

SEMINAR PENDIDIKAN SEKS

Oleh : Sugiyanto*

Remaja merupakan individu yang sedang berada dalam masa persiapan menuju kedewasaan. Pada masa ini terjadi berbagai perkembangan secara pesat, baik fisik maupun psikologis, serta intelektual. Tidak heran, pada masa ini para remaja cenderung memiliki rasa keingintahuan yang besar dan mulai menyukai petualangan dengan mencoba hal-hal yang baru. "Pada masa inilah mereka memerlukan bimbingan agar dapat membuat pilihan yang benar.

Banyak keluarga MBA (Married by Accident) adalah keluarga yang rapuh, baik kelanggengannya maupun keturunannya. Jauh dari kesadaran akan tanggung jawab. Belum lagi apabila remaja ini hanya siap untuk seks bebas, tentu resiko rusaknya social masyarakat jauh lebih besar lagi. Karena itu Allah SWT berfirman dalam Al Qur'an Surat An Nisaa ayat 1, yang artinya **"Hai sekalian manusia bertakwalah pada TuhanMu yang menciptakanmu dari diri yang satu, dan darinya Allah menciptakan istrinya, dan dari keduanya Allah mengembangbiakkan laki-laki dan perempuan yang banyak..."**, memerintahkan kepada manusia untuk selalu memperhatikan anak-anaknya agar di usia remajanya ia semakin menjadi pribadi yang bertakwa, sholih, dan mengerti tujuan penciptaan dirinya adalah untuk mengabdikan pada Allah SWT.

MENGAPA ADA MASALAH DALAM PERGAULAN REMAJA

Problem Remaja : **pertama** adalah problem intern, ini secara alami akan terjadi pada diri remaja. Hasrat seksual yang berasal dari naluri seksualnya, mulai mendorong untuk dipenuhi. Hal ini sangat fitrah karena fisiknya secara primer maupun sekunder sudah mulai berkembang. Misalnya mulai berfungsinya hormon testosteron pada laki-laki menyebabkan pertumbuhan bulu pada daerah fisik tertentu, berubahnya suara menjadi lebih besar. Atau mulai berfungsinya hormon progesteron pada perempuan menyebabkan perubahan fisik di dadanya, dan sekaligus mengalami menstruasi. Apabila remaja tersebut tidak paham tentang hal ini maka ia tidak mengerti cara merawat dirinya sehingga bisa tumbuh menjadi remaja yang tidak sehat secara fisik.

kedua adalah problem eksternal, merupakan pembentukan lingkungan tempat remaja berkiprah. Faktor penting yang membuat remaja "selamat" dalam pergaulannya adalah *faktor pemikiran dan faktor rangsangan*. Pemikiran adalah sekumpulan ide tentang kehidupan yang diambil dan dipenetrasi oleh remaja itu ke dalam benaknya sehingga menjadi sebuah pemahaman yang mendorong setiap perilakunya. Misalnya ketika seorang remaja memahami

bahwa makna kehidupan ini adalah materi, kebahagiaan adalah kekayaan, dan standar perilaku adalah yang penting ada 'manfaat' agar jadi kaya, maka kita akan menemukan remaja seperti ini tidak akan memahami resiko perbuatannya. Baginya mencuri, narkoba sambil mendagangkannya, seks bebas adalah kenikmatan dan tujuan hidupnya. tontonan kesehariannya adalah acara konters-kontes agar menjadi tenar dan kaya, tanpa perlu ilmu apalagi intelektualitas tinggi. Rangsangan pornografi dan pornoaksi menjadi konsumsi keseharian.

Terdapat kecenderungan remaja baru akan berkonsultasi setelah melakukan aktifitas seksual aktif. Remaja berhubungan seksual pranikah karena coba-coba dan tanpa direncanakan, terbawa suasana, dan munculnya dorongan seksual akibat rangsangan media pornografi.

Data yang dikumpulkan dr. Boyke Dian Nugraha, DSOG, menunjukkan 16 - 20% dari remaja yang berkonsultasi kepadanya telah melakukan hubungan seks pranikah. Bahkan ada yang positif hamil. "Pasien saya itu katakan adalah, 'kok bisa ya dok padahal saya pakai celana dalam loh'," kata Boyke. Ia lantas mengatakan, jika si pria telah mengeluarkan cairan sperma, maka risiko kehamilan pun sangat besar. Kalau kehamilan sudah terjadi, jalan keluar yang paling aman dilakukan menurut mereka adalah dengan melakukan tindakan aborsi. Banyak pula informasi beredar yang mengatakan aborsi aman dan tanpa efek samping.

Ya benar, memang tidak ada efek samping untuk jangka pendek. Namun, untuk jangka waktu panjang, bersiaplah menghadapi penyakit mematikan yang mungkin diderita. Salah satunya kanker leher rahim atau serviks. Penyakit mematikan ini, terjadi karena dipicu lantaran berhubungan badan ketika usia masih di bawah 20 tahun. Pada usia ini, leher rahim masih teramat rentan dan karenanya amat mudah dimasuki virus human papillomavirus (HPV) yang sangat aktif. Penyakit ini baru akan dialami tubuh dalam waktu 10-20 tahun ke depan.

Berhubungan seks pada masa remaja, selain berisiko mengidap penyakit seperti kanker, juga berisiko tertular penyakit kelamin. Ada banyak penyakit menular kelamin selain HPV. Penyakit yang paling umum di antaranya klamadia, penyakit ini tidak memiliki gejala di tahap awal. Namun, dapat mengarah ke masalah serius seperti kemandulan bila tidak ditangani. Penyakit ini mudah diobati dengan antibiotik. Ada pula gonorea, yakni infeksi tanpa menunjukkan gejala yang dapat mengarah pada kemandulan. Sementara, penyakit yang sangat serius menyerang sistem kekebalan tubuh dan belum diketahui obatnya, serta bisa menyebabkan kematian adalah HIV dan AIDS.

Banyak remaja yang malu untuk menanyakan masalah cinta dan seks pada orangtua atau gurunya. Karena orangtua dan guru sering mengatakan, "*Kamu masih kecil, jangan main cinta-cintaan dulu. Lebih baik kamu fokus pada pelajaran di sekolah*". Sebagian lagi

mengatakan seks kurang pantas dibicarakan karena dianggap tabu atau jorok. Semua ini tentu berdampak kurang baik terhadap remaja yang sedang mengalami rasa jatuh cinta.

Contoh diatas hanyalah segelintir dari berbagai permasalahan remaja berkaitan dengan aktifitas seksual. Belum lagi kasus-kasus kekerasan seksual yang mengakibatkan trauma, hubungan seksual pranikah (HSPN), kehamilan tidak diinginkan (KTD) pada remaja, aborsi pada remaja, pernikahan dini di usia muda, penularan IMS ataupun HIV/AIDS pada remaja, penyalahgunaan narkoba hingga kriminalitas

Salah satu penyebab pasti berbagai permasalahan pada remaja terjadi akibat pengetahuan seksualitas saat ini masih kurang dan tidak tepat. Tidak jarang, pengetahuan kesehatan reproduksi yang diperoleh hanyalah sebatas informasi belaka dari narasumber yang tidak berkualifikasi, bukan berasal dari media pendidikan. Keadaan ini terjadi karena remaja tidak mendapatkan pendidikan seks terutamanya dari orang tua dan guru selaku orang tua di sekolah. Tidak mengherankan akibatnya keingintahuan yang sangat berlebihan mengenai seksualitas didapatkan dari berbagai media yang salah. Hal ini sesuai berdasarkan survei sederhana yang dilakukan KISARA tahun 2004 bahwa hampir 60% persen remaja SMP-SMA se-Bali sudah melihat media-media porno yang tidak dianjurkan baik berasal dari situs internet, VCD ataupun majalah yang memuatnya.

Pentingnya Pendidikan Seks

Pendidikan seks merupakan salah satu cara untuk mengurangi atau mencegah penyalahgunaan seks, khususnya untuk mencegah dampak negatif yang tidak diharapkan, seperti kehamilan yang tidak direncanakan, penyakit menular, depresi, dan perasaan berdosa

Resiko melakukan hubungan seksual pranikah perlu ditekankan. Umpamanya, kehamilan, kemungkinan terinfeksi HIV atau tertular penyakit kelamin kalau bergonta-ganti pasangan. Bila terjadi kehamilan dan kandungan terpaksa digugurkan, mereka menghadapi kemungkinan perdarahan, infeksi, kemandulan, bahkan kematian. Belum lagi stres atau rasa berdosa yang bakal dihadapi si anak. Juga diingatkan, dengan anak yang mereka lahirkan di luar nikah, mereka juga yang mesti bertanggungjawab sebagai ayah dan ibunya. Jangan lupa pula, "Jagalah agar jiwa mereka tidak banyak terganggu, apalagi selama mereka masih belum dewasa, masih harus sekolah, dan lain-lain.

seks bebas memiliki banyak konsekuensi misalnya, penyakit menular seksual,(PMS), selain juga infeksi, infertilitas dan kanker. Tidak heranlah makin banyak kasus kehamilan pranikah,

pengguguran kandungan, dan penyakit kelamin maupun penyakit menular seksual di kalangan remaja (termasuk HIV/AIDS).

Pada saat remaja mulai berpacaran di usia yang sudah cukup, kata Boyke, tak perlu dilarang-larang. Berpacaran merupakan latihan pendewasaan dan pematangan emosi. Dengan berpacaran mereka bisa merasakan rasa rindu atau rasa memiliki, dan berlatih bagaimana harus ber-sharing dengan pasangan. .

Berpacaran secara sembunyi-sembunyi akibat tidak diberi kepercayaan justru tidak menguntungkan. "Ingat, kasus-kasus kehamilan pranikah umumnya dilakukan oleh mereka yang back street," kata Boyke. "Mungkin juga akibat hubungan dengan orang tua kurang akrab atau orang tua terlalu kaku."

Saran – Saran

Salah satu jalan keluar masalah remaja adalah bagi remaja Remaja harus membiasakan diri dengan perilaku selektif dalam memilih tempat bergaul. Ini penting karena perkembangan seksual yang alami dalam dirinya akan berkaitan erat dengan kadar informasi seksual yang ia dapatkan dalam kehidupannya. Apabila ia memilih pergaulan yang tidak pernah absen menonton vcd porno, berkata jorok, campur baur laki-laki dan perempuan tanpa aturan, dan terbiasa mengkoleksi buku-buku bacaan porno, maka remaja ini akan jatuh ke dalam pergaulan seks bebas.

Para remaja umumnya tahu bahwa seks adalah sesuatu yang sifatnya menggebu dan mereka berusaha menahan diri saat mereka berduaan dengan kekasihnya. Sebaiknya mereka di ingatkan tentang hal ini, namun remaja putra atau putri tahu bahwa kencan bisa menimbulkan masalah.

"Awas! Hati-hati berpacaran, jangan kebablasan!" Remaja putri sudah mengerti akan pil KB dan putra tahu tentang yang namanya kondom, tetapi bekal hanya sekedar ingin tahu saja bukan berarti mereka mau menggunakannya.

Hubungan seks antara remaja berlawanan jenis tak jarang menjadi senjata untuk melanjutkan jalinan cinta asmara, alasan mereka untuk membuktikan ketulusan cinta. Seks merupakan pengalaman penuh emosional yang membuat Anda rapuh, Cinta dapat membutakan mata dan hati Anda, sehingga Anda pun sering salah dalam membuat keputusan.

Pendidikan Seks diberikan di bidang studi biologi, dan oleh guru-guru Bimbingan dan Konseling (BK). BK berperan mendampingi para siswa dengan perkembangan diri dan masalah-

masalah sosial dan pelajaran. Pendidikan Seks masuk peran BK yang berkaitan dengan soal psikologis sosialis dan perkembangan diri.

Upaya Mencegah tertular HIV/AIDS

1. Tidak melakukan hubungan seks sebelum menikah
2. Tidak melakukan hubungan seks di luar nikah
3. Tidak menerima transfusi darah yang tidak jelas status HIV-nya
4. Penggunaan alat suntik, tindik atau tatto yang hanya sekali pakai
5. Jauhi narkotik
6. Hindari mabuk-mabukan yang bisa membuat lupa diri sehingga melakukan perbuatan yang beresiko tertular HIV/AIDS
7. Berani menolak ajakan yang beresiko tertular HIV/AIDS
8. Mensterilkan alat-alat medis dan non-medis setiap sekali pakai, terutama yang berhubungan dengan cairan tubuh manusia
9. Menyebarkan informasi HIV/AIDS pada setiap kesempatan

REMAJA HENDAKNYA BERPEGANG TEGUH DENGAN :

- *Iman merupakan rem yang paling pakem dalam berpacaran*
- *Katakan TIDAK! pada ajakan berhubungan seks'.*
- ***Dapatkan kehamilan pada remaja, dicegah ? Dapat! Kehamilan pada remaja dapat dicegah dengan mengendalikan diri selama berpacran dan tidak berhubungan seks sebelum menikah.'***
- ***Katakanlah kepada wanita yang beriman: "Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan memelihara kemaluannya, dan janganlah mereka menampakkan perhiasannya, kecuali yang (biasa) nampak daripadanya. (TQS an-Nûr [24]: 31)***
- Berani bersikap dan berkata **"tidak untuk hubungan seks sebelum menikah"**.
- PUNYA KONSEP DIRI YANG BAIK ITU MEMANG TIDAK MUDAH. AKAN TETAPI, SETIDAKNYA REMAJA TIDAK PERLU MERUSAK DIRI SENDIRI. BUKTIKAN MENJADI YANG TERBAIK DENGAN PRESTASI, MASA DEPAN TETAP DITANGAN PARA REMAJA, HARAPAN BANGSA ...

Ingatlah :

"Enaknya semenit, tapi susahnya selangit"

Alternatif sex education di internet : www.sexxie.tv

Referensi :

Pendidikan Seks Remaja, Masih Perlukah ? <http://netsains.com/2008/12/pendidikan-seks-remaja-masih-perlukah/>

Perlunya Pendidikan Seks Yang Benar Untuk Remaja.

[http://kisarayouthclinic.org/index.php?option=com_content&view=article&id=6:perlunya-
pendidikan-seks-yang-benar-untuk-remaja&catid=12:artikel-kesehatan-remaja&Itemid=8](http://kisarayouthclinic.org/index.php?option=com_content&view=article&id=6:perlunya-
pendidikan-seks-yang-benar-untuk-remaja&catid=12:artikel-kesehatan-remaja&Itemid=8)

Ada Apa Dengan Cinta Dan Pendidikan Seks ? <http://hizbut-tahrir.or.id/2009/08/04/ada-apa-dengan-cinta-dan-pendidikan-seks/>

Pendidikan Seks Remaja Dan Orang Tua. <http://abidinblog.blogspot.com/2009/12/pendidikan-seks-remaja-dan-orangtua.html>

Remaja dan Seks. <http://pendidikanseks.rawins.com/2008/09/remaja-dan-seks.html>