

# EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI SEKS PRANIKAH UNTUK MENURUNKAN PERILAKU SEKS BEBAS PADA SISWA SMP DITINJAU DARI TIPE KEPERIBADIAN

Finanin Nur Indana  
IGAA Noviekayati  
Sahat Saragih  
email: finanin490@gmail.com

Program Studi Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstrak- Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas psikoedukasi seks pranikah dalam menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP ditinjau dari tipe kepribadian (introvert maupun ekstrovert). Desain penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan teknik one group pre-test post-test. Sampel penelitian ini adalah siswa SMP Darul Hikmah Mojosari, sebanyak 54 orang. Pengambilan sampel menggunakan purposive random sampling. Analisis data menggunakan paired sample t-test. Hipotesis pertama berbunyi terdapat pengaruh psikoedukasi seks pranikah untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah, diterima. Hipotesis kedua berbunyi terdapat perbedaan signifikan penurunan seks bebas ditinjau dari tipe kepribadian setelah dilakukan psikoedukasi seks pranikah, diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa pemberian psikoedukasi seks pranikah dapat menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah. Pemberian psikoedukasi seks pranikah lebih efektif digunakan untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah yang memiliki tipe kepribadian ekstrovet.

Keyword: Psikoedukasi Seks Pranikah, Perilaku Seks Bebas, Tipe Kepribadian, Remaja

PSIKOISLAMIKA. Jurnal Psikologi Islam (JPI) copyright © 2017 Pusat Penelitian dan Layanan Psikologi. Volume 14 Nomor 2 Tahun 2017

## PENDAHULUAN

Remaja adalah individu yang ada pada masa peralihan di antara masa anak-anak ke masa dewasa, remaja mengalami perubahan-perubahan cepat di segala aspek. Remaja bukan lagi anak-anak, baik bentuk badan, sikap, cara berpikir atau bertindak, tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang. Remaja atau *adolescencia* adalah masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikis dan psikososial (Dariyo, 2004).

Masa remaja sendiri memiliki beberapa tugas perkembangan, salah satunya adalah mencapai

hubungan-hubungan baru yang lebih matang dengan teman seusianya bergaul dan menjalin hubungan dengan individu yang berlainan jenis, tanpa menimbulkan efek samping yang negatif. Salah satu hubungan baru yang lebih matang dengan teman seusianya yang berlainan jenis adalah hubungan pacaran. Pacaran bagi remaja sudah bukan merupakan suatu hal yang tabu dan dilarang, mereka mendefinisikan pacaran sebagai hubungan romantik antara dua orang yang memiliki perasaan yang sama untuk berbagi kisah suka dan

duka (Dariyo, 2004). Remaja mengartikan bahwa pacaran yang mereka jalani berdasarkan dengan cinta, nilai terpenting dalam hubungan kedekatan, dan cinta itu sendiri seperti kekuatan motivasi yang dapat membuat hidup berubah.

Menurut Dariyo (2004), pacaran seharusnya dijadikan sebagai proses perkembangan bagi masing-masing individu untuk lebih mengenal dan saling mengerti kebiasaan, kepribadian dan perasaan pasangannya. Namun pada masa sekarang hal tersebut sudah banyak tergeser bahkan pacaran dijadikan alat untuk pelampiasan kebutuhan seksual, sehingga dalam hubungan berpacaran selain terjadi proses saling memahami antar pasangan terjadi pula aktivitas seksual antara pasangan di luar pranikah. Perilaku seksual bebas di kalangan remaja ini bagai fenomena gunung es yang hanya tampak luarnya saja, akan tetapi persoalannya jauh lebih besar dari perkiraan.

Perilaku seksual pranikah pada remaja dapat memberikan beberapa dampak negatif. Dampak negatif secara psikologis dapat berupa perasaan marah, takut, cemas, depresi, rendah diri, merasa bersalah dan berdosa. Dampak secara sosial antara lain dikucilkan oleh masyarakat, putus sekolah pada remaja perempuan yang hamil dan perubahan peran menjadi ibu serta tekanan dari masyarakat yang mencela dan menolak keadaan tersebut. Secara fisiologis dapat menimbulkan kehamilan yang tidak diinginkan sehingga melakukan tindakan aborsi. Selain itu, dampak negatif dapat pula dilihat dari segi fisik yaitu berkembangnya penyakit menular seksual (PMS), *human immunodeficiency virus* (HIV) atau *acquired immune deficiency syndrome* (AIDS) (Sarwono, 2011).

Hasil survei kesehatan rumah tangga yang dilakukan Kementerian Kesehatan (2007) kepada responden ditanyakan berbagai kegiatan yang dilakukan bila sedang berpacaran, termasuk berpegangan tangan, berciuman dan *petting* (meraba atau merangsang bagian tubuh yang sensitif), menunjukkan bahwa perilaku yang lebih sering dilakukan remaja dalam berpacaran adalah berpegangan tangan (68% pada wanita dan 69% pada pria). Secara umum, remaja pria cenderung lebih banyak melaporkan perilaku berciuman bibir (41% dibanding 27% wanita), demikian juga dengan perilaku meraba atau merangsang bagian tubuh sensitif (27% pria dibanding 9% pada wanita).

Survei demografi kesehatan Indonesia yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (2010) menyatakan gejala perilaku seksual pranikah pada

remaja laki-laki dan perempuan usia 10-24 tahun sudah terjadi, walaupun angkanya masih di bawah 5%. Terdapat 0,5% perempuan telah melakukan hubungan seksual pertama kali pada usia 8 tahun, dan 0,1% pada laki-laki, dikaji bahwa penggunaan kontrasepsi sangat terbatas pada saat berhubungan seksual, 23,4% pada laki-laki dan hanya 5,3% pada perempuan.

Masalah seksual pranikah menurut beberapa hasil analisis penelitian, merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar remaja di Indonesia secara luas. Data Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2006) sekitar satu juta remaja pria (5%) dan 200 ribu remaja wanita (1%) secara terbuka menyatakan bahwa mereka pernah melakukan hubungan seksual. Pendapat ini berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh berbagai institusi di Indonesia selama kurun waktu tahun 1993-2002.

Siswa atau individu yang belum pernah mendapatkan informasi tentang perilaku seks pranikah atau pendidikan seks, cenderung melakukan perilaku seks pranikah ketika menjalin hubungan pacaran maupun ketika bergaul dengan lawan jenis. Hal ini terjadi di SMP Darul Hikmah, sesuai dengan pengakuan guru BK dan Kepala Sekolah SMP Darul Hikmah bahwa siswa-siswinya belum pernah diberikan pendidikan seks maupun seminar yang berkaitan dengan perilaku seks pranikah. Faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku seks di luar nikah adalah kurangnya informasi yang memadai mengenai seks. Subjek penelitian ini belum mendapatkan informasi mengenai seks. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Sarwono (2011) bahwa salah satu faktor penyebab masalah seksualitas pada remaja adalah kurangnya informasi mengenai seks. Pada umumnya remaja memasuki usia remaja tanpa pengetahuan yang memadai tentang seks. Hal ini disebabkan oleh orang tua dan pendidik tidak mau terbuka dan berterus terang kepada anak-anak mereka mengenai seks. Mereka takut anak-anak mereka menjadi ikut-ikutan melakukan hubungan seks pranikah, sehingga seks menjadi tabu dibicarakan (Sarwono, 2011).

Faktor yang mempengaruhi perilaku remaja salah satunya adalah kepribadian. Tipe kepribadian turut menentukan perilaku remaja, termasuk perilaku seks pranikah. Eysenck mengatakan bahwa tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* menggambarkan keunikan individu dalam bertingkah laku terhadap stimulus sebagai suatu perwujudan karakter, tempramen, fisik dan intelektual individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya

(Alwisol, 2006). Kepribadian adalah keseluruhan cara seorang individu bereaksi dan berinteraksi dengan individu lain. Kepribadian merupakan suatu organisasi yang dinamis dari sistem psiko-fisik individu yang menentukan tingkah laku dan pemikiran individu secara khas (Suryabrata, 2003). Menurut Jung (dalam Naisaban, 2003) kepribadian di bedakan menjadi dua, yakni *introvert* dan *ekstrovert*. Dikatakan *introvert* jika sikap kesadaran seseorang mengarah kedalam dirinya sendiri, sedangkan *ekstrovert* artinya sikap kesadaran yang mengarah ke luar dirinya, yaitu kepada alam sekitar dan manusia lain.

Seorang yang *introvert* sifatnya tenang, lebih suka menarik diri, dan kurang ramah. Dia cenderung merencanakan terlebih dulu sebelum melakukan sesuatu, menjaga perasaan-perasaannya di bawah kontrol yang tetap. Sangat peka terhadap hukuman daripada hadiah. Seorang yang *ekstrovert* mudah menjalin sosialisasi, banyak memiliki teman, mengambil atau mempergunakan kesempatan, sering memperhatikan apa yang terjadi di luar dirinya tindakan-tindakannya tidak dipikirkan terlebih dahulu, umumnya menyukai perubahan. Lebih suka untuk bergerak serta melakukan sesuatu, tidak berada dalam kontrol yang ketat. Tidak peka terhadap hukuman, sehingga tidak mudah merasa takut. Kedua kepribadian tersebut turut menentukan tingkah laku remaja termasuk perilaku seks pranikah (Naisaban, 2003).

Salah satu cara menurunkan tingkat perilaku seks pranikah yang terjadi di remaja adalah dengan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang perilaku seks pranikah. Metode intervensi yang berkembang pada saat ini, salah satunya adalah psikoedukasi, dimana warga masyarakat atau komunitas dibekali dengan berbagai pengetahuan dan keterampilan untuk menerapkan psinsip-prinsip psikologis dalam menghadapi berbagai persoalan dalam kehidupan (Prawitasari, 2002).

Psikoedukasi merupakan bentuk intervensi yang paling efektif, karena menggabungkan intervensi psikoterapi dengan edukasi secara menyeluruh sesuai dengan kompetensi yang dimiliki. Menurut Mechanic (dalam Lukens dan McFarlane, 2004) saat seseorang menghadapi kesulitan dalam hidup berupa tantangan ataupun penyakit, maka konsentrasi dan beberapa fungsi dalam dirinya akan terganggu, dan salah satu cara untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan psikoedukasi. Dengan psikoedukasi, maka remaja akan lebih memahami tentang apa itu perilaku seks pranikah, faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seks pranikah, dampak

dari perilaku seks pranikah dan cara menanggulangi perilaku seks pranikah.

Tujuan penelitian ini yaitu: (a) menguji efektivitas psikoedukasi seks pranikah untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah Mojosari; (b) menguji perbedaan efektivitas psikoedukasi seks pranikah untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah Mojosari ditinjau dari tipe kepribadian.

Hipotesis penelitian ini adalah: (a) terdapat pengaruh psikoedukasi seks pranikah untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah; (b) terdapat perbedaan signifikan penurunan perilaku seks bebas ditinjau dari tipe kepribadian setelah dilakukan psikoedukasi seks pranikah.

## METODE

Lokasi penelitian ini di sekolah SMP Darul Hikmah yang terletak di Jl. Niaga No. 42 Kecamatan Mojosari Kabupaten Mojokerto dengan jumlah siswa sebanyak 80 siswa. Guru BK mengatakan bahwa sebelumnya siswa SMP Darul Hikmah Mojosari belum pernah mendapatkan sex education, seminar, maupun penyuluhan tentang bahaya seks bebas. Wawancara yang dilakukan ke siswa SMP Darul Hikmah Mojosari mengatakan bahwa tahun sebelumnya pernah terjadi siswa hamil di luar nikah.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian quasi experiment, yaitu metode penelitian yang dalam pelaksanaannya tidak menggunakan random assignment, melainkan dengan menggunakan kelompok yang sudah ada. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group pre-test post-test. Rancangan ini hanya menggunakan satu kelompok saja yaitu kelompok eksperimen tanpa kelompok kontrol. Prosedur eksperimen dalam penelitian ini yaitu sebelum diberikan perlakuan, kelompok eksperimen terlebih dahulu diberikan pre-test, kemudian diberikan perlakuan yaitu berupa psikoedukasi seks pranikah dan setelah itu diberikan post-test.

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi yang bersekolah di SMP Darul Hikmah Mojosari. Jumlah populasi dalam penelitian ini terdapat 80 siswa terdiri dari 39 siswa kelas 1, 31 siswa kelas 2, dan 10 siswa kelas 3. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik purposive random sampling. Adapun kriteria subjek yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah:

1. Siswa-siswi SMP Darul Hikmah Mojosari yang memiliki kategori perilaku seks bebas tinggi sekali, tinggi, dan sedang.

- Bersedia menjadi dan mengikuti keseluruhan dari proses penelitian.

Penentuan sampel penelitian dilakukan dengan cara memberikan pre-test skala perilaku seks bebas ke semua siswa SMP Darul Hikmah yang berjumlah 80 siswa, lalu mengkategorikannya. Kategori perilaku seks bebas, selengkapnya bisa dilihat pada Table 1 berikut ini:

Tabel 1  
Kategori Perilaku Seks Bebas

Nilai	Kategori	Jumlah Siswa
97,60463 >	Tinggi Sekali	4 Siswa
72,04321 - 97,60463	Tinggi	17 Siswa
46,48179 - 72,04321	Sedang	33 Siswa
20,92037 - 46,48179	Rendah	26 Siswa
< 20,92037	Rendah Sekali	-
		80 Siswa

Mean = 59,2625; SD = 21,30118

Terdapat 54 subjek sampel penelitian dengan rincian 4 subjek kategori perilaku seks bebas tinggi sekali, 17 subjek kategori perilaku seks bebas tinggi, dan 33 subjek kategori perilaku seks bebas sedang. Subjek yang berjumlah 54 tersebut kemudian dibedakan antara subjek yang memiliki tipe kepribadian *introvert* dan subjek yang memiliki tipe kepribadian *ekstrovert*, menggunakan skala tipe kepribadian. Hasil perhitungan kategori tipe kepribadian, terdapat 17 subjek bertipe kepribadian *introvert*, 33 subjek tipe kepribadian *ekstrovert*, dan 4 subjek tipe kepribadian ambang.

Peneliti memutuskan penggunaan sampel sejumlah 34 subjek, terdiri dari 17 subjek tipe kepribadian *introvert*, dan 17 subjek tipe kepribadian *ekstrovert*. Analisis data dilakukan dengan metode statistik parametrik. Analisis pertama menggunakan *paired sample t-test* untuk membandingkan perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test* pada sampel tunggal yang merupakan kelompok eksperimen saja tanpa kelompok kontrol. Analisis kedua menggunakan *independent sample t-test* untuk membedakan antara tipe kepribadian *introvert* dan tipe kepribadian *ekstrovert*. Untuk mempercepat proses analisis maka peneliti menggunakan program komputer *IBM SPSS statistics 20 for windows*.

## HASIL

Berdasarkan tabel di atas diketahui hasil *pre-test* perilaku seks bebas menunjukkan nilai *mean* = 78.38. Hasil *post-test* perilaku seks bebas menunjukkan nilai

*mean* = 41.18. Sedangkan nilai *t* = 11.909 dengan *p* = 0.000. Artinya terdapat pengaruh psikoedukasi seks pranikah untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah. Maka dapat disimpulkan bahwa pemberian psikoedukasi seks pranikah dapat menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah.

Hasil penelitian membuktikan bahwa hipotesis pertama diterima karena secara simultan ditemukan ada pengaruh yang sangat signifikan dalam pemberian psikoedukasi seks pranikah untuk menurunkan perilaku seks bebas. Perilaku seks bebas terjadi dan sering dilakukan oleh siswa karena minimnya pengetahuan dan informasi yang diterima oleh para siswa tentang bahaya dan dampak negatif dari perilaku seks bebas. Oleh karena itu, salah satu cara menurunkan tingkat perilaku seks bebas yang terjadi adalah dengan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang perilaku seks bebas. Pemberian informasi dengan tepat dan benar mengenai perilaku seks bebas diharapkan dapat menurunkan tingkat perilaku seks bebas. Metode intervensi yang berkembang pada saat ini, salah satunya adalah psikoedukasi, dimana masyarakat atau komunitas dibekali dengan berbagai pengetahuan dan keterampilan untuk menerapkan psinsip-prinsip psikologis dalam menghadapi berbagai persoalan dalam kehidupan.

Psikoedukasi seks pranikah yang diberikan pada siswa SMP Darul Hikmah menyebabkan siswa mampu memahami tentang apa itu perilaku seks pranikah, faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seks pranikah, dampak dari perilaku seks pranikah dan cara menanggulangi perilaku seks pranikah. Oleh karena itu pendekatan kognitif yang diberikan dalam bentuk penyuluhan interaktif dengan materi seks pranikah mampu memberikan informasi dan pengetahuan positif sehingga mampu menurunkan atau merubah perilaku seks bebas yang selama ini dilakukan para siswa.

Berdasarkan hasil analisis diketahui tipe kepribadian *introvert*, nilai *mean* = 37.529, nilai *t* = 7.608 dengan *p* = 0.000, sedangkan tipe kepribadian *ekstrovert*, nilai *mean* = 36.882, nilai *t* = 9.244 dengan *p* = 0.000. Artinya terdapat perbedaan signifikan penurunan perilaku seks bebas ditinjau dari tipe kepribadian setelah dilakukan psikoedukasi seks pranikah. Maka dapat disimpulkan bahwa pemberian psikoedukasi seks pranikah lebih efektif digunakan untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah yang memiliki tipe kepribadian *ekstrovert*.

Hipotesis ke dua dalam penelitian ini diterima karena secara simultan ditemukan perbedaan yang sangat signifikan dalam penurunan tingkat perilaku seks bebas ditinjau dari tipe kepribadian setelah dilakukan psikoedukasi seks bebas. Faktor yang mempengaruhi perilaku remaja salah satunya adalah kepribadian. Tipe kepribadian turut menentukan perilaku remaja, termasuk perilaku seks bebas. Kepribadian adalah keseluruhan cara individu bereaksi dan berinteraksi dengan individu lain. Kepribadian merupakan suatu organisasi yang dinamis dari sistem psiko-fisik individu yang menentukan tingkah laku dan pemikiran individu secara khas (Suryabrata, 2003). Eysenck mengatakan bahwa tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* menggambarkan keunikan individu dalam bertingkah laku terhadap stimulus sebagai suatu perwujudan karakter, tempramen, fisik dan intelektual individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Alwisol, 2006). Siswa yang diberikan psikoedukasi seks pranikah mampu memahami semua materi yang diberikan. Materi yang diberikan bukan hanya berupa teori namun juga menampilkan gambar yang menyeramkan akibat dari dampak perilaku seks pranikah sehingga siswa merasa takut dan kognitif nya langsung memahami dan mengerti. Hal ini yang menjadikan penurunan tingkat perilaku seks bebas ditinjau dari tipe kepribadian setelah dilakukan psikoedukasi seks bebas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian psikoedukasi seks pranikah lebih efektif untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah yang bertipe kepribadian ekstrovert.

## DAFTAR PUSTAKA

Alwisol. (2006). Psikologi Kepribadian. Malang: UMM Press

Dariyo, Agoes. (2004). Psikologi Perkembangan Remaja. Bogor: Ghalia Indonesia

Lukens, Ellen P. McFarlane & William R. (2004). Psychoeducation as Evidence-Based Practice: Consideration for Practice, Research, and Policy. Oxford University Press.

Naisaban, L. (2003). Psikologi Jung: Tipe Kepribadian Manusia dan Rahasia Sukses Dalam Hidup (Tipe

Hal ini menunjukkan jika individu dengan tipe kepribadian introvert menggambarkan keunikan individu dalam bertingkah laku terhadap stimulus sebagai suatu perwujudan karakter, tempramen, fisik dan intelektual individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya kurang cepat tanggap jika dibandingkan dengan individu yang bertipe kepribadian ekstrovert. Individu dengan tipe kepribadian ekstrovert lebih efektif dalam menerima psikoedukasi seks pranikah karena lebih cepat tanggap dalam menerima informasi. Lebih cepat tanggap terhadap stimulus yang diterima serta menyukai perubahan, tidak terlalu memusingkan suatu masalah dan memiliki sifat optimis. Pemberian psikoedukasi seks pranikah yang disertai tampilan gambar menyeramkan mengenai dampak perilaku seks bebas membuat individu paham dan merasa takut akan dampak perilaku seks bebas. Sehingga pemberian psikoedukasi seks pranikah mampu dengan cepat merubah kognitif.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasannya, maka dapat disimpulkan bahwa: (1) Terdapat pengaruh psikoedukasi seks pranikah untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah; (2) Terdapat perbedaan signifikan penurunan perilaku seks bebas ditinjau dari tipe kepribadian setelah dilakukan psikoedukasi seks pranikah dan pemberian psikoedukasi seks pranikah lebih efektif digunakan untuk menurunkan perilaku seks bebas pada siswa SMP Darul Hikmah yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert.

Kebijaksanaan Jung). Jakarta: Widiasarana Indonesia.

Prawitasari. (2002). Psikoedukasi Pendekatan Konvensional dan Kontemporer. Yogyakarta: Pustaka Pelajar dan Unit Publikasi Fakultas Psikologi UGM.

Sarwono, S. W. (2011). Psikologi Remaja. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Suryabrata. (2003). Psikologi Kepribadian. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.