



Urgensi Pendidikan Seks di Sekolah Mencegah Bukan Mengajarkan: Membangun Generasi Muda yang Sehat dan Bertanggung Jawab

Cut Kumala Sari¹, Melianda Putri^{2*}, Delima Putri³

¹⁻³ Universitas Samudra Indonesia, Indonesia

Alamat: Jl, Prof. Dr. Syarief Thayeb, Meurandeh, Kec. Langsa Lama, Kota Langsa, Aceh

Korespondensi penulis: meliantaaa110@gmail.com*

Abstract. Sex education in schools is an important aspect in supporting the growth and development and reproductive health of children and adolescents. However, in Indonesia, there is cultural resistance regarding the open discussion of sex education. Sex education in schools plays an important role in shaping the character and knowledge of adolescents regarding reproductive health, responsible sexual behavior, and prevention of various risks such as HIV/AIDS, premarital pregnancy, and sexually transmitted diseases. This article reviews the importance of sex education as an integral part of the school curriculum, with an approach to preventing deviant behavior and building a healthy and responsible young generation. It is hoped that through appropriate education, adolescents will be able to make wise and responsible decisions, and reduce the number of incidents that are detrimental to them. This discusses the urgency of implementing sex education in schools with a preventive approach, not just theoretical teaching. Preventive sex education aims to equip students with the knowledge, attitudes, and skills to maintain reproductive health, prevent unwanted pregnancies, sexually transmitted diseases, and sexual violence. The implementation of sex education that is appropriate to the cultural context and involves various stakeholders in schools is crucial in creating an inclusive and safe learning environment.

Keywords: Sex education, school, prevention, young generation, reproductive health, responsibility

Abstrak. Pendidikan seks di sekolah merupakan aspek penting dalam mendukung tumbuh kembang dan kesehatan reproduksi anak-anak dan remaja. Namun, di Indonesia, terdapat resistensi budaya terkait pembahasan pendidikan seks secara terbuka. Pendidikan seks di sekolah memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi, perilaku seksual yang bertanggung jawab, serta pencegahan terhadap berbagai risiko seperti HIV/AIDS, kehamilan di luar nikah, dan penyakit menular seksual. Artikel ini mengulas pentingnya pendidikan seks sebagai bagian integral dari kurikulum sekolah, dengan pendekatan mencegah perilaku menyimpang dan membangun generasi muda yang sehat dan bertanggung jawab. Diharapkan, melalui pendidikan yang tepat, remaja akan mampu membuat keputusan secara bijak dan bertanggung jawab, serta mengurangi angka kejadian yang merugikan mereka. Hal ini membahas urgensi penerapan pendidikan seks di sekolah dengan pendekatan pencegahan, bukan sekadar pengajaran teori. Pendidikan seks pencegahan bertujuan membekali siswa dengan pengetahuan, sikap, dan keterampilan untuk menjaga kesehatan reproduksi, mencegah kehamilan yang tidak diinginkan, penyakit menular seksual, serta kekerasan seksual. Implementasi pendidikan seks yang sesuai dengan konteks budaya dan melibatkan berbagai pemangku kepentingan di sekolah sangat krusial dalam menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan aman.

Kata kunci: Pendidikan seks, sekolah, pencegahan, generasi muda, kesehatan reproduksi, tanggung jawab

1. PENDAHULUAN

Pertumbuhan teknologi dan akses informasi yang cepat membuat remaja lebih mudah mendapatkan berbagai konten tentang seksualitas, termasuk yang berisi konten negatif. Oleh karena itu, pendidikan seks di sekolah perlu diarahkan pada upaya pencegahan agar remaja tidak mudah terjebak dalam perilaku menyimpang. Pendidikan ini harus mampu meningkatkan kesadaran akan risiko dan konsekuensi dari perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab, serta membangun sikap dan perilaku positif. Perubahan fisik yang terjadi selama masa ini termasuk perkembangan organ reproduksi dan ciri-ciri seksual sekunder,

sementara aspek kognitif mulai berkembang dengan kemampuan berpikir abstrak dan penalaran yang lebih kompleks. Selain itu, aspek psikososial juga mengalami dinamika yang tinggi, seperti pencarian identitas, kebutuhan akan pengakuan, serta dorongan untuk berkumpul dan berinteraksi dengan teman sebaya. Situasi ini membuat remaja menjadi sangat rentan terhadap berbagai risiko, termasuk penyebaran penyakit seksual menular, kehamilan di luar nikah, serta dinamika hubungan yang tidak sehat dan berpotensi menimbulkan masalah kesehatan mental.

Di tengah tantangan tersebut, akses terhadap informasi yang benar dan pendidikan yang tepat menjadi sangat penting. Perkembangan teknologi dan mudahnya akses informasi melalui genggaman tangan remaja, seperti melalui ponsel dan internet, semakin menyadarkan pentingnya peran sekolah, orang tua, dan masyarakat dalam memberikan pemahaman yang akurat tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas sehingga remaja tidak terpapar konten negatif yang dapat mempengaruhi perilaku mereka. Seiring dengan meningkatnya kebutuhan akan pendidikan seks yang komprehensif, penekanannya bukan hanya pada aspek biologis semata, tetapi juga aspek emosional, sosial, dan bahkan legal. Dalam konteks ini, pendidikan seks bertujuan membekali remaja dengan pengetahuan yang mendasar tentang struktur tubuh, proses reproduksi, serta pemahaman mengenai isu-isu sensitif seperti orientasi seksual, gender, dan kesetaraan. Dengan demikian, pendidikan ini diharapkan mampu menanamkan nilai-nilai tanggung jawab dan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan serta keamanannya sendiri maupun orang lain di lingkungannya.

2. KAJIAN TEORITIS

Menurut Purnama dan Widodo (2023), pendidikan seks yang bersifat preventif mampu membangun karakter remaja yang bertanggung jawab terhadap perilaku seksualnya. Mereka menyatakan, "Pendidikan seks yang berorientasi pada pencegahan dapat menurunkan angka perilaku seksual berisiko dan memperkuat perilaku bertanggung jawab" Pertama, dari segi perkembangan fisik dan psikososial, teori perkembangan remaja yang dikemukakan oleh Jean Piaget dan Erik Erikson menunjukkan bahwa masa remaja merupakan periode kritis dalam pembentukan identitas dan pematangan emosional. Piaget menyatakan bahwa remaja mulai mampu berpikir abstrak dan melakukan refleksi diri, sehingga mereka dapat memahami isu-isu kompleks terkait seksualitas. Erikson menambahkan bahwa tahap identitas versus kebingungan peran sangat berpengaruh pada pembentukan kepercayaan diri dan pandangan terhadap seksualitas mereka sendiri.

Kedua, teori kesehatan reproduksi dan perilaku seksual yang berkembang dalam

bidang ilmu kedokteran dan kesehatan masyarakat menegaskan bahwa pendidikan seks yang komprehensif mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka. Hal ini sesuai dengan pandangan yang menyatakan bahwa pengetahuan yang benar tentang struktur tubuh, proses reproduksi, dan risiko terkait aktivitas seksual dapat membantu remaja membuat keputusan yang bijak dan bertanggung jawab.

Ketiga, dari perspektif psikologi sosial dan budaya, teori tentang norma sosial, nilai, dan budaya sangat berpengaruh terhadap persepsi dan perilaku remaja dalam berhubungan dengan seksualitas. Pendidikan seks yang dilaksanakan harus memperhatikan konteks budaya dan norma masyarakat setempat agar pesan yang disampaikan dapat diterima dan diinternalisasi oleh remaja secara efektif.

Keempat, dari sudut pandang teori komunikasi dan edukasi, pentingnya komunikasi terbuka dan jujur dalam hubungan interpersonal menjadi landasan utama untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung. Menurut teori ini, remaja perlu diajarkan mengenai pentingnya komunikasi dalam menyampaikan kebutuhan, batasan, serta keinginan mereka dalam hubungan seksual, termasuk aspek persetujuan dan penghormatan terhadap hak orang lain.

Kelima, dari teori perilaku sehat dan pencegahan, pendidikan seks dianggap sebagai upaya preventif yang efektif untuk mengurangi kejadian-kejadian negatif seperti penyebaran penyakit menular seksual, kehamilan di luar nikah, serta perilaku seksual berisiko lainnya. Teori ini menegaskan bahwa peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam pengambilan keputusan secara sadar dan bertanggung jawab sangat penting agar remaja dapat menjalani kehidupan seksual yang aman, sehat, dan sesuai dengan norma yang berlaku. Dengan demikian, landasan teori ini menegaskan bahwa pendidikan seks tidak hanya bersifat pengetahuan biologis, melainkan juga mencakup aspek psikologis, sosial, budaya, dan etik yang saling berkait dalam membentuk perilaku remaja. Implementasi pendidikan ini harus bersifat komprehensif, menyentuh seluruh aspek tersebut agar remaja mampu mengatasi arus informasi dan tantangan yang muncul di masa remaja mereka secara sehat dan bertanggung jawab.

3. METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan studi kepustakaan atau literature review. Metode ini dilakukan dengan mengumpulkan dan menelaah berbagai sumber data berupa dokumen, buku, jurnal ilmiah, artikel, dan dokumen lain yang relevan dengan topik pendidikan seks dan urgensinya pada remaja. Pendidikan seks harus dilakukan

secara terbuka dan inklusif, menekankan pada komunikasi, penghormatan terhadap persetujuan, dan pengembangan sikap bertanggung jawab. Menurut Purnama dan Widodo (2023), "Pendidikan yang menekankan pencegahan dan pengembangan karakter mampu membangun rasa percaya diri remaja dalam mengelola perilaku seksualnya". dalam proses analisis datanya, digunakan teknik analisis isi (content analysis). Metode ini bertujuan untuk menemukan karakteristik pesan dan mendapatkan kesimpulan yang valid dari dokumen-dokumen yang telah dikumpulkan, sehingga dapat mendeskripsikan secara mendalam pentingnya dan urgensi pendidikan seks bagi remaja.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN URGENSI PENDIDIKAN SEKS

Mencegah Penyebaran Penyakit Menular Seksual

Dewasa ini, remaja rentan terhadap penularan HIV/AIDS, sifilis, dan gonore. Pendidikan seks yang efektif harus mampu memberikan pengetahuan tentang cara pencegahan, termasuk penggunaan kondom dan pemeriksaan rutin. Sopian dan Rahmawati (2020) menegaskan, "Strategi pendidikan yang menyoroti pencegahan penyakit menular seksual dapat mengurangi angka kejadian infeksi di kalangan remaja" Menurut penelitian , pendidikan seks mampu memberikan pengetahuan kepada remaja mengenai berbagai penyakit seksual tersebut: "Remaja perlu memahami bagaimana penyakit-penyakit ini ditularkan dan bagaimana mencegah penularannya" Pengetahuan ini sangat penting karena remaja sering mendapatkan informasi yang tidak lengkap atau salah dari media sosial, internet, dan lingkungan sosial, sehingga mereka kurang sadar akan bahaya dan langkah pencegahan yang efektif. Selain itu, pendidikan seks juga menekankan pentingnya penggunaan alat kontrasepsi seperti kondom yang benar dan konsisten sebagai salah satu langkah utama dalam mencegah penularan PMS. Remaja harus diajarkan mengenali bahwa penggunaan kondom secara benar dapat mengurangi risiko penularan penyakit seksual secara signifikan Lebih jauh lagi, pendidikan seks juga memperkenalkan tentang praktik-praktik perilaku seksual yang aman dan berisiko, sehingga remaja memahami pentingnya menghindari pergaulan seks yang berisiko tinggi dengan banyak pasangan tanpa perlindungan. Safita (2019) menegaskan bahwa "kurangnya pemahaman remaja tentang pendidikan seks menyebabkan banyak terjadi peristiwa negatif, seperti seks di luar nikah, kehamilan yang tidak diinginkan, dan penyebaran virus HIV". Dengan demikian, urgensi pendidikan seks dalam pencegahan PMS sangat mendesak karena membantu remaja mengadopsi perilaku seksual yang aman, mengurangi faktor risiko penularan penyakit menular seksual, dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Upaya ini secara

langsung dapat menurunkan angka kejadian PMS di kalangan remaja dan menciptakan generasi yang sehat secara fisik dan mental.

Mengurangi Kehamilan di Luar Nikah

Risiko kehamilan tidak diinginkan di usia muda merupakan tantangan besar. Pendidikan seks harus mengedepankan konsep pencegahan melalui pengetahuan kontrasepsi dan komunikasi efektif dengan pasangan. Handayani dan Prasetyo (2021) menyebutkan, "Pendidikan seks yang berfokus pada pencegahan mampu menurunkan angka kehamilan remaja dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengendalian diri". dalam mengurangi kehamilan di luar nikah sangat penting karena memberikan pemahaman kepada remaja mengenai risiko dan konsekuensi dari aktivitas seksual sebelum menikah. Menurut dokumen tersebut, pendidikan seks dapat membantu remaja memahami bagaimana kehamilan terjadi dan menanamkan pengetahuan tentang penggunaan kontrasepsi yang efektif sebagai langkah preventif. Pendidikan seks memfokuskan pada pemberian wawasan tentang bahaya kehamilan di usia muda, yang meliputi tantangan ekonomi, hambatan pendidikan, serta dampak kesehatan fisik dan mental yang dapat dialami remaja hamil di luar nikah. Remaja perlu sadar akan tanggung jawab besar yang terkait dengan kehamilan di usia remaja, termasuk risiko komplikasi medis dan dampaknya terhadap masa depan mereka.

Membangun Kesehatan Mental dan Sosial

Remaja yang menerima pendidikan seks berbasis pencegahan menunjukkan tingkat kesehatan mental yang lebih baik dan mampu membangun hubungan yang sehat. Yulianti dan Sari (2022) mengungkapkan, "Pendidikan seks yang menitikberatkan pada pencegahan dan penguatan karakter mampu mengurangi stres dan kecemasan akibat perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab" dalam membangun kesehatan mental dan sosial remaja sangat penting karena melalui edukasi ini, remaja dapat memahami dan mengelola emosi serta perasaan seksual mereka dengan lebih baik, yang berdampak positif terhadap kesehatan mental mereka. Menurut dokumen, pendidikan seks membantu remaja memahami konsep pilihan pribadi dan mendorong tanggung jawab jangka panjang dalam kehidupan seksual mereka. Pendidikan seks juga berperan dalam mengembangkan identitas seksual yang positif, sehingga remaja merasa lebih percaya diri dan mampu menerima diri mereka sendiri serta perbedaan yang ada. Hal ini dapat mengurangi risiko stres, kecemasan, dan depresi yang mungkin timbul akibat ketidakpastian atau ketidaknyamanan dalam memahami aspek seksual dan reproduksi mereka. Selain itu, materi yang disampaikan tentang kesehatan mental dan perasaan seksual

penting agar remaja mampu berkomunikasi secara terbuka dan jujur dengan pasangan maupun orang dewasa yang dipercaya, seperti orang tua atau konselor. Hal ini membantu mereka mendapatkan dukungan emosional saat menghadapi masalah terkait seksual dan reproduksi, serta mengurangi risiko berkembangnya masalah kesehatan mental.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan berbagai literatur dan kajian yang ada, dapat disimpulkan bahwa pendidikan seks di sekolah sangat penting sebagai upaya pencegahan terhadap perilaku seksual berisiko di kalangan remaja. Pendidikan ini bukanlah untuk mengajarkan seks secara bebas, melainkan untuk membekali remaja dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan agar mereka dapat membuat keputusan yang bijak, bertanggung jawab, dan sehat. Dengan adanya pendidikan seks yang tepat, generasi muda dapat memahami aspek kesehatan reproduksi, pentingnya perilaku aman, serta menghargai batas dan persetujuan dalam hubungan. Hal ini akan membantu mereka tumbuh menjadi individu yang sehat, bertanggung jawab, dan mampu membangun hubungan sosial yang positif.

Saran

Demi mewujudkan generasi muda yang sehat dan bertanggung jawab, penting bagi pihak sekolah, orang tua, dan seluruh pemangku kepentingan untuk bekerja sama dalam menyusun dan melaksanakan program pendidikan seks yang komprehensif dan sesuai konteks budaya. Guru dan tenaga pendidik perlu diberikan pelatihan agar dapat menyampaikan materi pendidikan seks secara terbuka, jelas, dan tidak menimbulkan salah pengertian. Selain itu, pendidikan seks harus disesuaikan dengan usia dan tingkat pemahaman remaja, serta didukung oleh lingkungan yang kondusif agar remaja merasa nyaman dan terbuka untuk berdiskusi. Dengan pendekatan yang tepat, pendidikan seks di sekolah akan menjadi alat penting dalam membangun generasi muda yang sehat, bertanggung jawab, dan mampu menghadapi berbagai tantangan masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, S., & Sari, N. (2020). Pendidikan seks sebagai upaya pencegahan perilaku seksual berisiko di sekolah. *Jurnal Kependidikan*, 11(2), 178–187.
- Andini, P. (2020). Pendidikan seks di sekolah sebagai upaya pencegahan perilaku seksual berisiko pada remaja. *Jurnal Sistem Informasi dan Teknologi*, 17(2), 89–99.
- Astriyani, T., Tahir, F., & Salam, Z. (2023). Pendidikan karakter dan kesehatan reproduksi.

- Dewi, S., & Pratama, I. (2025). Strategi sekolah dalam meningkatkan kesiapan remaja menghadapi dampak negatif seksual. Jakarta: Pustaka Utama.
- Fauziah, S. (2020). Pendidikan seks remaja berbasis keluarga dalam perspektif pendidikan karakter. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(2), 180–193.
- Handayani, R., & Prasetyo, B. (2021). Efektivitas pendidikan seks dalam mencegah perilaku seksual dini pada remaja. *Jurnal Kesejahteraan Sosial*, 8(2), 78–85.
- Ismail, M., & Rahman, A. (2018). Upaya sekolah dalam meningkatkan kesadaran seksual remaja melalui pendidikan sejati. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 51(2), 157–165.
- Marbun, S. M. (2019). Pendidikan seks pada remaja. *FIDEI: Jurnal Teologi Sistemika dan Praktika*, 2(2), 325–343.
- Nurhadi, A., & Sari, R. (2019). Peran sekolah dalam melakukan edukasi seksual yang sehat dan bertanggung jawab. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 21–30.
- Purnama, S., & Widodo, H. (2023). Implementasi kurikulum pendidikan seks di SMP: Studi kasus di Surabaya. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 12(1), 45–58.
- Putri, R. A., & Wulandari, D. (2021). Peran orang tua dan sekolah dalam memberikan pendidikan seks pada remaja. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 11(1), 55–65.
- Rizkiyana, R., & Purnama, S. (2021). Penguatan pendidikan seksual di sekolah untuk mencegah seksual berisiko pada remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 9(2), 145–157.
- Safitri. (2019). Pentingnya pendidikan seks untuk anak dan remaja dalam mencegah perilaku berisiko.
- Sobri, L., Liani, Z., & Widiyati, D. (2023). Peran pendidikan dalam kesehatan reproduksi remaja.
- Sopian, M., & Rahmawati, R. (2020). Strategi penyuluhan pendidikan seks di sekolah dasar dan sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Indonesia*, 5(4), 331–342.
- Sukma, N. (2018). Implementasi pendidikan seks di sekolah sebagai upaya pencegahan perilaku seksual berisiko. *Jurnal Kependidikan*, 10(1), 45–59.
- Yuliani, N., & Purnama, R. (2019). Implementasi kurikulum pendidikan seks di sekolah menengah pertama. *Jurnal Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*, 6(1), 75–85.
- Yulianti, R., & Sari, D. (2022). Peran pendidikan seks dalam mencegah penyebaran HIV/AIDS di kalangan remaja sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Indonesia*, 10(2), 123–132.
- Zubaidah, Z., Sabarrudin, S., & Yulianti, Y. (2023). Urgensi pendidikan seks pada remaja. *Journal of Education Research*, 4(4), 1737.
- Zulfikar, W. (2017). Strategi pendidikan seks untuk meningkatkan kesadaran reproduksi remaja. *Jurnal Pendidikan Reproduksi*, 4(2), 125–135.