

## PSIKOEDUKASI SEBAGAI PREVENSI PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH REMAJA PUTRA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN

Yuliana Susanti<sup>1\*</sup>  
Setia Asyanti<sup>2</sup>

*Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta*

### Keywords/Kata kunci

*Adolescents, premarital  
sexual behavior,  
Psychoeducation,  
Orphanages*

Remaja, Perilaku seksual  
pranikah, Psikoedukasi,  
Panti Asuhan

### ABSTRACT/ABSTRAK:

*Teenagers living in orphanages have limited parental assistance during their sexual development, putting them at risk of premarital sexual behavior. Psychoeducation, which involves providing information and training skills, has been widely known as a psychological intervention but has not been widely used to address sexual behavioural problems in adolescents. The purpose of this study is to find out if interventions in the form of psychoeducation can reduce premarital sexual behavior in young men living in orphanages. The research method uses quasi-experimentation with one group pretest-posttest design. Research subjects numbered 6 people selected using purposive sampling with the criteria of adolescents aged 15-19 years, living in the orphanage X Boyolali, conducting premarital sexual behavior. The research instruments used a scale of sexual behavior with data analysis using the Wilcoxon test. The results of this study showed that psychoeducation is effective for lowering premarital sexual behavior in adolescents.*

Remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki keterbatasan mendapatkan pendampingan orangtua selama perkembangan seksualnya sehingga beresiko untuk melakukan perilaku seksual pranikah. Psikoedukasi, yang melibatkan pemberian informasi dan melatih keterampilan, telah banyak dikenal sebagai intervensi psikologis namun belum banyak digunakan untuk mengatasi permasalahan perilaku seksual pada remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah intervensi berupa psikoedukasi dapat mengurangi perilaku seksual pranikah pada remaja putra yang tinggal di panti asuhan. Metode penelitian menggunakan kuasi eksperimen dengan *one group pretest-posttest design*. Subjek Penelitian berjumlah 6 orang yang dipilih dengan menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria remaja berusia 15-19 tahun, tinggal di Panti Asuhan Putra X Boyolali, melakukan perilaku seksual pranikah. Instrumen penelitian menggunakan skala perilaku seksual dengan analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif untuk menurunkan perilaku seksual pranikah pada remaja.

<sup>1</sup>Korespondensi mengenai isi artikel dapat dilakukan melalui: susan.pdamgm@gmail.com

<sup>2</sup> Email: sa202@ums.ac.id

Panti asuhan merupakan suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak-anak terlantar serta melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar. Panti asuhan memberikan pelayanan pengganti atau perwalian anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial. Panti asuhan berfungsi sebagai pengganti orang tua, sehubungan dengan orang tua anak yang tidak dapat berfungsi sebagaimana mestinya dalam mendidik dan mengasuh anak.

Menurut Mulyati (2014) panti asuhan merupakan pengganti keluarga yang berperan dalam pemenuhan kebutuhan selama masa tumbuh kembang anak. Mereka berkembang dengan bimbingan dan perhatian dari pengasuh yang berfungsi sebagai pengganti orangtua dalam keluarga. Para pengasuh berperan membantu, melatih, dan membimbing remaja panti asuhan untuk dapat mengembangkan dirinya secara optimal, akan tetapi kenyataan ini sering sulit dicapai secara memuaskan. Hal ini disebabkan karena ketidakseimbangan rasio jumlah antara anak asuh dan pengasuh yang menyebabkan kualitas dan kuantitas dukungan, perhatian, dan kasih sayang dari pengasuh kurang maksimal. Selain itu penghuni panti asuhan yang kebanyakan berusia remaja membuat pihak panti kesulitan untuk mengontrol perilaku anak asuh saat berada di luar panti.

Salah satu permasalahan yang banyak dialami oleh remaja adalah permasalahan yang terkait dengan perkembangan aspek biologisnya, terutama perkembangan seksualitas dan pencapaian kesehatan seksual. Seksualitas remaja merujuk kepada perasaan seksual, perilaku dan perkembangan pada remaja dan merupakan tahap seksualitas manusia. Seksualitas merupakan aspek yang sangat penting dari kehidupan remaja. Perilaku seksual remaja

dipengaruhi oleh norma-norma budaya dan adat istiadat, orientasi seksual mereka, dan isu-isu kontrol sosial (Zastrow et al., 2012).

Perubahan secara seksual yang terjadi antara lain adalah kematangan organ reproduksi yang mengakibatkan perubahan sikap dan tingkah laku seperti mulai tertarik dengan lawan jenis, berusaha menarik perhatian dan muncul perasaan cinta yang berlanjut dengan munculnya dorongan seksual. Perilaku seks remaja secara umum bermula dari perilaku otoerotik (*autoerotic behavior*), dimana perilaku ini dimulai dari rasa ingin tahu dan menikmati pengalaman seks sendirian (Dolgin & Rice, 2011). Perilaku ini juga selalu berkaitan dengan fantasi erotis. Beberapa hasil penelitian menunjukkan remaja baik lelaki maupun perempuan melakukan masturbasi. Namun demikian setelah remaja beranjak dewasa terutama ketika berada di sekolah menengah mereka mengalami pergeseran dari otoerotik kepada perilaku sosioseksual (*sociosexual behavior*). Perilaku sosioseksual remaja ini telah melibatkan orang lain yang umumnya adalah teman-teman sebaya mereka. Remaja lebih intim dengan lawan jenisnya bahkan dengan sesama jenisnya (*homosexuality*), selain itu hubungan seks pranikah sangat umum terjadi pada masa remaja (Dolgin & Rice, 2011).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi seorang remaja melakukan seks pranikah: 1) dorongan rasa ingin tahu yang besar untuk mencoba segala hal yang belum diketahui yang merupakan ciri-ciri remaja pada umumnya, 2) meningkatnya libido seksual, 3) rendahnya taraf pendidikan keluarga, 4) keadaan keluarga yang tidak stabil (*broken home*) yang berbuntut pada pergaulan bebas, 5) lingkungan yang kurang kondusif dapat menyebabkan remaja terjerumus ke dalam pergaulan bebas, 6) kurang berhati-hati dalam berteman, 7) keadaan ekonomi keluarga. Keluarga dengan ekonomi yang rendah membuat

anak putus sekolah yang mengakibatkan pergaulan anak tersebut dengan remaja yang senasib dapat membuat perilaku negatif remaja menjadi tambah parah, 8) kurangnya kesadaran remaja, yang merupakan implikasi dari kurangnya pengetahuan remaja tersebut akan dampak pergaulan bebas, 9) kemajuan teknologi informasi (internet), yang disalahgunakan remaja sehingga memudahkan mereka untuk mengakses berbagai macam budaya yang tidak sesuai dengan norma ketimuran (Sarwono, 2012).

Kasus perilaku seksual pranikah lebih rentan terjadi pada remaja laki-laki. Dalam data SDKI 2017 tercatat 80% wanita dan 84% pria mengaku pernah berpacaran. Kelompok umur 15-17 merupakan kelompok umur mulai pacaran pertama kali. Kebanyakan wanita dan pria mengaku saat berpacaran melakukan berbagai aktifitas. Aktivitas yang dilakukan seperti berpegangan tangan 64% wanita, dan 75% pria, berpelukan 17% wanita dan 33% pria, cium bibir 30% wanita dan 50% pria dan meraba/diraba 5% wanita dan 22% pria. Selain itu dilaporkan 8% pria dan 2% wanita telah melakukan hubungan seksual. Diantara wanita dan pria yang telah melakukan hubungan seksual pranikah 59% wanita dan 74% pria melaporkan mulai berhubungan seksual pertama kali pada umur 15-19 tahun.

Faktor resiko diatas tentu saja sangat dekat dengan kehidupan remaja putra di Panti Asuhan Putra X Boyolali yang menjadi subjek dalam penelitian ini. Sebagian besar remaja putra di panti tersebut berusia remaja yang memiliki rasa ingin tahu cukup besar, namun memiliki keluarga dengan tingkat pendidikan yang rendah yang kurang bisa membekali anak remajanya dengan pengetahuan seksualitas yang adekuat. Ditambah tantangan remaja putra tersebut menghadapi lingkungan yang kurang kondusif beserta dampak negatif kemajuan teknologi yang memudahkan akses konten

yang kurang mendidik yang bebas diakses melalui *handphone*. Meskipun sebagian remaja putra yang tinggal di panti asuhan telah menunjukkan gejala-gejala awal perilaku seksual pranikah seperti masturbasi, menonton film porno, berpacaran secara diam-diam, berpegangan tangan, berpelukan dan berciuman dengan pasangannya, namun selama ini belum ada penanganan yang dilakukan oleh pengurus Panti Asuhan Putra X tersebut. Keterbatasan jumlah pengurus dan permasalahan keseharian yang menjadi fokus pengurus membuat masalah perilaku seksual pranikah belum menjadi prioritas untuk dicegah atau ditangani. Jika permasalahan tersebut tidak segera ditanggulangi dengan baik maka akan menimbulkan permasalahan lain yang lebih serius seperti melakukan hubungan badan di luar nikah, kehamilan hingga berujung aborsi, berkembangnya penyakit menular seksual pada remaja, dampak psikologis seperti cemas, depresi, rendah diri dan sebagainya.

Untuk mencegah gejala-gejala awal perilaku seksual pranikah pada remaja putra yang tinggal di Panti Asuhan Putra X Boyolali, akan digunakan intervensi psikologi yakni psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan intervensi yang populer di bidang psikiatri (Bashiri et al., 2016), namun psikoedukasi juga digunakan sebagai tritmen dasar pada pasien dengan masalah-masalah psikologis (Bashiri et al., 2016). Dalam buku kode etik Himpunan Psikologi Indonesia (2010), psikoedukasi didefinisikan sebagai kegiatan yang dilakukan untuk :

- a. Meningkatkan pemahaman dan atau keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya dan atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas dan atau masyarakat
- b. Meningkatkan pemahaman bagi lingkungan (terutama keluarga) tentang gangguan yang dialami

seseorang setelah menjalani psikoterapi

- c. Psikoedukasi dapat berupa pelatihan dan non pelatihan

Psikoedukasi telah terbukti efektif untuk menangani berbagai masalah psikologis seperti menurunkan gejala ADHD pada orang dewasa (Hoxhaj et al., 2018), memperbaiki sikap orang tua dalam memberikan pendidikan seksual pada anak (Chasanah, 2018) mempengaruhi sikap lebih positif dalam pencegahan narkoba pada siswa SMP (Lestari et al., 2020).

Tujuan penelitian ini adalah memberikan intervensi berupa psikoedukasi untuk mengurangi perilaku seksual pranikah pada remaja putra yang tinggal di panti asuhan.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan rancangan penelitian kuasi eksperimen dengan *one group pretest-posttest design*. Desain tersebut digunakan karena jumlah subjek pada penelitian ini terbatas sehingga tidak memungkinkan melakukan randomisasi untuk membagi partisipan dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Seniati et al., 2011).

Penelitian ini hanya menggunakan kelompok eksperimen dan tidak menggunakan kelompok pembanding. Tes awal (prates) akan dilakukan sebelum pemberian intervensi dan tes akhir (pascatest) diberikan setelah keseluruhan proses intervensi selesai dilaksanakan. Perbedaan yang dihasilkan dari pengukuran tersebut akan dianggap sebagai efek dari perlakuan yang diberikan (Latipun, 2015).

### **Subjek Penelitian**

Pemilihan subjek dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. Subjek awalnya berjumlah 8 remaja laki-laki

yang tinggal di Panti Asuhan Putra X Boyolali, memiliki rentang usia 15-19 tahun, menunjukkan perilaku awal seperti berpacaran diam-diam tanpa sepengetahuan pengurus panti, menonton video porno, melakukan masturbasi dan bermesraan dengan lawan jenis (bergandengan tangan, berpelukan, berciuman), bersedia mengikuti intervensi dari awal hingga akhir dengan mengisi *informed consent*. Di akhir penelitian hanya 6 subjek yang menjadi sumber data dalam penelitian ini karena 2 subjek tidak hadir secara penuh dalam psikoedukasi.

### **Metode Pengumpulan Data**

Alat ukur utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Perilaku Seksual Pranikah yang disusun oleh Asmarayasa (2004) berdasarkan pengembangan dari aspek-aspek perilaku seksual menurut Sarwono (2012) yaitu perasaan tertarik, berkencan, bercumbu, bersenggama. Total item dalam skala ini adalah 50 item yang terdiri dari 25 aitem favorable dan 25 aitem unfavorable, dengan 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala ini telah diujicobakan dengan hasil item valid mempunyai koefisien validitas ( $r_{\alpha}$ ) bergerak dari 0,315 sampai 0,755 dengan  $p < 0,05$  dan koefisien reliabilitas ( $r_{\alpha}$ ) sebesar 0,958.

Skala perilaku seksual pranikah diberikan sebagai prates yakni sebelum sesi pertama intervensi dan diberikan sebagai pascates yakni seminggu setelah sesi terakhir intervensi.

### **Prosedur Intervensi**

Intervensi yang diberikan yaitu psikoedukasi. Psikoedukasi tidak hanya memberikan informasi-informasi penting terkait dengan permasalahan subjeknya tetapi juga mengajarkan keterampilan-keterampilan yang dianggap penting bagi subjeknya untuk menghadapi situasi permasalahannya (Brown, 2011).

Psikoedukasi dilaksanakan dalam 7 sesi dan 2 kali pertemuan yang dilaksanakan dalam 1 minggu, pertemuan pertama berlangsung selama 2 jam, sedangkan pertemuan kedua berlangsung selama 1 jam. Pertemuan pertama pemberian psikoedukasi, sedangkan pertemuan kedua yaitu evaluasi terhadap psikoedukasi yang dilakukan pada pertemuan pertama Pelaksanaan intervensi dilakukan pada kelompok subjek berusia

remaja yang terdiri dari 6 remaja putra yang telah mengikuti asesmen sebelumnya. Jumlah awal subjek yang mengikuti asesmen adalah 8 orang, akan tetapi pada saat intervensi jumlahnya berkurang menjadi 6 orang subjek karena 2 orang subjek tidak dapat hadir saat intervensi dilakukan. Berikut prosedur intervensi yang dilakukan sebagaimana pada tabel 1:

Tabel 1. Prosedur Intervensi

Sesi	Tahap	Kegiatan	Waktu
Hari Ke-1			
1	<i>Opening</i>	Pembukaan dan Perkenalan, <i>Ice Breaking</i>	10 menit
2	<i>What Would We Do ?</i>	Penjelasan tujuan dari intervensi yang dilakukan	10 menit
3	<i>Who Am I ?</i>	Pemberian Materi tentang tugas perkembangan usia remaja, perkembangan seksual remaja dari sisi psikologis, fisiologis dan agama	30 menit
4	Psikoedukasi	Psikoedukasi tentang perilaku seksual pranikah pada remaja, perilaku seksual pranikah menurut Islam, penyebab dan dampak perilaku seksual pranikah, cara mencegah perilaku seksual pranikah	45 menit
5	Bintang Harapan	Menuliskan harapan tentang rumah tangga yang diinginkan dan apa yang harus dilakukan untuk mencapai harapan tersebut	15 menit
6	Penutupan Kegiatan	Refleksi tentang kegiatan dan penutup	15 menit
Hari ke-2 (seminggu setelah intervensi)			
7	Pascates dan Tindak Lanjut	Mengisi skala perilaku seksual pranikah (pascates), mengisi form evaluasi, dan menindaklanjuti kegiatan yang dilakukan seminggu terakhir	45 menit

Intervensi dilaksanakan selama 2 hari dengan rentang waktu satu minggu. Sesi 1-6 diberikan pada hari pertama sedangkan sesi 7 diberikan seminggu setelahnya. Sesi ke 7 diberi jeda satu minggu dengan tujuan agar peserta dapat menuliskan kegiatan yang dilakukan selama 1 minggu terakhir dan dari hasil tersebut dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi dan tindak lanjut untuk mengukur pengaruh psikoedukasi terhadap perilaku peserta.

Berdasarkan tabel 1, pada sesi pertama peneliti mengucapkan salam dan rasa terimakasih atas kehadiran subjek dan menanyakan kabar subjek. Setelah itu peneliti memberikan *ice breaking* "ikuti kata saya" agar lebih mencairkan suasana. Pada tahap ini subjek memperhatikan peneliti dan merespon salam dari peneliti. Saat mengikuti *ice breaking* subjek terlihat antusias dan tertawa menertawakan temannya yang ditunjuk untuk mengikuti kata-kata yang disebutkan peneliti.

Sesi kedua peneliti menjelaskan mengenai kegiatan yang akan dilakukan. Menjelaskan mengenai maksud dan tujuan diadakannya intervensi yaitu untuk menindaklanjuti asesmen dan diagnosis yang sudah dilakukan. Pada tahap ini subjek memperhatikan dan bertanya tentang berapa lama kegiatan akan berlangsung.

Pada sesi ketiga yaitu "*who am i*". peneliti mulai menjelaskan materi tentang remaja kepada subjek dengan metode ceramah, penayangan video dan juga melibatkan subjek agar terjadi interaksi antara peneliti dengan subjek. Subjek diajak untuk menonton video tentang remaja, mengomentari materi, dan mempersilahkan peserta bertanya kepada peneliti mengenai hal-hal yang kurang dipahami. Subjek memberikan tanggapan singkat terhadap materi yang didasarkan pada kondisi dirinya. Tak jarang mereka berkomentar "wah aku ini" saat materi tentang ciri-ciri remaja diberikan. Lalu sebagian tertawa saat materi tentang perubahan fisik pada remaja putri muncul dalam tayangan video tersebut. Sebelum mengakhiri sesi peneliti meminta masing-masing subjek untuk mengidentifikasi dan menuliskan dorongan-dorongan seksual yang muncul pada diri mereka.

Memasuki sesi keempat peneliti menanyakan kepada subjek mengenai apa yang mereka ketahui tentang perilaku seksual pranikah. Sebagian subjek menjawab tidak tahu, sebagian lagi menyebutkan bahwa perilaku seksual adalah berhubungan badan sebelum menikah. Peneliti juga menanyakan apakah perilaku seksual pranikah dibolehkan oleh agama. Seluruh subjek serempak menjawab "tidak boleh".

Setelah proses diskusi dan ceramah selesai peneliti memutar video tentang sepasang kekasih yang masih duduk di bangku SMA. Dalam video tersebut digambarkan bahwa kedua kekasih yang masih SMA itu melakukan hubungan badan

sehingga menyebabkan perempuannya hamil dan lelakinya meminta untuk menggugurkan kandungannya. Setelah itu peneliti meminta masing-masing subjek untuk mengomentari video tersebut. Semua subjek menyatakan bahwa yang dilakukan pasangan dalam video tersebut tidak baik dan tidak boleh dilakukan karena akan berdampak ke kehidupan mereka ke depannya. Sebelum sesi ditutup peneliti dan subjek berdiskusi mengenai cara apa saja yang harus dilakukan agar dapat mencegah perilaku seksual pranikah tidak dilakukan oleh remaja dan oleh subjek.

Sesi kelima yaitu "Bintang Harapan", peneliti meminta subjek untuk menuliskan pada selembar kertas mengenai harapan dan impian mereka tentang kehidupan rumah tangga yang ingin mereka miliki kedepannya. Setelah itu subjek menempelkan harapan tersebut dalam kertas "Bintang Harapan" yang telah disediakan. Kemudian subjek diminta untuk menuliskan hal-hal apa saja yang akan mereka lakukan dan tidak boleh dilakukan untuk mencapai impian dan harapan yang sudah ia tuliskan tadi. Hasil tulisan tersebut ditempel ke dalam bintang harapan.

Sesi keenam yaitu penutup intervensi pada hari 1. Peneliti meminta subjek untuk membuat dan menandatangani komitmen bersama yang berisi pernyataan "Jodoh itu cerminan diri kita. Jika kita baik maka jodoh kita pun baik, jika kita tidak baik maka jodoh kita tidak baik. Karena itu doa saja tidak cukup. Senantiasa perbaiki diri untuk menjadi yang lebih baik, menjadi Soleh dan Solehah". Setelah itu subjek mengisi lembar evaluasi kegiatan yang telah disiapkan. Di akhir sesi peneliti menyimpulkan kegiatan yang telah dilakukan dan mengucapkan terimakasih kepada subjek. Selanjutnya peneliti menutup acara pada hari itu.

Sesi terakhir yaitu pascates dan tindak lanjut dilakukan seminggu setelah sesi psikoedukasi diberikan. Pascates yang diberikan yaitu skala perilaku seksual

pranikah dan evaluasi kegiatan yang dilakukan selama 1 minggu terakhir.

### Teknik Analisa Data

Analisis data yang digunakan adalah analisis statistik non parametrik *2-related sample test* dengan uji Wilcoxon dengan bantuan *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 23.0*. Teknik ini digunakan untuk mengetahui efek dari intervensi yang diberikan.

## HASIL PENELITIAN

### Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini berjumlah 6 orang remaja putra yang tinggal di panti asuhan, dengan usia antara 15 – 19 tahun, yang telah menunjukkan perilaku seksual pranikah seperti masturbasi, menonton film porno, berpacaran diam-diam, berpegangan tangan, berpelukan dan berciuman dengan pasangannya, serta bersedia menjadi subjek penelitian. Deskripsi subjek dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2. Perbandingan skor prates dan pascates

No.	Subjek	Skor Skala Perilaku Seksual			
		Prates		Pascates	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	M.S	106	Rendah	95	Rendah
2	S	114	Sedang	100	Rendah
3	H	119	Sedang	100	Rendah
4	T.H	91	Rendah	85	Rendah
5	F.A	111	Sedang	111	Sedang
6	D.	91	Rendah	90	Rendah
	Mean	105,3	Rendah	96,8	Rendah

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa *mean* prates sebesar 105,3 (rendah) dan *mean* pascates sebesar 96,8 (rendah) yang menunjukkan adanya perubahan atau penurunan sebesar 8,5.

### Uji Hipotesis

Selanjutnya dilakukan analisis statistik non-parametrik *2-related sample test* dengan uji Wilcoxon dengan bantuan

*Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 23.0*. Hasil analisis menunjukkan nilai  $z = -1.992$ , dengan  $p=0,046$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan perilaku seksual pranikah peserta sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa psikoedukasi. Adapun hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini.

Tabel 3. Uji hipotesis dengan wilcoxon

	Z	p	keterangan
Pra tes-pasca tes	-1.992	0.46	Signifikan

### Data Kualitatif

Meskipun subjek penelitian telah mempraktekkan perilaku seksual pranikah dalam taraf yang awal, namun harapan semua subjek adalah menemukan jodoh yang baik dan solehah, yang mau berjuang

bersama dalam senang dan susah ketika berumah tangga, dan bisa menjadi contoh bagi anak anaknya. Subjek juga menyebutkan “keinginan menjadi imam yang baik bagi keluarganya, contoh atau teladan bagi anak-anaknya dan mengatakan

akan taaruf saja dan selanjutnya menikah jika saatnya tiba”.

Dalam sesi komitmen, semua subjek menyepakati untuk berperilaku baik, artinya menghindari perilaku seksual pranikah. Komitmen yang disepakati bersama adalah “jodoh adalah cerminan diri kita. Jika kita baik maka jodoh pun baik. Jika kita tidak baik maka jodoh pun tidak baik. Karena itu doa saja tidak cukup. Senantiasa memperbaiki diri untuk menjadi lebih baik. Menjadi soleh dan solehah”.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan skor perilaku seksual pranikah pada subjek sebelum dan sesudah diberi psikoedukasi. Merujuk pada tabel 2, diketahui bahwa mean prates perilaku seksual pranikah subjek penelitian berada dalam kategori rendah. Artinya, subjek penelitian memang menunjukkan indikasi melakukan perilaku seksual pranikah, hanya saja masih dalam taraf rendah atau awal. Pemberian psikoedukasi berguna untuk pencegahan agar perilaku seksual pra nikah yang dilakukan mampu diminimalisir. Skor rata rata pascates yakni sebesar 96,8 juga menunjukkan kategori rendah. Artinya perilaku seksual subjek penelitian yang masih rendah ini telah mengalami penurunan menjadi lebih rendah lagi. Penurunan skornya sebesar 8,5. Pengambilan data prates dan pascates sendiri dilakukan dalam jangka waktu 1 minggu.

Untuk melihat efikasi psikoedukasi dengan pengetahuan dan keterampilan dalam menurunkan perilaku seksual pranikah, selanjutnya dilakukan analisis dengan membandingkan skor prates dan pascates pada subjek penelitian dengan menggunakan analisis *statistic non parametric wilcoxon*. Hasil analisis data menunjukkan skor z sebesar -1.992 dengan p sebesar 0.46. Hal ini berarti adanya perbedaan yang signifikan antara skor

perilaku seksual pranikah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Artinya, psikoedukasi yang diberikan mampu menurunkan perilaku seksual pranikah pada subjek penelitian. Subjek penelitian yang sudah mempraktekkan perilaku seksual pranikah pada tahap awal ini setelah diberi psikoedukasi makin menurun perilaku seksual pranikahnya. Dengan kata lain psikoedukasi ini mampu digunakan sebagai prevensi perilaku seksual sehingga tidak berkembang lebih lanjut pada remaja.

Hasil penelitian di atas, selaras dengan temuan penelitian sebelumnya yang dilakukan Alexander dan Patria (2019); Kristanti (2018); Kusumastuti (2017).

Dinamika yang terjadi dalam kelompok subjek setelah diberi psikoedukasi yakni sebagai berikut: 1) subjek penelitian mengalami peningkatan pengetahuan mengenai diri mereka sebagai remaja yang mengalami perkembangan seksualitas salah satunya tertarik dengan lawan jenis 2) Subjek mendapatkan pengetahuan bahwa islam mengatur relasi dengan lawan jenis. 3) Subjek lebih mengetahui adanya dampak negatif relasi dengan lawan jenis yang tidak dikelola atau dikontrol dengan baik, baik dalam jangka pendek maupun panjang. 4) Subjek menyusun harapan ideal keluarga yang ingin dibentuk di masa yang akan datang yakni keluarga yang baik. 5) Subjek berkomitmen menjadi pribadi yang baik karena hanya pribadi yang baik yang akan mendapatkan jodoh orang yang baik. Subjek berkomitmen menjaga perilaku menjadi lebih soleh dan solehah dan tidak mempraktekkan perilaku seksual pranikah.

Berdasarkan proses atau dinamika yang terjadi selama psikoedukasi dapat dijelaskan pengetahuan yang makin meningkat pada subjek penelitian mempengaruhi sikap subjek penelitian lebih positif untuk menjauhi perilaku seksual pranikah. Subjek berkomitmen untuk menjadi pribadi yang lebih baik bahkan berkomitmen untuk taaruf saja saat tiba



waktunya dibandingkan dengan terlibat dalam perilaku seksual pranikah.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kusumastuti (2017) membuktikan bahwa psikoedukasi seks islami efektif menurunkan indikator perilaku berciuman pada siswi. Penelitian Kristanti (2018) mengenai Psikoedukasi dan Pelatihan Ekspresi Diri untuk Asertif (EDA) sebagai Upaya Mencegah Seks Bebas Pada Remaja membuktikan bahwa psikoedukasi terbukti efektif untuk mencegah seks bebas pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan psikoedukasi dan pelatihan EDA pada remaja adalah bertambahnya pengetahuan tentang perilaku asertif pada remaja sehingga remaja paham akan pentingnya menjadi individu yang asertif, bertambahnya pengetahuan remaja tentang perilaku seks

pranikah di kalangan remaja serta dampaknya baik secara sosial, psikologis dan kesehatan mental.

### SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pembahasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa Psikoedukasi mampu menurunkan perilaku seksual pranikah pada remaja.

### Saran

Panti asuhan memberikan psikoedukasi kepada anak asuhnya sebelum usia remaja agar terhindar dari perilaku seksual pranikah. Psikoedukasi dapat dilakukan dengan secara berkelompok, dengan materi tentang perkembangan remaja dan perilaku seksual pranikah dan metode *observational learning* sehingga menarik bagi peserta.

### DAFTAR PUSTAKA

- Alexander, Y. S., & Patria, B. (2019). Psikoedukasi "Remaja MUDA" untuk meningkatkan sertivitas Anti-Seks pranikah. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(2), 185. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.50255>
- Asmarayasa, I. G. (2004). *Hubungan antara frekuensi mengakses situs porno dengan sikap remaja terhadap perilaku seksual*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Bashiri, Z., Aghajani, M., & Masoudi Alavi, N. (2016). Effects of psychoeducation on mental health in patients with coronary heart disease. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 18(5). <https://doi.org/10.5812/ircmj.25089>
- Brown, N. W. (2011). *Psychoeducational groups*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203847787>
- Chasanah, I. (2018). Psikoedukasi pendidikan seks untuk meningkatkan sikap orangtua dalam pemberian pendidikan seks. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 10(2), 133–150. <https://doi.org/10.20885/intervensipikologi.vol10.iss2.art5>
- Dolgin, K. G., & Rice, F. P. (2011). The adolescent: Development, relationships, and culture. In *Allyn & Bacon*.
- Himpunan Psikologi Indonesia, (HPI). (2010). *Kode etik psikologi indonesia*. Pengurus Pusat Himpunan Psikologi Indonesia.

- Hoxhaj, E., Sadohara, C., Borel, P., D'Amelio, R., Sobanski, E., Müller, H., Feige, B., Matthies, S., & Philipsen, A. (2018). Mindfulness vs psychoeducation in adult ADHD: A randomized controlled trial. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 268(4), 321–335. <https://doi.org/10.1007/s00406-018-0868-4>
- Kristanti, E. (2018). *Psikoedukasi dan pelatihan EDA (Ekspresi Diri untuk Asertif) sebagai upaya mencegah seks bebas pada remaja*. Universitas Timor.
- Kusumastuti, W. (2017). Pengaruh metode psikoedukasi terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja putri. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2). <https://doi.org/10.23917/indigenous.v2i2.4461>
- Latipun. (2015). *Psikologi eksperimen* (3rd ed.). UMM Press.
- Lestari, A. D. A., Pramono, A., & Firmansyah, M. (2020). Pengaruh psikoedukasi pencegahan penyalahgunaan narkoba terhadap komponen sikap pada siswa SMP. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 8(1), 1–7. <http://riset.unisma.ac.id/index.php/jk/kfk/article/view/5827>
- Sarwono, S. W. (2012). Psikologi remaja. In *PT. Raja Grafindo Persada*.
- Seniati, L., Yulianto, A., Setiadi, B. N., & Darwin, S. (2011). Psikologi eksperimen. In *PT. Indeks*.
- Zastrow, C., Kirst-Ashman, K. K., & Hessenauer, S. L. (2012). Understanding human behavior and the social environment. In *Brooks/Cole* (Sixth ed).