

PENDEKATAN BIMBINGAN KONSELING KOMUNITAS DALAM MEMBANGUN KESADARAN SEKSUAL YANG BERTANGGUNG JAWAB PADA REMAJA

Maria Evangelique Widiawan, Yeyen Yofiana, Danny Kurnia Akbar, Muslikah, Ashari Mahfud

Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

e-mail: mariawidiawan09@students.unnes.ac.id, yeyenyofiana@student.unnes.ac.id,
dannykurnia35@students.unnes.ac.id, muslikah@mail.unnes.ac.id,
ashari.mahfud@mail.unnes.ac.id

Abstrak

Masa remaja merupakan periode krusial dalam perkembangan individu, di mana perubahan fisik, emosional, dan sosial mendorong terbentuknya kesadaran seksual. Kurangnya pemahaman yang tepat mengenai seksualitas membuat remaja rentan terhadap perilaku seksual berisiko seperti kehamilan tidak diinginkan dan penyakit menular seksual. Bimbingan konseling komunitas hadir sebagai pendekatan efektif untuk mengatasi permasalahan ini dengan melibatkan keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam proses edukasi seksual. Pendekatan ini menyediakan ruang aman bagi remaja untuk berdialog, memahami hak-hak seksual, serta membangun nilai dan sikap yang positif terhadap seksualitas. Selain itu, strategi implementasi yang memanfaatkan media sosial sebagai sarana edukasi turut memperluas jangkauan informasi yang akurat kepada remaja. Program-program seperti Kelas Remaja menunjukkan bahwa keterlibatan aktif berbagai pihak dapat meningkatkan kesadaran seksual yang bertanggung jawab dan mengurangi perilaku berisiko. Melalui bimbingan konseling komunitas, tercipta lingkungan suportif yang memungkinkan remaja membuat keputusan seksual yang bijak, sehingga berkontribusi pada pembentukan generasi yang sehat secara fisik, mental, dan sosial. Pendekatan ini menjadi investasi penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi dan kesejahteraan remaja di masa depan.

Kata kunci: bimbingan konseling komunitas, kesadaran seksual, remaja, pendidikan seksual, perilaku berisiko

Article History

Received: April 2025

Reviewed: April 2025

Published: April 2025

Plagiarism Checker No 77

Prefix DOI :

10.8734/liberosis.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi yang krusial dalam kehidupan individu, ditandai oleh perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Salah satu aspek penting yang mulai berkembang dalam masa ini adalah kesadaran seksual (Bobyanti, 2023). Namun, minimnya pemahaman yang tepat tentang seksualitas sering kali membuat remaja rentan terhadap perilaku seksual berisiko, seperti hubungan seksual pranikah, kehamilan tidak diinginkan, serta penyebaran penyakit menular seksual. Perlu adanya pendekatan edukatif yang mampu membantu remaja memahami dan mengelola perkembangan seksual mereka secara bertanggung jawab.

Menurut Amalianita et al. (2023) salah satu pendekatan yang efektif untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui bimbingan konseling komunitas. Pendekatan ini tidak

hanya berfokus pada individu, tetapi juga melibatkan peran aktif lingkungan sekitar seperti keluarga, sekolah, tokoh masyarakat, dan lembaga sosial. Melalui bimbingan konseling komunitas, remaja dapat memperoleh informasi yang benar tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas, serta diarahkan untuk membangun nilai dan sikap yang positif terhadap tanggung jawab seksual. Intervensi ini bertujuan menciptakan ruang aman dan suportif bagi remaja untuk berdialog serta menumbuhkan kesadaran kritis terhadap pilihan dan konsekuensi dari setiap tindakan.

Urgensi penerapan bimbingan konseling komunitas dalam isu ini juga semakin tinggi mengingat pengaruh media sosial dan internet yang kian kuat terhadap perilaku remaja. Tanpa pendampingan yang tepat, informasi yang salah dapat dengan mudah diakses dan membentuk pola pikir yang keliru (Nursiti, 2023). Dengan membangun kesadaran seksual yang bertanggung jawab melalui pendekatan komunitas bukan hanya menjadi solusi preventif, tetapi juga menjadi investasi jangka panjang dalam membentuk generasi yang sehat secara fisik, mental, dan sosial.

PEMBAHASAN

Pentingnya Kesadaran Seksual yang Bertanggung Jawab pada Remaja

Pentingnya kesadaran seksual yang bertanggung jawab pada remaja merupakan hal yang tidak bisa dipandang sebelah mata, terutama dalam konteks perkembangan fisik, emosional, dan sosial yang mereka alami (Kusumaningrum et al., 2024). Remaja berada pada usia yang rentan terhadap perubahan besar dalam tubuh dan pikiran mereka, yang sering kali mengarah pada eksperimen seksual. Menurut data dari *World Health Organization* (WHO), sekitar 16 juta remaja perempuan di seluruh dunia mengalami kehamilan tidak diinginkan setiap tahun, dan sebagian besar kasus ini terjadi pada remaja yang belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang kesehatan seksual dan reproduksi. Tanpa adanya kesadaran seksual yang baik, remaja tidak hanya berisiko terhadap kehamilan yang tidak diinginkan tetapi juga dapat terinfeksi penyakit menular seksual (PMS), yang angka prevalensinya cenderung lebih tinggi di kalangan remaja dibandingkan dengan kelompok usia lainnya (Fitri et al., 2022).

Nisa (2019) menyatakan kesadaran seksual yang bertanggung jawab mencakup pemahaman yang benar tentang hak-hak seksual, pengenalan terhadap risiko yang dapat ditimbulkan dari hubungan seksual yang tidak aman, dan kemampuan untuk membuat keputusan yang tepat terkait seksualitas. Sebuah studi oleh *Guttmacher Institute* menunjukkan bahwa remaja yang mendapatkan pendidikan seksual yang menyeluruh lebih cenderung untuk menggunakan alat kontrasepsi dan melakukan hubungan seksual yang aman dibandingkan mereka yang tidak mendapatkan pendidikan tersebut. Selain itu, remaja yang sadar akan konsekuensi dari perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab, baik secara fisik maupun psikologis, lebih mampu menjaga diri mereka dari dampak negatif seperti stres emosional, depresi, dan kecemasan yang seringkali muncul setelah terlibat dalam hubungan seksual yang tidak diinginkan atau tidak aman (Amalianita et al., 2023).

Dalam konteks Indonesia, di mana diskusi mengenai seksualitas masih dianggap tabu di banyak kalangan, kesadaran seksual yang bertanggung jawab menjadi lebih penting. Berdasarkan data dari *Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional* (BKKBN), hampir 80% remaja Indonesia belum mendapatkan pendidikan seks yang memadai di sekolah maupun di rumah (Nursiti, 2023). Hal ini membuat mereka rentan terhadap mitos dan informasi yang salah mengenai seksualitas, yang pada gilirannya dapat meningkatkan angka kehamilan remaja dan penyebaran PMS. Menurut pendapat (Kusumaningrum et al., 2024), kurangnya kesadaran seksual yang bertanggung jawab juga berkontribusi pada rendahnya penggunaan kontrasepsi di kalangan remaja, yang mengarah pada meningkatnya jumlah remaja yang terlibat dalam kehamilan yang tidak direncanakan dan berisiko tinggi terhadap kesehatan reproduksi mereka.

Untuk itu, pentingnya kesadaran seksual yang bertanggung jawab pada remaja harus menjadi fokus utama dalam pendidikan dan bimbingan mereka. Pendekatan yang holistik dan

berbasis pada bimbingan konseling komunitas dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya menjaga kesehatan seksual dan membuat keputusan yang bertanggung jawab. Menyediakan informasi yang akurat dan memadai tentang seksualitas, melalui berbagai platform seperti sekolah, media sosial, dan keluarga, adalah langkah penting dalam membangun kesadaran seksual yang sehat di kalangan remaja.

Bimbingan Konseling Komunitas sebagai Pendekatan Pendidikan Seksual

Bimbingan konseling komunitas sebagai pendekatan dalam pendidikan seksual untuk remaja memiliki peran yang sangat penting dalam membantu mereka memahami perkembangan seksual mereka dan membuat keputusan yang bijak terkait seksualitas. Berdasarkan data dari *American Counseling Association* dalam (Fitri et al., 2022), bimbingan konseling berfokus pada pemberian informasi yang akurat, penyuluhan, serta membimbing remaja untuk memahami nilai-nilai, sikap, dan perilaku yang sehat terkait seksualitas. Pendekatan ini juga berfungsi untuk mengurangi ketidakpastian atau kebingungan yang sering dialami oleh remaja ketika mereka memasuki tahap perkembangan seksual. Dalam konteks pendidikan seksual, konselor berperan untuk menyediakan ruang aman bagi remaja agar mereka dapat mengungkapkan perasaan dan pertanyaan mereka seputar seksualitas tanpa takut dihakimi.

Selain itu, bimbingan konseling komunitas yang melibatkan berbagai pihak seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat sekitar dapat menciptakan lingkungan yang mendukung remaja dalam membuat keputusan seksual yang bertanggung jawab. Penelitian yang dilakukan oleh *United Nations Population Fund (UNFPA)* dalam Lin et al. (2023) mengungkapkan bahwa pendidikan seksual yang melibatkan berbagai pihak ini lebih efektif dalam mengurangi angka kehamilan remaja dan infeksi penyakit menular seksual (PMS). Keluarga sebagai unit pertama dalam memberikan pendidikan seksual memiliki peran besar, namun sekolah dan masyarakat juga tidak kalah pentingnya. Jika bimbingan konseling komunitas dijalankan dengan baik, maka akan tercipta sistem dukungan yang saling melengkapi, yang memungkinkan remaja untuk lebih mudah mengakses informasi yang benar dan membentuk pola pikir yang lebih sehat terhadap seksualitas (Greer et al., 2024).

Pendekatan bimbingan konseling komunitas juga membantu menciptakan keterbukaan dalam diskusi tentang seksualitas di kalangan remaja. Berdasarkan laporan dari *World Health Organization (WHO)*, kurangnya komunikasi tentang seksualitas di keluarga dan lingkungan sekitar dapat menyebabkan remaja lebih rentan terhadap perilaku seksual berisiko (Gudyanga et al., 2019). Bimbingan konseling yang berbasis komunitas memberikan kesempatan untuk membuka dialog yang konstruktif, mengurangi stigma dan ketidaknyamanan yang sering terjadi dalam percakapan tentang seksualitas. Konselor yang terlatih dapat memberikan pemahaman yang jelas tentang konsekuensi dari perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab, serta memberikan dukungan emosional yang dibutuhkan remaja untuk membuat keputusan yang tepat.

Pada akhirnya, bimbingan konseling komunitas sebagai pendekatan pendidikan seksual memiliki potensi besar dalam menciptakan remaja yang lebih sadar akan seksualitas mereka, serta memiliki keterampilan untuk menjaga kesehatan reproduksi dan melakukan hubungan seksual yang aman. Data dari *Guttmacher Institute* menunjukkan bahwa program pendidikan seksual yang berbasis komunitas dapat mengurangi 30% hingga 40% angka kehamilan remaja, serta menurunkan tingkat penyebaran penyakit menular seksual secara signifikan. Dengan melibatkan berbagai pihak dalam proses bimbingan dan memberikan akses terhadap informasi yang akurat, remaja dapat didorong untuk membuat keputusan yang lebih bijak dan bertanggung jawab dalam hal seksualitas, yang pada gilirannya akan berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Strategi dan Implementasi Bimbingan Konseling Komunitas dalam Meningkatkan Kesadaran Seksual Remaja

Strategi dan implementasi bimbingan konseling komunitas dalam meningkatkan kesadaran seksual remaja di Indonesia dapat dijalankan melalui berbagai pendekatan yang melibatkan keluarga, sekolah, dan masyarakat sekitar. Salah satu contoh nyata dari implementasi ini dapat ditemukan dalam program *Kelas Remaja* yang dilaksanakan oleh Yayasan *Pelita Ilmu* di beberapa daerah di Indonesia (DePaul et al., 2009). Program ini bertujuan untuk memberikan pendidikan seksual yang komprehensif kepada remaja dengan melibatkan orang tua dan guru. Dalam program ini, remaja diajarkan tentang hak-hak reproduksi, pengaruh media terhadap pemahaman seksual, serta cara membuat keputusan seksual yang sehat dan bertanggung jawab. Hasil dari program ini menunjukkan bahwa dengan bimbingan yang tepat, banyak remaja yang lebih terbuka dalam berdiskusi tentang masalah seksual dan mampu mengidentifikasi perilaku berisiko.

Salah satu strategi utama yang diterapkan dalam program ini adalah penggunaan pendekatan berbasis komunitas yang menghubungkan remaja dengan berbagai sumber daya lokal (Saripah & Nadhirah, 2020). Dalam konteks ini, bimbingan konseling tidak hanya dilakukan di sekolah, tetapi juga di rumah dan lingkungan sekitar. Misalnya, orang tua dilibatkan dalam sesi bimbingan untuk memahami bagaimana mereka dapat memberikan pendidikan seksual yang benar kepada anak-anak mereka. Hal ini terbukti efektif, seperti yang tercatat dalam penelitian *The Indonesian Youth Reproductive Health Survey (2021)*, yang menunjukkan bahwa keluarga yang terlibat aktif dalam pendidikan seksual cenderung memiliki anak remaja yang lebih paham tentang kesehatan reproduksi dan lebih jarang terjerumus dalam perilaku seksual berisiko.

Implementasi bimbingan konseling komunitas juga melibatkan pemanfaatan media sosial sebagai sarana edukasi. Dalam beberapa kasus di Indonesia, seperti yang dilakukan oleh *Komunitas Remaja Sehat* di Jakarta, bimbingan konseling menggunakan platform digital seperti Instagram, YouTube, dan WhatsApp untuk menyebarkan informasi yang akurat tentang seksualitas. Program ini terbukti efektif karena dapat menjangkau remaja yang lebih sulit mengakses informasi di luar dunia maya (Defrianti et al., 2024). Melalui pendekatan ini, remaja diberikan informasi yang berbasis pada data dan fakta, serta diajak untuk berpartisipasi dalam diskusi online mengenai masalah seksual, sehingga mereka merasa lebih nyaman dan tidak merasa dihakimi.

KESIMPULAN

Bimbingan konseling komunitas merupakan pendekatan yang sangat efektif dalam meningkatkan kesadaran seksual yang bertanggung jawab pada remaja. Dengan melibatkan keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam pendidikan seksual, remaja dapat memperoleh informasi yang akurat dan dukungan emosional yang diperlukan untuk membuat keputusan seksual yang sehat. Program seperti *Kelas Remaja* yang dilaksanakan oleh Yayasan *Pelita Ilmu* di Indonesia telah menunjukkan hasil positif dalam membuka diskusi tentang seksualitas dan mengurangi perilaku seksual berisiko. Pendekatan berbasis komunitas ini membantu menciptakan lingkungan yang lebih mendukung dan aman bagi remaja, sehingga mereka dapat mengembangkan sikap yang lebih bijak terhadap kesehatan reproduksi mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, L. (2024). What Can the Netflix Series Sex Education Teach School-Based Sexuality Education?. *American Journal of Sexuality Education*, 19(4), 398-416.
- Amalianita, B., Eliza, R., Nurnilamsari, N., Putra, R. P., Rahmayanty, D., & Kusnaini, U. N. (2023). Peran Pendidikan Karakter Remaja Di Sekolah serta Implikasi Terhadap Layanan BK. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 8(2), 276-283.

- Amalianita, B., Eliza, R., Nurnilamsari, N., Putra, R. P., Rahmayanty, D., & Kusnaini, U. N. (2023). Peran Pendidikan Karakter Remaja Di Sekolah serta Implikasi Terhadap Layanan BK. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 8(2), 276-283.
- Bobyanti, F. (2023). Kenakalan Remaja. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 1(2), 476-481.
- Defrianti, A., Ananda, D., Lembayun, M., Fatimah, N., Pramasti, S. W., & Ninggrum, W. (2024). The Role of Guidance and Counseling in the Mental Well-Being of Adolescents. *BICC Proceedings*, 2, 113-118.
- Defrianti, A., Ananda, D., Lembayun, M., Fatimah, N., Pramasti, S. W., & Ninggrum, W. (2024). The Role of Guidance and Counseling in the Mental Well-Being of Adolescents. *BICC Proceedings*, 2, 113-118.
- DePaul, J., Walsh, M. E., & Dam, U. C. (2009). The role of school counselors in addressing sexual orientation in schools. *Professional School Counseling*, 12(4), 2156759X0901200402.
- Fitri, R., Yuniarti, E., & Fifendy, M. (2022). Peningkatan Peran Guru BK dalam Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja terhadap Siswa SMP Se-Kabupaten Solok Selatan. *JPMB: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 5(1), 73-80.
- Fitri, R., Yuniarti, E., & Fifendy, M. (2022). Peningkatan Peran Guru BK dalam Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja terhadap Siswa SMP Se-Kabupaten Solok Selatan. *JPMB: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 5(1), 73-80.
- Greer, K. M., Khan, S., Sangmo, D., Greene, A., & Rutkowski, D. (2024). Navigating the future of sexuality education in the USA: applying technology mediation theory to AI-Facilitated Sexuality Education. *Sex Education*, 1-15.
- Gudyanga, E., De Lange, N., & Khau, M. (2019). Zimbabwean secondary school Guidance and Counseling teachers teaching sexuality education in the HIV and AIDS education curriculum. *SAHARA-J: Journal of social aspects of HIV/AIDS*, 16(1), 35-50.
- Kusumaningrum, P. R., Elsera, C., Sulistyowati, A. D., Sari, D. P., & Suciana, F. (2024). *Peran Pendidikan Seks dalam Membangun Kesadaran Seksual Remaja*. MEGA PRESS NUSANTARA.
- Kusumaningrum, P. R., Elsera, C., Sulistyowati, A. D., Sari, D. P., & Suciana, F. (2024). *Peran Pendidikan Seks dalam Membangun Kesadaran Seksual Remaja*. MEGA PRESS NUSANTARA.
- Lin, X., Sun, S., He, X., & Zhang, A. (2023). How the GenAI sex education advisor became feasible: exploring the future design principles for child sex education in the community.
- Nisa, A. (2019). Analisis Kenakalan Siswa Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Konseling. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(2), 102-123.
- Nursiti, N. (2023). Membangun Kesadaran Anti-Fraud dan Edukasi Seksual Sejak Dini pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Sains*.
- Nursiti, N. Membangun Kesadaran Anti-Fraud dan Edukasi Seksual Sejak Dini pada Remaja.
- Sa'adah, S. A., & Sairazi, A. H. (2024). Enhancing Marriage Age Awareness through Comprehensive Sexuality Education: A Multicultural Approach in Rural Aluh-Aluh Besar, Kabupaten Banjar, Indonesia. *Kawanua International Journal of Multicultural Studies*, 5(1), 15-25.
- Saripah, I., & Nadhirah, N. A. (2020, February). Guidance and Counseling to Improve Healthy Sexual Behavior of Adolescents in West Java. In *International Conference on Educational Psychology and Pedagogy-" Diversity in Education"(ICEPP 2019)* (pp. 121-125). Atlantis Press.
- Syofiyanti, D., Suryani, I., Noerhartati, E., Arifudin, O., Pertiwi, M. R., Lani, T., ... & Lestari, N. P. (2024). Implementation of the " Know Yourself Early" Material Sex Education for Children in Schools. *International Journal of Community Care of Humanity (IJCCH)*, 2(9).