



PENDIDIKAN SEKS DI SMPN: MEMBANGUN KESADARAN DAN PEMAHAMAN REMAJA

Rindi Astika Yuliana¹, Linda Ardiya Waroka²

LP3I College Yogyakarta¹, Universitas Sahid Surakarta²

e-mail: rindipayok@gmail.com, lindawaroka90@gmail.com

Diterima: 13/03/2026; Direvisi: 21/03/2026; Diterbitkan: 28/03/2026

ABSTRAK

Pendidikan seks di Indonesia masih menjadi isu kontroversial, khususnya di tingkat sekolah menengah pertama, sehingga berdampak pada rendahnya pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana pendidikan seks di SMPN X Yogyakarta membangun kesadaran dan pemahaman remaja, serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaannya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, melibatkan satu guru BK dan empat siswa kelas IX yang dipilih melalui *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum mendapatkan pendidikan seks formal, siswa memiliki pengetahuan yang sangat terbatas dan cenderung dipengaruhi oleh informasi yang tidak akurat dari teman sebaya dan media sosial. Implementasi pendidikan seks di sekolah terbukti mampu meningkatkan pemahaman siswa tentang kesehatan reproduksi, meluruskan miskonsepsi, serta membentuk perilaku yang lebih bertanggung jawab, seperti kemampuan menolak tekanan teman sebaya dan meningkatkan kesadaran diri. Namun demikian, pelaksanaannya masih menghadapi berbagai hambatan, seperti stigma sosial, rasa malu, keterbatasan waktu pembelajaran, serta pengaruh budaya dan kebijakan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih komprehensif, interaktif, serta dukungan dari orang tua dan kebijakan pendidikan untuk meningkatkan efektivitas pendidikan seks di sekolah.

Kata Kunci: Pendidikan Seks, Remaja, Kesehatan Reproduksi.

ABSTRACT

Sex education in Indonesia remains a controversial issue, particularly at the junior high school level, resulting in limited adolescent understanding of reproductive health. This study aims to analyze how sex education at SMPN X Yogyakarta fosters adolescents' awareness and understanding, as well as to identify the supporting and inhibiting factors in its implementation. This research employs a qualitative approach with a case study design, involving one guidance counselor and four ninth-grade students selected through *purposive sampling*. Data were collected through in-depth interviews and analyzed using thematic analysis. The findings reveal that prior to formal sex education, students had very limited knowledge and were largely influenced by inaccurate information from peers and social media. The implementation of sex education in schools has been shown to improve students' understanding of reproductive health, correct misconceptions, and promote more responsible behavior, such as the ability to resist peer pressure and increased self-awareness. However, its implementation still faces several challenges, including social stigma, embarrassment, limited instructional time, and cultural as well as institutional constraints. Therefore, a more comprehensive and interactive approach, along with support from parents and educational policies, is needed to enhance the effectiveness of sex education in schools.





Keywords: *Sex Education, Adolescents, Reproductive Health.*

PENDAHULUAN

Di Indonesia, pendidikan seks masih menjadi isu yang kontroversial meskipun memiliki peran penting dalam perkembangan remaja. Masa remaja merupakan fase penting dalam pembentukan identitas diri, termasuk pemahaman tentang kesehatan reproduksi dan perilaku seksual yang sehat. Namun, penelitian Zubaidah et al. (2022) dan Yulianti et al. (2023) menunjukkan bahwa masih banyak remaja Indonesia yang belum memperoleh pendidikan seks yang memadai sehingga mereka rentan memperoleh informasi dari sumber yang kurang tepat dan tidak terpercaya. Kondisi ini menyebabkan remaja lebih mudah terpapar mitos, kesalahpahaman, serta perilaku seksual berisiko akibat rendahnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dan pendidikan seksual yang benar.

Meskipun Kurikulum 2013 telah memuat materi kesehatan reproduksi, implementasi pendidikan seks di sekolah masih belum optimal. Penelitian Amir et al. (2022) serta Pranoto dan Hana (2024) menunjukkan bahwa pendidikan seks di sekolah sering kali belum disampaikan secara komprehensif dan masih terbatas pada aspek biologis saja. Akibatnya, banyak remaja memperoleh informasi mengenai seksualitas dari teman sebaya atau media sosial yang belum tentu akurat. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko perilaku seksual tidak sehat, seperti hubungan seksual dini, kehamilan tidak diinginkan, dan kekerasan seksual akibat rendahnya pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi dan batasan perilaku seksual yang aman (Hairunisa et al., 2024; Basaria et al., 2022).

Rendahnya efektivitas pendidikan seks juga dipengaruhi oleh faktor budaya dan norma sosial yang masih menganggap pembahasan seksualitas sebagai hal tabu. Banyak orang tua dan pendidik merasa kurang nyaman atau belum memiliki kemampuan yang memadai untuk menjelaskan materi kesehatan reproduksi kepada remaja. Selain itu, perkembangan teknologi dan internet membuat remaja semakin mudah mengakses berbagai informasi tentang seksualitas, termasuk konten negatif seperti pornografi. Penelitian Salsabiilaa et al. (2023) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial dapat memengaruhi perilaku seksual remaja apabila tidak diimbangi dengan pengawasan dan edukasi yang memadai. Di sisi lain, literasi digital menjadi kemampuan penting agar remaja mampu memilah dan memahami informasi secara kritis dan bertanggung jawab di era digital saat ini (Wirasti et al., 2024). Oleh karena itu, pendidikan seks perlu diintegrasikan dengan literasi digital agar remaja mampu menyaring informasi secara kritis dan bertanggung jawab.

Sekolah memiliki peran strategis sebagai lembaga formal dalam memberikan pendidikan seks yang benar dan komprehensif. Namun, keterbatasan kurikulum, kurangnya pelatihan guru, dan minimnya integrasi materi pendidikan seks menjadi tantangan utama. Namun demikian, penelitian Pinandari et al. (2023) dan Lanus et al. (2024) menunjukkan bahwa pendidikan seks yang komprehensif tidak mendorong perilaku seksual aktif, tetapi justru membantu remaja mengambil keputusan yang lebih aman dan bertanggung jawab serta meningkatkan pemahaman tentang kesehatan reproduksi dan hubungan yang sehat. Pendidikan seks juga terbukti berkontribusi dalam meningkatkan kontrol diri seksual serta pemahaman tentang batasan diri, hubungan sehat, dan konsep persetujuan (*consent*) pada remaja (Lanus et al., 2024).

Secara teoritis, pendidikan seks tidak hanya mencakup aspek biologis, tetapi juga aspek psikologis, sosial, moral, dan etika. Teori Pembelajaran Sosial menjelaskan bahwa remaja belajar dari lingkungan dan model perilaku di sekitarnya. Oleh karena itu, pendidikan seks perlu disampaikan dengan pendekatan yang sesuai dengan nilai budaya dan agama. Dalam perspektif



Islam, pendidikan seks harus menanamkan nilai amanah, tanggung jawab, dan etika dalam hubungan antarindividu sehingga remaja memiliki pemahaman yang sehat dan bermoral terkait seksualitas. Hal ini sejalan dengan temuan Kodir et al. (2025) bahwa pendidikan seks yang diintegrasikan dengan nilai-nilai moral dan agama dapat memperkuat pembentukan karakter serta pengendalian perilaku seksual remaja. Selain itu, penelitian Adha dan Effendi (2026) menunjukkan bahwa pendidikan seks yang berlandaskan teori perilaku sosial juga efektif karena perilaku remaja sangat dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungan, teman sebaya, dan model sosial di sekitarnya.

Artikel ini bertujuan untuk menganalisis peran pendidikan seks dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi dan perilaku seksual yang sehat. Penelitian ini juga mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi pemahaman siswa, pandangan guru dan siswa terhadap pendidikan seks di sekolah, serta dampak pendidikan seks terhadap perilaku remaja. Studi Todesco et al. (2023) menunjukkan bahwa pendidikan seks komprehensif tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap dan keterampilan pengambilan keputusan yang lebih sehat pada remaja dalam menghadapi risiko seksual dan reproduksi. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kebijakan pendidikan seks yang lebih komprehensif, inklusif, dan sesuai dengan kebutuhan remaja di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus di SMPN X di Yogyakarta untuk mengeksplorasi pendidikan seks. Lokasi ini dipilih karena telah menerapkan kurikulum pendidikan seks yang relevan, memungkinkan pemahaman mendalam mengenai efektivitas dan tantangan yang dihadapi. Partisipan terdiri dari satu guru yang berpengalaman dalam mengajar pendidikan seks dan empat siswa kelas IX. Metode sampling purposive digunakan untuk memilih informan. Para informan ini termasuk guru yang secara aktif mengembangkan atau mengajar topik pendidikan seksual serta siswa yang dipilih untuk program tersebut, yang mewakili variasi dalam usia, jenis kelamin, kelas, dan latar belakang sosial ekonomi.

Tabel 1: Data Informan

Nama Informan	Jabatan	Umur	Jenis Kelamin	Kelas
IF	Guru	38	P	Guru BK
LK	Murid	14	L	IX
DK	Murid	15	L	IX
SK	Murid	14	P	IX
YL	Murid	15	P	IX

Alat penelitian termasuk dokumentasi materi ajar dan silabus; panduan wawancara semi-terstruktur yang membahas pengetahuan, sikap, pengalaman pembelajaran, efektivitas metode, hambatan, dan saran yang telah diuji coba; lembar observasi terstruktur yang merekam interaksi guru-siswa, strategi pengajaran, dan indikator nonverbal. Data dikumpulkan dari Februari hingga Maret 2026 melalui wawancara mendalam yang direkam dan ditranskrip verbatim serta observasi partisipatif pasif yang dilakukan minimal dua kali per kelas pada sesi berbeda, dengan pencatatan lapangan segera setelah observasi. Untuk memperkuat validitas, analisis dilakukan secara tematik—familiarisasi, pembuatan kode, pembentukan, dan peninjauan tema dengan dua peneliti menulis kode independen dan menyelesaikan perbedaan melalui diskusi. Wawancara, observasi, dan dokumentasi digunakan untuk triangulasi. Izin institusi, persetujuan tertulis yang diinformasikan (termasuk persetujuan orang tua atau wali



siswa), anonimisasi data, dan penyimpanan file di tempat aman adalah semua langkah yang memastikan etika penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian hasil penelitian akan dideskripsikan terlebih dahulu untuk memudahkan pemahaman dan pembacaan. Setelah itu, pembahasan akan dilakukan untuk mempelajari lebih lanjut tentang hasil penelitian. Studi ini melakukan wawancara mendalam dengan satu guru dan empat siswa dari SMPN X di Yogyakarta. Tujuan dari wawancara ini adalah untuk mengetahui pengalaman dan pemahaman siswa tentang pendidikan seks di sekolah. Kami menemukan beberapa tema utama yang mencerminkan perspektif dan pengalaman informan dalam pembelajaran pendidikan seks melalui analisis data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa sangat menyadari pentingnya pendidikan seks. Namun, ada beberapa masalah dengan melakukannya. Pendapat ini akan dibahas secara menyeluruh, termasuk konteks sosial dan budaya yang memengaruhi sikap guru dan siswa terhadap pendidikan seks. Selain itu, penelitian akan mempelajari bagaimana pendidikan seks membentuk kesadaran dan pemahaman remaja serta bagaimana memengaruhi perilaku dan keputusan yang dibuat oleh siswa. Akibatnya, diharapkan bahwa bagian ini akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang seberapa baik pendidikan seks di SMPN X bekerja dan menawarkan saran untuk perbaikan yang dapat dilakukan di masa mendatang.

Hasil

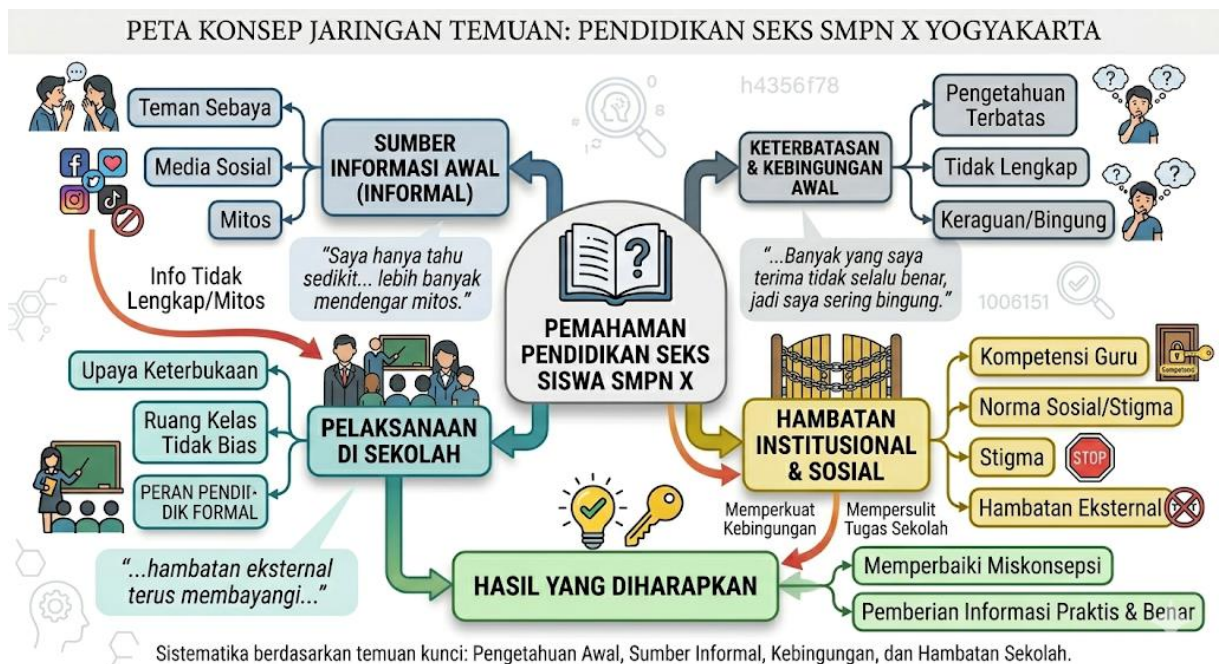
Berdasarkan hasil analisis data, temuan penelitian ini diklasifikasikan ke dalam beberapa tema utama yang menggambarkan pola pemahaman dan pengalaman siswa dalam menerima pendidikan seks. Proses pengelompokan tema dilakukan berdasarkan kesamaan makna dari hasil wawancara dan tanggapan siswa selama penelitian berlangsung. Tema-tema yang muncul menunjukkan adanya keterkaitan antara pengetahuan awal siswa, sumber informasi yang diperoleh, serta hambatan yang mereka alami dalam memahami pendidikan seks secara benar. Rincian tema utama beserta deskripsi temuan dan kutipan kunci hasil wawancara dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Tema Utama Hasil Analisis Pemahaman dan Pengalaman Siswa dalam Menerima Pendidikan Seks

Tema Utama	Deskripsi Temuan	Kutipan Kunci
Pengetahuan Awal Siswa	Pemahaman siswa masih terbatas dan tidak komprehensif	“Saya hanya tahu sedikit... lebih banyak mendengar mitos.”
Sumber Informasi Informal	Informasi diperoleh dari teman sebaya, media sosial, dan mitos	“Lebih sering dapat info dari teman dan internet.”
Kebingungan Siswa	Siswa mengalami keraguan dan kesulitan memahami informasi yang benar	“Banyak yang saya terima tidak selalu benar, jadi saya sering bingung.”
Pelaksanaan di Sekolah	Pendidikan seks sudah ada tetapi belum optimal dan kurang terbuka	“Di kelas belum pernah dibahas secara terbuka.”
Hambatan Institusional & Sosial	Terdapat kendala seperti kompetensi guru, stigma, dan norma sosial	“Masih dianggap tabu untuk dibahas.”

Tema Utama	Deskripsi Temuan	Kutipan Kunci
Dampak/Hasil yang Diharapkan	Perlu perbaikan melalui informasi yang benar dan pelurusan miskonsepsi	“Butuh penjelasan yang jelas dan tidak membingungkan.”

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa pemahaman siswa mengenai pendidikan seks masih berada pada tingkat yang terbatas dan belum menyeluruh. Sebagian besar siswa memperoleh informasi dari sumber informal seperti teman sebaya, media sosial, dan berbagai mitos yang berkembang di lingkungan sekitar. Kondisi ini menyebabkan munculnya kebingungan dalam membedakan informasi yang benar dan tidak benar. Selain itu, pelaksanaan pendidikan seks di sekolah dinilai belum optimal karena pembahasannya masih dianggap sensitif dan kurang dilakukan secara terbuka. Hambatan lain juga ditemukan pada aspek institusional dan sosial, seperti keterbatasan kompetensi guru, stigma masyarakat, serta norma sosial yang menganggap pendidikan seks sebagai topik tabu. Oleh karena itu, siswa mengharapkan adanya penyampaian informasi yang lebih jelas, akurat, dan mudah dipahami agar dapat membantu meluruskan miskonsepsi yang selama ini berkembang. Keseluruhan pola temuan tersebut kemudian divisualisasikan lebih lanjut pada gambar berikut.



Gambar 1. Peta Konsep Jaringan Temuan Pendidikan Seks pada Siswa SMPN X Yogyakarta

Berdasarkan Gambar 1, dapat diketahui bahwa pemahaman siswa mengenai pendidikan seks dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Sumber informasi awal siswa sebagian besar berasal dari lingkungan informal, seperti teman sebaya, media sosial, dan mitos yang berkembang di masyarakat, sehingga informasi yang diterima sering kali tidak lengkap dan menimbulkan kebingungan. Di sisi lain, pelaksanaan pendidikan seks di sekolah belum berjalan secara optimal karena masih adanya keterbatasan ruang diskusi terbuka serta hambatan institusional dan sosial, seperti kompetensi guru, stigma, dan norma sosial yang menganggap topik tersebut tabu untuk dibahas. Kondisi tersebut menyebabkan munculnya miskonsepsi pada siswa, sehingga diperlukan upaya perbaikan melalui pemberian informasi yang benar, praktis, dan mudah dipahami agar tujuan pendidikan seks dapat tercapai secara lebih efektif.



Penelitian tentang pendidikan seks di SMPN X Yogyakarta dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan satu guru dan empat siswa kelas IX. Tujuan dari wawancara ini adalah untuk mengetahui pengalaman, pemahaman, dan persepsi siswa tentang pendidikan seks yang diajarkan di sekolah. Hasil penelitian ini disusun berdasarkan tema-tema utama yang muncul selama analisis data. Tema-tema ini mencakup perspektif informan tentang variabel yang mempengaruhi pemahaman siswa tentang pendidikan seks, bagaimana guru dan siswa melihat pelaksanaan pendidikan seks di sekolah, dan bagaimana pendidikan seks yang efektif mempengaruhi perilaku dan pengetahuan remaja. Oleh karena itu, temuan ini akan memberikan gambaran yang lebih jelas tentang keadaan pendidikan seks di SMPN X dan masalah yang dihadapi saat menerapkannya. Penulis akan memaparkan temuan wawancara yang mencerminkan perspektif dan pengalaman informan tentang masalah ini.

Tema 1: Keterbatasan Pengetahuan Awal dan Dominasi Sumber Informasi Informal

Hasil penelitian menunjukkan bahwa informan memiliki pemahaman awal yang sangat dasar dan cenderung tidak lengkap tentang pendidikan seks sebelum mereka mendapatkan materi resmi di sekolah. Bukan kekurangan informasi yang menyebabkan ketidaktahuan ini; sebaliknya, sumber informasi informal yang mendominasi masyarakat, yang tidak dapat dijamin kebenarannya. Sebagian besar siswa mengatakan bahwa mereka sebelumnya hanya tahu tentang fungsi biologis organ reproduksi tanpa memahami konsekuensi kesehatan yang lebih luas. Ini ditunjukkan oleh pernyataan yang dibuat oleh salah satu informan: *“Saya hanya tahu sedikit sebelum belajar di sekolah, terutama dari teman-teman. Saya tidak paham detailnya dan lebih banyak mendengar mitos”* (LK, 1/3/2026).

Paparan media sosial, yang sering memberikan informasi yang membingungkan, memperparah keadaan ini. Menurut guru pendamping (IF), keterbatasan ini termasuk ketidaktahuan penting tentang cara mencegah penyakit menular seksual dan kehamilan tidak diinginkan. Sumber informasi ini menimbulkan keraguan, kata salah satu siswa: *“Saya sering mendengar dari teman dan media sosial. Banyak yang saya terima tidak selalu benar, jadi saya sering bingung”* (LK, 15/3/2026). Ada perbedaan informasi antara apa yang mereka butuhkan dan apa yang dapat mereka akses sendiri, menurut analisis jawaban para informan. Pengetahuan yang diperoleh dari teman sebaya dan media sosial cenderung lebih banyak memperkuat mitos daripada memberikan pemahaman praktis. Kesimpulan ini menunjukkan bahwa pendidikan seks formal di sekolah bukan hanya memberikan informasi baru tetapi juga membantu memperbaiki miskonsepsi yang terbentuk di lingkungan informal siswa.

Tema 2: Dinamika Keterbukaan dan Hambatan Institusional dalam Pembelajaran

Di sekolah menengah, penyampaian materi pendidikan seks melibatkan banyak pertimbangan, termasuk kompetensi guru, kenyamanan siswa, dan norma sosial yang berlaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan eksternal terus membayangi proses instruksional, meskipun telah dilakukan upaya untuk membuat ruang kelas yang tidak bias. Untuk mengurangi stigma terhadap pendidikan seks, pendidik secara sadar berusaha memosisikannya sebagai subjek saintifik. Menjaga profesionalitas memerlukan penggunaan bahasa netral dan pendekatan berbasis fakta. Menurut guru BK (IF): *Agar topik ini tidak sensitif, saya menggunakan bahasa yang netral, pendekatan berbasis fakta, dan pendekatan diskusi. Namun, kenyamanan ini dipengaruhi oleh budaya sekolah dan keinginan orang tua* (IF, 15/2/2026).





Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengajar menghadapi "beban ganda". Mereka harus tetap terbuka secara edukatif, tetapi juga harus membatasi diri untuk tetap sesuai dengan peraturan sekolah dan ekspektasi orang tua. Siswa melihat transisi emosional menjadi pola yang menonjol. Siswa mungkin merasa canggung dan malu saat belajar, tetapi ketika metode diskusi yang inklusif diterapkan, mereka akhirnya menjadi apresiatif. Seorang siswa (LK) menganggap perubahan ini sebagai berikut: *"Awalnya saya malu, tapi setelah beberapa pertemuan, pelajaran menjadi informatif... Diskusi kelompok kecil membuat saya lebih leluasa berbagi pendapat"* (LK, 15/3/2026). Meskipun pengalaman secara umum dianggap positif, ada sedikit kecanggungan yang masih ada. Ini terutama berlaku ketika datang ke hal-hal yang dianggap sangat pribadi. Pendidikan seks di kelas masih dianggap sebagai subjek yang "berbeda" dibandingkan dengan mata pelajaran umum lainnya. Ini ditunjukkan oleh ketegangan antara minat siswa dan rasa malu kolektif. Akibatnya, keberhasilan pembelajaran ini sangat bergantung pada kemampuan guru untuk mengurangi tekanan sosial dan membuat lingkungan aman di mana siswa dapat berbicara satu sama lain.

Tema 3: Transformasi Perilaku dan Peningkatan Agensi Diri dalam Pengambilan Keputusan

Salah satu dampak paling signifikan dari program pendidikan seks di sekolah adalah perubahan perilaku yang nyata dan peningkatan kemampuan siswa untuk membuat keputusan yang lebih baik. Data penelitian menunjukkan bahwa pendidikan seks membantu siswa menjadi lebih deliberatif. Temuan utama adalah peningkatan kesadaran terhadap pergaulan sosial. Siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan teknis, tetapi mereka juga memperoleh keterampilan interpersonal yang membantu mereka menghadapi tekanan negatif dari teman sekelas, yang dikenal sebagai tekanan teman sebaya. Menurut informan guru (IF): *"...Siswa menjadi lebih berhati-hati dalam pergaulan, lebih mampu menolak tekanan teman untuk melakukan hal berisiko... Mereka juga cenderung lebih bertanggung jawab, misalnya, menghindari lelucon yang melewati batas"* (IF, 15/2/2026).

Siswa mengakui bahwa ada pergeseran dari perilaku "ikut-ikutan" ke tindakan yang didasarkan pada pertimbangan risiko, menurut pengakuan guru. Hal ini mencerminkan peningkatan kemandirian siswa, karena mereka sekarang memiliki dasar informasi yang kuat untuk menentukan batas pribadi mereka sendiri. Perubahan ini ditekankan oleh salah satu informan siswa: *"Iya. Sekarang saya tahu kalau dulu saya sering ikut-ikutan tanpa tahu akibatnya. Sekarang saya berpikir dulu sebelum bertindak."* Selain itu, pemahaman ini mendorong siswa untuk meminta bantuan otoritas medis atau orang dewasa saat menghadapi situasi kritis, sesuatu yang sebelumnya mungkin dianggap tidak masuk akal. Menurut sumber lain: *"Pelajaran mengajarkan saya pilihan yang aman dan kapan saya harus meminta bantuan orang dewasa"* (DK, 15/3/2026). Secara analitis, hasil menunjukkan bahwa pendidikan seks di sekolah telah berhasil melampaui hanya aspek kognitif dan masuk ke domain afektif dan psikomotorik. Dalam menilai dampak jangka panjang dari tindakan mereka terhadap kesehatan reproduksi dan integritas sosial, siswa menjadi lebih cerdas.

Pembahasan

Studi yang dilakukan di SMPN X Yogyakarta, yang melibatkan wawancara mendalam dengan satu guru BK dan empat siswa kelas IX, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan seks yang efektif di sekolah menengah tidak hanya bergantung pada kurikulum formal yang tidak berubah, tetapi juga pada kemampuan institusi untuk menghindari salah pengertian dari sumber informal. Dinamika ini menunjukkan bahwa ruang kelas bukan sekadar



tempat untuk bertukar pengetahuan; itu lebih seperti medan pertempuran kognitif antara fakta yang benar dan kepercayaan kuno.

Dekonstruksi miskonsepsi dan peran pendidikan formal menunjukkan bahwa sumber informasi informal, terutama teman sebaya dan algoritma media sosial, sering mendominasi pengetahuan awal siswa secara fragmentaris dan bias. Penelitian Hastutii et al. (2023) menunjukkan bahwa media sosial dan teman sebaya memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan perilaku dan pemahaman seksual remaja, termasuk dalam menyebarkan informasi yang tidak selalu akurat. Selain itu, perkembangan media digital juga mempercepat penyebaran informasi yang tidak tervalidasi, sehingga remaja kesulitan membedakan informasi yang benar dan salah dalam isu kesehatan reproduksi (Nagara et al., 2023). Fenomena overload informasi di media digital yang tidak difilter secara ilmiah memperkuat ketidaktahuan siswa, sehingga menciptakan kesenjangan pengetahuan yang signifikan. Kesimpulan ini menunjukkan bahwa pendidikan seks di sekolah sangat penting sebagai alat koreksi sosial yang terstruktur dan berbasis ilmiah.

Hal ini mendukung prinsip konstruktivisme yang menyatakan bahwa pembelajaran akan lebih efektif ketika peserta didik secara aktif merekonstruksi pengetahuannya melalui proses perubahan konseptual. Dalam pendekatan ini, peran guru tidak hanya sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu siswa mengidentifikasi dan memperbaiki miskonsepsi yang mereka bawa dari luar sekolah. Proses pembelajaran menjadi bermakna ketika terjadi konflik kognitif yang mendorong restrukturisasi pemahaman menuju konsep ilmiah yang benar. Tanpa proses ini, informasi baru hanya akan menumpuk di atas konsep yang keliru sehingga tidak menghasilkan perubahan pemahaman jangka panjang. Hal ini sejalan dengan temuan Sreelohor et al. (2025) bahwa pendekatan konstruktivisme dalam pembelajaran efektif dalam meningkatkan pemahaman konseptual siswa melalui proses aktivasi pengetahuan awal, klarifikasi miskonsepsi, dan rekonstruksi pengetahuan. Sejalan dengan itu, penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis konstruktivisme dan conceptual change menekankan pentingnya konflik kognitif dan restrukturisasi pengetahuan agar miskonsepsi dapat digantikan oleh pemahaman ilmiah yang lebih tepat (Addido et al., 2022).

Penelitian ini menemukan bahwa pengajar menghadapi beban ganda atau beban duplikat. Guru harus memenuhi tuntutan profesional dalam menyampaikan informasi penting tentang kesehatan reproduksi, namun di sisi lain juga harus berhadapan dengan norma sosial yang konservatif serta ekspektasi orang tua yang sering kali bersikap skeptis terhadap pendidikan seks. Kondisi ini menunjukkan bahwa guru berada dalam posisi yang kompleks antara tanggung jawab akademik dan tekanan sosial-budaya. Situasi serupa juga ditemukan dalam Walker et al. (2021) berbagai studi yang menunjukkan bahwa pendidikan seks sering memunculkan resistensi dari lingkungan sosial sehingga membutuhkan pendekatan komunikasi yang sensitif dan strategis agar dapat diterima. Selain itu, penelitian Khosla dan Browne (2024) menunjukkan bahwa keterbatasan pelatihan guru, norma budaya, serta kurangnya dukungan institusional menjadi hambatan utama dalam implementasi pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah, sehingga menimbulkan tekanan profesional bagi pendidik. Fakta ini memperkuat bahwa pendidikan seks di sekolah membutuhkan strategi komunikasi yang diplomatis untuk menghindari konflik sosiokultural sekaligus tetap menjaga kualitas pembelajaran.

Tetapi penelitian ini membuka mata kita pada transisi emosional siswa. Fakta bahwa siswa menjadi lebih apresiatif daripada malu ketika mereka berpartisipasi dalam diskusi kelompok kecil menunjukkan bahwa metode pendidikan yang ramah dapat melewati batas-batas yang dianggap tidak pantas. Konsep ruang aman (*safe space*) atau ruang kelas yang aman





terbukti mampu meningkatkan keterbukaan siswa, rasa nyaman secara emosional, serta menurunkan kecanggungan dalam proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Watie dan Mulyana (2023) yang menunjukkan bahwa lingkungan belajar yang suportif dan secara psikologis aman berhubungan positif dengan keterlibatan siswa, kenyamanan interaksi, dan keberanian mengemukakan pendapat dalam proses pembelajaran. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa ketika hambatan emosional seperti rasa malu dapat dikurangi melalui pendekatan dialogis, siswa menjadi lebih peka terhadap topik yang dianggap sensitif. Hal ini diperkuat oleh temuan Fikri et al. (2025) bahwa lingkungan kelas yang aman secara psikologis meningkatkan partisipasi, keberanian bertanya, serta menurunkan rasa takut dan malu siswa dalam diskusi topik sensitif.

Transformasi perilaku dan agensi diri merupakan kontribusi penting dari pendidikan seks yang komprehensif, yang ditandai dengan pergeseran cara berpikir siswa menjadi lebih deliberatif dan tidak reaktif dalam menghadapi tekanan sosial. Salah satu indikator keberhasilan pendidikan seks adalah meningkatnya agensi diri remaja, terutama dalam kemampuan menolak tekanan teman sebaya dan membuat keputusan yang lebih sehat. Hal ini sejalan dengan temuan Saputri et al. (2025) bahwa literasi kesehatan reproduksi yang baik berhubungan positif dengan peningkatan efikasi diri remaja dalam pengambilan keputusan terkait perilaku berisiko rendah. Selain itu, penelitian lain Yuliyati dan Mawardika (2025) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi yang efektif dapat meningkatkan *self-efficacy* dan kemampuan kontrol diri remaja dalam menghadapi tekanan sosial serta mendorong perilaku yang lebih bertanggung jawab. Dengan demikian, pendidikan seks tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga transformatif dalam membangun kemandirian psikologis remaja.

Program ini telah berhasil menyentuh aspek afektif dan psikomotorik dengan mengubah tindakan yang didasarkan pada pertimbangan risiko dari perilaku “ikut-ikutan”. Pendidikan seks di sekolah kini tidak lagi dipandang sebagai teori biologis semata, tetapi sebagai keterampilan hidup (*life skills*) yang diberikan kepada siswa untuk melindungi diri mereka sendiri. Selain itu, kesadaran remaja untuk meminta bantuan orang dewasa atau tenaga kesehatan saat menghadapi kesulitan menunjukkan mulai berkurangnya stigma negatif yang selama ini menghambat akses terhadap layanan kesehatan. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Dunga dan Ihsan (2023) yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi yang diberikan melalui sekolah mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja dalam mengambil keputusan yang lebih bertanggung jawab serta menurunkan perilaku berisiko.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan seks di sekolah menengah tidak hanya berfungsi sebagai penyampaian informasi, tetapi sebagai proses dekonstruksi kognitif yang membentuk ulang pemahaman siswa terhadap isu seksualitas. Temuan ini mengindikasikan bahwa sekolah memiliki peran strategis sebagai filter terhadap dominasi sumber informasi informal yang cenderung bias dan tidak terverifikasi. Dengan demikian, keberhasilan pendidikan seks tidak semata ditentukan oleh kelengkapan materi biologis, tetapi oleh kemampuan sekolah dalam menciptakan ruang belajar yang aman, terbuka, dan dialogis. Lingkungan tersebut memungkinkan siswa bertransformasi dari penerima informasi pasif menjadi individu yang memiliki agensi diri (*self-agency*) dalam mengambil keputusan reproduksi yang bertanggung jawab.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi penting bagi pengembangan model pendidikan seks yang lebih kontekstual dan kolaboratif. Integrasi peran sekolah,





keluarga, dan lingkungan sosial menjadi kunci dalam memperkuat efektivitas pembelajaran. Salah satu prospek pengembangan yang dapat dilakukan adalah perancangan program “Literasi Keluarga” yang mendorong keterlibatan orang tua sebagai mitra edukatif dalam mendampingi anak di rumah. Pendekatan ini diharapkan mampu mengurangi kesenjangan nilai antara sekolah dan keluarga, serta memperkuat konsistensi informasi yang diterima siswa.

Ke depan, penelitian ini membuka peluang pengembangan lebih lanjut melalui pengujian model pendidikan seks berbasis agensi diri pada konteks yang lebih luas dan beragam. Selain itu, pengembangan platform pendidikan digital yang terstruktur dan tervalidasi secara ilmiah juga menjadi kebutuhan penting di era informasi. Hal ini bertujuan agar remaja tidak hanya memiliki pengetahuan, tetapi juga kemampuan kritis dalam menyaring informasi dan mengambil keputusan yang tepat. Dengan demikian, pendidikan seks diharapkan mampu berkontribusi secara signifikan dalam membentuk generasi yang sehat, sadar, dan bertanggung jawab secara sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Addido, J., Burrows, A. C., & Slater, T. F. (2022). Addressing Pre-Service Teachers' Misconceptions And Promoting Conceptual Understanding Through The Conceptual Change Model. *Problems of Education in the 21st Century*, 80(4), 499–515. <https://doi.org/10.33225/pec/22.80.499>
- Adha, A. W., & Effendi, L. (2026). Determinan Perilaku Seks Pranikah Di Remaja Menurut Social Cognitive Theory: Studi Literatur Tahun 2020–2025. *Medic Nutricia: Journal Ilmu Kesehatan*, 22(1), 501–510. <https://cibinstitute.id/index.php/medicnutricia/article/view/6126>
- Amir, A. A., Fitri, R., & Zulyusri. (2022). Persepsi Mengenai Pendidikan Seksual Pada Remaja: A Literature Review. *Khazanah Pendidikan*, 16(2), 111–116. <https://doi.org/10.30595/jkp.v16i2.14103>
- Basaria, D., Kelly, M. T., & Setiawati, P. M. (2022). Psikoedukasi Pendidikan Seksual Sebagai Bagian Dari Mengenali Seksualitas Secara Sehat Bagi Remaja. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 5(2). <https://doi.org/10.24912/jbmi.v5i2.18763>
- Dungga, E. F., & Ihsan, M. (2023). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(3), 134–139. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v2i3.21146>
- Fikri, K., Narulita, E., Wahono, B., & Putra, P. D. A. (2025). Understanding Silence In Science Education: Emotional, Personal And Motivational Barriers Facing Comprehensive Sexuality Education—A Systematic Review. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 25(4), 1–20. <https://doi.org/10.26803/ijlter.25.4.46>
- Hairunisa, H., Sari, N. P., & Rachman, A. (2024). Pengembangan Modul Digital Sex Education Berbasis Google Sites Sebagai Upaya Pencegahan Pelecehan Seksual Pada Remaja SMP. *Journal of Education Research*, 6(2), 358–374. <https://doi.org/10.37985/jer.v6i2.2351>
- Hastutii, P., Salsabila, R., Budiarti, A., & Yunitasari, E. (2023). The Correlation Between Social Media Use, Peer Influence, And Sexual Behaviour Among Adolescents. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 73(2,2), S39–S41. <https://doi.org/10.47391/JPMA.Ind-S2-9>
- Khosla, R., & Browne, V. T. (2024). Implementation Of Sexual And Reproductive Health Education Policy In Schools In Asia And Africa: A Scoping Review. *International*



- Journal of Sexual Health*, 37(2), 166–184.
<https://doi.org/10.1080/19317611.2024.2409129>
- Kodir, A., Momon, M., & Rahman, M. T. (2025). A Strategy For Implanting Islamic Moral Values In Sex Education. *Kasetsart Journal of Social Sciences*, 46(2), 460221.
<https://so04.tci-thaijo.org/index.php/kjss/article/view/282832>
- Lanus, E., Soetjningsih, C. H., & Murti, H. A. S. (2024). Pengaruh Pendidikan Seksualitas Komprehensif dalam Meningkatkan Kontrol Diri Seksual Pada Remaja Perempuan. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(3).
<https://doi.org/10.51214/002024061164000>
- Nagara, B. B., Zulkarnain, I., & Pohan, S. (2023). The Influence Of Information Quality And Source Credibility Through Social Media Information Adoption On The Prevention Of Deviant Sexual Behavior. *Journal of World Science*, 3(5), 587–604.
<https://doi.org/10.58344/jws.v3i5.615>
- Pinandari, A. W., Kågesten, A., Li, M., Moreau, C., & Wilopo, S. A. (2023). Short-Term Effects Of A School-Based Comprehensive Sexuality Education Intervention Among Very Young Adolescents In Three Urban Indonesian Settings: A Quasi-Experimental Study. *Journal of Adolescent Health*, 73(1), S21–S32.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.01.030>
- Pranoto, S., & Hana, A. A. (2024). Pemahaman Pendidikan Seks Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama. *Coution: Journal Counseling and Education*, 5(2), 58-64.
<https://doi.org/10.47453/coution.v5i2.2737>
- Salsabiilaa, N., Rini, A. P., Pratitis, N., & Rina, A. P. (2023). The Influence Of Self-Control And The Intensity Of Social Media Usage On Adolescent Sexual Behavior. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 14(3), 311–321.
<https://doi.org/10.26740/jptt.v14n03.p311-321>
- Saputri, L. W., Surmiasih, S., Hediya, R., & Kusuma, A. (2025). Akses Informasi Dan Pengetahuan Dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Remaja. *Journal of Public Health Innovation*, 5(2), 200–209. <https://doi.org/10.34305/jphi.v5i2.1566>
- Sreelohor, T., Jakpeng, S., & Chaijaroen, S. (2025). Constructivist Learning Environment Model For Rectifying Secondary Students' Misconceptions In Learning Science: Design Development And Validation Phases. *Journal of Education and Learning*, 14(6), 418–430. <https://doi.org/10.5539/jel.v14n6p418>
- Todesco, M., Breman, J., Haryanto, N. N., Kok, G., & Massar, K. (2023). *Effect evaluation of a comprehensive sexuality education intervention based on socio-emotional learning among adolescents in Jakarta, Indonesia*. *Frontiers in Public Health*, 11, 1254717.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1254717>
- Walker, R., Drakeley, S., Welch, R., Leahy, D., & Boyle, J. (2021). Teachers' Perspectives Of Sexual And Reproductive Health Education In Primary And Secondary Schools: A Systematic Review Of Qualitative Studies. *Sex Education*, 21(6), 627–644.
<https://doi.org/10.1080/14681811.2020.1843013>
- Watie, M. S., & Mulyana, O. P. (2023). The Relationship Between Psychological Safety And Organizational Commitment In Teachers. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3), 413–425. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/54363>
- Wirasti, M. K., Irawan, R. H., & Mulyadi. (2024). Digital Literacy Profile Of Indonesian Educational Technology Students In The Era Of Digital Transformation. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, 8(2), 410–418.
<https://doi.org/10.23887/jppp.v8i2.82120>





- Yulianti, Y., Al Farisi, M. F., Pratiwi, R., Ayuningtyas, E., & Khairunnisa, K. (2023). Persepsi Remaja Mengenai Pendidikan Seksual. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 3777–3781. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/5822>
- Yuliyati, T., & Mawardika, T. (2025). Revitalisasi Self-Efficacy Remaja SMA Melalui Program PRIMA Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi. *Indonesian Journal of Midwifery*, 9(1), 10–20. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm/article/view/4834>
- Zubaidah, Z., Sabarrudin, S., & Yulianti, Y. (2022). Urgensi Pendidikan Seks Pada Remaja. *Journal of Education Research*, 4(4), 1737–1743. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i4.550>