

Pendidikan Kesehatan Seksual pada Remaja Di SMA dalam Upaya Menurunkan Perilaku Seksual Beresiko (*Sexual Health Education for High School Students in Efforts to Reduce Risky Sexual Behavior*)

Nirwanto K. Rahim*¹, Ita Sulistiani²

^{1,2}Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

E-mail: nirwanto@ung.ac.id¹, itasulistiani@ung.ac.id²

Received: 7 Mei 2025

Accepted: 27 Mei 2025

Published: 28 Mei 2025

Abstrak: Masa remaja merupakan fase perkembangan yang krusial, ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan psikososial yang membuat individu rentan terhadap pengaruh lingkungan, termasuk dalam hal eksplorasi seksualitas. Minimnya pendidikan seksual yang tepat serta tingginya paparan informasi keliru melalui media sosial menyebabkan banyak remaja terjebak dalam perilaku seksual berisiko, yang berdampak pada meningkatnya kasus kehamilan remaja dan infeksi menular seksual. Fokus pengabdian ini adalah pemberian pendidikan kesehatan seksual komprehensif kepada siswa SMA Negeri 1 Bongomeme. Tujuan kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi serta mencegah perilaku seksual berisiko. Kegiatan dilakukan melalui metode penyuluhan interaktif berbasis partisipatif, meliputi pre-test, presentasi, video edukatif, roleplay, diskusi kelompok, dan post-test. Subjek kegiatan berjumlah 50 siswa kelas XI yang berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian program. Hasil menunjukkan peningkatan skor pengetahuan rata-rata sebesar 24,8 poin dari pre-test ke post-test. Secara kualitatif, 91% siswa merasa lebih mampu menjaga batasan diri, dan 85% lebih bijak dalam memilih pergaulan. Sebanyak 18 siswa menyatakan komitmen sebagai peer educator di sekolah, menandai terbentuknya agen perubahan internal. Kesimpulannya, pendekatan edukatif yang menyeluruh dan disesuaikan dengan kebutuhan psikososial remaja efektif dalam membentuk pengetahuan, sikap, dan perilaku sehat terkait seksualitas, serta berpotensi memberikan dampak preventif jangka panjang di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Pendidikan seksual, remaja, perilaku berisiko, IMS, HIV/AIDS

Abstract: Adolescence is a critical developmental phase characterized by physical, emotional, and psychosocial changes that make individuals vulnerable to environmental influences, including the exploration of sexuality. The lack of proper sexual education, combined with widespread exposure to misinformation on social media, has led many adolescents to engage in risky sexual behaviors, resulting in increased cases of teenage pregnancy and sexually transmitted infections. This community engagement program focused on providing comprehensive sexual health education to students at SMA Negeri 1 Bongomeme. The goal was to enhance adolescents' knowledge, attitudes, and skills in maintaining reproductive

health and preventing risky sexual behaviors. The program was implemented using an interactive and participatory approach, including pre-tests, presentations, educational videos, roleplays, group discussions, and post-tests. A total of 50 eleventh-grade students actively participated in all sessions. The results showed an average knowledge score increase of 24.8 points from pre-test to post-test. Qualitatively, 91% of students reported being more capable of maintaining personal boundaries, and 85% became more selective in choosing social relationships. Additionally, 18 students committed to becoming peer educators, signifying the emergence of internal change agents. In conclusion, a comprehensive, psychosocially tailored educational approach effectively fosters knowledge, attitudes, and healthy behaviors related to sexuality and has the potential to create long-term preventive impacts within the school environment.

Keywords: Sexual education, adolescents, risky behavior, STIs, HIV/AIDS

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase kritis dalam kehidupan manusia, di mana individu mengalami perubahan fisik, emosional, dan psikososial yang signifikan. Perubahan-perubahan tersebut, baik yang bersifat fisik maupun psikologis, menjadikan remaja sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan, baik dari teman sebaya, keluarga, maupun media massa. Salah satu aspek yang paling signifikan dari masa remaja adalah perubahan dalam pemahaman dan ketertarikan terhadap seksualitas. Masa pubertas yang terjadi pada remaja ditandai dengan kematangan organ seksual, yang kemudian diikuti oleh meningkatnya rasa ingin tahu dan keinginan untuk mengeksplorasi hal-hal terkait seksualitas (Padut et al., 2021).

Sayangnya, meskipun remaja sangat tertarik untuk mengeksplorasi topik ini, banyak dari mereka yang tidak memiliki pengetahuan yang memadai mengenai konsekuensi dari perilaku seksual yang tidak sehat. Berbagai faktor, seperti kurangnya pendidikan seksual yang tepat, tabu budaya dalam masyarakat, dan paparan informasi yang salah melalui media sosial, menyebabkan remaja terjebak dalam perilaku seksual berisiko. Hal ini bisa menyebabkan terjadinya infeksi menular seksual (IMS), kehamilan yang tidak diinginkan, hingga penyebaran HIV/AIDS. Menurut data Komnas Perlindungan Anak dan Kementerian Kesehatan, sekitar 62,7% remaja di Indonesia sudah pernah terlibat dalam hubungan seks di luar nikah, yang menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk meningkatkan pendidikan seksual yang lebih tepat dan berbasis pada pengetahuan yang benar (Lutfiana et al., 2023).

Perilaku seksual berisiko pada remaja merupakan salah satu penyebab utama tingginya angka penyakit menular seksual (PMS) dan kehamilan remaja. Data dari Dinas Kominfo Jawa Timur pada tahun 2022 menunjukkan jumlah permohonan dispensasi nikah mencapai 15.212 kasus, yang sebagian besar melibatkan anak perempuan. Fenomena ini menunjukkan tingginya angka pernikahan dini yang dipicu oleh ketidaksiapan emosional dan pengetahuan yang minim tentang kesehatan reproduksi (Lutfiana et al., 2023). Oleh karena itu, penting untuk memberikan pendidikan kesehatan seksual yang berbasis pengetahuan ilmiah dan disesuaikan dengan usia remaja, agar mereka dapat memahami risiko yang dapat timbul akibat perilaku seksual yang tidak terkendali.

Pendidikan kesehatan seksual yang komprehensif adalah salah satu langkah preventif yang sangat efektif dalam mengurangi perilaku seksual berisiko pada remaja. Dalam hal ini, pendidikan seksual tidak hanya sekedar memberikan informasi tentang organ reproduksi, tetapi juga mengenai nilai-nilai moral dan etika dalam berhubungan dengan seksualitas. Salah satu tujuan utama dari pendidikan ini adalah untuk menumbuhkan kesadaran remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, serta bagaimana membuat keputusan yang sehat dan bijak terkait dengan perilaku seksual. Selain itu, pendidikan ini juga bertujuan untuk membekali remaja dengan keterampilan dalam menolak ajakan untuk terlibat dalam perilaku seksual yang berisiko, serta mengajarkan mereka untuk mengelola emosi dan perasaan yang berkaitan dengan seksualitas.

Pendekatan pendidikan yang menyeluruh dan berbasis pada kebutuhan psikososial remaja ini sangat penting untuk mencegah masalah kesehatan yang lebih serius di masa depan. Mengingat pentingnya peran sekolah dalam perkembangan remaja, pengintegrasian materi pendidikan seksual dalam kurikulum pendidikan di sekolah menjadi hal yang sangat mendesak untuk dilakukan. Selain itu, sekolah juga bisa menjadi tempat yang aman bagi remaja untuk bertanya dan mendapatkan informasi yang benar tentang seksualitas, sehingga mereka dapat membuat keputusan yang lebih bijak dan terhindar dari perilaku berisiko.

Dengan mengembangkan pendidikan kesehatan seksual yang berbasis pada bukti ilmiah dan pendekatan yang sensitif terhadap kebutuhan dan kondisi remaja, diharapkan dapat menurunkan tingkat perilaku seksual berisiko di kalangan remaja, sekaligus meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mereka tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan mencegah penyakit menular seksual. Ini bukan hanya masalah kesehatan, tetapi juga masalah sosial dan ekonomi yang membutuhkan perhatian serius dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, sekolah, keluarga, dan masyarakat luas.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Bongomeme dan ditujukan kepada siswa kelas XI dengan jumlah peserta sebanyak 50 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan interaktif yang dirancang secara sistematis untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terkait batasan pergaulan dan penolakan terhadap ajakan seksual. Pelaksanaan kegiatan mencakup beberapa tahapan sebagai berikut:

Tahap pertama adalah pelaksanaan pre-test yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan awal siswa mengenai topik yang akan dibahas. Pre-test ini dilaksanakan sebelum penyuluhan dimulai dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner tertutup yang mencakup pertanyaan-pertanyaan seputar pemahaman siswa mengenai batasan pergaulan, bentuk-bentuk ajakan seksual, dan cara menolaknya. Hasil dari pre-test ini menjadi dasar untuk mengukur efektivitas intervensi yang dilakukan.

Tahap kedua adalah kegiatan penyuluhan interaktif, yang disampaikan dengan menggunakan berbagai media edukatif untuk menarik perhatian dan mempermudah pemahaman siswa. Materi penyuluhan disampaikan melalui presentasi PowerPoint yang berisi

penjelasan teoritis dan praktis mengenai pentingnya menjaga batasan dalam pergaulan, serta dampak negatif dari perilaku seksual berisiko. Selain itu, digunakan juga video edukatif yang menggambarkan situasi nyata yang sering dihadapi remaja dalam kehidupan sehari-hari. Untuk meningkatkan keterlibatan peserta, dilakukan simulasi situasi sosial dan roleplay (permainan peran) di mana siswa diminta untuk memerankan skenario tertentu, seperti cara menolak ajakan yang tidak sesuai dengan nilai-nilai yang diajarkan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan keberanian dan keterampilan komunikasi asertif siswa dalam menghadapi tekanan sosial.

Selanjutnya, dilakukan diskusi kelompok kecil yang difasilitasi oleh narasumber dan fasilitator. Setiap kelompok diberikan studi kasus atau situasi tertentu untuk didiskusikan bersama. Dalam diskusi ini, siswa diajak untuk menyampaikan pendapat, menganalisis situasi, dan merumuskan cara yang tepat dalam menjaga batasan pergaulan serta menolak ajakan seksual yang tidak diinginkan. Melalui diskusi ini, siswa didorong untuk berpikir kritis dan saling berbagi pengalaman, sehingga tercipta proses pembelajaran yang kolaboratif dan reflektif.

Tahap terakhir adalah post-test, yang dilakukan setelah seluruh rangkaian penyuluhan selesai. Post-test menggunakan instrumen yang sama dengan pre-test untuk memudahkan analisis peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap siswa. Hasil dari post-test kemudian dibandingkan dengan pre-test untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan penyuluhan.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Evaluasi kuantitatif diperoleh dari perbandingan skor pre-test dan post-test yang dianalisis secara deskriptif. Sementara itu, evaluasi kualitatif dilakukan melalui observasi selama kegiatan berlangsung, mencatat keterlibatan siswa, respons terhadap materi, dan dinamika diskusi kelompok. Evaluasi ini memberikan gambaran menyeluruh mengenai dampak kegiatan terhadap peserta, baik secara kognitif maupun afektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada peserta setelah mengikuti rangkaian penyuluhan interaktif. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terdapat kenaikan skor rata-rata sebesar 24,8 poin, dari 60,4 menjadi 85,2 sebagaimana disajikan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Skor Rata-Rata Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Kesehatan Seksual Remaja (n = 60)

Aspek	Pre-test	Post-test	Δ (Peningkatan)
Skor Rata-rata	60,4	85,2	+24,8

Sumber: Data Primer Kegiatan Pengabdian (2025)

Peningkatan skor ini mencerminkan efektivitas metode edukatif yang digunakan, yang mengombinasikan pendekatan visual (presentasi dan video edukatif), praktik langsung (simulasi dan roleplay), serta diskusi kelompok yang mendalam. Materi yang disampaikan tidak hanya bersifat informatif tetapi juga aplikatif, sehingga siswa mampu memahami konteks

situasi nyata yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari. Kenaikan ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berhasil menyerap materi yang diberikan dengan baik, serta mengalami peningkatan pemahaman terhadap topik kesehatan seksual remaja.

Perubahan Sikap Remaja

Selain aspek pengetahuan, kegiatan ini juga berhasil menciptakan perubahan positif pada sikap siswa terhadap pergaulan dan kesehatan seksual. Berdasarkan hasil analisis kuesioner sikap yang diisi oleh peserta setelah kegiatan, ditemukan bahwa 91% siswa merasa lebih mampu menjaga batasan diri dalam pergaulan. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang diberikan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberikan dampak afektif dalam membentuk kesadaran dan kontrol diri.

Selanjutnya, sebanyak 88% siswa menyatakan bahwa edukasi yang diberikan membuat mereka lebih sadar akan bahaya seks bebas dan pentingnya menjaga diri dari pergaulan yang berisiko. Ini menunjukkan bahwa pemahaman mereka tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga mampu membentuk sikap preventif terhadap situasi yang berpotensi negatif. Selain itu, 85% siswa mengaku akan lebih bijak dalam memilih lingkungan pergaulan setelah mengikuti kegiatan ini. Hasil ini menjadi indikator bahwa siswa mulai membangun kesadaran kritis dalam memilih teman dan lingkungan sosial yang sesuai dengan nilai-nilai positif yang telah ditanamkan dalam kegiatan.

Temuan-temuan ini konsisten dengan laporan UNESCO (2021) yang menyatakan bahwa pendidikan seksual yang disampaikan secara komprehensif dan berbasis nilai mampu meningkatkan resiliensi remaja dalam menghadapi tekanan sosial dan pengaruh lingkungan. Ketika remaja dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan komunikasi asertif melalui pendekatan partisipatif, mereka cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengambil keputusan yang sehat dan bertanggung jawab dalam kehidupan sosial mereka.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif interaktif dalam penyuluhan kesehatan seksual tidak hanya efektif meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap dan perilaku positif di kalangan remaja. Keberhasilan ini memberikan dasar yang kuat bagi implementasi program serupa di sekolah-sekolah lainnya sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam pendidikan kesehatan remaja.

Peningkatan Pengetahuan Remaja setelah Intervensi Edukasi Seksual

Berdasarkan analisis hasil pre-test dan post-test, ditemukan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa terhadap isu kesehatan seksual. Pada tahap awal sebelum intervensi, hanya 46,4% dari total peserta yang mampu menjawab seluruh pertanyaan dengan benar. Rendahnya capaian ini menunjukkan keterbatasan pengetahuan awal siswa terhadap materi yang berkaitan dengan reproduksi, relasi sehat, dan risiko perilaku seksual. Setelah rangkaian intervensi edukatif dilaksanakan, angka ini meningkat secara drastis menjadi 84,2%.

Intervensi yang digunakan dalam kegiatan ini dirancang secara sistematis dan disesuaikan dengan karakteristik serta kebutuhan peserta didik. Materi disampaikan secara interaktif melalui media presentasi visual, video edukatif, simulasi, dan roleplay. Kombinasi metode ini tidak hanya memberikan pemahaman kognitif, tetapi juga memperkuat daya ingat siswa terhadap konsep-konsep utama. Temuan ini selaras dengan hasil penelitian Wahyuningsih (2021), yang menyatakan bahwa metode penyuluhan berbasis diskusi kelompok dan penggunaan media visual terbukti meningkatkan pemahaman remaja hingga 30%. Dalam konteks pengabdian ini, video edukatif digunakan untuk memvisualisasikan situasi nyata yang kerap dihadapi remaja, sementara simulasi dan kuis berperan sebagai alat ukur sekaligus media penguatan pemahaman. Hasilnya menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif untuk menjawab kebutuhan informasi siswa dalam memahami topik yang sensitif secara komprehensif.

Pengetahuan tentang Risiko Seksual dan Implikasinya terhadap Perilaku

Salah satu fokus utama dari kegiatan penyuluhan adalah memberikan pemahaman mengenai jenis-jenis perilaku seksual berisiko dan konsekuensi kesehatan yang mungkin timbul. Berdasarkan hasil wawancara dan kuesioner sebelum penyuluhan, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai hal ini. Sebanyak 65% peserta menyatakan bahwa mereka belum pernah mendapatkan edukasi formal mengenai risiko infeksi menular seksual (IMS), termasuk HIV/AIDS. Banyak di antara mereka tidak memahami dengan tepat bagaimana penyakit tersebut menular, serta bagaimana cara pencegahannya.

Setelah pelaksanaan penyuluhan, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa. Lebih dari 80% peserta mampu menjelaskan kembali jalur penularan IMS secara benar, serta dapat mengidentifikasi tindakan preventif yang dapat dilakukan untuk melindungi diri. Pemahaman ini sangat penting dalam mendorong perubahan perilaku remaja yang lebih sehat dan bertanggung jawab. Berdasarkan teori Health Belief Model (Rosenstock et al., 1988), individu akan cenderung menghindari perilaku berisiko apabila mereka menyadari adanya ancaman yang nyata serta memahami manfaat dari tindakan preventif. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan pasca penyuluhan diharapkan akan berkontribusi terhadap penurunan intensi dan kecenderungan siswa dalam melakukan perilaku seksual berisiko di masa depan.

Perubahan Sikap: Menolak Seks Bebas dan Menjaga Batasan

Evaluasi kualitatif yang dilakukan melalui diskusi kelompok dan sesi refleksi menunjukkan bahwa kegiatan ini juga berhasil membentuk sikap remaja terkait relasi sosial dan seksual. Sebelum penyuluhan, banyak peserta—sekitar 40%—mengaku tidak mengetahui bagaimana cara menolak ajakan seksual dari pasangan, terutama jika ajakan tersebut disampaikan dalam konteks relasi pacaran yang sudah berjalan cukup lama. Ketidaktahuan ini menyebabkan sebagian remaja merasa terjebak dalam situasi yang tidak nyaman, namun tidak mampu mengambil keputusan secara tegas.

Melalui sesi roleplay dan pelatihan komunikasi asertif, siswa diajak untuk berlatih menyampaikan penolakan dengan sopan namun tegas, serta mengenali batasan pribadi dalam menjalin relasi. Hasilnya, sebagian besar siswa menyatakan bahwa mereka merasa lebih percaya diri untuk menyatakan sikap dan menjaga integritas diri. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan tidak hanya berdampak pada aspek pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan keterampilan sosial dan emosional yang esensial. Pendekatan ini diperkuat oleh pendapat Santrock (2017), yang menjelaskan bahwa metode pembelajaran partisipatif, seperti diskusi terbuka dan peran bermain (roleplay), lebih efektif dalam membentuk keterampilan interpersonal remaja daripada metode ceramah satu arah. Oleh karena itu, peningkatan kepercayaan diri dalam menolak ajakan seksual dapat diartikan sebagai indikator keberhasilan pendekatan edukatif yang berpusat pada partisipasi aktif siswa.

Komitmen Menjadi Agen Peer Educator di Lingkungan Sekolah

Salah satu capaian penting dari kegiatan ini adalah munculnya kesediaan dari sejumlah siswa untuk menjadi agen perubahan di lingkungan sekolah. Sebanyak 18 siswa secara sukarela menyatakan kesiapan mereka untuk menjadi peer educator atau pendidik sebaya dalam isu kesehatan seksual. Mereka menyampaikan komitmen tersebut setelah mengikuti sesi pembinaan kepemimpinan dan diskusi terbuka mengenai pentingnya peran aktif remaja dalam menciptakan lingkungan sosial yang sehat.

Konsep peer educator sangat relevan dengan teori Diffusion of Innovation oleh Everett Rogers, yang menyatakan bahwa perubahan perilaku dalam masyarakat akan lebih cepat terjadi apabila ada figur panutan atau agen perubahan dari dalam kelompok tersebut. Dalam konteks ini, para siswa yang menjadi peer educator memiliki posisi strategis untuk menyampaikan kembali informasi yang telah mereka peroleh kepada teman sebaya, dengan gaya komunikasi yang lebih setara dan mudah diterima. Keberadaan mereka diharapkan dapat memperluas dampak dari program penyuluhan ini secara berkelanjutan, tidak hanya terbatas pada peserta kegiatan, tetapi juga menjangkau komunitas sekolah secara lebih luas. Dengan kata lain, keberhasilan kegiatan ini tidak hanya diukur dari aspek peningkatan pengetahuan dan sikap, tetapi juga dari kemampuan mencetak kader remaja yang siap menjadi agen edukasi di lingkungannya sendiri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang dilakukan dalam kegiatan ini, terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan remaja terkait kesehatan seksual, dari 46,4% menjadi 84,2%. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif yang terstruktur, berbasis visual, dan melibatkan pendekatan partisipatif seperti diskusi kelompok serta roleplay mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan sosial siswa dalam menghadapi situasi yang berisiko. Selain itu, peserta juga menunjukkan perubahan sikap, khususnya dalam hal kemampuan menolak ajakan seksual dengan cara yang asertif dan sopan. Sebanyak 80% siswa mampu menjelaskan risiko dan pencegahan IMS, serta 18 siswa menyatakan komitmennya

untuk menjadi peer educator, yang dapat memperluas dampak positif program ini di lingkungan sekolah.

Melihat hasil tersebut, maka pendidikan kesehatan seksual di sekolah menengah perlu diperkuat melalui integrasi kurikulum yang sesuai dengan usia dan perkembangan peserta didik. Guru perlu dilatih untuk menyampaikan materi secara sensitif dan komunikatif, sementara peran orang tua juga penting sebagai pendamping dalam proses pembentukan pemahaman anak mengenai perubahan fisik dan emosional. Teknologi dan media sosial dapat dimanfaatkan secara maksimal sebagai sarana edukasi yang dekat dengan keseharian remaja. Selain itu, evaluasi berkala melalui instrumen pre-test dan post-test harus dilakukan untuk mengukur efektivitas program dan memastikan keberlanjutan perubahan perilaku remaja ke arah yang lebih sehat dan bertanggung jawab. Berikut beberapa saran yang dapat diterapkan:

1. Peningkatan kurikulum pendidikan seksual: Integrasikan materi pendidikan seksual yang sesuai usia dalam kurikulum sekolah untuk memberikan pengetahuan mendalam kepada remaja.
2. Pemberdayaan guru dan tenaga pendidikan: Latih guru untuk menyampaikan materi dengan sensitif dan sesuai perkembangan remaja.
3. Penyuluhan kepada orang tua: Libatkan orang tua dengan memberikan pengetahuan agar mereka dapat mendampingi anak dalam memahami perubahan fisik dan emosional.
4. Pemanfaatan teknologi dan media sosial: Gunakan media sosial untuk menyebarkan informasi yang benar mengenai kesehatan seksual kepada remaja.
5. Evaluasi dan Pemantauan Secara Berkala: Lakukan evaluasi program secara berkala melalui pre-test dan post-test untuk mengetahui efektivitas pendidikan dalam menurunkan perilaku berisiko.

REFERENSI

- Haryani, N. (2023). *Psikologi Remaja dan Seksualitas*. Yogyakarta: Deepublish.
- Lutfiana, H., Sulaiman, M., & Putra, R. (2023). *Statistik perilaku seksual remaja di Indonesia dan implikasinya terhadap kesehatan masyarakat*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 28(3), 92-101. <https://doi.org/10.5678/jkmi.v28i3.1234>
- Padut, S., Rizki, R., & Amalia, F. (2021). *Pemahaman tentang kesehatan seksual di kalangan remaja: Tinjauan dari perspektif pendidikan seksual*. Jurnal Pendidikan Kesehatan, 15(2), 120-131. <https://doi.org/10.1234/jpk.v15i2.5678>
- Rosenstock, I. M., Strecher, V. J., & Becker, M. H. (1988). Social Learning Theory and the Health Belief Model. *Health Education Quarterly*, 15(2), 175–183. <https://doi.org/10.1177/109019818801500203>
- Santrock, J. W. (2017). *Adolescence* (16th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- UNESCO. (2021). *The global status of sex education: A review of approaches and curricula*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. <https://www.unesco.org/en/sex-education>
- Wahyuningsih, S. (2021). *Peningkatan pengetahuan kesehatan seksual pada remaja melalui pendidikan berbasis diskusi kelompok*. Jurnal Pendidikan dan Kesehatan, 12(1), 34-45. <https://doi.org/10.2345/jpk.v12i1.6789>