

Kesadaran Remaja Dalam Menjaga Diri Dari Pergaulan Bebas di SMA N 1 Batang Kuis

Yohana Samosir*¹, Pariqa Annisa², Elvalini Warnelis Sinaga³, Salsabila Ratu Hafiza⁴, Indah Novia Fitrah⁵, Sawilla Manik⁶, Anisa Nurqurotul⁷, Fifit Novelina Pulungan⁸, Nazli Maharani⁹, Elisa Vetrawati Tamba¹⁰, Lifa Nurmadani¹¹, Milka Septriani Hulu¹²

^{1,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13}Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas IMELDA Medan

²Fakultas MIPA dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Riau

email: yohanasamosir@gmail.com

Abstract

Free association or promiscuous behavior is a deviant form of behavior commonly experienced by teenagers and has negative impacts on their health, education, and future. The main causes include environmental influences, lack of sexual education, and weak parental supervision. This community service aimed to increase students' awareness regarding the risks of free association through health education, discussion, and the distribution of leaflets. The activity was carried out at SMAN 1 Batang Kuis involving 36 eleventh-grade students. The methods used included presentations, interactive discussions, and questionnaires. Results showed that 9 students (25%) had high understanding, 21 students (58.33%) had moderate understanding, and 6 students (16.67%) had low understanding. Most students obtained information from media (77.78%), while only 22.22% relied on non-media sources. The activity successfully increased students' awareness of free association and encouraged positive behavioral attitudes. Continuous education involving schools, parents, and communities is recommended to prevent deviant behavior in adolescents.

Keywords: *Free association, health education, counseling, teenagers, prevention.*

Abstrak

Pergaulan bebas merupakan perilaku menyimpang yang banyak dialami remaja dan berdampak negatif terhadap kesehatan, pendidikan, serta masa depan mereka. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai dampak pergaulan bebas melalui pendidikan kesehatan, diskusi, dan pembagian leaflet. Kegiatan dilaksanakan di SMAN 1 Batang Kuis dengan melibatkan 36 siswa kelas XI. Metode yang digunakan adalah presentasi, diskusi interaktif, dan pemberian kuesioner. Hasil menunjukkan bahwa 9 siswa (25%) memiliki pemahaman tinggi, 21 siswa (58,33%) kategori sedang, dan 6 siswa (16,67%) kategori rendah. Mayoritas siswa memperoleh informasi dari media (77,78%), sementara 22,22% dari non-media. Kegiatan ini meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga diri dari pergaulan bebas serta mendorong sikap positif dalam bergaul. Edukasi berkelanjutan yang melibatkan sekolah, orang tua, dan masyarakat direkomendasikan untuk mencegah perilaku menyimpang pada remaja.

Kata Kunci: *pergaulan bebas, pendidikan kesehatan, penyuluhan, remaja, pencegahan*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi yang sangat penting dalam perkembangan individu, ketika mereka mulai membentuk identitas diri dan memperluas lingkungan pergaulan. Pergaulan atau pertemanan menjadi ruang belajar, bersosialisasi, dan membangun

relasi yang bermanfaat bagi perkembangan sosial dan emosional. Menurut KBBI, pergaulan adalah kehidupan berteman atau bermasyarakat, sedangkan bebas bermakna tidak terhalang atau terikat aturan (Utami et al., 2021). Pergaulan bebas kemudian dipahami sebagai interaksi sosial yang tidak dibatasi oleh norma dan aturan yang berlaku,

sehingga berpotensi menimbulkan perilaku menyimpang (Kusmiati et al., 2022). Pada hakekatnya, pergaulan merupakan kebutuhan dasar manusia sebagai makhluk sosial, namun kebebasan tersebut tetap harus berada dalam koridor norma, etika, dan nilai yang berlaku di masyarakat.

Fenomena pergaulan bebas semakin marak terjadi pada remaja. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas berpelukan, berpegangan tangan, berduaan di tempat umum, merokok, hingga mengonsumsi minuman keras yang sebelumnya tabu kini dianggap hal biasa di kalangan pelajar (Tari & Tafonao, 2019). Penyuluhan kesehatan terbukti memiliki peran dalam mencegah perilaku seksual berisiko di kalangan siswa SMA, melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap bahaya pergaulan bebas (Soni, Hafid, & Sudyana, 2018). Perubahan gaya hidup dan pengaruh hedonisme membuat remaja cenderung mengeksplorasi hal baru tanpa mempertimbangkan risiko jangka panjang. Perilaku ini diperparah oleh penyalahgunaan narkoba dan minimnya kontrol diri, yang memicu munculnya perilaku seksual bebas dan penyalahgunaan zat (Febrika, Indaryati, & Pranata, 2021).

Penyebab pergaulan bebas tidak hanya berasal dari individu, tetapi juga dipengaruhi oleh keluarga, lingkungan, dan peran lembaga pendidikan yang belum optimal. Data menunjukkan bahwa 0,7% remaja perempuan dan 4,5% remaja laki-laki usia 15–19 tahun pernah melakukan hubungan seks pranikah, dengan pengalaman berpacaran pertama kali umumnya pada usia 15–17 tahun (Rondonuwu, Bokian, & Kasingku, 2024). Selain itu, media sosial semakin memperkuat paparan perilaku menyimpang melalui konten yang tidak terkontrol, sehingga menciptakan pergeseran nilai dan perilaku dalam kehidupan sosial remaja (Pugesehan, Siahaya, & Goha, 2023). Program sosialisasi berbasis media pembelajaran interaktif dapat membantu remaja memahami dampak negatif pergaulan bebas sambil tetap relevan

dengan kebutuhan generasi digital (Wijayanto & Putra, 2019).

Penguatan nilai moral dan keagamaan juga menjadi aspek penting dalam pembentukan karakter remaja. Pendidikan moral yang diberikan secara konsisten mampu membentuk perilaku positif, kesadaran diri, serta kemampuan menolak ajakan teman sebaya untuk terlibat dalam perilaku berisiko. Kegiatan pengabdian yang fokus pada penguatan nilai-nilai moral terbukti mampu menekan perilaku menyimpang di kalangan remaja (Pratiwi & Suhendar, 2020). Pendidikan karakter sangat penting untuk membentuk kemampuan remaja dalam mengambil keputusan yang tepat, menghindari tekanan sosial, dan mengenali risiko pergaulan bebas (Tryas Amanda Putri et al., 2025).

Dampak pergaulan bebas tidak hanya terkait masalah kesehatan reproduksi, tetapi juga mempengaruhi motivasi dan prestasi belajar. Remaja yang terlibat dalam hubungan seksual pranikah, penyalahgunaan narkoba, dan gaya hidup malam lebih rentan mengalami penurunan akademik, konflik keluarga, dan risiko kesehatan seperti penyakit menular seksual, HIV/AIDS, dan kehamilan tidak diinginkan (Faturachman et al., 2024). Oleh karena itu, upaya pencegahan melalui edukasi, pengawasan, dan pendampingan sangat diperlukan untuk melindungi remaja dari konsekuensi negatif tersebut. Kegiatan penyuluhan di sekolah menjadi salah satu strategi efektif karena dapat menjangkau remaja secara langsung dalam setting pembelajaran formal.

Urgensi kegiatan pengabdian ini didukung oleh kebutuhan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja mengenai risiko pergaulan bebas. Keterlibatan keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial menjadi aspek kunci dalam membentuk perilaku remaja. Komunikasi terbuka antara anak dan orang tua, pengawasan aktivitas, serta pemberian informasi yang benar secara konsisten mampu mengurangi kecenderungan perilaku menyimpang (Verkuyten, 2018). Remaja juga perlu menyadari nilai dirinya, memilih

lingkungan pertemanan yang sehat, dan menjauhi budaya yang tidak sesuai dengan norma masyarakat (Nur Najwa Solehah Binti Hasan Ashaari, 2019).

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai bahaya pergaulan bebas melalui penyuluhan dan diskusi edukatif. Edukasi kesehatan reproduksi, penguatan nilai moral, serta media interaktif menjadi rencana pemecahan masalah untuk menumbuhkan kesadaran dan sikap positif dalam menjaga pergaulan (Soni, Hafid, & Sudyana, 2018; Wijayanto & Putra, 2019; Pratiwi & Suhendar, 2020). Dengan demikian, diharapkan kegiatan ini dapat berkontribusi dalam pencegahan perilaku menyimpang di kalangan remaja dan memperkuat peran sekolah serta keluarga dalam pembinaan karakter.

METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode presentasi dan diskusi kepada seluruh siswa kelas XI (A). Keseluruhan jumlah siswa 36 orang. Setelah pemberian materi melalui presentasi dan diskusi yang dilakukan kegiatan dilanjutkan dengan menjawab kuisisioner sebanyak 10 soal, dengan pertanyaan Dikotomis (*Dichotomous Question*) dan dokumentasi.

Penyuluhan dilakukan pada hari Jumat, 10 Mei 2025 pada pukul 09.30 WIB sampai 10.30 WIB. Proses penyuluhan dilakukan dengan mendatangi sekolah SMAN 1 Batang Kuis. Para mahasiswa yang didampingi guru melakukan sosialisasi dan pembagian leaflet serta pembagian vitacimin. Sistem penyuluhan dilakukan dengan sistem diskusi dan bincang-bincang. Hal ini ditujukan untuk mengefektifkan proses sosialisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan penyuluhan ini Kegiatan penyuluhan tentang “Kesadaran Remaja dalam Menjaga Diri dari

Pergaulan Bebas” telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Batang Kuis dengan jumlah peserta sebanyak 36 siswa kelas XI. Kegiatan dilakukan melalui metode presentasi, diskusi interaktif, dan pembagian leaflet. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai bahaya dan dampak dari pergaulan bebas serta mendorong sikap positif dalam menjaga pergaulan mereka.

Setelah penyuluhan, siswa diberikan kuisisioner untuk mengetahui tingkat pemahaman mereka serta sumber informasi yang paling banyak mereka gunakan. Berikut adalah hasil distribusi berdasarkan dua variabel tersebut:

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pemahaman Siswa Tentang Pergaulan Bebas

Variabel	Jumlah	Prentasi (%)
Pemahaman tinggi	9	25.00%
Pemahaman sedang	21	58.33%
Pemahaman rendah	6	16.67%
Total	36	100.00%
Informasi		
Non Media	8	22.22%
Media	28	77.78%

Dari tabel 1, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa memiliki pemahaman yang cukup baik (kategori sedang dan tinggi mencapai 83,33%), dan sebagian besar memperoleh informasi dari media (77,78%). Hal ini mencerminkan efektivitas penyuluhan serta dominasi media sebagai sumber utama informasi bagi remaja.

Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa metode edukasi langsung dengan pendekatan diskusi terbuka cukup efektif dalam membangun kesadaran remaja. Dokumentasi kegiatan menunjukkan bahwa siswa aktif bertanya, berdiskusi, dan memberi tanggapan terhadap materi yang disampaikan, yang menjadi indikator bahwa mereka menerima materi dengan baik.

Melalui penyuluhan tatap muka dan diskusi yang interaktif, siswa mendapatkan

kesempatan untuk bertanya, berdiskusi, dan memahami informasi secara lebih mendalam. Penyuluhan ini tidak hanya memberikan data, tetapi juga membangun kesadaran dan nilai perlindungan diri terhadap pengaruh lingkungan. Dengan keterlibatan aktif dari guru, mahasiswa, dan institusi pendidikan, penyuluhan ini menjadi bagian dari proses pembentukan karakter remaja secara lebih holistik.

Oleh karena itu, meskipun media memainkan peran penting, perlu ada kontrol, pendampingan, dan edukasi langsung dari pihak sekolah dan keluarga untuk menyeimbangkan pengaruh media tersebut. Strategi edukasi yang berkelanjutan dan kolaboratif menjadi kunci dalam membangun generasi muda yang sadar, bertanggung jawab, dan terlindungi dari risiko pergaulan bebas.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di SMAN 1 Batang Kuis, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai pergaulan bebas, khususnya dalam mengenali dampak dan risikonya. Hal ini tercermin dari dominannya siswa dalam kategori pemahaman sedang dan tinggi. Namun, masih ditemukan siswa dengan pemahaman rendah, yang menandakan pentingnya pemberian edukasi lanjutan, baik melalui sekolah maupun lingkungan keluarga.

Penyuluhan dengan metode diskusi interaktif dan pemberian leaflet terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa.

Oleh karena itu, direkomendasikan agar kegiatan serupa dilakukan secara rutin dan berkelanjutan sebagai upaya preventif terhadap perilaku menyimpang pada remaja.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMA Negeri 1 Batang Kuis yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] W. H. Utami, I. Sofiyanti, T. A. Apriani, D. A. Sartika, Yulia, I. Triyani, Y. S. Eken, et al., "Penyebab Terjadinya Pergaulan Bebas di Kalangan Remaja," *Seminar Nasional Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, pp. 29–42, 2021.
- [2] M. Kusmiati, F. N. Ramadani, M. Nadia, and R. Nursyam, "Pendidikan Kesehatan: Bahaya Pergaulan Bebas Remaja," *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan*, vol. 2, no. 1, pp. 1–8, 2022, doi: 10.34305/jppk.v2i01.441.
- [3] E. Tari and T. Tafonao, "Tinjauan Teologis-Sosiologis terhadap Pergaulan Bebas Remaja," *Dunamis: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani*, vol. 3, no. 2, pp. 199–211, 2019.
- [4] S. Soni, A. Hafid, and D. Sudyana, "Penyuluhan Kesehatan Reproduksi untuk Pencegahan Seks Bebas pada Siswa SMA Negeri 1 Bangkinang," *J. Pengabd. Untuk Mu NegeRI*, vol. 2, no. Mei, pp. 17–20, 2018.
- [5] A. Febrika, S. Indaryati, and L. Pranata, "Perilaku Berisiko HIV/AIDS: Seks Bebas dan Penyalahgunaan Narkoba pada Remaja di SMK X Kota Palembang," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju*, vol. 2, no. 1, pp. 25–31, 2021, doi: 10.33221/jpmim.v2i01.1023.
- [6] D. J. Rondonuwu, G. M. Bokian, and J. D. Kasingku, "Peran Keluarga dalam Mengatasi Dampak Negatif dari Pergaulan Bebas," *Jurnal Educatio*, vol. 10, no. 3, pp. 910–919, 2024.

- [7] D. J. Pugesehan, A. Siahaya, and M. M. Goha, "Dampak Media Sosial terhadap Perilaku Seks Bebas Remaja," *Karya Kesehatan Siwalima*, vol. 2, no. 1, pp. 21–26, 2023, doi: 10.54639/kks.v2i1.968.
- [8] R. Wijayanto and S. A. Putra, "Sosialisasi Bahaya Pergaulan Bebas melalui Media Pembelajaran Interaktif pada Remaja Sekolah Menengah," *J. Pengabdi. Untuk Mu NegeRI*, vol. 3, no. 2, pp. 25–31, 2019.
- [9] H. Pratiwi and F. Suhendar, "Penguatan Nilai Moral dan Keagamaan dalam Upaya Pencegahan Perilaku Menyimpang pada Remaja," *J. Pengabdi. Untuk Mu NegeRI*, vol. 4, no. 1, pp. 41–47, 2020.
- [10] T. A. Putri, T. A. Putri, R. A. Puriani, and R. M. Putri, "Tren Penelitian Dampak Pergaulan Bebas pada Remaja," *Jurnal Nakula: Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Ilmu Sosial*, vol. 3, no. 3, pp. 200–211, 2025, doi: 10.61132/nakula.v3i3.1816.
- [11] F. A. Faturachman, M. Anjani, T. J. E. Hutasoit, and H. Antoni, "Dampak Pergaulan Bebas Kalangan Remaja dalam Perspektif Hukum dan Kriminologi," *Sains Student Research*, vol. 2, no. 1, pp. 614–627, 2024.
- [12] M. Mbayang, C., "Pergaulan Bebas di Kalangan Remaja," *JLEB: Journal of Law, Education and Business*, vol. 2, no. 1, pp. 366–372, 2024, doi: 10.57235/jleb.v2i1.1669.
- [13] F. Faturachman, A. Dewi, M. Anjani, and T. Hutasoit, "Dampak Pergaulan Bebas terhadap Motivasi Belajar dan Kesehatan Remaja," *Servire: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 2, no. 1, pp. 103–116, 2022, doi: 10.46362/servire.v2i1.97.
- [14] M. Verkuyten, "Religious Fundamentalism and Radicalization among Muslim Minority Youth in Europe," *European Psychologist*, vol. 23, no. 1, pp. 21–31, 2018, doi: 10.1027/1016-9040/a000314.
- [15] N. N. S. B. H. Ashaari, "Masalah Pergaulan Bebas dalam Kalangan Remaja Sekolah," *International Journal of Humanities, Management and Social Science*, vol. 2, no. 1, pp. 38–50, 2019, doi: 10.36079/lamintang.ij-humass-0201.21.