh melalui kecanggihan teknologi informasi, baik internet maupun handphone.⁽⁷⁾ Remaja yang memasuki masa peralihan, memiliki pengetahuan yang kurang tentang hubungan seksual pranikah. Sehingga mereka mudah terpengaruh untuk melakukan pergaulan bebas yang berujung pada tindakan seksual pranikah.⁽⁸⁾

Selain kehamilan diluar nikah, pergaulan bebas juga dapat menjerumuskan remaja kedalam penggunaan zat-zat terlarang atau NAPZA (narkotika, psikotropika, dan zat adiktif). Di tahun 2020, terdapat lebih dari 36 juta dari 275 juta orang yang mengkonsumsi narkoba di seluruh dunia menderita gangguan penggunaan narkoba, menurut Laporan Narkoba Dunia tahun 2021, yang *diupdate* oleh kantor PBB untuk *World Drugs Report* dari *United Nation Office Drugs and Crime* (UNODC). Berdasarkan data dari KOMINFO tahun 2021 menjelaskan bahwa penggunaan narkoba berada di kalangan anak muda atau remaja yang berusia 15-35 tahun dengan presentase sebanyak 82,4% berstatus sebagai pemakai, sedangkan 47,1% berperan sebagai pengedar, dan 31,4% sebagai kurir.⁽¹⁰⁾

Berdasarkan sebuah riset, penyalahgunaan dari narkoba dikalangan pelajar maupun pemuda- pemudi di Indonesia dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan tentang dampak atau akibat dan pengaruh narkoba, sehingga timbul rasa ingin tahu yang pada akhirnya menjadi alasan supaya bisa mencoba. Sebagian besar dari pecandu

narkoba adalah berawal dari coba-coba dan pada akhirnya menjadi kecanduan.⁽¹¹⁾ Hingga saat ini, kasus penggunaan NAPZA bagi pelajar masih sering terjadi, beberapa dampak dari penggunaan NAPZA diantaranya, yaitu menyerang fungsikerja otak yang bisa menimbulkan daya ingat yang menurun, kemampuan belajar merosot, sulit untuk berkonsentrasi, dan menimbulkan perasaan khayal.⁽¹²⁾

Akibat dari pergaulan bebas dikalangan remaja lainnya yaitu pernikahan dini. Penelitian Muntamah dkk. (2019) menjelaskan bahwa salah satu faktor penyebab pernikahan dini adalah pergaulan bebas.⁽¹³⁾ Meningkatnya pernikahan dini dapat menjadi sebuah permasalahan kependudukan. Hal ini dikarenakan pernikahan dini membawa banyak dampak negatif pada berbagai aspek kehidupan seperti, aspek pendidikan, ekonomi dan kesehatan. Selain itu, pernikahan dini lebih rentan mengalami kekerasan dalam rumah tangga, perselingkuhan, dan perceraian akibat kurang matangnya psikologis anak.⁽¹³⁾

SMP Negeri 5 Batanghari merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang terletak di Kelurahan Kembang Paseban, Kecamatan Mersam, Kabupaten Batanghari. Berdasarkan penjelasan diatas, maka penting untuk dilakukan edukasi kesehatan mengenai bahaya pergaulan bebas dikalangan remaja. Oleh karena itu tim PBL UNJA Kembang Paseban memutuskan untuk melaksanakan edukasi kesehatan dengan topik pergaulan bebas, pernikahan dini dan NAPZA di SMP tersebut.

METODE PELAKSANAAN

Edukasi kesehatan yang dilaksanakan di SMPN 5 Batanghari mengangkat topik mengenai bahaya pergaulan bebas, pernikahan dini, dan NAPZA. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Selasa, 03 Oktober 2023. Kegiatan diawali dengan senam bersama di ruangan laboratorium IPA pada pukul 08.00 WIB. Media penunjang yang digunakan pada saat melaksanakan edukasi kesehatan kepada para siswa berupa *power point* dan video animasi. Peserta yang berpartisipasi dalam kegiatan ini adalah siswa kelas IX SMPN 5 Batanghari. Setelah senam, kegiatan pun dilanjutkan dengan penyampaian materi menggunakan metode ceramah disertai penayangan video animasi kemudian diskusi tanya jawab.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diawali dengan senam pagi bersama para siswa kelas IX SMP Negeri 5 Batang Hari pada pukul 08.00 WIB di ruang Laboratorium IPA. Dalam kegiatan ini, sasaran yang didapatkan adalah sebanyak 38 orang siswa kelas IX SMP Negeri 5 Batanghari. Sambil dipandu oleh tim PBL UNJA Kembang Paseban, senam pagi dilaksanakan secara bertahap mulai dari senam Batanghari, senam Rungkad lalu pendinginan. Siswa berhasil mengikuti gerakan senam dengan antusias mengenakan seragam olahraga.



Gambar 1. Senam pagi bersama siswa kelas IX SMPN 5 Batanghari

Setelah senam, siswa diarahkan untuk mengisi absensi kehadiran terlebih dahulu sebelum memasuki sesi selanjutnya. Siswa dikumpulkan di ruang Laboratorium IPA dikarenakan himbauan dari Kepala Sekolah untuk tidak melaksanakan kegiatan apapun di luar ruangan sementara waktu.



Gambar 2. Pengisian daftar absensi kegiatan siswa kelas IX SMPN 5 Batanghari

Sebelum materi disampaikan, para siswa diminta untuk mengisi daftar hadir terlebih dahulu. Dari daftar hadir dapat dilihat jumlah siswa yang hadir pada saat itu berjumlah 38 orang.



Gambar 3. Penyampaian Materi Mengenai Pergaulan Bebas, Pernikahan Dini, dan NAPZA

Pemaparan materi dalam kegiatan edukasi kesehatan ini disampaikan oleh tim PBL UNJA Kembang Paseban secara berurutan, dimulai dengan pemaparan materi mengenai bahaya pergaulan bebas, pernikahan dini kemudian NAPZA. Mahasiswa tim PBL UNJA Kembang Paseban menjelaskan materi yang berhubungan dengan masing-masing topik materi dengan bantuan media *power point* dan video animasi. Siswa diminta untuk menyimak secara saksama selama pemaparan materi berlangsung agar maksud dan tujuan dari diadakannya kegiatan edukasi kesehatan di SMPN 5 Batanghari ini dapat tersampaikan dengan baik.

Materi pertama yang disampaikan yaitu tentang pergaulan bebas. Materi ini disampaikan oleh mahasiswi UNJA dari peminatan promosi kesehatan, saudari Alfia Oktafiani. Media penunjang yang digunakan saat pemaparan materi berupa video animasi yang berisi tentang definisi, faktor-faktor penyebab pergaulan bebas, akibat, hingga solusi agar terhindar dari pergaulan bebas.

Pergaulan bebas sendiri adalah suatu perilaku yang menyimpang melebihi batas kewajiban, aturan, syarat, perasaan malu. Ciri-ciri bahwa seorang remaja telah masuk kedalam pergaulan bebas antara lain suka menghamburkan harta dan menghalalkan semua cara untuk mendapat yang dia inginkan. Penyebab pergaulan bebas ini beragam, mulai dari timbulnya rasa kekecewaan yang tidak bisa diutarakan dan baru bisa terlampaikan saat berada di luar rumah, kurangnya pengetahuan ataupun informasi mengenai pergaulan bebas, atau rasa tidak ingin tahunya mengenai pergaulan bebas, sampai kurangnya pengawasan orangtua sehingga hidupnya terlalu bebas saat berada di luar rumah. Adapun akibat yang ditimbulkan dari pergaulan bebas yaitu mencoreng nama baik orang tua maupun diri sendiri, prestasi menurun karena lalai terhadap tugas, hingga kecanduan hal-hal negatif seperti pornografi dan NAPZA karena sudah mencicipi walau hanya sedikit namun akan mengakibatkan sang pengguna ketagihan untuk mencoba dan mengulanginya. Dua solusi utama agar para remaja terhindar dari pergaulan bebas ini ialah beribadah kepada Tuhan Yang Maha Esa dalam rangka mendekatkan diri kepada Tuhan dan aktif mengikuti organisasi di luar maupun di dalam sekolah atau dengan kata lain menyibukkan diri dengan hal-hal bermanfaat.

Kemudian materi kedua mengenai pernikahan dini disampaikan oleh saudari Muflihatun Nisa, mahasiswi UNJA dari peminatan kesehatan lingkungan. Menggunakan video animasi sebagai penunjang dalam penyampain informasi, disini siswa cukup menyimak dengan baik apa yang disampaikan. Dari video dan penyampaian materi yang disampaikan, siswa dapat mengetahui definisi dari pernikahan dini, faktor penyebab terjadinya pernikahan dini, dampak yang ditimbulkan dari pernikahan dini, serta solusi agar tidak terjadi pernikahan dini. Seseorang dikatakan melakukan pernikahan dini saat usia salah seorang atau keduanya belum mencapai usia 18 tahun. Pernikahan dini termasuk pelanggaran hak anak karena terdapat unsur kekerasan berbasis gender. Adapun faktor utama terjadinya pernikahan dini di beberapa daerah diakibatkan karena hamil diluar nikah. Selain itu, kurangnya pendidikan berkualitas,

ketidaksetaraan gender, kemiskinan, keliru dalam memahami nilai tertentu dari budaya dan agama, serta kurangnya pendidikan dan akses kesehatan seksual reproduksi juga menjadi penyebab terjadinya pernikahan dini. Padahal dampak pernikahan dini ini sangat banyak. Pertama, anak tidak mendapatkan haknya berupa hak untuk tumbuh dan berkembang dan hak untuk dilindungi. Kedua, kesehatan dan perkembangan fisik dapat terganggu, terutama terjadi pada perempuan, yaitu berpotensi mengalami kehamilan beresiko, keguguran, bahkan kematian ibu. Anak atau remaja yang menikah dini menyebabkan ia tidak dapat melanjutkan sekolahnya atau dengan kata lain, putus sekolah, sulit mendapat pekerjaan yang layak, pendapatan yang rendah, memicu tekanan psikologis, belum lagi rentan terjadinya kekerasan dalam rumah tangga akibat belum matangnya psikologis. Rekomendasi yang diberikan kepada para siswa adalah agar mereka melanjutkan pendidikan dan mengejar cita-cita setinggi-tingginya, ikut berorganisasi dan hal-hal positif lainnya, serta menjalin komunikasi yang baik dan efektif dengan orang tua.

Terakhir, tim PBL UNJA menyampaikan materi mengenai NAPZA. Materi ini disampaikan oleh Savero Lumban Gaol, mahasiswa UNJA dari peminatan kesehatan lingkungan. Media penunjang yang digunakan saat pemamparan materi adalah *power point* dengan poin materi yang disampaikan meliputi definisi, cara kerja, jenis, hingga upaya pencegahan dari penyalahgunaan narkoba.

Narkoba sendiri didefinisikan sebagai zat yang dapat mempengaruhi kondisi kejiwaan atau psikologi seseorang serta dapat menimbulkan ketergantungan fisik dan psikologi. Terdapat tiga cara kerja narkoba atau NAPZA, yang pertama depresan dengan menekan sistem syaraf, pusat dan mengurangi aktivitas fungsional tubuh, contohnya seperti putaw. Kedua, stimulan yang merangsang fungsi tubuh dan meningkatkan kegairahan serta kesadaran, seperti shabu-shabu dan ekstasi. Cara kerja narkoba yang ketiga yaitu halusinogen, yang efek utamanya membuat pengguna berhalusinasi, seperti ganja. Dampaknya tentu saja sangat buruk bagi tubuh dalam seperti berpotensi mengalami impotensi, pendarahan otak, gangguan pernafasan, gangguan hati, kanker usus, dan masih banyak dampak negatif lainnya. Dalam hal ini peran orang tua dan orangterdekat sangat penting untuk menjauhkan anak dari narkoba ini, misal dengan menjalin komunikasi yang baik, mendidik dan memberi contoh yang baik pada anak, serta senantiasa mengawasi anak agar tidak melakukan hal-hal menyimpang. Selain itu, menyibukkan diri dengan hal-hal positif seperti aktif berorganisasi juga dapat membantu mengalihkan pikiran dari hal-hal negatif.



Gambar 4. Penyerahan Hadiah Kepada Siswa yang Berhasil Menjawab Pertanyaan

Setelah pemaparan materi berlangsung, tim PBL mengadakan sesi diskusi dan tanya jawab bersama siswa. Dalam sesi diskusi tanya jawab, para siswa diharapkan dapat *merecall* kembali materi yang telah disampaikan oleh mahasiswa tim PBL UNJA Kembang Paseban. Siswa diminta untuk menjawab beberapa pertanyaan terkait materi, misalnya seperti hal-hal penting apa saja yang dapat mengakibatkan terjadinya pergaulan bebas, cara menjauhi pernikahan dini, hingga alasan mengapa penggunaan narkoba sangat membahayakan. Setelah siswa yang maju berhasil menjawab, maka mereka akan diberikan hadiah berupa botol *tupperware*. Di akhir kegiatan, tim PBL UNJA Kembang Paseban melakukan sesi foto bersama dengan para siswa kelas IX SMPN 5 Batang Hari yang telah hadir sebagai penutup acara.



Gambar 5. Foto Bersama Siswa Kelas IX SMPN 5 Batanghari

Adapun beberapa permasalahan yang ditemukan selama kegiatan ini berlangsung antara lain: (1) suasana saat kegiatan kurang kondusif dan beberapa siswa tidak terlalu memperhatikan materi yang disampaikan. (2) siswa yang hadir kebanyakan bersikap pasif saat sesi diskusi dan tanya jawab berlangsung.

PENUTUP

Simpulan

Pemberian edukasi mengenai pergaulan bebas dikalangan siswa SMP merupakan salah satu langkah penting dalam mencegah dampak negatif yang tidak diinginkan. Dengan pemberian edukasi ini siswa SMPN 5 Batanghari dapat mengetahui penyebab, berbagai hal yang termasuk dampak dari pergaulan bebas, seperti NAPZA, seks bebas, hingga berujung pernikahan dini. Dari penyampaian edukasi ini siswa dapat mengetahui solusi agar terhindar dari bahaya pergaulan bebas tersebut, diantaranya siswa menjadi lebih sadar akan pentingnya menjaga pergaulan dalam lingkungan pertemanan yang baik dan menyibukkan diri dengan hal hal bermanfaat.

Saran

Dari pelaksanaan kegiatan ini diharapkan kepada pihak sekolah agar dapat memberikan edukasi tentang topik bahaya pergaulan bebas ini kepada siswa SMPN 5 kelas VII dan VIII juga nantinya, mengingat era yang serba teknologi saat ini membuat remaja sangat rentan terjerumus ke dalam pergaulan yang salah. Selain itu, hendaknya sekolah juga dapat melaksanakan kegiatan penyuluhan kepada orangtua remaja agar orangtua sebagai orang terdekat dapat melindungi anak mereka dari hal-hal menyimpang seperti pergaulan bebas. Sehingga disini peran orangtua maupun sekolah amat penting dalam keberhasilan anak melewati usia remajanya dengan hal-hal yang positif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim PBL UNJA Kembang Paseban mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak sekolah dalam hal ini kepala sekolah dan guru SMPN 5 Batanghari yang telah memberikan kesempatan pada tim PBL UNJA Kembang Paseban untuk melaksanakan kegiatan edukasi kesehatan ini dan bersedia bekerja sama dalam membantu kesuksesan acara. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada para siswa SMPN 5 Batanghari terutama siswa kelas IX yang telah hadir dan mengikuti jalannya kegiatan ini dari awal hingga akhir. Serta ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

1. Damanik SM. Edukasi Kesehatan Tentang Bahaya Pergaulan Bebas Pada Remaja Di Kelurahan Cawang Jakarta Timur. J Comunitas Serv J Terkait Kegiat Pengabdian Kpd Masyarakat, terkhusus Bid Teknol Kewirausahaan dan Sos Kemasyarakatan. 2023;5(1):1158–73.
2. Ardiansyah. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2022 [cited 2023 Oct 3]. Kesehatan Reproduksi Remaja. Available from: https://yanke.kemkes.go.id/view_artikel/29/kesehatan-reproduksi-remaja-permasalahan-dan-upaya-pencegahan
3. Badan Pusat Statistik. Survei Demografi Dan Kesehatan : Kesehatan Reproduksi Remaja 2017. In Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana. Survei Demogr

- Dan Kesehat [Internet]. 2017;271. Available from: <http://www.dhsprogram.com>.
4. Kusmiati M, Ramadani FN, Nadia M, Nursyam R. Pendidikan Kesehatan: Bahaya Pergaulan Bebas Remaja. J Pemberdaya dan Pendidik Kesehat. 2022;2(01):1-8.
 5. Novi, Riauwati J, Shandy S, Mainassy MC. Edukasi Kesehatan Bahaya Pergaulan Bebas Pada Remaja. Communnity Dev J. 2023;4(4):7862-5.
 6. Utami WH, Sofiyanti I, Apriani TA, Sartika DA, Yulia, Triyani I, et al. Penyebab Terjadinya Pergaulan Bebas Di Kalangan Remaja. Univ Ngudi Waluyo. 2021;29-42.
 7. Titania D, Amalia N. Hubungan Pergaulan Bebas pada Remaja Terhadap Risiko Pernikahan Usia Dini di Samarinda di UMKT. Borneo Student Res [Internet]. 2021;2(3):2021. Available from: <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/1752/944>
 8. Rosdiana E, Yus OJ, Sari VR. Pendidikan Kesehatan Tentang Bahaya Pergaulan Bebas Pada Remaja Aceh Secara Daring Tahun 2020. J Pengabdi Kpd ... [Internet]. 2021;3(1):1- 4. Available from: <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/jpkmk/article/view/1428%0Ahttps://jurnal.uui.ac.id/index.php/jpkmk/article/download/1428/735>
 9. Diana A, Iqmy LO, Evayanti Y. Penyuluhan Tentang Bahaya Seks Bebas Mempengaruhi Pengetahuan Remaja. J Kebidanan Malahayati. 2020;6(1):99-103.
 10. Handayani AR. Edukasi Bahaya Napza (Narkotika , Psikotropika , dan Zat Adiktif) bagi Remaja SMA Muhammadiyah Sumbawa. 2023;3(2):180-5.
 11. Lia H. Sosialisasi Bahaya Penggunaan Narkoba Bagi Pelajar. 2022;1:49-56.
 12. Sumbung H, Martha E. Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP dalam Pencegahan Penggunaan NAPZA. J Promosi Kesehat Indones. 2020;15(2):42-50.
 13. Hermambang A, Ummah C, GRatia ES, Sanusi F, ULfa WM, Rani N. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pernikahan Usia Dini di Indonesia. J Kependud Indones. 2021;16(1):55.