



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 6 Tahun 2024 Page 6587-6600

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Maraknya Seks Bebas Pada Remaja

Aulia Darisnawati<sup>1✉</sup>, Arafi Maulana Putra<sup>2</sup>, Reizki Maharani<sup>3</sup>, Khairunisa Aulia<sup>4</sup>, Alya Rizka Revasya<sup>5</sup>, Jaisy Alifah Dayana<sup>6</sup>, Muhammad Luthfi<sup>7</sup>, Alvin Jannet Riyadhi<sup>8</sup>, Sadri<sup>9</sup>, M. Zaky Perdana<sup>10</sup>, Nurbrilliani Mutiara Valentina<sup>11</sup>

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: [12240220624@students.uin-suska.ac.id](mailto:12240220624@students.uin-suska.ac.id)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Pada saat ini, seks bebas menjadi suatu hal yang sangat sering dibicarakan di masyarakat dan sudah menjadi hal yang lumrah dikalangan masyarakat, terutama bagi remaja. Seks bebas dapat disebabkan oleh beberapa hal diantaranya kualitas diri remaja, kualitas keluarga, kualitas lingkungan, jenis kelamin, umur, media yang digunakan, lingkungan sekolah dan pengetahuan remaja. Seks bebas juga memberikan dampak buruk bagi pelakunya seperti kehamilan yang tidak diinginkan, infeksi menular seksual, HIV/AIDS, penyimpangan perilaku seksual dan dampak psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengedukasi remaja terkait seks bebas agar remaja memiliki pengetahuan tentangnya sehingga diharapkan kedepannya dapat mengurangi terjadinya seks bebas pada remaja. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah studi literatur. Penulis mengumpulkan berbagai sumber seperti buku, jurnal dan laporan penelitian terkait seks bebas lalu menganalisisnya.

Kata Kunci: *Remaja, Kenakalan Remaja, Seks Bebas*

## Abstract

At this time, free sex has become something that is very often discussed in society and has become commonplace among society, especially for teenagers. Casual sex can be caused by several things, including the quality of the teenager's self, the quality of the family, the quality of the environment, gender, age, the media used, the school environment and the teenager's knowledge. Casual sex also has negative impacts on the perpetrators, such as unwanted pregnancy, sexually transmitted infections, HIV/AIDS, deviant sexual behavior and psychological impacts. This research aims to educate teenagers regarding free sex so that teenagers have knowledge about it so that it is hoped that in the future it can reduce the occurrence of free sex among teenagers. In this research, the method used is literature study. The author collects various sources such as books, journals and research reports related to free sex and then analyzes them.

Keyword: *Adolescent, Juvenile Delinquency, Free Sex*

## PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), masa remaja merupakan fase kehidupan antara anak-anak dan dewasa, yang mana rentan usianya 10-19 tahun. Menurut Soetjningsih (2010) masa remaja merupakan masa peralihan atau masa transisi yang terjadi antara masa anak-anak dan dewasa yang terjadi antara usia 11 sampai 20 tahun, yang mana pada masa ini terjadi kematangan seksual. Dengan peralihan yang banyak dialami oleh remaja, menyebabkan banyak pula perubahan psikososial dan kepribadian yang terjadi seperti meningkatnya rasa ingin tau seksual dan coba-coba. Rasa ingin tau terhadap seksual dan munculnya birahi merupakan suatu hal yang normal pada remaja. Perilaku tertarik pada seks yang dialami remaja merupakan salah satu ciri yang normal pada perkembangan rasa remaja yang mana rasa ingin tau ini jelas menimbulkan bentuk-bentuk perilaku seksual (Jahja, 2011).

Selain dari rasa ingin tau yang kuat, remaja juga mengalami kematangan emosional, hal ini dapat berupa sikapnya yang bertambah mandiri, toleran dan mampu menyatakan emosinya. Remaja juga mengalami perkembangan sosial yang mana hal ini dapat dilihat dari remaja yang banyak berinteraksi dengan teman sebayanya dibanding dengan orang tua, remaja lebih banyak melakukan perbuatan di luar rumah dan mereka lebih melibatkan teman sebayanya dibanding dengan orang tuanya. Masa remaja yang merupakan masa

pencarian identitas atau jati diri dan pencarian tujuan hidup, pada masa ini rasa ingin tau remaja sangat tinggi sehingga remaja sering mengambil keputusan yang beresiko untuk memuaskan rasa ingin taunya, seperti seks bebas. (Ramadhan Sumarmin, 2010)

Menurut WHO dan para ahli dikutip dari Safitri, dkk. (2022) ada peningkatan kecenderungan remaja untuk melakukan seks bebas yakni dari yang semula 53,76% menjadi 72,50% pada tahun 2012. Menurut Fitriani, dkk dalam Anggraini, dkk (2022) telah ditemukan sebanyak 4,92% remaja yang berperilaku seksual secara aktif, yaitu 56,9% kissing (ciuman bibir), 30,7% necking (ciuman pada area leher), 13,8% petting (meraba area sensitive), 7,2% oral seks, 5,5% anal seks dan 14,7% telah melakukan hubungan seksual layaknya suami istri sebelum menikah. Berdasarkan survei oleh Kementerian Kesehatan Nasional Indonesia pada tahun 2019, ditemukan 5,32% remaja pernah melakukan hubungan seksual, 3,6% remaja laki-laki pernah melakukan hubungan seksual dengan lebih dari satu pasangan sebelum menikah dan 1,72% remaja perempuan berhubungan seksual dengan pasangannya (Asfia and Ferial 2023)

Dengan jumlah remaja yang semakin meningkat diikuti dengan permasalahannya yang semakin kompleks, salah satunya adalah seks bebas yang mana perilaku seks bebas sudah banyak terjadi di sekitar kita, dan kebanyakan dari yang melakukannya adalah remaja (Safitri, dkk. 2022). Maka dari itu penulis mengangkat judul "maraknya seks bebas pada remaja"

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur yang sistematis dalam mengeksplorasi poin-poin mengenai seks bebas. Studi literatur merupakan pendekatan yang menggunakan sumber data berupa buku, jurnal, artikel dan bahan kepustakaan lainnya. Nazir (2014) mengatakan bahwa studi literatur merupakan suatu pendekatan yang dilakukan dengan menelaah berbagai sumber kepustakaan seperti buku, jurnal ilmiah, laporan penelitian dan sumber kepustakaan lainnya.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yakni pencarian literatur melalui database akademik seperti *google scholar*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif yang mana informasi yang telah dikumpulkan, disusun dan dianalisa agar dapat memberi penjelasan gambaran terhadap maraknya seks bebas pada remaja.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Seks bebas merupakan suatu bentuk permasalahan yang semakin mendesak, terutama di kalangan remaja di tengah perubahan sosial dan budaya yang begitu cepat. Seks bebas diklaim buruk karena konsekuensi dan risikonya yang merugikan pelakunya baik secara fisik, emosional bahkan psikologis (Wowor, 2024). Seks bebas merupakan salah satu penyimpangan seksual yang berasal dan berkembang dari budaya barat yang menganut sistem kebebasan seperti bebas berhubungan seksual layaknya suami istri sebelum menikah, bebas berganti pasangan dan kebebasan melakukan hubungan seksual tanpa memandang umur yang masih dini (Amin, 2023)

Perilaku seks bebas yang dilakukan remaja merupakan perbuatan remaja dalam mengekspresikan dan melepas dorongan seksual yang berasal dari matangnya organ seksual dan berubahnya hormone pada remaja. Yang mana hal ini dapat berupa dalam berbagai bentuk perilaku seksual seperti berciuman, berkencan secara intim bahkan melakukan hubungan seksual layaknya suami istri (Hamka, 2011).

#### Definisi Seks Bebas

Kata "seks" dalam kehidupan sehari-hari artinya jenis kelamin. Arti dari seks sering kali hanya dianggap sebagai aktivitas biologis yang terkait dengan alat kelamin, Meskipun sebenarnya seks adalah kondisi anatomi dan biologis yang lebih luas dari sekadar genitalia. Seksualitas adalah gabungan dari emosi, perasaan, kepribadian, dan sikap seseorang yang terkait dengan perilaku dan orientasi seksualnya (Gunawan dalam Soekarno, 2008).

Seks bebas adalah ketika dua orang yang belum menikah melakukan aktivitas seksual bersama sesuai kesepakatan waktu dan tempat yang telah disepakati. Perilaku seks bebas adalah ketika seseorang melakukan hubungan seksual tanpa pernikahan, seperti zina. Perilaku ini dianggap sebagai masalah sosial bagi masyarakat dan negara karena tidak sesuai dengan norma yang berlaku (Wahyuningsih dikutip dalam Kontesa 2019). Menurut Desmita (2012), perilaku seks bebas adalah cara untuk mengekspresikan dorongan seksual dari kematangan organ seksual, yang contoh perilakunya adalah berkencan secara intim, bercumbu, atau melakukan hubungan seksual yang dianggap tidak sesuai dengan norma. Perilaku tersebut dianggap tidak sesuai dan melanggar norma karena remaja belum berpengalaman dalam hal seksual.

#### Faktor Penyebab Seks Bebas

Faktor-faktor yang menyebabkan seks bebas di kalangan remaja adalah :

##### 1. Kualitas diri remaja

Hamka, dkk (2011) mengatakan bahwa terjadinya berbagai kegiatan yang bertujuan

untuk memenuhi kebutuhan seksual menunjukkan bahwa subjek penelitian tidak berhasil mengendalikan dan menegendalikan dorongan itu ke aktivitas lain yang masih dapat dilakukan. Subjek dalam penelitian ini menunjukkan bahwa memiliki *self efficacy* yang rendah dalam mengontrol hasrat seksualnya. Pengendalian diri merupakan bagian vital yang akan menentukan dilakukan atau tidak perbuatan beresiko tersebut.

Subjek dalam penelitian ini beranggapan bahwa perilaku seksual adalah sesuatu yang wajar jika dilakukan atas dasar suka sama suka dan tidak adanya paksaan serta tidak ada pihak yang dirugikan. Meskipun mereka mengetahui bahwa perbuatan itu tidak sesuai dengan norma yang mereka anut, tetapi mereka menganggap perilaku normal dilakukan karena telah banyak orang yang melakukannya.

## 2. Kualitas keluarga

Keluarga merupakan lembaga atau wadah pendidikan yang utama dan pertama bagi seorang anak, keluarga merupakan tempat anak bertumbuh dan berkembang secara keseluruhan. Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk karakter dan kepribadian anak, karena baik atau buruknya seorang anak sangat tergantung dengan keluarganya terutama kedua orang tuanya (Framanta, 2020) .

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hamka, dkk (2011) mengatakan bahwa kurangnya peran orang tua dalam memperhatikan anak-anak nya, sehingga dengan tidak berfungsinya orang tua menjadi salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku seks bebas pranikah. Orang tua berperan dalam menyampaikan informasi tentang seks bebas kepada anaknya agar anak memahami bentuk seks bebas dan dampak negative dari seks bebas. Tidak hanya orang tua, peran keluarga lain seperti seorang kakak atau abang juga diperlukan dalam menyampaikan informasi mengenai seks bebas ini.

## 3. Kualitas lingkungan

Dalam penelitian Hamka, dkk (2011) informasi seks yang diperoleh dari wawancara keluarga menunjukkan bahwa melakukan hubungan seks bisa menyebabkan penyakit seperti kanker dan HIV AIDS. Keluarga juga melarang anak-anak mereka untuk bergaul dengan orang asing dan berhubungan seks sebelum menikah. Hal ini disebabkan karena kurangnya komunikasi dalam keluarga. Dalam studi ini, peneliti mencoba menunjukkan bahwa lingkungan yang tidak sehat, seperti kurangnya komunikasi dalam anggota keluarga, dapat menyebabkan kurangnya pengawasan orang tua terhadap anak-anak mereka. Hal ini berpotensi membuat remaja cenderung melakukan perilaku menimpang, termasuk kenakalan remaja dan seks bebas.

#### 4. Jenis kelamin

Berdasarkan penelitian tentang hubungan antara jenis kelamin dan perilaku seks bebas, menunjukkan bahwa lebih banyak remaja laki-laki yang berperilaku kurang baik dan sebaliknya, wanita lebih dominan berperilaku baik. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan perilaku seks bebas pada remaja. Ditinjau dari penelitian hal ini terjadi akibat dari pengaruh sosial, budaya dan segi otonomi biologi. Adapun alasan mengapa laki-laki banyak yang berperilaku buruk yakni dipengaruhi oleh sifat agresif yang dimiliki laki-laki serta lelaki juga memiliki hormone seksual yang lebih dibandingkan wanita (Wati, 2017)

#### 5. Umur

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wati (2017) hubungan antara umur dan perilaku seks bebas lebih banyak terjadi pada remaja dengan rentang usia 20 tahun keatas. Menurutnya umur sangat mempengaruhi terjadinya perilaku seks bebas, sebab pada usia remaja muncul kecenderungan untuk mencoba dan keingin tahuan yang tinggi, sehingga memicu remaja melakukan seks bebas. Dan pada usia remaja mereka akan gampang terpengaruh dari lingkungan tanpa mengerti efek dari perilakunya.

#### 6. Media

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wati (2017) ada hubungan signifikan antara media massa yang digunakan remaja dengan perilaku seks bebas pada remaja. Media massa akan mempengaruhi interaksi sosial individu. Informasi yang disampaikan pada media massa hendaknya positif dan berkualitas, begitu juga dengan penerima informasi hendaknya pandai memilih dan menyaring informasi yang berkualitas. Remaja yang terpapar media massa atau media elektronik memiliki kemungkinan berperilaku seksual lebih tinggi dibanding remaja yang kurang terpapar media massa.

#### 7. Lingkungan sekolah

Wati (2017) mengatakan bahwa ada hubungan antara teman sebaya di lingkungan sekolah dengan perilaku seks bebas pada remaja. Ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa lingkungan merupakan suatu hal yang penting di luar diri individu yang mana juga merupakan sumber informasi yang didapat melalui panca indera.

Berdasarkan penelitian Tianingrum (2019) Sebanyak 54,6% remaja dapat terpengaruh oleh teman sebayanya. Hal ini terjadi karena remaja menuntut sesama mereka untuk lebih mementingkan pertemanan dan cenderung mengikuti perilaku yang dilakukan oleh temannya walaupun perilaku tersebut cenderung menyimpang. Hal ini dikarenakan remaja

ingin diakui atau divalidasi dan diterima oleh kelompok teman sebayanya.

## 8. Pengetahuan

Wati (2017) mengatakan bahwa keterkaitan antara pengetahuan dan perilaku seks bebas yang dilakukan remaja. Remaja yang berpengetahuan kurang baik berpeluang lebih besar untuk melakukan seks bebas dibandingkan dengan remaja yang berpengetahuan baik. Ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan didapat dari memahami sesuatu setelah melakukan pengamatan terhadap objek tertentu. Pengetahuan berperan penting dalam perilaku sehari-hari remaja.

### Dampak Seks Bebas

Banyak remaja yang belum menyadari akibat atau dampak dari perilaku seks bebas terhadap kesehatan reproduksi pelaku, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Menurut Sunaryo dikutip dalam Ramadhani, dkk (2023) beberapa dampak dari perilaku seks bebas pada remaja antara lain adalah :

#### 1. Kehamilan yang tidak diinginkan

Kehamilan yang tidak diinginkan adalah istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan kehamilan yang tidak direncanakan atau tidak diinginkan oleh wanita yang mengalaminya maupun oleh masyarakat di sekitarnya. Kehamilan yang tidak diinginkan ini merupakan kehamilan yang terjadi karena ada sebab yang disengaja maupun tidak disengaja sehingga keberadaan calon bayi tidak diinginkan.

#### 2. Infeksi Seksual Menular

Infeksi seksual menular adalah infeksi seksual yang ditularkan karena hubungan seksual. Individu dapat terjangkit infeksi menular seksual bila sering berhubungan seksual dengan berganti-ganti pasangan, hal ini dapat berisiko tinggi terutama pada perempuan karena bentuk alat reproduksi yang lebih rentan. Adapun contoh infeksi kelamin menular adalah *gonore*, herpes dan trikomoniasis.

#### 3. HIV/AIDS

AIDS adalah kondisi yang salah satu gejalanya adalah menurunnya sistem kekebalan tubuh yang disebabkan oleh virus HIV (Human Immunodeficiency Virus). HIV/AIDS dapat menular melalui hubungan seksual dan penggunaan jarum suntik

#### 4. Dampak Psikologis

Perilaku seksual pada remaja juga dapat menyebabkan dampak psikologis yang signifikan, yang berhubungan erat dengan kesehatan reproduksi mereka. Mereka

cenderung memiliki perasaan bersalah yang terus menerus, perasaan bingung, cemas dan malu yang mana kondisi ini dapat menyebabkan stress, depresi dan gangguan mental lainnya.

## 5. Penyimpangan Perilaku Seksual

Penyimpangan perilaku seksual dapat dikategorikan dalam empat kelompok utama, yang salah satunya adalah gangguan identitas, yang ditandai dengan ketidaksesuaian antara jenis kelamin biologis dan identitas gender seseorang (Dikutip dari Ramadhani, dkk : 2023).

Adapun dampak seks bebas ditinjau dari beberapa segi dikutip dari Rahmayanti, dkk (2019) adalah sebagai berikut :

### 1. Dampak dari segi fisik

Rahmayanti, dkk (2019) menyatakan bahwa dampak seks bebas pada fisik tak lain yaitu kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi dan penyakit kelamin seperti AIDS, ataupun HIV. Banyak remaja melakukan aborsi karena kehamilan yang tidak diinginkan, hal ini dikarenakan mereka belum siap untuk hamil apalagi melahirkan (Lucya, 2014)

Penyakit kelamin merupakan penyakit yang ditularkan oleh pelaku seks bebas melalui persetubuhan, Penyakit kelamin ini disebabkan karena pelaku seks bebas sering berganti-ganti pasangan. Penyakit seksual dapat berupa sifilis, gonore, herpes, klamidia dan AIDS (Kasim, 2014).

Seks bebas juga dapat menyebabkan terjadinya penyakit kelainan seksual yang berupa keinginan untuk terus berhubungan seks ( kecanduan seks ), si pelaku seks bebas biasanya memakai waktu kosong untuk berkhayal seksual, ciuman, pelukan, rangkulan dan bayang-bayang bentuk tubuh pasangan.

### 2. Dampak dari segi perilaku dan kejiwaan

Seks bebas dapat menyebabkan penyakit kelamin seksual yang berupa keinginan atau gairah untuk melakukan hubungan seks terus-menerus. Seks bebas membuat pelakunya ketagihan dan ingin melakukannya terus menerus (Daulay et al., 2023).

Remaja perempuan yang hamil akibat dari seks bebas akan mengalami perasaan bingung, resah, cemas, takut, malu dan merasa bersalah yang mana perasaan tersebut akan berkepanjangan hingga menyebabkan depresi pada dirinya (Kasim, 2014).

### 3. Dampak dari segi sosial

Seks bebas dapat menyebabkan seseorang berfikir untuk tidak membentuk keluarga, mempunyai anak apalagi memiliki tanggung jawab terhadapnya. Selain itu, pelaku seks

bebas terutama perempuan yang hamil akibat seks bebas akan terkena sanksi sosial di lingkungannya. Sanksi sosial ini dapat berupa dikucilkan, dijauhi, dan dihina.

#### 4. Dampak dari segi ekonomi

Seks bebas dapat membuat perekonomian pelaku menjadi lemah. Hal ini disebabkan karena menurunnya produktivitas pelaku karena kondisi fisik dan mentalnya yang menurun, pelaku juga akan menghamburkan hartanya untuk memenuhi hasrat seks nya. Pelaku tentu akan menghalalkan segala cara agar mendapat uang lebih banyak termasuk melalui jalan yang keji seperti mencuri, menipu dan judi.

#### 5. Dampak dari segi keagamaan

Pelaku seks bebas yang tidak bertaubat akan mendapat ganjaran dan siksaan terhadap perbuatannya yang dahsyat di akhirat kelak, karena telah melakukan perbuatan zina. Zina merupakan perbuatan dosa yang sangat dibenci oleh Tuhan.

#### 6. Dampak dari segi hukum

Seks bebas dapat menyebabkan pelakunya tidak berfikir panjang ketika akan melakukannya padahal mereka sudah tahu bahwa tindakan yang dilakukan melanggar hukum. Seks bebas juga dapat menyebabkan munculnya perilaku kejahatan lainnya seperti aborsi.

#### Contoh Kasus Seks Bebas

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Kuswandi, dkk (2019) ditemukan bahwa seks bebas banyak dilakukan oleh remaja dan sudah merupakan hal yang lumrah, diantara bentuk seks bebas tersebut adalah kehamilan di luar nikah, banyaknya remaja berduaan saling meraba dan aktivitas lain yang termasuk ke dalam seks bebas, juga ada ditemukan yang menginap dengan pacarnya.

Terdapat juga informasi dari pengelola program kesehatan reproduksi remaja maraknya pergaulan bebas, berpegangan tangan dan ciuman sudah menjadi hal yang lumrah bagi mereka, berduaan ditempat sepi seperti kebun dan tempat istirahat para petani, hamil di usia sekolah tanpa ada status pernikahan bahkan tanpa adanya suami, ada juga yang terkena penyakit kelamin seperti infeksi saluran kemih dan gonore (Kuswandi dkk, 2019).

Kasus seks bebas telah sering terjadi di Indonesia dan sangat merugikan masyarakat (M. Mbayang, 2024). Contohnya di Cimahi, Jawa Barat, dimana seorang remaja perempuan yang masih duduk di kelas 3 SMP hamil dan melahirkan seorang bayi perempuan. Bayi tersebut akhirnya dibuang dan meninggal dunia karena pergaulan bebas yang dilakukan

oleh kedua remaja ini. Menurut laporan AyoBandung (2020) cerita ini dimulai ketika remaja tersebut, seorang pelajar kelas 3 SMP, terlibat dengan teman sekelas dan tetangganya sendiri, dalam setahun terakhir. Hubungan mereka semakin mendalam, hingga akhirnya mereka melakukan hubungan layaknya pasangan suami istri sebanyak 4 kali.

Saat mengetahui kehamilannya, seorang remaja wanita langsung memberitahukan keadaan tersebut kepada kekasihnya. Namun, daripada mengambil tanggung jawab, remaja lelaki justru memblokir semua bentuk komunikasi, termasuk jejaring sosialnya. Remaja wanita kemudian menerima takdirnya, janin dalam kandungannya tumbuh hingga sembilan bulan dan berakhir melahirkan bayinya. Remaja wanita melahirkan anaknya sendiri di dalam rumah. Anak perempuan tersebut kemudian dimandikan terlebih dahulu, lalu dibungkus sampai akhirnya meninggal. Mayat bayi itu langsung dibungkus dengan kain dan dibuang ke gudang di rumah warga. Mayat bayi tersebut kemudian ditemukan di rumah seorang warga Kampung Leuweung Gede (Cimahi).

Kasus ini membuktikan bahwa pergaulan bebas merugikan dalam skala besar. Kasus pasangan remaja di Cimahi, Jawa Barat yang menelantarkan anaknya akibat pergaulan bebas memberikan dampak serius bagi remaja Indonesia. Kasus ini menyoroti risiko fisik dan emosional yang dihadapi remaja yang melakukan pergaulan bebas. Anak-anak yang ditelantarkan dalam kondisi yang memprihatinkan dengan jelas menggambarkan akibat tragis yang dapat terjadi jika remaja melakukan hubungan seks tanpa pemahaman dan tanggung jawab penuh. Kesehatan fisik dan mental remaja yang terlibat dalam hubungan semacam itu mungkin terancam, dan hal ini harus menjadi peringatan serius bagi generasi muda.

Kasus ini juga menyoroti bahwa pergaulan bebas dapat menyebabkan tindakan ilegal dan kriminal, seperti penelantaran bayi dan akhirnya kematian. Pasal 341 KUHP tentang tindak pidana pembunuhan anak terhadap pelaku merupakan contoh nyata bagaimana pergaulan bebas dapat berujung pada pelanggaran hukum. Hal ini menegaskan bahwa tindakan tersebut merupakan masalah serius yang perlu ditangani secara hukum. Kasus ini juga menggambarkan dampak sosial dan moral dari pergaulan bebas. Selain permasalahan hukum, pergaulan bebas juga dapat menimbulkan stigma sosial bagi remaja yang terkena dampaknya, serta tekanan moral dan etika di masyarakat.

#### Pencegahan Seks Bebas

Menurut Ramadhani, dkk (2023) ada beberapa cara untuk menghindari pergaulan bebas, yaitu:

1. Carilah aktivitas dan alternatif baru agar anda mendapatkan kepuasan yang mendalam (daripada kepuasan seksual) dalam interaksi yang terjadi.
2. Hindari situasi dan tempat yang mendorong munculnya fantasi dan rangsangan seksual, seperti rumah kosong, pantai pada malam hari, atau sendirian di tempat yang sunyi dan gelap.
3. Hindari terlalu sering bertemu lawan jenis.  
Pasalnya, seringnya pertemuan tanpa aktivitas yang konkrit dan konsisten dapat meningkatkan hasrat untuk melakukan aktivitas seksual.
4. Libatkan sebanyak mungkin teman dan kerabat untuk mengurangi kemungkinan selalu sendirian.
5. Memperoleh informasi yang banyak mengenai isu seksualitas yang berasal dari sumber yang terpercaya.
6. Pertimbangkan risiko aktivitas seksual.
7. Berusaha mendekatkan diri kepada Tuhan dan mengikuti norma-norma dan nilai-nilai umum.

Berdasarkan uraian di atas, beberapa cara untuk menghindari seks bebas adalah dengan mencari kegiatan yang bermanfaat, menghindari situasi yang dapat merangsang, menghindari sering bertemu dengan lawan jenis, mempunyai banyak teman, dapat kita simpulkan dengan mengejar ketertinggalan dan mempertimbangkan risikonya. Yang lebih penting lagi adalah mendekatkan diri kepada Tuhan.

Adapun pendapat penulis terkait dengan pencegahan seks bebas sebagai berikut :

1. Meningkatkan iman atau kepercayaan dalam beragama

Iman atau kepercayaan beragama merupakan pondasi penting untuk para remaja agar mampu menjalankan rutinitas dengan pegangan yang kokoh. Hal ini pun diungkapkan dalam Al-Quran yakni pada surah Al-Isra ayat 32 yang berbunyi :

وَلَا تَقْرُبُوا الزَّوْجَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴿٣٢﴾

Artinya : Janganlah kamu mendekati zina. Sesungguhnya (zina) itu adalah perbuatan keji dan jalan terburuk.

Ayat ini bermakna bahwa individu hendaklah tidak mendekati apalagi melakukan zina karena zina adalah perbuatan yang buruk. Maka untuk konteks seks bebas yang sudah jelas masuk kedalam konteks zina tentu juga dilarang.

2. Melakukan edukasi tentang pencegahan seks

Edukasi dapat dilakukan dalam pendidikan pada remaja tepatnya pada usia kisaran

10-18 tahun dengan tujuan agar remaja mampu untuk memilah dan memilih tindakan yang akan dipilih oleh individu itu sendiri (Basri, dkk : 2022).

### 3. Selektif dalam memilih teman

Adapun dalam perilaku kenakalan remaja biasanya tak jauh dari faktor pertemanan yang tidak tersaring dimana akan ada terjadi pembentukan karakter akibat dari individu yang terikut pada pertemanannya baik itu positif maupun negatif. Maka sebaiknya individu mampu untuk selektif dalam memilih pertemanan.

4. Pencegahan dengan mengkonsepkan pada kognitif yakni berupa menanamkan pola pikir yang positif sebelum bertindak dalam kehidupan sehari-hari.

### 5. Melakukan kegiatan yang positif

Dengan melakukan kegiatan yang positif, maka remaja akan sibuk dengan hal-hal positif dan tidak akan terlena dengan hal-hal negative seperti seks bebas. Melakukan kegiatan positif dapat berupa belajar, mengikuti volunteer, olahraga, journaling dan masih banyak lagi.

### 6. Menyaring informasi yang didapat melalui media

Saat ini, hampir tidak ada remaja yang tidak mempunyai gadget dan media sosial. Remaja harus bisa selektif dalam memilih informasi yang ia terima di media sosial karena tidak semua informasi yang disediakan media sosial adalah berita yang positif.

## SIMPULAN

Maraknya seks bebas yang terjadi pada remaja saat ini tentu membuat resah masyarakat. Seks bebas memiliki beberapa faktor penyebab diantaranya kualitas diri remaja, kualitas keluarga, kualitas lingkungan, jenis kelamin, umur, media yang digunakan, lingkungan sekolah dan pengetahuan remaja. Seks bebas juga memberikan dampak buruk bagi pelakunya seperti kehamilan yang tidak diinginkan, infeksi seksual menular, penyakit HIV/AIDS, penyimpangan perilaku seksual dan dampak psikologis. Seks bebas tentu dapat dicegah dengan melakukan beberapa tips yakni meningkatkan iman atau kepercayaan dalam beragama, melakukan edukasi tentang pencegahan seks, selektif dalam memilih teman, melakukan kegiatan positif, menyaring informasi yang didapat melalui media. Dengan menerapkan tips-tips ini, diharapkan dapat mengedukasi remaja agar terhindar dan menjauhi seks bebas. Diharapkan dengan adanya literatur ini, dapat mengurangi kemungkinan terjadinya seks bebas pada remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Rizky Kiki : Rosmawati Lubis Dan Putri Azzahroh. 2022. "Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Awal Tentang Kesehatan Reproduksi." *Menara Medika* 5 (1).
- Asfia, Fida, And Linardita Ferial. 2023. "Analysis Of Risky Sexual Behaviors Among Students." *Faletehan Health Journal* 10 (02): 159–68. <https://doi.org/10.33746/Fhj.V10i02.581>.
- Daulay, Aguslan, Ahmad Yuli Isnadi, Anton Pramuditha Atmodjo, Azhar Muhammad Abdurrahman, Derman Situmorang, Studi Magister Hukum, Program Pascasarjana, And Universitas Pamulang. 2023. "Dampak Negatif Seks Bebas." *Abdi Laksana : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4:795–805.
- Desmita. 2012. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Pt Remajarosdakarya Offset.
- Fauzi Ali Amin, Dedi Andria, Zhahratul Fajar,. 2023. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Persepsi Remaja Tentang Seks Bebas Di Sman 1 Samalanga Kabupaten Bireun." *Journal Of Health And Medical Science* 2:225–34. <https://doi.org/10.51178/Jhms.V2i1.1218>.
- Framanta, Galih Mairefa. 2020. "Pengaruh Lingkungan Keluarga Terhadap Kepribadian Anak." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (Jpdk)* 2 (1): 126–29. <https://doi.org/10.31004/Jpdk.V1i2.654>.
- Hamka, Muhammad. Dkk. 2011. "Perilaku Seks Bebas Di Kalangan Remaja (Studi Di Kecamatan Maligano Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara)." 66 *עלון הנוטע* (July): 6–17.
- Jahja, Yudha. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Kasim, Fajri. 2014. "Dampak Perilaku Seks Berisiko Terhadap Kesehatan Reproduksi Dan Upaya Penanganannya (Studi Tentang Perilaku Seks Berisiko Pada Usia Muda Di Aceh)." *Jurnal Studi Pemuda* 3 (1): 39–48. <https://jurnal.ugm.ac.id/jurnalpemuda/article/download/32037/19361>.
- Kontesa, Meria Dan Nurleny. 2019. "Education Of Love Your Body For Prevention Of Sexual Behavior In Children Age At Sdn 20 Kurao Pagang Padang." *Jurnal Peduli Masyarakat* 2 (3): 95–104. <https://doi.org/10.37287/Jpm.V2i3.121>.
- Kuswandi, Kadar, Ismiyati Ismiyati, And Darti Rumiaturun. 2019. "Analisis Kualitatif Prilaku Seks Bebas Pada Remaja Di Kabupaten Lebak." *Jpp (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)* 14 (1): 18–24. <https://doi.org/10.36086/Jpp.V14i1.284>.
- Lucya, Fitrianty Emma. 2014. *Remaja 24 Karat*. Bogor: Al Azhar Fresh Zone Publishing.
- M. Mbayang, Chrissonia. 2024. "Pergaulan Bebas Di Kalangan Remaja." *Jleb: Journal Of Law,*

- Education And Business* 2 (1): 366–72. <https://doi.org/10.57235/Jleb.V2i1.1669>.
- Nazir, Moh. 2014. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Rahmayanti, Wicaksono Luhur, And Yuine. 2019. "Analisis Pemahaman Informasi Dampak Seks Bebas Pada Peserta Didik Smp Negeri 1 Siantan," 1–9.
- Ramadhani, Nurul Jannah, Sulaiman Samad, And Suciani Latif. 2023. "Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Dan Penanganannya ( Studi Kasus Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Kabupaten Pinrang )." *Pinisi Journal Of Art, Humanity And Social Studies* 3 (4): 74–86.
- Safitri, Neneng, Evy Kasanova, And Nina Natalia. 2022. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Mengenai Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Putri Di Sma Nusantara Palangka Raya." *Jurnal Surya Medika* 8 (2): 44–49. <https://doi.org/10.33084/Jsm.V8i2.3855>.
- Soetjningsih. 2010. *Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Jakarta: Agung Set0.
- Tianingrum, Niken Agus Dan Ulfa Nurjannah. 2019. "Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perilaku Kenakalan Remaja Sekolah Di Samarinda." *Jurnal Dunia Kesmas* 8:275–82.
- Ummah, Masfi Sya'fiatul. 2022. *Pendidikan Seksual Komprehensif Untuk Pencegahan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja*. Cv. Media Sains Indonesia. Vol. 11. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/red2017-eng-8ene.pdf?sequence=12&isallowed=Y%0ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_sistem\\_pembetulan\\_terpusat\\_strategi\\_melestari](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/red2017-eng-8ene.pdf?sequence=12&isallowed=Y%0ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_sistem_pembetulan_terpusat_strategi_melestari).
- Wati, Yesi Septiana. 2017. "Faktor Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Yesi Septina Wati." *Photon* 8 (1): 79–90.
- Wowor, Meylani Dewi Dan Ignatia Y. Rembe. 2024. "Dampak Sex Bebas Pada Remaja." *Seminar Kesehatan* 3 (1): 8–17.