

PENYULUHAN WASPADA HUBUNGAN TOXIC PADA REMAJA

Irni Setyawati¹, Kusniyati Utami², Dian Soekmawaty Riezqy Ariendha³

^{1,3}Program Studi Kebidanan Program Sarjana Inkes Yarsi Mataram, ²Program Studi Keperawatan Jenjang D3 Inkes Yarsi Mataram
Email: erny.gunawan07@gmail.com

ABSTRAK

Inkes Yarsi Mataram merupakan salah satu perguruan tinggi kesehatan swasta di provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) yang menarik bagi remaja baik dari dalam maupun luar pulau Lombok. Remaja yang jauh dari pengawasan orang tua lebih cenderung mempunyai perilaku pacaran yang berisiko dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama dengan orang tua. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada bulan Maret 2024 pada mahasiswa Inkes Yarsi Mataram, menunjukkan kekhawatiran terjadinya perilaku berpacaran yang negatif. Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian berupa penyuluhan yang meliputi pretes pengetahuan dan sikap remaja, pemberian edukasi melalui penyuluhan dan diskusi tentang hubungan *toxic* pada remaja yang dilakukan selama dua kali pertemuan, dan diakhiri dengan evaluasi postes. Setelah dilakukan penyuluhan selama bulan April-Mei 2025 diperoleh hasil terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap mahasiswa setelah diberikan penyuluhan tentang hubungan *toxic* remaja. Perlu adanya keberlanjutan pengabdian dengan memperkuat materi keislaman sebagai wujud implementasi tujuan Inkes yarsi Mataram mencetak tenaga kesehatan yang berakhlakul karimah.

Kata Kunci: Hubungan *toxic*, Mahasiswa

ABSTRACT

Inkes Yarsi Mataram is one of the private health universities in West Nusa Tenggara (NTB) province that attracts teenagers from both inside and outside Lombok island. Adolescents who are away from parental supervision are more likely to have risky dating behaviour than students who live with their parents. From the results of research conducted in March 2024 on Inkes Yarsi Mataram students, it showed concerns about negative dating behaviour. Based on these problems, community service activities are needed in the form of counseling which includes pretesting adolescents' knowledge and attitudes, providing education through counseling and discussion about toxic relationships in adolescents conducted for two meetings, and ending with a post-test evaluation. After the counselling was carried out during April-May 2025, it was found that there was an increase in students' knowledge and attitudes after being given counselling on toxic teenage relationships. There needs to be a continuation of service by strengthening Islamic material as a form of implementation of Inkes Yarsi Mataram's goal of producing health workers who are morally good.

Keywords: Toxic relationship, student

*Corresponding Author: Irni Setyawati (email: erny.gunawan07@gmail.com), Jl. TGH M. Rais Lingkar Selatan, Mataram, 83127.

Received 21 May 2025; received in revised form 26 July 2025, accepted 30 July 2025

LATAR BELAKANG

Remaja merupakan fase dalam kehidupan antara anak-anak dan dewasa yang dimulai dari umur 10 sampai dengan 19 tahun. Pada masa ini pertumbuhan fisik, kognitif dan psikososial terjadi sangat cepat sehingga mempengaruhi perasaan, pikiran, pengambilan keputusan dan interaksi dengan dunia sekitarnya (1). Pertumbuhan ini menyebabkan ketertarikan terhadap lawan jenis.

Pada akhir masa ini remaja berada di jenjang pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) sampai perguruan tinggi. Perguruan tinggi berkualitas menjadi daya tarik mahasiswa untuk melanjutkan pendidikannya. Inkes Yarsi Mataram merupakan salah satu perguruan tinggi kesehatan swasta di provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) yang mempunyai daya tarik tersendiri bagi lulusan SMA, khususnya sebagai perguruan tinggi yang bercirikan keislaman. Inkes Yarsi Mataram berada di kota Mataram ibukota Provinsi NTB. Banyak mahasiswa berasal dari luar kota Mataram, bahkan luar pulau Lombok, yaitu pulau Sumbawa dan Flores.

Mahasiswa yang jauh dari pengawasan orang tua lebih cenderung mempunyai perilaku pacaran yang berisiko dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama dengan orang tua (2). Kesehatan Reproduksi Remaja Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (KRR SDKI) 2017 menemukan median umur ideal kawin bagi seorang perempuan oleh remaja perempuan yaitu 23,7 tahun, namun 11% remaja laki-laki menyatakan setuju jika laki-laki melakukan hubungan seksual pranikah dan 8% remaja laki-laki pernah melakukan hubungan seksual pranikah (3).

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada bulan Maret 2024 kepada 259 orang mahasiswa program studi kebidanan program sarjana, mahasiswa program studi diploma 3 keperawatan dan mahasiswa program studi ilmu keperawatan semester 2 dan 4 di Inkes Yarsi Mataram, menemukan hasil bahwa terdapat perbedaan umur ingin menikah mahasiswa yang bermakna berdasarkan status pacar dan terdapat perbedaan umur ingin menikah mahasiswa yang bermakna berdasarkan keinginan cepat menikah yang ditunjukkan oleh nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$). Sebagian besar mahasiswa punya pacar (58,5%), namun sebagian besar tidak ingin menikah dalam waktu dekat (85,8%). Hal ini menunjukkan kekhawatiran terjadinya perilaku berpacaran yang negatif (4).

Berdasarkan hasil penelitian di atas, perlu dilakukan penyuluhan tentang perilaku pacaran yang sehat, bahkan bila dikaitkan dengan tujuan Inkes Yarsi Mataram yang ingin mencetak lulusan sebagai tenaga kesehatan yang berakhlakul karimah. Penyuluhan tentang dampak negatif hubungan toxic menurut kesehatan reproduksi dan penyuluhan tentang perilaku pacaran menurut agama Islam pada mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan

kesadaran mahasiswa akan dampak negatif pacaran baik dari aspek kesehatan reproduksi maupun aspek agama.

METODE

Inkes Yarsi Mataram berada di jl. TGH M. Rais Jalan Lingkar Selatan kota Mataram provinsi NTB. Inkes Yarsi Mataram berada di ibukota provinsi NTB. Penyuluhan dilakukan kepada mahasiswa program studi Keperawatan jenjang D3 dan mahasiswa program studi Kebidanan program sarjana. Kegiatan penyuluhan ini meliputi identifikasi gaya berpacaran pada remaja dan pengukuran pengetahuan dan sikap remaja (pretes), yang kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi melalui penyuluhan dan diskusi tentang hubungan *toxic* pada remaja yang dilakukan selama dua kali pertemuan pada hari Selasa, tanggal 29 April 2025 dan hari Rabu, tanggal 7 Mei 2025, dan diakhiri dengan evaluasi gaya berpacaran remaja (postes) dengan mengukur pengetahuan dan sikap mahasiswa setelah dilakukan penyuluhan.

Kegiatan identifikasi dan evaluasi gaya berpacaran pada remaja diukur dengan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada mahasiswa. Adapun kuesioner identifikasi gaya berpacaran terdiri dari 8 pertanyaan, pengetahuan tentang hubungan *toxic* pada remaja terdiri dari 10 pertanyaan, dan sikap tentang hubungan *toxic* pada remaja terdiri dari 8 pertanyaan. Pretes dan postes menggunakan kuesioner yang sama. Kuesioner diadaptasi dari penelitian Wakhid, Solehah dan Fatah tentang Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Berisiko pada Remaja di SMKN 1 Bangkalan Madura Jawa Timur.

Kegiatan penyuluhan tentang hubungan *toxic* pada remaja Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan media laptop, *overhead projector* dan leaflet. *Overhead projector* dan tempat penyuluhan telah tersedia di Inkes Yarsi Mataram, sedangkan laptop dan leaflet disediakan oleh narasumber.

Kegiatan evaluasi gaya berpacaran pada remaja dilakukan dengan cara mengukur pengetahuan dan sikap mahasiswa sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan cara penyuluhan selama dua kali pertemuan yang diawali dengan pretes tentang identifikasi gaya berpacaran, pengetahuan dan sikap mahasiswa tentang hubungan *toxic* pada remaja. Pertemuan terakhir diakhiri dengan postes pengetahuan dan sikap mahasiswa tentang hubungan *toxic* remaja.

Adapun rincian kegiatan diawali dengan identifikasi gaya berpacaran mahasiswa dan pengukuran pengetahuan dan sikap mahasiswa tentang hubungan *toxic* remaja yang diperoleh dengan menggunakan kuesioner yang dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 29 April 2025. Kegiatan ini dihadiri oleh 132 mahasiswa yang terdiri dari 62 orang mahasiswa dari program studi kebidanan program sarjana dan 60 orang dari program studi keperawatan jenjang D3.



Gambar 1. Identifikasi gaya berpacaran mahasiswa

Pretes identifikasi gaya berpacaran dan pengukuran pengetahuan dan sikap mahasiswa memperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Identifikasi gaya berpacaran dan pengukuran pengetahuan dan sikap mahasiswa sebelum penyuluhan

Materi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Gaya berpacaran		
Berpegangan tangan	125	94,7
Berpelukan	9	6,8
Cium pipi	3	2,3
Cium bibir	3	2,3
Meraba bagian tubuh yang sensitif	1	0,8
Saling bersentuhan kelamin menggunakan pakaian atau tidak	1	0,8
Oral seksual	0	0
Hubungan seks	0	0
Pengetahuan hubungan toxic pada remaja		
Baik	56	42,4
Cukup	52	39,4
Kurang	24	18,2
Sikap hubungan toxic pada remaja		
Positif	59	44,7
Negatif	73	55,3
Total	132	100

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa gaya berpacaran mahasiswa sebelum dilakukan penyuluhan sebagian besar sebatas berpegangan tangan sebanyak 94,7%, namun ada 0,8% mahasiswa yang mempunyai gaya berpacaran meraba bagian tubuh yang sensitif dan 0,8% mahasiswa yang saling bersentuhan kelamin baik menggunakan pakaian maupun tidak. Sebagian besar mahasiswa mempunyai pengetahuan tentang hubungan *toxic* pada remaja kategori baik

sebesar 42,4%, namun sebagian besar sikap mahasiswa tentang hubungan toxic pada remaja mempunyai kategori negatif sebesar 55,3%.

Setelah identifikasi gaya berpacaran (*pretes*), kegiatan pengabdian dilanjutkan dengan penyuluhan pertama tentang hubungan *toxic* pada remaja yang memuat materi pacaran berisiko, dampak negatif pacaran menurut kesehatan reproduksi dan *evidence based* pacaran berisiko. Narasumber pada pertemuan pertama ini yaitu Irni Setyawati. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan media laptop, *overhead projector* dan leaflet.



Gambar 2. Penyuluhan hubungan *toxic* pada remaja

Penyuluhan kedua dilakukan pada hari Rabu, tanggal 7 Mei 2025 tentang pacaran menurut pandangan agama Islam. Narasumber pada penyuluhan kedua yaitu Kusniyati Utami. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan media laptop, *overhead projector* dan leaflet.



Gambar 3. Penyuluhan pacaran menurut Islam

Setelah dilakukan penyuluhan tentang hubungan *toxic* pada remaja selama dua kali, kegiatan evaluasi untuk mengukur pengetahuan dan sikap mahasiswa setelah diberikan penyuluhan dilakukan pada hari Selasa, 13 Mei 2025 dan hari Rabu, 14 Mei 2025. Evaluasi pengetahuan dan sikap mahasiswa (*postes*) menggunakan kuesioner yang sama saat *pretes*.



Gambar 4. Evaluasi pengetahuan dan sikap mahasiswa setelah penyuluhan

Postes pengetahuan dan sikap mahasiswa memperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Pengetahuan dan sikap mahasiswa setelah penyuluhan

Materi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Pengetahuan hubungan toxic pada remaja		
Baik	102	77,3
Cukup	28	21,2
Kurang	2	1,5
Sikap hubungan toxic pada remaja		
Positif	69	52,3
Negatif	63	47,7
Total	132	100

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa setelah dilakukan penyuluhan mempunyai pengetahuan mahasiswa tentang hubungan *toxic* pada remaja kategori baik sebesar 77,3%, meskipun masih ada 1,5% yang berpengetahuan kurang. Sebagian besar mahasiswa mempunyai sikap yang positif sebesar 52,3% setelah dilakukan penyuluhan.

Pembahasan

Tabel 1 menunjukkan bahwa gaya berpacaran mahasiswa sebagian besar sebatas berpegangan tangan sebanyak 94,7%, namun ada 0,8% mahasiswa yang mempunyai gaya berpacaran meraba bagian tubuh yang sensitif dan 0,8% mahasiswa yang saling bersentuhan kelamin baik menggunakan pakaian maupun tidak. Hasil identifikasi gaya berpacaran mahasiswa ini selaras dengan hasil penelitian Wakhid di SMKN 1 Arosbaya bangkalan tahun 2019 yang menemukan sebagian besar murid mempunyai perilaku pacaran berisiko rendah yaitu berpegangan tangan, berpelukan dan berciuman di pipi, meskipun juga ditemukan sebagian kecil murid berperilaku pacaran berisiko tinggi yaitu melakukan petting (menggosok kemaluan lawan jenis) dan melakukan hubungan seksual (5).

Gaya berpacaran yang berisiko (*toxic*) ini dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal individu. Faktor internal yang dimaksud yaitu berasal dari dalam individu, baik jasmani maupun psikologis yang meliputi pernyataan kebebasan

memilih hidupnya sendiri dan sebagai standar penerimaan sosial, daya tarik seksual yang tinggi, kondisi ekonomi, ingin merasa bahagia diperhatikan orang lain, ingin mencoba, menambah relasi dan kurangnya rasa percaya diri jika tidak mempunyai pasangan, sedangkan faktor eksternal yaitu berasal dari luar individu yang meliputi peran orang tua dalam membimbing dan mengawasi pergaulan remaja yang tidak maksimal, kurang perhatian dan kasih sayang orang tua, tertekan dengan sikap orang tua, globalisasi, kurangnya informasi, dan lingkungan pergaulan atau teman sebaya (6)(7).

Sebagian besar mahasiswa mempunyai pengetahuan tentang hubungan *toxic* pada remaja kategori baik sebesar 42,4%. Setelah dilakukan penyuluhan, sebagian besar mahasiswa mempunyai pengetahuan mahasiswa tentang hubungan *toxic* pada remaja kategori baik sebesar 77,3%. Peningkatan pengetahuan mahasiswa tentang hubungan *toxic* pada remaja menunjukkan efektifitas penyuluhan yang dilakukan. Peningkatan pengetahuan ini selaras dengan hasil penelitian Susanti tentang pengaruh tingkat pengetahuan terhadap perilaku risiko infeksi menular seksual pada remaja di Bekasi pada tahun 2024 yang menemukan adanya peningkatan tingkat pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi yaitu pengetahuan baik sebelum edukasi sebanyak 50% remaja kemudian meningkat menjadi 62,5% remaja setelah diberikan edukasi (8).

Perubahan pengetahuan pada hasil pengabdian dan penelitian pendukung di atas menunjukkan bahwa penyuluhan atau edukasi yang dilakukan telah efektif meningkatkan pengetahuan mahasiswa atau remaja. Pengetahuan adalah proses tahu seseorang terhadap obyek tertentu melalui mata, hidung, dan telinga sehingga menghasilkan persepsi (9).

Sebagian besar sikap mahasiswa tentang hubungan *toxic* pada remaja mempunyai kategori negatif sebesar 55,3% sebelum diberikan penyuluhan, namun sebagian besar mahasiswa mempunyai perubahan sikap yang positif sebesar 52,3% setelah dilakukan penyuluhan. Hasil pengabdian ini selaras dengan hasil penelitian Susanti tentang pengaruh tingkat pengetahuan terhadap perilaku risiko infeksi menular seksual pada remaja di Bekasi pada tahun 2024 yang menemukan adanya peningkatan perilaku tidak berisiko infeksi menular seksual pada remaja, yaitu perilaku tidak berisiko sebesar 52,8% sebelum edukasi kemudian meningkat menjadi 56,9% setelah dilakukan edukasi (8).

Penyuluhan adalah proses peningkatan pengetahuan baik individu maupun kelompok dengan tujuan merubah perilaku kesehatan ke arah yang lebih positif (10). Penyuluhan kesehatan yang dilakukan pada pengabdian ini merupakan penyuluhan dengan sasaran kelompok remaja. Perubahan sikap mahasiswa setelah diberikan penyuluhan pada pengabdian ini diharapkan dapat dipertahankan atau bahkan ditingkatkan melalui program kemahasiswaan yang dikelola oleh prodi atau institusi.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian ini yang terdiri dari kegiatan pretes, penyuluhan, dan postes memperoleh hasil terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap

mahasiswa setelah diberikan penyuluhan tentang hubungan *toxic* remaja. Perlu adanya keberlanjutan pengabdian dengan memperkuat materi kelslaman sebagai wujud implementasi tujuan Inkes yarsi Mataram mencetak tenaga kesehatan yang berakhlakul karimah. Penguatan materi kelslaman yang berlandaskan Al-Qur'an dan As-Sunnah diharapkan dapat menjadi budaya dan menjadi landasan mahasiswa dalam berperilaku dalam kehidupan sehari-hari sehingga perilaku pacaran yang tidak sesuai dengan nilai-nilai Islam dapat dicegah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Inkes Yarsi Mataram, Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana, dan Ketua Program Studi Keperawatan jenjang D3 yang telah memberikan izin dan memfasilitasi pelaksanaan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Adolescent Health [Internet]. Health-topics. 2025. p. 1. Available from: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab_1
2. Ohee C. Pengaruh Status Hubungan Berpacaran Terhadap Perilaku Pacaran Berisiko Pada Mahasiswa Perantau Asal Papua Di Kota Surabaya. *Indones J Public Heal*. 2019;13(2):269.
3. BKKBN, BPS, RI K, USAID. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017: Kesehatan Reproduksi Remaja [Internet]. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Jakarta: BKKBN, BPS, Kemenkes RI, USAID; 2017. 1–23 p. Available from: https://spada.uns.ac.id/pluginfile.php/656894/mod_resource/content/1/S DKI_KRR 2017.pdf
4. Setyawati I, Utami K, Pratiwi EA, Kebidanan S, Sarjana P, Yarsi S, et al. Survei Umur Ingin Menikah pada Remaja Marriage , age Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia. *Fundus [Internet]*. 2024;4(1):36–41. Available from: <https://journal.stikesyarsimataram.ac.id/index.php/fundus/article/view/405/181>
5. Wakhid ERAN, Solehah I, Fatah MZ. Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pacaran Berisiko pada Remaja. *J Penelit Kesehat Suara Forikes [Internet]*. 2023;14(5):16–21. Available from: forikes-ejournal.com
6. Putu N, Ayu R, Sendratari LP, Yasa IWP. Gaya Pacaran Tidak Sehat (Toxic Relationship) pada Remaja dan Potensinya sebagai Sumber belajar Sosiologi di SMA (Studi Kasus di Desa Selabih, Tabanan, Bali). *J Pendidik Sociol [Internet]*. 2024;6(2):219–35. Available from: ejournal.undiksha.ac.id
7. Mu'minin A. Analisis Pola Perilaku Pacaran pada Remaja. *Acad J Psychol Couns [Internet]*. 2020;1(2):121–38. Available from: ejournal.uinsaid.ac.id
8. Susanti E, Yuliani I. Pengaruh Tingkat Pengetahuan terhadap Perilaku Berisiko Infeksi Menular Seksual (IMS) pada Remaja di SMPI Al-Munir

- Bekasi. Mahesa Malahayati Heal Student J [Internet]. 2025;5(1):174–85. Available from: ejournalmalahayati.ac.id
9. Notoatmodjo S. Promosi kesehatan teori dan aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
 10. Mulyadi M. Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Dalam Peningkatan Kesadaran Kesehatan Lingkungan Pada Wilayah Kerja PUSTU Tanjung Dalam Kecamatan Pondok Kubang. J STIA Bengkulu Committe to Adm Educ Qual [Internet]. 2022;8(1):8–14. Available from: jurnal.stiabengkulu.ac.id

Jumlah halaman untuk setiap Artikel Jurnal Lentera adalah 10 – 15 halaman, dengan model penulisan kutipan Vancouver dengan menggunakan Reference Manager (Mendeley).