

PEMBUATAN BUKU DIGITAL TENTANG BAHAYA SEKS BEBAS PADA REMAJA

The Development of a Digital Book About the Dangers of Free Sex Among Teenagers

Fanisa Utami¹

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar

(E-mail : fanisautami30@gmail.com/ 0815-4303-9916)

ABSTRACT

Adolescents are a highly vulnerable age group to negative influences, including premarital sexual behavior. A lack of knowledge and comprehensive sex education is one of the main contributing factors to the increasing prevalence of free sex among teenagers. This study aims to improve adolescents' knowledge about the dangers of free sex through a digital book as an educational medium. The research used a descriptive quantitative design with a pre-test and post-test approach involving 30 students from SMA Negeri 9 Makassar. The results showed a significant improvement in knowledge after the intervention, with all respondents (100%) achieving a good level of understanding compared to only 33% before the educational session. The digital book proved to be an effective, accessible, and engaging medium to enhance adolescents' understanding of the risks associated with free sex and can serve as an alternative learning tool in reproductive health education.

Keywords : *Adolescents, Free Sex, Digital Book, Health Education, Knowledge*

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap pengaruh negatif, termasuk perilaku seks bebas. Kurangnya pengetahuan dan edukasi seksual yang komprehensif menjadi salah satu penyebab meningkatnya perilaku tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai bahaya seks bebas melalui media edukasi berbasis buku digital. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan pre-test dan post-test terhadap 30 siswa SMA Negeri 9 Makassar. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan setelah diberikan edukasi menggunakan buku digital, di mana seluruh responden (100%) mencapai kategori pengetahuan baik, dibandingkan dengan sebelum edukasi yang hanya 33% responden memiliki pengetahuan baik. Buku digital terbukti menjadi media edukasi yang efektif, mudah diakses, dan menarik untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang bahaya seks bebas serta dapat dijadikan sebagai media pembelajaran alternatif dalam edukasi kesehatan reproduksi.

Kata kunci : Remaja, Seks Bebas, Buku Digital, Edukasi Kesehatan, Pengetahuan

PENDAHULUAN

Seks bebas adalah perilaku seksual yang dilakukan di luar ikatan pernikahan dan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, terutama pada remaja. Masa remaja (10–24 tahun) merupakan fase transisi menuju kedewasaan, di mana individu mulai mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Kurangnya pemahaman mengenai seksualitas dan kesehatan reproduksi menyebabkan remaja rentan terlibat dalam perilaku seksual berisiko.

Menurut World Health Organization (WHO, 2024), prevalensi perilaku seks bebas secara global mencapai 43,1%, dengan sekitar 500.000 remaja hamil setiap tahun, dan 70% di antaranya belum menikah. Di Indonesia, survei terhadap 1.160 mahasiswa menunjukkan bahwa 37% di antaranya mengalami kehamilan sebelum menikah (Nurasyriani & Tina, 2024). Sementara itu, di Sulawesi Selatan, angka pernikahan usia dini meningkat dari 16,93% pada tahun 2016 menjadi 17,24% pada tahun 2017

(Batara & Rizqiani, 2022). Kota Makassar sendiri mencatat lebih dari 3.000 kasus AIDS, di mana 80% di antaranya berasal dari kalangan remaja (Puteri & Herman, 2021).

Perilaku seks bebas berdampak pada kesehatan fisik, mental, dan sosial remaja. Kurangnya pengawasan keluarga, minimnya pendidikan seksual, serta pengaruh media sosial menjadi faktor pendorong utama. Oleh karena itu, diperlukan media edukasi yang sesuai dengan karakteristik remaja agar informasi tentang bahaya seks bebas dapat diterima dengan efektif. Buku digital merupakan salah satu media yang interaktif, mudah diakses, dan menarik bagi generasi muda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan buku digital dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai bahaya seks bebas di SMA Negeri 9 Makassar.

METODE

Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan proyek inovasi, yang dilaksanakan di SMA Negeri 9 Makassar pada Mei 2025. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas edukasi bahaya seks bebas menggunakan media buku digital terhadap peningkatan pengetahuan siswa.

Sampel penelitian adalah seluruh siswa kelas X dan XI sebanyak 30 orang yang dipilih dengan metode total population sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan (20 item, skala Guttman) yang diberikan sebelum dan sesudah edukasi, serta lembar tanggapan terhadap media buku digital.

Prosedur penelitian meliputi pelaksanaan pre-test, pemberian edukasi melalui buku digital interaktif yang berisi materi tentang bahaya seks bebas, dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan siswa. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase.

DESAIN, TEMPAT DAN WAKTU

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan proyek inovasi yang bertujuan menilai efektivitas edukasi bahaya seks bebas melalui media buku digital. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 9 Makassar, Kecamatan Rappocini, pada Mei 2025, meliputi tahap persiapan, pelaksanaan edukasi, serta pengumpulan dan analisis data.

JUMLAH DAN CARA PENGAMBILAN SUBJEK

Sampel penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 9 Makassar yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total population sampling, yaitu seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel. Kriteria inklusi meliputi siswa yang hadir pada saat penelitian berlangsung, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan edukasi, serta mengisi kuesioner pre-test dan post-test secara lengkap.

BAHAN DAN ALAT

Bahan penelitian berupa buku digital interaktif yang memuat materi tentang bahaya seks bebas, dampak kesehatan reproduksi, dan langkah pencegahan. Buku digital disusun menggunakan bahasa sederhana, ilustrasi edukatif, dan tampilan menarik agar sesuai dengan karakteristik remaja. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah smartphone atau laptop untuk mengakses buku digital, serta kuesioner pengetahuan (20 item, skala Guttman) dan lembar tanggapan siswa sebagai instrumen pengumpulan data.

HASIL

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 9 Makassar, yang berlokasi di Kecamatan Rappocini, Kota Makassar. Sekolah ini merupakan salah satu lembaga pendidikan menengah yang memiliki fasilitas pembelajaran berbasis teknologi dan mendukung penerapan inovasi dalam proses belajar. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada karakteristik siswa yang sesuai dengan sasaran penelitian, yaitu remaja usia 15–17 tahun yang sedang berada dalam masa perkembangan sosial dan emosional. Pihak sekolah memberikan dukungan penuh terhadap pelaksanaan penelitian, termasuk dalam penyediaan waktu dan fasilitas bagi siswa untuk mengikuti kegiatan edukasi. Fasilitas sekolah yang memadai, seperti ketersediaan perangkat digital dan akses internet, memungkinkan kegiatan edukasi melalui media buku digital dapat berjalan dengan baik dan efektif.

2. Gambaran infoemasi penelitian

Informasi penelitian mencakup data karakteristik responden, hasil pre-test dan post-test, serta tanggapan siswa terhadap media buku digital yang digunakan. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 30 siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 9 Makassar. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong cukup (47%), baik (33%), dan kurang (20%). Setelah dilakukan intervensi melalui edukasi menggunakan buku digital tentang bahaya seks bebas, seluruh siswa (100%) menunjukkan peningkatan signifikan dengan mencapai kategori pengetahuan baik. Selain peningkatan hasil tes, respon siswa terhadap media edukasi juga sangat positif.

Semua responden menyatakan bahwa buku digital menarik, mudah dipahami, dan membantu mereka memahami materi tentang dampak dan pencegahan seks bebas. Siswa juga menilai tampilan visual, ilustrasi, dan bahasa dalam buku digital sesuai dengan usia mereka sehingga mudah diingat dan tidak membosankan. Secara umum, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media buku digital terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya seks bebas, sekaligus menjadi sarana edukasi yang menarik dan relevan dengan perkembangan teknologi di lingkungan sekolah.

3. Hasil

Pertemuan pertama pada tanggal 20 Mei 2025, peneliti melakukan tahap awal dengan membina hubungan baik dan menjelaskan tujuan kegiatan kepada siswa SMA Negeri 9 Makassar. Setelah itu

dilakukan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa tentang bahaya seks bebas. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan cukup (47%), baik (33%), dan kurang (20%). Pertemuan kedua pada tanggal 23 Mei 2025, dilakukan edukasi menggunakan buku digital interaktif yang memuat materi tentang bahaya seks bebas, dampak kesehatan reproduksi, dan pencegahannya. Proses edukasi berlangsung interaktif dan menarik, disertai ilustrasi dan bahasa yang mudah dipahami. Siswa tampak antusias serta aktif dalam bertanya dan berdiskusi. Pertemuan ketiga pada tanggal 25 Mei 2025, peneliti melakukan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah edukasi. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan, di mana seluruh siswa (100%) mencapai kategori pengetahuan baik, seperti terlihat pada tabel berikut:

Kategori Pengetahuan	Pre-Test (%)	Post-Test (%)
Baik	33	100
Cukup	47	0
Kurang	20	0

Tabel di atas menunjukkan peningkatan pengetahuan yang sangat jelas. Sebelum edukasi, sebagian besar siswa berada pada kategori cukup, sedangkan setelah edukasi seluruh siswa berada pada kategori baik, menandakan bahwa media buku digital efektif meningkatkan pemahaman mereka. Pertemuan keempat pada tanggal 27 Mei 2025, peneliti membagikan lembar tanggapan siswa.

Hasilnya, seluruh responden menyatakan buku digital menarik, mudah dipahami, dan membantu memahami materi. Pertemuan kelima pada tanggal 30 Mei 2025, dilakukan wawancara singkat dengan beberapa siswa. Mereka menyatakan buku digital membuat mereka lebih sadar akan dampak seks bebas dan termotivasi menjaga perilaku.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media buku digital efektif meningkatkan pengetahuan siswa tentang bahaya seks bebas. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan cukup, namun setelah intervensi seluruh siswa mencapai kategori pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa penyampaian informasi melalui media digital dapat meningkatkan pemahaman siswa secara signifikan. Peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2021) yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dapat meningkat melalui proses pendidikan dan informasi yang disajikan dengan cara menarik serta mudah dipahami. Media digital yang interaktif memungkinkan siswa lebih fokus dan tertarik mengikuti proses

pembelajaran dibandingkan metode konvensional. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Utami & Handayani (2021) yang menjelaskan bahwa penggunaan media digital pada edukasi kesehatan mampu meningkatkan minat belajar siswa karena tampilannya yang menarik dan dapat diakses kapan saja. Demikian pula menurut Kurniawati et al. (2021), bahwa pendidikan seks remaja akan lebih efektif jika disampaikan dengan metode yang sesuai dengan gaya belajar generasi muda. Selain meningkatkan pengetahuan, siswa juga menunjukkan sikap positif terhadap penggunaan media buku digital. Seluruh responden menyatakan media ini menarik, mudah digunakan, dan membantu mereka memahami dampak negatif seks bebas dengan lebih jelas. Hal ini menunjukkan bahwa media digital bukan hanya sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga dapat menjadi alat yang meningkatkan motivasi belajar dan kesadaran diri. Dengan demikian, penggunaan buku digital dapat menjadi alternatif inovatif dalam pendidikan kesehatan reproduksi, terutama di kalangan remaja yang sangat akrab dengan teknologi. Melalui media ini, pesan kesehatan dapat tersampaikan lebih efektif dan berkelanjutan, sehingga diharapkan mampu menekan angka perilaku seks bebas di kalangan pelajar.

KESIMPULAN

Edukasi menggunakan media buku digital terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMA Negeri 9 Makassar mengenai bahaya seks bebas. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan cukup, namun setelah intervensi seluruh siswa mencapai kategori pengetahuan baik.

Media buku digital dinilai menarik, mudah dipahami, dan sesuai dengan karakteristik remaja masa kini yang terbiasa dengan teknologi. Oleh karena itu, buku digital dapat dijadikan sebagai alternatif media edukasi kesehatan reproduksi yang praktis dan inovatif dalam upaya meningkatkan pemahaman serta kesadaran remaja terhadap risiko perilaku seks bebas.

SARAN

1. Bagi institusi

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat menjadi bahan kajian dan referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan, khususnya dalam pendidikan kesehatan remaja melalui pemanfaatan media digital yang inovatif dan mudah diakses..

2. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kesehatan reproduksi dan bahaya seks bebas dengan

memanfaatkan media buku digital sebagai salah satu metode pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan karakteristik remaja.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan agar penelitian ini dikembangkan lebih lanjut dengan melibatkan jumlah responden yang lebih banyak, cakupan sekolah yang lebih luas, serta menambahkan variabel seperti sikap dan perilaku siswa agar hasil penelitian lebih komprehensif dan aplikatif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta bimbingan selama pelaksanaan hingga penyelesaian penelitian ini, khususnya kepada Politeknik Kesehatan Makassar Jurusan Keperawatan yang telah memfasilitasi dan mendukung kegiatan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, M. F., et al. (2021). *Penyuluhan bahaya narkoba, gadget, dan pergaulan bebas untuk siswa SMA Negeri 1 Lhoknga*. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(4).
- Batara, A. S., & Rizqiani, A. (2022). *Pengaruh media promosi kesehatan (video edukasi) terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang seks bebas di SMAN 9 Makassar*. *Window of Public Health Journal*, 3(6), 1005–1012.
- Faznur, L. S., Fadly, A., & Nufus, F. A. (2021). *Pengembangan buku digital BIPA berbasis nilai moderasi Islam*. *Pena Literasi*, 4(2), 92–98.
- Kurniawati, A., Sari, D., & Maulidah, R. (2021). *Pendidikan seks pada remaja dan peran orang tua*. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*.
- Launuru, M. I., & Assagaf, Y. H. (2024). *Bahaya pergaulan bebas pada remaja Dusun Mamua Desa Hila*. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(2), 23782–23790.
- Notoatmodjo, S. (2021). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurasyriani, W. S., et al. (2024). *Gambaran penyuluhan bahaya seks bebas terhadap pengetahuan remaja*. *RENATA: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kita Semua*, 2(1), 15–20.
- Puteri, S. K. S., & Herman, A. K. (2021). *Pre-married sexual relationships with street child in Makassar City*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(2), 238–247.
- Rahman, A., et al. (2022). *Pengertian pendidikan dan unsur-unsur pendidikan*. *Al Urwatul Wutsqa*, 12(1), 56–65.
- Utami, D., & Handayani, S. (2021). *Digitalisasi materi kesehatan reproduksi: Preferensi siswa SMP*. *Jurnal Pendidikan Remaja*.
- Vintaria, V., et al. (2023). *Perilaku seks bebas pada remaja*. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 1409–1420.