

Psikoedukasi dalam Meningkatkan Awareness pada Siswa Kelas 9B SMP N 45 Semarang

Siti Hikmah¹, Putri Asmara Dirgantari^{2*}, Muhamad Krisna Bagus Virgiana³, Alika Maezalati Usbah⁴

¹⁻⁴ Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia

putriasmara24@gmail.com^{1*}

Alamat: Jl. Walisongo No.3-5, Tambakaji, Kec. Ngaliyan, Kota Semarang, Jawa Tengah 50185

Korespondensi penulis: putriasmara24@gmail.com

Abstract. *Adolescence is an important transitional stage in life involving physical development, psychological and sexual maturity, which often triggers curiosity about sexuality. Psychoeducation is designed to provide insight and raise awareness about sexual education. The implementation of this psychoeducation uses a Community Based Research approach. The results of this psychoeducation showed a positive impact in increasing students' understanding of sexual education.*

Keywords: *sex education, teens, puberty.*

Abstrak. Masa remaja merupakan tahap transisi penting dalam kehidupan yang melibatkan perkembangan fisik, psikologis, dan kematangan seksual, yang kerap memicu rasa ingin tahu terhadap seksualitas. Psikoedukasi dirancang untuk memberikan wawasan dan meningkatkan kesadaran mengenai pendidikan seksual. Pelaksanaan psikoedukasi ini menggunakan pendekatan Community Based Research. Hasil psikoedukasi ini menunjukkan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang pendidikan.

Kata kunci: pendidikan seks, remaja, pubertas.

1. LATAR BELAKANG

SMP Negeri 45 Semarang didirikan pada tahun 2022 oleh Dinas Pendidikan Kota Semarang yang berlokasi di Jl. Rejomulyo I RT 03 RW 02, Kelurahan Wates, Kecamatan Ngaliyan, Kota Semarang. Pada tahun ajaran 2022/2023, sebagai tahun ajaran pertama sekolah ini menerima peserta didik sebanyak 3 kelas seiring dengan diterbitkannya Surat Keputusan (SK) pendirian pada 15 Agustus 2022. Pada tahun ajaran 2023/2024, jumlah rombongan belajar bertambah sebanyak tiga kelas, sehingga saat ini sekolah memiliki enam kelas aktif yang terdiri atas tiga kelas VII dan tiga kelas VIII. Sekolah ini didukung oleh 10 tenaga pengajar berstatus PNS dan P3K, serta tenaga pendidik lainnya. Selain kegiatan akademik, SMP Negeri 45 Semarang juga menyediakan beragam program ekstrakurikuler, seperti Futsal, Bola Voli, Palang Merah Remaja (PMR), Pramuka, Pasukan Pengibar Bendera (Paskibra), dan Taekwondo, yang bertujuan untuk mendukung pengembangan potensi siswa-siswi.

Masa remaja merupakan tahap perkembangan transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Pada fase ini remaja mengalami pertumbuhan fisik dan psikologis (emosi) berkembang juga fungsi sistem hormonal dalam tubuh (Putra, 2018). Masa remaja juga ditandai dengan mulai aktifnya organ reproduksi dan sistem hormonal, yang secara alami memicu rasa ingin tahu remaja terhadap seksualitas. Keingintahuan ini sering kali disalurkan

melalui diskusi dengan teman sebaya, pencarian informasi dari sumber-sumber yang tidak selalu kredibel, termasuk pornografi, hingga perilaku eksploratif seperti mencoba sendiri atau bersama orang lain. Pada masa remaja awal, yang menjadi tahap permulaan pematangan fisik, perilaku mencoba-coba ini cenderung meningkat, termasuk dalam aspek seksual (Romulo et al., 2014).

Pandangan masyarakat yang menganggap seks sebagai hal tabu sering kali membuat remaja enggan mendiskusikan kesehatan reproduksi mereka dengan orang lain, termasuk anggota keluarga. Akibatnya, remaja merasa tidak nyaman membahas isu seksualitas dengan keluarganya, sehingga mereka cenderung mencari informasi secara mandiri, yang sering kali tidak tepat atau tidak akurat (Oktarini & Etrawati, 2021). Ketika memasuki masa remaja yang ditandai dengan mulainya kematangan seksual, individu dihadapkan pada kebutuhan untuk menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan yang terjadi. Kematangan seksual ini memengaruhi kondisi psikologis remaja, termasuk perubahan bentuk tubuh dan munculnya ketertarikan terhadap anatomi fisiologi tubuhnya. Selain itu, remaja juga mulai merasakan ketertarikan emosional terhadap teman sebaya yang berlawanan jenis. Masa remaja menjadi periode penting dalam kehidupan seseorang, di mana terjadi transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang membuka peluang untuk berkembang dalam dimensi fisik, kognitif, sosial, ekonomi, harga diri, dan hubungan interpersonal.

Pendidikan seks memiliki peran penting bagi remaja terlebih bagi mereka yang kurangnya dalam memahami hal tersebut, melalui psikoedukasi ini diharapkan bertambahnya pengetahuan dan wawasan mengenai pendidikan seks. Sehingga mereka lebih peduli dan memahami bahaya perilaku seksual bebas. Psikoedukasi ini juga sebagai upaya melindungi remaja dari dampak buruk akibat persepsi dan perilaku seksual yang keliru. Mengingat masa remaja memiliki potensi besar untuk berkembang ke arah positif maupun negatif, diperlukan intervensi edukatif melalui pendidikan, bimbingan, dan pendampingan. Hal ini bertujuan untuk mengarahkan potensi remaja ke arah yang positif dan produktif. Selain itu, psikoedukasi juga membantu remaja meningkatkan kesadaran (*awareness*) tentang diri mereka, bagaimana perubahan yang terjadi, serta bagaimana merespons perubahan tersebut secara tepat.

2. TINJAUAN LITERATURE

Remaja adalah generasi penerus bangsa, dan mereka memerlukan perhatian khusus untuk perkembangan mereka, termasuk kesehatan reproduksi mereka (Suharti & Surmiasih, 2016). Remaja sering mengalami perubahan fisik dan emosional yang signifikan selama masa pertumbuhan dan perkembangan mereka, termasuk perubahan dalam hal seksualitas mereka. Banyak remaja yang tergoda untuk mengeksplorasi seksualitas mereka, terutama jika mereka

tertekan oleh tekanan dari teman sebaya atau tekanan orang lain. Namun, seks bebas pada remaja dapat menyebabkan penyakit menular seksual (PMS) dan kehamilan yang tidak diinginkan. Oleh karena itu, sangat penting bagi remaja yang memutuskan untuk melakukan seks bebas untuk memahami potensi bahaya yang menyertainya.

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sejahtera baik fisik dan mental. Kesehatan reproduksi adalah sekumpulan metode, teknik, dan pelayanan yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan reproduksi melalui pencegahan dan penyelesaian masalah kesehatan reproduksi yang menyangkut aktivitas seksual, status kehidupan, dan hubungan perorangan, bukan hanya konsultasi dan perawatan tentang kesehatan reproduksi dan penyakit yang ditularkan melalui hubungan seks (Mukhlisiana Ahmad, 2020). Kesehatan reproduksi adalah kesehatan fisik, mental, dan sosial secara keseluruhan, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi (Kemenkes RI, 2015).

Sebagian besar orang Indonesia, terutama mereka yang tinggal di daerah pedesaan, dulu menganggap pendidikan seks, sebagai hal yang tabu. Ini karena dianggap bahwa perdebatan tentang pendidikan seks tidak boleh diakses secara umum. Karena kita tidak suka membicarakannya, orang Indonesia tetap terlibat dalam seksualitas. Banyak orang percaya bahwa tidak masuk akal bagi remaja untuk berbicara tentang pendidikan seksual dan reproduksi (Kuswandi dkk, 2019). Hal ini dikarenakan belum banyak organisasi yang memberikan pencerahan kepada masyarakat tentang pendidikan seks, akibatnya masih banyak masyarakat yang belum mengetahui betapa pentingnya pendidikan seks sejak dini.

Sehubungan dengan hal ini, kami ingin memberikan pendidikan seks kepada siswa SMP Negeri 45 Semarang sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Selain pola hidup bersih dan sehat (PHBS), remaja harus dididik tentang pendidikan seks dan masalah kesehatan reproduksi. Akibatnya, diperlukan strategi untuk menyebarkan pemahaman, pengetahuan, dan keterampilan yang relevan melalui pencarian, penilaian, dan penggunaan informasi kesehatan. Kemampuan: Literasi kesehatan dianggap penting dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan diri sendiri dan orang lain di sekitarnya (Sinaga dkk, 2023).

3. METODE PENELITIAN

Deskripsi Komunitas

SMP Negeri 45 Semarang berdiri pada tahun 2022 didirikan oleh Dinas Pendidikan Kota Semarang yang berlokasi di Jl. Rejomulyo I, Kelurahan Wates, Kecamatan Ngaliyan, Kota Semarang. Sekolah ini mengusung semboyan "Spepatma Hebat," yang mencerminkan komitmen untuk memberikan pendidikan berkualitas dan menjalin hubungan baik dengan

masyarakat. Visi dari sekolah ini yaitu menjadi sekolah yang berstandar nasional yang mampu mencetak peserta didik yang berbudi luhur, berprestasi dan berwawasan Lingkungan. Terdapat beberapa ekstrakurikuler yang diselenggarakan di SMP Negeri 45 diantaranya yaitu futsal, bola voli, PMR, pramuka, paskibra, dan seni tari.

Website resmi SMP Negeri 45 berfungsi sebagai sarana komunikasi antara sekolah dan masyarakat, serta menyediakan informasi terkait aktivitas, prestasi, dan kebutuhan pendidikan lainnya. SMP Negeri 45 dilengkapi dengan fasilitas yang mendukung proses belajar mengajar, termasuk akses ke buku digital melalui website sekolah. Ini menunjukkan komitmen sekolah dalam menggunakan teknologi untuk mendukung Pendidikan. Kritik dan saran dari masyarakat sangat diharapkan untuk meningkatkan kualitas layanan pendidikan di SMP Negeri 45. Struktur demografi di SMP 45 Semarang mencerminkan komposisi usia yang beragam, dengan mayoritas siswa berada dalam rentang usia 12 hingga 15 tahun.

Analisis Situasi

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang kami lakukan yang berdasar analisis SWOT menghasilkan data sebagai berikut:

a. *Strenght* (Kekuatan)

Terdapat dukungan dari pemerintah daerah dalam bentuk anggaran untuk pembangunan fasilitas dan penambahan tenaga pengajar, yang akan memperkuat kapasitas sekolah dalam memberikan Pendidikan. Selain itu, Komisi D DPRD Kota

Semarang yang berkomitmen untuk menganggarkan penambahan fasilitas dalam APBD Perubahan 2023.

b. *Weakness* (Kelemahan)

1) Sedang proses akreditasi

Karena salah satu persyaratan akreditasi berkaitan dengan fasilitas sarana prasarana di sekolah, SMP N 45 mengalami kendala dalam proses akreditasi karena sarana prasarananya belum sepenuhnya lengkap, namun pada saat ini sedang diusahakan.

2) Sumber daya manusia

Dengan meningkatnya jumlah siswa, diperlukan penambahan guru yang kompeten untuk mendukung proses belajar mengajar. Saat ini, penambahan pengajar merupakan hal yang sedang diperjuangkan oleh SMP N 45 Semarang, termasuk pelatihan-pelatihan guru yang menjadi prioritas dan dapat dioptimalkan dengan baik.

c. *Opportunities* (Kesempatan)

1) Pemberdayaan siswa melalui ekstrakurikuler

Pemberdayaan siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler yang ada dapat memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan diri, berinovasi, dan mengembangkan keterampilannya. Sekolah dapat membantu siswa menemukan minat dan bakat yang mungkin tidak terungkap dalam pembelajaran formal

2) Kerjasama dengan lembaga lain

Sekolah dapat menjajaki kerjasama dengan organisasi atau lembaga lain untuk mendapatkan dukungan dalam hal fasilitas dan pelatihan bagi guru.

d. *Threats* (Ancaman)

Dengan banyaknya pilihan sekolah di Semarang, SMPN 45 harus bersaing dengan institusi lain yang mungkin memiliki fasilitas lebih baik dan reputasi yang lebih kuat.

Identifikasi Kebutuhan Komunitas

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di SMP N 45 Semarang khususnya kelas 9B, mereka mengungkapkan bahwa mereka belum pernah menerima sosialisasi tentang Pendidikan seks. Kelompok kami memutuskan untuk memberikan psikoedukasi mengenai Pendidikan seks dengan tujuan agar dapat memberikan pemahaman dan meningkatkan awareness pada siswa terkait bagaimana cara merawat kesehatan reproduksi, batasan-batasan, pencegahan penyakit menular, dan hubungan yang sehat.

Desain Intervensi

Intervensi psikoedukasi pendidikan seksual di SMPN 45 Semarang untuk siswa kelas 9B dilakukan melalui beberapa langkah terstruktur. Berikut adalah penjelasan langkah-langkah intervensi yang dilakukan serta metode yang digunakan:

a. Langkah-langkah intervensi

1) Pretest

- a) Tujuan : Mengukur pengetahuan awal siswa tentang pendidikan seksual
- b) Metode : Siswa diberikan kuesioner melalui quiziz yang mencakup berbagai aspek Pendidikan seksual, termasuk pemahaman tentang tubuh, kesehatan reproduksi, masa pubertas, dan isu-isu terkait perilaku seksual yang aman

2) Intervensi (penyampaian psikoedukasi seks education)

Intervensi penyampaian psikoedukasi seks edukasi bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap positif, dan keterampilan siswa terkait kesehatan reproduksi serta perilaku seksual yang bertanggung jawab. Materi yang disampaikan mencakup perubahan

pubertas, kesehatan reproduksi, pencegahan risiko seperti penyakit menular seksual, pemahaman fungsi tubuh, serta hubungan yang sehat. Metode pelaksanaan melibatkan presentasi interaktif dan diskusi. Dengan pendekatan ini, diharapkan siswa memiliki pemahaman yang baik, mampu membuat keputusan yang bijaksana, dan mengadopsi sikap positif terhadap tubuh serta hubungan interpersonal mereka.

3) Post-test

- a) Tujuan : Mengukur pemahaman siswa setelah diberi intervensi
- b) Metode : Siswa diberikan kuesioner yang sama dengan pretest untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah diberi intervensi.

4) Dokumentasi

Seluruh proses intervensi akan didokumentasikan untuk evaluasi dan pelaporan. Ini termasuk pengumpulan data pretest dan post-test, catatan kegiatan selama sesi edukasi.

b. Metode yang digunakan

1) Metode Partisipatif

Siswa dilibatkan aktif dalam proses pembelajaran melalui diskusi tanya jawab setelah diberi intervensi. Ini mendorong keterlibatan mereka dalam ruang diskusi terbuka dengan topik yang dianggap sensitif, sehingga mereka merasa lebih nyaman untuk berbagi pengalaman dan pertanyaan.

2) Empowerment

Dengan memberdayakan siswa dengan memberikan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mengambil keputusan yang tepat mengenai kesehatan seksual mereka. Dengan pemahaman yang lebih baik, siswa diharapkan dapat melindungi diri mereka dari risiko perilaku seksual berisiko.

Sumber Daya

a. Sumber daya manusia

1) Pemateri

Penyampaian materi dilakukan oleh kami kelompok 13 intervensi komunitas. Dengan menggabungkan pengetahuan akademis dan pengalaman diharapkan intervensi pendidikan seksual dapat berjalan dengan efektif dan memberikan dampak positif bagi

siswa SMPN 45 Semarang. Selain itu, kami berusaha menciptakan ruang belajar yang interaktif dan terbuka, supaya siswa merasa nyaman dan tidak bosan selama sesi intervensi.

2) Guru pendamping

Guru BK memberikan kesempatan untuk kami melakukan intervensi dengan siswa kelas 9B dengan mengangkat topik seks education. Guru BK turut membantu dalam manajemen kelas selama sesi edukasi.

b. Fasilitas

1) Ruang kelas

Ruang kelas yang memadai untuk menampung siswa kelas 9B dengan pengaturan tempat duduk yang mendukung proses intervensi.

2) LCD dan laptop

Peralatan ini diperlukan untuk presentasi materi edukasi seksual, termasuk penampilan slide presentasi yang dapat memperjelas informasi yang disampaikan.

c. Materi

1) Sumber referensi

Materi seks education yang disusun berdasar buku panduan, handout, dan referensi artikel yang relevan dengan topik pendidikan seksual. Materi disusun dengan hati-hati termasuk pemilihan bahasa yang sesuai untuk usia siswa dan mencakup berbagai aspek pendidikan seksual.

2) Kuesioner

Kuesioner dirancang sebelumnya akan digunakan untuk pretest dan post-test guna mengukur pengetahuan siswa sebelum dan setelah diberi intervensi.

d. Reward untuk siswa

Penghargaan bagi siswa yang aktif untuk memotivasi siswa agar lebih aktif berdiskusi dan berpartisipasi dalam sesi edukasi, disediakan reward berupa snack dan saldo e-money bagi siapa yang terlibat aktif dalam proses diskusi.

Pelaksanaan Intervensi

a. Tahap prariset (4 November 2024)

1) Koordinasi dengan guru pendamping

Tahap awal melibatkan diskusi dan pertemuan dengan guru pendamping untuk memperoleh perizinan dan dukungan dalam pelaksanaan intervensi.

2) Tujuan dan sasaran

Menjelaskan tujuan dari intervensi, yaitu memberikan pemahaman dan meningkatkan awareness mengenai pendidikan seks, serta mengidentifikasi kelompok sasaran dalam hal ini siswa kelas 9. Alasan menentukan subjek kelas 9 karena pada usia tersebut (14-15 tahun) yang merupakan fase peralihan dari remaja awal ke remaja akhir. Pada tahap ini, mereka mulai mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan, sehingga pemahaman tentang pendidikan seks sangat relevan untuk mendukung perkembangan mereka. Selain itu, dibandingkan siswa kelas lain yang lebih rendah, siswa kelas 9 cenderung memiliki tingkat pemahaman dan kedewasaan yang lebih tinggi. Hal ini membuat mereka lebih siap menerima informasi yang lebih kompleks dan sensitif, seperti pendidikan seks, dengan cara yang lebih konstruktif.

3) Persiapan materi

Menyiapkan materi yang relevan yang digunakan selama intervensi, termasuk presentasi, alat bantu visual, dan media lainnya yang menunjang kelancaran intervensi

b. Tahap intervensi (7 November 2024)

Intervensi dilaksanakan dengan mengadakan sesi psikoedukasi tentang pendidikan seks. Kegiatan ini mencakup:

- 1) Penyampaian materi mengenai topik pendidikan seks, meliputi aspek pentingnya penting seksual, kesehatan reproduksi, batasan-batasan, penyakit menular seksual, hubungan yang sehat.
- 2) Melibatkan peserta melalui diskusi, tanya-jawab, dan kegiatan interaktif untuk meningkatkan pemahaman mereka.
- 3) Penyerahan reward untuk mereka aktif dalam sesi diskusi dan untuk mereka yang berhasil mendapat nilai post-test tertinggi.
- 4) Dokumentasi, sebagai bentuk bukti pengabdian.

4. HASIL DAN EVALUASI

Berikut hasil pengumpulan data yang disajikan dalam bentuk tabel:

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

	Minimal	Maksimal	Mean	SD
PRE-TEST	50	100	88,97	14,478
POST-TEST	90	100	99,31	2,579

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, pada variabel pretest diperoleh skor minimum sebesar 50 dan skor maksimum sebesar 100, dengan rata-rata (mean) sebesar 88,97 dan standar deviasi 14,478. Sementara itu, pada variabel posttest, skor minimum adalah 90 dan skor maksimum sebesar 100, dengan rata-rata sebesar 99,31 dan standar deviasi 2,579.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

	Signifikansi (P>0,05)	Status
PRE-TEST	0,000	Tidak Normal
POST-TEST	0,000	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk, pada variabel pretest diperoleh nilai Sig. sebesar 0,000, sedangkan pada variabel posttest diperoleh nilai Sig. sebesar 0,000. Karena nilai p-value $\leq 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data pada kedua variabel tidak terdistribusi secara normal.

Tabel 3. Hasil Uji Linieritas

Signifikansi (P>0,05)	Status
0,696	Linier

Berdasarkan hasil uji linearitas pada variabel PRETEST dan POSTTEST, tabel ANOVA menunjukkan bahwa nilai Sig. 0,696. Karena nilai Sig. $> 0,05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel PRETEST dan POSTTEST.

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Variabel	F	Signifikan
Nilai	24,918	0.000

Berdasarkan hasil uji homogenitas menggunakan Levene's Test for Equality of Variances, diperoleh nilai Sig. sebesar 0,000 pada Based on Mean. Karena nilai p-value $< 0,05$, dapat disimpulkan bahwa varians antar kelompok tidak homogen, sehingga data tidak memenuhi asumsi homogenitas.

Tabel 5. Hasil Uji Paired Sample T

Variabel	t-hitung	Df signifikan
Hasil	-3.839	28 0.01

Berdasarkan Hasil Uji Paired Sample T dilihat bahwa data dapat dikatakan diterima apabila *Asymp. Sig. (2-tailed)* < 0.05 . Dari data diatas nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* $0.01 < 0.05$, sehingga diambil keputusan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara nilai *Pre-Test* dan *Post-Test*.

Evaluasi proses dan hasil

- a. Penilaian terhadap keberhasilan proses intervensi

Berdasarkan data yang diperoleh, terdapat peningkatan signifikan antara nilai pretest dan

posttest peserta. Rata-rata nilai pretest tercatat sebesar 88,97 dengan standar deviasi 14,478, sementara rata-rata posttest naik menjadi 99,31 dengan standar deviasi 2,579. Tidak ditemukan adanya penurunan nilai dari pretest ke posttest (Negative Ranks

= 0), dan seluruh peserta mengalami peningkatan hasil belajar (Positive Ranks = 15). Hasil ini menunjukkan bahwa psikoedukasi memberikan pengaruh positif terhadap pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan.

b. Kesesuaian antara tujuan awal dan hasil yang dicapai

Berdasarkan psikoedukasi yang telah dilakukan, tujuan jangka pendek yang ditentukan sudah sesuai hal ini ditandai dengan:

- 1) Adanya pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi, perubahan fisik, dan perkembangan emosional meningkat sesuai dengan tujuan awal.
- 2) Kesadaran siswa terhadap risiko perilaku seksual bebas juga meningkat, terlihat dari peningkatan hasil belajar mereka.
- 3) Lingkungan diskusi menjadi lebih nyaman, yang terlihat dari keterbukaan siswa dalam mengikuti proses psikoedukasi.

Sedangkan itu untuk tujuan jangka panjang dapat diukur dengan hasil posttest yang tinggi memberikan indikasi bahwa siswa menerapkan sikap yang lebih positif terhadap pendidikan seks.

c. Faktor-faktor yang mendukung dan menghambat pelaksanaan intervensi

Faktor pendukung

- 1) Materi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan dan mampu menarik minat siswa.
- 2) Metode pembelajaran interaktif menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan nyaman.
- 3) Dukungan penuh dari pihak sekolah, termasuk alokasi waktu dan penyediaan fasilitas untuk pelaksanaan psikoedukasi.
- 4) Antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran dan diskusi mengenai topik yang sebelumnya dianggap sensitif.

Faktor penghambat

- 1) Waktu pelaksanaan yang terbatas membuat pembahasan belum dapat dilakukan secara menyeluruh.
- 2) Beragamnya tingkat pemahaman awal siswa menyebabkan beberapa di antaranya memerlukan waktu lebih banyak untuk memahami materi yang disampaikan.

Umpan balik dari komunitas

Guru pendamping sangat positif terhadap upaya kelompok kami dalam menyelenggarakan sosialisasi seks edukasi untuk siswa SMP N 45 Semarang. Beliau menyadari bahwa topik ini sangat penting untuk disosialisasikan, terutama untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai batasan-batasan yang sehat, perawatan organ reproduksi, penyakit menular seksual, serta konsep hubungan yang sehat dan bertanggung jawab. Guru pendamping juga mengungkapkan bahwa sebelumnya, siswa belum pernah memperoleh informasi yang cukup mengenai hal-hal tersebut, yang membuat sosialisasi ini sangat relevan dan dibutuhkan. Beliau mengapresiasi pendekatan yang digunakan, yang dinilai mudah dipahami oleh siswa dan dapat membuka ruang bagi mereka untuk berdiskusi dan bertanya. Menurutnya, kegiatan seperti ini sangat penting agar siswa dapat memiliki pengetahuan yang memadai untuk menjaga diri dan menjalani masa remaja dengan lebih bijaksana.

5. DISKUSI

Menurut perbandingan skor pre-test dan post-test, intervensi psikoedukasi pendidikan seks di SMP Negeri 45 Semarang menunjukkan hasil yang positif. Siswa rata-rata memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan reproduksi, perubahan fisik yang terjadi selama masa pubertas, dan risiko melakukan hubungan seksual bebas. Hasil ini menunjukkan bahwa psikoedukasi melalui pendekatan pembelajaran interaktif dapat membantu siswa remaja mempelajari subjek sensitif seperti pendidikan seks.

Dukungan penuh dari sekolah dari manajemen sekolah hingga tenaga pendidik adalah salah satu keberhasilan intervensi ini. Siswa dapat memahami konsep kesehatan reproduksi tanpa merasa malu atau tertekan karena materi yang diberikan secara sistematis dan sesuai dengan usia mereka, berkat lingkungan diskusi yang kondusif yang didukung oleh metode yang menarik seperti diskusi kelompok dan tanya jawab.

Namun, beberapa hambatan ditemukan selama implementasi program ini. Keterbatasan waktu adalah kendala utama, yang membuat beberapa topik tidak dapat dibahas secara menyeluruh. Waktu pelaksanaan yang terbatas juga mempengaruhi kemampuan siswa untuk menginternalisasi apa yang diajarkan. Selain itu, meskipun pandangan negatif tentang seks masih ada di beberapa siswa, ini menunjukkan bahwa pendidikan seks masih membutuhkan strategi yang lebih inklusif dalam jangka panjang untuk mengubah persepsi ini secara berkelanjutan. Salah satu kelemahan lainnya adalah siswa tidak memiliki bahan pendukung, seperti modul interaktif atau media visual yang dapat membantu mereka memahami materi di

luar sesi psikoedukasi. Ketiadaan alat bantu membuat siswa lebih sulit untuk mengingat materi yang telah diberikan, meskipun mereka sangat terlibat dalam sesi. Sebaliknya, siswa memiliki potensi besar untuk menjadi pengubah lingkungan mereka, terutama karena remaja lebih suka berbagi informasi dengan teman sebaya. Menurut analisis tersebut, jelas bahwa intervensi ini memiliki efek positif; namun, untuk memiliki efek jangka panjang yang lebih besar, diperlukan pengembangan lebih lanjut.

Kesimpulan dan Rekomendasi Kesimpulan

Program psikoedukasi pendidikan seks di SMP Negeri 45 Semarang mencapai tujuan jangka pendeknya dengan hasil yang positif. Berikut adalah beberapa hal penting yang dapat disimpulkan:

a. **Peningkatan Pemahaman**

Program ini membantu siswa memahami kesehatan reproduksi, perubahan fisik dan emosional selama masa pubertas, dan risiko perilaku seksual yang tidak aman. Skor post-test yang lebih tinggi dibandingkan dengan pre-test menunjukkan hal ini.

b. **Lingkungan Diskusi yang Nyaman**

Program ini memungkinkan siswa untuk bertanya dan berbagi pendapat mereka tentang pendidikan seks, yang sebelumnya dianggap tabu.

c. **Keterlibatan Sekolah**

Keberhasilan program ini sangat dipengaruhi oleh dukungan sekolah, terutama dalam hal menyediakan fasilitas dan memasukkan psikoedukasi ke dalam proses belajar mengajar. Meskipun demikian, keterbatasan seperti waktu pelaksanaan yang singkat, kekurangan media pendukung, dan persepsi tabu yang kuat di kalangan siswa menunjukkan bahwa intervensi serupa harus dibuat untuk pelaksanaan yang berkelanjutan agar memiliki hasil yang lebih baik dalam jangka panjang.

Rekomendasi

a. **Peningkatan Durasi dan Frekuensi Program**

Sesi psikoedukasi pendidikan seks perlu diperpanjang untuk memberikan lebih banyak waktu untuk diskusi dan memungkinkan siswa memahami setiap topik secara lebih mendalam. Selain itu, frekuensi pelaksanaan program juga perlu ditingkatkan agar siswa dapat terus memperdalam pemahaman mereka.

b. **Penggunaan Media Edukasi yang Lebih Interaktif**

Media seperti modul, video animasi, atau infografis tentang kesehatan reproduksi dapat

digunakan untuk mendukung pembelajaran. Media ini dapat membantu siswa memahami konsep yang kompleks dengan cara yang lebih menarik dan mudah diingat.

c. Pemberdayaan Guru dan Orang Tua

Guru dan orang tua harus dilatih untuk membantu siswa memahami pendidikan seks dan masalah lainnya. Siswa kemudian dapat merasa didukung baik di sekolah maupun di rumah.

d. Pemberdayaan Siswa Sebagai Agen Perubahan

Melibatkan siswa sebagai duta kesehatan reproduksi atau guru rekan dapat memperluas program ini. Remaja cenderung lebih mudah menerima informasi dari teman sebaya mereka.

e. Kolaborasi dengan Ahli

Melibatkan psikolog atau pakar kesehatan reproduksi selama program akan membuat siswa lebih percaya diri dan membantu menjawab pertanyaan yang membutuhkan keahlian khusus.

f. Pengintegrasian ke dalam Kurikulum

Untuk memastikan bahwa materi pendidikan seks disampaikan secara konsisten kepada semua siswa, pendidikan seks dapat dimasukkan secara formal ke dalam kurikulum sekolah.

g. Evaluasi Berkelanjutan

Program ini harus dievaluasi secara berkala untuk mengukur dampaknya terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa terkait pendidikan seks. Evaluasi ini dapat digunakan untuk memperbaiki dan menyempurnakan program di masa depan.

Diharapkan bahwa program psikoedukasi pendidikan seks akan memberikan manfaat yang lebih luas dan berkelanjutan, sehingga siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan yang cukup tetapi juga dapat membuat keputusan yang bertanggung jawab tentang kesehatan reproduksi mereka sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Buanasari, *Asuhan Keperawatan Sehat Jiwa Pada Kelompok Usia Remaja*. Tohar Media, 2021.
- A. Y., & Selatan, B. K. (2014). Terhadap Perilaku Seksual Remaja Awal Role Of Reproductive Health Knowledge Towards Early Adolescents ' Sexual. *Jurnal Ecopsy*, 1(4).
- Ahmad, M. (2020). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*. Bandung: Media Sains Indonesia
- Kemendes RI. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Diperoleh Tanggal 10 November 2024,

<https://pusdatin.kemkes.go.id/?Category=Search&Kyw=Kesehatan%20remaja&Search-Option=Structure,Content>

- Kuswandi, K., Ismiyati, I., & Rumiatur, D. (2019). Analisis Kualitatif Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Di Kabupaten Lebak. *Jpp (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(1), 18– 24.
- Oktarini, P. D., & Etrawati, F. (2021). Karakteristik Komunikator Remaja Sma Yang Berhubungan Dengan Komunikasi Kesehatan Reproduksi Di Kota Palembang. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal Of Health Promotion And Behavior*, 3(2), 5.
- Putra, A. M. (2018). Remaja Dan Pendidikan Seks. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 61-68.
- Romulo, H. M., Noor, S., Dwi, M., Psikologi, P. S., Kedokteran, F., Mangkurat, U. L., Km, J. S. Sinaga, L. B. Barus, N. B. Singarimbun, D. F. Zega, H. A. Simanjuntak, Dan H. Purba,—Penyuluhan Program Phbs Cuci Tangan Di Sd Negeri 106165 Marindal I Deli Serdang, *Community Dev. J. J Pengabd. Masy.*, Vol. 4, No. 2, Hlm. 149–153, 2023.
- Suharti, S., & Surmiasih, S. (2016). Rendahnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Sebagai Penyebab Perilaku Seks Bebas Pada Remaja. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 56–60.