

PERILAKU SEKSUAL BERISIKO PADA REMAJA DALAM PERSPEKTIF BIMBINGAN DAN KONSELING

Sindi Viviana

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Email: sindiviviana523@gmail.com

Rehana Honey Bintang Arlia

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Email: rehanahoney21@gmail.com

Zahwa Anastasia Sudibyo

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Email: zahwaanastasia7@gmail.com

Felix Trisuko Nugroho

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Correspondensi author email: felixnugroho4@gmail.com

Abstract

Adolescent sexual risk behavior is a complex developmental issue that may affect physical health, psychological well-being, social relationships, educational continuity, and future planning. This article aims to examine the forms, contributing factors, and consequences of sexual risk behavior among adolescents and to analyze its implications from the perspective of guidance and counseling. The study employed a qualitative approach using library research. Data were collected through systematic identification, selection, and analysis of relevant academic literature, including books, scientific journal articles, research reports, and institutional publications published primarily within the last ten years. The collected data were analyzed using thematic content analysis through data reduction, categorization, interpretation, comparison, and synthesis of findings from various sources. The results indicate that adolescent sexual risk behavior is influenced by multiple interacting factors, including individual characteristics, emotional regulation, peer influence, family relationships, school environment, cultural norms, and digital media exposure. The findings also indicate that guidance and counseling services have an important preventive and developmental role through sexual and reproductive health education, self-management, decision-making skills, assertive communication, healthy relationship development, and strengthening protective factors. Therefore, comprehensive, preventive, developmental, and culturally sensitive counseling services are needed to support adolescents in making responsible decisions.

Keywords: Adolescents; Guidance and Counseling; Sexual Health; Sexual Risk Behavior; Youth.

Abstrak

Perilaku seksual berisiko pada remaja merupakan persoalan perkembangan yang kompleks dan dapat berdampak terhadap kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, relasi sosial, keberlanjutan pendidikan, serta perencanaan masa depan. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji bentuk, faktor yang berkontribusi, dan dampak perilaku seksual berisiko pada remaja serta menganalisis implikasinya dalam perspektif bimbingan dan konseling. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kepustakaan. Data dikumpulkan melalui proses identifikasi, seleksi, dan analisis berbagai literatur ilmiah yang relevan, meliputi buku, artikel jurnal, laporan penelitian, dan publikasi lembaga yang

terutama diterbitkan dalam sepuluh tahun terakhir. Data dianalisis menggunakan analisis isi secara tematik melalui tahap reduksi data, kategorisasi, interpretasi, perbandingan, dan sintesis berbagai temuan dari sejumlah sumber. Hasil kajian menunjukkan bahwa perilaku seksual berisiko pada remaja dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor, meliputi karakteristik individu, regulasi emosi, pengaruh teman sebaya, hubungan keluarga, lingkungan sekolah, norma budaya, dan paparan media digital. Layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam pencegahan melalui pendidikan kesehatan reproduksi, pengembangan pengendalian diri, keterampilan pengambilan keputusan, komunikasi asertif, pembentukan relasi sehat, serta penguatan faktor protektif. Oleh karena itu, diperlukan layanan bimbingan dan konseling yang komprehensif, preventif, developmental, dan sensitif terhadap konteks budaya remaja.

Kata Kunci: Bimbingan dan Konseling; Kesehatan Seksual; Perilaku Seksual Berisiko; Remaja

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan manusia yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, emosional, sosial, dan psikologis yang berlangsung secara intensif. Pada periode ini, individu mulai membangun identitas diri, mengembangkan kemandirian, memperluas relasi dengan teman sebaya, serta mulai mengeksplorasi ketertarikan interpersonal dan seksual. Steinberg (2020) menjelaskan bahwa perkembangan remaja berlangsung melalui perubahan biologis, kognitif, sosial, identitas, otonomi, keintiman, dan seksualitas yang saling berkaitan. Perubahan tersebut membuat remaja memiliki kapasitas yang semakin berkembang untuk mengambil keputusan, tetapi pada saat yang sama kemampuan regulasi diri dan pengendalian impuls belum sepenuhnya matang. Berk (2022) juga menempatkan masa remaja sebagai periode penting dalam perkembangan fungsi kognitif dan sosial yang memungkinkan individu semakin mampu memahami konsekuensi perilakunya, meskipun pengambilan keputusan masih sangat dipengaruhi oleh konteks sosial, emosi, dan relasi dengan teman sebaya. Dengan demikian, perilaku remaja tidak dapat dipahami hanya sebagai persoalan pilihan individual, melainkan sebagai hasil interaksi antara perkembangan individu dan lingkungan sosialnya.

Salah satu persoalan yang perlu mendapatkan perhatian dalam perkembangan remaja adalah perilaku seksual berisiko. Perilaku seksual berisiko dapat dipahami sebagai perilaku seksual yang meningkatkan kemungkinan munculnya konsekuensi negatif bagi kesehatan, perkembangan psikologis, pendidikan, relasi sosial, dan masa depan remaja. Bentuknya antara lain aktivitas seksual tanpa perlindungan yang memadai, hubungan seksual pada usia yang belum siap secara perkembangan, berganti pasangan seksual, penggunaan media digital untuk aktivitas seksual yang berisiko, serta perilaku seksual yang berlangsung tanpa kemampuan memberikan persetujuan secara bebas dan bertanggung jawab. Regan dan King (2024) menunjukkan bahwa pembahasan seksualitas remaja tidak dapat dilepaskan dari aspek perkembangan sepanjang rentang kehidupan, relasi, kesehatan seksual, infeksi menular seksual, kontrasepsi, serta kekerasan dan pemaksaan seksual. Sementara itu, Carroll (2020) menekankan bahwa perilaku dan praktik seksual perlu dipahami dalam konteks biologis, psikologis, sosial, budaya, gender, dan keberagaman individu. Perspektif tersebut penting agar perilaku seksual berisiko tidak dipandang secara simplistik sebagai persoalan moral semata, tetapi sebagai persoalan perkembangan dan kesehatan yang memerlukan pendekatan edukatif, preventif, dan konseling.

Permasalahan perilaku seksual berisiko menjadi semakin kompleks karena remaja hidup dalam lingkungan sosial dan digital yang memungkinkan informasi mengenai seksualitas diperoleh dengan sangat mudah. Informasi tersebut tidak selalu akurat, sesuai usia, atau memiliki dasar ilmiah. Remaja dapat memperoleh informasi melalui teman sebaya, media sosial, internet, video, forum daring, maupun berbagai bentuk konten digital yang memperlihatkan seksualitas tanpa memberikan konteks mengenai tanggung jawab, persetujuan, kesehatan reproduksi, relasi yang sehat, dan konsekuensi perilaku. APA Handbook of Adolescent and Young Adult Development menegaskan bahwa perkembangan remaja dipengaruhi oleh interaksi antara faktor biologis, proses kognitif dan emosional, konteks sosial, keberagaman, perilaku berisiko, serta lingkungan tempat remaja berkembang (Crockett, Carlo, & Schulenberg, 2022). Oleh sebab itu, intervensi terhadap perilaku seksual berisiko perlu mempertimbangkan berbagai lapisan lingkungan, bukan hanya memberikan larangan atau informasi mengenai risiko.

Dalam konteks Indonesia, persoalan kesehatan reproduksi dan seksualitas remaja juga menjadi isu yang perlu mendapatkan perhatian. Wirenviona dan Riris (2020) menjelaskan bahwa masa pubertas membawa perubahan fisik, psikis, dan sosial yang signifikan sehingga remaja membutuhkan informasi kesehatan reproduksi yang benar dan dapat dipertanggungjawabkan. Hal serupa dikemukakan oleh Rosyida (2019) yang membahas kesehatan reproduksi remaja melalui aspek perkembangan, seksualitas, kehamilan remaja, perilaku sosial, gender, penyakit menular seksual, serta konseling kesehatan reproduksi. Pratomo et al. (2022) juga menempatkan kesehatan reproduksi remaja sebagai persoalan multidimensional yang berkaitan dengan perkembangan fisik dan psikososial, tugas perkembangan, norma, serta aspek pelayanan kesehatan. Artinya, pendidikan kesehatan reproduksi tidak cukup hanya memberikan pengetahuan tentang organ reproduksi, tetapi perlu membantu remaja memahami hubungan antara pengetahuan, sikap, nilai, pengambilan keputusan, pengendalian diri, dan konsekuensi perilaku.

Perilaku seksual berisiko pada remaja juga tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh kombinasi berbagai faktor. Faktor individual dapat berupa pengetahuan yang rendah, regulasi emosi yang belum berkembang optimal, impulsivitas, pencarian sensasi, konsep diri, dan kemampuan mengambil keputusan. Faktor interpersonal mencakup pola komunikasi dengan orang tua, kualitas hubungan keluarga, pengaruh teman sebaya, tekanan kelompok, serta kualitas hubungan romantis. Faktor sekolah dan lingkungan sosial meliputi rasa memiliki terhadap sekolah, iklim sekolah, akses terhadap informasi yang sehat, dan dukungan sosial. Kajian mengenai faktor risiko dan protektif kesehatan seksual dan reproduksi remaja menunjukkan bahwa faktor individual, keluarga, teman sebaya, sekolah, dan lingkungan sosial semuanya berkontribusi terhadap perkembangan perilaku seksual remaja (Crockett et al., 2022). Dengan demikian, upaya pencegahan harus diarahkan pada penguatan faktor protektif sekaligus pengurangan faktor risiko.

Dalam konteks Indonesia, Sarlito W. Sarwono (2018) menjelaskan bahwa perkembangan psikologis remaja berkaitan erat dengan perubahan fisik, pembentukan identitas, relasi sosial, serta munculnya berbagai bentuk perilaku dan penyimpangan yang membutuhkan pendampingan. Sulaeman et al. (2022) juga menunjukkan bahwa masa remaja merupakan periode ketika individu menghadapi perubahan fisik, psikologis, intelektual, dan sosial yang dapat memengaruhi cara mengambil keputusan. Ruspita, Susanti, dan Rahmi (2022)

menegaskan bahwa karakteristik remaja berupa rasa ingin tahu yang besar, kecenderungan mencoba pengalaman baru, dan keberanian menghadapi risiko dapat menjadi faktor yang meningkatkan kerentanan terhadap perilaku berisiko apabila tidak disertai pertimbangan dan pengendalian diri yang memadai. Dengan demikian, pendekatan pencegahan perlu diarahkan pada pengembangan kompetensi pribadi dan sosial, bukan hanya penyampaian informasi mengenai akibat negatif perilaku seksual.

Konsekuensi perilaku seksual berisiko pada remaja dapat bersifat multidimensional. Pada aspek kesehatan, perilaku seksual tanpa perlindungan dapat meningkatkan risiko infeksi menular seksual dan kehamilan yang tidak direncanakan. WHO melaporkan bahwa penggunaan kontrasepsi dan kondom pada remaja masih menjadi perhatian penting karena hubungan seksual yang tidak terlindungi berkaitan dengan peningkatan risiko infeksi menular seksual dan kehamilan tidak direncanakan. Pada aspek psikologis, remaja dapat mengalami kecemasan, rasa bersalah, konflik interpersonal, tekanan emosional, atau kesulitan dalam membangun relasi yang sehat. Pada aspek pendidikan, konsekuensi seperti kehamilan tidak direncanakan dapat mengganggu keberlanjutan pendidikan dan perencanaan masa depan. Andriani, Simbolon, dan Riastuti (2022) mengaitkan kesehatan reproduksi remaja dengan perencanaan masa depan, pendewasaan usia perkawinan, perencanaan keluarga, dan kesiapan individu menghadapi kehidupan dewasa. Oleh karena itu, pencegahan perilaku seksual berisiko sekaligus merupakan bagian dari upaya melindungi keberlanjutan pendidikan dan perkembangan karier remaja.

Persoalan tersebut menempatkan bimbingan dan konseling (BK) pada posisi strategis dalam upaya preventif dan promotif. Bimbingan dan konseling di sekolah tidak semestinya hanya berfungsi ketika remaja telah melakukan perilaku bermasalah, tetapi perlu hadir sebagai layanan perkembangan yang membantu peserta didik memahami dirinya, mengembangkan keterampilan pengambilan keputusan, membangun relasi interpersonal yang sehat, mengelola emosi, mengembangkan tanggung jawab pribadi, serta merencanakan masa depan. Yusuf, Sugandhi, dan Saomah (2021) menempatkan BK remaja sebagai layanan yang membantu peserta didik mengembangkan potensi fisik, emosional, intelektual, moral, dan spiritual secara optimal sekaligus mencegah berbagai persoalan yang dapat menghambat perkembangan. Dengan pendekatan tersebut, konselor tidak hanya berperan sebagai pihak yang memberikan nasihat, tetapi sebagai fasilitator perkembangan dan perubahan perilaku.

Perspektif konseling remaja menuntut agar intervensi dilakukan secara perkembangan, kontekstual, sensitif terhadap budaya, dan berorientasi pada kekuatan individu. Vernon dan Schimmel (2019) menekankan pentingnya penggunaan teori dan teknik konseling yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak dan remaja, termasuk pendekatan yang mempertimbangkan konteks budaya dan kondisi psikososial klien. Kress, Paylo, dan Stargell (2019) juga menempatkan konseling anak dan remaja sebagai proses yang membutuhkan pendekatan berbasis bukti, sensitif terhadap konteks, dan berorientasi pada kekuatan. Dalam kaitannya dengan perilaku seksual berisiko, konselor perlu menciptakan suasana konseling yang aman, tidak menghakimi, menjaga kerahasiaan sesuai prinsip etika, serta memberikan ruang bagi remaja untuk mengeksplorasi pengalaman, nilai, tekanan sosial, dan konsekuensi keputusan yang diambil.

Pendekatan BK juga perlu menggeser orientasi dari sekadar pemberian informasi menuju pengembangan keterampilan hidup. B-KESPRO yang dikembangkan Syamsu (2021),

misalnya, menempatkan layanan bimbingan dan konseling kesehatan reproduksi remaja pada aspek pertumbuhan dan perkembangan, sistem reproduksi, seks bebas dan faktor penyebabnya, pengendalian diri, konsep diri, keterampilan komunikasi, etika dan norma sosial, serta tanggung jawab remaja dan keluarga. Pendekatan tersebut menunjukkan bahwa pencegahan perilaku seksual berisiko dapat diintegrasikan ke dalam layanan BK melalui penguatan keterampilan pengambilan keputusan, komunikasi asertif, penolakan terhadap tekanan teman sebaya, regulasi diri, pemahaman nilai, dan perencanaan masa depan.

Selain layanan individual, konselor dapat mengembangkan intervensi melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individual, konseling kelompok, konsultasi dengan orang tua, serta kolaborasi dengan guru dan tenaga kesehatan. Capuzzi dan Gross (2019) menekankan pentingnya pendekatan pencegahan dan intervensi dalam menghadapi berbagai kondisi yang menempatkan remaja pada situasi berisiko. Pendekatan berbasis sekolah juga penting karena sekolah merupakan lingkungan utama tempat remaja berinteraksi dengan teman sebaya dan orang dewasa. Bahkan, penelitian longitudinal menunjukkan bahwa keterikatan dan rasa memiliki terhadap sekolah dapat berhubungan dengan pengambilan keputusan seksual berikutnya, sehingga iklim sekolah dapat menjadi salah satu faktor protektif yang relevan.

Dengan demikian, perilaku seksual berisiko pada remaja perlu ditempatkan sebagai persoalan perkembangan yang membutuhkan pendekatan komprehensif. Konselor perlu memahami bahwa perilaku tersebut merupakan hasil interaksi antara perkembangan biologis, kematangan psikologis, relasi keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, budaya, media digital, nilai, serta kemampuan regulasi diri. Kajian mutakhir juga menunjukkan bahwa faktor risiko dan protektif pada kesehatan seksual dan reproduksi remaja bekerja pada beberapa tingkat, mulai dari individu, keluarga, teman sebaya, sekolah, hingga komunitas. Oleh karena itu, layanan BK perlu mengembangkan strategi yang tidak bersifat menghakimi, tetapi berorientasi pada penguatan pengetahuan, keterampilan, nilai, tanggung jawab, kemampuan mengambil keputusan, dan kapasitas remaja untuk membangun relasi yang sehat.

Berdasarkan uraian tersebut, kajian mengenai perilaku seksual berisiko pada remaja dalam perspektif bimbingan dan konseling menjadi penting dilakukan karena persoalan ini tidak hanya berkaitan dengan kesehatan reproduksi, tetapi juga menyangkut perkembangan pribadi, sosial, akademik, dan perencanaan masa depan peserta didik. Perspektif BK memberikan ruang untuk memadukan pendekatan perkembangan, preventif, edukatif, dan konseling dalam membantu remaja memahami risiko, mengenali faktor yang memengaruhi perilaku, serta mengembangkan kemampuan membuat keputusan yang bertanggung jawab. Pendekatan demikian sejalan dengan kebutuhan remaja terhadap informasi yang sesuai perkembangan, keterampilan hidup, layanan yang aman dan suportif, serta dukungan lingkungan yang memungkinkan mereka berkembang secara sehat. Dengan menempatkan remaja sebagai individu yang sedang berkembang dan memiliki potensi untuk berubah, BK dapat berkontribusi tidak hanya dalam mencegah perilaku seksual berisiko, tetapi juga dalam membangun ketahanan diri, relasi interpersonal yang sehat, dan orientasi masa depan yang positif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kepustakaan (*library research*). Studi kepustakaan dipilih karena penelitian bertujuan untuk

mengkaji dan mendeskripsikan perilaku seksual berisiko pada remaja serta menganalisis implikasinya dalam perspektif bimbingan dan konseling berdasarkan berbagai sumber ilmiah yang relevan. Penelitian kualitatif digunakan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai suatu fenomena melalui interpretasi terhadap informasi yang diperoleh dari berbagai sumber, bukan melalui pengukuran statistik terhadap variabel penelitian. Menurut Creswell dan Poth (2018), penelitian kualitatif digunakan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang diberikan individu atau kelompok terhadap suatu persoalan sosial atau kemanusiaan. Dalam penelitian ini, fenomena perilaku seksual berisiko dipahami sebagai persoalan perkembangan remaja yang dipengaruhi oleh faktor individual, keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, budaya, dan perkembangan teknologi digital. Hasil kajian selanjutnya diinterpretasikan untuk merumuskan relevansi layanan bimbingan dan konseling dalam upaya pencegahan dan penanganan perilaku seksual berisiko pada remaja.

Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dan penelusuran literatur ilmiah. Data diperoleh dengan mengidentifikasi, menyeleksi, membaca, mencatat, dan menginterpretasikan berbagai sumber pustaka yang relevan dengan fokus penelitian. Penelusuran literatur dilakukan melalui sumber akademik seperti Google Scholar, ScienceDirect, SpringerLink, PubMed, ERIC, serta portal jurnal dan repositori perguruan tinggi di Indonesia. Kata kunci yang digunakan dalam proses penelusuran antara lain *perilaku seksual berisiko remaja*, *perilaku seksual remaja*, *adolescent sexual risk behavior*, *adolescent sexual health*, *reproductive health*, *sexual behavior*, *guidance and counseling*, *school counseling*, dan *bimbingan konseling kesehatan reproduksi*. Penelusuran dilakukan secara bertahap untuk memperoleh sumber yang memiliki keterkaitan langsung dengan permasalahan penelitian. Literatur yang ditemukan kemudian diseleksi berdasarkan relevansi judul, abstrak, substansi pembahasan, tahun publikasi, kredibilitas penerbit atau jurnal, serta kesesuaiannya dengan tujuan penelitian.

Sumber data penelitian terdiri atas sumber primer dan sumber sekunder. Sumber primer berupa artikel jurnal ilmiah, buku akademik, dan laporan penelitian yang secara langsung membahas perilaku seksual remaja, kesehatan reproduksi, perkembangan remaja, faktor risiko dan faktor protektif, serta intervensi atau layanan konseling bagi remaja. Sementara itu, sumber sekunder berupa buku referensi, laporan lembaga, dokumen kebijakan, dan publikasi akademik yang memberikan informasi pendukung mengenai perkembangan remaja, kesehatan reproduksi, pendidikan seksual, dan bimbingan dan konseling. Sumber yang digunakan diprioritaskan pada publikasi 10 tahun terakhir, terutama publikasi tahun 2016–2026, agar pembahasan mencerminkan perkembangan pengetahuan dan konteks permasalahan remaja yang relatif mutakhir. Namun, sumber yang lebih lama dapat digunakan secara terbatas apabila merupakan karya teoritis yang menjadi landasan penting bagi konsep perkembangan remaja atau bimbingan dan konseling.

Tipe data dalam penelitian ini adalah data kualitatif berupa data tekstual dan konseptual. Data tekstual meliputi uraian mengenai bentuk perilaku seksual berisiko, karakteristik perkembangan remaja, faktor penyebab atau faktor yang berkontribusi, konsekuensi perilaku seksual berisiko, serta strategi pencegahan dan intervensi. Data konseptual meliputi konsep perkembangan remaja, kesehatan reproduksi, perilaku berisiko, faktor protektif, layanan bimbingan dan konseling, konseling perkembangan, serta pendekatan preventif. Data tersebut tidak diubah menjadi angka atau dianalisis menggunakan statistik inferensial, tetapi

dikategorikan berdasarkan tema yang memiliki keterkaitan dengan fokus penelitian. Dengan demikian, data yang diperoleh memungkinkan peneliti membangun pemahaman yang komprehensif mengenai hubungan antara perilaku seksual berisiko dan kebutuhan layanan bimbingan dan konseling pada remaja.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis isi (content analysis) secara tematik. Analisis dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu reduksi data, pengelompokan informasi, kategorisasi tema, interpretasi, dan sintesis. Pada tahap reduksi, informasi yang tidak berhubungan langsung dengan fokus penelitian disisihkan, sedangkan informasi yang relevan dicatat dan dipertahankan. Selanjutnya, data dikelompokkan ke dalam beberapa tema utama, yaitu: (1) karakteristik dan perkembangan seksual remaja; (2) bentuk perilaku seksual berisiko; (3) faktor individual, keluarga, teman sebaya, sekolah, budaya, dan media digital yang berhubungan dengan perilaku seksual; (4) dampak perilaku seksual berisiko terhadap kesehatan dan perkembangan remaja; serta (5) peran bimbingan dan konseling dalam pencegahan dan penanganan perilaku tersebut. Data dari berbagai sumber kemudian dibandingkan untuk menemukan persamaan, perbedaan, dan pola informasi yang konsisten. Menurut Snyder (2019), literature review yang sistematis memerlukan proses pengumpulan, evaluasi, dan sintesis literatur secara terstruktur agar dapat menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai suatu bidang kajian. Selanjutnya, hasil analisis diinterpretasikan dengan menggunakan perspektif perkembangan remaja dan bimbingan dan konseling sehingga dapat dirumuskan implikasi praktis bagi layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Untuk meningkatkan kredibilitas hasil kajian, penelitian menggunakan triangulasi sumber, yaitu membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai jenis sumber dan penulis. Informasi mengenai perilaku seksual remaja tidak hanya didasarkan pada satu sumber, tetapi dibandingkan antara buku akademik, artikel jurnal, laporan lembaga, dan sumber ilmiah lainnya. Proses ini dilakukan untuk mengurangi kemungkinan bias interpretasi serta memastikan bahwa kesimpulan yang disusun memiliki dukungan literatur yang memadai. Dengan pendekatan tersebut, penelitian diharapkan menghasilkan kajian yang sistematis mengenai perilaku seksual berisiko pada remaja dan memberikan dasar konseptual bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang bersifat preventif, developmental, komprehensif, dan sensitif terhadap kebutuhan perkembangan remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Perilaku Seksual Berisiko pada Remaja

Hasil kajian kepustakaan menunjukkan bahwa perilaku seksual berisiko pada remaja merupakan fenomena yang bersifat multidimensional. Perilaku tersebut tidak hanya merujuk pada hubungan seksual pranikah, tetapi mencakup berbagai tindakan yang berkaitan dengan eksplorasi dan ekspresi seksual yang berpotensi menimbulkan konsekuensi negatif terhadap kesehatan, perkembangan psikologis, relasi sosial, pendidikan, dan masa depan remaja. Bentuk perilaku seksual berisiko dapat berada dalam suatu spektrum, mulai dari perilaku seksual melalui media digital, pertukaran pesan atau gambar seksual, aktivitas seksual dengan pasangan tanpa perlindungan, hingga hubungan seksual yang dilakukan tanpa kesiapan psikologis dan kemampuan mempertimbangkan konsekuensinya. Carroll (2020) menegaskan bahwa perilaku

seksual manusia perlu dipahami dalam keterkaitannya dengan perkembangan biologis, psikologis, sosial, budaya, relasi, dan nilai yang dianut individu.

Pada masa remaja, munculnya ketertarikan seksual merupakan bagian dari perkembangan yang normal. Persoalan muncul ketika eksplorasi tersebut dilakukan tanpa pengetahuan, keterampilan pengambilan keputusan, pengendalian diri, dan pemahaman mengenai konsekuensi. Steinberg (2020) menjelaskan bahwa perkembangan remaja ditandai oleh meningkatnya kemampuan kognitif sekaligus tingginya sensitivitas terhadap penghargaan sosial dan pengaruh teman sebaya. Kondisi tersebut menyebabkan remaja dapat mengetahui bahwa suatu perilaku memiliki risiko, tetapi tetap melakukannya ketika berada dalam situasi emosional atau sosial tertentu. Dengan demikian, keberadaan pengetahuan saja belum tentu menghasilkan perilaku yang aman.

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa perilaku seksual berisiko pada remaja dapat dikelompokkan ke dalam beberapa bentuk sebagaimana ditampilkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Bentuk Perilaku Seksual Berisiko pada Remaja

Dimensi	Bentuk Perilaku	Potensi Risiko
Interpersonal	Aktivitas seksual tanpa kesiapan dan perlindungan yang memadai	Kehamilan tidak direncanakan, infeksi menular seksual
Relasional	Hubungan seksual karena tekanan pasangan atau teman sebaya	Konflik, penyesalan, tekanan psikologis
Digital	Sexting, berbagi gambar seksual, konsumsi atau distribusi konten seksual	Eksplorasi, perundungan digital, pemerasan seksual
Pengambilan keputusan	Mengabaikan konsekuensi jangka panjang	Risiko kesehatan, pendidikan, dan masa depan
Regulasi diri	Bertindak impulsif dalam situasi emosional	Perilaku seksual yang tidak direncanakan
Persetujuan	Aktivitas seksual tanpa persetujuan yang bebas dan jelas	Kekerasan atau viktimisasi seksual
Kesehatan reproduksi	Aktivitas seksual tanpa pengetahuan dan perlindungan kesehatan yang memadai	IMS dan masalah kesehatan reproduksi

Tabel tersebut menunjukkan bahwa perilaku seksual berisiko tidak dapat dibatasi pada satu bentuk perilaku. Dimensi digital menjadi semakin penting karena perkembangan teknologi memungkinkan interaksi seksual berlangsung tanpa kontak fisik secara langsung. Remaja dapat mengalami risiko melalui penyebaran gambar pribadi, komunikasi seksual, tekanan untuk mengirimkan konten intim, ataupun paparan konten seksual. Oleh karena itu, konselor perlu memasukkan literasi digital, keamanan diri, privasi, persetujuan, dan kemampuan menghadapi tekanan teman sebaya ke dalam layanan bimbingan dan konseling.

2. Faktor yang Memengaruhi Perilaku Seksual Berisiko

Hasil kajian menunjukkan bahwa perilaku seksual berisiko pada remaja tidak disebabkan oleh satu faktor tunggal. Perilaku tersebut terbentuk melalui interaksi faktor individual, interpersonal, keluarga, sekolah, lingkungan sosial, budaya, dan media digital. Pendekatan yang

hanya menyalahkan individu berpotensi mengabaikan konteks yang memengaruhi pilihan remaja.

Pada tingkat individual, faktor yang ditemukan meliputi pengetahuan kesehatan reproduksi, kematangan emosi, kemampuan regulasi diri, impulsivitas, konsep diri, rasa ingin tahu, dan kemampuan mengambil keputusan. Remaja berada pada periode perkembangan ketika kemampuan berpikir abstrak mulai berkembang, tetapi kontrol terhadap dorongan dan kemampuan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang masih terus mengalami pematangan. Berk (2022) menjelaskan bahwa perkembangan remaja melibatkan perubahan pada aspek kognitif, emosional, sosial, dan identitas yang berlangsung secara dinamis.

Faktor teman sebaya merupakan salah satu aspek yang menonjol. Remaja memiliki kebutuhan yang kuat untuk diterima dan memperoleh pengakuan dari kelompok. Dalam kondisi tertentu, tekanan teman sebaya dapat mendorong remaja melakukan tindakan yang sebenarnya tidak sesuai dengan nilai atau keputusan pribadinya. Capuzzi dan Gross (2019) menempatkan pengaruh lingkungan sosial dan berbagai faktor risiko sebagai aspek penting yang perlu diperhatikan dalam pencegahan perilaku berisiko pada remaja.

Keluarga juga merupakan faktor penting. Hubungan yang hangat, komunikasi terbuka, pengawasan yang proporsional, dan dukungan emosional dapat menjadi faktor protektif. Sebaliknya, komunikasi yang tertutup, konflik keluarga, kurangnya pengawasan, atau pola interaksi yang terlalu represif dapat membuat remaja mencari informasi dan dukungan di luar keluarga. Wirenvion dan Riris (2020) menekankan pentingnya edukasi kesehatan reproduksi yang tepat bagi remaja, termasuk dukungan lingkungan yang memungkinkan remaja memperoleh informasi yang benar.

Lingkungan sekolah juga berperan sebagai faktor protektif. Sekolah bukan hanya tempat berlangsungnya proses akademik, tetapi juga lingkungan sosial tempat remaja membangun relasi, identitas, dan keterampilan interpersonal. Sekolah yang memberikan rasa aman, keterikatan, dukungan sosial, serta akses terhadap layanan konseling dapat membantu remaja menghadapi berbagai tekanan perkembangan. Karena itu, layanan bimbingan dan konseling perlu diposisikan sebagai bagian integral dari sistem perlindungan dan pengembangan peserta didik.

Media digital merupakan faktor yang semakin penting dalam konteks kontemporer. Akses internet yang luas memungkinkan remaja memperoleh informasi mengenai seksualitas secara cepat. Namun, informasi tersebut dapat bercampur antara informasi edukatif, mitos, stereotip, pornografi, normalisasi perilaku seksual berisiko, serta konten yang mengeksploitasi tubuh dan relasi seksual. Oleh karena itu, literasi digital perlu dipahami sebagai salah satu kompetensi perlindungan diri yang harus dikembangkan dalam layanan BK.

3. Dampak Perilaku Seksual Berisiko

Hasil kajian menunjukkan bahwa konsekuensi perilaku seksual berisiko dapat muncul pada beberapa bidang kehidupan. Pada aspek fisik dan kesehatan reproduksi, perilaku seksual tanpa perlindungan yang memadai dapat meningkatkan risiko infeksi menular seksual dan kehamilan yang tidak direncanakan. Rosyida (2019) menjelaskan bahwa kesehatan reproduksi remaja berkaitan dengan aspek fisik, psikologis, sosial, dan perilaku sehingga persoalan reproduksi tidak dapat dipisahkan dari perkembangan remaja secara keseluruhan.

Pada aspek psikologis, perilaku seksual berisiko dapat berkaitan dengan kecemasan, rasa bersalah, konflik nilai, ketakutan terhadap konsekuensi, penyesalan, dan tekanan emosional. Dampak psikologis menjadi lebih kompleks ketika perilaku seksual berlangsung karena tekanan, manipulasi, ancaman, atau kekerasan. Dalam kondisi demikian, remaja bukan hanya membutuhkan pendidikan preventif, tetapi juga dukungan psikologis dan konseling yang aman.

Pada aspek sosial dan pendidikan, konsekuensi perilaku seksual berisiko dapat berupa konflik dengan orang tua, masalah dalam hubungan dengan teman sebaya, stigma sosial, gangguan konsentrasi belajar, ketidakhadiran di sekolah, bahkan terganggunya keberlanjutan pendidikan. Kehamilan yang tidak direncanakan pada masa remaja, misalnya, dapat memengaruhi pendidikan, relasi keluarga, kondisi ekonomi, serta perencanaan masa depan. Andriani, Simbolon, dan Riastuti (2022) menghubungkan kesehatan reproduksi remaja dengan kemampuan merencanakan masa depan, termasuk kesiapan menghadapi kehidupan dewasa.

4. Faktor Risiko dan Faktor Protektif

Sintesis hasil penelitian menunjukkan adanya dua kelompok faktor yang perlu diperhatikan, yaitu faktor risiko dan faktor protektif. Faktor risiko meningkatkan kemungkinan munculnya perilaku seksual berisiko, sedangkan faktor protektif membantu remaja menghadapi tekanan dan membuat keputusan yang lebih adaptif.

Tabel 2. Faktor Risiko dan Faktor Protektif

Faktor Risiko	Faktor Protektif
Pengetahuan kesehatan reproduksi yang rendah	Pengetahuan kesehatan reproduksi yang memadai
Regulasi diri rendah	Pengendalian diri dan regulasi emosi
Impulsivitas	Kemampuan pengambilan keputusan
Tekanan teman sebaya	Kelompok teman sebaya yang suportif
Komunikasi keluarga yang tertutup	Komunikasi orang tua–remaja yang terbuka
Konflik keluarga	Kehangatan dan dukungan keluarga
Paparan konten seksual yang tidak terkontrol	Literasi digital
Lingkungan sosial yang permisif terhadap risiko	Norma dan lingkungan sosial yang suportif
Kurangnya akses layanan BK	Akses terhadap konselor dan layanan BK
Rendahnya orientasi masa depan	Perencanaan pendidikan dan karier

Temuan tersebut menunjukkan bahwa pencegahan tidak cukup dilakukan dengan mengurangi faktor risiko. Penguatan faktor protektif harus menjadi bagian utama dari intervensi. Remaja perlu memiliki kemampuan untuk mengatakan tidak, mengelola tekanan teman sebaya, mengidentifikasi situasi berisiko, mengkomunikasikan batas pribadi, mencari bantuan, dan mempertimbangkan konsekuensi keputusan.

5. Peran Bimbingan dan Konseling

Dalam perspektif bimbingan dan konseling, hasil kajian menunjukkan bahwa pencegahan perilaku seksual berisiko perlu dilakukan secara komprehensif, developmental, preventif, dan kolaboratif. Konselor tidak hanya menangani peserta didik yang telah menunjukkan perilaku bermasalah, tetapi juga perlu menyediakan layanan universal untuk seluruh peserta didik.

Layanan bimbingan klasikal dapat digunakan untuk memberikan pemahaman mengenai perkembangan remaja, kesehatan reproduksi, relasi sehat, persetujuan, pengambilan keputusan, keamanan digital, komunikasi asertif, dan pengelolaan tekanan teman sebaya. Bimbingan kelompok dapat digunakan untuk melatih keterampilan komunikasi, pemecahan masalah, pengendalian diri, dan pengambilan keputusan. Konseling individual diperlukan ketika peserta didik menghadapi persoalan pribadi yang membutuhkan kerahasiaan dan penanganan yang lebih mendalam. Konseling kelompok dapat dimanfaatkan secara hati-hati untuk membangun dukungan sosial dan keterampilan interpersonal.

Syamsu (2021) secara khusus menempatkan kesehatan reproduksi sebagai salah satu konteks yang dapat diintegrasikan dalam bimbingan dan konseling. Pendekatan tersebut relevan karena persoalan seksual remaja tidak hanya menyangkut informasi biologis, tetapi juga konsep diri, pengendalian diri, komunikasi, etika, norma sosial, tanggung jawab, dan kemampuan membuat keputusan.

Model layanan BK yang diperoleh dari sintesis literatur dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Layanan BK dalam Pencegahan Perilaku Seksual Berisiko

Kerangka tersebut menunjukkan bahwa layanan BK sebaiknya dilakukan melalui siklus yang berkelanjutan. Asesmen menjadi dasar untuk menentukan kebutuhan peserta didik, sedangkan intervensi tidak berhenti pada penyampaian informasi. Evaluasi diperlukan untuk mengetahui perubahan pengetahuan, sikap, keterampilan, dan perilaku serta menentukan kebutuhan tindak lanjut.

Analisis/Diskusi

Hasil kajian menunjukkan bahwa perilaku seksual berisiko pada remaja merupakan fenomena yang harus dipahami melalui perspektif perkembangan, bukan semata-mata melalui perspektif moral atau pelanggaran norma. Remaja sedang mengalami perubahan biologis dan psikososial yang sangat cepat. Steinberg (2020) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan periode penting dalam perkembangan identitas, otonomi, relasi interpersonal, dan seksualitas. Oleh karena itu, munculnya ketertarikan seksual merupakan bagian dari perkembangan, sedangkan risiko muncul ketika remaja belum memiliki kemampuan yang memadai untuk

mengelola dorongan, memahami konsekuensi, dan membuat keputusan secara bertanggung jawab.

Temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa pengetahuan merupakan kondisi penting tetapi bukan satu-satunya determinan perilaku. Remaja dapat mengetahui bahwa perilaku tertentu berisiko, tetapi tetap mengambil keputusan tersebut karena pengaruh emosi, pasangan, teman sebaya, kebutuhan diterima kelompok, atau situasi yang berlangsung secara spontan. Berk (2022) menunjukkan bahwa perkembangan kognitif remaja terus mengalami pematangan dan berinteraksi dengan perkembangan sosial serta emosional. Oleh sebab itu, program pencegahan harus bergerak dari pendekatan *knowledge-based* menuju pendekatan *skill-based*, yaitu mengembangkan keterampilan aktual yang dapat digunakan remaja ketika menghadapi situasi berisiko.

Dalam konteks ini, kemampuan regulasi diri menjadi salah satu kompetensi utama. Remaja perlu dilatih untuk mengenali emosi, memahami pemicu perilaku, mempertimbangkan alternatif tindakan, memprediksi konsekuensi, serta menunda keputusan ketika berada dalam kondisi emosional. Layanan BK dapat menggunakan latihan pengambilan keputusan, *problem solving*, *self-monitoring*, dan refleksi diri. Pendekatan tersebut lebih konstruktif daripada sekadar memberikan larangan karena remaja dilatih untuk memahami alasan dan proses di balik suatu keputusan.

Temuan mengenai kuatnya pengaruh teman sebaya juga memiliki implikasi penting. Relasi teman sebaya tidak selalu menjadi faktor risiko; dalam kondisi tertentu, teman sebaya justru dapat menjadi faktor protektif. Oleh karena itu, strategi BK dapat diarahkan untuk membentuk budaya teman sebaya yang mendukung perilaku sehat. Program *peer counseling*, *peer educator*, atau kegiatan kelompok dapat dikembangkan dengan pengawasan dan pelatihan yang memadai. Capuzzi dan Gross (2019) menegaskan pentingnya memahami faktor lingkungan dalam pencegahan perilaku berisiko pada remaja. Artinya, konselor perlu mengubah lingkungan sosial menjadi sumber dukungan, bukan hanya memusatkan intervensi pada individu.

Aspek keluarga juga perlu ditempatkan sebagai bagian dari intervensi. Komunikasi mengenai seksualitas sering dianggap tabu sehingga orang tua dan remaja mengalami kesulitan untuk membicarakannya secara terbuka. Akibatnya, remaja dapat mencari informasi melalui teman sebaya atau internet yang belum tentu akurat. Wirenviona dan Riris (2020) menekankan pentingnya edukasi kesehatan reproduksi yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan remaja. Dalam perspektif BK, konselor dapat berperan sebagai fasilitator komunikasi antara orang tua dan peserta didik dengan memberikan edukasi kepada orang tua mengenai komunikasi yang terbuka, suportif, tidak menghakimi, tetapi tetap memiliki batas dan nilai yang jelas.

Temuan mengenai media digital juga memperluas cakupan tugas konselor. Perilaku seksual berisiko pada masa kini tidak selalu berlangsung dalam ruang fisik. Interaksi digital dapat menjadi bagian dari dinamika seksual remaja. Karena itu, konseling perlu memasukkan literasi digital dan keselamatan digital sebagai bagian dari pendidikan pencegahan. Remaja perlu memahami privasi, persetujuan, konsekuensi membagikan konten pribadi, manipulasi digital, eksploitasi seksual, serta mekanisme mencari pertolongan ketika mengalami ancaman atau tekanan.

Dari perspektif intervensi, pendekatan yang bersifat menakut-nakuti atau menghakimi berpotensi kurang efektif karena dapat meningkatkan resistensi dan membuat remaja enggan mencari bantuan. Konseling remaja membutuhkan hubungan terapeutik yang aman, empatik, dan tidak menghakimi. Kress, Paylo, dan Stargell (2019) serta Vernon dan Schimmel (2019) menekankan pentingnya menyesuaikan konseling dengan karakteristik perkembangan anak dan remaja. Dalam konteks perilaku seksual, prinsip tersebut berarti konselor harus mampu membicarakan isu sensitif menggunakan bahasa perkembangan yang tepat tanpa mempermalukan peserta didik.

Selanjutnya, hasil kajian memperlihatkan bahwa layanan BK perlu bersifat preventif sekaligus responsif. Pencegahan universal diperlukan untuk seluruh peserta didik melalui bimbingan klasikal dan pendidikan kesehatan reproduksi. Namun, peserta didik yang telah menunjukkan faktor risiko membutuhkan asesmen dan intervensi yang lebih individual. Konselor juga perlu memiliki mekanisme rujukan apabila ditemukan indikasi kekerasan seksual, eksploitasi, masalah kesehatan reproduksi, gangguan psikologis, atau kondisi lain yang membutuhkan penanganan profesional lintas disiplin.

Pendekatan kolaboratif menjadi semakin penting karena konselor sekolah tidak dapat menangani seluruh persoalan seorang diri. Kolaborasi dengan orang tua, wali kelas, guru, tenaga kesehatan, psikolog, dan pihak terkait memungkinkan penanganan yang lebih komprehensif. Kolaborasi tersebut tetap harus memperhatikan kerahasiaan, persetujuan, keselamatan peserta didik, dan prinsip etika profesi.

Secara konseptual, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pencegahan perilaku seksual berisiko dapat dirumuskan dalam empat lapisan intervensi. Pertama, lapisan universal, yaitu pendidikan dan bimbingan bagi seluruh peserta didik. Kedua, lapisan selektif, yaitu intervensi bagi kelompok yang memiliki faktor risiko tertentu. Ketiga, lapisan indikatif, yaitu konseling bagi peserta didik yang telah menunjukkan masalah atau perilaku berisiko. Keempat, lapisan kolaboratif, yaitu rujukan dan kerja sama dengan pihak lain ketika permasalahan melampaui kompetensi konselor sekolah.

Dengan demikian, kontribusi utama bimbingan dan konseling dalam persoalan perilaku seksual berisiko bukan sekadar memberikan nasihat mengenai benar dan salah. Kontribusi yang lebih fundamental adalah membantu remaja mengembangkan kesadaran diri, regulasi emosi, pengambilan keputusan, komunikasi asertif, kemampuan menetapkan batas pribadi, literasi digital, relasi interpersonal yang sehat, dan orientasi masa depan. Pendekatan ini sejalan dengan pemahaman bahwa remaja merupakan individu yang sedang berkembang dan memiliki kapasitas untuk belajar, berubah, serta mengambil keputusan yang semakin bertanggung jawab.

Berdasarkan keseluruhan temuan, dapat ditegaskan bahwa perilaku seksual berisiko pada remaja merupakan persoalan yang membutuhkan respons multidimensional. Faktor biologis, psikologis, sosial, keluarga, sekolah, budaya, dan teknologi saling berinteraksi dalam membentuk perilaku. Oleh karena itu, layanan BK perlu bergerak dari pendekatan yang reaktif menuju pendekatan yang preventif, developmental, berbasis kebutuhan, berbasis keterampilan, kolaboratif, dan sensitif terhadap konteks budaya. Strategi tersebut diharapkan tidak hanya menurunkan kemungkinan perilaku seksual berisiko, tetapi juga meningkatkan kapasitas remaja untuk membangun relasi yang sehat, menjaga kesehatan reproduksi, menyelesaikan tugas

perkembangan, mempertahankan keberlanjutan pendidikan, dan merencanakan masa depan secara bertanggung jawab.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian dan analisis, dapat disimpulkan bahwa perilaku seksual berisiko pada remaja merupakan persoalan perkembangan yang bersifat multidimensional dan tidak dapat dijelaskan hanya melalui faktor moral, pengetahuan, atau pilihan individual. Perilaku tersebut terbentuk melalui interaksi faktor perkembangan biologis dan psikologis, regulasi diri, relasi dengan teman sebaya, komunikasi keluarga, lingkungan sekolah, nilai budaya, serta paparan media digital. Oleh karena itu, pencegahan perilaku seksual berisiko perlu diarahkan tidak hanya pada pengurangan faktor risiko, tetapi juga pada penguatan faktor protektif seperti keterampilan pengambilan keputusan, regulasi emosi, komunikasi asertif, relasi interpersonal yang sehat, literasi digital, dukungan keluarga, dan orientasi masa depan (Crockett, Gustavo, and Jeffrey, 2022). Steinberg menegaskan bahwa masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai oleh perubahan pada aspek kognitif, sosial, identitas, otonomi, dan seksualitas sehingga membutuhkan pendampingan yang sesuai dengan karakteristik perkembangannya (Steinberg, 2020).

Dalam perspektif bimbingan dan konseling, konsekuensi logis dari temuan penelitian ini adalah perlunya pergeseran dari layanan yang bersifat reaktif menuju layanan preventif, developmental, komprehensif, dan berbasis kekuatan. Konselor tidak cukup hanya memberikan informasi mengenai bahaya perilaku seksual, tetapi perlu mengembangkan kompetensi peserta didik agar mampu mengenali situasi berisiko, mengelola dorongan dan emosi, mempertimbangkan konsekuensi, menetapkan batas pribadi, menolak tekanan teman sebaya, membangun relasi sehat, serta mencari bantuan ketika menghadapi masalah. Pendekatan tersebut sejalan dengan prinsip konseling anak dan remaja yang menempatkan karakteristik perkembangan, konteks sosial, dan kebutuhan psikososial sebagai pertimbangan penting dalam proses konseling (Kress, Matthew, and Nicholas, 2019).

Implikasi bagi pengembangan ilmu pendidikan adalah perlunya memperluas kajian bimbingan dan konseling mengenai kesehatan reproduksi dan perilaku seksual remaja dengan perspektif yang integratif. Kajian tidak cukup berfokus pada prevalensi atau bentuk perilaku, tetapi perlu mengembangkan model konseptual dan intervensi berbasis bukti yang mengintegrasikan perkembangan remaja, psikologi pendidikan, kesehatan reproduksi, literasi digital, pendidikan karakter, serta konteks sosial-budaya. Kesehatan reproduksi sendiri mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan perilaku sehingga pendekatan pendidikan yang hanya berorientasi pada aspek biologis menjadi kurang memadai (Rosyida, 2019). Dengan demikian, penelitian selanjutnya perlu menguji efektivitas berbagai model layanan BK, baik melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individual, *peer counseling*, maupun intervensi berbasis keluarga dan teknologi digital.

Sementara itu, implikasi bagi praksis pendidikan adalah perlunya membangun ekosistem sekolah yang mampu memberikan informasi yang benar, aman, sesuai perkembangan, dan tidak menghakimi. Konselor perlu berkolaborasi dengan guru, orang tua, tenaga kesehatan, serta profesional terkait untuk mengembangkan program pencegahan yang berkesinambungan. Program tersebut dapat mencakup pendidikan kesehatan reproduksi, penguatan regulasi diri,

komunikasi asertif, keterampilan menghadapi tekanan teman sebaya, literasi digital, pendidikan relasi sehat, serta perencanaan masa depan. Syamsu menunjukkan bahwa kesehatan reproduksi dapat diintegrasikan ke dalam layanan BK melalui pengembangan pemahaman diri, pengendalian diri, komunikasi, etika, norma sosial, dan tanggung jawab remaja (Yusuf, 2021).

Dengan demikian, keberhasilan pendidikan dalam menangani perilaku seksual berisiko tidak semata-mata diukur dari berkurangnya perilaku negatif, tetapi juga dari meningkatnya kapasitas remaja untuk membuat keputusan yang sehat dan bertanggung jawab. Sekolah perlu diposisikan sebagai lingkungan perkembangan yang memberikan perlindungan sekaligus kesempatan bagi remaja untuk belajar mengambil keputusan. Konsekuensi akhirnya adalah bahwa bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam membangun remaja yang memiliki kesadaran diri, tanggung jawab, keterampilan relasional, ketahanan menghadapi tekanan sosial, dan orientasi masa depan. Pendekatan tersebut memungkinkan pendidikan tidak hanya berfungsi sebagai sarana pencegahan masalah, tetapi juga sebagai proses pengembangan manusia secara utuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Aguilar-Quesada, A., Sierra-Yagüe, A., González-Cano-Caballero, M., Zafra-Egea, J. A., & Lima-Serrano, M. (2025). Effectiveness of digital interventions to reduce school-age adolescent sexual risks: A systematic review. *Journal of Nursing Scholarship*, 57(2), 342–353. <https://doi.org/10.1111/jnu.13015>
- Amalia, E. H., & Azinar, M. (2017). Kehamilan tidak diinginkan pada remaja. *HIGELA: Journal of Public Health Research and Development*, 1(1), 1–10.
- Barriuso-Ortega, S., Fernández-Hawrylak, M., & Heras-Sevilla, D. (2024). Sex education in adolescence: A systematic review of programmes and meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 166, 107926. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2024.107926>
- Coffee, G., Fenning, P., & Wells, T. L. (2016). *Promoting youth sexual health: Home, school, and community collaboration*. Routledge.
- Gustina, E. (2017). Komunikasi orangtua-remaja dan pendidikan orangtua dengan perilaku seksual berisiko pada remaja. *Unnes Journal of Public Health*, 6(2), 131–136. <https://doi.org/10.15294/ujph.v6i2.13734>
- Indraswari, R. (2022). Analisis karakteristik remaja terhadap perilaku-perilaku berisiko kesehatan. *HIGELA: Journal of Public Health Research and Development*, 6(2). <https://doi.org/10.15294/higeia.v6i2.44420>
- Ismanto, H. (2022). Konseling Islami untuk perilaku sex berisiko. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(Special Edition), 83–92. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i2.60836>
- Kabiru, C. W., Habib, H. H., Beckwith, S., Ajayi, A. I., Mukabana, S., Machoka, B. N., Blum, R. W., & Kågesten, A. E. (2024). Risk and protective factors for the sexual and reproductive health of young adolescents: Lessons learnt in the past decade and research priorities moving forward. *Journal of Adolescent Health*, 75(4S), S20–S36. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2024.03.007>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, & Direktorat Kesehatan Keluarga. (2021). *Modul kesehatan reproduksi remaja luar sekolah*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- K. W., N. A., & Arifah, I. (2020). Perilaku seksual berisiko di SMAN X Jember. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 108–114. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v1i2.40331>

- Mihić, J., Skinner, M., Novak, M., Ferić, M., & Kranželić, V. (2022). The importance of family and school protective factors in preventing the risk behaviors of youth. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1630. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031630>
- Oktriyanto, O., & Alfiasari, A. (2019). Dating and premarital sexual initiation on adolescence in Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 66–73. <https://doi.org/10.15294/kemas.v15i1.17270>
- Pedrana, A. E., Pina, J., Padmawati, R. S., Zuhriana, R., Lazuardi, L., Lim, M. S. C., Hellard, M. E., & Prabandari, Y. S. (2020). A quasi-experimental text messaging trial to improve adolescent sexual and reproductive health and smoking knowledge in Indonesia. *Sexual Health*, 17(2), 167–177. <https://doi.org/10.1071/SH18199>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2020). Sexual risk behaviour and its correlates among adolescents in Indonesia, Laos, Thailand and Timor-Leste: Results from national school surveys in 2015. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 33(6), 501–509. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2019-0230>
- Pinandari, A. W., Kågesten, A. E., Li, M., Moreau, C., van Reeuwijk, M., & 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(1S), S21–S32. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.01.030>
- Rizkianti, A., Maisya, I. B., Kusumawardani, N., Linhart, C., & Pardosi, J. F. (2020). Sexual intercourse and its correlates among school-aged adolescents in Indonesia: Analysis of the 2015 Global School-based Health Survey. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 53(5), 323–331. <https://doi.org/10.3961/jpmph.20.028>
- Ruspita, R., Susanti, K., & Rifa Rahmi, R. (2022). *Kesehatan reproduksi pada remaja*. Gosyen Publishing.
- Safitri, O., Tanjung, R. D. S., Muri, P. H., Dewi, S. S. S., Sutriningsih, Harahap, H. T., Nasution, F., Sitorus, N. Y., Wardayani, E., Lestari, T., Suriati, I., Haanuddin, F., & Abdullah, V. I. (2026). *Kesehatan reproduksi pada remaja*. PT Yapindo Jaya Abadi.
- Smith, L. W., Liu, B., Degenhardt, L., Richters, J., Patton, G., Wand, H., Cross, D., Hocking, J. S., Skinner, S. R., Cooper, S., Lumby, C., Kaldor, J. M., & Guy, R. (2016). Is sexual content in new media linked to sexual risk behaviour in young people? A systematic review and meta-analysis. *Sexual Health*, 13(6), 501–515. <https://doi.org/10.1071/SH16037>
- Steinberg, L. (2020). *Adolescence* (12th ed.). McGraw-Hill Education.
- Syamsu, K. (2021). *B-KESPRO: Bimbingan konseling kesehatan reproduksi remaja*. Media Sains Indonesia.
- Temple-Smith, M., Moore, S., & Rosenthal, D. (2016). *Sexuality in adolescence: The digital generation*. Routledge.
- Triyanto, E. (2019). *Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku kesehatan reproduksi remaja* [Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada]. UGM Electronic Theses and Dissertations.
- Wagstaff, A., et al. (2020). Social media use and risky behaviors in adolescents: A meta-analysis. *Journal of Adolescence*, 79, 258–274. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.01.014>
- World Health Organization. (n.d.). *Adolescent health*. Retrieved October 7, 2026, from [World Health Organization – Adolescent Health](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health)

