

**EDUKASI PENINGKATAN *SELF CONTROL* DAN RELIGIUSITAS
DALAM UPAYA PENCEGAHAN PERILAKU SEKS BEBAS
SMP SWASTA PAHLAWAN NASIONAL MEDAN**

Khodijah Tussolihin Dalimunthe¹, Tina Meirindany², Dirayati Sharfina³, Elvira Hayati⁴

¹⁻⁴ Universitas Haji Sumatera Utara, Medan, Indonesia
Corresponding author email: khodijahtussolihin27@gmail.com

ABSTRAK

Generasi muda adalah penerus yang akan melanjutkan perjuangan bangsa. Perlu menanamkan self control seperti menahan suatu respon yang dianggap negatif dan menanamkan nilai-nilai religiusitas seperti beribadah dan berdoa agar bebas dari perilaku-perilaku negatif antara lain minuman keras, mengkonsumsi obat terlarang, seks bebas dan lain-lain. Seks bebas adalah hubungan seksual yang dilakukan sebelum adanya hubungan resmi sebagai suami isteri. Kegiatan pengabdian menggunakan metode seperti ceramah, diskusi, tanya jawab tentang peningkatan self control dan religiusitas dalam upaya pencegahan perilaku seks bebas. Kegiatan pengabdian dilaksanakan di SMP Swasta Nasional dengan sarasannya 25 orang siswa-siswi. Selesai kegiatan penyuluhan tentang edukasi maka terjadi perubahan yang baik > 70 yang dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test menggunakan kuesioner. Diharapkan agar remaja banyak melakukan aktivitas yang positif untuk meningkatkan kualitas diri dan meningkatkan ketakwaan kepada sang pencipta supaya dijauhkan dari hal-hal yang merugikan.

Kata Kunci: *Self Control*, Religiusitas, Perilaku Seks Bebas.

ABSTRACT

The younger generation is the successor who will continue the nation's struggle. Need to instill self-control such as holding back a response that is considered negative and instilling religious values such as worshiping and praying to be free from negative behaviors including drinking, consuming illegal drugs, free sex and others. Free sex is sexual relations that were carried out before the official relationship as husband and wife. Service activities use methods such as lectures, discussions, questions and answers about increasing self-control and religiosity in an effort to prevent free sex behavior. Community service activities are carried out at National Private Middle Schools with a target of 25 students. After the outreach activities about education, there was a good change > 70 by comparing the results of the pre-test and post-test using a questionnaire. It is hoped that adolescents will carry out a lot of positive activities to improve their self-quality and increase their piety to the creator so that they are kept away from harmful things.

Keywords: *Self Control*, Religiosity, Free Sex Behavior

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa perkembangan yang dialami dari peralihan dari anak-anak menjadi dewasa. Masa remaja adalah masa penting kehidupan mengalami banyak perubahan seperti perubahan fisik, psikologis, sosial dan biologis. Perubahan yang terjadi pada remaja

*Dalimunthe, K. T., dkk (2023)

diakibatkan karena mulai aktif dan berkembangnya fungsi organ reproduksi. Rasa penasaran yang tinggi untuk mencoba hal-hal baru sehingga berdampak terhadap kehidupan. Salah satu perilaku menyimpang adalah seks pranikah. perilaku seksual remaja yang dilakukan tanpa adanya ikatan pernikahan. Tindakan yang dapat merugikan diri sendiri dan keluarga.

Data SDKI 2017 (dilakukan per 5 tahun) mengungkapkan, sekitar 2% remaja wanita usia 15-24 tahun dan 8% remaja pria di usia yang sama mengaku telah melakukan hubungan seksual sebelum menikah, dan 11% diantaranya mengalami kehamilan yang tidak diinginkan. Perbandingan antara perempuan dan laki-laki melakukan hubungan seksual pra nikah adalah perempuan sebanyak 59% dan laki-laki sebanyak 74% dan melaporkan mulai berhubungan seksual pertama kali pada umur 15-19 tahun. Pemerintah dan BKKBN bekerja sama untuk Upaya mengatasi perilaku remaja tersebut dengan mengadakan program Pusat-Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK Remaja) baik itu berada di lingkungan sekolah, di lingkungan Perguruan Tinggi atau di Akademi (BKKBN, 2012).

Hasil penelitian didapatkan ada hubungan antara religiusitas dengan perilaku seksual pada remaja, hal ini bisa disebabkan dengan semakin tinggi religiusitas seseorang maka semakin rendah resiko terjadinya perilaku seksual pada remaja (Pratiwi, 2015). Terdapat hubungan antara pengendalian diri dengan seks bebas, artinya ada hubungan yang signifikan, hal ini dimungkinkan karena faktor – faktor internal dan eksternal pengendalian diri dan religiusitas lebih dominan mempengaruhi perilaku seks bebas remaja (Idris, 2018). Remaja yang dapat menahan diri cenderung tidak melanggar larangan-larangan seperti perilaku berciuman dan perilaku seksual lainnya.

Sekolah Menengah Pertama (SMP) Swasta Pahlawan Nasional yang berlokasi di Jalan Durung Kecamatan Medan Tembung merupakan salah satu sekolah swasta yang terdapat di Kota Medan. Hasil survei pendahuluan menyatakan jika ditemukan salah satu murid yang melakukan tindakan menyimpang yaitu perilaku seks bebas. Sehingga perlu dilakukan pemberian edukasi tentang *self control* dan religiusitas dalam Upaya pencegahan perilaku seks bebas.

METODE

Jenis pengabdian adalah penyuluhan dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, Kegiatan yang dilaksanakan pada tanggal 15 Juni 2023 yang berlokasi di SMP Swasta Pahlawan. Sasaran adalah Remaja SMP kelas 2 sebanyak 25 orang terdiri dari 13 perempuan dan 12 laki-laki. Evaluasi dilakukan dengan melihat hasil kuesioner pre-test dan post-test yang diberikan sebelum dan sesudah melakukan penyuluhan tentang pengertian, tujuan, prinsip dan cara meningkatkan *self control* dan religiusitas dalam upaya pencegahan seks bebas pada remaja

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jarak yang ditempuh untuk menuju lokasi pengabdian sekitar 8 km dari kampus Universitas Haji Sumatera Utara. Pengabdian dilaksanakan mulai dari jam 08.00- 12.00 WIB. Adapun kegiatan pengabdian dimulai dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi dan laporan

1. Persiapan

- a. Survei pendahuluan berkoordinasi dengan kepala sekolah

- b. Menentukan jadwal kegiatan dengan pihak sekolah
- c. Menyiapkan materi dan perlengkapan seperti LCD, Loudspeaker dan micropon.
- 2. Pelaksanaan
 - a. Berkoordinasi dengan pihak sekolah pada saat pelaksanaan
 - b. *Pre-test* terlebih dahulu sebelum melakukan penyuluhan
 - c. Penyuluhan edukasi tentang *self control* dan religiusitas dalam pencegahan seks bebas menggunakan power point dengan materi sebagai berikut :
 - 1. Pengertian seks bebas
 - 2. Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku seksual pranikah
 - 3. Dampak dari perilaku seks pranikah
 - 4. Bahaya dari perilaku seks pranikah
 - 5. Upaya untuk menggurangi seks bebas
 - 6. Pengertian dan aspek self control dan Religiusitas
 - d. Permainan Game dengan pemberian hadiah bagi yang bisa menjawab benar
 - e. *Post-test* untuk membandingkan pengetahuan sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan.
 - f. Berfoto Bersama dengan anak murid dan pihak sekolah
 - g. Permissi dan berterima kasih telah memberikan tempat serta meluangkan waktu untuk kegiatan tersebut.
- 3. Evaluasi dan laporan
 - a. Mengolah hasil kuesioner dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. *Pre-test dan post-test*

Nilai	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
<70	17	0
>70	8	25
Jumlah	25	25

Hasil kuesioner menjelaskan jika ada peningkatan pengetahuan dengan nilai > 70 pada siswa-siswi yang berjumlah 25 orang setelah mendapatkan penyuluhan tentang *self control* dan religiusitas dalam upaya pencegahan perilaku seks bebas.

- b. Membuat laporan dan jurnal pengabdian.



Gambar 1. Foto Bersama Dosen dan Mahasiswa



Gambar 2. Kegiatan saat Penyuluhan di Ruangn Kelas

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dengan judul peningkatan *self control* dan religiusitas dalam Upaya pencegahan perilaku seks bebas pada kelompok remaja sebagai berikut :

1. Siswa-siswi mengetahui tentang pengertian seks bebas
2. Siswa-siswi mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi perilaku seksual pranikah
3. Siswa-siswi mengetahui dampak dari perilaku seks pranikah
4. Siswa-siswi mengetahui bahaya dari perilaku seks pranikah
5. Siswa-siswi mengetahui upaya untuk mengulangi seks bebas
6. Siswa-siswi mengetahui pengertian dan aspek *self control* dan religiusitas

Diharapkan kepada siswa-siswi untuk meningkatkan religiusitas dan *self control* agar terhindar dari seks bebas. Begitu juga, perlu pengawasan dari orang tua dan pihak sekolah untuk terus mendampingi anak sehingga terhindar dari perilaku-perilaku menyimpang yang dapat merugikan masa depan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana pengabdian mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah dan siswa-siswa yang sudah ikut serta dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN, Direktorat Kesehatan Reproduksi Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. *Promosi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Bagi Kelompok Kegiatan PIK Remaja (PIK R)*. 2017
- BKKBN. (2017). Survei Demografi Dan Kesehatan?: Kesehatan Reproduksi Remaja 2017. *Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional*, <http://www.dhsprogram.com>.
- BKKBN. (2012) Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK Remaja). Jakarta: Depkes RI.
- Idris, 2018. Hubungan Antara Pengendalian Diri dan Religiusitas Dengan Perilaku Seks Bebas Remaja. STIT Al – Ibrohimy Bangkalan

- Rusdianti, T. 2012 Pengaruh-Pengaruh Penyuluhankesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Persepsi Tentang Perilaku Seksual Remaja Di SMK Sewon Bantul Yogyakarta Tahun 2012, Stikes 'Aisyiyah Yogkarta
- Pratiwi, 2015. Hubungan Religiusitas Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta. Aisyiyah Yogyakarta.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2005. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo