

## Pengaruh Video Edukasi terhadap Sikap dan Kontrol Diri tentang Seks Bebas

Siti Bulkis<sup>1</sup>, Paul Joae Brett Nito<sup>2</sup>, Onieqie Ayu Dhea Manto<sup>3</sup>, dan Malisa Ariani<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Sari Mulia Banjarmasin, Banjarmasin, Indonesia

\*Email Korespondensi: [bulkis.puteri02@gmail.com](mailto:bulkis.puteri02@gmail.com)

Kata Kunci: Kontrol Diri; Seks Bebas; Sikap, Remaja; Video Edukasi	Abstrak: Perilaku remaja yang beresiko dimulai dari berpegangan tangan, berkenaan intim, bercumbu, hingga akhirnya melakukan kontak seksual, dan berujung pada perilaku seks bebas. Faktor yang dapat mempengaruhi perilaku seks pranikah diantaranya yaitu pengetahuan dan sikap. Kurangnya pengetahuan remaja terhadap seks pranikah dapat membentuk sikap dan kontrol diri yang kurang baik terhadap seks bebas akan mengarah ke remaja yang memiliki sikap kurang baik. Pendidikan seks melalui media video adalah salah satu cara untuk meningkatkan sikap dan kontrol diri. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh video edukasi terhadap sikap dan kontrol diri remaja tentang seks bebas. Metode penelitian ini menggunakan <i>Pre-Experimental</i> dengan <i>One Grup PreTest-PostTest Design</i> . Jumlah sampel sebanyak 87 orang dengan teknik <i>Quota sampling</i> . Instrumen Penelitian menggunakan kuesioner sikap dan kontrol diri, dan dilakukan Uji statistik menggunakan uji Wilcoxon. Hasil yang diperoleh p-value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat pengaruh video edukasi terhadap sikap dan kontrol diri remaja tentang seks bebas. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu pendidikan seks menggunakan media video efektif digunakan untuk meningkatkan sikap dan kontrol diri remaja tentang seks bebas sehingga dapat meningkatkan kesadaran remaja terhadap bahaya seks bebas dan dapat berkontribusi dalam menurunkan angka kehamilan remaja, penyakit menular seksual, serta dampak psikologis dan sosial.
Keywords: <i>Adolescents; Attitudes; Educational Videos; Free Sex; Self-Control</i>	
Info Artikel	
Tanggal dikirim: 22 April 2025	
Tanggal direvisi: 03 Mei 2025	<b><i>The Influence of Educational Videos on Attitudes and Self-Control about Free Sex</i></b>
Tanggal diterima: 06 Mei 2025	
DOI Artikel:	
Halaman: 116-128	<i>Abstract: Risky adolescent behavior starts from holding hands, intimate dating, making out, to finally having sexual contact, and ending in free sex behavior. Factors that can influence premarital sexual behavior include knowledge and attitude. Lack of adolescent knowledge about premarital sex can form a poor attitude and self-control towards free sex which will lead to adolescents who have a poor attitude. Sex education through video media is one way to improve attitudes and self-control. The purpose of this study was to determine the effect of educational videos on adolescents' attitudes and self-control regarding free sex. This research method uses Pre-Experimental with One Group PreTest-PostTest Design. The number of samples is 87 people with Quota sampling technique. The research instrument uses attitude and self-control questionnaires, and statistical tests are carried out using the Wilcoxon test. The results obtained p-value of 0.000 (<math>p &lt; 0.05</math>) which means that there is an influence of educational videos on the attitudes and self-control of adolescents about free sex. The conclusion of this study is that sex education using video media is effective in improving adolescent attitudes and self-control regarding free sex so that it can increase adolescent awareness of the dangers of free sex and can contribute to reducing the number of adolescent pregnancies, sexually transmitted diseases, and psychological and social impacts.</i>

## Pendahuluan

Seks bebas pada remaja adalah berbagai macam perilaku remaja berisiko yang dimulai dari berpegangan tangan, berkencan intim, bercumbu, hingga akhirnya melakukan kontak seksual. Perilaku tersebut dinilai tidak sesuai dengan norma, dikarenakan remaja belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang seksual (Irawati dalam Lubis, 2017).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh WHO di beberapa negara berkembang, ditemukan bahwa sekitar 40% dari remaja laki-laki berusia 18 tahun dan 40% dari remaja perempuan berusia 18 tahun terlibat dalam hubungan seksual sebelum menikah, dan setiap tahunnya diperkirakan terjadi sekitar 350 juta kasus baru penyakit menular seksual. UNESCO melaporkan pada tahun 2018 bahwa 52% dari populasi remaja melakukan aborsi menurut Survei Demografi dan Kesehatan Reproduksi Remaja. Hasil dari Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa sekitar 3,3% dari remaja berusia 15-19 tahun menderita AIDS (Padut, Nggarang, & Eka, 2021).

Menurut hasil studi yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik pada tahun 2017, jumlah kehamilan pada remaja berusia 15-19 tahun mencapai 48 dari 1.000. Selain itu, sebuah survei yang dilakukan oleh Australian National University (ANU) dan Pusat Penelitian Kesehatan (UI) Universitas Indonesia pada 3.006 anak muda di Jakarta, Tangerang, dan Bekasi menemukan bahwa 20,9% anak muda berusia 17 hingga 24 tahun mengalami kehamilan sebelum menikah dan 38,7% remaja mengalami kehamilan sebelum menikah (Handayani et al., 2023).

Sementara itu lima besar kasus HIV dan AIDS di Kalimantan Selatan yaitu terdapat pada wilayah Kota Banjarmasin (568 Kasus) 34,1%, Kab Tanah Bumbu (293 kasus) 17,6%, Kota Banjarbaru (207 kasus) 12,4%, Kab.Banjar (76 Kasus) 4,6%, Kab.Tabalong (72 kasus) 4,3% dan Kab. Kotabaru (65 kasus) 3,9%. Faktor risiko yang dominan terjadi pada kasus HIV/AIDS dikarenakan akibat perilaku hubungan seksual merupakan faktor risiko tertinggi dalam penularan HIV di Kalimantan Selatan yaitu sebanyak 69,6% (Dinas Kesehatan Prov. Kalsel, 2017).

Remaja dinyatakan golongan yang memiliki risiko tinggi terhadap pergaulan bebas saat ini, kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual, HIV/AIDS. Perilaku seks bebas pada remaja terjadi karena adanya beberapa faktor yang mendorong antara lain pengetahuan, sikap,

kepercayaan, nilai-nilai remaja, teman sebaya orang tua. Faktor yang juga memungkinkan sangat besar pengaruhnya antara lain penggunaan gadget di kalangan remaja (Sary et al., 2021).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pergaulan bebas remaja yaitu pengetahuan. Pengetahuan seksual pranikah remaja terdiri dari pemahaman tentang seksualitas yang dilakukan sebelum menikah yang terdiri dari pengetahuan tentang fungsi hubungan seksual, akibat seksual pranikah, dan faktor yang mendorong seksual pranikah (Sarwono 2006; Ishak dkk, 2021). Adapun faktor lainnya yaitu sikap. Sikap adalah bagaimana seseorang melihat, merasakan, atau bertindak terhadap suatu hal. Sikap juga dapat diartikan sebagai bagaimana seseorang menunjukkan tanggapannya terhadap suatu masalah. Sikap remaja terhadap perilaku seks bebas akan memengaruhi pilihan mereka untuk melakukan atau tidak melakukan perilaku seks tersebut. Pengetahuan dan keyakinan remaja tentang perilaku seks bebas memengaruhi pilihan ini (Putri, 2019).

Sementara itu memperkuat kemampuan self-control, atau kemampuan mengendalikan diri sendiri, adalah salah satu tugas perkembangan remaja, ini didasarkan pada skala nilai, prinsip, atau falsafah hidup. Remaja yang memiliki kontrol diri dapat mempertahankan diri dari berperilaku yang melanggar aturan dan norma masyarakat (Syamsu Yusuf, 2016). Penyebab dari diri remaja melakukan perilaku seksual yang tidak sehat adalah kurangnya kontrol diri, tidak bisa mengambil keputusan mengenai perilaku seksual yang sehat atau tidak mampu menolak terhadap ajakan teman atau pacar saat diajak melakukan perilaku seksual pranikah (Kartika dan Farida, 2018).

Salah satu solusi yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan yang berhubungan dengan seks ialah pendidikan seks. Pendidikan seksual merupakan upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan seksualitas individu. Kurangnya pengetahuan anak ataupun individu tentang seksual memberikan dampak buruk, misalnya meningkatnya perilaku seksual beresiko, penyimpangan seksual, pelecehan seksual dan seks bebas (Joae Brett Nito et al., 2022).

Adapun media pendidikan kesehatan yang sering digunakan saat ini adalah leaflet, booklet, lembar balik atau power point. Sarana ini dipilih karena dirasa cukup murah, mudah dibuat, mudah dibawa dan menarik (Pribadi, 2018). Seiring berjalannya waktu, hasil penelitian menyatakan bahwa penggunaan leaflet, power point, booklet dan lembar balik kurang berpengaruh untuk meningkatkan pengetahuan (Li et al., 2019). Sedangkan permainan atau

video cukup menarik bagi generasi 4.0 yang lebih dekat dan lebih suka menggunakan teknologi canggih, terlebih video dengan karakter yang lucu dan unik (Szeszak et al., 2019). Hasil penelitian Susilo (2018), media video sangat efektif digunakan dalam meningkatkan pemahaman dan proses belajar pada remaja, karena media video bersifat promotif dan preventif sehingga memberikan manfaat, untuk mempengaruhi motivasi, kepercayaan, dan sikap siswa secara positif (Siwi et al 2019).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tiza Indah Asnita tahun 2021 yang juga meneliti tentang pengaruh pendidikan kesehatan melalui media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang seks pranikah di SMP Negeri 14 kota Bengkulu. Dengan hasil penelitian diperoleh ada pengaruh pendidikan kesehatan melalui media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang seks pranikah di SMP Negeri 14 Kota Bengkulu.

Berdasarkan hasil wawancara singkat yang peneliti lakukan dengan 5 orang siswa di sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin, hasil wawancara dapat diuraikan bahwa 2 diantaranya siswa mengaku sedang menjalin hubungan atau berpacaran. Mereka cukup mengetahui pengertian dan cara menghindari seks bebas, namun diantaranya ada 2 orang yang mengatakan mereka memiliki sikap kurang terbuka kepada orang tua, dan ada 3 orang menyatakan bahwa pada saat merasa stress mereka cenderung menghabiskan waktu untuk bermain keluar dengan teman sebayanya, serta 2 dari 5 orang tersebut mengatakan belum pernah mendapatkan paparan informasi terhadap seks bebas, mungkin dikarenakan kurang meratanya pemberian penyuluhan terkait seks bebas di sekolah tersebut.

Dari kesimpulan diatas peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana tingkat pengetahuan, sikap dan kontrol diri remaja terhadap seks bebas dengan judul penelitian “Pengaruh Video Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Kontrol Diri Remaja Tentang Seks Bebas Di Sekolah Menengah Atas Wilayah Banjarmasin Timur”. Dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh video edukasi terhadap tingkat pengetahuan, sikap dan kontrol diri remaja tentang seks bebas.

### **Metode**

Metode penelitian ini menggunakan Pre-Experimental dengan *One Group PreTest-PostTest Design*. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 7 Banjarmasin dengan jumlah sampel

sebanyak 87 orang dengan teknik *Quota sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan, sikap dan kontrol diri yang dibagikan menggunakan *link google form* melalui *WhatsApp*. dan dianalisis dengan *uji Wilcoxon*.

## Hasil Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	21	24,1
Perempuan	66	75,9
<b>Usia</b>		
14 tahun	2	2,3
15 tahun	11	12,6
16 tahun	70	80,5
17 tahun	3	3,4
18 tahun	1	1,1

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil dari 87 responden dapat diketahui sebagian besar responden adalah perempuan yakni sebanyak 66 responden (75,9%).

Tabel 2. Hasil Penelitian Sikap Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Edukasi

Sikap	Pre		Post	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	28	32,2	87	100
Cukup	59	67,8	0	0
Jumlah	87	100	87	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa pada pelaksanaan *pre-test* terdapat 28 responden (32,2%) dengan sikap yang baik dan 59 responden (67,8%) dengan sikap yang cukup. Sementara pada *post-test*, seluruh responden (100%) telah memiliki sikap yang baik

Tabel 3. Hasil Penelitian Kontrol Diri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Edukasi

Kontrol Diri	Pre		Post	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	9	10,3	73	83,9
Cukup	78	89,7	14	16,1
Jumlah	87	100	87	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa pada pelaksanaan *pre-test* terdapat 9 responden (10,3%) dengan kontrol diri yang baik dan 78 responden (89,7%) dengan kontrol diri yang

cukup baik. Sementara pada *post-test*, terdapat 73 responden (83,9%) dengan kontrol diri yang baik dan 14 responden (16,1%) dengan kontrol diri yang masih dikategori cukup baik

Tabel 4. Pengaruh video edukasi terhadap variabel sikap remaja tentang seks bebas di SMA Negeri 7 Banjarmasin

Sikap	N	Mean	SD	Min-Max	P-Value
<i>Pre-Test</i>	87	30,99	2,218	26-37	0,000
<i>Post-Test</i>		35,94	2,776	31-40	

Tabel 5. Pengaruh video edukasi terhadap variabel kontrol diri remaja tentang seks bebas di SMA Negeri 7 Banjarmasin

Kontrol Diri	N	Mean	SD	Min-Max	P-Value
<i>Pre-Test</i>	87	100,55	4,305	83-112	0,000
<i>Post-Test</i>		114,39	10,335	102-134	

## Pembahasan

### Sikap remaja tentang seks bebas sebelum diberikan video edukasi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa pada pelaksanaan *pre-test* terdapat 59 sampel (67,8%) dengan sikap yang cukup. Pada 10 pernyataan kuesioner sikap skor sikap responden sudah berada di rata-rata kategori cukup baik dan mengalami peningkatan setelah diberikan video edukasi. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningsih et al., (2021) sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan video didapatkan remaja putri memiliki sikap dalam kategori baik sebanyak 19 orang (63%) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan remaja putri yang memiliki sikap dalam kategori baik bertambah menjadi 27 orang (90%).

Sikap merupakan faktor predisposisi dalam menentukan perilaku seseorang. Sikap merupakan proses evaluasi yang bersifat internal, subjektif, berlangsung dalam diri seseorang dan tidak dapat diamati secara langsung. Sikap remaja terhadap kesehatan reproduksi diperlihatkan dengan adanya kecenderungan menolak atau mendukung perilaku seks (Reynie, 2016 dalam Mona, 2019).

Sikap dipengaruhi oleh faktor-faktor diantaranya adalah pengaruh orang lain yaitu komponen sosial yang ikut mempengaruhi sikap seseorang dan pengaruh lembaga pendidikan dan agama yang mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap dikarenakan keduanya meletakkan dasar pengertian konsep moral dalam diri individu (Sary et al., 2021).

### **Sikap remaja tentang seks bebas sesudah diberikan video edukasi**

Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan intervensi menggunakan video edukasi didapatkan hasil 87 responden (100%) telah memiliki sikap yang baik. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sabhita, D (2022) dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa terjadi perubahan sikap remaja atau responden setelah diberikan intervensi menggunakan media video yaitu 100% atau semua remaja memiliki sikap positif dan tidak terdapat responden yang memiliki kategori sikap negative.

Sikap seksual pranikah remaja dapat dipengaruhi oleh banyak hal, selain dari faktor pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor kebudayaan, media masa, pengalaman pribadi, lembaga pendidikan, lembaga agama dan emosi dari dalam diri individu (Azwar, 2012 dalam Andriani et al., 2022). Penyuluhan berbasis video edukasi tentang seks pra nikah pada siswa ini dirasa sangat membantu dalam mengubah sikap yang negatif menjadi positif. Sehingga didapatkan hasil posttest dengan peningkatan sikap responden seperti setuju dengan pemberian pendidikan seks untuk mencegah perilaku seks bebas, keinginan untuk lebih meningkatkan pemantauan orang tua terhadap anak, serta keinginan untuk menjauhi perilaku seks bebas. Menurut peneliti, faktor yang juga berpengaruh penting terhadap perubahan sikap yang positif ini adalah adanya pengetahuan responden yang sebagian besar sudah meningkat menjadi kategori baik. Hal ini mengakibatkan pengetahuan yang baik akan membuat sikap remaja menjadi positif.

### **Kontrol diri remaja tentang seks bebas sebelum diberikan video edukasi**

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa pada pelaksanaan pre-test terdapat 78 responden (89,7%) dengan kontrol diri yang cukup baik. Pada 34 pernyataan kuesioner kontrol diri, di item pernyataan no 2 dimana item tersebut berisi pernyataan "saya cenderung

menghabiskan waktu dengan pacar saya saat sedang merasa stress”, ada beberapa responden yang masih mendukung atau setuju dengan pernyataan negatif tersebut. Selain itu, sebagian responden juga keliru menjawab pada pernyataan soal no 12 dan 23, dimana pada pernyataan no 12 yang berisi pernyataan “saya merasa kesal jika ada orang lain yang mengkritik saya mengenai kebiasaan saya pulang larut malam”, dan pada pernyataan no 23 yang berisi pernyataan “saya cenderung tidak peduli terhadap penilaian orang lain terhadap saya jika mereka tau bahwa saya memiliki kebiasaan pulang malam”, Pada 2 pernyataan unfavourable tersebut sebagian responden juga masih memberi skor 2 yang dimana berarti masih setuju atau mendukung pernyataan negatif tersebut.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nova & Aviani (2020) yang menyatakan kontrol diri remaja yang rendah dikarenakan pola asuh yang tidak memadai, peran orang tua yang sangat bergantung terhadap anak dalam mengontrol perilaku seksnya dengan pemberian pemahaman, menanamkan nilai dan moral. Penyebab remaja dalam kurangnya kontrol diri yaitu adanya faktor mempengaruhi seperti paparan konten media pornografi, status perkawinan orang tua, jumlah pacar yang pernah dimiliki, lama pertemuan dengan pacar dan sikap negatif terhadap perilaku seks (Mahmudah, Yauni & Lestari, 2016 dalam Nova & Aviani, 2020).

Penyebab lainnya, menurut Rifa yaitu faktor biologis dan kepribadian, pola asuh yang salah, kurangnya kasih sayang orang tua, kurangnya pemahaman mengenai agama, dan kondisi lingkungan sekitar (Kather, 2023). Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diasumsikan bahwa responden yang masih mendukung pernyataan negatif akan berperilaku atau bertindak hanya untuk hal-hal yang menyenangkan dirinya sendiri, tanpa peduli terhadap penilaian orang lain dan dampak dari perilaku tersebut, seperti memiliki kebiasaan pulang larut malam, lebih banyak menghabiskan waktu untuk hal yang tidak bermanfaat, sering berkumpul dengan teman yang gemar pacaran, dan menggunakan internet untuk mengakses situs porno.

### **Kontrol diri remaja tentang seks bebas sesudah diberikan video edukasi**

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa pada pelaksanaan post-test didapatkan hasil, terdapat 73 sampel (83,9%) dengan kontrol diri yang baik. Kontrol diri sangat penting dari

tugas-tugas perkembangan untuk memperkuat kemampuan mengendalikan diri atas norma dan falsafah hidup. Mengontrol diri dapat dilakukan dengan mengatur setiap tindakan yang dilakukan oleh remaja terhadap orang lain termasuk perilaku seksual dari pasangan (Patmadewahni & Yoedtadi, 2024).

Remaja yang memiliki kontrol diri yang baik akan mengambil keputusan dan melakukan tindakan yang telah dipertimbangkan sebelumnya agar mendapatkan konsekuensi yang positif dari lingkungan sekitarnya, kontrol diri sangat penting dalam mengelola perilaku agar perilaku yang dimunculkan dapat dikendalikan dengan baik (Wardani & Alfiani, 2022). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kartono (Sriwahyuni, 2017) menyatakan bahwa salah satu faktor penting penyebab timbulnya kenakalan remaja pada umumnya kurang memiliki kontrol diri atau justru menyalahgunakan kontrol diri tersebut dan suka menegakkan standar tingkah laku sendiri, disamping meremehkan keberadaan orang lain. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Sriwahyuni (2017) yang menyatakan bahwa 17,7% penyebab kenakalan remaja adalah kontrol diri.

### **Pengaruh video edukasi terhadap sikap remaja tentang seks bebas**

Berdasarkan tabel 4.7 dapat diketahui bahwa pada pre-test didapatkan skor sikap dengan rata-rata sebesar 30,99. Sementara pada post-test didapatkan skor sikap dengan rata-rata sebesar 35,94. Berdasarkan nilai yang didapatkan, bisa dicermati bahwa adanya peningkatan rata-rata dan nilai minimum-maksimum dari pre-test dibandingkan post-test. Hasil analisis variabel sikap dengan menggunakan uji wilcoxon diperoleh p-value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh video edukasi terhadap sikap remaja tentang seks bebas di sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin. Sikap seksual pranikah remaja dapat dipengaruhi oleh banyak hal, selain dari faktor pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor kebudayaan, media masa, pengalaman pribadi, lembaga pendidikan, lembaga agama dan emosi dari dalam diri individu (Azwar, 2012 dalam Andriani et al., 2022). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Putri Ika Alvionita, Dewi Pujiana, Yudi Abdul Majid pada tahun 2022 yang menyatakan bahwa nilai sikap sebelum diberikan intervensi sebesar 28.76 dan nilai sikap sesudah diberikan intervensi sebesar 34.34 dengan nilai p value 0.000 <0.05.

Penggunaan media video sebagai media edukasi kesehatan sangat efektif bagi kalangan remaja karena karakteristik pada usia tersebut lebih mudah mencerna pesan yang diberikan terutama terkait hal-hal yang sangat akrab dengan pergaulan mereka. Informasi yang dianggap menarik, media yang sesuai, narasumber yang komunikatif memberi efek pada sasaran, yaitu pesan akan lebih mudah dipahami. Hal ini disebabkan karena efektifitas penyerapan pengetahuan dari tayangan video juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, usia, penyajian materi, suasana dan kemampuan pemateri akan berdampak pada perubahan sikap sasaran. Sikap tidak bisa serta merta berubah tanpa disertai adanya rangsangan dari pengetahuan berupa pesan-pesan yang edukatif sesuai kebutuhan (Mustar et al., 2023).

### **Pengaruh video edukasi terhadap kontrol diri remaja tentang seks bebas**

Berdasarkan tabel 4.8 dapat diketahui bahwa pada pre-test didapatkan skor kontrol diri dengan rata-rata sebesar 100,5. Sementara pada post-test didapatkan skor kontrol diri dengan rata-rata sebesar 114,39. Berdasarkan nilai yang didapatkan, bisa dicermati bahwa adanya peningkatan rata-rata dan nilai minimum-maksimum dari pre-test dibandingkan post-test. Setelah dilakukan uji Wilcoxon pada variabel kontrol diri, diperoleh p-value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti juga terdapat pengaruh video edukasi terhadap kontrol diri remaja tentang seks bebas di sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin. Menurut Nurlaeli (2020) pentingnya pendidikan seks pada remaja merupakan salah satu solusi dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang dialami oleh para remaja saat ini. Pendidikan seks akan mengajarkan dan memberikan pengertian serta menjelaskan masalah-masalah yang menyangkut seksualitas, naluri dan perkawinan kepada anak sejak dini yaitu semenjak akalnya mulai tumbuh dan siap memahami hal-hal mengenai seks dan perilaku yang tidak bertanggung jawab.

Agar remaja dapat menyerap secara maksimal materi yang diberikan dalam penyuluhan kesehatan maka diperlukan pemilihan metode dan media yang tepat. Selain menggunakan metode tatap muka kegiatan penyuluhan kesehatan dapat dikombinasikan dengan media-media tertentu seperti media cetak, pameran/display, audio, audiovisual dan multimedia (Anggraini et al., 2022). Salah satu media yang dapat digunakan untuk memberikan pendidikan kesehatan

adalah media video, video edukasi merupakan proses pendidikan melalui salah satu media video yang menyajikan informasi atau pesan secara audiovisual.

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh video edukasi terhadap sikap dan kontrol diri remaja tentang seks bebas di sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin dapat disimpulkan bahwa, karakteristik responden berusia 14-18 tahun dengan sebagian besar berjenis kelamin perempuan. Sebelum diberikan video edukasi tingkat pengetahuan responden 83 siswa (95,4%) berada di kategori baik, 3 siswa (3,4%) di kategori cukup baik, dan 1 siswa (1,1%) dengan kategori tingkat pengetahuan kurang. Sesudah diberikan video edukasi tingkat pengetahuan 87 siswa (100%) meningkat dan berada di kategori baik. Sebelum diberikan video edukasi sikap responden 28 siswa (32,2%) di kategori baik, dan 59 siswa (67,8%) berada di kategori cukup baik. Setelah diberikan video edukasi sikap responden 87 siswa (100%) memiliki sikap di kategori baik. Sebelum diberikan video edukasi kontrol diri responden 9 siswa (10,3%) berada di kategori baik, 78 siswa (89,7%) di kategori cukup baik. Setelah diberikan video edukasi kontrol diri responden 73 siswa (83,9%) berada di kategori baik, dan 14 siswa (16,6%) masih di kategori cukup baik.

Setelah dilakukan uji Wilcoxon pada variabel tingkat pengetahuan, diperoleh p-value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh video edukasi terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang seks bebas di sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin. Setelah dilakukan uji Wilcoxon pada variabel sikap, diperoleh p-value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh video edukasi terhadap sikap remaja tentang seks bebas di sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin. Setelah dilakukan uji Wilcoxon pada variabel kontrol diri, diperoleh p-value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh video edukasi terhadap kontrol diri remaja tentang seks bebas di sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin. Diharapkan sekolah dapat menyediakan informasi terkait bahaya seks pranikah, fungsi fisiologis alat reproduksi, dan jenis-jenis penyakit menular seksual (PMS) dan cara pencegahannya, dan diharapkan dapat bekerjasama dengan instansi kesehatan mengenai penyuluhan seks pranikah dengan tujuan meningkatkan pengetahuan serta dapat meningkatkan sikap dan kontrol diri

terhadap seks pranikah pada remaja di SMA Negeri 7 Banjarmasin. Berdasarkan hasil penelitian yang di dapatkan diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan terkait pentingnya pendidikan seks pranikah beserta jenis penyakit menular (PMS), serta bagaimana cara pencegahannya bagi mahasiswa Universitas Sari Mulia Banjarmasin. Diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini lebih lanjut dengan variabel yang berbeda seperti faktor-faktor lain yang mempengaruhi seks bebas, atau dapat mengembangkan metode dan media yang telah diinovasi dengan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga hasil penelitian dapat lebih akurat

### Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada M. Sobirin Mohtar Ns., M.Kep dan Dr. Dede Mahdiyah M.Si yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyelesaian penelitian ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada Paul Joae Brett Nito, S.Kep., Ners., M.Kep dan Onieqie Ayu Dhea Manto S.Kep., Ners., M.Kep yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyelesaian penelitian ini

### Daftar Pustaka

- Andriani, R., Suhrawardi, & Hapisah. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja dengan perilaku seksual pranikah. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(10), 3441–3446. <https://doi.org/https://doi.org/10.47492/jip.v2i10.1341>
- Anggraini, K. R., Lubis, R., & Azzahroh, P. (2022). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Awal Tentang Kesehatan Reproduksi. *Menara Medika*, 5(1), 109–120. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i1.3511>
- Handayani, P., Nuryani, & Ratnasari, F. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Seks Bebas Terhadap Pencegahan Kehamilan Pada Remaja Di SMK Pilar Bangsa Kabupaten Tangerang Tahun 2023. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(September), 99–103. <https://doi.org/https://doi.org/10.59435/gjmi.v1i3.55>
- Joae Brett Nito, P., Hanik Fetriyah, U., & Ariani, M. (2022). Sex Education “Kekerasan Seksual Pada Anak” Upaya Preventif Tindak Kekerasan Dan Pelecehan Seksual Pada Anak. *Jurnal Suaka Insan Mengabdikan (Jsim)*, 3(2), 78–86. <https://doi.org/10.51143/jsim.v3i2.306>
- Kather, D. J. (2023). Kenakalan Remaja dan Solusinya. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(9), 6972–6980. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i9.2842>
- Lubis, D. P. U. (2017). *Dina Putri Utami L ., “ Peran Teman Sebaya ....” PENDAHULUAN Saat ini kesehatan reproduksi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang*

*cukup besar skalanya di Indonesia . Hal ini dapat dilihat dari data dan fakta pada beberapa komponen kesehatan rep. 08(01), 47–54.*

- Mona, S. (2019). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI DENGAN PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH SISWA  
Abstract This study aims to determine whether there is a relationship between knowledge and attitudes about reproductive health with premarital sexua. *Jurnal Penelitian Kesmas*, 1(2), 58–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.36656/jpkisy.v1i2.167>
- Mustar, M., Hasnidar, H., Abbas, H. H., & Safitri, N. N. (2023). Efektifitas Video Sebagai Media Edukasi Kesehatan Terhadap Sikap Remaja Mengenai Infeksi Menular Seksual (IMS) ada Remaja. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 6(2), 179–189. <https://doi.org/10.33096/woh.v6i2.808>
- Nova, M. T., & Aviani, Y. I. (2020). Peran Pola Asuh Demokratis dan Kontrol Diri terhadap Kecenderungan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 2400–2409. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v4i3.722>
- Putri, D. A. J. (2019). Studi Deskriptif tentang Pola Asuh Otoritatif, Kontrol Diri, dan Sikap Remaja Terhadap Perilaku Seks Bebas. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 2(2), 78–88. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v2i2.3230>
- Sary, A. N., Kunant, A. P., & Trisnadew, E. (2021). Pengaruh penyuluhan dengan media aplikasi whatsapp terhadap perubahan pengetahuan dan sikap tentang seks pranikah pada remaja. *Prosiding Seminar Nasional STIKES Syedza Saintika*, 1(1), 304–312. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/PSNSYS/article/view/936>
- Wardani, D. A., & Alfiani, R. N. (2022). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(4), 550–555. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i4.1229>