

# JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

## Konseling Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Berbasis *Solution Focused Brief Therapy* *Premarital Sexual Behavior Counseling in Adolescents Based on Solution Focused Brief Therapy*

Elna Sari

D4 Promosi Kesehatan, Fakultas Vokasi, Universitas Karya Persada Muna

### Article Info

#### Article History

Received: 18 Jul 2023

Revised: 06 Aug 2023

Accepted: 11 Aug 2023

### ABSTRACT / ABSTRAK

*The problems faced by today's adolescent age group are reproductive health, and one of the main concerns is sexual behavior in adolescents. This study aims to determine the effect of Solution Focused Brief Therapy counseling on increasing knowledge about premarital sexual behavior in adolescents. The research design used was a pre-experimental study using the one-group pretest-posttest design method with a total sample of 38 people. The results of this study indicate that the average respondent's knowledge has increased after being given counseling. This is shown by the average knowledge of respondents (pre-test) being 11.11 with a standard deviation value of 3.211 and the average knowledge (post-test) being 18.58 with a standard deviation value of 3.406. This study concludes that Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Counseling has an influence on knowledge of premarital sexual behavior in adolescents.*

**Keywords:** *Adolescents, premarital sexual behavior, Knowledge, Counseling, Solution Focused Brief Therapy*

Permasalahan yang dihadapi oleh kelompok usia remaja saat ini yaitu kesehatan reproduksi, dan salah satu yang menjadi pusat perhatian adalah perilaku seksual pada remaja. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh konseling *Solution Focused Brief Therapy* terhadap peningkatan pengetahuan tentang perilaku seksual pranikah pada remaja. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian pra eksperimen dengan metode *the one group pretest-posttest design* dengan jumlah sampel sebanyak 38 orang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan responden mengalami peningkatan setelah diberikan konseling. Hal ini ditunjukkan rata-rata pengetahuan responden (*pre-test*) adalah 11,11 dengan nilai standar deviasi sebesar 3,211 dan rata-rata pengetahuan (*post-test*) adalah 18,58 dengan nilai standar deviasi sebesar 3,406. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa terdapat pengaruh Konseling *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) terhadap pengetahuan perilaku seksual pranikah pada remaja.

**Kata kunci:** *Remaja, Perilaku Seksual Pranikah, Pengetahuan, konseling, Solution Focused Brief Therapy*

### Corresponding Author:

Name : Elna Sari

Affiliate : D4 Promosi Kesehatan Fakultas Vokasi Universitas Karya Persada Muna

Address : Jl. Gambas Kelurahan Sidodadi, Provinsi Sulawesi Tenggara

Email : elnasari092@gmail.com

## PENDAHULUAN

Permasalahan yang dihadapi oleh kelompok usia remaja saat ini yaitu Kesehatan reproduksi, salah satu yang menjadi pusat perhatian adalah perilaku seksual pada remaja. Perilaku seksual pranikah pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain perkembangan psikis, fisik, proses belajar dan sosio kultural. Beberapa aktifitas perilaku seksual pranikah yang sering dijumpai pada remaja yaitu sentuhan seksual, oral seks, seks anal, maturbasi dan hubungan heteroseksual. Apabila sudah mengenal perilaku seksual berisiko tersebut, maka remaja akan lebih rentan mengalami kehamilan yang tidak diinginkan ataupun terinfeksi HIV/AIDS (Samsinar, 2022)

Data dari CDC (*Central of Disease Control*), pada tahun 2019 di Amerika Serikat berdasarkan study 4 atau lebih pasangam sesksul dan 27% telah melakukan hubungan seksual selama 3 bulan. Di Malaysia sekitar 1,3 remaja berusia 15 dan 24 tahun yang belum menikah sudah melakukan hubungan seksual, sementara di Cina terdapat 73,6 % remaja yang memmpunyai pasangan cenderung setuju dengan hubungan seksual sebelum menikah (Alwi Akbar, 2023) Survei Department of Health & Human Services pada siswa sekolah menengah keatas di Amerika Serikat didapatkan data sebanyak 41 % siswa sudah melakukan hubungan seksual pranikah dan hamper 230.000 bayi lahir dari remaja putri, dimana usia dari remaja tersebut mulai dari umur 15-19 tahun (Devy Lestari Nurul Aulia, 2020) Perilaku seks pranikah oleh kalangan remaja akan menjadi transmisi penularan penyakit menular seksual seperti HIV/AIDS, WHO memeperikarakan 30% dari 40 juta ODHA (yaitu 10,3 juta) merupakan remaja yang berusia 15-24, di Indonesia setiap tahunnya selalu terjadi peningkatan jumlah kasus HIV/AIDS, terdapat 48,300 kasus HIV pada 2017, dimana 20% remaja usia 15-24 tahun terinfeksi HIV serta diantaranya terdapat 9,280 jumlah kasus AIDS (Rosa Riya, 2023) Hasil penelitian dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tentang kenakalan remaja menyatakan dalam sikap permisif 40% remaja tidak keberatan pacaran dengan saling merangkul, 30% remaja tidak keberatan pacaran dengan saling berpelukan, 20% remaja tidak keberatan pacaran dengan saling berciuman, 35% remaja pria mengaku tidak perlu mempertahankan keperjakaannya, 10% remaja wanita mengaku tidak perlu mempertahankan keperawanannya dan mengobrol saja adalah gaya pacaran lama dari 95% remaja. Sedangkan dalam sikap tidak permisif 60% remaja keberatan dengan gaya pacaran saling berpegangan tangan (Azura Arisa, 2023).

*Solution Focused Brief Therapy* merupakan salah satu pendekatan konseling pada remaja yang menekankan untuk mendapatkan solusi daripada membicarakan mengenai permasalahan remaja. Pendekatan SBTF tersebut memberi kesempatan kepada konseli untuk secara mandiri belajar menyelesaikan masalah yang dihadapi, dimana anatara konselor dan konseli tidak ada yang mendominasi tetapi memiliki tujuan yang sama untuk menyelesaikan masalah konseli sesuai dengan yang diharapkan (Hanah, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh (Julita dkk, 2018) menyatakan *konseling Solution Focused Brief Therapy* terhadap kontrol siswa pada kelas VIII di SMPN Taliwang menunjukkan ada pengaruh konseling *Solution Focused Brief Therapy* terhadap kontrol diri siswa. Pendekatan SFBT memberi kesempatan kepada konseli untuk secara mandiri belajar menyelesaikan masalah yang dihadapi, dimana anatara konselor dan konseli tidak ada yang mendominasi tetapi memiliki tujuan yang sama untuk menyelesaikan masalah konseli sesuai dengan yang diharapkan. Penelitian ini bertujuan

mengetahui pengaruh konseling *Solution Focused Brief Therapy* terhadap peningkatan pengetahuan tentang perilaku seksual pranikah pada remaja.

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Remaja Wiayah Kerja Puskesmas Dana Kabupaten Muna. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian pra eksperimen dengan metode *the one group pretes-posttes design* yang merupakan salah satu metode penelitian pra eksperimen tanpa melibatkan kelompok pembandingan (kontrol), tetapi sudah dilaksanakan observasi pertama (*pre-test*) dengan menguji perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan (*eksperimen*) (Notoatmodjo., 2010). Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh konseling *Solution Focused Brief Therapy* terhadap peningkatan pengetahuan tentang perilaku seksual pranikah pada remaja. Populasi yang diteliti adalah seluruh remaja perempuan maupun laki-laki yang diperoleh dari studi pendahuluan serta terdaftar di posyandu remaja dan bersedia dijadikan sampel penelitian sebanyak 60 orang. Penentuan besar sampel berdasarkan rumus Slovin yaitu sebagai berikut (Notoatmodjo., 2010)

$$N = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

Berdasarkan rumus tersebut, maka didapatkan besar jumlah sampel sebesar 37,5 atau 38 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai yang dikehendaki oleh peneliti (Notoatmodjo., 2018). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April-Mei Tahun 2023. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner (angket), yakni salah satu tehnik pengumpulan data dalam bentuk pengajuan yang sudah dipersiapkan sebelumnya dan harus diisi oleh responden (Sugiyono., 2016). Kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari karakteristik responden (nama, umur sedangkan variabel penelitian (Konseling *Solution Focused Brief Therapy* dan pengetahuan remaja tentang perilaku seksual pranikah). Analisis penelitian menggunakan analisis univariat dan bivariat, dimana Analisis univariat mendeskripsikan distribusi frekuensi karakteristik sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *paired t-test* jika data berdistribusi normal dan jika data tidak berdistribusi normal menggunakan uji *Wilcoxon* (Notoatmodjo., 2018).

## HASIL

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

Karakteristik		Frekuensi (n)	Persentase (%)	mean±SD
Umur (tahun)	10-14	7	18,4	30,63±5,786
	15-19	22	57,9	
	20-24	9	23,7	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	20	60,6	
	Perempuan	18	41,9	

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan umur responden, umur terbanyak adalah responden yang berumur antara 15-19 tahun sebanyak 22 responden (57,9%) dan paling sedikit adalah responden yang berumur antara 10-14 tahun sebanyak 7 responden (18,4%) dengan nilai mean sebesar 30,63 dan nilai SD sebesar 5,786. Sedangkan berdasarkan jenis kelamian yang paling banyak yaitu pada laki-laki sebanyak 20 orang (60,6%

**Tabel 2.** Pengaruh Konseling *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) Terhadap pengetahuan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja

Variabel Penelitian	Mean±SD
Pengetahuan ( <i>pre-test</i> )	11,11±3,211
Pengetahuan ( <i>post-test</i> )	18,58±3,406

Sumber: Data Primer,2023

Pengaruh Konseling *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) Terhadap pengetahuan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja rata-rata pengetahuan responden (*pre-test*) adalah 11,11 dengan nilai standar deviasi sebesar 3,211 dan rata-rata pengetahuan (*post-test*) adalah 18,58 dengan nilai standar deviasi sebesar 3,406.

## PEMBAHASAN

Kehadiran teman sebaya pada kehidupan remaja adalah salah satu masalah yang dapat dilihat sebagai faktor yang mempengaruhi perkembangan remaja. Remaja dan teman sebaya memiliki ikatan emosional yang cukup kuat, dimana pergaulan sebaya merupakan suatu media untuk para remaja saling berinteraksi, bertukar pikiran, hingga saling menceritakan pengalaman pribadi (Herdina Indrijati, 2022). Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja berhubungan dengan perilaku pacaran remaja karena perilaku seksual beresiko dalam pacaran cenderung disebabkan kurangnya informasi yang benar tentang pengetahuan kesehatan reproduksi. Remaja perlu mendapat pengarahan dan bimbingan terkait kesehatan reproduksi untuk pengendalian perilaku seksual beresiko dalam pacaran (Qomariah, 2020).

Konseling adalah salah satu upaya memengaruhi perubahan tingkah laku secara sadar pada siswa atau responden, dimana untuk mendapatkan kondisi-kondisi seperti hak-hak individual yang memudahkan responden secara sadar untuk membuat pilihan maka konselor membantu siswa atau responden memilih tujuan-tujuan dengan tingkat kepuasan tertinggi yang dapat dicapai dalam keterbatasan faktor-faktor lingkungan maupun faktor-faktor pribadi siswa, sehingga siswa lebih memperoleh wawasan baru tentang berbagai alternatif, pandangan dan pemahaman-pehman dalam mencapai tujuan yang dikehendaki (I Gst. Agung Diah Rusdayanti, I Ketut Dharsana, 2023)

Penelitian ini menunjukkan rata-rata pengetahuan responden mengalami peningkatan setelah diberikan konseling. Diketahui bahwa salah satu hakikat dari konseling yaitu dengan berupaya memengaruhi perubahan tingkah laku secara sadar pada remaja atau responden, dimana untuk mendapatkan kondisi-kondisi seperti hak-hak individual yang memudahkan responden secara sadar untuk membuat pilihan maka konselor membantu remaja atau responden memilih tujuan-tujuan dengan tingkat kepuasan tertinggi yang dapat dicapai dalam keterbatasan faktor-faktor lingkungan maupun faktor-faktor pribadi remaja tersebut, sehingga

siswa lebih memperoleh wawasan baru tentang berbagai alternatif, pandangan dan pemahaman-pehman dalam mencapai tujuan yang dikehendaki (Elna Sari, 2021).

Konseling memiliki peran penting untuk membantu remaja menghadapi permasalahannya karena konseling menjadi upaya bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada dengan remaja melalui tatap muka secara langsung untuk membahas berbagai masalah yang dialami peserta didik agar dapat memahami kondisi dirinya sendiri, kondisi lingkungan, permasalahan yang dialami seperti dampak perilaku pacaran beresiko, dan upaya untuk mengatasi permasalahan (Astuti, 2020).

Konseling juga membantu remaja memantau memahami pertumbuhan dan perkembangannya sendiri, kemudian merencanakan dan mengimplementasikan rencana - rencananya itu sesuai dengan pemantauan dan pemahamannya. Meningkatnya pengetahuan responden juga disebabkan karena remaja sering mengakses dimedia tentang perilaku seks berisiko sehingga pengetahuan akan hal tersebut semakin meningkat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Elna Sari, 2021), di sekolah menengah atas kota Makassar yaitu SMA 5 dan SMA 21, dimana responden selalu menggunakan internet sebagai media komunikasi yang paling sering digunakan untuk mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi (Elna Sari, 2021)

Pada tabel 2, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh Konseling *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) terhadap pengetahuan perilaku seksual pranikah pada remaja. *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) ini juga sering disebut sebagai *Constructivist Therapy*, *Solution Focused Therapy*, dan *Solution Focused Brief Counseling* didasarkan pada asumsi optimis bahwa orang yang sehat dan kompeten memiliki kemampuan untuk membangun solusi yang dapat meningkatkan kehidupannya. Tujuan dari terapi ini yakni membangun harapan dan optimisme konseli dengan menciptakan ekspektasi positif bahwa perubahan perilaku itu mungkin dan bisa terjadi (Hanah, 2018). Hal ini penting bagi konselor dapat memberikan bantuan kepada konseli remaja yang juga secara sukarela tanpa adanya keterpaksaan. Remaja sebagai konseli membutuhkan bimbingan dari konselor karena konseli masih kurang memiliki pemahaman tentang dirinya dan lingkungannya, serta pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya (Sukatin, 2022).

Berdasarkan hal tersebut disimpulkan bahwa *Solution Focused Brief Therapy* adalah suatu pendekatan atau metode yang digunakan untuk mencari solusi dari suatu permasalahan konseli, dimana konselor dan konseli mencari solusi bersama-sama terhadap masalah konseli agar tercapainya tujuan yang diinginkan..

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa terdapat pengaruh Konseling *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) terhadap pengetahuan perilaku seksual pranikah pada remaja. *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) merupakan salah satu pendekatan konseling yang mempunyai konsep sederhana dan sangat mudah untuk aplikasikan karena lebih focus membicarakan bagaimana mencari solusi daripada membicarakan tentang permasalahan remaja. Olehnya itu disarankan kepada konselor untuk melakukan pendekatan SFBT ini sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang perilaku seksual pranikah, karena

pendekatan ini telah di uji coba pada beberapa penelitian dan hasilnya ada pengaruh yang signifikan

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwi akbar, M. (2023) 'Gambaran Perilaku Seksual Remaja Di Indonesia: Literatur riview', *Healthy Tadulako Journal(Jurnal Kesehatan Tadulako)*, Volume 9 N. Available at: <https://jurnal.fk.untad.ac.id/index.php/htj/article/view/660/427>.
- Astuti, dkk (2020) 'Studi kasus pada siswa x yang memiliki perilaku pacaran menyimpang di smp negeri i madang suku ii', *JUANG: Jurnal Wahana Konseling*, 3 (1), pp. 61-68.
- Azura Arisa, dkk (2023) 'Pengembangan Self EfficaccyMelalui Sains Video Edukasi Dalam Upaya Pencegahan Perilaku Seksualitas Pada Remaja Di Kota Banjarmasin', *Jurnal PengabdianKepada Masyarakat*, Vol.1 No.2, pp. 196-204. Available at: [jurnal.my.id/index.php/abdicurio/article/view/364/273](http://jurnal.my.id/index.php/abdicurio/article/view/364/273).
- Devy Lestari Nurul Aulia, C. C. T. (2020) 'PERAN PIK-R DENGAN PERILAKU SEKS PRANIKAH PADA REMAJA', *JURNAL KEBIDANAN*, Vol 6, No, pp. 249-254.
- Elna Sari (2021) 'Pengaruh Konseling Terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang perilaku Seks berisiko pada Siswa SMA 5 dan SMA 21 Kota Makassar', *Miracle Journal of Public Health (MJPH)*, Vol 4 No.1.
- Hanah, D. (2018) 'Pendekatan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) dalam mengurangi perilaku prokrastinasi pada mahasiswa', *FOKUS*, Vol.2 No.2.
- Herdina Indrijati, R. N. I. (2022) 'Menulis Ekspresif sebagai Upaya Konselor Sebaya untuk Menjaga Kesehatan Mental Korban Kekerasan Seksual Pra-Nikah', in *Pemulihan Psikososial dan Kesehatan Mental Pasca Pendem*, p. 275.
- I Gst. Agung Diah Rusdayanti, I Ketut Dharsana, K. S. (2023) 'Penerapan asas kesukarelaan dalam konseling kasus pacaran berisiko pada remaja', *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, Vol 9 No 1, pp. 84-93. Available at: <https://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/2650/1369>.
- Julita, dkk. (2018) 'Pengaruh konseling Solution Focused Brief Therapy (SFBT) terhadap kontrol diri siswa Kelas VIII di SMPN 6 Taliwang Kabupaten Sumbawa Barat', *Jurnal Realita*, Vol 3(5), p. hal 517-524.
- Notoatmodjo. (2010) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta.: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2018) *Metodologi Penelitian kesehatan*. Jakarta.: Rineka Cipta.
- Qomariah, S. (2020) 'Pacar berhubungan dengan perilaku seks pranikah pada remaja', *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2 (1), pp. 44-53.
- Rosa Riya, L. A. (2023) 'Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja', *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 23(2), pp. 2123-2130. Available at: <http://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah/article/view/3478/1709>.
- Samsinar, dkk. (2022) 'Perilaku Seksual Berisiko Pada remaja', *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, Vol. 8 No.
- Sugiyono. (2016) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukatin, dkk (2022) 'Bimbingan dan konseling belajar', *Humantech : Jurnal Ilmiah Multidisplin Indonesia*, 1 (9), pp. 1278-1285.