



JURNAL ABDI INSANI

Volume 13, Nomor 4, April 2026

<http://abdiinsani.unram.ac.id>. e-ISSN : 2828-3155. p-ISSN : 2828-4321



UPAYA KOMUNITAS DALAM MENCEGAH SEKS PRANIKAH DI KALANGAN REMAJA MODERN DI SMK PGRI BANJARBARU

Community Efforts to Prevent Premarital Sex Among Modern Adolescents In SMK PGRI Banjarbaru

Amelia Rahma^{*}, Muhammad Hapi, Aninditya Prahesti, Araya Maharani, Fitriani, Salma Nida Oktaria, Anggun Wulandari

Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Lambung Mangkurat

Loktabat Selatan, Banjarbaru Selatan, Banjarbaru City, South Kalimantan 70714

*Alamat korespondensi: amelia.rahma004@gmail.com

(Tanggal Submission: 11 November 2025, Tanggal Accepted : 27 April 2026)



Kata Kunci :

Seks Pranikah, Penyuluhan Interaktif, Remaja, Pendidikan Kesehatan Reproduksi, Perubahan Pengetahuan

Abstrak :

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap pengambilan keputusan yang impulsif, termasuk dalam hal perilaku seksual. Minimnya edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah menyebabkan banyak siswa tidak memiliki pemahaman yang memadai mengenai risiko seks pranikah. Padahal, perilaku ini dapat berdampak serius terhadap aspek fisik, psikologis, dan sosial remaja. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukatif yang efektif dan menarik bagi remaja. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa SMK PGRI Banjarbaru mengenai risiko perilaku seks pranikah. Metode kegiatan yang digunakan adalah penyuluhan interaktif dengan pendekatan partisipatif berupa pemaparan materi, diskusi, dan evaluasi *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur perubahan pengetahuan siswa. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada hampir seluruh peserta, ditandai dengan kenaikan skor *post-test* dibandingkan dengan *pre-test*. Tidak ada satu pun siswa yang mengalami penurunan nilai. Diskusi berjalan aktif, menunjukkan keterlibatan siswa dalam memahami materi dan mengaitkannya dengan kehidupan sehari-hari. Penyuluhan ini juga mendorong siswa untuk lebih terbuka dan kritis dalam menghadapi tekanan lingkungan sosial yang berkaitan dengan perilaku seksual. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah penyuluhan interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai risiko seks pranikah dan mampu menciptakan ruang diskusi yang sehat dan edukatif bagi remaja.



Key word :

Premarital Sex, Interactive Counseling, Adolescents, Reproductive Health Education, Knowledge Improvement

Abstract :

Adolescents are a vulnerable age group prone to making impulsive decisions, including in the context of sexual behavior. The lack of reproductive health education in schools causes many students to have inadequate understanding of the risks of premarital sex. Yet, this behavior can have serious impacts on adolescents' physical, psychological, and social well-being. Therefore, an effective and engaging educational intervention is necessary for this age group. This activity aimed to increase the knowledge and awareness of students at SMK PGRI Banjarbaru about the risks of premarital sexual behavior. The method used was interactive counseling with a participatory approach, including material presentations, discussions, and pre-test and post-test evaluations to measure knowledge improvement. The results showed a significant increase in knowledge among almost all participants, as indicated by higher post-test scores compared to pre-test scores. No student experienced a decrease in score. Discussions were active, demonstrating students' engagement in understanding the material and relating it to real-life situations. The counseling also encouraged students to be more open and critical in facing social pressures related to sexual behavior. In conclusion, interactive counseling proved to be effective in increasing students' knowledge of premarital sex risks and created a healthy and educational space for adolescents.

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7th edition) :

Rahma, A., Hapi, M., Prahesti, A., Maharani, A., Fitriani, Oktaria, S. N., & Wulandari, A. (2026). Upaya Komunitas Dalam Mencegah Seks Pranikah di Kalangan Remaja Modern di SMK PGRI Banjarbaru. *Jurnal Abdi Insani*, 13(4), 111-123. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v13i4.3523>

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang sedang berada dalam masa transisi antara masa anak-anak menuju dewasa, yang ditandai oleh berbagai perubahan baik fisik, psikologis, maupun sosial. Salah satu tantangan besar yang dihadapi oleh remaja saat ini adalah meningkatnya paparan terhadap informasi seksual, baik melalui media sosial, lingkungan pergaulan, maupun kurangnya pengawasan dari orang tua dan guru. Fenomena seks pranikah di kalangan remaja menjadi semakin memprihatinkan seiring dengan meningkatnya pergaulan bebas dan minimnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi (Nurdin *et al.*, 2024).

Seks pranikah merupakan salah satu bagian dari Triad Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR), yang juga mencakup NAPZA dan pernikahan dini. Perilaku seks pranikah pada remaja tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, seperti risiko kehamilan yang tidak diinginkan dan penyakit menular seksual (PMS), tetapi juga berdampak pada kesehatan mental, seperti kecemasan, stres, hingga depresi. Selain itu, stigma sosial dan tekanan dari lingkungan turut memperparah kondisi psikologis remaja yang terlibat dalam perilaku ini (Nurdin *et al.*, 2024).

Minimnya edukasi seksual yang komprehensif di lingkungan sekolah dan keluarga menyebabkan banyak remaja tidak memiliki pengetahuan yang cukup untuk memahami konsekuensi dari seks pranikah. Hal ini menjadikan mereka rentan terhadap pengaruh negatif dari lingkungan dan teman sebaya. Banyak remaja yang tidak memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, batasan dalam hubungan, serta pentingnya mengatakan "tidak" terhadap ajakan yang merugikan diri sendiri (Nurdin *et al.*, 2024).



Secara definisi, istilah "seks" berasal dari bahasa Latin *sexus* yang berkaitan dengan alat kelamin, dan dalam perkembangan modern, mengacu pada hubungan intim yang melibatkan aktivitas fisik maupun emosional antara dua individu (Savitri *et al.*, 2023). Perilaku seksual pranikah sendiri merujuk pada aktivitas seksual yang dilakukan oleh pasangan sebelum adanya ikatan resmi dalam pernikahan (Buana *et al.*, 2024). Wujud perilaku ini sangat beragam, mulai dari berpegangan tangan hingga hubungan seksual penetratif, dan sering kali didorong oleh rasa ingin tahu, dorongan hormonal, pengaruh teman sebaya, serta kemudahan akses terhadap konten pornografi (Puspitasari *et al.*, 2022; Wahani *et al.*, 2021).

Dalam konteks sosial dan budaya Indonesia yang menjunjung tinggi nilai-nilai moral dan agama, perilaku seks pranikah dipandang tidak sesuai dengan norma dan hukum yang berlaku. Bahkan, dalam ajaran Islam, seks pranikah dikategorikan sebagai zina dan merupakan perbuatan yang dilarang keras, sebagaimana tertuang dalam Surah Al-Isra ayat 32 dan Surah An-Nur ayat 2 (Damanik *et al.*, 2024). Di sisi hukum positif Indonesia, Pasal 284 KUHP juga mengatur dan memberikan sanksi terhadap perbuatan zina (Nugraha & Arifin, 2024).

Melalui kegiatan penyuluhan mengenai seks pranikah, para siswa dapat memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan menyadari risiko serta dampak dari perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab. Edukasi sangat penting untuk membentuk pola pikir kritis dan tanggung jawab dalam membuat keputusan yang berhubungan dengan tubuh dan masa depan mereka. Pendekatan edukatif yang dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi dapat menjadi langkah awal yang strategis dalam meningkatkan kesadaran serta membentuk perilaku hidup sehat dan bertanggung jawab di kalangan remaja (Nurdin *et al.*, 2024).

Mitra kegiatan ini adalah SMK PGRI Banjarbaru yang berlokasi di Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan. Sekolah ini merupakan salah satu institusi pendidikan kejuruan yang memiliki jumlah siswa cukup besar dan berasal dari berbagai latar belakang sosial. Berdasarkan observasi umum dan hasil *pre-test* yang dilakukan sebelum kegiatan penyuluhan, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum memahami secara utuh mengenai isu seks pranikah dan dampaknya terhadap kesehatan reproduksi, mental, serta sosial.

Minimnya edukasi seksual secara formal di sekolah menyebabkan para siswa belum memiliki bekal pengetahuan yang cukup mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, batasan dalam hubungan, serta konsekuensi dari perilaku seksual pranikah. Hal ini diperparah dengan maraknya informasi yang tidak terfilter melalui media sosial, yang sering kali menjadi sumber utama informasi bagi remaja. Banyak dari mereka yang menganggap bahwa seks pranikah adalah hal yang wajar dalam hubungan, tanpa menyadari risiko jangka panjang yang ditimbulkan (Maisaroh & Yuliwati, 2024).

Komunikasi terbuka mengenai isu kesehatan reproduksi di lingkungan keluarga atau sekolah yang masih tergolong rendah dapat membuat siswa cenderung tidak memiliki tempat yang aman dan terpercaya untuk berdiskusi atau bertanya, sehingga mereka lebih rentan terhadap pengaruh negatif dari lingkungan sekitar. Oleh sebab itu, penyuluhan kesehatan dengan pendekatan edukatif yang sistematis menjadi strategi penting untuk meningkatkan literasi remaja mengenai seks pranikah. Kegiatan ini diharapkan mampu membekali siswa dengan pengetahuan yang benar, meningkatkan kesadaran kritis terhadap risiko perilaku seksual pranikah, serta membantu mereka membentuk sikap dan perilaku hidup sehat sesuai dengan norma yang berlaku.

Tujuan utama dari kegiatan penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa SMK PGRI Banjarbaru mengenai perilaku seks pranikah dan dampaknya terhadap kesehatan reproduksi, mental, serta sosial. Kegiatan ini juga bertujuan membentuk pola pikir kritis terhadap pengaruh lingkungan, media sosial, dan tekanan teman sebaya yang dapat mendorong pada perilaku seksual berisiko. Manfaat yang diharapkan dari kegiatan ini adalah terciptanya peningkatan literasi remaja mengenai kesehatan reproduksi, terbentuknya sikap preventif terhadap seks pranikah,

serta tumbuhnya keberanian untuk menolak ajakan yang merugikan diri sendiri. Selain itu, kegiatan ini juga bermanfaat sebagai wadah komunikasi terbuka antara siswa dan pemateri, sehingga menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuhnya kesadaran diri dan keterbukaan terhadap isu-isu kesehatan reproduksi yang selama ini dianggap tabu. Harapannya, penyuluhan ini tidak hanya menjadi kegiatan sesaat, tetapi mampu memberikan dampak jangka panjang bagi siswa dalam membentuk karakter dan perilaku yang sehat. Dengan meningkatnya kesadaran dan pengetahuan, diharapkan para siswa dapat menjadi agen perubahan di lingkungan sekitarnya serta berkontribusi dalam menciptakan generasi muda yang berintegritas, bertanggung jawab, dan siap menghadapi tantangan masa depan dengan bijak.

METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan yang dirancang secara sistematis dengan tujuan utama untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap remaja terhadap risiko dan dampak negatif dari perilaku seks pranikah. Penyuluhan ini juga diarahkan untuk mendorong terbentuknya perilaku hidup sehat, khususnya dalam menjaga kesehatan reproduksi dan kesehatan mental sebagai bagian penting dari proses transisi remaja menuju dewasa yang berkualitas. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara tatap muka di SMK PGRI Banjarbaru, tepatnya di kelas IX Akuntansi A, Kecamatan Banjarbaru Utara, Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan, pada hari Senin, 19 Mei 2025.

Pemilihan lokasi kegiatan didasarkan atas beberapa pertimbangan strategis, antara lain kemudahan akses ke lokasi, ketersediaan dan kesiapan pihak sekolah dalam menjalin kerja sama, serta karakteristik peserta didik yang berada pada fase usia remaja dan tergolong sebagai kelompok rentan terhadap pengaruh negatif perilaku berisiko, termasuk seks pranikah. Sasaran kegiatan ini adalah 30 orang siswa-siswi kelas IX Akuntansi A yang dipandang cukup representatif dalam menggambarkan kebutuhan edukasi kesehatan reproduksi remaja secara umum. Kelompok sasaran ini juga dianggap tepat karena sedang berada dalam fase pencarian jati diri dan penyesuaian sosial, yang memerlukan pembekalan informasi dan keterampilan pengambilan keputusan yang sehat.

Secara teknis, kegiatan penyuluhan ini menggunakan dua metode utama, yaitu ceramah interaktif dan diskusi tanya jawab. Pada tahap awal, kegiatan diawali dengan sesi pembukaan yang mencakup perkenalan tim penyuluh, penjelasan tujuan kegiatan, dan penyampaian kontrak waktu. Kemudian peserta diberikan *pre-test* yang terdiri dari 10 soal kognitif pilihan ganda dan 5 pernyataan asertif berskala Likert untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal dan persepsi siswa terhadap topik yang akan dibahas. *Pre-test* ini berfungsi sebagai dasar pengukuran awal dalam mengevaluasi efektivitas penyuluhan setelah *post-test* dilakukan di akhir kegiatan.

Metode ceramah interaktif digunakan dalam penyampaian materi inti yang difasilitasi oleh dua orang pemateri. Materi yang disampaikan meliputi lima sub topik utama, yaitu: (1) pengertian seks pranikah, (2) sumber perilaku seks pranikah, (3) jenis-jenis seks pranikah, (4) risiko dan dampak dari perilaku seks pranikah, serta (5) strategi pencegahan. Selama sesi ceramah berlangsung, digunakan media bantu berupa PowerPoint, proyektor, dan laptop, agar penyampaian materi menjadi lebih menarik, mudah dipahami, dan sistematis.

Setelah sesi penyampaian materi, dilakukan diskusi dan tanya jawab untuk mendorong partisipasi aktif peserta. Pada tahap ini, peserta diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan, menyampaikan pendapat, serta merefleksikan pemahaman mereka terhadap materi yang telah disampaikan. Metode diskusi dipilih karena diyakini mampu meningkatkan interaksi dua arah antara peserta dan penyuluh, memperdalam pemahaman melalui proses berpikir kritis, serta memberikan ruang bagi peserta untuk mengaitkan materi dengan pengalaman pribadi maupun konteks sosial yang mereka hadapi sehari-hari. Diskusi ini juga menjadi sarana untuk menumbuhkan kesadaran kolektif



tentang pentingnya menjaga diri dan saling mendukung dalam membentuk lingkungan sosial yang sehat dan bebas dari perilaku berisiko.

Kegiatan ditutup dengan sesi penarikan kesimpulan dan penguatan kembali poin-poin penting yang telah disampaikan selama penyuluhan. Setelah itu, peserta diminta mengisi *post-test* dengan soal yang serupa dengan *pre-test* sebagai alat ukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman setelah mengikuti penyuluhan. Selain *post-test*, peserta juga diberikan kesempatan untuk memberikan umpan balik (*feedback*) terhadap kegiatan yang telah mereka ikuti, sebagai bahan evaluasi dan refleksi bagi tim pelaksana untuk kegiatan di masa mendatang.

Kegiatan ini dijalankan dengan waktu pelaksanaan selama kurang lebih 60 menit, dengan rincian sebagai berikut: 5 menit untuk *briefing* dan persiapan sebagaimana yang disajikan pada Gambar 1, 20 menit untuk sesi pembukaan dan pengerjaan *pre-test* sebagaimana yang disajikan pada Gambar 2, 15 menit untuk sesi pemberian materi sebagaimana yang disajikan pada Gambar 3, 10 menit untuk diskusi dan tanya jawab sebagaimana yang disajikan pada Gambar 4, serta 10 menit untuk penutupan, pengerjaan *post-test* sebagaimana yang disajikan pada gambar 5, dokumentasi, dan salam penutup. Dokumentasi kegiatan dilakukan dalam bentuk foto, sebagai bagian dari laporan kegiatan sebagaimana yang disajikan pada Gambar 6.



Gambar 1. Briefing dengan Guru SMKN PGRI Banjarbaru



Gambar 2. Pengerjaan Pre-test



Gambar 3. Sesi Penyampaian Materi



Gambar 4. Sesi Diskusi dengan Pemateri



Gambar 5. Pengerjaan *Post-test*



Gambar 6. Dokumentasi Kegiatan

Melalui metode ceramah interaktif dan diskusi partisipatif yang dilengkapi dengan evaluasi awal dan akhir (*pre-test* dan *post-test*), diharapkan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan dampak positif secara nyata terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai risiko seks pranikah. Lebih jauh, kegiatan ini juga diharapkan mampu menjadi kontribusi nyata dalam upaya promotif dan preventif terhadap masalah kesehatan reproduksi remaja yang semakin kompleks di era modern.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diselenggarakan sebagai salah satu bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi dalam bidang pengabdian kepada masyarakat, khususnya dalam upaya promosi kesehatan reproduksi remaja. Kegiatan ini menyasar siswa kelas IX Akuntansi A di SMK PGRI Banjarbaru dan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran mereka terhadap risiko

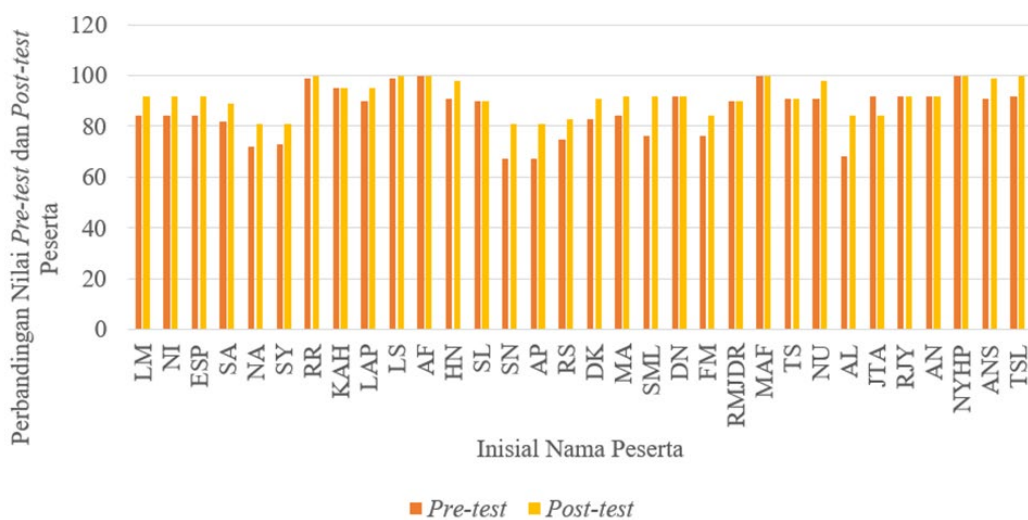
seks pranikah. Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai bentuk perilaku berisiko, termasuk seks bebas, akibat kurangnya informasi yang benar, pengaruh lingkungan pergaulan, dan minimnya pendidikan kesehatan reproduksi secara formal di sekolah. Dengan memperkuat pemahaman remaja melalui edukasi yang sistematis, diharapkan dapat mencegah dampak negatif seperti kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual, serta gangguan psikologis dan sosial yang mengiringinya.

Penyuluhan dilaksanakan secara tatap muka pada hari Senin, 19 Mei 2025, di ruang kelas IX Akuntansi A dan diikuti oleh 32 siswa. Penyampaian materi menggunakan metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan diskusi dua arah untuk mendorong partisipasi aktif peserta. Materi penyuluhan dirancang secara kontekstual agar sesuai dengan kondisi remaja, mencakup topik-topik penting seperti definisi seks pranikah, dampak biologis dan psikologis dari hubungan seksual pranikah, peran nilai dan norma sosial, serta pentingnya menjaga batasan dalam pergaulan. Media pendukung yang digunakan antara lain PowerPoint, ilustrasi visual, dan lembar kerja siswa. Sebelum penyuluhan dimulai, peserta diberikan *pre-test* berupa soal pilihan ganda untuk mengukur pengetahuan awal mereka. Setelah penyuluhan selesai, siswa kembali mengerjakan soal *post-test* yang sama untuk mengevaluasi peningkatan pemahaman setelah mengikuti kegiatan.

Tabel 1. Hasil *pre-test* dan *post-test*

Inisial Nama Siswa	Data Hasil		Keterangan
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	
LM	84	92	Meningkat
NI	84	92	Meningkat
ESP	84	92	Meningkat
SA	82	89	Meningkat
NA	72	81	Meningkat
SY	73	81	Meningkat
RR	99	100	Meningkat
KAH	95	95	Tetap
LAP	90	95	Meningkat
LS	99	100	Meningkat
AF	100	100	Tetap
HN	91	98	Meningkat
SL	90	90	Tetap
SN	67	81	Meningkat
AP	67	81	Meningkat
RS	75	83	Meningkat
DK	83	91	Meningkat
MA	84	92	Meningkat
SML	76	92	Meningkat
DN	92	92	Tetap
FM	76	84	Meningkat
RMJDR	90	90	Tetap
MAF	100	100	Tetap

Inisial Nama Siswa	Data Hasil		Keterangan
	Pre-test	Post-test	
TS	91	91	Tetap
NU	91	98	Meningkat
AL	68	84	Meningkat
JTA	92	84	Meningkat
RJY	92	92	Tetap
AN	92	92	Tetap
NYHP	100	100	Tetap
ANS	91	99	Meningkat
TSL	92	100	Meningkat



Gambar 7. Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* peserta

Hasil analisis menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi edukatif dilakukan. Dari 32 siswa yang mengikuti *pre-test* dan *post-test*, sebanyak 21 siswa (65,6%) menunjukkan peningkatan nilai, yang menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dapat dipahami dengan baik oleh sebagian besar peserta. Sebanyak 11 siswa (34,4%) menunjukkan nilai yang tetap sama antara *pre-test* dan *post-test*, dan tidak terdapat satu pun siswa yang mengalami penurunan skor, yang berarti bahwa penyuluhan ini minimal berhasil mempertahankan tingkat pengetahuan peserta.

Tabel 2. Hasil Uji Rata-rata (*Mean*) Data

		Pre-Test	Post-Test
N	Valid	32	32
	Missing	0	0
Mean		86.31	91.59

Berdasarkan data deskriptif, diketahui bahwa jumlah peserta yang mengikuti *pre-test* dan *post-test* adalah sebanyak 32 orang. Nilai rata-rata (*mean*) hasil *pre-test* adalah 86,31, sedangkan rata-



rata hasil *post-test* meningkat menjadi 91,59. Peningkatan nilai rata-rata ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan atau pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pre-Test	0.921	32	0.022
Post-Test	0.896	32	0.005

Berdasarkan hasil uji normalitas Shapiro-Wilk yang dilakukan terhadap data *pre-test* dan *post-test*, diperoleh nilai signifikansi masing-masing sebesar 0,022 dan 0,005. Karena kedua nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data *pre-test* maupun *post-test* tidak berdistribusi normal. Ketidakterpenuhan asumsi normalitas ini menunjukkan bahwa data tidak memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan uji parametrik. Oleh karena itu, dalam tahap analisis selanjutnya menggunakan uji non-parametrik, yaitu Wilcoxon Signed-Rank Test, guna menguji perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* peserta penyuluhan.

Tabel 4. Hasil Uji Wilcoxon Signed-Rank Test

	Post-Test – Pre-Test
Z	-3.774 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	<0.001
<i>a. Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	
<i>b. Based on negative ranks.</i>	

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test*, diperoleh nilai Z sebesar -3.774 dengan nilai signifikansi sebesar < 0,001. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* peserta penyuluhan. Artinya, kegiatan penyuluhan yang dilakukan memberikan pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta, sebagaimana tercermin dari kenaikan skor setelah intervensi penyuluhan diberikan. Hasil ini mendukung bahwa penyuluhan yang dilakukan efektif dalam meningkatkan kapasitas peserta terhadap materi yang disampaikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan memberikan dampak positif terhadap peningkatan skor, wawasan, dan pemahaman peserta, sebagaimana terlihat dari perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*.

Beberapa faktor diduga berkontribusi terhadap keberhasilan kegiatan ini. Pertama, pemateri yang berperan sebagai teman sebaya karena masih dalam usia remaja dan metode penyampaian materi yang komunikatif serta menyenangkan memungkinkan peserta untuk memahami informasi dengan lebih baik. Pendekatan ceramah interaktif dan diskusi membuat siswa merasa lebih terlibat dan tidak pasif. Kedua, penggunaan media visual seperti slide PowerPoint dengan gambar terbukti efektif dalam menarik perhatian dan memperjelas konsep yang disampaikan. Ketiga, topik yang dibahas sangat relevan dengan kehidupan remaja sehari-hari, sehingga menimbulkan rasa ingin tahu dan keterlibatan emosional yang tinggi. Peserta bahkan menyampaikan pertanyaan dan pengalaman pribadi selama sesi diskusi, yang menjadi indikator bahwa topik ini sangat dekat dengan realitas mereka. Keempat, kegiatan dilakukan dalam suasana kelas yang kondusif, serta dukungan dari pihak

sekolah, khususnya guru, sangat membantu dalam menciptakan lingkungan yang mendukung keberhasilan penyuluhan.

Namun demikian, pelaksanaan kegiatan tidak lepas dari hambatan. Keterbatasan waktu menjadi kendala utama, di mana durasi penyuluhan hanya berlangsung selama satu jam pelajaran, sehingga beberapa materi penting tidak dapat dibahas secara mendalam. Selain itu, perbedaan kemampuan belajar siswa juga menjadi tantangan. Meskipun sebagian besar siswa menunjukkan peningkatan nilai, terdapat 11 siswa yang nilai *post-test*-nya tidak berubah. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti gaya belajar yang berbeda, konsentrasi yang rendah, atau bahkan tekanan sosial di dalam kelas yang membuat mereka enggan bertanya. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan idealnya dilakukan secara berkala dan berkelanjutan agar materi dapat diulang dan diperkuat dengan pendekatan yang bervariasi.

Hasil analisis *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta secara signifikan, dengan rata-rata skor meningkat dari 86,31 menjadi 91,59. Temuan ini sejalan dengan hasil studi quasi-eksperimental yang dilakukan pada remaja Indonesia yang diteliti oleh Yuniarti *et al.* pada tahun (2024), yang melaporkan bahwa program edukasi kesehatan reproduksi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja secara bermakna setelah intervensi. Penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif dengan desain eksperimen kelompok kontrol *pre-test* dan *post-test*. Data tentang pengetahuan dan sikap remaja terhadap kesehatan reproduksi dikumpulkan melalui kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Hasilnya menunjukkan bahwa remaja yang mengikuti program pendidikan kesehatan mengalami peningkatan pengetahuan dibandingkan dengan yang tidak mengikuti program tersebut. Selain itu, terjadi peningkatan sikap positif terhadap kesehatan reproduksi setelah mengikuti program edukasi (Yuniarti *et al.*, 2024). Demikian pula penelitian Badriah *et al.* pada tahun (2023) pada siswa dan siswi SMKN 1 Cibadak dengan menggunakan pendekatan *Comprehensive Sexuality Education* menunjukkan peningkatan pengetahuan dengan efek besar setelah mengikuti program selama 14 jam ($p\text{-value} = 0,000$). Pendidikan seksual komprehensif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja untuk mencegah perilaku seksual pranikah. Pendekatan ini dapat dijadikan intervensi khusus di pusat pelayanan kesehatan masyarakat bagi remaja, yang pelaksanaannya dapat dilakukan melalui kolaborasi antara layanan kesehatan dengan lembaga formal seperti sekolah dan komunitas (Badriah *et al.*, 2023).

Beberapa faktor kunci diperkirakan berkontribusi pada keberhasilan penyuluhan ini. Pertama, metode ceramah interaktif dipadukan dengan diskusi dua arah memfasilitasi keterlibatan aktif peserta, sesuai rekomendasi meta-analisis yang menekankan efektivitas strategi partisipatif dalam pendidikan seksual di sekolah (Barriuso-Ortega *et al.*, 2024). Kedua, media visual terbukti menarik perhatian dan memudahkan pemahaman konsep kompleks, konsisten dengan temuan studi evaluasi intervensi di Jakarta yang menunjukkan bahwa elemen visual meningkatkan engagement dan recall materi hingga 30 % lebih tinggi dibandingkan tanpa media visual (Todesco *et al.*, 2023).

Beberapa studi intervensi menggunakan desain *pre-test* dan *post-test* melaporkan peningkatan pengetahuan yang nyata setelah kegiatan penyuluhan. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati *et al.*, pada tahun (2025) mendapatkan hasil penyuluhan berbasis ceramah dan diskusi meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi (Rahmawati *et al.*, 2025). Penelitian yang dilakukan oleh Nurjanah *et al.* pada tahun (2025) dengan metode serupa, menggunakan analisis uji Wilcoxon menunjukkan hasil $p\text{-value} < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi seksual pranikah dengan media booklet (Nurjanah *et al.*, 2025). Hasil tersebut selaras dengan penelitian Mahmud *et al* pada tahun (2023), yang menunjukkan adanya perubahan sikap remaja mengenai seks pranikah setelah pendidikan kesehatan reproduksi.

Berdasarkan uji *Paired Samples T-Test* diketahui $Sig=0,001$ yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan (Mahmud *et al.*, 2023).

Pendidikan seksual yang komprehensif berperan penting dalam menurunkan kecenderungan remaja melakukan seks pranikah. Studi Hayati *et al.*, pada tahun (2021) menunjukkan bahwa remaja yang mendapatkan penyuluhan kesehatan reproduksi cenderung mengurangi aktivitas berpacaran dan lebih asertif menolak ajakan seks karena menyadari risiko kehamilan di luar nikah dan penularan HIV/IMS (Hayati *et al.*, 2021). Mahmud *et al.*, pada tahun (2024) juga menemukan perbedaan sikap signifikan pasca-pendidikan reproduksi. Remaja menjadi lebih memahami bahaya seks pranikah dan tidak mudah terpengaruh norma negatif. Dengan demikian, pendidikan seksual (melalui program KIE atau kelas remaja) dapat menunda perilaku seksual dengan meningkatkan kesadaran risiko (Mahmud *et al.*, 2023).

Penggunaan metode interaktif terbukti memperkuat efektivitas penyuluhan. Penelitian di Desa Gonoharjo pada tahun 2025 menunjukkan bahwa penyuluhan KRR yang dilaksanakan melalui ceramah, diskusi, dan tanya jawab menimbulkan respons positif, remaja peserta bersikap antusias aktif dan lebih paham materi (Permatahati, 2025) Pendekatan dua arah ini memungkinkan peserta menyampaikan pertanyaan dan berbagi pengalaman, sehingga proses belajar menjadi dinamis dan pemahaman materi lebih dalam. Studi pengabdian masyarakat lainnya menggunakan ceramah berdampak pada peningkatan pengetahuan remaja sebelum-sesudah (menunjukkan skor *post-test* 84% "baik"). Kombinasi ceramah motivasional dan diskusi kelompok dapat menumbuhkan kesadaran dan perubahan sikap yang lebih baik dibanding metode satu arah saja (Rahmawati *et al.*, 2025).

Faktor lingkungan, terutama keluarga dan teman sebaya, turut memengaruhi perilaku seksual remaja. Dukungan keluarga yang positif berhubungan erat dengan perilaku seksual sehat; penelitian Fazila *et al.*, pada tahun (2024) menemukan remaja dengan dukungan keluarga baik 1,3 kali lebih mungkin berperilaku seksual sehat ($p=0,000$) (Fazila *et al.*, 2024). Sebaliknya, pengaruh teman sebaya dapat meningkatkan risiko seks bebas. Penelitian yang dilakukan oleh Saleh *et al.*, pada tahun (2025) di SMAN 1 Bongomeme dengan jumlah 113 responden dengan instrumen penelitian kuesioner. Setelah diuji menggunakan uji Spearman Rho, didapatkan korelasi signifikan ($r=0,500$, $p=0,000$) antara pergaulan dengan teman sebaya dan perilaku seksual berisiko remaja (Saleh *et al.*, 2025). Teman sebaya sering menjadi sumber informasi seksualitas tidak terkontrol, sehingga remaja rentan terpengaruh norma negatif. Hasil wawancara juga menunjukkan sebagian peserta penyuluhan menjadi menolak pacaran karena menyadari bahaya kesehatan reproduksi, misalnya takut hamil di luar nikah atau tertular IMS. Oleh karena itu, lingkungan keluarga dan teman sejawat yang suportif sangat penting; komunikasi terbuka di rumah dan sekolah dapat memperkuat efek positif pendidikan seksual (Hayati *et al.*, 2021).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan mengenai seks pranikah yang dilaksanakan di SMK PGRI Banjarbaru berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai perilaku seks pranikah serta dampaknya terhadap kesehatan reproduksi, mental, dan sosial. Hal ini ditunjukkan melalui hasil evaluasi yang memperlihatkan bahwa mayoritas peserta mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test*, dengan tidak adanya penurunan nilai pada seluruh siswa. Penyuluhan yang disampaikan secara interaktif dan kontekstual mampu memfasilitasi pemahaman siswa terhadap konsep seks pranikah, risikonya, serta strategi pencegahannya. Selain itu, sesi diskusi juga mendorong siswa untuk lebih terbuka dan kritis dalam menyikapi pengaruh lingkungan dan tekanan teman sebaya. Kegiatan ini tidak hanya memberikan wawasan baru bagi para siswa, tetapi juga menciptakan ruang komunikasi yang positif dan suportif untuk membahas isu kesehatan reproduksi yang selama ini dianggap tabu. Dengan demikian, penyuluhan ini diharapkan dapat



memberikan dampak jangka panjang dalam membentuk perilaku hidup sehat dan bertanggung jawab pada remaja, serta mendorong mereka menjadi agen perubahan di lingkungannya.

Untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian berikutnya, disarankan agar waktu pelaksanaan diperpanjang agar materi dapat disampaikan secara lebih mendalam dan siswa memiliki waktu lebih banyak untuk berdiskusi serta merefleksikan pemahaman mereka. Selain itu, akan lebih optimal jika penyuluhan didukung dengan media visual interaktif yang lebih variatif, seperti video edukatif atau simulasi kasus, agar daya serap informasi siswa semakin meningkat. Kegiatan lanjutan berupa sesi mentoring atau forum diskusi rutin juga dapat dipertimbangkan sebagai tindak lanjut, guna menjaga kontinuitas edukasi dan memberikan pendampingan yang berkelanjutan bagi siswa dalam menghadapi tantangan masa remaja terkait kesehatan reproduksi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Secara khusus penulis berterima kasih kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, SMK PGRI Banjarbaru, serta dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat yang telah membantu secara penuh sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Tidak lupa, terima kasih kepada seluruh tim pelaksana yang telah bekerja sama dengan penuh dedikasi dalam merancang dan melaksanakan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badriah, S., Tambuala, F., Herlinah, L., Mariani, D., Nurcahyani, L., & Setiawan, H. (2023). The Effect of Comprehensive Sexual Education on Improving Knowledge, Attitudes, and Skills in Preventing Premarital Sexual Behavior in Adolescents. *Kontak*, 25(1), 50–56. <https://doi.org/10.32725/kont.2023.004>
- Barriuso-Ortega, S., Fernández-Hawrylak, M., & Heras-Sevilla, D. (2024). Sex Education in Adolescence: A Systematic Review of Programmes and Meta-Analysis. *Children and Youth Services Review*, 166, 107926. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107926>
- Buana, A. F. S. S. P., Zubair, A. G. H., & Aditya, A. M. (2024). Gambaran Sikap Remaja Terhadap Perilaku Seksual Pranikah di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(2), 691–696. <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i2.3764>
- Fazila, S. A. N., Rokhmia, E., & Kyoto, Y. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Seksual Remaja di SMK Kesehatan IT Al Hidayah Gununghalu Tahun 2022. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, 2(1), 132–137. <https://doi.org/10.61132/corona.v2i1.199>
- Hayati, S. H., Widayana, R., & Purnamasari, S. E. (2021). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Untuk Penurunan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 29–35.
- Mahmud, S., Nurafriani, N., & Darmawan, S. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Sikap Remaja Tentang Seksual Pranikah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(5), 12–17.
- Maisaroh, S., & Yuliwati. (2024). Perilaku Seksual Remaja Pra Nikah: Studi Literatur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 10(1), 27–32.
- Nugraha, A., & Arifin, T. (2024). Larangan Zina dan Pergaulan Bebas Ditinjau dari Hadist dan Pasal 284 KUHP. *Hukum Inovatif: Jurnal Ilmu Hukum Sosial dan Humaniora*, 1(3), 321–338. <https://doi.org/10.62383/humif.v1i3.399>
- Nurdin, N., Sulaeman, S., Sinta, S., & Nurjanna, N. (2024). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Lingkungan Dengan Perilaku Seks Pranikah Pada Remaja. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 5(2), 117. <https://doi.org/10.30587/ijpn.v5i2.8294>



- Nurjanah, S. H., Triwidiyantari, D., & Yuliandari, M. (2025). Efektivitas Edukasi Seksual Pranikah dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Remaja di SMA Negeri 1 Banjaran Kabupaten Bandung. *Journal of Midwifery Research*, 2(3).
- Permatahati, D. P. (2025). Peningkatan Pemahaman Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Melalui Sosialisasi di Desa Gonoharjo. *Bakti Journal of Public Service and Collaboration*, 1(1), 28–35.
- Puspitasari, I., Indanah, I., Yulisetyaningrum, Y., & Rozaq, A. (2022). Pengaruh Peran Orang Tua, Teman Sebaya dan Ketaatan Beragama Terhadap Perilaku Seks Pranikah. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 13(2), 392–399. <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i2.1539>
- Rahmawati, D. A., Nasrum, E. K., Zakiah, V., Jingsung, J., & Sukmawati, S. (2025). The Improvement of Adolescents' Knowledge on Reproductive Health Through Health Counseling. *TOFEDU: The Future of Education Journal*, 4(2), 555–560. <https://doi.org/10.61445/tofedu.v4i2.459>
- Saleh, R. S., Sulistiani, I., & Rahim, N. K. (2025). Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Perilaku Seksual Beresiko pada Remaja di SMA Negeri 1 Bongomeme. *Medic Nutricia : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(2), 61–70.
- Savitri, E. A. L., Saputra, A., Ardiansyah, F., & Grahani, F. O. (2023). Peran Orang Tua dalam Pendidikan Seks Pranikah pada Remaja. *Journal of Gender Equality and Social Inclusion (GESI)*, 2(2). <https://doi.org/10.38156/gesi.v2i2.161>
- Todesco, M., Breman, J., Haryanto, N. N., Kok, G., & Massar, K. (2023). Effect Evaluation of a Comprehensive Sexuality Education Intervention Based on Socio-Emotional Learning Among Adolescents in Jakarta, Indonesia. *Frontiers in Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1254717>
- Wahani, S. M. P., Umboh, J. M. L., & Tandean, L. (2021). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja. *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 2(2), 21–30.
- Yuniarti, S., Yustanta, B. F., Kowaas, I. N., Nurrachmawati, A., & Rahmawati, S. (2024). The Effect of Health Education Programs on Adolescents' Knowledge and Attitudes regarding Reproductive Health. *Journal of World Future Medicine, Health and Nursing*, 2(2), 325–338. <https://doi.org/10.70177/health.v2i2.820>