

ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU SEKS BEBAS PADA REMAJA

Rosena Maulida

UII Dalwa

Email: maulidarosena@gmail.com

Adiyat Syeh

Universitas Alkhairaat

Email: ljufrie39@gmail.com

Abstract

Free sex among adolescents is a growing and alarming phenomenon. This behaviour not only poses health risks, such as sexually transmitted diseases and unwanted pregnancies, but also has psychological and social impacts on adolescents. This study aims to analyse the factors that influence free sex among adolescents based on literature review and empirical studies. The factors examined include the influence of peers, social media, lack of sexual education, and family relationships. The results indicate that peer influence and access to sexual content on digital media are the primary triggers, while inadequate sexual education exacerbates the situation. Recommendations are provided for the active role of parents, schools, and the community in providing healthy education and supervision.

Keywords: *Promiscuity, adolescents, peer influence, sex education, social media.*

Abstrak

Seks bebas pada remaja merupakan fenomena yang semakin marak dan memprihatinkan. Perilaku ini tidak hanya menimbulkan risiko kesehatan, seperti penyakit menular seksual dan kehamilan yang tidak diinginkan, tetapi juga berdampak pada aspek psikologis dan sosial remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seks bebas pada remaja berdasarkan kajian literatur dan studi empiris. Faktor-faktor yang ditinjau meliputi pengaruh teman sebaya, media sosial, kurangnya pendidikan seksual, dan hubungan keluarga. Hasil menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya dan akses terhadap konten seksual di media digital menjadi pemicu utama, sementara pendidikan seksual yang minim memperburuk kondisi ini. Rekomendasi diberikan untuk peran aktif orang tua, sekolah, dan masyarakat dalam memberikan pendidikan dan pengawasan yang sehat.

Kata kunci: Seks bebas, remaja, pengaruh teman sebaya, pendidikan seksual, media social.

A. Pendahuluan

Perilaku seks bebas di kalangan remaja menjadi perhatian global karena dampak negatifnya terhadap perkembangan individu dan masyarakat. Masa remaja adalah masa eksplorasi identitas, termasuk dalam aspek seksual. Tanpa bimbingan dan pemahaman yang memadai, remaja rentan melakukan hubungan seksual pranikah dengan resiko tertinggi. Berdasarkan data BKKBN (2020), sekitar 35% remaja Indonesia mengaku pernah melakukan hubungan seksual di luar nikah, dan sebagian besar di antaranya tidak menggunakan alat kontrasepsi. Hal ini menunjukkan perlunya perhatian serius terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut. Kenakalan remaja adalah perilaku menyimpang yang dilakukan oleh individu berusia 12–20 tahun, yang melanggar norma sosial, hukum, atau moral. Bentuknya meliputi pergaulan bebas, seks pranikah, penyalahgunaan narkoba, tawuran, hingga cyberbullying.

Penyebab Kenakalan Seksual Remaja adalah kurangnya perhatian dan pengawasan dari orang tua, keluarga tidak harmonis atau broken home, tekanan teman sebaya, paparan konten pornografi dari media social, kurangnya pendidikan agama dan moral, krisis identitas dan emosi remaja.

Dampak kenakalan remaja adalah kehamilan di luar nikah, penyakit menular seksual, gangguan psikologis, putus sekolah dan penurunan prestasi, stigma sosial terhadap keluarga, peningkatan angka kriminalitas remaja. Seks bebas pada remaja merupakan salah satu permasalahan sosial yang kian hari semakin mengkhawatirkan. Di tengah derasnya arus globalisasi dan kemajuan teknologi informasi, akses terhadap konten-konten seksual menjadi semakin mudah, bahkan oleh anak-anak dan remaja yang belum cukup matang secara psikologis maupun moral. Kondisi ini menyebabkan terjadinya peningkatan perilaku seksual di luar nikah, baik dalam bentuk pergaulan bebas, pacaran yang tidak sehat, hingga hubungan seksual yang dilakukan tanpa ikatan pernikahan. Masalah seks bebas tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan, seperti risiko penularan penyakit menular seksual (PMS), kehamilan yang tidak diinginkan, dan aborsi, tetapi juga berdampak serius terhadap kondisi psikologis remaja. Banyak remaja mengalami tekanan mental, kecemasan, rasa bersalah, hingga depresi akibat dari tindakan yang mereka lakukan. Tidak jarang, mereka juga mengalami diskriminasi sosial, pengucilan, bahkan kekerasan dari lingkungan sekitarnya.

Remaja berada pada fase perkembangan yang sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan. Pada fase ini, mereka mencari jati diri, mencoba hal-hal baru, dan sering kali mudah dipengaruhi oleh teman sebaya. Tanpa bimbingan dan pengawasan yang memadai, mereka bisa terjerumus dalam pergaulan yang salah. Oleh karena itu, perhatian dan keterlibatan orang tua dalam kehidupan anak menjadi hal yang sangat krusial. Orang tua memiliki peran sebagai pembimbing, pendidik, dan pelindung utama anak-anak mereka dalam menghadapi tantangan perkembangan zaman.

Perhatian orang tua yang minim dapat memicu anak untuk mencari pelarian di luar rumah. Dalam banyak kasus, kurangnya komunikasi antara orang tua dan anak, serta minimnya pendidikan seksual yang sehat di rumah, membuat anak mencari informasi dari sumber yang tidak terpercaya, seperti media sosial atau teman sebaya. Hal ini membuka peluang besar bagi penyebaran pemahaman yang keliru tentang seksualitas, serta membuat mereka lebih mudah menerima.

Sebaliknya, peran aktif orang tua dalam mendampingi, mengedukasi, dan membangun komunikasi yang terbuka dengan anak terbukti efektif dalam mencegah penyimpangan perilaku seksual. Pendidikan seks yang diberikan oleh orang tua bukan berarti mendorong anak untuk melakukan seks, tetapi justru memberikan pemahaman tentang tanggung jawab, nilai moral, dan dampak dari setiap tindakan yang mereka lakukan. Anak yang merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang tuanya, cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan lebih mampu menolak. Dalam konteks ini, keluarga menjadi benteng utama dalam perlindungan remaja dari pengaruh buruk lingkungan. Keteladanan orang tua dalam menjalani kehidupan yang bermoral, serta sikap terbuka terhadap pertanyaan-pertanyaan anak, akan membentuk karakter yang kuat dalam diri anak. Oleh karena itu, pembinaan keluarga yang harmonis dan edukatif menjadi landasan penting dalam membentuk generasi muda yang sehat, bertanggung jawab, dan memiliki kesadaran.

Masalah seks merupakan sesuatu yang sangat menarik dan tidak ada habisnya untuk dibahas. Seksologi selalu menarik perhatian untuk dibicarakan karena menyangkut tata kehidupan yang lebih tinggi. Perilaku seksual adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan

jenisnya maupun dengan sesama jenisnya. Perilaku seksual adalah perbuatan zina karena seks bebas merupakan hubungan seks yang dilakukan antara laki-laki dan perempuan bukan melalui pernikahan yang sah. Menurut WHO angka kejadian seks bebas diseluruh dunia yaitu sebesar 43,1%, dimana setiap tahun 500.000 remaja di Amerika Serikat hamil dan 70% diantara mereka belum menikah. Lebih dari 200.000 wanita di AS punya anak sebelum usia 18 tahun, sehingga mereka adalah “anak-anak yang punya anak”. Berdasarkan hasil penelitian di 6 negara yaitu Liberia, Nigeria, Jepang, Israel, Meksiko, dan Inggris terdapat 66,20% remaja telah melakukan hubungan seksual baik itu berciuman, meraba payudara, dan alat kelamin bahkan sudah berhubungan.

Pergaulan bebas adalah suatu kebutuhan manusia, manusia adalah makhluk hidup yang dalam kesehariannya membutuhkan orang lain. Dan hubungan antar manusia dibina melalui pergaulan. Pergaulan juga merupakan HAM, dimana pergaulan harus dibebaskan. Dalam artian bergaul tidak ada larangan apalagi diskriminasi. Asal tetap mematuhi norma-norma pergaulan yang berlaku dimasyarakat. Remaja sebagai investasi masa depan, sudah seharusnya berfikir jauh kedepan. Melakukan sesuatu yang dapat menguntungkan diri sendiri, lingkungan, keluarga serta negara.

Pergaulan bebas dapat di artikan sebagai pergeseran budaya, atau perilaku yang menyimpang dari norma-norma ketimuran yang ada. Masalah pergaulan bebas menjadi isu perhatian masyarakat. Kasus-kasus seks bebas dimasyarakat seperti penyakit menular seksual HIV/AIDS, kehamilan diluar nikah dan aborsi.

Terbatasnya pengetahuan masyarakat mengenai dampak pergaulan bebas remaja menjadi penyebab utama tingginya kasus penyakit menular pada remaja. Pengetahuan sangat penting dalam upaya pencegahan penyakit menular seksual. Pengetahuan remaja mengenai pencegahan penyakit menular seksual berpengaruh signifikan dan positif terhadap keyakinannya mengenai kesehatan. Kurangnya kepekaan, rasa ingin tahu remaja dalam mengakses informasi tentang pencegahan penyakit menular seksual serta kurangnya fasilitas Kesehatan reproduksi yang tersedia untuk remaja menjadi andil terbesar dalam permasalahan reproduksi pada remaja.

Tujuan pendidikan seks adalah untuk membekali remaja dengan pengetahuan yang benar untuk mempersiapkan mereka agar berhasil beradaptasi dengan perilaku seksual di masa depan, dengan tujuan mengembangkan kecenderungan logis dan benar dalam masalah seksual dan reproduksi. Pendidikan akan memupuk cinta kasih karena pengetahuan, rasa syukur, dan pemahaman spesies lain. Cinta seseorang yang "mampu" idealnya harus memungkinkan pernikahan untuk melanjutkan dan memungkinkan remaja untuk menciptakan kehidupan yang damai dan cinta (Sakina, Mawada dan Warahmah) sesuai dengan naluri manusia. Adapun beberapa penelitian terdahulu terkait pendidikan seks yaitu Pendidikan Seks Usia Dini dalam Kajian Hadis, Pendidikan Seks Usia Dini Dalam Perspektif Hukum Islam, Metode Pendidikan Seksualitas di Taman Kanak-kanak, Hubungan Persepsi Remaja tentang Pendidikan Seksual dan Bimbingan Agama Orang Tua dengan Sikap Seksual Remaja pada Siswa SMK Yayasan Pendidikan, Hadits-Hadits tentang pendidikan Seks, Ketercapaian Tugas-tugas Perkembangan Remaja dan Pendidikan seksual Pada Remaja dan Reorientasi Pendidikan Seks Terhadap Anak Usia Remaja Di Sekolah (Memadukan Sains Dan Agama Dalam Pembelajaran). Dari uraian di atas terlihat bahwa ruang lingkup pendidikan seks pada hakikatnya luas. Salah satu pembahasan penting adalah tentang berbagai upaya pengetahuan, pemahaman, prediksi, pencegahan (prevention) dan langkah-langkah peningkatan kesadaran untuk perilaku menyimpang seksual.

Dengan memberikan pendidikan seks, seseorang dapat memahami sejauh mana hubungan seksual diperbolehkan atau dilarang, sepenuhnya meninggalkan perilaku seksual yang menyimpang, dan menjadi pribadi yang bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menggambarkan pentingnya atau urgensi pendidikan seks pada remaja. Diharapkan penelitian ini bisa menyempurnakan penelitian sebelumnya.

Lingkungan umum juga berbahaya akan dampaknya penyakit menular seksual yang terjadi karena kecerobohan remaja. Karena penyakit infeksi menular seksual itu bisa ditularkan melalui darah juga hubungan seksual bebas. Faktor teman sebaya yang salah jalan dan melewati batas norma pergaulan adalah faktor yang paling banyak ditemui. Lingkungan pertemanan akan saling mempengaruhi satu sama lain baik itu perilaku yang positif atau perilaku negatif. Kadang, perubahan perilaku dari positif ke negative atau dari negative ke positif tanpa disadari oleh diri individu sendiri itu akan terbawa arus oleh lingkungan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Tujuannya adalah untuk menggambarkan dan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pergaulan bebas pada remaja berdasarkan data literatur dan wawancara langsung dengan seorang dokter untuk mengorek pengalaman didalam mengobati remaja yang terdampak pergaulan bebas dewasa muda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengaruh Teman Sebaya

Remaja cenderung mengadopsi perilaku kelompoknya untuk mendapat pengakuan sosial. Teman sebaya sering menjadi sumber informasi dan tekanan dalam mengeksplorasi perilaku seksual (Santrock, 2012). Remaja menyebutkan bahwa dorongan teman sebaya dan keinginan untuk “dianggap keren” menjadi alasan utama terlibat dalam pergaulan remaja. Kajian dari sumber ilmiah literatur, faktor lingkungan pergaulan teman sebaya memiliki pengaruh besar terhadap keputusan remaja dalam berperilaku. Studi oleh Hurlock (2016) menunjukkan bahwa remaja cenderung menyesuaikan diri dalam kelompoknya demi mendapatkan penerimaan sosial. Remaja dewasa muda di era sekarang memiliki kelompok yang dimana kelompoknya melindungi atas tindakan teman sebayanya dalam pergaulan bebas remaja. Faktor ini membuat orang tua kewalahan dalam mengawasi, karena anak bersama teman sebayanya telah bekerja sama untuk menutupi tindakan pergaulan bebas remaja.

Disinilah pentingnya Pendidikan dibidang bahaya seks kepada remaja muda dan kesadaran dari diri individu itu sendiri. Memberikan remaja Pendidikan Kesehatan betapa bahayanya pergaulan bebas remaja muda yang berdampak penyakit menular seksual, bahayanya aborsi usia muda serta bahayanya aborsi mandiri, bahayanya keberadaan pengidap HIV dilingkungan masyarakat, pentingnya mental anak muda untuk menghindari pandangan buruk masyarakat. Sebagai remaja muda penting untuk menyadari hal yang merugikan diri di usia muda, remaja yang mudah terpengaruh teman sebaya penting untuk mengarahkan diri ke hal dan lingkungan positif.

Maraknya aborsi di usia muda menjadi hal yang sangat memprihatinkan, selain mengancam nyawa remaja juga menjadi gangguan hormonal serta masalah pada Rahim yang awalnya pendarahan hebat yang menyebabkan infeksi yang dapat berujung kematian. Juga menjadi trauma psikologis remaja muda yang akan merasa bersalah berkepanjangan sehingga depresi yang berujung bunuh diri.

2. Peran Media Sosial dan Pornografi

Mempermudah komunikasi dan koneksi dengan orang lain, baik lokal maupun global. Menyediakan akses luas ke informasi, pengetahuan, dan berita terkini. Memberikan ruang untuk berekspresi, berbagi ide, dan menunjukkan kreativitas. Memfasilitasi jaringan dan peluang karier. Meningkatkan kesadaran tentang isu sosial, kesehatan, dan lingkungan. Penggunaan berlebihan dapat menyebabkan kecanduan dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Meningkatkan risiko intimidasi dan pelecehan online. Media sosial memudahkan remaja mengakses konten pornografi, yang dapat mempengaruhi perilaku dan pandangan mereka tentang seksualitas. Konten pornografi dapat membentuk persepsi remaja tentang hubungan seksual dan tubuh, yang berpotensi menyebabkan perilaku berisiko. 3. Media sosial dapat memfasilitasi interaksi dengan orang-orang yang memiliki pandangan serupa, meningkatkan kemungkinan perilaku pergaulan bebas. Paparan konten pornografi dapat menyebabkan tekanan psikologis, seperti perasaan bersalah, malu, atau kecanduan.

Akses bebas ke konten seksual di media sosial dan internet menjadi salah satu penyebab meningkatnya rasa ingin tahu dan perilaku seksual bebas. Remaja yang sering terpapar pornografi memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk melakukan hubungan seksual pranikah (Setiawan, 2021).

3. Kurangnya Pendidikan Seksual

Di Indonesia, pendidikan seksual masih dianggap tabu. Kurangnya informasi yang benar membuat remaja mencari tahu melalui sumber yang tidak kredibel, sehingga meningkatkan risiko perilaku menyimpang (Pratiwi & Lestari, 2019). Kurangnya pendidikan seksual dapat menyebabkan berbagai masalah, seperti:

1. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas.
2. Risiko kehamilan tidak diinginkan dan penyakit menular seksual (PMS).
3. Perilaku seksual berisiko dan eksploitasi.
4. Kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat.

Pendidikan seksual harus diberikan kepada remaja dewasa muda untuk meningkatkan kesadaran remaja bahwa pendidikan seksual komprehensif di sekolah dan keluarga itu perlu diterapkan. Memahami informasi akurat tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas. Memulai dengan baik komunikasi terbuka antara orang tua dan anak. Remaja muda juga harus ikut akses ke layanan kesehatan reproduksi dan konseling, dan mengikuti pelatihan untuk mengembangkan keterampilan hidup sehat. Pendidikan seksual yang tepat dapat membantu individu membuat keputusan yang lebih baik tentang kesehatan dan hubungan mereka. Meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas itu penting untuk menghindari dampak negative pergaulan bebas remaja. Mengurangi risiko kehamilan tidak diinginkan dan penyakit menular seksual (PMS). Remaja yang mendorong perilaku seksual yang sehat dan bertanggung jawab akan lebih bermanfaat untuk diri sendiri maupun lingkungan, serta meningkatkan kesadaran tentang hak-hak reproduksi dan kesehatan. Membantu individu membuat keputusan yang lebih baik tentang hubungan dan seksualitas tentu akan menciptakan remaja yang cemerlang dimasa mendatang.

4. Kondisi Keluarga dan Pengawasan Orang Tua

Remaja dengan hubungan keluarga yang tidak harmonis dan minim pengawasan cenderung mencari pelarian di luar rumah, termasuk dalam hubungan seksual (Yusuf, 2018). Perilaku negative cenderung lebih rentan terlibat dalam perilaku berisiko, seperti penyalahgunaan zat, kekerasan, atau

seks bebas. Keterlibatan dengan kelompok negative Anak mungkin terpengaruh oleh kelompok yang memiliki pengaruh buruk. Gangguan emosi dan mental anak karena kurangnya pengawasan dapat menyebabkan anak mengalami stres, kecemasan, atau depresi. Penurunan prestasi akademik karena Kurangnya pengawasan dapat mempengaruhi motivasi dan prestasi akademik anak. Solusi yang tepat untuk pengawasan orang tua agar anak terhindar dari perilaku pergaulan bebas serta perlakuan negative yang berdampak buruk adalah meningkatkan komunikasi orang tua harus membangun percakapan yang terbuka dan efektif dengan anak. Menetapkan batasan yang jelas dan konsisten. Mengawasi aktivitas anak dengan pemantauan Orang tua harus mengawasi aktivitas anak, baik online maupun offline, serta mendukung perkembangan anak, orang tua harus mendukung perkembangan anak dan membantu mereka mengembangkan keterampilan hidup sehat.

KESIMPULAN

Perilaku seks bebas pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, seperti teman sebaya, media, kurangnya pendidikan seksual, dan kondisi keluarga. Upaya pencegahan harus melibatkan semua pihak, termasuk keluarga, sekolah, dan lembaga pemerintah, dengan memberikan edukasi seksualitas yang komprehensif dan membangun komunikasi yang terbuka dengan remaja. Faktor yang mempengaruhi pergaulan bebas pada remaja:

1. Faktor internal:

- Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas
- Emosi tidak stabil
- Kurangnya kontrol diri

2. Faktor eksternal:

- Pengaruh teman sebaya
- Media sosial
- Kurangnya pengawasan orang tua
- Lingkungan sosial yang tidak mendukung

3. Faktor lingkungan:

- Keluarga disfungsi
- Ketersediaan zat adiktif
- Keterlibatan dalam kelompok negatif

Dengan memahami faktor-faktor ini, kita dapat mengembangkan strategi pencegahan dan intervensi yang efektif untuk mengurangi pergaulan bebas pada remaja. Menghindari faktor pergaulan bebas sangat penting karena dapat membantu remaja adalah Mengurangi risiko kehamilan tidak diinginkan dan penyakit menular seksual (PMS), Meningkatkan kesadaran tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas, Mengembangkan keterampilan hidup sehat dan bertanggung jawab, Membangun hubungan yang sehat dan positif dengan orang lain, Menghindari perilaku berisiko yang dapat mempengaruhi masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afri Diana, Ike Ite Yuviska, Dkk.. *Penyuluhan Tentang Bahaya Seks Remaja Mempengaruhi Pengetahuan Remaja*, Jurnal Kebidanan, Vol 6 2020
- Arnett, J. J. (2014). *Adolescence and Emerging Adulthood*. A Cultural Approach. Pearson.
- BKKBN. (2020). *Laporan Tahunan Perilaku Remaja Indonesia*. Jakarta: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
- Ika Puspita, (2023) *Penyuluhan Bahaya Seks Pada Remaja*, Jurnal Abdimas Rahma, 1(1).
- Lickona, T. (2004). *How Our Schools Can Teach Respect and Responsibility*. Educating for Character Bantam.
- Meti Kusmiati, Dkk. 2022. *Pendidikan Kesehatan Pergaulan Bebas Remaja*. Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan. Vol 2
- Nasrullah, R. (2015). *Literasi Digital Di Kalangan Generasi Muda*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development*. McGraw-Hill.
- Pratiwi, R. D., & Lestari, Y. D. (2019). *Kurangnya Pendidikan Seks di Kalangan Remaja*. Jurnal Pendidikan Kesehatan, 11(1), 33–40.
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.
- Setiawan, R. (2021). *Pengaruh Pornografi terhadap Perilaku Seksual Remaja*. Jurnal Psikologi Remaja, 9(2), 45–52.
- Setiawati, E. (2020). *Peran Keluarga Dalam Mencegah Kenakalan Remaja*. Jurnal Sosial Humaniora, 9(1), 45-52.
- The Influence of Peer Groups on Adolescent Behavior*. Journal of Adolescent Research (2019)
- Twenge, J. M., et al.(2018). *Clinical Psychological Science*, 6(1), 3–17.
- UNESCO. (2018). *International technical guidance on sexuality education*.
- Yuliana, S. (2020). *Pendekatan Psikologis Dalam Menangani Perilaku Menyimpang Remaja*. Jurnal Psikologi Remaja, 8(2), 31–40.
- Yusuf, A. M. (2018). *Hubungan Keluarga dan Perilaku Seksual Remaja*. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 7(1), 21–29.