



PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG PERANAN PERGAULAN SEHAT REMAJA PADA GENERASI Z DI SMA TERPADU AL- QUDWAH RANGKASBITUNG

Tantri Wenny Sitanggang^{1*}, Nerli Adria Sinabutar¹, Puji Lestari¹, Dian Utama Pratiwi Putri²

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ichsan Satya, Jl. Jombang Raya No.56, Pondok Pucung, Pondok Aren, Kota Tangerang Selatan, Banten 15229, Indonesia

²Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia, Jl. ZA. Pagar Alam No.7, Gedong Meneng, Rajabasa, Kota Bandar Lampung, Lampung 40115 Indonesia

*tantrisitanggang2@gmail.com

ABSTRAK

Remaja merupakan fase transisi dari fase anak-anak menuju fase dewasa awal yang membutuhkan perhatian serta pendampingan agar remaja mampu melakukan pergaulan yang sehat. Pada generasi Z yang saat ini memegang peranan penting dalam era teknologi digital yang canggih akan sangat mempengaruhi kepribadian dan pergaulan dilingkungannya, apakah termasuk kedalam pergaulan yang sehat atau sebaliknya yaitu pergaulan tidak sehat/ bebas. Pergaulan bebas yang sedang berkembang saat ini biasanya terjadi pada anak yang akan tumbuh remaja, mereka belum cukup pandai dalam membedakan permasalahan yang positif maupun negatif dan seringkali menganggap apa yang mereka lakukan adalah suatu perbuatan biasa, tanpa mereka sadari bahwa perbuatan tersebut adalah suatu perbuatan menyimpang yang bisa membawa pengaruh yang merugikan. Tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan ini adalah setelah diadakan penyuluhan tentang ini diharapkan dapat menambah pengetahuan remaja tentang peranan pergaulan sehat remaja pada generasi Z. Peserta yang hadir adalah siswa-siswi di SMA Terpadu Al-Qudwah Rangkas Bitung, dengan jumlah peserta sebanyak 41 orang. Terlihat bahwa peserta penyuluhan sangat tertarik dan antusias sekali dalam mengikuti kegiatan dari pemberian materi, menayangkan video dan saat sesi tanya jawab. Evaluasi kegiatan dilakukan pretest dan posttest. Hasil pengabdian memperlihatkan peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi. Kegiatan penyuluhan kesehatan sebaiknya secara berkelanjutan dengan materi yang lebih menarik dan bervariasi dan peserta mengatakan bahwa akan senantiasa agar untuk menarik diri kedalam pergaulan yang sehat dan bersih, terjauh dari segala macam bentuk pergaulan tidak sehat atau bebas.

Kata kunci: pengetahuan; pergaulan sehat; remaja

INCREASING TEENAGERS KNOWLEDGE ABOUT THE ROLE OF HEALTHY RELATIONSHIPS IN GENERATION Z IN AL-QUDWAH RANGKASBITUNG INTEGRATED HIGH SCHOOL

ABSTRACT

Adolescence is a transition phase from the childhood phase to the early adulthood phase which requires attention and assistance so that adolescents are able to have healthy relationships. Generation Z, which currently plays an important role in the era of sophisticated digital technology, will greatly influence the personality and relationships in their environment, whether they include healthy relationships or vice versa, namely unhealthy/free relationships. The promiscuity that is currently developing usually occurs in children who are about to become teenagers, they are not yet clever enough to distinguish between positive and negative problems and often think that what they are doing is an ordinary act, without realizing that this act is a deviant act. could have detrimental effects. The goal to be achieved in this activity is that after holding

this outreach, it is hoped that it will increase teenagers' knowledge about the role of healthy relationships among teenagers in generation Z. The participants who attended were students at Al-Qudwah Rangkas Bitung Integrated High School, with a total of 41 participants. It was seen that the counseling participants were very interested and enthusiastic in participating in the activities from providing material, showing videos and during question and answer sessions. Evaluation of activities is carried out by pretest and posttest. The results of the service show an increase in reproductive health knowledge. Health education activities should be carried out on an ongoing basis with more interesting and varied material and participants said that they would always be able to withdraw themselves into healthy and clean relationships, far from all forms of unhealthy or promiscuous relationships.

Keywords: *healthy relationships; knowledge; teenagers*

PENDAHULUAN

Pergaulan bebas anak usia remaja pada era milenial masih menjadi polemik. Era milenial berjalan semakin cepat seiring dengan diikutinya peningkatan kemajuan teknologi yang memberikan nilai tambah dengan mudahnya mengakses segala informasi, hal ini memiliki dampak terhadap pola kehidupan masyarakat dari berbagai kalangan terutama anak usia remaja. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak remaja menuju masa dewasa. Di mana pada masa ini remaja seharusnya mulai belajar memiliki tanggung jawab sebagai seorang remaja yang mampu berfikir dan bertindak sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat. Namun dengan adanya arus modernisasi pada era ini memberikan kemudahan bagi remaja untuk mengakses segala informasi dan seluk beluk mengenai hal-hal yang berbau dengan pergaulan bebas (Nadirah 2017). Tantangan dalam era globalisasi semakin berat baik secara intelektual dan kemajuan jaman, sehingga bukan hanya kesiapan material namun juga kesiapan mental bagi anak remaja kita, dan cukup banyak realita di lapangan anak putus sekolah, di penjara, karena melanggar disiplin dan hukum negara, hal ini perlu mendapat perhatian serius dari insan pendidik, orangtua dan pemerintah setiap saat karena pergaulan di masyarakat semakin memperhatikan dan perlunya perhatian pihak sekolah, orangtua dan stake holder terkait (Taufik and Apendi 2021).

Beberapa penelitian mengemukakan bahwa perilaku sosial anak remaja yang secara mental belum siap dalam menghadapi perubahan global, akhirnya membuat mereka sebagian kehilangan kendali dalam bersosial di masyarakat, akibatnya terjadi tindakan kekerasan, bully, perkelahian antar remaja, dan menjadi faktor yang mengganggu pendidikan remaja tersebut. Dampak penggunaan teknologi oleh remaja memicu perdebatan, ada yang berpendapat berdampak positif terhadap remaja dengan tujuan untuk berkomunikasi, mencari informasi, media hiburan (bermain game, mendengarkan musik, menonton video, dan melihat foto), mengakses pembelajaran dan media sosial (Andi Agustang, Indah Ainun Mutiara 2021). Kelompok yang kontra berpendapat bahwa teknologi berdampak buruk terhadap remaja. Pasalnya, memungkinkan remaja mengakses konten sebelum masanya, seperti membuka foto maupun video porno, atau menggunakan ponsel pintar untuk komunikasi dengan lawan jenis yang dapat berakibat pergaulan bebas dan seks di luar nikah (Wahyudi and Sukmasari 2014).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi pelaksanaan promosi kesehatan (Decy Situngkir 2016). Pendidikan kesehatan tentang peranan pergaulan sehat dapat dilakukan dengan kegiatan penyuluhan. Suatu penelitian menerangkan adanya pengaruh antara pengetahuan dengan sikap dan perilaku seseorang untuk bisa memiliki pergaulan yang lebih sehat ditengah perkembangan teknologi. Upaya peningkatan pengetahuan remaja ini melibatkan remaja khususnya siswa dan siswi di SMAS Terpadu Al-Qudwah Rangkas Bitung. Survei awal yang

dilakukan oleh Tim Pengabdian kepada Masyarakat melalui Guru BK di sekolah SMAS Terpadu Al-Qudwah Rangkas Bitung memperlihatkan bahwa masih banyak remaja yang masih memerlukan kegiatan untuk berdiskusi terkait bagaimana peranan remaja dan bagaimana pergaulan remaja yang sehat pada Gen Z. Informasi ini mendorong tim PKM untuk memberikan penyuluhan tentang peranan pergaulan sehat remaja pada Gen-Z, yang bertujuan sebagai waktu yang tepat untuk berdiskusi sehingga pemahaman remaja khususnya siswa/siswi SMAS Terpadu Al-Qudwah Rangkas Bitung dalam meningkat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SMAS Terpadu Al-Qudwah Rangkas Bitung diikuti oleh 15 siswa laki-laki dan 26 siswi perempuan.

1. Tahap Persiapan
Perencanaan pelaksanaan kegiatan diawali dengan pertemuan dengan guru BK untuk membahas rencana pelaksanaan kegiatan. Hasil pertemuan disepakati pada tanggal 4 Januari 2023. Selanjutnya, tim PKM mempersiapkan materi yang akan disampaikan pada kegiatan tersebut.
2. Tahap Pemberian Materi
 - a. Pemberian materi Peranan Pergaulan Sehat Remaja Pada Generasi Z dengan menggunakan media PPT dan video
 - b. Penguatan informasi dengan pemberian leaflet serta
 - c. Diskusi dan tanya jawab
3. Tahap Konsolidasi
Tahap ini dilakukan dengan memberikan instrument evaluasi kepada peserta dalam bentuk kuesioner yang terdiri dari 15 pertanyaan untuk mengukur pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Generasi Z merupakan generasi terakhir yang muncul pada rentang waktu sampai dengan tahun 2019. Disebut juga dengan istilah i-generation (generasi internet) atau kadang disebut juga dengan digital natives. Pertumbuhan dan perkembangan pada generasi ini sejalan dengan terjadinya proses digitalisasi di berbagai sektor kehidupan. Ahli dalam pengoperasian media teknologi dan multi-tasking merupakan ciri khas dari generasi ini yang membedakan dengan generasi sebelumnya. Sejak lahir, generasi Z sudah tidak asing lagi dengan adanya teknologi informasi ini sehingga wajar saja jika mereka sangat memahami dengan detail mengenai penggunaan internet baik itu media gadgetnya atau media sosialnya. Generasi ini lebih cakap dan fasih menjelajahi dunia maya, browsing internet untuk mencari dan menambah wawasan dan pengetahuan, bermain games dan sebagainya. Dengan demikian, wajar jika akan lebih sering menyaksikan generasi Z yang lebih memilih menghabiskan waktu luang dengan tinggal di dalam ruangan sembari berselancar di web, bermain media sosial atau game online dibandingkan pergi beraktivitas di luar ruangan (Ridla and Muslimah 2021).

Kemajuan teknologi telah berkembang demikian pesatnya. Sehingga memberikan akses informasi yang tak kenal batas dan waktu seperti layanan internet menjadi alat komunikasi yang penting saat ini, sehingga seolah-olah dimanjakan oleh perkembangan teknologi sistem informasi tersebut. Dengan media sosial, memudahkan berinteraksi dengan banyak orang. Sekaligus sebagai tempat untuk kita berbagi pikiran, dan informasi (Destiwati et al. 2020). Adanya kemajuan teknologi seperti internet akan

memudahkan dalam mengakses jenis macam budaya yang tidak sesuai dengan norma ketimuran. Sehingga akan lebih mudah pada anak untuk mengerti akan perbuatan yang mengandung konten pornografi mengakibatkan terjerumusnya anak kedalam pergaulan bebas (Wardani and Fitri 2021). Pergaulan bebas bisa memberi dampak buruk bagi pertumbuhan anak dan remaja. Tak hanya untuk anak, pergaulan bebas juga bisa merugikan orang-orang disekitarnya, dan sering dikaitkan dengan kenakalan remaja. Perilaku pergaulan bebas sering tidak terkontrol dan sering menjerumuskan anak keberbagai hal negatif. (Poli et al. 2023).

Tapi, dengan segala kemudahan yang tersedia, maka perlu diwaspadai dan semakin bijaksana bermedia sosial khususnya para remaja yang masih berada di usia labil, mudah terpengaruh dan bahkan remaja ingin mencoba sesuatu yang baru yang mungkin dia belum tahu apakah hal tersebut baik atau tidak (Lubis et al. 2022). Serta pentingnya peran orangtua dan instansi pendidikan serta lingkungan yang mempengaruhi dalam penanaman moral dan etika. Peran orang tua dan pendidik bukanlah menjauhkan anak dengan teknologi, tetapi tugas pendidik dan orang tua adalah mengawasi, membatasi pemakaian serta mengarahkan anak menjadi lebih berprestasi dengan kemajuan teknologi yang ada. (Rilyani et al. 2022). Upaya penanggulangan pergaulan bebas sangat kompleks, permasalahannya saling berkaitan antara satu dengan yang lainnya. Salah satu langkah yang diambil sekolah yaitu tindakan Preventif, dengan tujuan untuk mencegah timbulnya penyimpangan dari perilaku siswa dalam bentuk edukasi atau penyuluhan, komunikasi yang intens antara guru dengan siswa (Rahman 2018).

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahapan yaitu penyuluhan, diskusi dan evaluasi. Sebelum diberikan penyuluhan, terlebih dahulu dilakukan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan para siswa/siswi terhadap materi yang akan diberikan, dan setelah pelaksanaan materi diberikan kembali posttest. Kemudian di lanjutkan dengan pemaparan materi dengan menggunakan media PPT dan video, peserta penyuluhan tampak antusias dan menyimak materi yang disampaikan. Setelah pemaparan materi kami pun menayangkan sebuah video sebagai contoh dari pergaulan sehat dan tidak sehat. Dilanjutkan dengan sesi tanya jawab untuk peserta penyuluhan, peserta 1024 tampak antusias dalam bertanya. Terdapat 4 orang penanya yang terdiri dari 2 orang siswa dan 2 orang siswi yang mengajukan pertanyaan terkait materi yang diberikan.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan

Hasil dari evaluasi yang dilakukan oleh tim PKM diperoleh adanya peningkatan pengetahuan tentang peranan pergaulan sehat remaja pada generasi Z secara signifikan. Sebelum diberikan penyuluhan, rerata tingkat pengetahuan siswa/siswi yaitu 62, sedangkan setelah dilakukan penyuluhan memiliki nilai rerata 88 yang berarti ada peningkatan pengetahuan tentang definisi pergaulan sehat, tanda-tanda pergaulan sehat, sikap dalam pergaulan sehat, penyebab pergaulan tidak sehat, dampak pergaulan tidak sehat dan upaya pencegahan pergaulan tidak sehat.

Tabel 1.
Rerata Tingkat Pengetahuan

Rerata Tingkat Pengetahuan	Nilai Rerata
Pengetahuan pre test	62
Pengetahuan post test	88

Tabel 1 diatas terlihat peningkatan pengetahuan akibat dari intervensi penyuluhan yang diberikan yang dimana remaja belum tahu mengenai pergaulan yang sehat menjadi tahu dan memahami. Untuk meningkatkan pengetahuan responden diperlukan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan, seperti penyuluhan kesehatan tentang kesehatan reproduksi remaja yang dilakukan secara efektif dan efisien yang diberikan baik visual maupun audio visual, sehingga pengetahuan akan mudah diingat. Hal ini sesuai Notoatmodjo (2018) yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang (overt behavior). Perilakunya didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afifah Johariyah (2018), yang meneliti tentang Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja dengan Pemberian Modul Terhadap Perubahan pengetahuan Remaja di di MAN 3 Bantul, dengan hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara skor sebelum penyuluhan dengan skor setelah penyuluhan. Hal ini menunjukan perubahan pengetahuan yang terjadi pada responden (Johariyah and Mariati 2018). Dan penelitian Supit, dkk (2019) setelah dilakukan promosi kesehatan tentang kesehatan reproduksi terjadi peningkatan nilai pengetahuan yang dimiliki oleh responden penelitian (Supit, Lumy, and Kulas 2019). Untuk meningkatkan pengetahuan responden tentang kesehatan reproduksi remaja dapat dilakukan dengan penyampaian informasi, dalam Notoatmodjo (2018), penyampaian informasi dipengaruhi oleh metode dan media yang digunakan yang mana metode dan media penyampaian informasi dapat memberikan efek yang signifikan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa/siswi mengenai peranan pergaulan sehat pada generasi Z. Diharapkan agar pendidikan kesehatan yang telah dilaksanakan ini dapat memberi dampak positif bagi remaja. Remaja yang sudah tahu akan bahaya pergaulan bebas menjadi lebih mawas diri sehingga tidak terjerumus kepada perilaku seks bebas. Kemudian harapan terbesar kami sebagai pelaksana pengabdian agar remaja tersebut tidak hanya dapat melindungi diri sendiri namun juga dapat meneruskan informasi ini kepada remaja yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi Agustang, Indah Ainun Mutiara, Andi Srifan. 2021. “Masalah Masalah Pendidikan Di Indonesia.” *Www.Melianikasim.Wordpress.Com* 1(1): 0–19.
<https://melianikasim.wordpress.com/2009/03/08/makalah-masalah-pendidikan-di-indonesia/>.
- Decy Situngkir. 2016. “Dasar-Dasar Promosi Kesehatan | Decy Situngkir.” : 1–17.
- Destiawati, Fitriana, Aulia Paramita, Harry Dhika, and Musa Jaya. 2020. “Sosialisasi Etika Pemanfaatan Teknologi Media Sosial Dalam Penyampaian Informasi Sesuai Uu Ite.” *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1(4): 404–9.
- Johariyah, Afifah, and Titik Mariati. 2018. “Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Pemberian Modul Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja.” *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo* 4(1): 38.
- Lubis, A F et al. 2022. “Penguatan Pendidikan Karakter Melalui Edukasi Bahaya Pergaulan Bebas Pada Usia Remaja Di Sma Negeri 3 Tangerang Selatan.” *Prosiding Seminar*
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat/article/view/14478>.
- Nadirah, Sitti. 2017. “Peranan Pendidikan Dalam Menghindari Pergaulan Bebas Anak Usia Remaja.” *Musawa: Journal for Gender Studies* 9(2): 309–51.
- Notoatmodjo. 2018. “Gambaran Perilaku Masyarakat.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9): 1689–99.
- Poli, Abdul Rivai, Nurfitriyana B Utiahman, Supriyanti Umaharnate, and Vrigita Yesa Manangkabo. 2023. “Penyuluhan Pergaulan Bebas Kalangan Remaja Di SMK Kesehatan Muhammadiyah Randangan Counseling On Free Association Among Teenagers At The Muhammadiyah Randangan Health Vocational School.” 2(1): 55–58.
- Rahman, Abdur. 2018. “Strategi Sekolah Dalam Mencegah Pergaulan Bebas Pada Remaja Di MAN 1 Samarinda.” *el-Buhuth: Borneo Journal of Islamic Studies* 1(1): 69–77.
- Ridla, Fahmi, and Muslimah. 2021. “Identifikasi Pendidikan Moral Generasi Z Di Masa Pandemi.” *Proceedings of Palangka Raya International and National Conference on Islamic Studies (PINCIS)* 1(1): 115–30.
- Rilyani, Rilyani et al. 2022. “Penyuluhan Kesehatan Tentang Pergaulan Bebas.” *JOURNAL OF Public Health Concerns* 2(1): 18–26.
- Supit, Joyce Angela Maria, Freike N Lumy, and Els Ivi Kulas. 2019. “Promosi Kesehatan Reproduksi Terhadap Pengetahuan Remaja.” *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)* 6(2): 46–51.

- Taufik, Ali, and Tatang Apendi. 2021. "Analisis Dampak Negatif Pergaulan Anak Remaja Di Era Globalisasi Dengan Kemajuan Teknologi." *WACANA AKADEMIKA: Majalah Ilmiah Kependidikan* 5(1): 26.
- Wahyudi, Hendro Setyo, and Mita Puspita Sukmasari. 2014. "Artikel Teknologi Dan Kehidupan Masyarakat." *artikel Teknologi dan Kehidupan Masyarakat* 3((1)): 13–24. <https://media.neliti.com/media/publications/227634-teknologi-dan-kehidupan-masyarakat-7686df94.pdf>.
- Wardani, Siti Pangarsi Dyah Kusuma, and Dina Martha Fitri. 2021. "Edukasi Tentang Pergaulan Remaja Yang Sehat Di Lingkungan Sekolah Dan Keluarga." *Abdi Wiralodra: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3(1): 61–70.

